

### J'AI UNE DOUBLE PERSONNALITÉ

---

Par [Mimi06](#) Posté le 11/09/2022 à 22h24

J'ai 19 ans et je suis alcoolique.

bonjour à tous,

Aujourd'hui je viens de prendre conscience que j'ai un véritable problèmes d'alcools. Le problème c'est que ça a des répercussions énormes sur mon entourage et ça a pris des proportions très importantes. Dès que je bois dans une boîte de nuit, soirée, endroit festifs peu importe la quantité d'alcool que je bois, je me révèle, je deviens très hyperactive. Je deviens une personne totalement différente de ce que je suis. J'ai un changement de personnalité très inquiétant et alarmant. Je deviens très méchante avec mes proches, je tiens des propos déplacées, je critique tout le monde, j'ai des actions impardonnables.... toutes les pires choses. Je dis des choses que je ne pense même pas quand je suis sobre. Et le pire dans tout ça c'est que le lendemain je me rappelle de rien, énorme trou noir, même pas un détail je me rappelle. Mes amis me prennent pour une folle, j'ai toujours cette boule au ventre de pas savoir ce que j'ai fait. Ce stress de pas savoir ce qui s'est passé. Je me dis mais comment j'ai pu faire ça.

Une fois j'ai dit à un ami qui allait se fiancer que sa copine était moche, devant elle. Une fois j'ai abandonné ma meilleure amie en sortant de boîte alors que je logeais chez elle. Elle a failli se retrouver à la rue parce que j'avais ses clefs. Une fois j'étais en vacances avec mes copines, on étaient en boîte et je suis partie pendant 2h sans donner de nouvelles. Mes copines étaient très inquiétés.

Ce changement de personnalité c'est pas tout le temps quand je bois, je vais boire 8 verres dans un restaurant ma personnalité va pas changer. C'est juste quand je suis en boîte de nuit, ou des endroits festifs que je deviens comme ça. On dirait que je deviens excitée quand il y a du monde, de la musique forte et on dirait que l'alcool monte très vite et directement au cerveau.

Cette modification de ma personnalité en personne méchante, odieuse, blessante devient très pesante, mes amies ont peur de moi, ils me prennent pour une droguée et une folle. Ils croient que je me drogue alors que non le problème est l'alcool. Je commence à avoir une image de folle, on commence à me stigmatiser de droguée, de perdue. Et je commence à perdre mes amies. J'ai pris la décision aujourd'hui d'arrêter définitivement l'alcool, et de faire une cure de désintoxication. Mais je sais que ça va pas effacer mon passé, les erreurs que j'ai faite, mon image. Le pire c'est que à cause de mes comportements mes amis commencent à être stigmatisés de «la copine de la droguée, de la folle». C'est intolérable, elles ont encore plus de stress que moi, parce que elles sont assimilées à moi.

J'ai l'impression d'avoir garder des séquelles, que mon cerveau est lent, j'ai des troubles de mémoires, j'ai du mal à pas bégayer.

j'aimerais comprendre pourquoi j'ai ce changement de personnalité quand je suis en boîte même avec 2 verres d'alcool. Alors que quand je suis au resto je peux boire une bouteille et ne pas être bourrée.

### 3 RÉPONSES

---

[Sunshine](#) - 27/09/2022 à 13h11

Bonjour Mimi06,

C'est déjà super important d'en avoir pris conscience et de faire la démarche. Il faut t'accrocher et te faire aider. Cette « double personnalité » arrive à beaucoup d'entre nous... L'alcool modifie totalement la perception de l'environnement et on devient une autre personne sous l'emprise de l'alcool. Surtout lorsqu'on bascule sur une consommation chronique...

Il faut que tu continues sur le chemin de la guérison. Tu ne pourras pas réparer tes erreurs mais si tu vas mieux, tes amies te pardonneront, elles comprendront que tu n'étais pas responsable de ton état. Et je l'espère vous pourrez poursuivre une belle amitié . Courage à toi. N'hésite pas à donner des nouvelles.

---

[Today](#) - 28/09/2022 à 00h17

Bonsoir mimi06.

L'alcool au restaurant, c'est plus "convivial", plus "cosy" aussi....vous y êtes entre amis, en petit comité, les interactions sont en directe. C'est aussi souvent un lieu plus calme et plus étroit.

Les boîtes ou festivals ou autres endroits festifs, c'est bruyant, ultra stimulant par les lumières, les sons "trop", le trop de monde, trop d'espace, trop d'excitation, .ce peut être un milieu anxiogène pour vous (?) ce qui vous amènerait par le biais de l'alcool à libérer cette anxiété (?).

De plus, lors des repas, l'on boit moins rapidement et pas l'estomac vide (l'assimilation de l'alcool s'en trouve "atténuée" dans ses effets). L'anxiété peut aussi engendrer des symptômes tel que des troubles de la mémoire (de l'attention) ainsi que les bégaiements. L'alcool en prise excessive et régulière accentue l'anxiété et par ce biais les symptômes que vous décrivez.

Dans votre démarche d'arrêter l'alcool, avez-vous opté pour un suivi médical ? Cela vous aiderait à y voir plus clair et être bien accompagnée.

---

**Calou13 - 12/11/2023 à 20h52**

J'espère que vous avez su surmonter cette épreuve.

J'ai récemment quitté une femme que j'aimais de tout mon coeur à cause de ses problèmes de changement de personnalité dû à l'alcool. Comme vous elle devenait méchante mais aussi violente, jalouse, impossible de la raisonner, troubles de la mémoire à court et long terme, black-out et aucun souvenir de ce qui s'était passé... sauf que moi je me souvenais de tout.

Un soir pour la première fois de ma vie j'ai dû appeler la police par ce qu'elle avait pété les plombs. Tout le monde parlait de moi dans mon dos, mais je vous assure que dans ces moments là, la situation semble désespérée. On s'est retrouvé une autre fois avec la police par ce qu'elle ne voulait me laisser partir de chez elle... encore l'alcool.

Toute les situations qui nous ont mené à la rupture sont arrivées quand elle était ivre. On vivait de bon moment et on aurait pu se projeter pour vivre ensemble. Malheureusement il a fallu que je me protège et que je protège ma fille. Car même si on avait des périodes où tout se passait bien, les moment pourri avaient une telle intensité qu'ils éclipsaient complètement les bon moment.

J'avais peur que ma fille assiste un jour à une scène, elle s'en était déjà prise à moi physiquement, elle aurait pu s'en prendre à ma fille.

Que vous l'ayez compris est une étape importante vers la guérison je pense. Vous êtes jeune, éviter de finir comme mon ex passé 40 an. C'est une femme qui connaît beaucoup de monde mais qui n'a pas de vrai amis. Pas d'enfant, des relations qui ne s'éternisent jamais et des troubles importants.

L'alcool détruit des vies, des belles histoires et des belles personnes.

Prenez soin de vous.

---