ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

TROP C'EST TROP

Par Profil supprimé Posté le 17/10/2018 à 09h58

Bonjour,
Je me présente je suis maman de deux garcons et me suis séparée de leur papa il y a deux ans. Nous avons vécu 10 ans en couple avec des hauts et des bas mais il connaissait mon problème lié à l'alcool avant qu'on ne s'installe ensemble. Il a toujours pensé que ca pouvait être juste un passage de ma vie, moi qui avait perdu mon conjoint d'avant d'un suicide, il pensait que le choc de cette disparition pouvait être la cause de mon désir de boisson.
Les années ont passé et j'ai changé par rapport à ma consommation, elle est évidement plus importante et automatique chaque jour après le boulot et jusqu'à l'heure d'épuisement. Je consomme surtout des bieres et du vin mais en grosse quantité. Ce qui a le plus changé c'est mon attitude lorsque je dépasse une certaine quantité. Il m'arrive presque toujours de ne pas me souvenir de ma soirée, même si je passe une soirée à discuter autour d'un film avec mon nouveau conjoint.
Je dois confier que je suis de plus en plus fréquemment violente en mot et en acte. J'ai envi de frapper même si ce n'est que mon canapé, mais lundi soir j'ai frapper mon conjoint au visage pour la première fois ... j'ai tellement honte et je suis tellement perdue, lui qui m'aime tant. Je ne me reconnais plus depuis un moment. J'ai tellement honte.
alors voilà, après toutes ces années de peur et d'angoisse face à cette situation, je dois réagir et me sauver, et réapprendre à aimer ce et ceux qui m'entourent.
J'ai repris contact avec le centre CSAPA qui m'a plusieurs fois reçu et m'aide ponctuellement quand je suis en crise. Mais j'imagine qu'il faut que je sois suivi plus régulièrement pour que ca porte ses fruits. Ca n'est pas la première fois que j'ai le désir de tout stopper mais une fois de plus je suis convaincue qu'il n'y a pas d'autre issu.
J'espère tenir le coup car je pense que je vais perdre tout ce que j'ai, mon boulot également car je suis souvent absente. J'ai tellement envi d'être comme tout le monde ...

1 RÉPONSE

Lethibe - 22/10/2018 à 16h01

Bonjour Mishoko,

Il est bien d'en avoir conscience et c'est bien d'en parler aussi !

Après tout comme nous qui vivons avec une personne alcoolique, il faut prendre une décision.

Arreter ou continuer !!

Plus facile à dire qu'à faire.
Mais il faut voir le bon coté de la vie, ou vous avez un homme qui vous aimes et qui pourrait vous soutenir dans votre démarche d'arreter.
Ne pas franchir des limites qui pourrait le faire ne pas revenir en arrière sur sa décision de vous quitter.
Profiter entre guillements du faites que vous ayez quelqu'un pour vous soutenir parceque je sais que ce n'est pas chose facile que d'arreter de boire.

C'est une drogue, les effets ne sont que temporaires.

Faites le pour vous, mais surtout pour les gens qui vous entourent et vous aimes !

Allez voir le maximum de centre ou autres qui peuvent vous aider, à soigner le mal qui vous ronge.
Vous en sortirez fière d'avoir arreter et plus forte !

Bon courage à vous