

Forums pour les consommateurs

Confession et résultat

Par Fanatik1973 Posté le 14/01/2026 à 03h57

Chaque fois que je crée un fil de discussions sur mon arrêt de prendre de la coke ou sur mon parcours, après je suis un peu perturbé et angoissé car ça fait remonter pas que des bonnes pensées et souvenirs mais après je me plonge dans autre chose, et 20min après je suis content d'avoir écrit ce que j'ai dans la tête et que je n'en ai dit à personne. Ça fait du bien de se débarrasser de ce poids et des remords qui vont avec...

À bon entendeur faites en de même c'est déjà un début... Moi ça m'a thérapie pas d'addictologue ni psy. Juste mon médecin traitant avec qui je peux parler franchement. Ça peut peut-être aider certains