

«ВАС НАЧНУТ УВАЖАТЬ...»

Эту статью я написала для тех, кто твердо решил стать трезвенником. В ней я хочу поделиться своим опытом и своими наблюдениями трудностей переходного периода от алкоголизма к здоровому образу жизни. В первое время все знакомые и близкие будут с интересом наблюдать за вами: «Как долго это продлится?»

Очень скоро их терпению придет конец – ведь, когда вы пьянствовали, вы были постоянно в чем-то виноваты. Виноваты на работе. А это так удобно – «виноватый работник», с ним можно не считаться. За каждую пьянку ты обязан начальнику. И наши руководители с успехом научились это использовать в своих целях – вся грязная и сверхурочная работа всегда ваша.

Вот случай из моей практики: я работала в транспортном отделе одного предприятия. У нас был пожилой водитель, который один раз в год уходил в 7-10-дневный запой. Ему ставили ремонт, зато весь год потом он был обязан – у руководства не было проблемы, кто будет работать на сверхурочке, в выходные и праздничные дни.

Начнется провокация – вас будут пытаться вывести из себя, чтобы вы сорвались, будут припоминать старые грешки.

Но хуже всего ваши домашние, родные, любимые – они тоже привыкли к тому, что вы «виноваты». Погуляв, даже «погоняв» семью – вы подсознательно пытаетесь загладить вину. Сделав что-то приятное, полезное, вы, тем самым, просите прощения. И уж поверьте, ваши родные наверняка научились компенсировать свои обиды от ваших пьянок в своих интересах! И видеть-то они хотят вас не настоящими, а «трезво-виноватыми».

Пример второй: Татьяна Григорьевна один раз в два месяца может выкинуть номер. Но уже на следующий день она дома само смирение: чистая квартира, прекрасная еда, с мужем ласкова, доброжелательна, с детьми внимательная заботливая мать, готовая угодить прихотям всей семьи.

По мере отдаления от алкоголизма, в вас начинают пробуждаться такие черты: чувство собственного достоинства, самоуважение. Ваше поведение начинает меняться и на работе, и дома. Став самостоятельной личностью, вы уже не так удобны, как того хотелось бы другим.

И вот в этот-то момент нужно, прежде всего, проявить твердость вашего нового характера и попытаться понять окружающих. Они получили не то, что хотели, им нужно время, для того чтобы поменять привычку общения с вами, а это значит измениться самим, чего они хотят менее всего.

И только пройдя через все это, вы наконец-то сможете полностью воспользоваться плодами своего терпения и твердости характера. Вас начнут уважать. А это так приятно!..

Познав однажды радость свободы от рабской зависимости, от постоянного чувства вины, вы вряд ли захотите вернуть старое. Впереди у вас новая прекрасная жизнь.

Удачи вам!

Ваша соратница **Татьяна.**

Помощь для вас:

Абакан, тел.: 8-913-542-49-24, Батраков Евгений Георгиевич