© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

PeutEtreQueJeSuisNéeOuf

Par Alcool Info Service Postée le 17/11/2014 22:52

Bonjour,

J'ai 25 ans. Ca fait environ 5 ans que je fume tous les jours entre 2 et 10 joints. J'ai tenté deux fois d'arrêter et je me rend compte que c'est très (trop ?) compliqué, je n'y arrive pas. Enfin si, mais ça me manque, c'est très dur d'y penser tout le temps, d'en avoir toujours autant envie même plusieurs semaines après l'arrêt, de ne plus être défoncé mais d'avoir envie de l'être. Dans la vie, je suis constamment en excès, en sorte de déviance. Là ou la majorité des gens s'arrêtent, moi je continue jusqu'à ce qu'il y ai quelque chose qui me force vraiment à m'arrêter. Je crois que j'en suis là avec le cannabis: bad trip, attaque de panique, dépersonnalisation, hospitalisation. Très flippant. Mais je m'en suis remise et j'ai repris le cannabis. J'ai besoin qu'il se passe des choses dans ma journée, ma semaine, ma vie. Le cannabis ça me donne tout ça. J'ai pas besoin de plus quand je suis défoncée. J'ai un bac+3, un travail, un mec, un logement, je gère mon argent, je pars en vacances, j'ai des amis, je fais du sport, je n'ai pas eu une enfance difficile ou des parents alcoolo-dépendant ou divorcés ou d'autres situations graves et marquantes. Je crois que je m'ennuie, je ne sais pas faire autrement que d'aller vers la prise de risque, ça devient problématique, le cannabis devient problématique. Je fais quoi?

Mise en ligne le 19/11/2014

Bonjour,

Vous décrivez les choses avec beaucoup de lucidité et d'authenticité. Vous dites que d'une manière générale, vous êtes souvent en recherche d'excès ou de sensation forte. Vous dites aussi que vous vous ennuyez et que cela vous fait aller vers la prise de risques. Les questions que vous soulevez dépassent le simple cadre de vos consommations et sont de nature presque "existentielle" ..

Pour vous aider à avancer, il nous semble important de pouvoir travailler ces questions avec l'aide et le soutien d'une équipe de professionnels. Aussi, nous vous conseillons de prendre contact avec un CSAPA (Centre de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). L'équipe de professionnels (éducateurs spécialisés, médecins, psychologues) reçoit les usagers de manière anonyme et gratuite. Cela vous permettrait de mieux comprendre votre fonctionnement, votre comportement mais aussi d'être accompagnée dans votre réflexion sur la relation que vous entretenez avec ce produit et sur la fonction qu'ont vos consommations. Nous vous joignons les coordonnées d'une structure proche de chez vous en bas de message.

Vous pouvez aussi joindre l'un de nos écoutants au 0 980 980 940 (Ecoute Cannabis) tous les jours de 8h à 2h (l'appel est anonyme et non surtaxé) ou par chat de 14h à 2h du lundi au vendredi.

Cordialement.

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