

PERDUE

Par [MarieGeorges](#) Posté le 07/04/2024 à 15h08

Bonjour à tous,

Je poste ici car je suis perdue, et j'essaie de poser des mots sur mon problème auprès de personnes qui peuvent peut-être me comprendre .

J'ai 39 ans, 2 filles. Il y a 5 ans, j'ai quitté leur père et divorcé, après 21 ans ensemble. Je voulais d'une autre vie pour mes filles, il était manipulateur, pervers narcissique.

Et puis ces 4 dernières années, descente aux enfers. Je me suis remariée, la vie de rêve au début. Un homme en or, mes filles sont bien avec. Puis j'ai perdu ma grand mère, 1 an après, mon grand père me demande de l'aide pour son euthanasie car il veut partir rejoindre ma grand-mère. 8 mois après, mon papa de 60 ans, décède d'un arrêt cardiaque. Au travail j'ai changé 3 fois. Mon couple, gros problème il y a 2 ans dont je ne me remets pas.

Aujourd'hui, cela fait 2 mois que j'ai perdu mon emploi, 1 an que je bois tous les jours. Cela a commencé suite à mes problèmes de couple. Au début un verre de temps en temps. J'en suis à une ou 2 bouteilles de vin par jour, parfois le matin, pour pouvoir être saive pour mes filles le soir. La semaine dernière, j'ai été chercher des cigarettes le soir, j'ai pris une bouteille. Je me suis endormie dans la voiture. C'est mon ex mari qui est venu me chercher car ma fille m'avait localisée. La honte.

Psychologiquement je suis au fond. Mes filles me voient mal mais ne comprennent pas pourquoi. Je suis perdue, me sens seule, plus confiance en personne.

J'ai commencé le psy, mais je suppose qu'il faut du temps.

Voilà le fait d'écrire et d'être honnête, cela me met en face de mes problèmes.

Merci de m'avoir lue, et peut-être des pistes...

Courage à tous. Je suppose que tout problème a une solution.

Belle journée.

1 RÉPONSE

[Ymoony](#) - 08/04/2024 à 11h11

Bonjour Marie George

Je suis ce forum depuis longtemps sans jamais avoir posté mais ton histoire me fait tellement écho que je saute le pas.

J'ai 47 ans et 2 enfants . J'ai divorcé il y a 4 ans et j'ai rencontré un nouvel amoureux. Lui buvait plus que moi et quotidiennement (je buvais 3/4 verres de vin le week-end) mais savait s'arrêter et moi non et de fil en aiguille j'en suis arrivé à une consommation de 2 bouteilles de vin par jour depuis un an.

J'ai essayé d'arrêter en septembre mais rechute au bout d'une semaine et là ce week-end je suis seule et ça a été le summum du pire....

Depuis ce matin je repense à ce que l'addictologue m'avait dit il y a un an (j'avais été la voir sur conseil de ma psy) si ça peut de donner des pistes.... Dans mon cas en tout cas il s'avère que j'ai un profil d'addict depuis petite: les troubles alimentaires et le tabac et après mon divorce j'ai été sous anxiolytique à dose importante (confinement avec cohabitation forcée) et au fur et à mesure de la réduction des doses en fait ma consommation d'alcool augmentait. Du festif je suis arrivée à une consommation pour oublier...et puis un drame est arrivé il y a bientôt 2 ans et là le plongeon je bois pour anesthésier mes pensées.

J'ai tellement honte de moi et pour mes enfants et mon compagnon....j'ai pris 10kg je n'ai plus d'envies je suis fatiguée et sens que la déprime s'installe ...

Bravo à toi de cette prise de conscience

Moi je tente de nouveau l'arrêt cette semaine je souhaiterais faire la surprise à mon compagnon qui rentre de déplacement jeudi (mes enfants ne sont pas au courant), seule (je n'ai pas trop les moyens d'être suivie et je ne veux pas reprendre d'anxiolytiques)

Je ne prends plus de médicaments j'ai juste de l'atarax pour m'apaiser au cas où et des vitamines b pour palier aux carences dues à l'alcool

Je ne sais pas si cela peut t'aider mais on pourrait se motiver!

En tout cas courage à toi parfois il faut toucher le fond pour pouvoir rebondir
