FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

AI-JE UN PROBLÈME ? OUI.

Par Profil supprimé Posté le 20/08/2019 à 00h31

Bonsoir,

Je me suis inscrit ici mais je je ne sais pas encore pourquoi...
A l'heure où j'écris ses lignes je ne suis pas dans un état normal.
Quand je suis seul chez moi, je ne peux pas m'empêcher de boire.
Ce soir, j'ai bu deux bières, une bouteilles de blanc et là là moitier d'une bouteille de vin cuit et cela ne me suffit pas et la soirée n'est pas terminé.
Cela fait plusieurs jours où je me met une tête touts les soirs.
Au travail je n'ai aucun soucis, je n'en ai pas envie.
Mais c'est quand je rentre chez moi que j'en ai envie. Je n'arrive pas à m'en empêcher, à résister. Je sais que c'est débile.... Mais je n'y arrive pas.
Cela fait plusieurs mois que cela dur. Mais là, en ce moment même, même dans cet état la, ce n'est pas normal.
Pour vous dire que je me renseigne même pour des associations AA dans le coin de chez moi.

Le lendemain quand je me réveil, je me sens déplorable et je me dis que jamais je vais boire comme la vieille. Mais malheureusement c'est toujours ainsi. La même histoire.

J'ai des problèmes, comme tout le monde. Cela à commencer quand j'ai appris que quelqu'un sans mon entourage était malade.... Cancer. Et cette personne n'est plus là.

Les paroles sont futiles. Je ne sais pas ce que je dois faire. Thérapie de groupe ? Voir un putain de psy ? Ce n'est pas mon genre.

Bref. Cela fait du bien d'en parler. Même si j'ai galèrer à écrire ce foutu message.

1 RÉPONSE

patricem - 20/08/2019 à 11h54

Bonjour,

je dirais un peu de tout cela :
- les AA (ou équivalent) ne vous demandent pas d'être abstinent pour vous accueillir.
- un psy peut vous aider à travailler sur vos traumas, faire le deuil...
- un addicto peut vous aider à traiter le manque.

Quand au fait que ce ne soit pas votre genre, peut-être pouvez-vous le voir comme une étape, n'ayant pas vocation à durer. Et peut-être trouverez vous des gens qui vous donneront envie de les fréquenter plus longtemps...

Courage,

Patrice