ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

JE SUIS DEMASQUÉ!!!!

Par Profil supprimé Posté le 09/09/2019 à 09h42

Bonjour,

Ca y est le MOT est tombé comme un couperet: ALCOOLIQUE...
Nous sommes le 08/09/2019 et ma femme vient de mettre un mot sur un de mes problèmes.
Il est vrai qu'elle ne vit pas à 100% du temps avec moi et mes deux enfants. Quand elle rentre à la maison une fois par mois ou mois et demi elle n'a pas décelé mon probleme (qui est pourtant récurant depuis des annees)
Pour elle, quand elle rentre mon probleme s'apparente à une consommation festive.
Le probleme c'est que le reste du temps la festivité est là mais seul!!!
Je ne voulais pas me l'avouer en me disant que je me retrouvais pas fin bourré tout les soir, mais les faits sont là: consommation quotidienne, certes pas à outrance mais presente.
Deroulement d'une soirée type: Je rentre du boulot, 18H, les enfants (fille 13ans et fils 9ans) rentrent de l'ecole, on fait les devoirs (de façon bâclée pour ma fille, pour mon fils plus facile car pas long), je prepare à manger et la premier verre, biere ou alcool fort suivant mon humeur, puis un deuxieme, les enfants passent à table. Je ne mange pas avec eux pour pouvoir savourer encore cet instant enivrement.
Troiseme verre, les enfants vont se coucher. Et là c'est la delivrance, enfin presque car je dois appeler ma femme en faisant attention de ne pas tituber dans mes paroles.....
Voila, c'est fait, appel sans incident, enfin je crois!!!! Je me remémore la discussion , est ce que j'ai été démasqué ou non? On verra demain.
Quatrieme et parfois 5eme verre, je me prepare à manger mais n'ai pas l'envie de manger.
21h au lit bien enivré et prés à me coller devant la tele (5à10 min!!!!)
Le lendemain, je me reveille à 06h15 avec la gueule en vrac. Premier chose faite le matin, me regarder dans la glace pour voir comment sont mes cernes, mon nez et voir si la consommation de la vieille n'a pas laissé de séquelles.
Les faits sont là, je me suis voilé la face depuis plus de 10 ans, je ne voulais pas l'admettre mais je suis alcoolique.
J'ai des sursauts d'orgueil en ne buvant pas pendant 2 ou 3 jours tout les trimestres. Je me dis "non c'est bon tu peux tenir pendant 3 jours donc c'est bon tu n'es pas alcoolique, de plus tu assume tes enfants, ton travail, tu donne le change à ta femme."
Mais apres cette abstinence cela repart de plus belle.
L'electrochoque que m'a fait ma femme le 08/09/2019 me fait reflechir.
Que pense mes enfants de moi, est ce qu'il s'en sont rendus compte? ETC ETC
Bref ce jour là je decide d'arreter de boire et de montrer le bon exemple.
C'est facile de le dire mais pas facile à faire.
J'espere pouvoir tenir mais le chemin va etre long et ne fait que commencer.
Je sais que seul c'est pratiquement impossible, je sais que je suis faible, mais je veux essayer!!!
La suite au prochain episode.
A bientôt j'espère

5 RÉPONSES

Profil supprimé - 09/09/2019 à 11h35

Bonjour Garfied,
Je me reconnais bien dans ton message car il y a des points communs dans nos histoires : moi je bois à peu près 5 à 6 verres chaque soir (en général du pastis), je commence à boire vers 18h pour me donner du courage, en m'occupant de mes enfants (10 et 14 ans) et en préparant à dîner.
J'ai fini par rencontrer un alcoologue à l'hôpital, que je vois une fois tous les quatre mois environ, ce n'est pas beaucoup mais il montre tellement de talent et de bienveillance que je me sens vraiment obligée de faire des efforts. Cela fait un an que je le rencontre, et la dernière fois j'ai réussi à arrêter 53 jours, et là j'ai à nouveau arrêté, j'en suis à mon 12ème jour. Je suis d'autant plus convaincue que je n'ai pas vraiment le choix, car l'alcoolisme n'est pas stable, c'est une pente descendante, et j'augmente environ d'un verre tous les 4 ans, alors je serai où dans 20 ans ? Sera -t-il encore possible de le cacher à mes enfants ? Et à 11 verres par jour (presque 2 bouteilles de vin chaque soir quand même), dans quel état de santé serai-je ?
Bref là je suis contente de boire du Pimento, de la Tourtel-twist à l'orange sanguine, de la soupe miso etc mais zéro alcool. Bien sûr l'alcool me manque parfois un peu, mais finalement guère plus qu'à l'époque où je buvais.
A bientôt j'espère

