VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

JE NE PREND PLUS RIEN M EST JE NE PENSE CAS CA

Par Profil supprimé Postée le 17/09/2018 22:09

> Atteint de phobie sociale peur des nouvelles personne hyper timide en plus atteint d une pancreatite je voudrai arrêté de pensé à me défoncé le crâne cas quand je suis clean je suis pas bien

---

Mise en ligne le 21/09/2018

Bonjour,

Lorsque vous ne consommez plus de drogues, vous vous sentez mal et ne pensez qu'à ça. Vous nous demandez comment faire pour que ça change.

Vous semblez être dans des difficultés psychologiques et physiques assez invalidantes au quotidien. Du fait de votre phobie sociale, de votre timidité, ainsi que de votre problème de santé, vous devez probablement avoir du mal à sortir de chez vous. Or, il est positif de s'aérer, d'avoir des activités personnelles, de voir du monde, lorsqu'on est en sevrage.

Le fait de rester enfermé chez vous fait que vous vous retrouvez face à vous-même, à vos pensées, voire face à vos ruminations. Ainsi, nous comprenons bien la présence de vos obsessions de consommation.

Malgré ce contexte difficile, vous tenez le coup et nous tenions à le relever et à vous encourager dans votre démarche.

Nous aimerions vous aider au mieux, mais pour cela, nous aurions besoin d'avoir plus d'informations, de précisions sur votre situation. Ainsi, nous vous incitons à nous joindre soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat, via notre site internet www.drogues-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

Bien à vous

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service