

Vos questions / nos réponses

Addictions ou non?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 14/10/2012 15:47

Bonjour,

Tout d'abord un point sur mes consommations de cannabis et de tabac dont je vous ai parlé. Je n'ai plus du tout touché au tabac depuis août 2012, durant des vacances à Majorque où je me suis autorisé "une petite taffe" avec des amis (seule fois des vacances où j'ai fumé). Concernant celle du cannabis, je n'y ai plus touché depuis le 13 juillet 2012, date où j'ai découvert mes résultats du bac de première que j'ai jugé bons car tous au-dessus de la moyenne et où j'ai donc décidé de fêter ceci avec un "10 balles" en le partageant avec des amis.

Cependant, je n'ai plus jamais touché à ces produits et je n'ai pas l'intention d'en reprendre. En effet, j'ai pris du recul pendant ces grandes vacances et je me suis aperçu que mes expériences avec ces produits se sont avérées globalement négatives, n'apportant finalement rien d'autre que du bonheur en trompe l'œil au prix des risques sanitaires et financiers que l'on connaît, surtout psychiatriques me concernant, notamment avec une déprise de la réalité, des idées noires et les conséquences plus ou moins importantes que cela a pu ou aurait pu avoir (perte de concentration, de motivation, dépression, idées suicidaires). Je ne fréquente plus trop mes connaissances qui fument en faisant le sourd lorsqu'elle abordent leurs sujets favoris, les produits et les soirées.

Me voilà débarrassé d'un poids ! Cependant, de nombreux problèmes persistent, notamment des paramètres touchant à la personnalité comme le manque de confiance en soi ou le complexe d'infériorité. Ces derniers, ajoutés au fait que je déteste les autres (même les membres de ma famille, dont ma jumelle devenue anorexique il y a 3 ans et malgré tous mes efforts, je ne peux plus la supporter car sujette à des crises qui gachent ma vie tels que des crises, des insultes... même son docteur dit n'avoir jamais vu ça en 15 ans de carrière...) et surtout un fort intérêt et motivation pour le travail fait que je m'y investis beaucoup dans celui-ci. Je dis "beaucoup" car depuis septembre je n'arrête pas de passer mes soirées à réviser et même à négliger mes heures pour manger et pour dormir.

Ainsi, j'ai perdu 7 kilos depuis la rentrée, et je dors entre 1h et 4h par nuits, exceptés les samedis après-midi et dimanche matin où je dors sans discontinuer (hormis le samedi de 20h à 21h pour manger, quand j'arrive à prendre 5 ou 6 cuillères au maximum). Je suis constamment stressé, à bout de nerfs surtout avec 4 mugs de café par jour mais j'aime ça. J'aime en faire toujours plus que les autres sur le travail, me renfermer dedans pour me (re)donner bonne conscience, pour me prouver que j'ai un bon fond et avoir le sentiment d'être tout le temps sur le qui-vive, notamment les nuits. Sauf que quantité ne rime pas avec qualité, et je pense avoir atteint mes limites ce samedi ou malgré 1 après-midi et 2 nuits blanches de révisions (dont la veille du contrôle), je suis passé complètement à côté de mon ds de maths de 2h du samedi (où j'ai écrit n'importe quoi) car à bout de force et trop stressé (je vise entre 2 et 6 sur 20, mon prof va penser que je n'ai pas bossé et c'est quand même frustrant...). Pourtant, je n'ai pas l'intention d'en arrêter là et après avoir dormi presque tout ce week-end, je compte reprendre ce rythme ce lundi en redoublant d'efforts et

de caféine. Malgré tous mes efforts et mes mauvaises notes, je n'arrive pas à me déconnecter du travail (je suis en terminale s, pourtant je pense que même les meilleurs élèves ne travaillent pas autant que moi).

Autre problème possible: le sexe. En effet, je n'arrête pas d'aller sur des sites pornographiques à chaque fois que je fais des pauses de 10 mn après 1h de travail, parfois même durant mes nuits blanches. Lorsque je suis assis devant mon bureau, je n'arrête pas de me "toucher" (desolé pour le manque de finesse) tout en travaillant mes cours.

Tout cela m'inquiète, je ne sais plus trop quoi faire, je suis déjà suivi par un psychiatre depuis mars 2012 et je n'arrive pas à contrôler mes envies (travail et sexe) tant cela me fait du bien et me donne l'impression de tout maîtriser. Que dois-je faire? merci de me répondre.

Mise en ligne le 18/10/2012

Bonjour,

Nous comprenons que la situation que décrivez soit très difficile à vivre, malgré l'aide que vous pouvez trouver auprès de votre psychiatre.

Il existe à Nancy un lieu qui accueille les adolescents, et où vous avez la possibilité d'aborder les problèmes liés au travail et à votre sexualité. Les rendez-vous y sont gratuits et confidentiels. Vous trouverez l'adresse de ce lieu ci-dessous. Des professionnels pourront vous accorder du temps et un suivi si vous le souhaitez. Contrairement à l'adresse qui vous a été donnée lors d'une de vos précédentes questions, ce lieu n'accueille pas que les consommateurs de cannabis, comme ce n'est plus votre cas.

Notre service concernant uniquement les problèmes de drogues, nous vous proposons aussi de contacter Fil Santé Jeune, qui est un service d'écoute téléphonique dédié aux jeunes en souffrance. Ils sont joignables au 3224 (appel anonyme et gratuit) ou au 01.44.93.30.74 (coût d'un appel local), tous les jours de 8h à minuit.

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :
