

BESOIN D'AIDE

Par **verona00** Posté le 07/11/2020 à 06h28

Bonjour,
Je m'appelle Verona, j'ai 33 ans et je souhaiterais sincèrement ne plus boire. Je dirais même qu'il devient urgent que j'arrête j'aimerais expliquer mon parcours et mon rapport avec l'alcool.
Je étais une personne très timide mais socialement intégrée
Je n'ai jamais eu de désir d'alcoolisation forte pendant longtemps, je croyais, jusqu'à 20 ans je ne buvais pour ainsi dire pas.
Et puis j'ai rencontré mon premier grand amour, il avait 4 ans de plus et n'attendais absolument rien de la vie. (ce dont je ne me rendais pas compte)
Je ne comprenais pas son besoin de boire, d'ailleurs je le comprenais sans vraiment le comprendre, vous savez comme quand on a de oeillères vraiment involontaires. IL buvait donc au bout d'un moment (durant lequel on aurait dû se séparer pour notre bien à tous les 2)
Pour être en phase avec lui je me suis mise à boire. Un petit peu ça marchait. Je n'aimais pas les boissons alcoolisées mais l'illusion que la vie devait être ainsi me paraissait de plus en plus intéressante.
Soirées après soirées, puis un jour juste tous les deux, je me disais qu'il fallait que je le quitte mais je ne le faisais pas
Puis j'ai déménagé loin avec un traitement et une thérapie mais j'ai encore fait un mauvais choix et on m'a imposé de vivre avec lui.
La, ma vie est partie en sucette je ne pouvais plus avoir un seul contact social sans être alcoolisée...
Je suis là 13 ans plus tard incapable d'avoir une seule relation sociale tout court alcool ou pas, ne pensant qu'à boire privilégiant l'alcool et cette sensation qui fait sombrer dans un désespoir encore plus intense.
Aujourd'hui il n'est plus là depuis 10 ans, je vis seule à l'étranger dans la solitude la plus totale.
J'en reste là pour l'instant mais je me dis que peut-être en partageant avec vous on trouvera tous une solution.
Merci

1 RÉPONSE

Moderateur - 10/11/2020 à 16h27

Bonjour Vérona,

Merci pour votre partage, c'est important de pouvoir l'écrire. Merci aussi pour votre confiance. J'espère que d'autres internautes s'arrêteront ici pour vous répondre. Je vous invite éventuellement à répondre dans d'autres fils de discussion si certains font écho et si vous vous en sentez le cœur.

En effet, le premier pas j'ai l'impression pour vous c'est de rompre votre isolement. Ici vous trouverez de l'entraide. Vous pouvez aussi rejoindre des groupes d'entraide pour personnes alcooliques. Il n'est pas nécessaire d'avoir arrêté de boire pour le faire. Il existe des groupes de parole en réel - peut-être y en a-t-il dans le pays où vous vous trouvez - mais aussi virtuels, par visio-conférence. Nous vous conseillons de vous renseigner par exemple auprès d'Alcooliques Anonymes (France), Alcool Assistance, Ecoute Alcool Joie et Santé, la Croix Bleue ou encore Vie Libre. Le fait que cela soit "à distance" sera sans doute plus facile pour vous au départ.

Accrochez-vous à votre envie de ne plus boire, ne la laissez jamais tomber. Cette démarche que vous faites ici c'est la bonne et nous espérons que vous pourrez tisser des liens.

Cordialement,

le modérateur.
