



Jolanta Tymczyszyn

„Kobiecość i uzależnienie”

Od momentu kiedy zaczęłam pracować na oddziale odwykowym z dużą rezerwą i ogromnym oporem pracowałam z kobietami uzależnionymi od alkoholu . Im większy opór we mnie narastał tym bardziej fascynował i ciekawił mnie problem kobiecego alkoholizmu. Starłam się nabrać do tego tematu dystansu i „oswoić” go. W ten sposób zaczęłam z bliska przyglądać się kobiecym problemom, ich relacjom z domownikami, z pracodawcami, ich patrzeniu na siebie same z perspektywy matki, żony, kobiety.

Zastanawiałam się co takiego dzieje się w głowie i duszy kobiety , kiedy zaczyna sięgać po alkohol, co myśli o sobie , jak odbiera świat, co dzieje się z jej poczuciem winy i w końcu co z jej wyglądem zewnętrznym. Ciekawi mnie również zagadnienie dotyczące trzeźwienia kobiety , jakie zmiany w niej zachodzą , jak szybko i czy jest w stanie odbudować swoją kobiecość.

Definicja kobiecości jest bardzo rozległa. Kobiecość to wyraz duchowego bogactwa kobiety. Macierzyństwo, opieka nad potomstwem, karmienie piersią, dawanie ciepła, dobroci to podstawowe , pierwsze i niezwykle jej piękno. Kobieta tworzy wokół siebie klimat ciepła i serdeczności. Miłość do osób przejawia się poprzez zatroskanie w najdrobniejszych szczegółach o ich dobro. Kobiecość to gotowość służenia i poświęcania się , szczególnie wobec najbliższych, to gotowość do wiernej obecności przy osobie kochanej. Cechą kobiecości jest uczuciowość i emocjonalność, subtelność i zwiewność ale też uważność , odpowiedzialność i postawienie „na swoim” kiedy wymaga tego sytuacja. Kobiecość to również jej seksualność , piękno ciała , pomalowane rzęsy, paznokcie ,zadbane ręce, powabny zapach ciała i zmysłowy uśmiech. Każde oblicze kobiecości jest owiane aurą tajemniczości i magii. Kobiecość to bez wątpienia wielki dar.

Czy alkohol odbiera kobiecość ?

Przyglądając się kobietom , które są w stanie upojenia alkoholowego można stwierdzić jednoznacznie , że odbiera godność. Pacjentki, które przekraczają próg oddziały odwykowego to w większości kobiety , które wyglądają na „mocno zmęczone życiem”. Ich wygląd zewnętrzny już nie da się porównać z mityczną Wenus. Kobiety , które dawno nie były u fryzjera, ze zniszczoną , ziemistą cerą, często wychudłe a niejednokrotnie z zarostem na twarzy z powodu zaburzonej gospodarki hormonalnej. Pierwsza rozmowa z pacjentką nie należy do najłatwiejszych z powodu jej wyjątkowej nerwowości, trudności w zebraniu myśli, czasem napastliwości przy zadawaniu pytań, lub po prostu przeszkodzi histeryczny płacz , który uniemożliwi jakikolwiek kontakt.

Dlaczego kobiety piją?

Zrozumów wynika , że piją bo czują się np. niedowartościowane – przepracowane „kury domowe” ,których pracy nikt nie docenia, nikt nie chwali , więc po cichu organizują sobie taką właśnie nagrodę. Często zdarza się, że piją razem z partnerem aby zatrzymać go przy sobie , aby ludzie nie widzieli go pijanego, zanim się obejrzą , same się uzależniają. Są również kobiety tzw. „rozrywkowe”, które są bardzo towarzyskie a jeśli każdemu spotkaniu towarzyszy alkohol to nie mają szans na trzeźwość. Piją kobiety samotne tzw. singielki , piją kobiety , które realizują się zawodowo , bo każdemu spotkaniu towarzyskiemu lub biznesowemu towarzyszy najczęściej alkohol. Bardzo bolesny jest fakt , że piją kobiety w ciąży. Tłumaczą , że nie wiedziały ,że są w ciąży, a wiedza na temat wad które powoduje picie alkoholu w ciąży np.FAS, jest im zupełnie obca.

