

처음에 도박을 해서 돈을 잃은 충격과 나 때문에 가족이 힘들어 질 수 있다는 생각에 절망과 자괴감으로 하루하루 고통 속에서 지내 왔습니다.

누구에게 도움을 청하고 싶어도 부끄럽고 내가 다 해결 할 수 있다는 생각에 현실을 직시 하지 못하고 잘못된 생각에 빠져 하루하루 불안하고 초조한 마음에 우울감 불안 증상 까지 나타나게 되었습니다.

그러다 지금 생활이 계속 된다면 모든 것을 잃고 가정 까지 파괴 될 수 있다는 두려움이 무섭기도 하고 도박하기 전의 나의 모습으로 돌아가고 싶은 마음에 용기를 내어 상담치료센터에 도움을 청하게 되었습니다. 정다운상담클리닉에 배정을 받고 나도 이제 변화 될 수 있다는 생각으로 조금이나 힘을 내기 시작 했습니다. 상담이 진행 되면서 누군가에게 저의 이야기를 하는 것이 처음에는 낯설고 어색했지만 편안하게 대해주시는 손영철 소장님과 대화를 하면서 맘이 열리게 되었습니다.

상담치료를 통해 점점 개선되는 나를 발견 하게 되면서 나도 희망과 꿈을 다시 찾게 되었습니다. 돈이 없으면 불안했던 증상도 없어지고 앞으로 배우고 싶은 취미도 찾게 되고 일과 사회 생활을 통해서 꾸준한 저축으로 내집 마련이라는 목표도 생겼습니다.

이렇게 나 자신을 다시 찾게 해주신 손영철 소장님께 감사드립니다.

앞으로 더욱 열심히 살겠습니다. 감사합니다.