

## SUIS-JE ADDICT ? AI JE AUTRE CHOSE ?

---

Par Drew Postée le 27/01/2023 16:44

Bonjour Depuis très longtemps je bois ! Mais ces derniers temps, je me suis rendu compte de quelque chose de particulier. J'ai eu des consommations avec des vrais manques etc... mais depuis quelques temps je me rends compte que je peux rester sans boire pendant très longtemps sans sensation de manque. Je suis quelqu'un qualifié de sensible voir hypersensible (je vais d'ailleurs aller voir un spécialiste pour ça prochainement). J'ai de + en + la conviction que mon alcoolisme est en lien avec mon hypersensibilité. Au moment où je vous écris cela je n'ai pas bu un verre d'alcool depuis une semaine et pourtant les occasions ont été nombreuses. A votre avis, suis je addict ou ai je autre chose ? Merci de votre réponse

---

### Mise en ligne le 01/02/2023

Bonjour,

Il nous sera difficile de vous donner un « diagnostic », ou ne serait-ce qu'un avis, d'après les quelques informations que vous nous communiquez sur votre situation. En effet, beaucoup de points seraient à préciser sur vos habitudes avec l'alcool, vos manières et vos raisons de consommer, les contextes dans lesquels vous buvez, ce que vous qualifiez de « vrais manques » ...

Nous relevons tout de même que vous semblez associer vos recours à l'alcool à votre hypersensibilité, comme si les alcoolisations venaient répondre à ce trait de personnalité. Dès lors que l'on se sert des effets de l'alcool dans le but de réguler ses émotions, quelles qu'elles soient, il est vrai que les consommations peuvent paraître à risque. C'est peut-être à ce niveau que réside votre inquiétude.

Encore une fois, nous manquons d'éléments sur vous comme sur la nature et le sens de vos alcoolisations pour nous permettre de qualifier s'il s'agit d'une addiction ou « autre chose ». Ce que nous pouvons vous dire c'est que lorsqu'il y a addiction, elle ne se constitue pas par hasard et sans raisons singulières. Ce peut être utile de garder cela en mémoire pour la suite de votre démarche.

Nous encourageons d'ailleurs le fait que vous ayez décidé de vous rapprocher d'un professionnel pour faire état de vos difficultés et interrogations. Si notre service peut encore vous être utile, n'hésitez pas bien entendu à revenir vers nous pour échanger plus précisément avec un(e) écoutant(e). Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien à vous.

---

### En savoir plus :

- ma consommation est elle un problème ?