ALCOOL-IN

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

20 ANS BIENTOT 4 ANS DE CONSO PRESQUE RÉGULIÈRE

Par Profil supprimé Posté le 28/11/2017 à 22h22

Bonsoir aujourd'hui je décide d'en parler, car je pense avoir un problème avec l'alcool, ça fait presque 4 ans que je bois tout les soirs : Voila depuis 4 ans je n'ai que des passages difficiles dans ma vie (décès de proche, séparation, séparations parents) et je n'ose pas en parler car je suis quelqu'un de très réservé mais très déconneur face aux autres copains ou proches et personnes ne se doute de ce problème : j'ai un peu un double visage !
Niveau alcool je bois tout les soirs je bois 6 a 10 bières et des soirs comme celui ci j'ouvre une bouteille et je vais me coucher une fois que les effets de l'alcool apparaissent sans être totalement saoul alors que j'ai cours le lendemain matin a 8h ! Je sais qu'au fond de moi aujourd'hui l'alcool est un refuge pour me sortir la tête des problèmes plutôt que de les affrontés réellement !
Merci a vous d'avance !

3 RÉPONSES

Profil supprimé - 29/11/2017 à 19h27

Bonjour Mathieu,

Tu as raison de t'interroger. Et le faire révèle que tu as conscience de ton problème qui me semble malheureusement bien réel. Il n'est pire malade que celui qui s'ignore dit-on.

L'alcool n'a jamais permis de résoudre le moindre problème. Limite il permet d'en faire abstraction quelques heures avant qu'ils ne refassent surface de manière plus pressante encore.

Anxiolytique durant quelques instants l'alcool est un puissant anxiogène qui nous entraîne dans une spirale infernale.

Le mieux est de mettre un terme à ta (sur)consommation au plus vite. Pas facile d'imaginer une vie sans alcool à 20 ans... Commence alors par te limiter aux sorties et voir dans quelle mesure tu y arrives. Si c'est possible tant mieux, sinon il faut envisager d'autres mesures voire de te faire aider.

Boute entrain sous influence je l'étais aussi, terrible même. Je me mets moins facilement en fête depuis mon abstinence mais le reste du temps j'ai retrouvé le goût à la vie.

N'hésites pas à donner de tes nouvelles

Profil supprimé - 22/05/2018 à 22h13

Après des semaines ou je ne buvait qu'en soirée avec des amis ça fait environ 3 semaine enfin depuis le reprise des cours que je m'y suis remis a boire tout les soirs d'ailleurs il y as de ça mardi de la semaine dernière j'ai fait nuit blanche en ayant bu presque la totalité d'une bouteille de vodka et je suis ensuite allez en cours en étant totalement saoul et le pire dans tout ça c'est que ça n'as inquiété personne. ni les profs ni mêmes mes collègues de classe et cette histoire ce n'est as la première fois que ça ce passe ! Sachant qu'il y as les examens qui arrivent tout ce mois ci et je pense que l'alcool est contre-productif !

Profil supprimé - 22/05/2018 à 22h39

fais gaffe mec. c est comme ca que je suis devenu alcoolique. j ai 33 ans maintenant. et je deconne de plus en plus. jeudi dernier trop raid j ai faillit pas aller bosser(1h30 de retard) j étais tellement raid j ai pas entendu le réveil. j ai pas rebu depuis... je lutte. c est dur. bon courage a toi. Après t es jeune. je pense que ca va être moins dur