

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

DÉPENDENCE À L'ALCOOL / DANS LE DÉNI DE L'ALCOOLISME

Par Discord5 Posté le 28/09/2021 à 21:35

Bonjour ?

Alors c'est la première fois que je m'inscris sur un site en ligne comme celui là, et que je témoigne, mais ça faisait pas mal de temps que je voulais le faire

Pour me présenter un peu, et mettre dans le contexte, j'ai 17 ans et je bois régulièrement (tout les jours) depuis plus ou moins 1 an, je ne sais pas exactement.

Et j'ai commencé à me dire que j'avais un réel problème avec l'alcool y a pas si longtemps que ça, je me suis surtout rendu compte que ça m'avait vraiment affecté physiquement comme mentalement.

J'ai d'énormes trous de mémoire depuis que j'ai commencé à boire, et ils deviennent de plus en plus présent, j'ai déjà essayé d'arrêter de boire de nombreuses fois je les compte plus, mais je tenais 1 ou 2 jours et je me murgeais la gueule après.

Honnêtement j'arrive pas à voir ma vie sans alcool, à me dire que je ne boirais que occasionnellement, sans finir mort bourré. Mais ce qui est horrible c'est que quand je pense à l'alcool j'ai la haine, je déteste boire, je déteste me dire que je DOIS boire, mais je suis pas capable d'arrêter, je ne peux pas, même réduire ça me paraît extrêmement dur.

L'alcool m'aide, parce que étant en dépression sévère depuis mes 8 ans, ayant des troubles anxieux, des parents extrêmement toxique, de multiples agressions sexuelle, et viols, de nombreux traumatismes et j'en passe et des meilleurs, ça me permet d'échapper à tous ça, d'être ailleurs, d'être dans mon monde, de ne plus sentir les douleurs de mon corps, de pouvoir parler aux gens sans me dire qu'ils me détestent et que je leur fais pitié.

Mais un des problèmes avec ma consommation d'alcool, c'est que je ne me sens pas légitime de me dire "alcoolique" j'ai beau boire tous les jours, y penser quand je me réveille, faire des crises de manque, dépenser toute ma thune dedans, aller en cours bourré, c'est compliqué d'admettre ça, j'ai l'impression que c'est pas si grave ? Et que juste j'exagère, que c'est une phase, que y a bien pire que moi, je n'y arrive pas

Je crois que j'en ai dis assez ? Euh bah répondez moi si vous voulez, et merci d'avoir pris le temps de lire

Discord