

Nazywam się Barbara Rosiek; jestem autorką książek *Pamiętnik narkomanki*, *Kokaina*. Przeszłam przez piekło uzależnienia. Brałam narkotyki przez 10 lat.

Zaczęło się bardzo niewinnie – ktoś mnie poczęstował morfiną. Powiedziałam sobie, że to mój pierwszy i ostatni raz. Jakże się myliłam. Nie wiedziałam, że już po tym pierwszym razie stałam się narkomanką. Nic poza braniem się nie liczyło. A przecież miałam dopiero 14 lat.

Udało mi się skończyć szkołę podstawową, nikt nie wiedział, kim jestem, dlaczego tak się dziwnie zachowuję.

W szkole średniej utrzymałam się przez pierwszą klasę, drugi rok był już niemożliwy. Nie potrafiłam wstać z łóżka, chyba że szłam po narkotyki. W końcu rodzice zorientowali się, że się ze mną coś dzieje i zamknęto mnie w psychiatryku. Przeżyłam kolejny wstrząs.

Po szpitalu dalej grzałam. Miałam jednak w sobie jakiś instynkt samozachowawczy i zgłosiłam się na leczenie. Wytrzymałam tam 8 miesięcy. Odeszłam, bo musiałam

brać narkotyki. W szkole dotarłam do matury, którą zdałam na trzeźwo, po odtruciu się. Rodzice bali się, że mogę ich zostawić na zawsze i pójść na ulicę. Dom był dla mnie ostatnią nadzieją.

I wtedy pojawiła się polska heroina, tzw. kompot, którego produkcji szybko się nauczyłam. Kompot był wszędzie. Rodzice widzieli, jak gasnę, i byli bezsilni. Dla mnie liczył się tylko narkotyk.

Pewnego dnia, po kolejnych zapaściach i reanimacjach, zrozumiałam, że umieram. Resztką sił podjęłam walkę o siebie, jak zwykle sama. Dostałam się na studia psychologiczne. Ale narkotyk jeszcze długo mi towarzyszył.

Z trudem uczyłam się żyć w normalnym świecie. Moje uczucia stawały się prawdziwe, potrafiłam znów śmiać się i płakać, polubiłam siebie i ludzi.

Niewiele osób wychodzi z nałogu. Mnie się udało, ale cały czas płacę zdrowiem za tamte lata.

Barbara Rosiek

List Barbary Rosieka do rodziców

Drodzy Rodzice, pragnę Wam dzisiaj opowiedzieć o narkomanii. Jestem psychologiem, pracowałam w Towarzystwie Rodzin i przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”. Tam zajmowałam się rodzicami narkomanów, a także samymi narkomanami, lecz o tej strasznej chorobie wiem nie tylko z doświadczeń w pracy zawodowej czy z książek. Sama brałam narkotyki przez dziesięć lat. Jestem autorką takich książek, jak *Pamiętnik narkomanki* czy *Kokaina*.

CHOROBA CAŁEJ RODZINY

Narkomania jest chorobą i to chorobą całej rodziny. Rodzice cierpią z powodu samounicestwienia się dziecka, narkoman przeżywa upokorzenia, kradnie, by zdobyć pieniądze na narkotyki, uprawia prostytucję, czasem sam produkuje narkotyki, jest ścigany przez policję, usuwany ze szkoły, traci pracę, aż po jakimś czasie, jeżeli nie podejmie leczenia, umiera na melinie lub na ulicy.

Każdy dzień brania narkotyku jest walką o przetrwanie. Rodzice w tym czasie przeżywają swój osobisty dramat. Każdy dzwonek u drzwi czy telefon może być wiadomością o śmierci dziecka. I to wcześniej zdolne, ambitne, dobre dziecko zamienia się w małego potwora, który za działkę narkotyku jest zdolny zrobić wszystko.

Rodzina powoli ubożeje, narkoman wynosi z domu każdą wartościową rzecz, dochodzi do drastycznych sytuacji wyrzucenia na ulicę. Są rodzice, którzy już utracili swoje dziecko, zdarza się, że w domu bierze narkotyki całe rodzeństwo.

Rodzice są często zastraszani, wręcz szantażowani przez narkomana i idą na pewne ustępstwa, przedłużając w ten sposób decyzję o podjęciu leczenia, bo narkoman nie chce się leczyć lub nie umie przyjąć pomocy.

OD PIERWSZEGO WZIĘCIA

Nawet sobie Państwo nie wyobrażają, jak silne jest to uzależnienie. Można pić alkohol przez całe życie i nie być uzależnionym. Od narkotyku uzależnia się natychmiast. Dochodzi do tego cała „ideologia”, która zezwala na bunt wobec wszelkich autorytetów, a także środowiskowa moda. Rodzice są postrzegani jako wrogowie, następuje wzajemne obwinianie się. Niestety są i tacy rodzice, którzy nie interesują się w ogóle losem swego dziecka – taki narkoman wcześniej umiera.

Głównym niebezpieczeństwem są tak zwani „dilerzy”, którzy często sami nie biorą narkotyków, a jedynie rozprawdzają je przed szkołą lub nawet w samej szkole. Wciągają w to 10-letnie dzieci, na początku nie biorą za to pieniędzy, bo wiedzą, że młody człowiek i tak przyjdzie po następną dawkę, za którą będzie musiał zapłacić. Są to ogromne pieniądze. Zjawisko to rozszerza się w sposób dramatyczny. Rodzice obwiniają szkołę, szkoła obwinia rodziców i tworzy się błędne koło.

