

BESOIN DE CONSEILS

Par Lula007 Posté le 8/11/2022 à 13:12

Bonjour à tous

Voilà quelques temps, on va dire 9 ans que ma consommation s'est modifiée.. du stade festif, l'alcool est passé à autre chose que j'ai du mal à définir, on va dire à un stade recherche d'oubli peut être.

Ma vie fait que j'ai une charge émotionnelle lourde car j'ai subi bien des épreuves y compris la perte d'êtres très chers.

En résumé ça a commencé j'avais 27 ans, mon premier mari a déclaré un cancer des ganglions, la maladie de Hoskins. Je vous laisse imaginer les détails du parcours du combattant pour essayer de battre la maladie. Le crabe a gagné et l'a emporté à peine deux ans après.

Ensuite je me suis remariée(et j'ai eu un fils qui a maintenant 18 ans) Mon père s'est pendu, excédé par ma mère alcoolique. Il a fallu essayer de gérer maman qui a fini par être placée en ephad , étant atteinte du syndrome de korsakoff. Ensuite j'ai divorcé du deuxième mari alcoolique , j'en suis cernée vous verrez pour la suite du récit.

J'ai perdu mon frère dans des circonstances pas gaies du tout non plus. Il était alcoolique dépendant et a passé sa vie à alterner période de sobriété, de picole, de cures de désintoxication. Apparemment pas toujours sérieux avec ses traitements, son cœur a lâché je sais pas qd je pense avant Noël car pas de nouvelles de lui suite à mes demandes pour venir passer qqs jours à la maison pour les fêtes, me suis inquiétée sans plus au départ, je me suis dit il a replongé et il a eu honte de le dire et est parti se faire soigner, mais le temps a passé jusqu'à un appel sur mon lieu de travail de la police pour me dire qu'on l'avait retrouvé dcd dans son appartement les voisins ont découvert l'odeur...

Puis un beau soir, un incendie s'est déclaré à l'étage de ma maison, par chance, avec mon fils on s'était endormi devant la TV au rez de chaussée. Je me suis donc retrouvée dans une location le temps des travaux.

Et ça a du être là goutte d'eau, c'est là où j'ai commencé à me servir seule des verres le soir quand je faisais les papiers pour l'assurance, pour me remonter le moral, allez un petit verre, on se dit...

Ensuite c'est devenu une sale habitude.

Depuis la consommation seule est montée crescendo et pourtant j'en ai toujours été consciente que c'était dangereux. Je nai jamais été une autruche qui pense que c'est pas grave et il ne se passe pas une semaine , une journée sans que j'essaie de me raisonner.

La vie continue avec ses aléas ensuite

Mon fils qui me réclame garde complète Il a y a 4 ans environ, et à peine un an après, il veut même plus du tout voir son père un weekend sur deux et la moitié des vacances. Bon, ça me perturbe surtout pour lui, moi, ça me dérange pas de l'avoir toujours, je précise .. mais c'est encore du tracas ces procédures..

Puis le crabe est revenu dire bonjour à mes proches.. Ma sœur cancer du sein l'an dernier. Et ma cousine un carcinome à petites cellules... Bon ça va maintenant pour l'instant, elles sont en rémission.

C'est maintenant mon autre frère qui est touché. Je suis moins proche de lui, car si je donne pas de nouvelles j'en ai pas lol, mais ça m'inquiète quand même, ça reste ma fratrie et je le sens pas trop bien, 68 ans, 40 ans de tabac, dans les 55 kilos tout mouillé, et il me dit qu'il a maigri, les chances ne sont pas de son côté.

Pour terminer le tableau de ma charge émotionnelle, j'ai le métier qu'on appelle le plus beau métier du monde. . et à mes yeux c'est vrai. Je suis enseignante dans un lycée professionnel. Je ne m'en plains pas, j'adore mon boulot mais il faut avouer que le métier nécessite d'être toujours au taquet pour canaliser la jeunesse qui s'engouffre dans les failles du système ou nos failles personnelles. Je vous passe donc le détail des conditions de travail , en résumé classes surchargées matériel défaillant élèves à problématiques.. je gère tout ça mais il faut être forte tous les jours. Après je sais, c'est pareil dans tout boulot, pas de chasse aux sorcières, j'ai aussi beaucoup de satisfaction dans mon métier

Je cherche pas d'excuses, c'est juste pour essayer de me comprendre moi même...

Je ne sais pas si tout ça à des rapports avec ma consommation excessive, je suppose que oui.

Maintenant je connais les outils, vous allez me dire voir psy, addictologue, refaire sérieusement des activités (j'en ai mais sûrement pas suffisamment), etc mais je le fais pas.. pourquoi me direz vous ? Ben je sais pas.. c'est sur ce point que j'ai besoin de conseils