



Bogumiła

jest osobą uzależnioną od alkoholu. W przeszłości wielokrotnie podejmowała terapię na oddziałach odwykowych. Obecnie jest w trakcie kolejnego leczenia. Czy tym razem uda jej się trwać w trzeźwości? Poznajcie jej historię.

Redakcja: Bogusiu, opowiedz nam o sobie.

Bogumiła: Mam 55 lat. Jestem mamą trójki dzieci – Oli, Adama i Mateusza. Moje dzieci są już dorosłe, od kilku lat nie mieszkają ze mną. Poza tym, od 4 lat jestem wdową. Mój mąż zmarł na zawał. Ciężko mi się z tym pogodzić, brakuje mi go. Od pół roku jestem ponownie w procesie terapeutycznym – jestem osobą uzależnioną.

Opowiedz proszę o swoim uzależnieniu. Jak to się zaczęło?

Niewinnie, pewnie jak u większości. Urodziłam się na wiosce, gdzie z uzależnionymi od alkoholu miałam kontakt od dziecka. Mój dziadek pił, ojciec pił, starsi bracia również pili.... Alkohol był obecny, przekazywany z pokolenia na pokolenie. Każda kobieta w rodzinie była współuzależniona. Ja już jako dziecko marzyłam, żeby opuścić swój rodzinny dom, ponieważ źle się działo. Wieczne awantury, krzyki, wyzwiska, zaniedbywanie – to stało się normą. Gdy miałam 17 lat, ukrywałam się z koleżankami w lasach i piłyśmy alkohol. Nie radziłam sobie z emocjami już wtedy. Alkohol dawał mi chwilowe poczucie uwolnienia, dzięki niemu przez chwilę zapominałam o tym, co się działo wokół mnie. Te wyjścia do lasu czy na polanę stawały się coraz częstsze. W domu nikt mnie nie kontrolował, matka była skupiona na ojcu, więc mogłam wracać do domu pod wpływem i nikt się nie orientował. Byłam dzieckiem niewidzialnym – teraz to wiem. W końcu udało mi się wyjechać do miasta.

Co było dalej?

Skończyłam zawodówkę i poszłam pracować do fabryki. Mieszkałam ze starszą panią, w

zamian za opiekę miała przepisać na mnie mieszkanie. Ciężko wtedy było. Rano wstawałam o 4 tylko po to, żeby przygotować obiad i posprzątać mieszkanie. Później biegłam do fabryki i pakowałam paczki z towarami. Po powrocie do domu miałam nogi jak z waty, byłam przemęczona, a mimo to musiałam wykonać resztę obowiązków domowych. Ta babcia była strasznie roszczeniowa. Wychodziła z założenia, że jestem jej służącą – tak się też czułam. Nocami piłam wódkę, znowu się znieczulałam. Wstydziałam się tego. Pamiętam, że oszukiwałam sprzedawczynię w sklepie, że kupuję alkohol dla swojej podopiecznej do odkażania ran. Już wtedy miałam problem.

Tak mijały lata, ja piłam wieczorami, w ukryciu, coraz więcej – tolerancja znacznie wzrosła. Coraz gorzej szło mi wypełnianie obowiązków. Poznałam wtedy swojego męża. Z racji tego, że nie prowadziłam żadnego życia towarzyskiego, poznaliśmy się w pracy. Zbyszek dołączył do obsługi mojej linii produkcyjnej. Dobrze nam się rozmawiało i któregoś dnia zaprosił mnie na randkę. Byłam nim absolutnie oczarowana! Zupełnie też nie przeszkadzało mi, że pije – bo sama piłam. Wydawał się idealnym kompanem do kieliszka, był zabawny. Po alkoholu robił się potulny i wylewny, lubiłam to. Pół roku później się oświadczył, a ja je przyjąłam.

Twój małżonek również był uzależniony?

Tak. Tylko on do końca swojego życia to wypierał. Po ślubie zamieszkał wraz ze mną i tą starszą kobietą. Przez pierwsze lata żyło nam się całkiem dobrze, pomagał mi w obowiązkach domowych. Wszystko zaczęło się powoli zmieniać, jak pojawiły się dzieci... (smutnie).

W jaki sposób zaczęło się zmieniać?

Dziecko to obowiązek. My zdecydowanie nie byliśmy na to gotowi. Podczas ciąży odstawiłam alkohol, trudno mi było się z tym pogodzić. Mój mąż dalej pił, co denerwowało mnie okrutnie. Babuleńce coraz bardziej przeszkadzał płacz dziecka, ona sama zaczęła coraz mocniej chorować. W pewnym momencie musiałam się opiekować trzema osobami, w tym mężem. Zaczął pić jeszcze więcej, tłumacząc się, że tylko on pracuje i przez to mu ciężko. Coraz częściej się kłóciliśmy, a ja po pół roku karmienia piersią wróciłam do picia.

Mam straszne wyrzuty sumienia na samą myśl o tym... W tych czasach to jest nie do pomyślenia, że dwie osoby pod wpływem zajmują się małym dzieckiem, jednak tak wtedy było. Tak funkcjonowaliśmy, destrukcyjnie do szpiku kości. Mateuszek wychowywał się w oparach alkoholu i widoku obłożnie chorej kobiety. Gdy podrośł sam pomagał przy niej – podawał wodę, karmił... Ehhh.

