© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Comment ne plus y penser ?

Par Profil supprimé Posté le 24/09/2018 à 20h01

Alors je tien à préciser et je m’excuse d’avancer si mon post est “déplacé”. J’ai 16ans seulement j’ai essayer l’extasie sous forme de tazz surdosé, bien sûr comme un pigeon j’ai attendu un petit mois et j’en ai repris, mon gros problème c’est qu’actuellement j’ai envie d’en reprendre immédiatement cela fait 3 jours que j’ai passer le dernier trip, je me sens plus du tout d’attendre sa devient vraiment intense.. je prend beaucoup de cannabis et je fume du tabac. Ma vision de l’extasie c’est pour moi des montée assez dure ou je doit m’accrocher, une fois en haut je profite comme un ouf à refaire le monde pendant 2 bonne heures jamais en dansant je ne suis pas un fetard juste un "juncky" classique. Puis je perd letat stimulé et rentre dans une depression intense ou je pense juste a me tuer alors que je suis encore dans "l'effet" sa me fair donc beaucoup de mal mais je m'en remet ensuite assez vite. Mais sa m'attire enormément par rapport a la premiere fois et je sais que si j'en reprend sa serra bien pire ! meeci d'avance

1 réponse

Moderateur - 25/09/2018 à 09h49

Bonjour Lp33Lp,

Vous avez connu une expérience forte et plaisante suivie d'une phase de descente, classique avec l'ecstasy. Cette phase de descente rend particulièrement attractive l'idée d'en reprendre.

Mais cette cette idée que vous avez maintenant qu'il faut que vous en repreniez vite et que vous n'allez jamais tenir cela va vite disparaître. C'est intense mais c'est éphémère.

Honnêtement n'en reprenez pas : vous êtes trop sensible et la quête de la première sensation est illusoire. On ne retrouve jamais vraiment les "premières fois". Vous n'avez pas envie de vous mettre en difficulté pour la suite et vous n'êtes pas obligé de le faire. Mais c'est vrai qu'il va falloir gérer votre frustration et ça c'est un peu difficile.

Je vous conseille de vous occuper pour moins y penser. Faites des activités que vous aimez (mis à part fumer du cannabis) et essayez de quitter cette idée que seule la ou les drogues peuvent vous satisfaire. Cela ne va que vous isoler des autres, vous démotiver et vous enfermer. C'est une illusion, un plaisir à court terme qui n'apporte que des problèmes ensuite car vous allez vous décevoir et perdre confiance en vous.

Lorsque l'envie est forte vous pouvez, pour vous aider à la faire passer, appeler par exemple notre ligne Drogues info service (0 800 23 13 13). En parler cela fait du bien. Vous pouvez d'ailleurs aussi faire le point de vos consommations, vos envies et vos difficultés avec une CJC (Consultation Jeunes Consommateurs).

C'est gratuit et très utile. Pour trouver la CJC la plus proche vous pouvez nous appeler ou utiliser le formulaire de recherche que vous trouverez en bas de cet article :

http://www.drogues-info-service.f...-aide-aux-jeunes-et-a-leur-entourage

Prenez soin de vous, faites les bons choix. Personne ne peut véritablement le faire à votre place mais on peut en parler et faire le point.

Nous restons à votre écoute.

Cordialement,

le modérateur.