Jak uzależniają się kobiety?

Kobiety uzależniają się podobnie jak i mężczyźni. Kiedy piją regularnie , organizm przyzwyczaja się do tego, że znajduje się w nim określona ilość spirytusu, i gdy go zabraknie , organizm buntuje się.

Picie kobiet bardzo szybko przybiera formę pełnej autodestrukcji. Prawie wszystkie ,a na pewno większość , były bite i gwałcone, pozwalały by je maltretowano na różne sposoby i prawie wszystkie uważały że na to zasługują. **Jak są postrzegane przez społeczeństwo?**

Alkoholiczki są rozliczane przez społeczeństwo bardziej surowo niż mężczyźni i same siebie rozliczają bezlitośnie. Ich nadszarpnięta kobiecość – zaniedbanie dzieci, domu, zaniedbanie swojego wyglądu dyskredytuje je aby mogły żyć w normalnym społeczeństwie . Płacą bardzo wysoką cenę , o wiele wyższą niż mężczyźni za to, że zdarzyło im się w życiu

pogubić i „wyjść” z szablonu kobiecości. Odzyskanie własnej godności , szacunku do siebie i poczucia własnej wartości jest bardzo trudnym zadaniem jakie stoi przed alkoholiczką.

Jak piją kobiety?

Specyfiką jest to , że piją w samotności, ukrywają się , bardziej się tego wstydzą. Może tę barierę stawia im właśnie kobiecość.

Jak się czują gdy piją, co czują i co myślą gdy trzeźwieją?

Czują się zagubione, trudno im czasem określić kim są, czują że tracą wartość jako kobiety , matki, córki, przyjaciółki. Czują totalną pustkę , są same i cichutko wołają o pomoc. Piją w poczuciu krzywdy i winy, mają niską ocenę swojej wartości. Nie chcą aby je oceniano , wyzywano, zwłaszcza jako matki muszą się maskować .Piją więc nocą kiedy dziecko położą spać , kiedy sprawy są już pozałatwiane, zamykają drzwi , wyłączają telefon , zasłaniają stopy i wtedy czują się bezpieczne. Kobiecość nie pozwala na afiszowanie się ilością wypijanego alkoholu. Butelki wynoszą do śmietnika pojedynczo, owinięte w papier albo w jakieś chusteczki, żeby broń Boże nie brzęknęły. Uczucie wstydu przy zakupie alkoholu tuszują tłumacząc sklepowej , że to na przyjęcie albo dla gości, albo w prezencie. Czerwienią się przy tym , bo to dla nich -kobiet , bardzo upokarzające. Często momentem zwrotnym bywa usłyszenie od swojego dziecka „prosto w twarz , że są one alkoholiczkami. Tracą one wtedy wiarę w życie , nie wierzą że dzieci mogą je nadal kochać. Piją wtedy z poczucia winy , nienawidząc same siebie. W tym „zagubieniu” niejednokrotnie przychodzi opamiętanie i wtedy zgłaszają się na leczenie. Pijące kobiety często płacą rozpadem małżeństwa. Ich wygląd zewnętrzny, rozmazany tusz, cuchnący alkoholem oddech , bełkotliwa mowa, wyuzdany seks (który może z początku bawi, później może obrzydnąć partnerowi) , niepewność co do ich zachowań powodują , że przestają one być szanowane przez swoich partnerów.

Większość zgłaszających się na leczenie alkoholiczek to kobiety po rozwodzie, samotne lub w związkach z pijącymi partnerami.

Jak trzeźwieją?

Kobiety które zaczynają proces leczenia niejednokrotnie rozpoczynają od dbania o zewnętrzne atrybuty kobiecości- fryzurę, makijaż, ubranie- później rozpoczyna się czas wewnętrznego dojrzewania do kobiecości.

