

Wpływ uzależnień na życie zawodowe



Uzależnienie to taki stan, gdy odczuwamy wyraźny brak danej substancji i rozrywki do tego stopnia, że stawiamy to ponad inne dziedziny życia. Okazuje się, że uzależnienie bardzo szybko może zawładnąć nie tylko samym człowiekiem, ale także wszystkimi

dziedzinami jego życia. Dziś przyjrzymy się temu zjawisku na przykładzie [uzależnienia od alkoholu](#).

Alkoholizm zawsze zaczyna się niewinnie. Od kieliszka do kieliszka w coraz to mniejszych odstępach czasowych i nie kontrolując ilości wypijanych trunków budzimy się w samym środku bagna, jakim jest nałóg. Alkoholik pije po kryjomu, często nie zważając także na życie zawodowe. Niestraszne jest mu zjawić się pijanym w pracy, a konsekwencje schodzą na drugi plan. Niestety przełożeni bez względu na wykonywany zawód niechętnie patrzą na pijanych pracowników. To skrajnie nieodpowiedzialne, jednak osoba uzależniona często nie ma tego świadomości. Uważa, że jeden kieliszek, który z biegiem czasu przeradza się w kilka lub kilkanaście, to nie grzech, a jedynie pomaga mu w dobrym wykonywaniu pracy i skupieniu na obowiązkach.

Alkohol corocznie sieje w życiu zawodowym wielu ludzi ogromne spustoszenie. Alkoholicy przestają chodzić do pracy, coraz częściej upijają się totalnie lekceważąc obowiązki, stają się apatyczni i zupełnie przestaje zależeć im na pracy. Nawet zwolnienie dyscyplinarne nie jest im straszne. Dopiero wówczas, gdy osiągną totalne dno żałują swoich decyzji.

Na świecie jest wielu biznesmenów, gwiazd, sportowców,

bogatych ludzi, którzy przez alkohol bardzo szybko stracili pieniądze i pozycję. A czasami utrata pracy jest właśnie takim gwoździem do trumny, przestaje nam zależeć na czymkolwiek.



Warto zadbać, aby alkoholik nie zaniedbywał swoich obowiązków. Pomóżmy mu znaleźć dobrą klinikę leczenia uzależnień. Skierujmy go do dobrego specjalisty. Pomóżmy mu w walce o dobre życie. Nie pozwólmy by stracił motywację i wolę walki.

Autor: [Ośrodek Leczenia Uzależnień – WANT](#)

Wpływ uzależnienia rodziców na rozwój dziecka

DDA, czyli dzieci dorosłych alkoholików nie mają łatwego startu w życie. W swojej pamięci dźwigają bardzo ciężki bagaż, który może wpłynąć na ich psychikę i decyzje podejmowane w dorosłym życiu. Niestety dzieci, których rodzice nadużywali alkoholu mają bardzo duże skłonności do popadnięcia w nałóg. Ponadto dochodzą do tego czynniki genetyczne. Okazuje się, że skłonność do [alkoholizmu](#) może być także przekazywana w genach. Nie oznacza to jednak, że każdy, którego kod genetyczny posiada takie znamię od razu będzie alkoholikiem. Wpływają na to także czynniki zewnętrzne, otoczenie, sytuacja życiowa i wiele innych.

Badania naukowe

Obecnie prowadzi się coraz więcej badań naukowych, które badają zależność między wychowaniem dziecka w rodzinie alkoholików, a dalszymi losami latorośli. Wciąż jednak brakuje jednoznacznych opinii, czy większy wpływ mają geny czy sam niedobór czynników wychowawczych spowodowany alkoholizmem rodziców.

Można stwierdzić, że rodzice alkoholicy są zbyt mało konsekwentni w wychowaniu dzieci, okazują zbyt mało pozytywnych emocji wobec dzieci lub nie potrafią dobrać ich do sytuacji, a także brakiem umiejętności kreowania odpowiednich zachowań społecznych. Przez te czynniki powstają tak zwane liczne stresory, np. kłótnie w rodzinie, problemy finansowe, bezrobocie, rozpady związków, czasami nawet przemoc, izolacja społeczna czy zubożenie.





Alkoholizm u przynajmniej jednego z rodziców wpływa na zachowanie dziecka, powoduje wybuchy agresji, zaburza znacznie emocjonalność, powoduje problemy z adaptacją wśród rówieśników. Rodzice mają znacznie obniżone funkcje rodzicielskie, brak pieniędzy i zdrowia nie sprzyjają opiekowaniu się potomstwem na właściwym poziomie. Czasami dochodzi do sytuacji dramatycznych, które trwale odciskają piętno na dzieciach.

Dzieci dorosłych alkoholików mają trudny start, ale niejednokrotnie doskonale radzą sobie w życiu dorosłym na przekór losowi.

