

APPEL À L'AIDE D'UNE FEMME

Par **Profil supprimé** Posté le 20/07/2015 à 15h29

J'ai mal, très mal et honte, très honte de ce que je suis alors que j'ai tout pour être heureuse (un mari qui m'aime et qui s'est montré très patient avec moi, 2 enfants qui réussissent dans leur vie de journaliste et avocat.....) et moi, la dedans, qui me noie dans un verre d'eau, qui recherche toujours et encore le moindre signe de reconnaissance de mes parents (je crois être arrivée à renoncer à leur amour..., et à ma place d'enfant);

Et pour faire face à cela, pour vivre et survivre, pour mettre à distance cette idée impérieuse de mettre fin à mes jours... (mais je ne veux pour rien au monde faire mal à l'un ou l'autre de mes 3 hommes : mon mari et mes 3 enfants qui sont ma seule et unique raison d'exister).... et bien, je bois, "je consomme" comme je dis à mon alcoologue et je me sens seule, si seule, si mal et si malheureuse... car j'existe encore pour ne pas décevoir (une fois encore) l'un ou l'autre de mes 3 hommes....

Quelqu'un peut-il (ou elle) m'aider à VIVRE sans ce poison..., autrement...

Je sais que vous avez tous (et toutes) bien de choses plus importantes à faire, mais moi, j'ai besoin de vous, pour vivre à cet instant !

12 RÉPONSES

Profil supprimé - 20/07/2015 à 17h13

Salut katy,

Et bien surtout n'hésites pas à en parler ici, moi j'ai mon post aussi et tout les jours j'écris mon petit paragraphe.

Tu devrais en parler à ton médecin et voir un psy, c'est très important d'en parler. Je trouves déjà que le fait d'admettre ta dépendance à l'alcool est très important et un excellent début.

Essai de faire autre chose quand tu veux boire, une ballade, va prendre l'air etc... Trouve toi peut être une activité quotidienne. moi j'ai tout perdu à cause de ce poison, donc réagi et gardes ceux qui t'aime auprès de toi, ne les fais pas fuir.

Courage

Moustick

Profil supprimé - 21/07/2015 à 09h17

Bonjour Katy,

Je comprends absolument ton sentiment de solitude. En venant t'exprimer ici (ou ailleurs, s'exprimer est l'essentiel) , tu poses un acte positif.

Tu exposes ta problématique. Non pas tant ta " consommation", qui est un problème périphérique, un effet plutôt qu'une cause,

Tu devrais te relire posément, car tu "dis" des choses vraiment très intéressantes.

1) tu as un mari et 2 enfants

2) Puis... 3 hommes...

3) Puis 3 enfants...

Mettons un peu d'humour dans tout cela... Si, si, ça aide...

Et au cœur de tout cela ta situation complexe vis à vis de tes parents...

Bon, dans un premier temps vois tu, chacun fait ce qu'il peut. C'est essentiel... A te lire, je comprends que tu te sente perdue.

A moins sens, il serait intéressant dans un second temps de prendre une feuille et un stylo et de dessiner ton arbre généalogique afin de replacer chacun à sa place. Et surtout de te repositionner Toi, Katy...

Et dans un troisième temps, engager un réel travail psy afin de débrouiller ta situation, de te positionner, soit être moins perdue car axée vis à vis de repère (Re-Père)...

Souvent nos problèmes ressemblent à des montagnes, en s'en approchant on en voit les petits chemins qui permettent de la gravir et.. une fois franchit, en se retournant on s'aperçoit que cette montagne au loin n'est plus qu'un petit point sur l'horizon...

Amicalement...

Profil supprimé - 22/07/2015 à 21h28

Bonjour Cathy et Steph-A,

C'est très intelligent ce que te réponds Steph-A...vraiment...Moi je n'ai qu'une chose à dire car je m'y retrouve tout à fait:le manque de repère. C'est tellement dure de se sentir perdue, qu'on boit pour vivre ce manque de repère à fond!C'est paradoxal mais moi je le vis comme ça:perdue pour perdue autant y aller intensément!Et moi aussi, je me sens perdue dans mon schéma familial(famille ultra recomposée).Ce dont vous parlez, fait vraiment écho à mon histoire...Merci pour cet éclairage.des bises

Bluevelvet

Profil supprimé - 23/07/2015 à 07h50

Bonjour Katy,

Où en es tu ?

Profil supprimé - 27/07/2015 à 15h33

Bonjour, Steph-A, et merci pour tes mots qui m'ont fait du bien....

J'en suis qu'après 4 jours sans..., je me pose des questions sur ma santé physique (problèmes neurologiques aux pieds et mains : tensions et douleurs, mais comme j'ai de l'arthrose cervicale et que tous mes examens neurologiques sont normaux (EMG membres inférieurs, IRM cervicales, etc...)

Et que, toujours aujourd'hui, après 4 jours, j'ai recommencé avec ça (pensées obsédantes m'entraînant malgré moi à la consommation...)

Je ne sais plus quoi faire !

Je souffre tellement au fond de moi et je suis tellement culpabilisée de ce que je suis !

Pour aller de l'avant et.... peut-être m'en sortir, il faudrait enfin que j'arrive à me dire que je mérite l'amour que me montrent mon mari et mes 2 enfants (ma raison de vivre), que je laisse enfin derrière moi mes parents (à bientôt 54 ans, il serait temps, et j'en ai tellement honte!) et leur désamour à mon égard, que j'accepte cela une bonne fois pour toutes !!!!

