

DISCUSSIONS

Par [pop251200](#) Posté le 12/01/2021 à 20h16

bonsoir, c'est bien la première fois que je m'inscris sur un forum concernant l'alcool.

tout a commencé en octobre 2020 après l'arrêt de mes études en commerce. j'ai commencé à boire, étant de nature festive enfin du moins bien boire en soirée. j'ai commencé à boire la journée avec des bières puis en soirée sans pouvoir m'arrêter.

il y a une semaine je suis allée voir une psy que j'avais déjà rencontré en étant jeune mais pas pour les mêmes raisons ahah.... ça me gêne un peu je vous avouerai de parler de ce sujet sur un forum .. mais j'ai eu des conseils de ma psy que je revois jeudi. le problème

c'est que j'essaie d'arrêter enfin du moins j'en ai l'envie car j'ai déjà fait beaucoup de mal autour de moi mais c'est très compliqué...

je ne sais pas m'arrêter à un seul verre la limite je ne la connais. pas alors après ça part en vrille, je suis une autre personne... et le

lendemain je culpabilise énormément ..

enfin bon je ne sais pas quoi faire..