

POURQUOI JE ME SENS SI BIZARRE

Par Profil supprimé Postée le 16/11/2015 09:53

Bonjour ,

j ai tenté de saisir un temoignage sur votre site mais je crois que cela n a pas fonctionné..

Depuis que j ai stoppé toute consommation d alcool, je me sens bien. Mais je me sens en decalage avec beaucoup de personnes qui m entourent..

Je ne sais plus quoi dire parfois lorsque je constate que les problemes qu ils ont sont en lien avec l alcool..je ne veut pas etre une donneuse de lecon..moi meme ayant ete dans cette spirale infernale. Je ne sais plus ce que je dois dire ou pas..faire ou ne pas faire. Particulierement pour une amie auquel je suis tres attachee..je constate sa descente sans pouvoir l aider. Je le vis tres mal..merci pour vos conseils.

Mise en ligne le 16/11/2015

Bonjour,

Le fait d'arrêter de boire a souvent des conséquences sur les relations que l'on entretient avec ses proches, et notamment ceux qui continuent de boire alors que, soi-même, on a décidé de fonctionner autrement.

Vous vous sentez en décalage aujourd'hui par rapport à vos proches, et vous inquiétez plus particulièrement pour une amie. Vous vous sentez très impuissante quant à ce que vous pouvez faire pour elle. Dans ce genre de situation, c'est le dialogue qui peut faire avancer les choses. N'hésitez pas à aborder le sujet de ses consommations avec elle, à lui faire part de vos inquiétudes et de votre façon de voir les choses, de votre disponibilité pour l'aider si elle en ressent le besoin. Elle saura ainsi que, le moment venu, elle pourra faire appel à vous si elle le souhaite.

Le reste ne dépend pas de vous et, comme vous êtes passée par là, nous comprenons que cela soit d'autant plus pénible pour vous. Peut-être espérez-vous lui faire profiter de votre propre expérience afin de la faire "avancer plus vite". Mais il vous a probablement fallu un certain temps avant d'en arriver à la conclusion qu'il était préférable de ne pas boire, et votre amie a peut-être encore besoin de temps pour en arriver à ce constat-là aussi, pour elle.

Dans cette attente, n'oubliez pas de prendre soin de vous, afin de consolider votre abstinence récente. Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.
