

PRISE DE CONSCIENCE

Par **Profil supprimé** Posté le 14/03/2018 à 11h58

Bonjour
Voilà je suis une femme de 44 ans et je viens de me rendre compte que j'étais alcoolique.
Pourquoi si tard car pour moi quelqu'un de dépendant est une personne qui boit tous les soirs hors ce n'est pas mon cas.
Je ne bois pas toute la semaine mais seulement le vendredi et samedi soir ou quand l'envie de ce détendre ce fait sentir.
Mon mari est plus raisonnable et ce contente d'un verre moi c'est plutôt deux quand c'est un cocktail ou 3 verres de vin.
Par contre quand nous sommes en soirée (ce qui n'est pas tous les week-end) là ce n'est pas la même chose je bois jusqu'à ne plus avoir soif et je finie toujours dans un état pas possible.
C'est ce qui c'est passé ce samedi soir.
Et là mon mari m'a dis que ça ne pouvait plus durer il en a marre de me trouver minable , de me porter physiquement
De plus je suis de nature réservé et timide mais quand je bois je deviens carrément l'inverse et je suis plutôt " affectueuse " et je vais vers d'autre personne.
Ce samedi mon mari a trouver que j'étais particulièrement avenante ce qui lui a fort déplu chose que je comprend.
L e problème c'est que je ne me souviens plus de rien et malheureusement c'est souvent le cas d'ailleurs il ce demande comment je fais pour basculer comme ça moi qui suis si réservé.
Cela fait 10 ans que nous sommes ensemble et j'ai toujours été comme ça mais là je me suis rendu compte que j'avais dépassé les limites et je lui ai manqué de respect.
Je compte certainement trop sur lui pour me surveiller étant incapable de me contrôler.
j'ai vraiment cru le perdre et ça m'a fait un déclic.
J'espère juste que je vais savoir me contrôler lors de la prochaine sortie et j'appréhende énormément (pour le moment pas de sortie en vue ouf).
j'hésite encore à en parler à quelqu'un mais si je dois le faire je le ferai j'en parlerai d'abord à mon mari.
Il est tellement merveilleux je m'en veux tellement de lui faire du mal comme ça.
Mon père m'avait dis qu'il y avait des alcoolique dans la famille je ne pensais pas en faire partie.
Ce n'est pas facile de ce rendre compte de la situation dans lequel je me mes car bien souvent je n'en ai pas conscience et après il est trop tard le mal est fais.

1 RÉPONSE

Olivier 54150 - 14/03/2018 à 17h18

Amel, je fait un copier collé de ce que j'ai répondu à Any

Bonjour.
C'est dingue cette frontière que nous voulons absolument créer entre consommer de l'alcool bien, et consommer mal. D'un côté ceux qui boivent normalement et de l'autre les alcooliques.
Je ne bois pas le matin alors je ne suis pas alcoolique.
Je ne bois que du bon vin, jamais d'alcool fort alors je ne suis pas alcoolique.
Je peux m'en passer dix jours alors je ne suis pas alcoolique.
Je ne bois jamais seul alors je ne suis pas alcoolique.

Vivant ce que je vie, c'est tout à fait normal que je bois. Je le mérite et je ne vois vraiment pas pourquoi je devrais m'en privé !?
Pourquoi me privé d'alcool si je ne suis pas alcoolique ?

Bon, ça suffit ! Quand l'alcool crée des problèmes, ben, ne buvons plus. Si c'est trop dur, c'est de l'alcoolisme.

La consommation d'alcool n'est pas forcément le problème mais plutôt un symptôme, l'arbre qui cache la forêt.
On vie très bien sans alcool, j'ai arrêté en 1998, faite le calcule.
J'ai eu le privilège de faire une cure qui m'a sorti de ce bourbier, sans elle je serais surement mort, au mieux dans un caniveau.
Changeons notre regard. Il n'y a pas de gens qui consomme « normalement » et d'autre qui sont alcooliques. Il y à ceux qui supporte, qui peuvent vivre avec et d'autre non.
C'est un produit comme les autres pour certains, et un poison pour d'autres. Ces frontières ne sont jamais loin l'une de l'autre, elles bougent.

bon courage.
On vie très bien sans alcool. Olivier
