

JE NE PEUX PLUS

Par **Profil supprimé** Posté le 13/04/2015 à 07h43

Bonjour, j'ai 33 ans et je pense avoir un problème avec l'alcool.

Je ne sais pas trop quand ça a commencé, plus jeune je ne buvais jamais et puis j'ai choisi des études d'hôtellerie restauration et j'ai commencé à cotoyer le monde des bars et de la nuit. Après le service le soir on allait boire des verres avec les potes et les collègues c'était "normal" au début et ça faisait du bien de décompresser puis peu à peu c'est devenu tous les soirs et on rentrait complètement ivres mais on en rigolait le lendemain et on recommençait le soir même! Je ne sais même pas comment j'ai fait pour tenir ce rythme on dormait peu toujours alcoolisés et le lendemain on reprenait le taf avec la gueule de bois. A aucun moment je me suis dit que c'était pas normal ça ne m'inquiétait pas puisque on était plusieurs et je me disais qu'il fallait bien profiter de la vie!

Puis mon père est décédé, il s'est suicidé et j'ai beaucoup culpabilisé il était lui aussi alcoolique et je crois que pour me faire mal j'ai commencé à boire de plus en plus et j'ai commencé à boire seule ça me faisait du bien.

Aujourd'hui j'ai un petit garçon qui aura bientôt 4 ans mais je n'arrive pas à arrêter je me sens seule et désespérée j'ai honte je ne sais plus quoi faire

3 RÉPONSES

Profil supprimé - 16/04/2015 à 17h00

salut,

le décès de ton papa a été compliqué et il était malade aussi, je pense que tu devrais consulter un médecin et voir un psy pour discuter de tout ça. et mettre en place un protocole de soin

bisou

Profil supprimé - 21/04/2015 à 13h39

Merci clochette pour ta réponse effectivement ça fait longtemps que je me dis que je devrais aller voir qqun mais ce n'est pas évident de faire la démarche dans mes pensées et mon idée oui mais en pratique.je ne sais plus où j'en suis ni dans ma consommation ni pour le reste merci encore t'embrasse

Profil supprimé - 21/04/2015 à 16h17

salut,

c'est bien pour cela que je te dit d'aller voir qq'un tu pourras remettre tout ça en ordre et voir les choses différemment.

bisous
