

Vos questions / nos réponses

## Conseils/Avis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 06/11/2017 18:55

Depuis à peu près un an, un ou deux week-ends dans le moi je consomme divers produits dans le cadre festif. Je ne pense pas en avoir déjà trop abusé et est toujours fais attention à ça. Au jour d'aujourd'hui j'ai l'impression d'avoir certaines répercussions sur ma façon de me comporter, j'ai l'impression d'être devenu parano sur le regard que peuvent avoir les gens de moi et d'autres choses et je m'enferme petit à petit dans une bulle de solitude si je puis dire et perd peu à peu le gout des choses que j'aimais avant et des gens aussi. J'ai 17 ans et ne peux donc pas facilement prendre de démarche pour communiquer. Je ne pense pas être addict à quoi que ce soit et n'est jamais ressenti de manque, mais je commence à m'inquiéter sur mon comportement et mon humeur qui varie de plus en plus régulièrement. Je n'est plus la même joie de vivre qu'avant et je dois bien avouer que tout ça me dépasse un peu par moment. Je voudrais juste savoir quels conseils/avis pourriez-vous me donner ?

---

**Mise en ligne le 09/11/2017**

Bonjour,

Votre comportement a changé et il vous semble que le regard que les tiers portent sur vous n'est, peut-être plus le même. Cette situation vous met dans un état de mal-être, vous fait vous replier sur vous-même et vous donne un sentiment de confinement dans une bulle.

Pourtant, jusqu'il y a un an vous aviez une consommation mesurée et vous vous amusiez. Même si vous ne pensez pas être dépendante d'un quelconque produit ou de quoi que ce soit et ne faites pas directement le lien de votre mal-être avec vos consommations, nous pensons que vous ne l'excluez pas non plus . Votre âge est une période charnière de transition et de transformation. Vous passez de l'adolescence à l'âge adulte. C'est une période de changements importants sur les plans physiques et psychologiques qui peut effectivement avoir des répercussions sur le comportement, sur l'humeur...

Aussi, nous pensons que vous avez tout à gagner à vous rapprocher du centre dont nous vous avons mis les coordonnées en bas de page, pour faire le point avec un professionnel d'une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC) qui vous accueillera avec bienveillance et discrétion. Ce sont des professionnels de l'écoute des jeunes, que leur mal être soit lié ou non à une consommation. La démarche est gratuite, confidentielle et l'anonymat peut-être demandé. En effet, étant mineure vous pouvez demander à ce que vos parents ne soient pas mis au courant.

Si vous souhaitez reprendre tout cela avec nous n'hésitez pas à nous contacter par tchat via notre site gratuit et anonyme du lundi au vendredi de 14h00 à minuit ou au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, gratuit et anonyme) tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin.

Bien cordialement.

---

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

---

**[CSAPA- Association Addictions France](#)**

8, rue Francis de Pressensé  
**83000 TOULON**

**Tél :** 04 94 92 53 46

**Accueil du public :** lundi et mercredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h, jeudi de 9h à 13h (fermé l'après midi), vendredi de 9h à 12h30

**Secrétariat :** lundi et mercredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h, jeudi de 9h à 13h (fermé l'après midi), vendredi de 9h à 12h30

**Substitution :** Unité Méthadone : du lundi au vendredi de 9h à 13h

**Consultat° jeunes consommateurs :** aux horaires du CSAPA

[Voir la fiche détaillée](#)