

AVEUX

Par **Pseudo37** Posté le 02/06/2024 à 20h57

Bonjour,

C'est la première fois que je témoigne et que je me livre réellement sur ce sujet ... l'alcool.

J'ai 22 ans, un travail de commercial avec des supers collègues, une famille à moitié présente et une super femme ...

L'alcool a toujours eu un effet néfaste sur moi, j'ai commencé les soirées assez jeune (collège) et je me prenais déjà des caisses qui me m'étais dans des états minable et pitoyable...

En grandissant (lycée), l'alcool s'est plus ou moins rapproché de moi, le soirées, le débuts des bars, des festivals et des sorties à droite à gauche, à cette époque je contrôler plus tôt bien mes états, je profitais et me rappeler de mes soirées dans les moindres détails. Puis il y a eu un moment où tout a vrillé dans la tête, suite à un événement familial, je me suis laisser bouffer par la culpabilité et la peur... pour oublier je buvais beaucoup plus pendant les soirées, je finissais souvent dans de sales états, je faisais du mal à mon entourage, j'étais désagréable et méchant (même sobre). Et finalement, je habitue à ces états, par le suite je suis arrivé en étude supérieur, et j'ai continué à boire, encore plus et beaucoup plus souvent car il n'y a avait plus cette contrainte parentale, j'avais mon argent, mon appart, mes règles ...

Je pensais gérer, m'amuser et profiter de la vie, je pensais que c'était juste ça la vie étudiante, se mettre minable, comme un concours entre pote, en mode celui qui est le plus mort delà soirée a gagner... comme si on avait le respect des autres alors que je ne me respectais pas moi même, j'ai finit de sale état, je cassais souvent des objets : meubles, vaisselles, téléphone et autre.

En soit je m'en foutais un peu, je me disais que c'était juste du matériel et que c'était les copains donc finir dans ce genre d'état c'est « normal ».

Mais à plusieurs reprise j'ai fais n'importe quoi, avec moi, avec les autres, avec les filles et surtout avec ma vie.

Je me suis mis en danger en conduisant sous alcool, j'ai percuté des voitures sur des parkings, prit des trottoirs et des ronds points de face, je faisais des drifts pour faire rigoler ces « copains » qui m'encourageais dans ces conneries ... je me suis plus d'une fois en danger, jusqu'au jour où j'ai finit dans un fossé car je m'étais endormis sous alcool au volant, j'ai traversé la route pour finir en face, sur une nationale... j'aurais pu me tuer, tuer des gens, des enfants, des parents ou une famille. Et malgré ça, j'ai continué à conduire bourré, jusqu'à en perdre mon permis l'année dernière ...

J'ai eu une suspension de 7 mois, durant lesquels je m'étais interdit l'alcool pour essayer de me reprendre en main, en plus j'avais le soutiens de ma copine... j'ai réussi à ne pas boire pendant ces 7 mois, j'avais perdu du poids, je me sentais bien, j'étais moins parano, moins sur la défensive, mais le dernier jour j'ai craqué et je suis allé en ville. Tous c'était bien passé, je pensai que je m'étais guérit de cette état de folie lorsque je buvais. Mais ça n'a pas durer, 1 mois ou 2 après je redevenais parano, méchant et agressif, je buvais encore trop lors des soirées et surtout au travail. Étant commercial c'est parfois compliqué de dire non alors que tous le monde bois une bière, c'est tellement encre dans les mœurs de boire un coup lors d'échange que ça en deviens presque une obligation de boire, alors qu'on en a pas forcément envie ...

Depuis 1 an et demie je suis avec ma copine, et depuis la fin de suspension de permis, je suis devenu méchant avec elle lors des fins de soirées, en public je me sent bien, je rigole et fait des blagues, mais dès qu'on rentre à la maison... c'est la descente aux enfers pour elle, je deviens méchant et agressif. Au début, la violence était juste verbale, mais hier je suis aller trop loin ... je l'ai poussé violemment et je lui ai fait mal ...

Cet alcool détruit mon couple...détruit ma vie depuis 7 ans ...

Je ne veux pas la perdre !

Elle m'a donc posé un ultimatum... me soigné ou partie ...

C'est pour cela que je vous écrit aujourd'hui ... car j'aimerais juste avancé et être heureux ... je décide de posté ce témoignage pour que des jeunes comme moi se sentent moi seul... car c'est le témoignage de d'autres jeunes qui me donnent la force de vous écrire ce qui se passe dans ma vie !

Je décide donc de prendre les choses en mains, je vais arrêter l'alcool et aller me faire aider psychologiquement... je vous avoue que c'est difficile pour moi car je sais que j'ai un problème, j'en ai conscience depuis le début. Mais je me voile la face ... je suis en conflit avec moi même depuis bien trop longtemps et il faut que ça change ! Pour moi et surtout pour elle ...

J'essayerai de vous tenir informé de mon avancé.

Bonne journée.

2 RÉPONSES

cielbleu - 04/06/2024 à 18h51

Témoignage poignant Pseudo37!

Je suis de tout coeur avec toi dans ce long cheminement vers l'équilibre.

Difficile31 - 05/06/2024 à 11h06

Bonjour

Je vous trouve extrêmement courageux, vous avez envie de vous reprendre en main, j'espère que vous trouverez l'aide dont vous avez besoin

Vous avez déjà fait un grand pas, prise de conscience, lucidité sur le déroulé des choses, comment on en vient là et ce que l'on devient....

Vous êtes jeune, vous avez la vie devant vous, c'est une grande chance!

Bravo pour votre démarche
