

C'EST VENU COMME ÇA, INSIDIEUSEMENT

Par **Profil supprimé** Posté le 12/08/2015 à 14h19

Bonjour,

Oui comme ça, je n'ai rien vu venir, ça a commencé avec des apéros en famille, puis des apéros de plus en plus réguliers, puis un jour on prend l'apéro seule...et puis on en vient à boire avant d'aller dormir, pour ne plus penser, pour dormir vite, pour se sentir un peu vivre, pour arrêter de faire tourner ce fichu cerveau qui ne veut pas la fermer.

Un cercle vicieux, d'abord le déni, puis enfin on se rend compte que ça cloche pas mal chez nous, quand on compte les bouteilles ... Ca peut plus durer. Je crois que j'ai eu un électrochoc la semaine passée, je me suis mise à boire avant d'aller dormir. Mais comme je parlais à un ami, la discussion + un semblant d'euphorie = oh encore un petit verre, tu te sens tellement bien la maintenant. Tout ça a fait que pour la première fois de ma vie le lendemain matin je n'ai pas entendu mon réveil et je ne suis pas allée travailler.

La honte m'a envahi, la tristesse, je me dégoûte, personne ne sait autour de moi.

Ma mère a une addiction certaine à l'alcool aussi mais elle est dans le déni total. Je ne cherche plus à l'en convaincre, mais je lui en veux, tout ça est parti d'elle et de ses fichus apéros

J'ai 30 ans merde, 30 ans et si on gratte un peu je me sens si pathétique, j'ai besoin de ça pour oublier mes problèmes. Au lieu d'y faire face comme tout le monde.

Je vais me prendre en main, je suis décidée, mais pour ça j'ai besoin de pouvoir échanger, parler avec d'autres personnes comme moi.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 13/08/2015 à 19h35

Tu prends la bonne résolution moon, moi j'ai oublié ou ne pas eu envie de gérer les problèmes, du coup ils se sont empirés, et le cercle vicieux à commencer, de plus en plus compliqué et ainsi de suite. J'ai maintenant envie de prendre les problèmes 1 à 1 et de tout gérer, de vivre, j'ai bien dit VIVRE. Il faut vraiment que tu passes ce fameux cap de tes 4 ou 5 jours (j'ai lu dans un post le souci).

Fait toi aider par un traitement s'il faut, moi j'en ai parlé au médecin et ça m'a bien aidé pour le début, ensuite tout est dans la tête.

Bats toi et accroche toi

Mous
