

O psychopatach, życiu i walce z nimi w rozmowie z AI-Anonką

Data publikacji: 2.02.2019 13:00

Pisaliśmy o tym, że do Stowarzyszeń i Klubów Abstynenckich należą nie tylko osoby uzależnione od alkoholu, narkotyków czy innych środków psychoaktywnych. Zrzeszają się w nich również osoby współuzależnione (AI-Anoni), dorosłe dzieci alkoholików (DDA), sympatycy, przyjaciele itp.



fot.: Pixabay.com

Spotkałem się z współuzależnioną, AI-Anonką Joanną, która zgodziła się odpowiedzieć na kilka pytań związanych z współuzależnieniem i nie tylko.

- Czy możesz przybliżyć pojęcie AI-Anon i czy takie osoby to wyłącznie kobiety?

- AI-Anon to głównie Grupy Rodzinne. Są to wspólnoty krewnych i przyjaciół alkoholików. Mają na celu uczenie siebie nawzajem, rozwiązywania problemów, dzielenia się swoimi doświadczeniami, siłą i nadzieją. Alkoholizm to choroba i wiedza o tym, że zmiana naszego nastawienia może przyczynić się do jej zatrzymania czyli życia w trzeźwości. W tej grupie mogą się znaleźć osoby, które zetknęły się z narkomanią, przemocą i agresją w jakiegokolwiek postaci. Często mamy do czynienia z osobami o zaburzonej osobowości wcale nie rzadko nie mającej nic wspólnego z używkami oraz nałogiem. Drzwi są otwarte dla wszystkich. To grupa wsparcia. Naszym mottem jest niesienie pomocy człowiekowi. W grupie jest przewaga kobiet ale i panowie również się do nas zgłaszają. Przyszedł do nas ojciec syna uzależnionego nieleczącego się i pytał jak może pomóc synowi. Współuzależnienie dotyczy około 80 procent kobiet i 20 procent mężczyzn. Nade wszystko zapraszam do nas wszystkich, którzy czują, że życie z nałogiem kogoś nam bliskiego wyniszcza wszystko nawzajem, duszę, serce oraz nasze zdrowie fizyczne i psychiczne.

- Często bywa, że współmałżonek czy partner AI-Anona terroryzuje, szantażuje całą rodzinę doprowadzając do stanów depresji, załamania, poddania się. Są to często psychopaci, socjopaci, nie panujący nad sobą. Czy masz takie również przykłady ze swojego lub znajomych współuzależnionych życia?

- Odpowiadam Ci na to pytanie twierdząco. Tak. Często nasi współmałżonkowie poprzez swój nałóg czy nałogi potrafią doprowadzić drugą stronę do wszystkich tych tu opisywanych stanów depresji, załamania, poddania się czy wręcz całkowitego uzależnienia własnej osoby i egzystencji siebie przez pryzmat tego co partner o nas mówi, czego wymaga itd. Rzecz w tym żeby pochylić się nad tym problemem, iść na terapie, szukać pomocy, pukać, pytać, ratować się. Statystyki mówią, że 1 procent społeczeństwa to psychopaci i socjopaci. 15 procent - to więźniowie czyli ci, co popełniają brutalne przestępstwa, ale 15 procent to osoby uzależnione. Pytasz czy mam doświadczenia z takimi zachowaniami. Tak sama na własnej skórze doświadczyłam ataków psychopaty i socjopaty. Pamiętajmy, że pewnych zachowań nawet upodlony, zniewolony nałogiem człowiek nie jest w stanie przekroczyć, to potrafi tylko psychopata - odebrać drugiej osobie człowieczeństwo, zdehumanizować go.

- Na pewno na początku nie jest łatwo. Ale czy da się z kimś takim żyć? Czy są sposoby aby się takiemu socjopacie przeciwstawić?

- Na początku jest trudno bo nagle uświadamiasz sobie, że tutaj nie można walczyć, trzeba uciekać tylko do przodu już przez całe twoje następne dni. Uznajesz bezsilność wobec tego co się stało, uznajesz fakty, że z kimś takim nie da się żyć, ale są takie, które mają świadomość, że żyją z psychopatą. Pozwolę zacytować jedną z takich kobiet " Nauczyłam się obojętności na jego zachowania. To przyjemne

obserwować gdy on próbuje bezskutecznie mnie wytrącić z równowagi, gdy już znam prawdę". A co jeśli wiesz kim jest i wiesz, że może Cię nawet zabić? Ja to zobaczyłam i doświadczyłam. Wybrałam ucieczkę do przodu. Czy można mu się przeciwstawić? Tak można. Trzeba walczyć i zrozumieć, że będzie chciał do końca mieć nad nami władzę, będzie kłamał, oszukiwał, udawał ofiarę, że zwałiłaś mu cały świat na głowę, ale to będzie prezent i argument dla następnej ofiary, a taką ma psychopata zasadę triangulacji (cytuje: "Najdroższa, jestem taki biedny, walczę z nałogiem. Moja chora psychicznie małżonka mi nie pomaga. Wysłałam ją na terapię, ale ona taka głupia, słucha tych terapeutów o jakiś psychopatycznych osobowościach i łyka jak kamela wodę. Wali mi się świat. Przygarniesz mnie?"). Ja i każdy z nas ma swoją historię. Myślę, że gdybyś zechciał te historie przenieść na papier może ktoś obcy dostrzegłby w niej siebie, swoje życie, cierpienie, z którym się zmagają i nie wie jak sobie pomóc. Gdybyś zobaczył i przeczytał, że można żyć inaczej przez przeczytanie choćby jednej historii, to może być początek nowej drogi. Uczmy się tego, że z góry można patrzeć na człowieka tylko z jednej perspektywy, że pochylamy się nad nim by nieść mu pomoc.

- Na czym polegają wasze spotkania Al-Anon? Czy w tym przypadku aktualnym jest powiedzenie „w grupie siła”?

- Tak będę to powtarzać często w mojej wypowiedzi, że w grupie jest siła. Spotykamy się raz w tygodniu, w każdą środę w godzinach 17:30-20:00. Spotykamy się na mityngach w salce mityngowej w skoczowskim „Jonaszu” przy ul. Rynek 19. Ostatnia środa to mityng otwarty, na który może przyjść każdy, ale w każdej chwili może do nas przyjść osoba potrzebująca pomocy czy wsparcia. Po to tutaj jesteśmy – w grupie siła. Na mityngach poznajemy i pracujemy na 12 krokach, przestrzegamy tradycji Al-Anon, wspieramy się, pomagamy w załatwieniu niektórych spraw, uczymy się wzajemnie od siebie. Każda informacja zwrotna jest ważna, każdy problem próbujemy rozwiązać. Bo w grupie siła. Ja jestem tego namacalnym przykładem, gdyby nie to miejsce, nie ci ludzie, nie moja wspianała grupa dziewczyn z Al-Anon i grupa AA, ale co tu mówić „w grupie siła”. Mamy też wspólne terapie Al-Anon i AA gdzie przez kilka dni pracujemy ze sobą i nad sobą pod okiem naszej wspianej terapeutki Krysi nad wspólnie wybranym zagadnieniem. A więc znowu „w grupie siła”. Chcę również powiedzieć, że mamy do dyspozycji w „Jonaszu” terapeutkę dla osób uzależnionych i współuzależnionych do dyspozycji w każdy poniedziałek i środę w godzinach 17:00-18:00.

- Dziękuję Ci za tych kilka cennych odpowiedzi, które może trochę przybliżą problem, który naprawdę istnieje, a do którego wiele osób nie chce się przyznać, że go ma.

Andrzej Koenig