ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

DEMANDE DE CONSEILS

Par Profil supprimé Postée le 31/08/2014 13:31

Bonjour, j'ai un problème avec l'alcool. Chaque fois que je fais la fête, je n'arrive pas à m'arrêter de boire. Cela me provoque des trous noirs pendant lesquels j'ai un mauvais comportement avec mon entourage amical et mon conjoint. Je souhaite vraiment arrêter ça, je risque de perdre mon conjoint. Je ne sais pas comment faire. Pouvez- vous me conseiller? Merci.

Mise en ligne le 01/09/2014

Bonjour,

Il peut être aidant pour arriver à arrêter de boire d'identifier les raisons qui poussent à consommer, dans l'éventualité où vous n'auriez pas encore repéré ce qui vous pousse à boire ainsi de manière abusive. Le fait de consommer sans arriver à vous arrêter témoigne peut être de difficultés en amont, votre comportement problématique à ces moments là ne pouvant aller dans ce sens.

Il peut être aidant dans ce type de situation de se faire aider sur le plan psychologique. Il existe des centres de soins en addictologie où vous pourriez consulter gratuitement et confidentiellement divers types de professionnels, dont des psychologues. N'ayant pas connaissance de votre département, nous sommes dans l'impossibilité de pouvoir vous orienter. Afin d'obtenir ces coordonnées, ainsi que pour avoir un échange plus approfondi sur votre situation, n'hésitez pas à nous contacter. Vous pouvez le faire via le Chat (dans la colonne de droite de la page d'accueil de notre site internet), ou par téléphone gratuitement et confidentiellement au 0980.980.930, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé).

Cordialement.