Profil supprimé - 12/09/2019 à 08h25

Bonjour à tous,
Voilà, cela fait 5 jours que je n'ai pas vu mon ancienne amie (meme si elle est presente à la maison). Je sais c'est peu mais c'est un debut.
Pour l'instant je tiens bon, je retrouve peu à peu mes enfants comme je voulais etre avec eux.

La tentation est toujours là mais je lui tiens tete.
La tentation est d'autant plus grande que je ne travaille plus depuis un mois, je suis à la maison la journée, donc pour ne pas replonger, je sors toute la journée, et ne rentre que quand les enfants sont sortis de l'ecole.
Le plus dur c'est le soir et mon ancien rituel en faisant à manger. pas de substitut pour l'instant, le seul changement c'est que maintenant je mange avec les enfants afin de couper mon envie (en effet, quand j'ai le ventre plein, je n'ai pas envi de boire!!!!!) et une fois qu'ils sont couchés je me fait une infusion.
Je sais je passe pour un petit vieux!!!!!
Le seul point noir est que ma femme n'est pas disponible pour parler de mes angoisses et mes turpitudes le soir. (trop fatiguée sans doute par sa journée de travail).
Je redoute egalement les soirées entre amis et comment je vais le gerer.
Bref, cela fait 5 jours et et je me souhaite qu'ils soient grandissant.
A bientot pour la suite.

Profil supprimé - 17/09/2019 à 09h22

Bonjour Garfield33
Alors en ce 17 septembre où en êtes-vous? Je me reconnais également dans votre post. "Se donner du courage" "profiter encore un instant de ce moment d enivrement" "ne pas manger tout de suite" etc etc ...
Dans la journée je me réjouis d être le soir et pouvoir me laisser aller à l enivrement et tout devient plus facile quand je pense à ce moment qui m attend. Mais j'ai décidé déjà plusieurs fois de stopper sauf que cela ne dure qu une ou deux journées et paf je craque. J espere trouver et apporter ici du soutien!
Dans l attente de vos nouvelles

Profil supprimé - 01/10/2019 à 01h49

Garfield êtes-vous soigné depuis ?
Je suis dans le même cas....un harcèlement au travail n'aide pas les charges....je sens que tout me glisse entre les mains

---

Profil supprimé - 01/10/2019 à 10h40

Bonjour,

Je reviens apres deux semaines de silence.
Comment se sont elles passées? Avec des hauts et malheureusement des bas!!!!!!
Cela fait maintenant 22 jours que je me suis dit STOP!!
Dans ces 22 jours j'ai eu 15 jours d'abstinence, 1 soirée que j'ai bien gerée (1 biere) et 4 jours en me disant que deux bieres dans la soirée, ironiquement je me suis meme vu sortir une biere du frigidaire et la remettre car je n'en voulais pas!!!! Et 2 jours ou je suis parti en vrille. D'ailleurs apres ces jours de forte consommation, impossible de consommer le poison.
Dire que je m'en sors, je ne sais pas, je suis toujours seul dans cette lutte et ce qu'il faut c'est de la volonté. Facile à dire dans ces moments.
Ma bete noire est le dimanche. Rester la journée à la maison. J'essaie de palier en sortant au bord de mer, en faisant des pique niques.....
Apres je me dis que chaque jour sans consommation est une victoire envers moi meme.
Mon objectif est de passer ' jours sans rien par semaine et augmenter au fur et à mesure.
J’espère que cela va faire comme pour la cigarette, je peux ne pas fumer pendant des mois et ne fumer qu'en soirée.
Nathou, je ne pense pas etre soigné, il n'y a pas de remede contre ce fleau à part la volonté de s'en sortir.
J'avoue que le harcelement au travail n'aide pas. depuis que je suis parti de mon emploi je me sens mieux.
Si tu veux en parler je suis à ta disposition pour t'aider.
Bon courage.