

18+

Рифат Зайнуллович
Альмухаметов

**Для
созависимых
родственников**

Рифат Зайнуллович Альмухаметов
Для созависимых
родственников

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63100101
ISBN 9785005173775

Аннотация

Третья и завершающая книга в продолжение темы зависимости. Тут я пишу о созиках, пишу о том, как взаимодействовать с зависимыми.

Содержание

Для созависимых родственников	5
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Для созависимых родственников

**Рифат Зайнуллович
Альмухаметов**

© Рифат Зайнуллович Альмухаметов, 2020

ISBN 978-5-0051-7377-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Для созависимых родственников

Вступление:

Здравствуй, дорогой читатель, меня зовут Рифат. Здорово что ты читаешь мою книгу, ведь вся информация здесь – это мои мысли, убеждения и ценности, которыми я руководствуюсь в своей жизни. Проходи, присаживайся, тут все – обо мне, моей работе и без прикрас. Все как есть, потому что я не люблю эту внешнюю мишуру, за которой скрывается обычна куриная жопка. Нет смысла корчить из себя кого-то, кем я на самом деле не являюсь.

Ранее я уже написал две книги – «Про алкоголизм и алкоголиков» и «О наркоманах и наркомании», а сейчас хочу завершить для себя трилогию (о, боги, как это громко звучит!) о зависимости книгой «Для созависимых родственников».

После трилогии я, понимая, что алкоголизм, наркомания и созависимость (а также еще ряд других психологических проблем у взрослых) берутся не на пустом месте, планирую уйти в смежную тему «ВДА» (взрослые дети алкоголиков и дети из деструктивных семей) и поработать там. Работать с алкоголиками, наркоманами, созависимыми в дальнейшем я также планирую, но хотелось бы работать и влиять на причины, а не на последствия, то есть сформированные зависи-

мости.

Интересно, что все три книги связаны одной идеей, и было бы здорово, если бы вы прочитали их все.

В двух первых работах я постарался максимально полно разобрать и показать жизнь зависимых от алкоголя и наркотиков людей, их потребности и особенности поведения и мышления, а в этой книге я попробую описать особенности поведения и мышления родственников зависимых людей. Кроме того, в этой книге я попробую показать возможные способы общения и взаимодействия созависимых родственников с зависимыми членами семьи.

В этой книге, помимо прочего, будут отсылки к моим предыдущим книгам, так как:

– Наполняю вас общей идеей и собственным пониманием проблемы зависимости, ведь я работаю в наркологическом отделении и вижу ситуацию изнутри, а она, нужно сказать, тоскливая и печальная.

– Нет смысла повторяться в уже написанном, что-то объяснять и рассказывать повторно, ведь мне хочется выдать новое, кроме того, я рассчитываю на книгу того же объема.

– Отсылая вас к своим прошлым книгам, я автоматически увеличиваю продажи этих книг, зарабатывая на вас по 1,5 рубля с каждой книги, повышаю спрос своих книг в книжных магазинах.

А вообще:

Возможно, вы спросите меня: «Рифаааат, ну ладно еще твоя зависимость от ПАВ (психоактивные вещества) ... понятно, ты с ней знаком на практике, и можешь писать на эти темы книги, но соза... скажи, откуда в тебе созависимость-то?», и будете абсолютно правы – вопрос вполне уместный, но я, как специалист по работе с зависимым и созависимым поведением, сначала нарисую и расскажу вам о возможных переключениях в предмете зависимости у таких людей, а потом – о себе и своем проявлении созависимости.

Думаю, что именно так, в такой последовательности, будет правильно показать вам на примере факт моей созависимости. На примере – лучше, на примере – понятнее.

