ALCOOL-INFO

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

HONTE, ANGOISSE, FATIGUÉ DE TOUT ÇA

Par Profil supprimé Posté le 31/01/2019 à 10:32

Bonjour , j'ai 32 ans, je « bois » depuis mes 17 ans , soirées très festives avec des amis , où le « no limit » était de mise. Au début c'était drôle, ça me permettait de vaincre ma timidité, de sortir de ma coquille ,me donnait l'illusion que j'étais intéressant et que les gens m'appréciaient plus dans cet état. C'est aujourd'hui devenu un problème pour moi, je ne vois pas tous les jours , mais quand je commence j'ai du mal à m'arrêter, dès que mon verre est vide j'enchaîne avec le suivant. Les lendemains sont terribles , je suis angoissé, j'ai honte de moi-même, de cette personne si différente de moi, je dépense beaucoup d'argent. J'ai conscience que je dois arrêter, j'ai essayé de diminuer mais ça ne marche jamais. Je trouve ça très dur dans un contexte social où la plupart des gens boivent, où la plupart de mes amis boivent de s'arrêter. Quand je suis angoissé les lendemains je suis convaincu que je dois m'arrêter, mais une fois celle-ci parti il ne me fait pas longtemps pour retomber. Merci pour le temps que vous avez pris à me lire.