

## AI JE UN PROBLÈME ?!

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 24/05/2018 à 10h17

Bonjour,  
Je ne me suis jamais inscrite sur de forum ou quoi que ce soit !  
C'est nouveau pour moi !  
Si j'écris ici aujourd'hui c'est pour avoir des avis... car c'est vrai que de se juger sois même est parfois compliqué !  
Pour faire court, je suis une jeune maman de 27 ans, en couple depuis 9 ans avec le papa de mon fils et mariés depuis 1 an.  
Au début de notre relation il y a 9 ans, je faisais la fête tous les week ends, et je buvais donc énormément, parfois à en être malade !  
Cela a duré bien 4/5 ans ! Mon conjoint n'en pouvait plus, ma menacé à plusieurs reprise de partir... et chaque fois je culpabilisais, je pleurais ... mais chaque week ends je recommençais ! J'étais clairement embarqué dans un cercle vicieux ! Les années ont passées et je me suis clairement calmée !! Cela n'a plus rien à voir du tout ! Déjà, je n'ai jamais jamais bu autre qu'en soirées, jamais la semaine, même pas un apéro comme ça de temps en temps... non pas par ce que je m'en empêche mais tout simplement car j'y pense même pas et que je n'en ai pas du tout envie !  
Je ne ressens absolument jamais de manque ou d'envie !  
Mais mon problème aujourd'hui c'est que par moment, on va dire en moyenne 2/3 fois par an et bien c'est comme si je replongeais totalement là dedans, une soirée avec des amis, je bois un verre et impossible de m'arrêter ! Je ne contrôle plus rien, je ne me pose plus de questions et j'enchaîne les verres ! Jusqu'à même encore être malade, avoir des trous noirs... et le lendemain je me sens tellement nulle ! J'ai ce sentiment de culpabilité en moi pendant des mois ! C'est tellement déprimant ... je me demande donc si je n'ai pas un souci ? Pourquoi je n'arrive plus à me contrôler ? Je sais que cela arrive 2/3 fois par ans mais c'est déjà trop !!! Et je ne veux plus ! Je ne veux plus me retrouver dans cet état !  
À savoir qu'à partir de mes 6 ans, mon papa est tombé dans l'alcool ... et à toujours un souci avec même s'il a fait beaucoup d'efforts !  
Est ce que cela pourrait venir de la ?  
J'aimerais vos avis.  
Je vous remercie beaucoup.  
Bien à vous