ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

POURQUOI J AI FAIS CA

Par Profil supprimé Postée le 24/02/2017 12:14

J'ai tapez ma femme 5 jrs itt dans 4 jours tribunal car j avais bu avec une gêne psychologique que j arrive pas à me séparez comment faire

---

Mise en ligne le 27/02/2017

Bonjour,

Vous avez frappé votre femme sous l'emprise de l'alcool et à présent vous culpabilisez. Vous vous demandez comment vous en êtes arrivé là. Cet épisode malheureux vous fait réfléchir et cela est positif.

Vous parlez d'une gêne psychologique que vous n'arrivez pas à décrire et dont vous ne pouvez vous séparer. Cette souffrance psychologique est peut être à l'origine de votre consommation d'alcool, de ce besoin de boire pour se sentir mieux.

Dans une telle situation nous voulons vous encourager à consulter des profesionnels qui pourront vous aider à diminuer voir à arrêter de boire mais aussi à comprendre ce qui se passe en vous.

Sachez qu'il existe des consultations dans les centres de soins en addictologie (CSAPA) où vous pourriez consulter un médecin alcoologue. Les consultations y sont anonymes et gratuites. Il vous sera possible de faire un point sur votre consommation et bénéficier d'un accompagnement psychologique afin de traiter la question de votre gêne psychologique. Vous trouverez une adresse en bas de page.

Vous pouvez aussi visiter notre site à la rubrique "Quand je bois je ne sais pas m'arrêter " ainsi que " Limiter ou arrêter ma consommation ? ".

Vous pouvez également joindre un de nos écoutants afin d'avoir un premier contact au 0980 980 930 (ligne de "Alcool Info Service", gratuite et anonyme depuis un poste fixe, tous les jours entre 8h et 2h du matin) ou par chat.

Prenez soin de vous.

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

Autres liens :

- Quand je bois je ne sais pas m'arrêter
- Limiter ou arrêter ma consommation