

ALCOOL COMME BASE DU COUPLE

Par **Profil supprimé** Posté le 01/12/2016 à 13h42

Bonjour à tous,

Lundi dernier j'ai eu 36 ans, l'occasion de faire le point sur ma vie. De l'apéro certes excessif du week-end, je suis arrivée à une consommation massive et quasi quotidienne. Je bois avec mon mari. Nous ne parlons jamais de notre consommation et à priori lui n'estime pas qu'il y a un problème. Lundi, jour de mon anniversaire, j'ai donc décidé d'arrêter de boire. Je n'ai pas osé lui dire directement, j'ai prétexté arrêter de fumer pour justifier mon refus de consommer. Aucune réaction de sa part, c'est quelqu'un d'introverti, d'impassible, voir indifférent. 4ème jour à jeun aujourd'hui, je tiens bon, je suis motivée mais j'ai peur de ne pas être soutenue, voir d'être encouragée à recommencer. Quelqu'un a-t-il vécu ce genre de situation?

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 01/12/2016 à 14h22

Bonjour

avec mon mari nous consommons de l'alcool tous les jours ! apéro vin à table ! nous fumons les 2 aussi j'ai rencontré un accuponcteur pour la cigarette j'ai tenu 7 semaines ! comme lui n'apas voulu arreter j'ai repris suite à une dipsute ! pour l'alcool c'est parteil ! c'est des reproche mais lui n'arrete pas pour mon bien être je vois un hypnotiseur ! mais il ne peut pas faire au dela de ses moyens !

le plus dur je crois et ce qui nous coule c'est de ne pas prendre les bonnes decisions plus ça avance plus je bois ! je me suis inscrite aujourd'hui car ras le bol !!

je veux arriver à calmer cette conso pour prendre les bonnes decisions ! Pas celles qui nous coulent !

je pense que déjà poser des mots c'est un grand pas !

courage et bravo pour les 4 jours ! moi je ne tiens pas 4 heures !
