

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

AIE !!!

Par **Profil supprimé** Posté le 05/01/2017 à 14h30

Bonjour,

Cela fait 18 ans que j'alterne entre des périodes d'abstinences et des périodes de fortes consommation ! La demi mesure avec l'alcool, je ne connais pas.....Si bouteille il y a, rien de restera !! Il y a un peu plus de deux mois, j'ai décidé de rentrer en cure car seule je n'arrive plus à arrêter la machine infernale....le problème est que dans cette attente ma conso a largement augmentée, je n'ai pas encore de date....c'est comme si j'étais en stand by....passionnée de photo je n'ai plus touché à mon appareil depuis cette décision, je m'isole, je n'arrive pas à faire les choses qui me passionne, je suis en mode hibernation !!!

Quelqu'un à t'il connu cette phase avant une entrée en cure ?

Grand merci par avance pour vos réponse !!!

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 05/01/2017 à 21h00

Bonsoir,
je pense que c'est "l'angoisse" d'entrer en cure ...
plutôt que de penser à cette date, essayez la méthode des Alcooliques Anonymes , 24h par 24h, ne pas prendre le 1er verre il en amène toujours bien trop d'autres ! juste vivre le présent, sans remord pour la veille si vous avez bu et sans projeter le lendemain moi aussi je suis en attente d'une cure et j'essaie d'appliquer ce principe pour 24h seulement pas de premier verre
Courage !

Profil supprimé - 06/01/2017 à 11h11

Bonjour,

Merci pour votre réponse Claire....Et merci pour ce conseil que je vais tenter de suivre !
Bon courage à vous !
