

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

### S'EN SORTIR

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 06/03/2017 à 08h47

Bonjour

J'ai commencé à boire il y a trois ans. Je vivais avec un homme ayant déjà un enfant avec qui chaque week end cela se passait très mal. Je commençais à boire le jeudi en prévision du vendredi soir puis le vendredi soir le samedi le dimanche et cette habitude s'est entérinée. Puis je suis tombée enceinte ce qui a mis un terme à la boisson. J'ai perdu ma fille à 7 mois de grossesse car elle avait une malformation cardiaque. J'ai donc du recourir à une interruption médicale de grossesse et ai accouché d'un bébé magnifique mais mort. J'ai bénéficié d'un congé maternité au cours duquel seule à la maison je buvais cachais les bouteilles mangeait x chewing gum pour ne pas me faire capter par mon conjoint. Notre relation s'est détériorée et encore plus avec son fils qui claironnait partout le bébé est mort c'est bien fait. À ma reprise de travail j'ai repris une relation avec mon seul amour en réalité, un homme que j'aimais en secret depuis 4 ans et sans qu'il le sache. Je suis devenue folle de lui, dépendante. Au bout de 4 mois je pliais bagage pour m'installer seule avec l'espoir que cet homme serait avec moi. J'ai déchanté très vite. Au lendemain de mon emménagement, épuisée moralement et physiquement, le stress de laisser tomber une vie, le souvenir de ma fille, l'endroit où elle a grandi en moi, nous avons eu une dispute au cours de laquelle il m'a réitéré qu'il ne serait jamais avec moi. Depuis, chaque jour chaque soir je bois je bois et rebois. Cet homme est toujours là et me traite en plan cul. Sous le coup de l'alcoolisation j'en ai fait des choses: trouver une fille pour un plan à trois, coucher avec lui et un autre homme trouvé sur le net, le laisser attenter à mon corps de diverses façons qui me faisaient mal. Je n'ai pas la force d'arrêter tout ça. Aujourd'hui deux dépendances: cet homme que j'ai dans la peau et l'alcool. J'ai été enfin voir un médecin addictologue et cela fait quatre jours que je n'ai pas bu. Peut-être que me débarrasser de cette addiction me fera me voir autrement et que je n'accepterais plus d'être un plan cul pour un homme qui est tout pour moi. Bon courage à vous tous dans votre combat, notre combat.

### 3 RÉPONSES

---

[Profil supprimé](#) - 06/03/2017 à 14h26

Bonjour Nanou,

Arrêter l'alcool vous laissera effectivement plus libre de vos choix, vous vous respecterez plus car votre jugement ne sera pas embrumé par les effets de cette drogue. Et cela vous éclairera sur la dépendance affective...

Vous avez vécu des choses violentes, marquantes qui vous ont laissés fragiles aussi n'hésitez pas à accompagner cet arrêt avec un groupe de parole, un psy ou autre car il y a des équilibres à retrouver pour que cela perdure dans le temps. L'alcool vient souvent en pansement, en bouclier de quelque chose. Arrêter n'enlève pas ce quelque chose mais cela permet de le voir, de repérer comment nous fonctionnons face à ça, et de trouver des moyens sains de l'apaiser.

Vous avez fait un premier pas important vers un mieux-être, soyez persuadée que c'est pour vous, mettez-le le moins possible en lien avec la relation à cet homme.

Vous savez même dans une relation comme la décrivez, le respect des limites de l'autre, de son état psychologique, ne pas le faire sous effets de produits psychotropes sont des bases importantes. Ne faites pas des choses que tout votre corps, que tout votre esprit se refuse à faire.

Courage, cet arrêt vous apportera peut-être plus que vous ne le pensez...

---

[Profil supprimé](#) - 06/03/2017 à 15h31

J'ESPÈRE QUE CE SERA LA BONNE RÉPONSE POUR TOI. Je crois qu'il faut tout essayer. La solution dépend sans doute pour chacun de sa personnalité et des rencontres qui font que l'on se sent soutenu ou écouté. Courage

---

[Profil supprimé](#) - 06/03/2017 à 15h36

Et laisse tomber cet homme qui te détruit

---