

За взаимоотношенията,любовта и емоционалният конфликт на наркомана

Има много концепции за лечението на наркотична зависимост съществуващи от много време. Предполагам, че за много хора ще бъде от полза да опиша моята гледна точка през погледа на терапевтичния подход в Ново Начало.

В основата на разбирането ми за лечение на зависими е това те да са отворени и свободни да чувстват и да позволяват,да допускат на другите тази свобода. Това значи да им се позволява да израстват и да изразяват себе си по естествен начин. Да бъдеш себе си и да оставяш другите да бъдат естествени е Основата,най-същественото в Груповият метод при лечението на зависимости

Моята дефиниция за лечение е-Да оставиш,да позволиш на някой да бъде такъв какъвто е. Това може да се случи само когато нуждите му са задоволени.

Подразбира се по дефиниция, че приемането,любовта е съществуването на истински взаимоотношения между хората. Не може да оставиш някой да бъде себе си ,като го игнорираш,а като отговаряш, като се свързваш с него като неделима част. Това се случва в терапия.

Трябва да се помни че за да оставим някои наистина да бъде себе си,значи да почувстваме неговите Нужди. Това е “работа на родителите” на първо място в живота на всеки един от нас. За съжаление задоволяването на тези нужди,приемането и любовта, за зависимият значи да задоволява нереални нужди(под формата на Искания). Наркоманът се чувства необичан когато не се угажда на неговите болни нужди ,когато се чувства незадоволен. Какъв по добър пример от този на инжектиращият се,смъркащ наркоман и фалшивото усещане което изпитва след това-Щастие

Любовта е чувство. То идва когато двама души говорят,пият кафе заедно или правят секс. Когато няма чувство(когато чувството е блокирано или скрито) зависимите дават воля на дейности без в тях да има дори и следа чувство съпричастност,любов,разбиране. Те стават жестоки. Те започват да Засмукват,опитвайки се да получат каквото и да е човекът до тях за да запълнят вътрешната си празнота. Това което той търси във взаимоотношенията е да бъде такъв какъвто ни си е позволявал да бъде. Затова наркоманът иска някои Специален за него човек,който да го кара да чувства. Той се насочва и определя като Любов ,всичко това което му е липсвало и го е блокирало да бъде себе

си. Понякога физическият допир се свързва по несъзнаван начин с нуждите и зависимият може да се опита да го тълкува като любов,. особено когато и двама души в една връзка употребяват. Понякога това е търсене на защита ,на сигурност,а в други случаи е нужда от това да бъдеш разбран и да споделяш. Дилемата на зависимият е ,че той не дава любовта като свободно изразяване на личността,а чувства себе си по начин по които е изпитвал чувства от своите родители като дете. За него е необходимо да вярва, че е обичан или че ще бъде обичан. Именно този конфликт поддържа символичната вътрешна битка ,която той постоянно води. Той усилва илюзията си за любов чрез конфликта и по този начин не може да усети лекота и красота във взаимоотношенията си.

И защото никога не си е позволявал да усети собствените си чувства,защото е блокирал Болката, Истината, безнадеждността-наркомана най често вярва, че любовта стои някъде на друго място,с някои друг. Той рядко може да разбира,че всъщност любовта е вътре в него. Аз мисля ,че неговото безумно,неистово търсене е опит да се докосне до себе си. Проблемът обикновено е ,че не знае как. Той няма средство за достъп до собствените си чувства. От тази гледна точка, търсенето на любов за него е търсенето на Себе си,на собствените си чувства. Отчаянието, преследването ,пътуването към нови места са често опит да открие някой специален,който ще го накара да почувства нещо. Уви,само докосването до собствената болка може да направи това. И така,всичко това изглежда като безкрайна повтаряща се по един и същ начин Тъжна драма-третокласен филм с монотонен сценарии,с нелепи актьори и с нещастен финал.

Аз вярвам че вътрешната борба при зависимият е подготовка за това което в същност накрая той получава,дори и по заместващ,изкуствен начин-като мост който свързва –нуждата от любов на малкото момче или момиче,от която са се нуждаели и никога не са получили и за зависимият като голям човек в настоящето ,и това което той “ Не е,това което не получава” . Дори и когато му се предлага внимание ,зачитане и любов той я отхвърля като я насочва към конфликта. Именно заради това и в дългосрочен план, терапевтичният подход в Ново Начало е насочен към изследване и търсене на липсващите части ,вероятно от най- ранен етап от живота на наркозависимите.

За съжаление дори и родителите на зависимите изненадващо да се превъплатят в обичащи,разбиращи хора това не би променило нищо за наркомана. Той не може да използва тази любов по-късно в живота си ,защото това е вече заместител на това което всъщност се е случвало

години назад между детето и не обичащите го родители. Чувството ,че не си обичан става Приоритет,става Водещо.

Наркоманът е объркан. Той започва да мисли ,че Любовта е това което всъщност е бил лишен и не е допуснал за себе си.

Ако родителите са били ”Загрижени” за него ,той може да се опита да провокира “Загриженост” чрез болест или провал. Провокирайки реакции близки до родителския модел на поведение зависимият продължава да поддържа митът Любов. Той често е толкова въввлечен в борбата за поддържани на митът ,като по този начин не си позволява да усети собственото си нещастие. Например в терапия може да каже- “Родителите ми не бяха перфектни,но са ме обичали по специален начин”. Аз мисля, че именно този “специален начин” поддържа и “специалността” на детето им-Зависимостта. Например,казвайки ”Баща ми беше много строг ,но аз знаех ,че той ме обича”. Ако се опитаме да преведем тези думи,това би могло да значи-Бащата очаква перфектност,никога не ме хвали,не ми показва топлота,но докато се съобразявам с неговите правила ще вярвам ,че съм обичан. Но какво си казва човек няма значение. Защото истинската същност Чувства,на нея не може да се каже нищо. Когато някой в терапия рационализира,което е изключително често срещано при много зависими ,всъщност пресира чувствата си и нуждите дълбоко в себе си. . Всички неща ,които си мисли и са изглеждали истински започват да се разпадат,когато се докосне до дълбоката емоционална болка.

Ако родителите искат да избегнат такъв емоционален конфликт,който би могъл да бъде предпоставка за зависимо поведение,аз бих предложил да си позволяват пълното изразяване на собствените си чувства-сълзи,яд,радост и да позволяват на децата си да казват всичко което искат по начина който искат. Това означава да им позволяват да се оплакват,да бъдат буйни и да викат,да критикуват,да отвърщат дръзко. Или казано накратко ,да позволяват на децата си същите права като на всички човешки същества.

Когато по късно зависимият се чувства не обичан и неприет той се насочва символично към любовта. Да изпитва Болка в терапия значи да открива собствените си чувства ,както и да разбира ,че не съществува живот без чувства.