

Forums pour les consommateurs

# Comment vos proches peuvent vous soutenir dans l'arrêt du cannabis?

Par Profil supprimé Posté le 11/10/2015 à 11h30

Je m'explique j'aime beaucoup mon homme et vient de prendre une décision très difficile le choix d'arrêter le Cannabis. Il est à plus de 10 joints par jour dès le réveil il débute le premier.

Aujourd'hui plus rien passage par pallier mais les gros symptômes du sevrage apparaissent.

Le soir l'envie est là et de ce fait c'est très dur, il est susceptible à cran et ne sait pas quoi dire ni faire.

Chaque jour, je le soutiens, l'encourage mais quand il est désagréable j'tourne vite les talons car ça me rend triste et m'atteint.

Vous attendez quelles paroles, soutien....?

## 2 réponses

---

Profil supprimé - 13/10/2015 à 21h04

Bonsoir, en tant qu'aider effectivement c'est pas facile...je suis en sevrage actuellement et pour le peu de personnes qui sont au courant, ce qui m'aide c'est déjà quand ils me répètent le courage nécessaire pour arrêter (ça peut faire bébé mais au moins on se dit "oui c'est vrai je suis courageux (se) et donc j'ai de la valeur et je dois continuer) et aussi lui rappeler tous ses projets, ses envies, qui ne sont pas réalisables sous canna...bon courage à vous deux

Profil supprimé - 14/10/2015 à 19h15

Merci Ju5162 pour ta réponse.

Oui je lui répète souvent car pour moi je sais qu'il gère bcp de choses mais 100x mieux sans Canna.

Il est moins dans son coin et ça c'est beaucoup.

Non c'est pas bébé mais juste savoir qu'on a de la reconnaissance effectivement c'est important.

Il est à 1 semaine sans bedon et il le ressent moins dur que ce qu'il imaginait.

Je te souhaite tout autant de tenir et te reconstruire cette nouvelle vie. Bon courage.