

CHANGEMENT DE PERSONNALITÉ AVEC L'ALCOOL

Par Profil supprimé Postée le 05/03/2018 00:04

Bonjour, depuis quelques temps je change radicalement de personnalité quand je bois (cela n'arrive pas systématiquement).

Je suis de nature très réservé, toujours respectueuse et polie, gentille avec ceux qui m'entoure. Pour vous donner un exemple concret, ce week-end je suis sortie en boîte avec une amie, j'avais pas bu plus que ça avant d'arriver là bas, puis dès garçons nous ont proposé de nous installer avec eux et j'ai dû boire un ou deux verre. C'est là que le drame a commencé. J'ai embrassé plusieurs garçon, je disais à qui voulais l'entendre que j'avais envie de « baiser », je me suis à moitié déshabillé, j'ai créer une énorme embrouille aux vestiaires et j'ai voulu me battre, j'ai été injurieuse envers mon amie, je l'ai rabaissé et j'ai demandé à un garçon que je ne connaissais pas si il voulait coucher avec moi. Je suis évidemment blacklisté de cette boîte.

Je ne me souviens évidemment pas de tout ce qu'il s'est passé et quand mon amie m'a raconté je me suis senti tellement honteuse et dans l'incompréhension. J'ai peu d'estime de moi et quand je me retrouve dans cet état je deviens tout ce que je déteste. Ma confiance en moi chute à chaque fois que je vis cela. Je passe du stade sobre à complètement folle sans paliers.

Quelqu'un saurait m'expliquer cela et comment faire pour que cela ne se reproduise pas sans arrêter de boire pour autant car comme je le disais au début cela ne se produit pas à chaque fois. C'est un peu la roulette russe.

Merci de vos réponses

Mise en ligne le 06/03/2018

Bonjour,

Vous décrivez une modification totale de votre comportement lorsque vous consommez de l'alcool en soirée. Cela n'est pas systématique et ne semble pas dépendre des quantités consommées. Vous nous demandez de vous en expliquer les raisons et de vous conseiller afin que cela ne se reproduise plus.

Une prise d'alcool, même en petite quantité, peut engendrer une désinhibition et conduire ainsi à une modification du comportement, entre autre sexuel. Certaines études montrent en effet que l'alcool augmente le taux de testostérone chez la femme. Cette hormone jouant un rôle important au niveau du désir, on peut facilement comprendre et expliquer le comportement aussi inhabituel qu'il soit.

L'alcool a également un impact direct sur les régions du cerveau qui permettent l'analyse d'une situation et donc le contrôle de nos comportements.

Bien évidemment, ces différents paramètres peuvent également expliquer votre comportement agressif.

Les trous noirs sont également assez fréquents en cas d'alcoolisation.

Des éléments contextuels et émotionnels (stress, fatigue, ...) peuvent jouer un rôle dans ce type de réaction.

Vous vous décrivez comme quelqu'un de réservé, manquant de confiance en vous et avec une faible estime de vous-même. Cela nous amène donc à se demander, s'il ne vous arrive pas parfois de boire afin de vous renforcer au niveau de ces paramètres.

Le glissement entre « se détendre en buvant un verre » et « se retrouver dans un état d'ivresse incontrôlée » étant infime, nous ne pouvons pas préconiser une certaine dose à respecter. Tout ce que l'on peut vous dire c'est que « boire moins c'est mieux ».

Ce type de circonstances étant visiblement arrivé plusieurs fois, nous pensons qu'il serait important que vous arriviez à mieux comprendre ce qui se passe. Cela pourraient vous permettre de prévenir ce genre de situation.

Pour vous aider à cela, nous vous encourageons à vous diriger vers une consultation jeunes consommateurs (CJC). Les consultations y sont gratuites et confidentielles. Elles sont assurées par une équipe de professionnels de santé (médecins, psychiatres, psychologues, éducateurs, ...) qui pourront vous apporter une écoute et des conseils en matière de réduction des risques liés à l'alcool.

Vous trouverez leurs coordonnées sur notre site internet www.alcool-info-service.fr via la rubrique « adresses utiles ».

Pour toutes autres questions ou pour une écoute, sachez que nos écoutants sont disponibles soit par téléphone au 0980980930, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat, via notre site internet, tous les jours de 14h à minuit.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service