

NE PAS SOMBRER.....

Par Profil supprimé Postée le 20/06/2017 10:28

Bonjour,

j'ai 43 ans, je me suis mise à boire de façon sporadique il y a un an environ.
Je n'ai pas de besoin dominant, je bois par pulsion...mais quand je suis en difficulté avec mon ami, lui-même très buveur, je tombe sur la réserve.... je peux ne pas boire pendant quinze jours, mais les ivresses sont de plus en plus épuisantes et dévastatrices.

Je ne bois que de la bière et du vin, jamais d'alcools forts que je déteste....mais je bois volontiers la bouteille entière lors des conflits.

Parcours, j'ai vécu avec plusieurs hommes alcooliques que j'ai tous quittés, et me suis débattue pour mon dernier ami, avec lequel je vis mais avec qui rien ne va.

J'avoue que je ne comprends pas comment je tombe dans cette "addiction" contre laquelle j'ai toujours lutté....

Mise en ligne le 21/06/2017

Bonjour,

Votre rapport à l'alcool semble assez ambivalent et a l'air de vous échapper de plus en plus.

Sans doute trouvez-vous dans cette consommation ce que vos anciens compagnons allaient y chercher aussi : une échappatoire à des difficultés personnelles. Vous dites que vous avez tendance à recourir à l'alcool quand vous êtes en conflit. Pourquoi le conflit est-il si difficile ? En quoi cela vous atteint plus qu'auparavant ? Vous avez vécu de nombreuses années sans ce recours : qu'y avez-vous trouvé qui vous empêche aujourd'hui de vous en séparer ?

Vous n'êtes pas obligée de rester seule avec vos questions et vos souffrances. Vous pouvez rencontrer des professionnels qui sont là pour vous aider Les CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et Prévention en Addictologie) sont des espaces ouverts à tous, de manière confidentielle et gratuite. Des professionnels des addictions (médecins, psychologues,...) sont disponibles pour vous accompagner dans vos réflexions et démarches. Vous trouverez des adresses sur notre site, rubrique Adresses utiles.

Si vous avez d'autres questions, besoin d'aide pour chercher une adresse ou envie de parler ponctuellement, vous pouvez également nous contacter par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8 h à 2 h).

Cordialement,
