J AI RÉALISÉE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 11/09/2017 à 02h10

J ai 39 ans deux beau garçon et un super homme depuis 20 ans, j ai commence des cuite a l age de 14 ans, une mere absente un papa alcoolique qui en a perdu la vie a 46 ans mort dans mes bras. J ai fait la fetes beaucoup, beaucoup, j ai limite enceinte mais une biere ou deux. J avais des potes et des copines comme moi fetard . On bossaient tous dans la restauration, on sortaient buvaient, mon homme lui plus serieu mais il ne m en empechait pas. Il y a 4 ans ont c separait je me suis retrouvait seul avec mes 2 garçons, je bossait jusqu a 4 h du mat, me cuisinait mais j ai toujours assurer le reveil et l ecole, j ai toujours assure tout. Apres 8 mois de separation on a decide de se redonner une chance avec mon homme, on a demenager changer de region, je me suis fait des copines qui boivent pas. Mais j ai jamais reussi, je bois tout les jours, certe je me saoul pas mais c devenu un poison; Je peut pas passer un jour sans une biere. J ai honte car personne ne voit ma detresse. Je sais et j ai conscience d etre alcoolique, j aimerai me faire soigner mais je ne peux pas en parler, j ai honte et j ai peur. Quand j ete ado j ai pas compris l alcoolisme de mon pere et maintenant je m en veus je le comprend mais il est plus la. Je gere mais jusqu a quand?

2 RÉPONSES

[Profil supprimé](#) - 14/09/2017 à 09h04

Bonjour Cindinette,

Il ne faut pas avoir honte je sais c'est facile à dire j'ai le même souci que toi j'ai du mal à en parler avec mon médecin ... j'en ai discuté avec ma femme m'est elle me dit que je peux y arriver seul que je ne suis pas alcoolique mais j'essaye motivé et tout et rebelote une bière en entraine une autre et je me cuite et la culpabilité et la honte m'envahissent le lendemain. Je ne bois pas tout les jours mais quand je commence beaucoup de mal à m'arrêter. Si tu bois tous les jours et lorsque tu t'abstiens tu ressens un manque A mon avis fais-toi aider car seul ça va être compliqué. Courage et franchis le pas tu t'en moques des autres.

[Profil supprimé](#) - 14/09/2017 à 11h29

Bonjour à vous deux

Je lis vos messages et cela me renvoie mon image, moi aussi je bois 2 à 3 bières le soir, je ne suis pas saoule mais c'est devenu une habitude et je n'arrive pas à arrêter, c'est comme un rituel, une fois les devoirs faits et les repas lancés, me voilà avec ma cigarette électronique et une bière à la main, j'ai essayé de diminuer mais c'est très compliqué car quand c'est parti c'est parti et j'ai du mal à m'arrêter, je n'ai pas eu de mal à arrêter la cigarette pour passer à l'électronique, je l'ai fait du jour au lendemain mais j'étais sacrément décidé mais là pour l'alcool c'est autre chose, je manque de volonté car parfois je me dis que ce n'est pas si méchant de boire de la bière le soir mais le matin j'ai honte de ce que j'ai fait mais cela ne m'empêche pas de recommencer le soir venu.

Comme toi cindinette,, je gère tout à la maison et mon alcoolisme n'a pas eu de conséquence majeur sinon que mon mari me fait la guère de ce côté là et que nos relations se sont distendu car il a demandé le divorce il y a 5 mois maintenant mais il n'a jamais fait les demarhes nécessaires.

J'ai pris rdv chez un addictologue et je vais essayé de me faire aider mais je n'ai ps l'impression d'être vraiment prête à arrêter .Je vais aussi appeler les AA pour voir avec eux ce qu'ils peuvent faire pour moi

Je vous souhaite une très bonne journée et au plaisir de vous lire