

## PROBLÈME COUPLE ET BESOIN D'ARRÊTER DE BOIRE

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 19/11/2016 à 03h53

Voici mon histoire sans doute semblable à des milliers d'autres, je me sens complètement vidée et à bout. J'arrive presque à 40 ans, 2 enfants, une vie active et un métier que j'aime. Seulement mon couple part complètement en vrille, si c'est latent depuis quelques années, mon corps ne me suit plus (attaques de panique, crises d'angoisse). À cela s'ajoute un problème croissant de consommation d'alcool. Je me mets à boire en cachette, je cache de la bière dans ma voiture, quand mon conjoint pense que j'en ai bu une... j'en ai bu 9 en cachette. Cette consommation est devenue quotidienne au fil des années, lorsque je n'ai pas de bière chez moi (par choix) cela devient un obsession. L'alcool a pris beaucoup de place dans ma vie (j'ai déjà quitté mon domicile complètement bourrée pour aller à l'épicerie de nuit en laissant seuls mes enfants qui dormaient. J'ai honte. Bizarrement mes deux grossesses ne m'ont pas causé de problème, je n'ai pas bu une goutte d'alcool. J'ai récemment arrêté 3 semaines, pareil, sans problème, en prenant un demi Xanax. J'ai recommencé à boire pensant pouvoir boire juste une ou deux bières... j'ai littéralement pété les plombs il y a 3 jours, j'ai même dû arrêter 2 jours de travailler. Je suis en état d'anxiété intense, insomnies infernales, tête de déterrée et tout ce qui va avec. Je culpabilise de tous ces moments perdus avec mes enfants "maman est trop fatiguée pour jouer" quelle horreur je me déteste. Cela ajouté à mon conflit de couple permanent, je suis très très mal. Je n'ai personne à qui parler, je ne peux partager cela avec mon conjoint je me sens très seule, j'ai vu pour la première fois une psychologue mais on ne parle que de mon couple. Les permanences spécialisées près de chez moi sont incompatibles au niveau des horaires (18h). Désolée pour ce roman, merci de m'avoir lue.

### 1 RÉPONSE

---

[Profil supprimé](#) - 23/11/2016 à 15h30

bonjour titine, je me permet de vous écrire car j'ai moi-même un souci d'addiction, je suis actuellement dans une structure constituée uniquement de femmes addicts . nous avons le projet d'écrire un livre regroupant des témoignages . Nous sommes donc à la recherche de personnes qui accepterait de nous donner des témoignages . Si cela vous intéresse ? pouvez vous me contacter et je vous donnerais plus de détail.

merci pour l'intérêt que vous allez porter à ce message.

coco

---