

Terapia to dla mnie szkoła życia. Tu dowiedziałam się że jestem osoba uzależnioną od ALKOHOLU, a także że z tą chorobą można żyć. Zrozumiałam że nie poradzę sobie sama. Na terapii uzyskałam wiedzę nadrzędną pozwalającą utrzymać trzeźwość. Nauczyłam się słuchać i wyciągać wnioski być tolerancyjną i asertywną. Zaakceptowałam siebie jako alkoholiczkę, wiem że nie ma dla mnie picia kontrolowanego. Zrozumiałam że moja choroba, moje leczenie jest w tej chwili dla mnie najważniejsze. Leczenie pomogło mi poznać siebie, wiem że jestem osobą uzależnioną jak i wartościową i na dzień dzisiejszy bardzo szczęśliwą z faktu, że nie piję. Moje życie przed terapią było jak w rozsypane puzzle, dzięki terapeutom, koleżankom i kolegom z grupy od których dostaje ciepło, wsparcie i zrozumienie udaje mi się je ułożyć w jedna całość tak aby powstał z nich Mój Obraz, Obraz Trzeźwej Kasi.

Kasia