

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

JE SAIS

Par **Profil supprimé** Posté le 19/06/2015 à 23h39

je bois trop, je dois arreter, je me détruit, je galère à me lever bref

au départ la fête avec les potes, une nouvelle vie de célibataire qui me permet enfin de vivre !!! du coup j'en profite !!!!!

mais au fil du temps, je consomme de plus en plus, je passe tous les jours ou tous les 2 jours à l'épicerie pour acheter de l'alcool et me met "minable" pour ensuite aller dormir !!!!

quand je fais la fête avec les potes ça me pose moins de soucis !!! ce qui m'embête c'est quand je suis toute seule, que je pourrais

prendre un bon bouquin mais que je préfère des conneries à la tv avec un verre, ou une bouteille !!!

il va falloir que j'arrête !!!! pour de bon !!!!! pas tout ... parce que les fêtes avec les potes elles me vont bien !!! mais il faudrait juste que je m'en tienne à ça !!!

des idées ??? des conseils ???? *

en vrai je pose la question mais je connais les réponses !!!! reste la volonté qui n'y est pas !!!! je me d&culpabilise en me disant que c'est pas si grave, que c'est de familleect ... mais c'est des conneries tout ça !!!! il faudra bien que je la trouve ma motivation !!!!!

4 RÉPONSES

Profil supprimé - 22/06/2015 à 13h00

bonjour maud

je me reconnais pas mal dans ton témoignage

moi aussi j'aime bien l'alcool festif et si je pouvais ne m'en tenir qu'à ça

mais non c'est difficile et comme toi je me retrouve seule à boire et à me pourrir les week end

mais j'ai pris encore une fois la décision de stopper mes conneries

je sais que j'y arrive pas mal et que l'on échoue pas si on continue à essayer donc tous les matins je vais faire ça

Profil supprimé - 22/06/2015 à 16h35

Tout à fait moi Maud, je me reconnais, et j'ai tout perdu, ma femme est partie et il sera très difficile de la récupérer. Alors pour ne plus subir cette situation avec une autre, le choc psychologique a été très important, j'ai décidé de stopper totalement la consommation, j'en ai parlé au médecin et pour l'instant tout va bien pour moi, j'y pense même plus à picoler, j'ai une volonté de fer et ça c'est très important aussi.

Bon courage et accroche toi

Mous

Profil supprimé - 22/06/2015 à 21h26

merci de vos réponses et de votre soutien !!!

ça fait chaud au cœur !!!!!

je m'applique et me motive !!! depuis 2 jours rien, pas une goutte j'suis plutôt contente déjà !!! faut que je tienne, faut que je tienne lol

j'suis sûre que les 1ers jours sont les plus durs, après ça ira mieux !!!!! mdr

merci à vous en tous cas et bon courage à vous également !!!

accrochons nous on y arrivera !!!!! *

il faudra

Profil supprimé - 24/06/2015 à 08h43

Bonjour Maud, je te souhaite bien du courage, il est possible de s'arrêter c'est juste une question de volonté et d'accepter de souffrir d'un manque physiquement ET psychologiquement. .

De plus tu as une jeune enfant à la maison, cela devrait aider à arrêter .

Allez courage.
