Dependența de orice fel de substanță sau comportament este o boală de familie...

pe care TU NU ai cauzat-o, nu o poți controla

nu o poți trata!

dar

Te poți trata pe tine!

Dependența este o boală de familie, o boală a relațiilor, care îi afectează pe toți cei implicați.



Dacă cineva din familia ta are probleme cu alcoolul / drogurile, cea mai mare speranță a ta este aceea că într-o bună zi el se va vindeca şi va redeveni un om sănătos, fericit şi abstinent de la alcool. Poate crezi că toate problemele tale vor el/ea se va opri din consumul de alcool/ droguri.

Cei care trăim lângă o persoană care consumă alcool prea mult sau droguri ...

... încercăm **tot ce ne stă în putință** pentru a schimba situația.

Încercăm:

- să-l ascultăm sau
- să-l controlăm,
- să-l menajăm sau
- să avem aşteptări de la el,
- să mințim pentru el sau
- să îi spunem în față ce credem,
- să facem toată treaba în locul lui

sau

- să-l pedepsim,
- să îi dăm bani sau
- să nu îi dăm bani,
- să îi gătim sau
- să nu îi gătim ...



Făcând aceste lucruri viața familiei se deteriorează, devine un haos de nesuportat şi, în final, duce la tulburări emoţionale, probleme cu sănătatea, nu mai înţelegem ce ni se întâmplă şi de ce.

Scanned with CamScanner