

J'EN PEUX PLUS...

Par **Solo3466** Posté le 06/01/2024 à 07h53

J'en peux plus....de cette addiction qui s'en va et revient, j'ai l'impression que je suis perdue, j'ai peur...peur d'assumer aux yeux de tous cette maladie...j'arrive pas à assumer et me faire soigner...j'ai peur...je me sens si seul..personne ne comprend dans mon entourage ils en on marre, je voudrais mourir...à cause de ma faiblesse de se poison qui est entrer en moi j'ai l'impression pour toujours, j'ai peur je souffre..

2 RÉPONSES

nodatac - 08/01/2024 à 12h25

Bonjour,

Peux tu nous en dire un peu plus sur le produit en question qui te concerne ?

Nous pouvons aider ici j'en suis certain !

Charliiie - 09/01/2024 à 10h08

Bonjour Solo3466,

Je comprends ce que tu ressens. C'est difficile cette emprise, addiction. C'est aussi difficile de se faire comprendre par l'entourage car pour les proches c'est souvent l'incompréhension, le choc, la colère. Et pour toi, sûrement aussi la solitude, le sentiment que personne ne te comprend et ne te soutient.

Est-ce récent que tu en as parlé avec tes proches? Parfois il faut leur laisser le temps d'encaisser... Parfois, les proches sont dépassés, ne savent plus comment réagir et peuvent être maladroits, à côté de la plaque.

N'hésite pas à avoir des discussions franches avec ton entourage et peut-être envisager une thérapie pour parler de tout ça, cela peut être une thérapie individuelle ou familiale. C'est du soutien.

Essaies-tu d'arrêter? Quelle aide as-tu?

Dans le sevrage, il y a des rechutes hélas et cela fait partie du processus.

Avoir des informations utiles pourrait sans doute t'aider ainsi que tes proches.

N'hésite pas à demander des infos ou lire sur ce site au sujet du craving, la dépendance, les effets secondaires du sevrage, le processus de rechute, etc.

Bon courage!
