

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

# JE SUIS PERDUE

---

Par **Foxy89** Posté le 01/03/2021 à 21h56

Voilà, c'est la première fois que je publie quelque chose.. je prend mon courage à deux mains...

Depuis quelques mois j'ai pris la décision d'arrêter l'alcool, sauf qu'à chaque fois, j'ai replongé.

L'alcool ne me manque pas en soit. Mais dès que je bois, je ne sais plus m'arrêter. Alors je décide donc de ne plus boire du tout.

C'est une décision que je prend pour ma fille et pour moi.

Cependant mon conjoint est toujours en train de me proposer à boire. J'ai un gros soucis avec le whisky surtout et depuis que je lui ai dit que j'arrête l'alcool il en achète à chaque courses que l'on fait. Il fait la tête à chaque fois que je refuse un verre.. mais après il me dit que ce n'est rien.

Donc je ne sais vraiment pas quoi faire, qu'est ce que vous conseillez..

Je veux vraiment arrêter mais toute seule je ne sais pas si je peux y arriver et avec quelqu'un qui me propose quasiment tous les jours un verre...( Il y a des jours où j'ai vraiment envie de dire oui)

Ça fait 9 jours que je n'ai pas bu.

Merci à tout ceux qui répondent.

Et désolée pour le pavé lol

## 4 RÉPONSES

---

**Bzdms** - 02/03/2021 à 09h53

Bonjour, ne sois pas désolée. Ce que tu entreprends est remarquable. En revanche, ton conjoint a certainement un problème d'alcool lui-même ou alors il ne réalise pas du tout la gravité de ta situation car si tu en es là c'est que tu es malade alcoolique et cela est une maladie.

Essaie de lui en reparler et surtout, va consulter les AA, addictologie etc.. C'est essentiel. Seule tu n'y arriveras pas sur la durée.

---

**Foxy89** - 02/03/2021 à 11h34

Merci de ta réponse, mais j'ai déjà parlé et encore parlé avec lui mais plus ça va, plus il me donne l'impression que mon choix est ridicule. Alors j'ai arrêté de Lui en parler.

Je répond juste non quand il me propose même si après, il fait la tête de son côté et appelle sa soeur ou son frère pour aller prendre l'apéro avec.

---

**Profil supprimé** - 03/03/2021 à 10h50

Bonjour et bienvenue Foxy89,

Tout d'abord, bravo pour tes 9 jours d'abstinence que je t'invite à faire pour toi, et pourquoi pas pour ta fille, surtout si ton mari n'estime pas que tu as un problème et qu'il ne veuille pas t'aider. Toi seule sais si tu as un problème d'alcool ou pas; tout cela se passe à l'intérieur de ton être.

Ne reste pas seule avec ce problème d'alcool qui risque de s'aggraver avec le temps car l'alcoolisme est une maladie progressive et parfois le mal nous ronge intérieurement autant sinon plus qu'extérieurement et nous arrivons à ne plus nous aimer et à chercher refuge dans ce poison.

J'ai moi aussi arrêté pour ma fille âgée de 13 ans à l'époque qui me suppliait de retourner chez AA. J'y étais allé une première fois durant trois mois et j'étais abstinent. Je me suis cru guéri et les ai abandonnés. Deux trois jours plus tard je reprenais le premier verre et c'était le début d'une rechute qui dura 9 mois.

Contacte les AA, ou toute autre association d'anciens buveurs. Un forum AA aussi peut-être, car c'est important de s'entourer de nombreux membres qui aspirent aussi à l'abstinence et de celles et ceux qui le sont devenus depuis un certain temps si pas des années.

Je t'invite à ne pas rester exclusivement sur le fil que tu as ouvert mais à aller lire les partages sur d'autres fils. Il y a à prendre un peu partout.

Avance bien dans ton abstinence un jour à la fois comme suggéré chez AA et ne lie ton abstinence à rien ni à personne.

Bonne continuation à toi

salmiot1

---

**Lyna11** - 27/04/2021 à 06h50

