история жизни

Сергей, 42 года, г.Самара

Моё употребление началось в 12 леталкоголь...Потом в 13 лет - трава, в 14 лет - первое уголовное дело за грабеж, в 15 лет это уже опиаты и мечты о том, чтобы стать, если не «вором в законе»,то как минимум серьезным преступным авторитетом - в начале 90-х это было модно, престижно и каждый на улице об этом хоть раз, но думал.

Это сегодня я понимаю, что еще, не став наркоманом, всячески пытался найти способы уйти от реальности (которая началась с не очень, мягко говоря, здоровой обстановки в семье - как у многих из тех, кто стал наркозависимым) и как-то изменить ее и «подсластить».

В начале я делал это при помощи книг, каких-то мечтаний о спорте, но панацеей, как я тогда это видел, стало вещество, употребление которого через минуту давало мне чувство всемогущества, неуязвимости и кайфа, пока не наступал «кумар». Не стану углубляться в рассказы о том, как я добывал «отраву» преступными способами, просто скажу к чему это привело в итоге.

В 1994 году (17лет) я попал в тюрьму, откуда через полгода вышел, отделавшись легким испугом и продолжил этот путь, длинной в 22 года, жесткой травлей наркотой, ведущей лишь к тюрьме, больнице или кладбищу, но...! Я почему-то верил в чудо и говорил себе: «Все равно, рано или поздно, все изменится и я буду жить счастливо!»

И это случилось, правда пришлось отсидеть еще 2 срока (5лет и 3 года) за наркотики. Когда осенью 2014-го я освободился еще молодым (37 лет), но уже отчаявшимся и разочаровавшимся в жизни, больным и беззубым мужчиной, не имея даже зимней одежды, с багажом из 5-ти судимостей, диагнозами ВИЧ, гепатит и еще ряд хронических заболеваний, мне казалось, что жизнь окончена и все смыслы давно и безвозвратно утрачены...

Тогда я сказал себе: «Умри хотя бы не от зимнего холода» и начал искать теплую куртку, обращаясь к давним знакомым. Один из них помог мне с курткой, и в нашей беседе, на мой вопрос: «Как ты всего добился, ты такой же торчок, как и я?» услышал ответ: «Все это у меня появилось благодаря трезвости».

Семья, дом, работа, отдых на морях, увлечения, спорт - «Будет трезвость, будет всё!». Как-то он пригласил меня прийти на группы самопомощи, которые я посещаю 6-ой год с разной периодичностью.

Благодаря этому в моей жизни стали появляться новые люди с новыми интересами и здоровыми целями в жизни, друзья.

Работа одна, потом другая, третья. Сегодня я уже равный партнер в небольшом бизнесе и, конечно, у меня есть семья. Не знаю поможет ли мой опыт кому-то изменить свою жизнь, но, как минимум, попробовать стоит.

Удачи!



XUMUYECKASI 3ABUCUMOCTЬ

есть ли шанс на другую жизнь?

Благотворительный фонд помощи людям, затронутым ВИЧ и другими социально-значимыми заболеваниями "Вектор Жизни" создан в 2011 году для улучшения качества жизни людей, живущих с ВИЧ, Вирусными Гепатитами, Туберкулёзом, с целью всесторонней поддержки и защиты их интересов. На сегодня Фонд объединяет лидеров сообщества людей, живущих с ВИЧ, специалистов и активистов, работающих в сфере профилактики и лечения социально-значимых заболеваний.

+7 (937) 984-70-00 +7 (937) 984-70-70 info@vektor-life.ru Химическая зависимость — это болезнь, вызывающая потерю контроля над употреблением алкоголя или наркотиков и сильного влечению к веществу (тяги). Современной науке хорошо известно, что химическая зависимость — заболевание хроническое, прогрессирующее и — неизлечимое. Хроническое — так как всегда остается возможность рецидива, более того это наиболее рецидивное заболевание (рецидив — срыв).Прогрессирующее — частота и доза употребления будут расти и соответственно разрушения в жизни будут только увеличиваться. Неизлечимым же оно названо потому, что, если человек потерял контроль над употребление, то восстановить его не возможно.

