

CE QUI DEVAIT ARRIVER...

Par **franckey** Posté le 23/03/2023 à 18h16

Bonjour à tous, je me présente, je m'appelle Franck et je suis alcoolique. J'ai 46 ans et je bois "festivement" depuis mes 16 ans, que les années passent vite.

Au fur et à mesure des années je me suis mis à boire progressivement plus, surtout le week-end, et maintenant j'en suis à cacher des bouteilles pour me créer ma "petite" réserve car je sais que l'envie de boire apparaît quand j'ai fini le travail.

Tout à commencer quand j'avais 18 ans, j'ai fait un "bad trip" sous extase, depuis je suis sujet à des crises d'angoisse qui ont persisté 2 à 3 ans environ.

Je rencontre une fille à une soirée quand j'étais à l'armée puis vivions ensemble 9 ans, avons eu une fille qui a maintenant 20 ans, et sa maman (mon exe) m'a quitté pour un autre... pour faire court.

A partir de ce moment en 2005 je me suis noyé dans l'alcool, c'est à dire que ma consommation a augmenté.

Fin de l'année 2005, je rencontre une superbe et gentille femme (plus jeune que moi de 12 ans) et on se marie en 2010, avons une fille de 9 ans maintenant.

Pour moi cette histoire magique était ACQUISE, car on se disait toujours des je t'aime etc...

Malheureusement, il y maintenant 4 ans, que j'ai refait une crise d'angoisse qui a duré non-stop 5 jours, donc je suis allé chez mon médecin traitant qui me prescrit tout les mois des anxiolitiques et anti dépresseurs, que je prends tous les jours, mais vous comprendrez que l'alcool est toujours présent, ce qui m'amène à la fin de ce message...

Mon épouse a décidé de divorcer car elle n'est plus heureuse et en a marre de me voir tous les week-ends "bourré".

Voilà pourquoi RIEN n'est JAMAIS ACQUIS DANS LA VIE.

Je suis maintenant sûr qu'il me faut un déclic pour commencer à réduire ma quantité jusqu'à m'arrêter, mais les deux psy que je suis aller voir plusieurs fois (55 € la séance) ne m'aident pas du tout, donc je n'y vais plus.

Je suis perdu, car je suis en train de tout perdre (mariage, ma grande ne vient plus à la maison, ma petite est inquiète pour moi comme mon entourage).

Comment avoir ce DECLIC ???

BONNE SOIRÉE

1 RÉPONSE

Québécoise - 25/03/2023 à 15h22

Bonjour Frank,

Tu as écrit sur le post des proches d'alcoolique, je ne sais pas si c'était voulu, si tu vas revenir ici voir si qqun t'as répondu.

Controler une addiction c'est presque impossible, pour savoir si tu peux la contrôler faut que tu sois capable d'arrêter qd tu veux. C'est bcp plus difficile d'essayer de jouer avec, que de pas du tout en avoir, prc que ça prend un certain temps et ça moins de moins en moins.

Mais avant de décider de pu boire, faut tu le veulente et que tu sois prêt à essayer par pleins de moyen et aller chercher de l'aide.

Le déclic est différent pour chacun, c'est qd la douleur est plus forte que tout l'apaisement qu'un verre peut t'apporter.

Je ne suis pas alcoolique, mais je connais la dépendance... par contre si tu veux parler avec des alcooliques c'est sur le forum pour ça, ici sur le site.

Je compathie avec ta douleur je t'envoie pleins de courage