Kobiecie w terapii jest trudniej niż mężczyźnie. Trudność zaczyna się już w momencie kiedy okazuje się , że w grupie jest przeważająca liczba panów. Należy również podkreślić , że kobiety mają biologicznie wpisaną hormonalną huśtawkę, to wpływa na terapię, bo pacjentka często nie rozumie dlaczego chodzi nabuzowana i zła- trzeba o tym rozmawiać. Terapia

wymaga przyjrzenia się sobie ,głównie zobaczenia tego co robiłam źle , co było moim nieszczęściem, wadą , traumą, dotyka się nieprzyjemnych spraw, które mogły wiązać się z piciem. Na terapii poruszane są najtrudniejsze tematy: aborcja, porzucenie dzieci , zdrady , płatna miłość. Często te „nieszczęścia” są związane z mężczyznami, a ich przewaga liczebna na terapii krępuje i trudno jest mówić o typowo kobiecych sprawach, dolegliwościach. Przebicie „muru skrępowania” ułatwia dalszą pracę ale niejednokrotnie trwa to długo. Zdarza się ,że niektóre kobiety chciałyby wykorzystać swoją kobiecość jako tarczę, że oto niby są słabsze, że spotkało je tyle krzywd to mają prawo do warunków ulgowych. Niezaprzeczalną sprawą jest fakt , że kobiety , które się leczą z ogromnym zaangażowaniem „chłoną” każdy przejaw zainteresowania się ich osobą. Uwielbiają być adorowane, komplementowane , chwalone. Budzi się w nich próżność kobieca, są tak wdzięczne za każdy przejaw zainteresowania, że niejednokrotnie łączą się na oddziale w pary twierdząc , że w końcu ktoś ich zrozumiał. Odkrywają , że na trzeźwo można się śmiać, kochać , rozmawiać , rozumieć, a emocje i uczucia po prostu przeżywać.

Kobiety w terapii zmieniają się , odzyskują najlepszą siebie, jaką mogą mieć. Stają się znów zadbane, wrażliwe, miłe, uważne, delikatne, troskliwe. Jednak po terapii kobietom nadal jest trudniej niż mężczyznom. Wracają one do świata, który wcale nie jest dla nich przychylny. Mężczyzna po leczeniu jest nagradzany przez rodzinę, żona mu służy, mama chwali za to że „wytrzymał” na terapii, dzieci dumne, że tata nie pije. Kobietom wracającym po leczeniu nikt nie służy, często są obwiniane za to, że na tak długo zostawiły rodzinę na „barkach” innych. Muszą być silne aby nie dać się „wkłęcić” w poczucie winy. Większość uważa za naturalne , że muszą wracać do swoich ról, a proces trzeźwienia nie jest poważnie traktowany. Kobietom trudno jest się wyrwać na mityng , spotkać ze swoim sponsorem , no bo i po co ? Kiedy kobieta trzeźwieje zaczyna zadawać sobie wiele pytań na temat swojej kobiecości, zaczyna przyglądać się nie tylko kontaktom z mężczyznami ale ogólnie kontaktom z ludźmi. Kiedy kobiety dostają wsparcie np. na grupach AA jest im na pewno łatwiej. Do tej pory być kobietą znaczyło dla nich najczęściej mieć gorzej, ciężiej, cierpieć i więcej pracować niż mężczyźni. Tutaj , razem mogą na spokojnie przyglądać się sobie. Kobiety dowartościowują się nawzajem, bo oto okazuje się , że być żoną, matką, córką, partnerką to ogromne wyzwanie i zadanie do wykonania. Oczywiście nie można zaniedbywać podstawowej sprawy na drodze trzeźwienia czyli abstynencji. Kiedy trzeźwiejąca kobieta odnajdzie sama siebie, kiedy zrozumie co jest w życiu ważne nie tylko dlatego , aby wypaść dobrze w oczach innych ale przede wszystkim aby mieć szacunek do samej siebie wtedy jest spokojna. A SPOKÓJ to wewnętrzny ład i porządek bez którego nie można mówić o KOBIECOŚCI.