

Không dám chia sẻ gì với gia đình vì sợ bị khinh thường

Tôi nhận ra mình bị trầm cảm, chán nản, thất vọng, thấy mình yếu đuối và vô dụng.

Tôi 25 tuổi, là nữ, sắp bước sang tuổi 26. Từ nhỏ có thể coi tôi là một đứa trẻ ngoan, luôn đứng đầu lớp, không hư hỏng hay nghịch ngợm gì. Ba tôi hay dùng bạo lực, tuổi thơ tôi như địa ngục, vậy nhưng tôi nghĩ mình không phải đứa trẻ yếu đuối. Nhà có ba anh em, tôi luôn được kỳ vọng nhất nhà và cố gắng đáp lại điều đó. Đến năm 18 tuổi, kỳ thi đại học diễn ra, tôi làm không tốt như dự tính nhưng vẫn đỗ vào trường kinh tế top đầu phía Nam. Lúc đó tôi không buồn nhưng ba đập phá, mẹ chửi rửa, anh chị thất vọng, tôi muốn nguyên rửa bản thân.

Sau bốn năm đại học, tôi tốt nghiệp loại giỏi, ra trường xin việc không khó khăn gì, làm ở công ty đa quốc gia, môi trường tốt, cứ nghĩ cuộc sống sẽ khá hơn. Tôi gặp quản lý không tốt nên nghỉ việc ra làm tự do. Sau một thời gian, mọi thứ lúc đầu ổn nhưng công việc dần khó khăn hơn, tôi lại bị lừa mất tiền, giờ cần xin lại công việc fulltime thì kỹ năng kiến thức thụt lùi với thị trường. Tôi áp lực, mệt mỏi, không thể chia sẻ với gia đình vì sẽ bị khinh thường, chửi rửa.

Tôi cảm thấy bản thân càng lúc càng tầm thường, không còn nhận ra mình nữa, áp lực đến mức tôi nghĩ đến chuyện đại dột. Tôi ghét về nhà, thỉnh thoảng vẫn gặp ác mộng về người ba bạo lực. Tôi muốn vượt qua nhưng sao mệt mỏi quá. Phải làm sao đây?

Huyền Như