ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

PEUT ÊTRE UN PROBLÈME ...

Par Profil supprimé Posté le 30/06/2014 à 13h58

Tout d'abord bonjour à vous tous.

Mon histoire est simple et surement pas la pire mais il faut que j'en parle.
Je suis quelqu'un qui boit seulement aux occasions du type réveillon, manifs en tout genre (festivals, fête de communes ... etc).
Depuis 3 ans approximativement j'ai un alcool mauvais et je peux être désagréable et parfois violent.
Ces soirées sont tout le temps des gros vides dans ma mémoire ...
Seulement comme je le disait depuis 3 ans je ne bois que tous les 2-3 mois pour éviter ça, et puis finalement je me re-teste ... A chaque fois il se passe quelque chose, comme samedi dernier, ca faisait deux bons mois que je n'avais pas bu à une soirée ... je me souviens jusqu'à a peu près 23h jusqu'à ce que je me réveille aux urgences vers 6h ... on m'as frappé au torax et au visage.
Le pire est que je ne suis pas conscient de ma consommation lors des soirées ...

Je voulais savoir si il était normal qu'un buveur occasionnel comme moi puisse avoir autant de mal avec la boisson, est-ce le signe qu'il faille que je stoppe l'alcool ?

Merci de votre lecture, j'espère que vos expériences pourront m'apporter un peu ...

Cordialement, Altrak

1 RÉPONSE

Moderateur - 16/07/2014 à 12h27

Bonjour Altrak,

Vous n'avez pas eu de réponse donc je me permets un petit commentaire. Il semblerait que lorsque vous commencez à boire en soirée vous perdez le contrôle de ce que vous faites. C'est une question de contrôle plus que de "dépendance" à l'alcool, qui n'a pas de sens vous concernant. Ce que je me demandais c'est s'il vous arrivait de boire de l'alcool hors soirée, par exemple au cours d'un repas familial, et comment cela se passait alors ? Toujours la même perte de contrôle ?

En tout cas ce qui vous arrive peut se travailler avec l'aide d'un psychothérapeute comportementaliste qui va vous aider à comprendre comment vous perdez le contrôle et ensuite comment le reprendre. Il ne s'agit donc pas forcément que ne buviez plus du tout d'alcool mais plus que vous réappreniez à vous contrôler. Pour cela il vous l'aide d'un tel professionnel.

Cordialement,

le modérateur.