

## Acceptation



Malgré mes difficultés, mes souffrances, ma famille et mes amis m'acceptent tel que je suis. Je me sens entouré, soutenu.

AC : « *J'ai la chance d'avoir une famille et des amis sur lesquels je peux m'appuyer. C'est difficile de tisser des liens et de les maintenir quand on ne parle pas beaucoup, quand les angoisses sont encore très présentes, que l'on ne travaille plus. On se sent comme en décalage avec ceux qui nous entourent et avec la société en général. Difficile également de créer de nouveaux liens, de frapper à des portes, d'oser et de risquer un pas vers l'autre. Pourtant, je suis convaincue que c'est ainsi que l'on s'en sort.* »

Colibri : « *À la suite d'un burnout et d'un mobbing, j'ai été contrainte de cesser mes activités. S'en est suivi un contexte familial particulier qui m'a mené 6 mois plus tard à l'hôpital. C'est au cours de cette hospitalisation que j'ai appris mon diagnostic actuel. Je pense que jusque-là, j'avais réussi à affronter l'existence grâce à la stabilité apparente de mon noyau familial, mon repère, ma ressource. Ce qui m'a frappé c'est la dégringolade simultanée de mon univers, telles des pièces de dominos bien dressées et alignées qui s'écroulent (job, famille, santé, amitiés, finances ...).* »