

## JEUNE PAPA ET ALCOOLIQUE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 18/09/2018 à 13h00

Bonjour, j'ai 28 ans, marié à une femme que j'aime plus que tout, et papa d'un petit garçon.

Cela fait pratiquement 4 ans que je bois régulièrement. Et rien ne justifie ce problème. J'aimerais tellement arrêter. Il m'arrive de ne pas boire pendant 2 jours, mais ensuite je replonge.

Je bois même au travail, et j'ai conscience que cela me détruit. C'est la première fois que j'en parle, je ne sais pas si cela me fait du bien. Mais il fallait quand même le dire, même si j'utilise la solution la moins compliquée.

Je pense qu'échanger sur ce forum pourrait être bénéfique, de voir que d'autres personnes ont plus ou moins le même problème et d'échanger leur expérience.

J'ai la volonté, la motivation d'arrêter cette connerie. Mais pour cela il faut être honnête avec soi-même, et d'arriver à la fin de la journée en étant sobre, et de réaliser cet exploit chaque jours.

Je viendrai régulièrement poster ici pour vous tenir au courant de mon évolution. JE vais tout faire pour ne pas me tromper, et tromper ceux que j'aime.

### 2 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 18/09/2018 à 16h25**

Bonjour Toni,

Déjà bravo à toi pour la prise de conscience, c'est franchement pas le plus évident.

Rien ne justifie ce problème... Ben en fait rien que le produit alcool en lui-même justifie ce problème 😊 c'est un psychotrope puissant qui entraîne dépendance et addiction.

Et puis l'alcool est un anxiolytique alors si ton petit n'est pas loin de ses 4 ans et bien dis-toi que c'est pas forcément évident d'être papa, ça peut faire remonter nos propres enfances, ça peut créer de l'anxiété. Il y a pas de honte à ça, c'est même "normal" il me semble.

Bon en tout cas n'hésite pas à t'entourer pour amorcer l'arrêt, à le préparer. Toubib, asso type anpaa qui regroupe addicto, psys, groupe de parole, lis ici ou ailleurs des témoignages, trouve tes clefs pour y arriver... Et bravo encore pour ta réaction et ton désir d'arrêt !!!

---

**Profil supprimé - 18/09/2018 à 21h21**

Bonjour Tony 75005,

Si tu fais la démarche de chercher de l'aide c'est que tu es sur la bonne voie.

Tiens nous au courant de tes réussites et de tes difficultés aussi.

Bon courage

---