FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

UNE VIE RÊVÉE... AU DÉPART

Par Profil supprimé Posté le 26/02/2015 à 12h36

Bonjour,

J'ai 29 ans. Ma consommation n'a cessée d'augmenter depuis mon adolescence. De boire une fois par semaine n'est plus.. Le dernier jour ou je n'ai eu un verre dans la main remonte à la dernière fois où j'ai été malade.

Mon amie en souffre et à besoin de me voir changer pour aller mieux. Je veux m'en sortir mais le moindre coup de moins bien fait qu'un verre s'y ajoute tout de suite (quand je dis un verre, c'est plutôt la moitié d'une bouteille... au moins.... et de Ricard). Je l'aimes et elle aussi...

Elle a besoin que je change radicalement pour ça... Je sais que la volonté est le mâitre mot... Mais comment faire quand j'ai l'impression de faire tout les efforts du monde et que je l'a vois toujours souffrir...

Je lui est déjà caché ces problèmes (bouteilles planquées, le fait de me satisfaire de quelques verres en dehors pour avoir ma suffisance mais elle ne le voit pas, car je suis addicte donc à la vue de tous encore sobre)

Je ne sais pas où aller... Ce qui est sûr c'est que je ne veux pas la perdre et je ne rêve pas d'un vie comme cela...

Mais entre les paroles et les actes..... Je me veux fort.... Mais ce n'est vraiment pas simple...

Merci

8 RÉPONSES

Profil supprimé - 26/02/2015 à 14h20

salut,

tu est motiver pour t'en sortir et ça c'est géniale et on moteur est très bon, le faire pour elle mais il faut aussi le faire pour toi car c'est ta vie.

Elle peut t'aider et te soutenir, aller tous les deux dans un csapa pour rencontrer des medecin, psy et autres ils seront vous écouter, vous aider et cela te permettra de mettre en place une stratégie face à tout ça.

a deux on est plus fort.

bises

Profil supprimé - 26/02/2015 à 17h55

coucou Link

Tu reconnais boire trop. C'est déjà un premier pas. Tu as une amie pour laquelle tu veux t'en sortir. Tu sais que tu la fais souffrir...Ton envie de ne plus être indépendant est là. Il faudrait que tu saches que seule, ta volonté peut t'aider...vois des spécialistes, des associations et tu y recevras des conseils qui te serviront dans ce cheminent.

Mais surtout, n'oublies pas que c'est toi qui boit et cette décision que tu sembles vouloir prendre , elle doit venir de toi. L'alcool, si perfide peut te faire perdre, ton travail, ta famille, ton amie et parfois te conduire à la folie ou à la mort!!!!Penses au danger qui t'attend si tu ne peux prendre cette décision ...
courage
biz

Brijo

Profil supprimé - 27/02/2015 à 09h06

Bonjour Link,

Et si tu faisais une liste ? Les plus et les moins, le positif et le négatif de l'alcool.

Je pense que cela pourrait renforcer ta décision.

Reviens nous voir

A+

Profil supprimé - 27/02/2015 à 10h13

Je ne pense pas que vous manquiez de volonté.

Donc c'est ailleurs qu'il faut chercher.

Il vous faut faire preuve d'un peu plus de souplesse, sinon vous allez casser.

Parfois il faut reculer pour mieux sauter.

Profil supprimé - 27/02/2015 à 22h28

Comment faire preuve d'une certaine souplesse ???

Les + de l'alcool : bonne humeur et sociabilité a toute epreuve (mais juste un ou deux verres)

Les - de l'alcool :
- dire des choses blessantes au gens étant bourré et ne même pas s'en rappeler le lendemin (sachant que même sous alcool les choses dites ne sont pas une excuse... elles sont quand même pensées... mais la façon et la manière de le dire sont les mâitres mots)
-ressortir des vieux dossiers sans raisons
- se sentir agresser de tout les côtés

Profil supprimé - 04/03/2015 à 09h12

Salut Link,

Tu en es où depuis le 27/02. Tes propos étaient très durs mais très objectif, il me semble.

Amicalement,

Profil supprimé - 31/03/2015 à 14h58

J'essaies d'avancer dans le bon sens mais c'est dur. Etant en interim et finissant ma mission dans peut de temps je suis à moitié en dépression. Pourtant je ne me nois pas dans l'alcool... Pas encore on va dire :S

Profil supprimé - 31/03/2015 à 21h04

salut

dit en nous plus sur tes engoisse ou autre qu'on cible mieux et qu'on sooit plus efficace pour t'aider

bisous