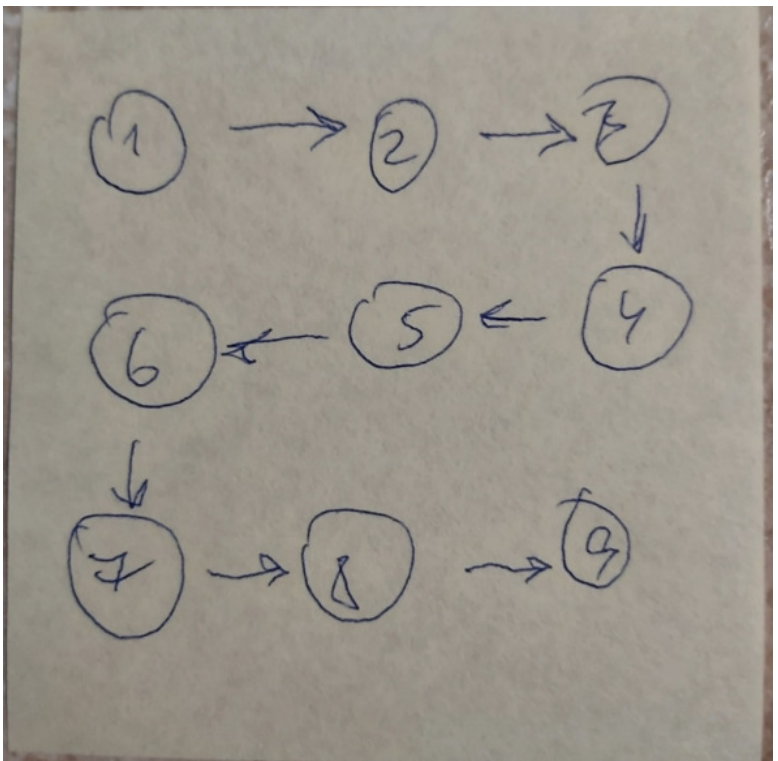
Махнул рукой, сказал «поехали»:

«Итак... зависимые от наркотиков (1) граждане очень часто, по определенным причинам – мусора приняли, либо колоться дорого, либо кто-то из близких умер, либо мама плачет/пацаны запретили/что-то еще случилось, отказываются от наркотиков и становятся алкоголиками (2). Не всегда, но часто так бывает, и по алкоголикам своего отделения от 35 до 50 я это отчетливо вижу».

Приезжают они в отделение обычно запойные, с галлюцинациями и в очень плохом состоянии, а после острого отделения и беседы выясняется – в анамнезе (в истории болезни, когда-то давно) у данного подопечного были опиаты, часто начиная «ханки». И вот тут можно видеть это переключение, когда человек выбрал что-то другое, заменил наркотики на алкоголь.

Кстати, возможной причиной замены может стать сам факт понимания опасности наркотиков – они же всегда были под запретом и любое с ними взаимодействие – статья УК. Любой контакт с наркотиками – это всегда за гранью закона, всегда под статьей, всегда в опасности.

А человек, допустим, не хочет находится в этом состоянии постоянном напряжения и выбирает легализованное государством употребление алкоголя. Ему от этого в психическом плане гораздо проще, однако он по-прежнему тот же зависимый.



Алкоголик (2) часто и легко переключается в трудоголика (3), ведь не зря есть поговорка «пять дней – трудоголик, два дня – алкоголик», трудоголик может переключиться в сексоголика (4) и начать трахать каждую/каждого встречную/поперечную, может начать пить чай (5) и посадить себе печень и почки, начать тратить деньги (6) и покупать кроссовки/се-

ребро/книги занимая у знакомых для этого деньги... или начинает курить больше (7), начинает зависеть от человека (8), религии (9) и так далее.

Не все и всегда зависимый делает вне рамок закона, но все и всегда делает запойно, одержимо, бесконтрольно.

«Многие знают, что это именно так, я тоже подтверждаю это -неуправляемость и желание получения секундного кайфа любым доступным способом часто начинает вести бывшего зависимого по жизни и важно увидеть это в своем поведении. Например, в одно время я начал покупать себе кепки и не мог остановиться. Понимал, удивлялся, видел происходящее, но был бессилён. Тогда был таким.

Пример неадекватности такой: как-то мой (еще на тот момент) друг написал мне вк и похвастался своей кепкой. Я же, одев на себя кепок чуть ли не до потолка, сфоткался и отправил их ему.

Антон, который Омск (дыра) -Сургут (фу) -Питер (?Я не знаю, что там у него), если прочтешь, думаю вспомнишь и посмеешься)).

А вообще, человеческий мозг – структура темная и непонятная, изучению не подлежит, а значит – куда вывернет зависимость, и от чего начнет торчать бывший зависимый – никому не известно. Логика движения/возможных направ-

лений и переключений просто необъяснима, однако бывший зависимый ищет и находит способ сброса напряжения и получения эндорфина максимально легкими путями.

