© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Plus aucune motivation même pour arrêter ma consommation

Par Morraxx Posté le 21/06/2023 à 03h27

Salut tout le monde, j'espère que vous allez bien. Premier post pour moi sur un forum du genre.

Aujourd'hui j'ai 20 ans et tout a commencer il y a 2 ans lors de mon premier bedo en soirée (classique). Suite a des problèmes familiaux, j'ai commencé à en prendre de plus en plus souvent jusqu'à finir aujourd'hui a fumer des que je le peux (uniquement chez moi). Des journées de télétravail peuvent être passés à être stone et les weekends sont encore pire, je ne bouge pas de mon lit, je fume tout le weekend matin midi soir, dès que je sens l'effet disparaître.

Cette hausse de consommation combinée à mes problèmes persos et à mon faible mental de base fait que j'ai l'impression d'être depuis quelque temps dans une déprime profonde, où je ne fais plus rien, plus aucun sport depuis 1 an, très peu de sorties avec des potes,... Je ne fais que fumer chez moi devant des films, vidéo youtube, ... Ca a même affecter ma vie pro , m'a cré des soucis administratifs ,... Je passe mon temps à fuir mon quotidien et à tout reporter éternellement au lendemain.

Je souhaite réussir à sortir de cette sphère et retrouver de l'envie et de la motivation mais malheureusement je n'ai aucune motivation profonde à arrêter et j'ai l'impression profonde que même si j'arrêtais, je n'arriverai pas à avoir un mode de vie un minimum sain comme tout le monde et que je ne serai jamais heureux (l'effet planant du bedo qui libère les soucis doit y contribuer). Personnage de mon entourage proche n'est au courant de tout ça et je ne souhaite pas les mettre pour ne pas les affoler (seule ma soeur sait que je fumer occasionnellement en soirée)

Je ne sais pas si d'autres personnes se reconnaissent (je pense que oui) mais si oui, n'hésitez pas à me partager votre expérience que vous soyez encore dedans ou non, je prends tout les conseils.
Merci de votre lecture et bonne journée à tous!

1 réponse

Picsou - 22/06/2023 à 02h30

Bonjour morraxx, j ai commencé le cannabis à 16 ans et je suis tombée très vite dedans , c était une béquille pour moi , je suis dépressif et du coup ça m aidait mais c était un leur, j ai shooter des bang assez vite et ça pendant 17 ans et quand j en avais pas j étais folle je pétais les plombs , et la j ai 43 ans et ça fait 3 ans que j ai arrêté suite à une relation amoureuse du jour au lendemain alors que j ai fait plusieurs cure mais je reprenais toujours , c est compliqué d arrêter pour certaine personne mais c est possible , et le déclic c est que

j ai fumé et étant suicidaire j ai voulu me pendre et je me suis vraiment fait peur et de la je touche plus un befo . Bravo à toi d avoir arrêté parce que c edt difficile vu que Beaucoup consomme mais faut tenir , et comme tu as dit c est un bouffe pognon, j aurai jamais fumer j aurai acheté une maison aussi et au lieu de ça je suis en location, après je suis dépendante à Beaucoup de chose mais bref c edt pas le sujet .prend soin de toi .amicalement