

HELP

Par **Boulette93** Posté le 27/02/2021 à 09h57

Bonjour

Je suis nouvelle sur ce forum. Je connais bien mon problème auquel j'essaie de remédier depuis maintenant qq années. J'ai 40 ans, maman de 2 enfants avec un conjoint aimant et je suis en train de tout gâcher de part ce foutu poison. Je suis debout depuis 2 heures, je sais qu'hier j'ai encore une fois déconné. J'ai décidé de partir qq temps chez ma mère pour prendre le temps de réfléchir à comment m'en sortir et arrêter de faire vivre un enfer à ma famille. Je ne me rappelle pas ce que j'ai fait hier soir. C'est ma fille de 10 ans qui vient de me le raconter. C'est affreux. Le problème est que malgré mes efforts et essais de m'en sortir, je replonge toujours car nous avons toujours de l'alcool à la maison. Et je suis tentée... Je me suis inscrite sur le forum, car j'ai peur. J'attends que mon mari se lève pour lui dire que je pars pour le laisser tranquille aujourd'hui et ce soir. J'ai peur de le perdre et de l'avoir déjà perdu, car ce type de soirée je le fais souvent et depuis pas mal de temps. Oui j'ai peur d'avoir dépassé les limites du tolérable pour lui. Je ne sais pas quoi faire pour me faire pardonner et lui faire oublier tout ce que j'ai pu dire ou faire de mal et mon état de loque...

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 01/03/2021 à 22h05

Bienvenue Boulette ,

Tu as pris conscience que tu perdais la maîtrise de ta vie à cause de ce poison d'alcool et que tu étais en train de tout perdre . A première vue , tu n'as encore rien perdu et je t'invite à réagir au plus vite et de poser les armes . prends la décision de capituler devant l'alcool et d ne plus prendre le premier verre un jour à la fois comme il l'est suggéré chez AA . Je me suis aussi retrouvé devant cet état de décadence physique et psychique et j'ai été sauvé par AA . Pas de suite car je m'y suis repris à deux fois mais à la seconde , j'ai pris , comme suggéré chez AA , de ne plus prendre le premier verre pour rien ni pour personne et de faire mon abstinence pour moi principalement .

va lire des témoignages dans la rubrique destinée aux femmes tout spécialement , tu y apprendra beaucoup .:

Le fil de discussion réservé aux femmes

Ne désespère pas de t'en sortir toi aussi mais reste bien avec tes semblables qui te comprendront et ne te jugeront pas ;

Bien amicalement,

salmiot1