Wspomniałaś, że Mateusz ma rodzeństwo...

Tak. Gdy miał jakieś 5 lat, ponownie zaszłam w ciążę. Tym razem to była ciąża bliźniacza. Byłam załamana, myślałam o usunięciu, jednak mój mąż się nie zgodził. Z perspektywy czasu nie żałuję tej decyzji, kocham wszystkie moje dzieci. Oczywiście wtedy powtórzyłam schemat i przestałam pić na okres ciąży i karmienia. Nawet mając męża czułam się samotną matką, bo wszystkie obowiązki spadły na mnie. Zaraz po narodzinach córek zmarła ta starsza pani. Szczerze mówiąc, nawet się cieszyliśmy z tego, bo zrobiło się więcej miejsca w mieszkaniu. A przede wszystkim ona już dłużej nie musiała cierpieć. Tak czy inaczej, po jej śmierci miałam takie poczucie, że mogę pić już „oficjalnie”. Nikt mnie nie krytykował, nie podważał tego, jaką jestem matką.

Kiedy podjęłaś leczenie?

Moje młodsze dzieci były już w podstawówce. Któregoś dnia źle się poczułam, poszłam więc do lekarza na rutynowe badania. Lekarz stwierdził, że mam powiększoną wątrobę i fatalne wyniki. Zapytał mnie czy piję alkohol, ale ja zaprzeczyłam. Nie czułam się alkoholniczką. Uważałam, że piję tyle co wszyscy. Lekarz mimo to napisał mi na karteczce adres do placówki odwykowej.

Szczerze mówiąc przestraszyłam się wtedy. Bałam się, że moje dzieci staną się sierotami bez matki. Coraz częściej w głowie pojawiały się myśli, żeby stawić się pod podany adres... Szukałam wsparcia do podjęcia decyzji w mężu, ten jednak podważał istnienie uzależnienia – „nie wymyślasz sobie problemów” – mówił.

Nie pamiętam już, ile minęło czasu od wizyty lekarskiej, ale ostatecznie stawiałam się na oddziale. Przeszłam detoks. Od tamtego momentu nie piłam przez 5 lat. Przez ten czas życie jakoś zaczęło się układać. Wróciłam do pracy, poprawił mi się stan zdrowia, zajmowałam się dziećmi tak, jak trzeba. Mój mąż był niestety moim największym wyzwalczem. Pewnego dnia, po kłótni, poprosiłam go, żeby nalał mi do szklanki wódki. I zrobił to. Kilukrotnie wcześniej namawiał mnie do picia, mówiąc, że jak sobie wypiję to mniej się do niego „czepiam”... i pewnie tak było... (smutnieje).

Miałam poczucie, że nawaliłam jako matka. Nic mnie nie cieszyło, byłam wrakiem człowieka. Wypełniało mnie cierpienie. Dzieci miały do mnie coraz większe pretensje, wykrzykiwały mi w twarz, że powinnam się leczyć. Stworzyłam im emocjonalną karuzelę. Zazwyczaj to faceci piją, taki się przyjął stereotyp, ale pijąca kobieta? Boże, co za wstyd!

Podjęłaś wtedy terapię?

Tak. Rozpoczęłam leczenie w poradni i udało mi się nie pić przez 8 lat. Mówi się, że uzależnienie to choroba nawrotów. Ja swój nawrót miałam po śmierci męża...

Wiem, że to wydaje się dziwne. Zbyszek nie był dobrym facetem, ale kochałam go szczerze. Był pogubiony tak samo, jak ja. Gdy umarł, nie potrafiłam sobie poradzić ze stratą. Stratą nie tylko męża, ale również tych wszystkich lat, które przepiłam przy jego boku.

Jak teraz wygląda Twoje życie?

Mam wrażenie, że ja dopiero teraz „dojrzałam” do terapii. Wcześniej odstawiałam alkohol ze strachu albo miałam jakąś inną motywację zewnętrzną. Teraz po raz pierwszy robię to naprawdę dla siebie. Zbieram pokłosie tego, co się wydarzyło na przestrzeni lat. Staram się zbudować na nowo relację z dziećmi. Wiem, że nie zwrócę im dzieciństwa, to już było.... Teraz staram się, żeby to co jest dzisiaj i jeszcze przed nami, było konstruktywne, dobre. Chodzę na mityngi, rozwijam swoje zainteresowania. Odkryłam, że potrafię świetnie malować i poszłam za tym. Kupiłam farby i wystawiam swoje obrazy na licytacje charytatywne, takie nowe hobby. Niedawno zostałam babcią, to dla mnie duże wyzwanie. Staram się, żeby chociaż mój wnuk miał dobre wspomnienia ze mną. Staram się żyć w zgodzie sama ze sobą, w prawdzie. Przepracowuję wszystkie objawy możliwych nawrotów choroby i mam nadzieję, że tym razem będę bardziej czujna i skupiona na sobie.

Wierzę, że jeszcze będę naprawdę szczęśliwa.

Życzymy Ci tego gorąco i dziękujemy, że zechciałaś podzielić się z nami swoją historią.