

L'ALCOOL DÉTRUIT MA VIE

Par **Malpercio** Posté le 17/07/2023 à 07h49

Bonjour,
J'écris aujourd'hui pour vous faire part ma mauvaise expérience avec l'alcool
Je n'arrive pas à gérer ma consommation d'alcool et ça finis la plupart du temps mal parce que j'oublie les évènements passé je peux me montrer agressif et être à côté de la plaque mais quand je suis affecté mentalement et que j'ai pas la pêche je me met a boire de manière excessive et sa finis toujours mal
Notamment avant hier je me suis séparée de ma copine a cause de ça parce que c'était la fois de trop et qu'elle m'as laisser une chance mais là c'est trop.
J'ai décider d'arrêter totalement et de me faire aider par un psy pour surmonter ça.

1 RÉPONSE

Sunshine - 17/07/2023 à 22h47

Bonsoir Malpercio
Tu as raison de demander de l'aide et de venir écrire ici ton expérience. On se soutient les uns les autres et on traverse des bouts de chemins anonymement.
Rapproche toi du centre d'aide en addictologie proche de chez toi si tu peux et effectivement laide d'un/d'une psy ça peut beaucoup aider pour comprendre certaines causes de la consommation excessive dont on souffre.
Bon courage à toi.