Merci pour votre écoute et compréhension !

Demain sera, j'espère un nouveau jour, mais ...je pense déjà à d'éventuels réapprovisionnements....

J'ai besoin d'aide !

Profil supprimé - 27/07/2015 à 16h13

lundi 27 juillet 2015, 16h00

Rechute à la 5ème journée: : je sais que je ne boirai plus de la journée (mon mari va arriver... et je ne serai plus seule...), mais j'anticipe sur ce que je pourrais faire demain (achat et consommation dissimulée, avec la peur au ventre que ça se voie...)

J'ai peur de moi-même..

Je voudrais tellement en finir avec ça...

J'ai eu le courage (ultime) d'appeler mon centre d'alcoologie, mais... ce sont les vacances !

Il faut que je trouve le courage d'arrêter SEULE, comme toujours....

Mais je veux le faire pour ceux qui m'aiment, pour ceux qui me donnent ma raison d'exister : mon mari et mes 2 enfants, si loin mais si présents auprès de moi ! Pourquoi me priver de cet amour qui s'offre à moi ?

C'est comme si je ne méritais qu'une seule chose : MOURIR... Ah, quelle délivrance !

Profil supprimé - 27/07/2015 à 22h16

Katy, dis toi qu'il n'y a pas d'âge pour être malheureux/se.

Tu as 54 ans moi 55, tu as un mari et 2 enfants , je suis seul, c'est pire comme situation non ?

Tu peux appeler sur ce site aussi et il y a un chat disponible aussi.

Là je veux bien que l'alcool sois un problème chez toi mais il y a un autre souci qui est plus ou moins la cause .
Il ne faudrait pas le traiter avant ou en même temps ?

Et carrément une cure ce n'est pas envisageable?

Je ne sais pas trop quoi faire pour t'aider ton mal être est profond.

Profil supprimé - 28/07/2015 à 08h53

Courage katy tu n'es pas seule. Et tu as la volonté d'y arriver

Profil supprimé - 28/07/2015 à 08h58

Bonjour Katy,

je crois que j'ai raté ma réponse pour toi. (j'ai dû rester trop longtemps avant de valider mon texte).

Bon, déjà, est-ce que la mort est une délivrance ? Bah non, tout simplement que pour ressentir la délivrance il faut être vivant(e) ! Donc pas de bêtises s'il te plaît, la vie vaut le coup d'être vécue, même en étant malade, triste etc et surtout tu n'es pas seule, tu as une

famille.

Katy, ton mari n'est pas présent pour te soutenir ? Tes enfants ils doivent être grands, et ils doivent avoir beaucoup d'énergie à te donner non ? Et comme tu le dis pourquoi se priver de leur amour, à mon avis ils peuvent vraiment te soutenir. Ne refuses pas leur aide.

Je ne suis pas un professionnel du tout, mais quelqu'un comme toi, donc par avance excuses moi si je suis maladroit,

Mais ton premier problème n'est pas l'alcool si j'ai bien compris ? Alors peut-être devrais tu commencer aussi à résoudre ça non ? Peut être tu devrais consulter un psychologue tout simplement.

Il faut absolument que tu utilise tous les moyens disponibles pour sortir de cet état de souffrance psychologique.

Je suis de tout coeur avec toi et j'espère qu'une partie de ma volonté t'atteindra.

Bisous les filles, poignées de mains viriles aux hommes, je passe plusieurs fois par jour ici, j'essayerais de vous apporter mon soutien autant que faire se peut.

Patrick

Profil supprimé - 29/07/2015 à 10h48

je viens juste de m'inscrire ce matin. Je n'aurais pas forcément les bons mots ni les belles tournures de phrase...

Katy, tu as la chance d'être entourée d'amours alors pour que tu ailles bien, il faut que tu ailles résoudre ce pb lié aux parents avec un psy. Travail sur soi pas toujours évident mais il faut que tu reprennes confiance en toi et que disparaisse cette image négative que tu as de toi.

Ne laisse pas fuir tout ces amours qui t'entourent.

Je me permets de t'embrasser, même si je ne te connais pas. TAKE CARE
phanette

Profil supprimé - 03/08/2015 à 15h05

fonce kathy, fais toi aider. Tu vois moi 2 mois sans boire et je chute pour une histoire de coeur. Tu peux y arriver en gardant toute ta famille, fonce fonce fonce

combattante - 03/08/2015 à 17h00

bjr Katy, je me joins à tout ce petit monde pour t'encourager de mon côté, je n'ai ni mari ni enfants mais mes chats à 53 ans bcp de solitue de pbs affectifs de manques.....j'arrive pas à tenir plus de 3 jours avant de re consommer et à chaque fois le dégoût le meme sentiment de honte que toi, la honte même que l'on sache quand je l'achète ou les achète ses putains de bttles

Tiens bon Katy, si tu n'y arrives pas de suite le plus important c'est la prise de conscience et sache qu'il y a bcp de gens qui souffrent comme et avec toi, on va lutter, tomber oui ?? mais pour mieux se relever

je t'envoie pleins de bises réconfort!!!!!!! et mes chats de même !!!!!!!!!!!

Courage !!!!!!!!!!!