

JE DETRUIS MON ENTOURAGE

Par **Profil supprimé** Posté le 20/12/2016 à 15h50

bonjour je m appel julien j ai 33ans et je suis en couple depuis 17ans avec 2 enfants.

je ne bois pas tout les jours mais principalement en soirées ou j ai du mal a m arrêter a 1 verre. le problème c est que je peux devenir violent quand j ai bu si jamais quelque chose me contrarie et du coup je fais peur a ma femme ce que je comprends tout a fait. je suis déjà très impulsif de nature.

si je vous parle aujourd'hui c est d avoir vos avis me concernant. bien sur mon but est d arrêter de boire parce que j ai peur de perdre ma femme et ma famille.

merci

7 RÉPONSES

Profil supprimé - 21/12/2016 à 20h05

Bonsoir Julien,

Pas facile de repondre, mais je ne voulais pas laisser dans le vide un message qui vous a demandé de dépasser deux denis, celui de l alcool et celui de la violence. Le reconnaître est un premier pas important je crois pour aller vers les autres chercher un peu d aide.

Ce que je peux vous dire c est qu avec le temps, ces effets négatifs ne feront que s accentuer...

Il y a des centres specialises dans les addictions, des associations, on y a acces a plusieurs types de professionnels, c est gratuit pour les patients generalement, le faire seul est vraiment vraiment pas evident.

Bon courage Julien pour vos demarches, faites les pour votre famille mais aussi pour vous, violence et alcool peuvent etre deux sales prisons sans barreaux...

Profil supprimé - 21/12/2016 à 20h36

merci beaucoup pour vos conseils j ai appelé un addictologue déjà mais pendant les fêtes pas facile d en trouver un. je relancerais ma demarche a partir du 2 janvier. j ai vraiment besoin de me faire aider car ma femme souffre de tout cela et je ne veux pas que mes enfants en payent les pots casse.

merci en tout cas de votre intervention.

Profil supprimé - 22/12/2016 à 10h39

Bonjour Julien,

Une étape importante vient d'être franchie : la reconnaissance du problème. Des problèmes. C'est un excellent départ. Vous aurez ici tous les premiers contacts pour vous aider dans votre démarche.

Etant donné que votre consommation n'est pas quotidienne, que se passerait-il en soirée si vous ne preniez pas ce premier verre d'alcool ? Prendre un verre de jus de fruit ou autre à la place ? En êtes-vous capable et avez-vous essayé ?

Je ne juge pas hein, juste une question dans la démarche.

Profil supprimé - 22/12/2016 à 11h15

bonjour tilifan, merci de ta reponse. je dirais que je n ai jamais vraiment essaye mais c est mon but prochain avec les fetes de noel qui approchent. je suis sur d en etre capable.

boire en soiree me permet de me sentir bien ca peut paraître bete mais c est ce que je ressens. apres je pense qu il y a d autres solutions pour se sentir bien a moi de les trouver ou que l on m aide a les trouver. cela ne peut plus durer j ai brise le cœur de ma femme et ca je m en voudrais toute ma vie. je n aime pas faire le mal autour de moi encore moins a mes proches.

Profil supprimé - 22/12/2016 à 11h40

Bonjour Julien,

Je suis la femme d'un alcoolique, dans le deni, ou plutôt qui connaît son problème mais ne fait rien pour le régler.

Je tenais juste à te donner un avis du côté de la femme!

Tout d'abord bravo, j'aurais voulu lire ce message de la part de mon homme, c'est une belle preuve d'amour...

De plus, elle sera fière de toi, et t'en admirera d'autant plus! Va au bout de ta démarche, pour toi pour elle et pour votre foyer. J'ai beaucoup d'admiration pour les hommes qui se prennent en main! sois fier de toi, réalise ceci, elle sera fier de toi

patricem - 22/12/2016 à 11h57

Bonjour,

en attendant de voir l'addictologue, votre médecin traitant peut vous aider sans attendre...

Profil supprimé - 23/12/2016 à 17h39

merci a vous
