

POURQUOI ?

Par Profil supprimé Postée le 27/11/2019 21:54

Bonsoir je suis passée déjà y a quelque temps et comme beaucoup je me suis voilé la face en me disant que je pouvais reprendre une consommation normale ????mais non j ai compris que moi je faisais parti des 0 alcools. Aujourd'hui j en suis au 17 jours d abstinence complète sans trop d effort même mais voilà je me suis aperçu que j avais envie de prendre un verre quand je me sens bien et heureuse hors si je suis comme ça c est justement parce que je suis sobre. Alors c est quoi mon problème ? La plupart des gens c est quand ils ont des soucis, pour les oublier mais moi j ai une belle vie pas parfaite mais j ai énormément de chance pourtant j ai mal commencé ma vie, fille non désirée, pas aimé, violée petite, agressé a differents moment de ma vie je me suis battue pour m en sortir alors pourquoi cette envie quand je me sens bien j avoue ne pas comprendre, suis je normal ?

Mise en ligne le 02/12/2019

Bonjour,

Nous comprenons que vous vous posiez toutes ces questions.

Chaque personne a une relation différente avec l'alcool. Il arrive que certains en consomment quand ils ne vont pas bien car ce produit a des effets anti-dépresseurs et anxiolytiques mais il arrive également que certaines personnes aient envie d'en consommer quand elles se sentent bien car l'alcool peut avoir un côté festif et désinhibiteur. Il peut en effet être source de plaisir et son usage modéré peut ne pas être problématique. Ce qui est problématique, c'est quand la consommation d'alcool devient un besoin et risque alors d'entraîner la personne vers une consommation excessive.

La dépendance est un phénomène complexe, dans lequel il est parfois difficile d'identifier les raisons qui nous poussent à consommer. Cependant, comprendre le rôle que peut jouer l'alcool peut aider à diminuer, arrêter ou gérer ses consommations d'une façon différente et voir la meilleure option pour soi (abstinence totale ou pas). L'alcool a aussi pour particularité d'engendrer un état dépressif chez les usagers réguliers, c'est peut-être aussi pourquoi vous vous sentez aussi bien sans. L'alcool vous a peut-être permis de gérer certains problèmes à un certain moment et a aussi été source de plaisir à d'autres. Il est tout à fait « normal » de vous demander pourquoi vous en avez envie alors qu'il vous a posé des problèmes à un moment donné.

Peut-être que d'en parler avec des professionnels spécialisés en addictologie pourrait vous aider à évaluer votre consommation et notamment votre rapport à l'alcool. Il existe des structures spécialisées en addictologie, ce sont les CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ce sont des lieux dans lesquels il est possible de rencontrer des professionnels pour faire un point sur ses consommations. Les consultations y sont gratuites et confidentielles. Vous y trouverez des médecins, des psychologues ou encore des travailleurs sociaux. Nous vous joignons des adresses près de chez vous en fin de réponse.

Nous tenons aussi à souligner le courage que vous avez d'avoir traversé toutes ces épreuves et nous espérons avoir répondu à votre question.

Enfin, n'hésitez pas à nous recontacter pour parler davantage de votre situation avec un de nos écoutants. Nous sommes disponibles tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) et par Chat de 14h à minuit.

Bien à vous.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

CSAPA - ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE 27

9 rue Dulong
27000 EVREUX

Tél : 02 32 62 02 21

Accueil du public : Lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 13h30 à 19h.

Secrétariat : Lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 13h30 à 17h30.

Voir la fiche détaillée

CSAPA NHN/ABRI

47 Rue de la Forêt
27000 EVREUX

Tél : 02 32 62 00 62

Accueil du public : Ouvert tous les matins de 9h30 à 13h Ouverture l'après-midi : le lundi, mercredi et vendredi de 13h30 à 17h30. Jeudi de 13h30 à 18h. Fermé le mardi après-midi

Substitution : Le lundi, le mercredi et le vendredi de 9h30 à 13h.

Voir la fiche détaillée

CENTRE DE SOINS, D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE

2 rue Saint Jean
Centre Hospitalier de Louviers
27400 LOUVIERS

Tél : 02 32 25 76 67

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

CSAPA DE VAL DE REUIL - ADISSA-GROUPE SOS SOLIDARITÉS

135 rue grande
Appartement 345
27400 VAL DE REUIL

Tél : 02 32 62 89 24

Site web : www.groupe-sos.org/structure/adissa/

Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h

Accueil du public : Du lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h à 12h et de 13 à 17h - le jeudi permanence téléphonique uniquement

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes et entourage sur rendez-vous aux horaires d'ouverture

COVID -19 : Mise à jour FEVRIER 2022: le pass vaccinal n'est pas exigé. Téléconsultation possible à la demande

Voir la fiche détaillée

CSAPA DE VERNON - ADISSA-GROUPE SOS SOLIDARITÉS

1-3 rue de l'artisanat
27200 VERNON

Tél : 02 32 62 89 23

Site web : www.groupe-sos.org/structure/adissa/

Secrétariat : Lundi de 9h à 13h et de 14h à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 13h (fermé au public l'après midi)

Accueil du public : Lundi de 9h à 13h et de 14h à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 13h (répondeur l'après midi)

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur rendez-vous

COVID -19 : Mise à jour FEVRIER 2022: le pass vaccinal n'est pas exigé. Téléconsultation possible à la demande

Voir la fiche détaillée