Наркомания и алкоголизм затрагивает все сферы жизни человек и имеет БИО-ПСИХО-СОЦИО-ДУХОВНУЮ природу.

- БИО это наше тело. С течением употребления формируется физическая зависимость (абстинентный синдром). Очень большое заблуждение, что убрав его (пройдя период детоксикации (ломки)) болезнь уйдет. К сожалению нет. Это начало, необходимое условие для продолжения выздоровления. Так же зависимый, находясь в зоне риска, приобретает такие заболевания как ВИЧ, гепатиты, цирроз и т.д. В конце концов болезнь делает свое дело зависимый погибает.
- ПСИХО наша психика, наши навыки справляться с житейскими трудностями и регулировать свое психологическое состояние. Далеко не все люди, которые пробовали наркотики и алкоголь стали зависимыми. Именно те люди, которые не могут справлять со своим состояние и проблемами в жизни прибегают к помощи хим. веществ. Употребление дает эйфорию (выброс эндарфинов гормона радости), у человека появляется иллюзия, что все у него хорошо. Но это только иллюзия.

Трезвея человек обнаруживает, что ничего не изменилось. Плюс к этому добавились другие проблемы из за употребления (ссоры дома, потеря работы, семьи, обманы и т.д) Человек начинает "решать" их хорошо известным ему способом - глушить наркотиком или алкоголем. Получается замкнутый круг. Из которого вырваться без помощи очень сложно.

- СОЦИО наше окружение, друзья, семьи, работа. Родители, жены, мужья, друзья, все те кто хоть как то пытаются помочь выбраться оттуда становятся врагами. Человек теряет семью, работу. Нарушения закона, преступления, часто приводят зависимых в МЛС. Общество защищает себя от таких людей. К сожалению человек оказывается в полной изоляции. Его окружают только те люди, которые так или иначе поддерживают его употребление.
- ДУХОВНО это не только вера в Бога или отношение к религии, духовность это еще и система ценностей человека, на которую он ориентируется, совершая поступки. Система ценностей зависимого постепенно разрушается, родительские установки, опыт, полученный в период до употребления, морально нравственные принципы и убеждения рассыпаются как карточный домик. Человек готов переступить через все свои ценности ради очередной дозы вещества. В результате длительного, систематического употребления, зависимый отказывается от прежних жизненных ориентиров, на их смену приходят новые ценности, убеждения и принципы. Не доверяй, думай только о себе, вокруг одни враги, мне все должны - это новая система ценностей и жизненных ориентиров зависимого человека. И это все для того, что бы лишить человека критики к своему собственному поведению и оправдать его.

Центры помощи куда может обратиться каждый зависимый.

Группы взаимопомощи Самарского Округа Анонимных Алкоголиков:

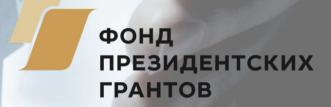
- Самара Тел.: 8(846) 225-01-12 или 8(927) 200-37-12
- Тольятти Тел.: 8(987) 969-18-85
- Новокуйбышевск Тел.: 8(987) 924-26-85
- Отрадный Тел.: 8(937) 793-64-37
- Сергиевск Тел.: 8(92 7) 768-20-50
- Уральск (респ. Казахстан)Тел.: 8(708) 630-07-18

Группы взаимопомощи Самарского Округа Анонимных Наркоманов:

- Самара
- Отрадный
- Новокуйбышевск
- Чапаевск
- Бузулук

Телефон горячей линии Тел.: 8(903) 304-74-74

Экстренная федеральная линия психологической помощи (звонок бесплатный) 88001002115 (846) 958-66-66



С использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов