FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

JE VOUDRAIS ARRETER (ENCORE)

Par Julie49 Posté le 11/08/2022 à 02h13

Bonjour les gens,
J'ai 23 ans, il y a 2 ans j'ai dérapé avec l'alcool. J'ai commencé a boire seul, assez peu (3 ou 4 bieres) mais tous les jours, en plus d'une ou deux bonnes cuites par semaine. Cela c'est terminé par une tentative de suicide.
Je pensais que c'etait fini, que je ne tomberais plus dedans, mais depuis 2 ou 3 mois je recommence a boire seule. Cela me fait peur. Je sais que je suis sujet a la depression, mon problème avec mon identité de henre n'arrange rien, le monde des adultes me fait peur, mes etudes aussi.
Je veux arreter cette pente glissante, et si possible avant une nouvelle tentative de suicide. Vers qui se tourner ? Je me sens seule, desemparée.