

LA CHUTE

Par **Nina1234** Posté le 23/07/2021 à 09h54

Bonjour à tous,

Il est temps de reconnaître que j'ai un vrai problème.

D'une consommation uniquement le week-end je suis passé à une bouteille de vin par soir. Tous les jours.

J'ai changé de travail j'ai eu des soucis dans mon couple du coup moralement ce n'est pas le top je bois pour me sentir bien et oublier mes soucis un moment.

J'ai aussi un besoin pathologique d'attention....

Je cherche des solutions pour arrêter cette consommation excessive et retrouver le plaisir de boire un verre de temps à autre avec des amis.

Je suis vraiment fatiguée de tout ça.

Bonne journée à tous

3 RÉPONSES

rhym13 - 25/07/2021 à 11h46

CC

Je me vois dans ton récit..

Il est temps de relever la tête et sortir de cet enfer

BONNE JOURNÉE

Nina1234 - 26/07/2021 à 18h34

Le confinement ne nous a pas aidé je crois. Je me trouve lamentable et j'ai clairement honte de moi. Pourtant je suis sportive, je fais attention à mon alimentation etc..... c'est fou de se détruire comme ça et d'être dépendant

Melanie69 - 26/07/2021 à 23h40

Je me retrouve aussi. J'ai remonté la pente, mais il m'arrive de reboire à l'occasion, de manière épisodique. Et quand cela se produit, je m'enivre à forte dose. Mes proches ont perdu confiance en moi., tous ses efforts que je fais sont balayés. Du coup, soucis de couple également. Je pense que mon conjoint ne supportant plus mes incartades, va me quitter définitivement. Je comprends son point de vue il est à bout. Il y croit comme moi à chaque fois. Et puis, nouvelle prise de boisson et hop c'est encore une désillusion pour tous....

Question avez-vous des enfants ?
