

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

### 34 ANS ET CE SENTIMENT DE D'ÉCHÉANCE

---

Par [Mim89](#) Posté le 18/11/2023 à 16h57

Bonjour à tous et toutes ,

Je n'osais pas écrire .. mais j'ai beaucoup lu les forums de ce site .

J'ai 34 ans, un enfant , mère solo comme on dit .. j'ai été en couple avec le papa de mon fils pendant plusieurs années (problème d'alcool "festif" pour lui .. plusieurs fois par semaine et week end compris) . Quand j'étais avec lui (et avant l'arrivée de notre enfant ) je ressentais le besoin pour me sentir bien de boire au moins une bière avant de le voir, j'étais stressée, angoissée .. comme sous emprise de lui et de l'alcool.. qu'il lui m'aidait à me sentir mieux . J'ai été une grande "fêtarde" , j'étais toujours celle avec qui on s'amusait (si on aimait boire et rigoler).. mais ce statut finalement ne m'a jamais quitté, sauf qu'avec un conjoint quasi toujours absent et un enfant en bas âge .. la "fête" est devenue quelque chose de solitaire. J'avais et ai toujours un bon travail en tant que cadre .. mais je pense que je n'arrive plus à avoir les épaules assez solides pour tout porter .. et l'alcool est un faux allié qui me fait croire qu'il peut m'aider.

J'ai consulté un médecin généraliste, qui m'a prescrit à ma demande un rdv dans un centre .. mais je suis en garde exclusive de mon enfant depuis ma séparation avec le papa , et je n'arrive pas à me dire mentalement que je dois passer ce cap .. et comment gérer ma vie quotidienne, mon travail si je dois consulter .. ce sont des angoisses qui s'accumulent (d'autant plus que j'ai déménagé dans une autre ville , le père de mon enfant me dit que tous les frais sont à ma charge désormais .. mon choix de partir .. à moi d'assumer ).. c'est un cercle vicieux . L'alcool semble être la seule réponse à mon problème d'alcool (je précise que jamais je ne suis ivre quand mon enfant est éveillé, comme pour beaucoup tout commence quand la nuit arrive 😞 )

Mais j'ai vraiment envie d'arrêter , j'ai eu une relation de plusieurs années avec quelqu'un d'autre qui m'a permis de reprendre confiance , mais qui m'a ensuite quitté car n'assumait pas que j'avais un enfant d'une précédente relation .. cela m'a refait chuter.

Aujourd'hui, après plus d'un an de reconstruction, j'ai rencontré une belle personne , qui accepte mon enfant .. mais à qui je suis incapable d'offrir ma confiance, ni d'expliquer que je suis dans un combat contre un démon .. c'est une honte ce démon . Je lui mens pour ne pas le voir car finalement je suis simplement en combat perpétuel avec cette drogue.

J'ai envie de m'en sortir , je ne veux plus avoir de pensées malsaines envers moi, je veux sortir de ce cercle vicieux .. je veux que mon corps redevienne mon corps, arrêter ces spasmes , ces vertiges.. (la journée au travail , je ne pense pas que cela se voit , j'ai bonne mine .. mais quand je vois que les bières de la veille ne passent pas , j'emmène mon enfant à l'école - sans alcool dans le sang , je précise - et je demande du télétravail pour bien travailler sans subir la peur qu'on puisse voir la fatigue sur mon visage )

Je veux me retrouver moi . Je ne sais pas encore par où commencer 😞

Désolée pour ce texte très long .. mais pour ceux qui l'ont déjà fait ..écrire permet déjà de se soulager de quelque chose j'ai l'impression ..

Je vous souhaite à tous une belle continuation dans votre sevrage et surtout dans votre nouvelle liberté

## 2 RÉPONSES

---

[Abbah](#) - 29/11/2023 à 01h48

Bonjour,

Je vous ai lu, nous démarrons ensemble ce fil de discussion.  
Comment allez vous depuis?

Abbah

---

[Abbah](#) - 04/12/2023 à 00h46

Bonjour

Comment allez vous depuis votre dernier message il y a 3 semaines ?

Vous arrivez à gérer votre consommation ou pas du tout ?

Souhaitez vous en parler ?

Bonne journée

---