KAŻDY MA SZANSĘ NA LECZENIE

Każdy ma szansę na leczenie, jeżeli będzie do tego zmotywowany, co jest najtrudniejszym zadaniem w pracy z narkomanami. Potęga nałogu jest tak wielka, że już na „detoksie” – czyli odtruciu – narkomani nie wytrzymują głodu fizycznego.

Po odtruciu osoba uzależniona musi podjąć natychmiastową decyzję o dalszym leczeniu w ośrodku (które trwa od roku do dwóch lat), gdzie musi od nowa odbudować swoją osobowość, odbić się od dna i przystosować do zwykłego codziennego życia.

Jednak nie jest to takie proste. Głód psychiczny jest tak silny, że narkoman nie może sobie z nim poradzić. Nazywam to osobiście tęsknotą za ogromną miłością. Dlatego też próby leczenia są powielane, z nadzieją, że za którymś razem się powiedzie.

Po całkowitym wyleczeniu okazuje się, że są to wspaniali ludzie, otwarci na cierpienie innych, pomagający czynnym narkomanom.

Statystyki są przerażające. Bardzo niewiele osób wychodzi z uzależnienia. Dodatkowo każdy narkoman wciąga do nałogu kolejne osoby. Dlatego, Drodzy Rodzice nie miejcie żalu do szkoły, która usuwa narkomana. Jest on potencjalnym zagrożeniem dla wszystkich. Poza tym jeszcze żaden narkoman nie wyleczył się bez pomocy specjalistów.

W Polsce leczenie jest całkowicie dobrowolne. Przymus nie daje żadnych efektów. Znam takich narkomanów, którzy byli w więzieniu przez kilka lat i tam utrzymywali abstynencję, a po wyjściu z zakładu od razu szli w narkotyki, bo nic nie zmieniło się w ich duszach.

NIE WIERZCIE W BEZPIECZNE NARKOTYKI

Najtrudniejszym według mnie problemem jest sprawa „wączaczy” wszystkich klejów i past oraz osób uzależnionych od tzw. dopalaczy, które powodują spustoszenie w mózgu, zwłaszcza gdy „kleją się” 10-letnie dzieci bez wykształconej osobowości. Prowadzi to do całkowitego otępienia umysłowego i emocjonalnego. Młody człowiek po kilku latach staje się roślinką. Chyba że wcześniej wybierze mniejsze zło i przerzuci się na twarde narkotyki typu heroina.

Nie wolno także zapominać o wszelkich tabletkach uspokajających, psychotropowych, które działają bardzo podstępnie, bo uzależnienie od nich jest dłuższe, ale za to silniejsze.

Często się teraz słyszy o amfetaminie. Jest to środek pobudzający cały układ nerwowy, dający w efekcie stępienie uczuciowe, bezsenność, a niekiedy nawet objawy choroby psychicznej.

Nie można też zapomnieć o paleniu „trawy”, chociaż niektórzy naukowcy uważają to za dopuszczalne.

Palenie haszyszu czy marihuany prowadzi do zmian osobowości, a także jest przedśmionkiem do wejścia w twarde narkotyki.

Drodzy Rodzice, nie wierzcie, że coś bezkarnie można ćpać. Nie ma bezpiecznych narkotyków. Każdy może doprowadzić do śmierci dziecka.

MIEJ TROCHĘ CZASU DLA DZIECKA

Musicie być czujni, musicie rozmawiać ze swoimi dziećmi codziennie, musicie wiedzieć, gdzie chodzą i z kim się zadają. Proszę, byście sami w domu poruszyli temat narkomanii, zanim będzie za późno. Domagajcie się od szkoły, by zapraszała wyspecjalizowanych prelegentów dla waszych dzieci, a także dla was samych. Narkomania może zdarzyć się w każdym domu zupełnie niespodziewanie.

Nie martwcie się, że być może już nie jesteście autorytetami dla swych dzieci, że was już nie będą słuchać. To nieprawda. Każdy – młody człowiek szczególnie – wymaga dopieszczenia, wysłuchania, zrozumienia. Ta więź przecież nie urywa się z dnia na dzień. Nawet najbardziej zbuntowane dziecko będzie kiedyś szukało u was wsparcia. Wiem to z własnego doświadczenia. Ta nić jest nieprawdopodobnie silna, trzeba jedynie wybrać jakiś rozsądny kompromis.

Pamiętajcie, że jeżeli wasze dziecko już spróbowało narkotyku, to właśnie Wy musicie ten moment wyłapać. Może się gorzej czuć, może przysypiać w dziwnych momentach, zaczyna wagarować, kraść. Może od niego śmierdzieć klejami, może zaczynać was okłamywać.

Im wcześniej zgłosicie się o pomoc, tym większą szansę będzie mieli na uratowanie swojego dziecka.

Sama przeszłam przez piekło uzależnienia. To koszmar, który czasami powraca w snach lub na jawie. Są to niekiedy blizny nie do zagojenia, z którymi trzeba od nowa nauczyć się żyć. Jest to bardzo trudne, ale nie niemożliwe. Mimo że jestem specjalistką, sama niekiedy potrzebuję wsparcia. Mam wokół siebie ludzi, którzy mnie kochają, pomagają. Czynny narkoman jest przejmująco samotny, bo nie ma przyjaźni wśród narkomanów, są tylko układy ćpalnicze, liczy się jedynie towar i pieniądze.

Proszę, miej trochę więcej czasu dla swego dziecka. Tak po prostu, nie tylko czy odrobił lekcje, czy nie złapał dwóji. Pogadaj z nim o seksie, AIDS, narkomanii, pieniądzach, powiedz mu, że go po prostu kochasz takim, jaki jest, a nie takim, jakim go sobie wyobrazasz.

Będzie miał jednego przyjaciela więcej.

Barbara Rosiek, psycholog