

1 ÈRE FOIS ICI

Par **Cc22** Posté le 23/11/2021 à 22h34

Bonsoir,
Je ne sais pas trop par où commencer....
Voilà quelques années où je ne passe pas une semaine sans boire, en fait depuis le décès de maman il y a plus de 10 ans....
J'arrive à me passer d'alcool parfois 2-3 jours, mais souve t étant seule av mon enfant je l'ennui, j'ai tellement de chose en tête, tellement été opprimé sans pouvoir dire ce que je pouvais ressentir, que cela m'est venu sans trop m'en apercevoir mais je me rend compte depuis qq temps qu'il y a un soucis, mais je ne peux demander de l'aide, car ici c'est un petit bled, alors je reste seule dans ma défaite, ma solitude, pourtant j'en ai besoin, et j'ai envie de changer, de me soigner, qqun dans ma situation ?
Merci de votre lecture

1 RÉPONSE

Pepite - 24/11/2021 à 13h50

Bonjour CC22,

Bienvenue sur ce forum.

Je viens de récupérer votre bouteille à la mer et d'autres personnes vous lisent ou réagiront à votre récit.

Vous cheminez autrement et on ne peut que vous encourager à poursuivre vos efforts, pour vous, pour votre santé et pour favoriser le développement de votre enfant.

Vous soulevez un contexte anxiogène : la solitude. C'est une agression psychique que vous pouvez surmonter en sortant de votre isolement ou isolation. D'abord parce que vous en avez besoin mais votre enfant aussi.

Pour cela, racontez moi ce que vous pourriez faire dans votre bled ou alentours ?

Quel sens donnez vous à votre vie ?

Avez vous des projets ?

Exprimez vous ici sans retenue grâce à l'anonymat.

Prenez soin de vous CC22,

Pépité
