

POURQUOI TANT EXCÈS, AUTO DESTRUCTION

Par [Convivial](#) Posté le 19/12/2022 à 23h20

Bonsoir,

J'ai lu quelques discussions sur le forum, et je me retrouve en partie dans ce que vous dites. Moi qui n'arrive pas à dire non, et ne contrôle plus ma consommation d'alcool en soirée.

En revanche, je ne m'énerve jamais dans ces situations (ou je ne bois pas seule chez moi), au contraire j'ai l'alcool bon, trop ! En effet, je deviens hyper sympa, à l'aise... et à un moment donné les gens me regardent bizarrement, étonnés. Forcément, j'arrive toute simple, souriante, bien rangée, et à la sortie je deviens excentrique, très conviviale... chante, ai parfois des gestes trop amicaux, m'introduit directement dans une conversation, monte sur un comptoir, etc.

Et les gars eux croient que je les draguent, en plus d'avoir une belle gueule. Ils s'y croient, forcément.

Ainsi, je me dévalorise... Peut-être que je le cherche au fond.

Comme j'ai toujours été timide enfant, ça m'amuse de tenir le rôle d'attention "joyeuse décontractée" face aux autres, que je n'avais jamais eu.

Ça a commencé doucement..., à la suite du divorce de mes parents, il y a plus de 20 ans. Je rentrais dans la vie active et essayais de "digérer" ce que mon père avait fait subir à notre famille, en trompant ma mère. Et comment il a gâché ainsi mon adolescence et notre douce vie "protégée", loin de la ville et des tentations.

Ainsi, j'ai dû de force grandir, quitter la "petite maison dans la prairie", et mon cocon familial, pour arriver à la ville (aussi pour mes premiers jobs).

Et de là, j'ai rencontré l'alcool..., un chéri barman, des gens de soirées, etc. Je comptais le nombre de verre que je buvais, et plus j'en "gagnais" d'un soir à l'autre, plus j'étais contente !

Je ressentais le besoin de me venger..., je sentais la haine au fond de moi qui ressortait du fait de mon père quelque part.

Puis, je finissais par pleurer en sanglots..., me faisait vomir parfois, comme un effet "kiss cool" suivant l'euphorie.

Je revenais aussi avec des bêtises dans mes poches, des affaires en moins, et des tickets de CB en masse, bar bar bar.

Et surtout, avec la honte le lendemain, de mon entourage qui me disait déçu : "t'as fait si, ça..." Je ne me rendais même plus compte, avec aussi des trous noirs. Du grand n'importe quoi !!!

À chaque fois, je me dis "stop maintenant t'es allée trop loin. Arrêtes de boire comme ça !" Mais je n'y arrive pas lorsque je suis à nouveau en soirée, ça me rend tellement plus sympa, conviviale. J'ai l'impression de tenir comme un rôle de spectacle parfois. Comme pour attirer l'attention...

Et pourtant, je suis quelqu'un de bien éduquée, "normale" vraiment, avec un job, des loisirs, etc. Et chaque fois, je me dis plus jamais ça, je trouve de bonnes résolutions, qui ne durent pas bien sûr !

Pourtant je ne déprime pas. Mais j'ai peur...tellement peur.

Me revoilà, pas plus tard que le week-end dernier, tombée dans le même cas. Je ne connais pas grand monde, suis invitée par un homme que je connais à peine (qui entre autre me fait passer pour sa femme, dit-il pour me protéger des autres), et là je bois (comme beaucoup, certes, sauf que je suis une femme, encore plus je ne devrais pas, ça ne se fait pas).

Alors, je deviens la fille hyper à l'aise, taquine le patron, et aujourd'hui on me dit que je l'aurai agüiché... J'ai des bleus aussi sur les jambes, je me demande si je suis tombée ou je m'imagine autre chose..., certainement à tort. Car pourtant je me rappelle globalement de tout ce coup ci. Mais je doute tellement de moi...

Quelle honte ! Alors pourquoi je bois comme ça quand je suis de sortie, pourquoi je cherche à me faire remarquer ?

On me dit, t'es scorpion, c'est le caractère d'auto destruction.

On me dit, attends y'en a beaucoup comme ça, c'est normal...l'alcool agit ainsi. Attends t'es normale, c'est pas grave quand même, ne te dévalorise pas pour des broutilles...