

## Tout a commencé si jeune... - 1/1

### Témoignage sur le thème de l'automutilation...

Tout à commencer quand j'avais à peine 14 ans. J'ai jamais été la plus jolie et la plus populaire de l'école. Mais cette année, ça été la pire. à chaque fois que je rentrais chez moi je pleurais seule dans ma chambre. Je cachais tout. Mais j'ai dû un jour tout dire à ma mère... Après ça a encore empirer. J'ai essayer de me mutiler avec des ciseaux mais ça n'a pas fonctionner. De un ça ne coupais pas et de deux j'avais pas ce courage.

J'étais devenue violente. Mais maintenant ça va beaucoup mieux. Je suis vachement moins exclue de la société,...

Mais un autre problème est survenu. Une macro-compétence... (comme un mini TFE). J'y arrivais mais plus on s'approchait de la date buttoir plus je stressais et ça allait vraiment mal. Alors je me suis dit que je pourrais aller courir pour me défouler. J'ai couru, couru,... Mais ça devenait de la torture. J'avais mal à ma hanche, du mal à respirer et en plus de ça je suis asthmatique. Alors j'ai marcher jusque chez moi.

J'ai eu l'envie d'écrire sur un arbre les initiales de moi et mon copain. Mais je n'avais ni couteau,... Rien qui coupe. Alors j'ai chercher à terre mais toujours rien. Et je suis tombée sur une bouteille en verre. Je l'ai éclater une fois à terre. Elle ne s'est pas cassée. Encore une fois. Et là la bouteille s'est transformée en morceaux de verre super coupant. J'ai pris un morceau et j'ai commencer sur l'arbre. Mais j'ai remarquer que ça fessait des petites entailles sur mes doigts. Je sais pas ce qu'il s'est passé dans ma tête. J'ai pris le morceau de verre et je me suis fait 3 entailles plus deux petites. Elles n'étaient pas profondes. Mais ça piquait, je souriait,... Mais je commençais à avoir une infection mais je m'en foutais.

J'ai sonner à mon meilleur ami et à ma meilleure amie. J'étais limite en larmes. Je regrette pas du tout. Mais maintenant j'ai encore plus de stress avec cette macro-compétence et j'ai des envies de me couper avec tout ce que je peux trouver sous la main. Mais je n'ai encore rien fait. Pour le moment.