

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

JE SUIS EN TRAIN DE ME PERDRE AIDEZ MOI

Par Profil supprimé Posté le 17/12/2018 à 06:12

Bonsoir a tous,

Il est 5h46 et celà fait presque 2 h que je suis réveillé, comme toutes les nuit j'ai le sommeil perturbé par ce mal être qui me laisse jamais longtemps sen réapparaître.

J'ai 34 ans,maman de 3 enfants. Cela va faire 14 ans que j'ai un problème avec l'alcool. Avec des périodes plus ou moin d'abstinence (grossesses).

J'ai commencé a boire a l'age de 20 an, au départ c'était dans le cadre de moment festif, en soirée avec les amis... une fois par semaine... puis est arrivé le moment ou j'ai quitté le domicile de mes.parents et par la même occasion quitter mon ami de l'époque avec qui ca n'allait plus. Je suis donc parti pour une nouvelle aventure a 3h de chez mes parents dans une grande ville.

Tout me paraissait si merveilleux cette liberté que je n'avais jamais connu auparavant... cette liberté qui ma aussi fait perdre pied. Je n'avais plus de repères. J'ai donc commencé a boire et de plus en.plus au depart que les we end puis quelque fois en semaine ... puis seule. Je me trouvé toujours une bonne excuse pour ouvrir une bouteille... petit a petit je me suis mis a déprimé... a pleurer pourquoi je ne sais pas... j'avais un mal en moi qui me rongé et l'alcool le faisait disparaître juste un moment de court repis puis le lendemain j'étais encore plus mal et honteuse... au fil du temps ce mal être me rendait mauvaise avec mon entourage. Je me suis mis a perdre des amis car saoul je les appelais pour leur dire des méchancetés...

Puis j'ai rencontré le père de mes enfants. Au départ cela ne lui posait pas de problème je pense qu'il ne se rendait lui même pas.compte que je devenais dépendante car malgré Lalcool j'avancais dans tout mes projets pour lui c'était signe que je maîtrisait la situation.

Au fil des années je me me suis mis a boire la journée dans le cadre du travail lors de pot je ne marretais jamais a un verre... je men suis fait une réputation... ma faiblesse était connu de tous mais personne ne men parlais directement.

Ca m'arrivait de rentrer du travail complètement saoul. Je devenais difficile a gérer... a chaque cuite mon conjoint en prenais pour son grade. Toutes mes peines mes rancœur ressortait j'avais ce besoin de sortir ce mal etre en moi mais je le faisait mal ...inconsciemment je le blessé et cela me faisait du bien cetait une vengeance pour moi car il ne me soutenait pas au contraire ...je lui faisait payé mon mal être. Au point ou aujourd'hui il ma quitté cela a tout aggravé je me sens de plus en plus seule. Mon moteur mes enfants maide.a tenir le cap mais arrivé le moment ou je me retrouve seule ou je me rend compte de l'ampleur des dégâts. J'ai perdu l'homme que J'aimais. J'ai perdu des ami... j'ai peur de perdre mes enfants...

Je me sens tellement mal. Triste. Je suis fatiguée. J'ai compris que j'étais la seule a pouvoir m'aider que je devais arreter d'attendre après les autres pour me remonter...Aidez moi a men sortir

Je vous remercie de m avoir lu.
Saly