FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

PRISE DE CONSCIENCE TROP TARD?

Par Profil supprimé Posté le 21/03/2018 à 15h01

Bonjour,

J'ai 35 ans et cela fait maintenant 10 ans que je bois quotidiennement et aujourd'hui je suis en train de tout perdre,ma femme,mes enfants (de 1 et 3 ans) ma maison que l'on a acheté il y a 10 mois.

J'ai perdu ma mère a 10 ans,et mon père a commencé à boire en grande quantité et faire des tentatives de suicide avant de nous virer,ma sœur et moi,de chez lui.J'avais alors 13 ans et j'ai eu la chance d.avoir ma famille pour m'acceuillir.Je me suis toujours fait la promesse de ne pas ressembler à mon père et voilà où j'en suis aujourd'hui ! Après une séparation, je me suis retrouvé seul il y a 10 ans et j'ai commencé à boire pour combler cette solitude. J'ai rencontré ma femme il y a 5 ans et j'ai continué à boire (en moins grande quantité) mais j'en ressentais le besoin, c'était 2/3 bières le soir en rentrant du travail.

Ma femme travaille beaucoup pour subvenir aux besoins du foyer et je m'occupe donc bien naturellement des taches ménagères et de nos enfants après ma journée de boulot. S'occuper de deux enfants en bas âge c'est très dur et au fil du temps je suis passé de 2/3 bières à 5/6 bières puis 3/4 verres de vin. Tous les matins je me dis « il faut que tu arrête » et tous les soirs je remets ça. Jusqu'à hier où j'ai dépassé les limites : ma femme s'est accordée une soirée à l'extérieur et moi une fois les enfants couchés j'ai bu d'avantage jusqu'à ne plus pouvoir tenir debout et je me suis abimé l'œil et le front sans me rappeler comment j'ai fait. J'ai honte de mon attitude, comment un père peu en arriver là alors que ses enfants sont seules avec lui... Heureusement qu'il ne leur est rien arrivé et que ma femme est rentrée pas trop tard pour m'arrêter !

A cause de cette dépendance et de certains soir ou je n'étais pas dans mon état normal et d'autant plus hier soir, ma femme veut partir avec les enfants. C'est malheureux d'en arriver là pour me faire prendre conscience et me décider de cesser l'alcool mais j'ai pas envie de perdre la femme de ma vie. Je suis décidé à arrêter mes conneries et si vous avez des conseils pour m'aider je suis preneur. Merci d'avance.

1 RÉPONSE

Moderateur - 21/03/2018 à 15h42

Bonjour Mathieu,

Vous pouvez être aidé à arrêter l'alcool en ayant recours aux professionnels d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Ils vous accompagneront pour votre sevrage et pour la période d'après, pour éviter la rechute. Les consultations sont gratuites.

Les écoutants de notre ligne d'écoute vous renseigneront sur le CSAPA le plus proche. Vous pouvez aussi utiliser notre rubrique "adresses utiles" : http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles

Nous ne savons pas si vous pouvez sauver votre couple mais n'hésitez pas à faire la publicité de votre démarche auprès de votre femme. Si elle a des questions elle peut elle-même prendre contact avec le CSAPA, qui reçoit également l'entourage. On peu arrêter l'alcool à tout âge et y arriver n'est pas une question d'avoir eu un père alcoolique ou non.

Bonne continuation,

le modérateur.