

## CONSOMMATION IRRÉGULIÈRE MAIS EXCESSIVE

---

Par [Josephineange](#) Posté le 29/08/2021 à 01h51

Après quelques années folles ou je buvais énormément en soirée dans l'irresponsabilité la plus totale les week-ends et plus parfois, tout en conduisant après (ce dont j'ai honte et que je regrette), je ne bois plus que très rarement aujourd'hui. Je viens d'une famille où l'alcool est un soucis, plusieurs membres de ma famille sont alcooliques à différents degrés, et j'ai très peur de le devenir donc je fais attention. Pourtant, malgré une forte volonté d'être une adulte responsable, je me laisse encore parfois aller à quelques verres. Des lors je ne sais plus m'arrêter. Jusqu'à présent je contrôlais ma consommation avant de conduire mais hier j'étais ivre (plusieurs verres entre amis) et j'ai pris le scooter. Chose que je n'avais jamais faite, que je m'étais promis de ne jamais faire. Mais sur le moment j'étais totalement irresponsable et euphorique. Aujourd'hui je regrette, j'ai honte de moi, je n'ose pas me regarder en face, je ne fais que ressasser cette action en m'auto flagellant... je ne sais pas trop quel intérêt aura mon message, mais je n'ose pas en parler tellement j'ai honte. J'ai envie de retourner en arrière et m'arrêter dès le premier verre. Pourtant rien de grave ne s'est passé mais cela aurait pu, et j'étais avec des amis qui ont été témoins de la scène. Je regrette d'être cette personne qui a pris le scooter ivre à leurs yeux et j'ai peur de la confrontation.