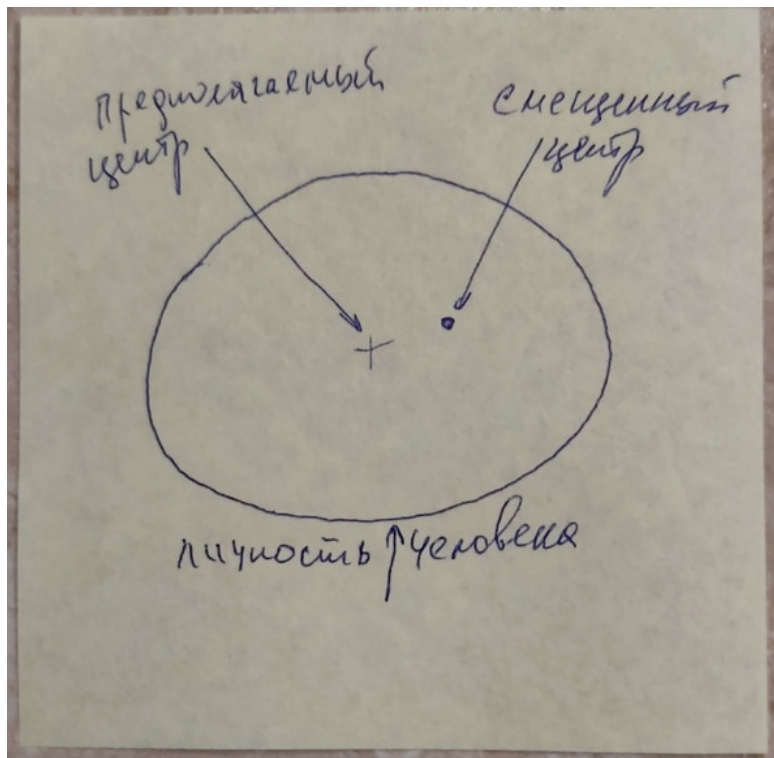
Хотя... обычно говорят, что «куда направлено внимание, туда течет и энергия», а поэтому – очень важна социальная постадаптация и круг общения сразу после лечения. Именно правильная, с доп. мотивацией и ведением перепрошитого зависимого за руку достаточно долгое время (до года, хотя срывы возможны на любом этапе выздоровления) гарантирует трезвость. И тут важно быть рядом, а не над зависимым.

В жизни зависимого получается так, что необходимость зависеть от чего-то осталась, а средство/предмет зависимости – изменилось.

Таким образом, зависимый всегда остается зависимым, и понимая это, человек может просто выбрать себе зависимость, ведь смещенную ось личности не поправить, ну, по крайней мере я так считаю, и поэтому с этим нужно просто научиться жить.

Хотя мой научный руководитель (писал об этом в одной из книг), говорил, что зависимость – всегда суперэгоизм (эгоцентризм), который нужно перерастить. А растем мы только через кризисы, а значит – нужно создавать себе большое

количество кризисов, и об этом – ниже по тексту, примерно там, где я описываю что делал бы я, и буду делать, если вдруг в моей семье будет воспитан наркоман/алкоголик/игроман/другой зависимый.



Бывает так:

Часто путают истинную трезвость, выбор жить трезвым, реальное прекращение употребления с вынужденным прекращением, когда зависимый, попадая в стесненные условия может не проявлять свою зависимость во всей красе, но получая возможность – теряет все рамки и границы, тяга к удовольствию усиливается в разы и выйдя – человек теряет границы дозволенного.

Или человек бросил и не употребляет год, два, три, пять... а потом как сорвется, да как даст стране угля. Почему так происходит?

