ENVIE DE M'EN SORTIR

Par [Profil supprimé](#) Posté le 26/04/2019 à 05h24

Bonjour,

Si j'en viens à écrire sur ce site c'est vraiment parce que c'est un appel à l'aide.

Rapidement, j'ai 30ans et j'ai subi 2 grosses deception amoureuse en 2 ans. Depuis je me suis à mis à boire de manière régulière. Pour exemple, je suis capable de boire du vin jusqu'à que je m'endorme et me réveille sans me souvenir de ma soirée. Il m'arrive fréquemment d'appeler mes amies quand je bois manière de me prouver que j'ai eu beau boire plusieurs verres, je suis capable de parler sérieusement.

J'en suis arrivé à un stade où j'ai le visage plus en plus rouge et les mains qui tremblent sans cesse.

Ces signes m'inquiète mais ne m'empêche pas de continuer à boire et la plupart du temps seul. Face à mes amies je bois peu ou de manière raisonnable, par contre dès que je rentre chez moi, je me sert plusieurs verres, bières, vin, whisky ce qui me tombe sous la main.

Aujourd'hui je suis incapable de rester concentré toute une journée de travail. Je bois énormément d'eau pour compenser ma gueule de bois mais bien souvent sans succès.

Ce qui me surprends est le faite que je suis capable de boire avec modération si il y à du monde avec moi toute une soirée, par contre des que je suis seul, j'ai beaucoup de mal à résister à l'envie de boire un verre.

Je suis une personne très timide et le faite décrire sur ce site est déjà un énorme pas pour moi. J'ai honte de moi et je ne me vois pas aller raconter ça a quelqu'un.

J'ai fais cette démarche dans le but d'obtenir des conseils de personnes qui on réussi à s'en sortir tout seul.

Je veux y arriver, je suis déterminé. Si une personne pourrait me dire qu'elle a vécu ma situation et me donne les astuces pour s'en sortir, ça me serait d'une grande aide