

POUR PARTAGER

Par [Profil supprimé](#) Posté le 14/06/2019 à 19h52

Hello,
Je viens de m'inscrire sur le site parce que je suis alcoolique. J'ai 42 ans, suis maman de deux garçons de 8 et 10 ans, un compagnon avec lequel j'ai grandi puisque nous vivons ensemble depuis 1998. Lui a 43 ans. J'avoue ne pas bien comprendre les mécanismes qui font que je consomme. Je souhaite reprendre une relation sereine avec l'alcool. Mon compagnon boit raisonnablement mais moi non et, si j'ai une tendance à boire plus que raisonnablement, je le fais surtout depuis 3 ans quotidiennement. Mon rapport à l'alcool change et mon compagnon me met en garde. Je n'arrête pourtant pas. J'y reviens. L'alcoolisme n'a cependant sur moi pas de conséquence physique m'ayant amenée à consulter un médecin ou de conséquences sociales comme l'absentéisme au travail mais c'est l'alcool est présent chaque jour et ne me permet pas de lâcher prise... Sans lui
Je souhaiterais l'écarter de ma vie. Mon expérience vous parle t elle ? Merci à vous !

3 RÉPONSES

[gregos42](#) - 17/06/2019 à 17h50

Bonjour
ton expérience est la même que pas mal d'entre nous
on se fait une idée de l'alcoolisme un peu faussé
on se dit moi je traîne pas dans les bars, je ne me promène pas avec une bouteille toute la journée, je n'ai pas le nez rouge...
j'ai pourri pas mal de relations à cause de l'alcool concernant les femmes qui ont partagé ma vie
le seul conseil avisé que je puisse te donner est d'arrêter car tôt ou tard cela va engendrer des problèmes de plus en plus importants avec ton mari
je pense qu'il te soutiendra si tu prends cette décision tu lui dis que tu as du mal à gérer et que tu préfères arrêter
c'est ce que j'ai fait dernièrement avec ma dernière compagne cela m'a permis de sauver notre couple nous nous sommes retrouvés plus amoureux encore
ceci n'est que mon avis bien sûr
bon courage à toi

[Profil supprimé](#) - 17/06/2019 à 23h22

Bonjour,
Oui, à moi aussi cela parle.
Mais dans l'autre sens. J'ai abusé de l'alcool longtemps, puis, réduit petit à petit.
J'avais une consommation récente un peu problématique mais pas trop: entre 1 et 3 bouteilles de vin le week-end, puis rarement un ou deux verres de vin en semaine.
Mais presque toujours seul à boire. Avec, en face, ma Femme, et mes enfants de 2ans et 3mois.

Mais lorsque je commence, je ne veux pas arrêter. Je prétexte n'importe quoi pour me coucher tard... Et finir la bouteille.

Alors j'ai décidé (difficilement) d'arrêter.

Ma femme me soutient, et sans elle, je n'aurais sûrement jamais eu le courage de passer le cap !

J+9

Ti-bô

[Aruak](#) - 19/06/2019 à 06h36

Bonjour,

Je rejoins gregos : une relation dans laquelle l'alcool s'installe devient tôt ou tard nocive. Je me retrouve dans ton message. Au début ma compagne laissait plus ou moins faire et les « petits » accrochages semblaient avoir peu d'importance. Mais en 10 ans de vie commune, l'accumulation de petites choses devient extrêmement mauvaise. Et surtout, l'accoutumance ne va aller que croissante. Tu as franchi une sorte de cap.

Je suis presque certain qu'une fois ce cap franchi, passer de l'alcoolisme chronique à une consommation que l'on pourrait qualifier de « raisonnable » relève de l'exploit ou de cas très isolés (Je n'ai aucune étude scientifique à proposer à ce sujet mais c'est ce qui semble ressortir de discussions avec d'autres ainsi que de mon expérience personnelle). Je te conseillerais donc, si tu veux faire cesser cette probable fuite en avant, d'essayer d'arrêter net !

Bon courage !
Amicalement,

Aruak