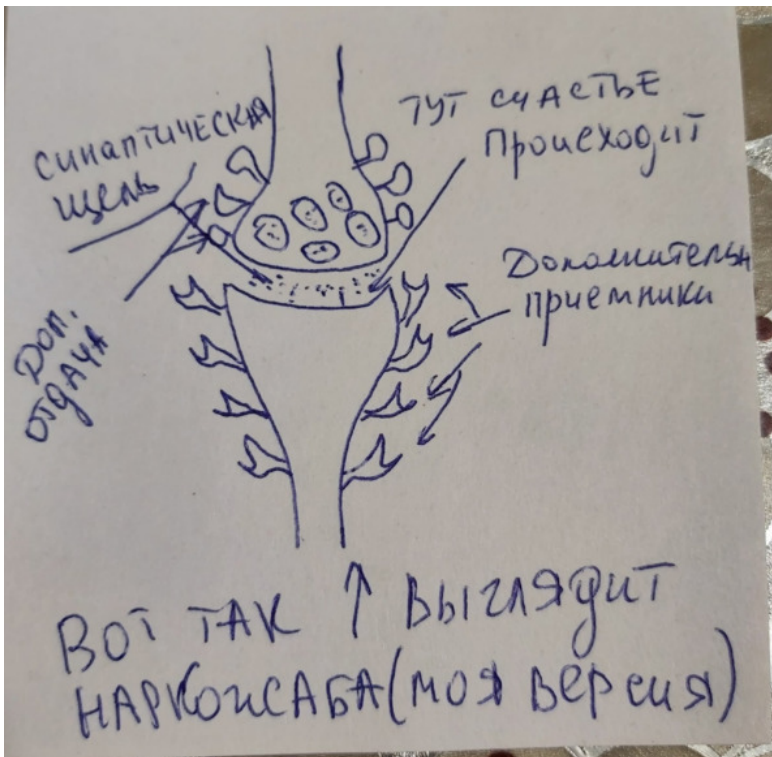
Происходит примерно следующее: человек в какой-то момент научил жить организм получая чудо извне, а потом это чудо пропало (тюрьма, реба, ребенок родился), но организм-то помнит (одно дело, когда бросил сам, пришел к этому внутренне, но совсем другое – ремиссия вынужденная).

И, когда ограничения спадают, организм берет свое за все года трезвости. Наверное, вы слышали про наркожабу, о которой часто говорят зависимые?

Есть у нас в голове синапсы – это место контакта 2х нейронов или нейрона и получающей сигнал эффекторной клеткой. И вот расстояние между ними называется синаптическая щель и именно там происходит чудо, ради которого мы живем – там выделяется серотонин. И этот гормон зависимый привык получать извне, в огромных количествах, рас-

кормив в себе эту наркожабу, которая никуда в период воздержания не девается. Именно поэтому «бывших не бывает» и, если залетит хотя бы капелька в организм, если жаба почувствует – то полный разнос и возврат к прежней дозе.

В моем представлении, она (жаба эта) выглядит именно так:



В идеале, в трезвости, у человека нет маленьких дополнительных приемников и точек большей отдачи медиаторов для усиления чувствования и увеличения чуда (кайфа), но у зависимого, под воздействием хим. веществ эти дополнительные приемники и выделители отрастают. Вот именно это и представляет из себя наркожаба, которой всегда мало

кайфа, и которая не умирает при окончании активного употребления, а лишь засыпает.

«Наркотик умеет ждать» – слышали такое выражение?

Иногда зависимый может пойти иным путем и, например, выбрать в качестве предмета зависимости обучение, выбрать бег, развитие, выбрать то, что является социально приемлемым и не разрушает человека, ведет его вперед и делает лучше, но делают это зависимые от души, даже выбирая что-то менее разрушительное – делают без контроля и меры. От всей русской и широкой души.

Эту идею просто нужно понять – мы все и всегда зависимы, и важно выбрать для себя объект зависимости. Выбрать и наслаждаться результатами.

А вот переключения из зависимости в зависимость происходят по причине смещенной оси влечения, что делает личность зависимого/созависимого запойной, а само влечение – патологическим, то есть бесконтрольным. Контроля у зависимого нет ни в количестве, ни в периодичности. Контроля нет и не будет.

Просто смещение оси влечения у человека и больше ничего.

А я:

Ну а что касается меня, то я тоже переключался, после РЦ

(реабилит. центра) начал учиться, убиваться в качалке, бегать, влюбился в девочку, отношения с которой были очень сложными + делал это все без контроля и меры. Если бегал – то до упаду и болей в ногах, если учился – то до стипендий от губернатора ХМАО, выступлений в конференциях с международным участием, если качался – то вес тягал на уровне «ты кто, тварь?».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.