

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

BURN OUT- TRISTESSE - ISOLEMENT -ALCOOL

Par **Pomme231** Posté le 06/04/2024 à 11h46

J'ai 58 ans, Assez bien intégrée dans ma vie professionnelle et familiale, je fais du sport mais 1a 2 fois l'an , je pars en live , je suis lessivée , fatiguée , sensible à une ou plusieurs situations du quotidien, je vais acheter de ´ alcool , je m isolé , je m'enferme , consomme des quantités invraisemblables puis devient méchante et détruis mes enfants et mon mari par mon agressivité et mes insultes, ils en ont marre, moi aussi et j'ai peur de moi car je ne me reconnais plus , j'ai toujours peur que ça recommence, comment reprendre confiance pour me rassurer et les rassurer . En temps normal je ne bois à qu'aux repas de famille , 2 à 3 verres max . Cette violence me vient de mon enfance , j'ai déjà tout analysé mais ça m'empêche pas ces crises suicidaires régulières . J'ai bcp consulté au cours de ma vie mais j'en suis toujours au même point .

1 RÉPONSE

Fleurdelys - 17/04/2024 à 09h49

Bonjour,

Vous ne pensez pas que l'alcool chez vous révèle votre colère d'enfant enfouit et que l'alcool à un certain niveau vous permet de libérer ? Peut-être être se pencher la dessus avec un pro,régler cette histoire.

Courage
