

FEMME ACTIVE - MÈRE DE FAMILLE

Par **Profil supprimé** Posté le 04/01/2018 à 14h44

Bonjour à tous,

Bonne résolution de l'année 2018 !!!!!

Je suis une femme active, mère de famille et tout pour être heureuse.
Je suis heureuse d'ailleurs et pourtant je bois de l'alcool, trop d'alcool au point d'inquiéter ma famille.

A la base, je suis quelqu'un de sérieux, "très propre sur moi" !!! petit tailleur, bien apprêtéepersonne autour de moi ne peut penser une seule fois que je fasse partie des personnes qui consomment de l'alcool....d'ailleurs je cache bien mon jeu !
Lors des repas de travail, je bois de l'eau histoire de garder mon image de "propre sur moi" !
Mais à la maison, j'ouvre le frigidaire et je me prend un verre de rosé, et puis un deuxième et un troisième et le sirotant avec plaisir.

Toutes les occasions sont bonnes :
mauvaise journée
bonne journée
on est bien alors on ouvre une bouteille
il pleut dehors, tient si on s'ouvrait une bouteille devant le coin du feu

.... bref toujours une bonne excuse.

J'ai pris conscience que j'ai un problème quand ma famille s'est mise à me regarder avec inquiétude, que mon fils me fasse un cour sur l'alcool, que mon mari a vidé les bouteilles d'alcool de la maison, qu'il mette des bouteilles sous clef...bref là ça craint, car ils me prennent pour une alcoolique.
Biensure, je me suis énervée, N'IMPORTE QUOI , vous me prenez pour qui !!!!!

Et puis je n'ai pas bu pendant 24h, c'était hier, et là j'ai une des tremblements, j'étais mal à l'aise dans mon corps...je tourne en rond.
J'ai alors surfé sur le net et regardé les symptômes de l'alcoolisme....je suis en plein dedans.

Maintenant, je vais me mettre en mode action contre l'alcool...je suis un peu inquiète car la liste des discussions montrent que ce n'est pas évident, et qu'il y a beaucoup de souffrance. Là je ne souffre pas et je suis motivée.

Alors je me motive et je compte aussi un peu sur vous pour que l'on partage ensemble notre problème.
Je ne me vois pas aller dans une réunion de alcoolique anonyme.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 21/01/2018 à 21h35

Bonjour Lesoleirouge,

C'est une très bonne résolution que tu as prise là 😊
Lorsque je te lis, je vois que tu es très lucide sur ta situation et sur ton rapport à l'alcool, c'est déjà un pas énorme de s'en rendre compte, tout le monde ne le fait pas.

L'alcool est banalisé dans notre société, il apparaît comme mondain dans certaines sphères, le champagne c'est classe, ça n'est pas mauvais, ou alors, et la frontière est mince, si tu commences à enchaîner les verres tu es une alcoolo et c'est dur de se l'avouer, pourtant l'effet est le même pour tout le monde, dans tous les milieux.

Si tu as des symptômes de manque comme tu le précises, peut-être serait-il déjà bien dans un premier temps d'en parler à ton médecin qui pourra t'aiguiller vers un alcoologue, c'est une démarche de prise de conscience et ils ne te jugeront pas. Pour les proches c'est toujours très compliqué de comprendre cette addiction et cette dépendance, ils peuvent être dans le jugement car pour eux, et pour toi aussi comme tu le précises, être alcoolique est relié à quelque chose de négatif qui ne peut t'atteindre, pourtant ça n'est pas réservé spécifiquement à une seule classe sociale 😊

Derrière la prise d'alcool, il y a souvent quelque chose de sous-jacent, toujours une bonne excuse comme tu le dis, bonne ou mauvaise journée.

Arrêter seule de boire peut s'avérer en effet compliqué voire dangereux suivant le stade de la dépendance, il est donc vivement

recommandé d'en parler à des professionnels.

Je te souhaite plein de courage dans ta démarche et espère que tu nous donneras de tes nouvelles.
A bientôt

Laurence.
