

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

JE NE VEUX PLUS ÊTRE PRISONNIER DE L'ALCOOL

Par nides2405 Posté le 5/12/2018 à 11:21

Bonjour à tous,

Tout d'abord, je me présente, j'ai 35 ans et père de deux jeunes enfants. Si je viens témoigner c'est que j'ai besoin d'aide car tout seul, je n'arrive pas à me sortir de ma dépendance à l'alcool.

Afin de mieux comprendre pour quoi j'en suis arrivé là, voici un résumé.

Après 11 ans de vie commune, nous avons fait le choix de divorcer avec mon ex-femme, il y a un an et demi.

il y a un an, ma mère a fait une rechute de cancer et est décédé au bout de 4 mois au bout d'un long combat.

à partir du mois de janvier, je suis rentré dans un état dépressif et depuis je suis sous anti-dépresseur.

A cette période, je cogitais beaucoup la nuit et je n'en dormais pas. Afin de réussir à dormir, j'ai commencé à boire le soir pour enfin trouver le sommeil.

Au début , c'était une demi bouteille de vin puis petit à petit ça a été un bouteille de vin et maintena