ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

JEUNE ALCOOLIQUE

Par Profil supprimé Postée le 15/10/2014 03:42

Bonjour à tous,
J'ai 24ans, je suis du genre à me donner à fond dans tout ce que j'entreprends. Depuis mes 12ans je pratique une activité physique intense (arts martiaux+musculation). Depuis mon entrée à la fac à mes 18ans je participe à des soirées bien arrosées. Je finis souvent dans un état second, j'adore faire la fête, et je finis toujours par boire plus que les autres. Pourtant je suis toujours celui qui tient le mieux l'alcool, mais il m'en faut plus. Depuis quelque temps, je me suis rendu compte que je buvais seul, devant mon ordinateur le soir, en travaillant. Maintenant je vais sur mes 25ans et les beuveries étudiantes qui avaient du sens pour moi jusqu'à maintenant ont disparu. Je bois régulièrement avec mes collègues de travail, nous faisons parti d'une start-up en pleine expansion et sommes un groupe très soudé, avec toute la pression que ça peut engendrer. Pourtant au moins une fois par semaine je me sens obligé de finir ma soirée avec de l'alcool chez moi pendant que je finis mon travail sur mon ordinateur. Et comme depuis toujours quand je bois c'est de grosses quantités d'alcool vu que je tiens bien (une bouteille d'alcool fort entière à moi seul). Jusqu'à maintenant j'ai toujours fait avec car c'était pour moi une nécessité pour "rester au niveau", mais maintenant j'ai envie de comprendre ce qui m'arrive et de me libérer de cette addiction. c'est la toute premiere fois que je parle de ma situation, je suis ouvert à tout dialogue, merci

---

Mise en ligne le 21/10/2014

Bonjour,

Nous ne savons pas s'il convient déjà d'utiliser le mot d'addiction pour qualifier votre comportement.

En effet Il manque quelques éléments sur la fréquence de votre consommation que vous qualifiez de régulière avec vos collègues de travail, avec en plus une fois par semaine au moins une alcoolisation poussée en travaillant chez vous.

Pour qualifier votre addiction il faudrait par exemple savoir si vous restez parfois plusieurs jours d'affilée sans boire d'alcool.

Mais quoiqu'il en soit votre consommation est inquiétante en ce qu'elle concerne des volumes d'alcool importants. Il semble d'ailleurs que vous aimiez bien l'excès : de fête, de sport, d'alcool. Cette question des limites à repousser se retrouve dans ce que vous nous écrivez en tout cas.

Une autre impression que donne votre récit est que l'alcool se rattache à quelque chose : au début les fêtes étudiantes, puis le travail. La difficulté dans ce cas-là est que la limitation de votre consommation peut paraître se heurter à l'opinion des autres, voire à votre « réputation ».

Enfin, le fait que vous consommiez excessivement également seul chez vous peut montrer que l'alcool serait devenu un accessoire du quotidien, et non plus des fêtes, de travail ou d'études.

Il semble que c'est ce « cap » qui vous a amené à nous contacter.

Peut-être sentez-vous votre indépendance menacée ? Elle semble l'être effectivement, mais vous avez déjà relevé un certain nombre de défis si nous nous basons sur votre témoignage (sport intensif, études, start-up..)

Nous vous invitons à regarder de près notre site Alcool info services, pour plusieurs choses, et raisons. Tout d'abord vous pouvez tester votre consommation, pour avoir des éléments tangibles. Vous pouvez également lire les témoignages, voire participer à des forums, pour avoir d'autres regards sur l'alcool, les consommations excessives, voire compulsives. Et enfin vous pourrez peut-être re-questionner cette " nécessité de rester au niveau" que vous évoquez , et qui à notre avis ne résistera du coup pas beaucoup à votre regard critique.

Vous pouvez également, dans un second temps, ou avant si vous le souhaitez, nous contacter par Chat sur notre site ou par téléphone en nous appelant sur notre ligne Alcool Info Service au 0 980 930 930 (appel non surtaxé, tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin) pour en parler plus avant, et évoquer éventuellement des pistes de travail ou d'orientation.

Bien cordialement.