Dlaczego uzależnienie jest chorobą układu nagrody i kary



Uzależnienie od alkoholu polega na silnym, niepohamowanym pragnieniu zażywania substancji do tego stopnia, że zburzone zostają inne elementy życia społecznego, zawodowego a nawet zdrowia. Z uzależnieniem od alkoholu ściśle powiązane są

układy nagrody i kary. To skomplikowane sieci neuronów, które przekazują pobudzenie do konkretnych struktur mózgowia dzięki neuroprzekaźnikom. Powyższe układy rozmieszczone są w różnych częściach mózgu.

Z czym związany jest układ nagrody?

Układ nagrody związany jest z zaspokajaniem potrzeb, np. z pokarmem, kontaktami seksualnymi, przyjmowaniem wody, z czym wiążą się pozytywne odczucia i emocje. Układ kary stoi na straży unikania szkodliwych i nieprzyjemnych wrażeń. Powoduje negatywne odczucia: ból, strach, cierpienie.

Dopamina – główna bohaterka zamieszania

Za uzależnienie odpowiada dopamina – substancja wydzielana przy pozytywnych lub koniecznych do przeżycia sytuacjach. Problem pojawia się wówczas, gdy poziom dopaminy przekracza wszelkie normy. Zobaczmy jak wygląda alkoholizm w układach nagrody i kary na przykładzie. Przypuśćmy, że zjedzenie obiadu zwiększa poziom dopaminy o 50%. Wypicie piwa natomiast podnosi poziom substancji o kilkaset procent. Trudno więc oprzeć się

pokusie sięgnięcia po kolejne piwo, gdy nasz poziom przyjemności wzrasta do bardzo wysokiego stopnia. Po pewnym czasie, gdy dostarczamy alkoholu naszemu układowi nagrody, zaczyna od przyzwyczajając się do wysokiego stężenia dopaminy i chce go stale utrzymać na odpowiednim poziomie. Tak właśnie rozpoczyna się choroba alkoholowa.

Rozwój ośrodka nagrody a alkoholizm

Psychika człowieka jest tak skonstruowana, że dążymy do jak najbujniejszego rozwoju ośrodka nagród, unikając ośrodka kary. Odstawienie alkoholu w chorobie alkoholowej jest związane z negatywnymi odczuciami, a więc z pobudzeniem ośrodka kary.

[Terapia odwykowa](#) zawsze oparta jest na pracy nad prawidłowym funkcjonowaniem ośrodka kary i ośrodka nagrody.

Uzależnienie fizyczne a psychiczne

Uzależnienie fizyczne a psychiczne – różnice

Alkoholizm to choroba chroniczna, której przebieg jest bardzo dynamiczny. Nieleczony alkoholik może mieć znaczne problemy ze zdrowiem. Choroba ta w konsekwencji może prowadzić do śmierci. Warto więc pamiętać, by w porę podjąć odpowiednie działania. Pierwszy krok powinien prowadzić do dobrego ośrodka leczenia uzależnień dla alkoholików.

Wyróżnia się uzależnienie psychiczne i fizyczne. Przyjrzyjmy

się pokrótce każdemu z nich.

Uzależnienie psychiczne

Uzależnienie psychiczne zawsze idzie w parze z uzależnieniem fizycznym. Głównym motywem działania jest więc psychika ludzka. Chwila słabości, podatność na alkoholizm czy problemy życiowe sprawiają, że oprócz uzależnienia psychicznego pojawia się uzależnienie fizyczne.



Na czym więc polega to groźne uzależnienie psychiczne? Zazwyczaj zaczyna się niewinnie. Alkoholik pije dla towarzystwa, łatwo inicjuje kolejki, a trunek bardzo szybko rozluźnia i oddala wszelki stres. Alkoholik wie, że alkohol przynosi tymczasową ulgę i tak też tłumaczy swoje ciągi picia. To swoista ucieczka od stresu, próba znalezienia wyjścia z trudnej sytuacji. W rzeczywistości sytuacja coraz bardziej się komplikuje. W każdym dobrym prywatnym ośrodku uzależnień powiedzą Wam, że uzależnienie psychiczne od alkoholu musi być kompleksowo leczone. To dlatego takie kliniki leczenia uzależnień mają w swoim programie liczne zajęcia. [Ośrodek odwykowy dla alkoholików](#) to najlepsze miejsce, gdzie pod kontrolą jest także psychika osoby uzależnionej.

Uzależnienie fizyczne



Uzależnienie fizyczne objawia się poprzez wiele czynników somatycznych. Są to np. drgawki alkoholowe, tzw. syndrom odstawienia, uczucie niepokoju. Każdy prywatny ośrodek uzależnień proponuje też metody odwykowe oparte o detoks. Dobra

klinika wie jak przeprowadzić ten proces bezpiecznie i skutecznie.

Warto pamiętać, że tylko dwutorowe leczenie w dobrej klinice odwykowej gwarantuje skuteczne leczenie uzależnień alkoholowych.

Etapy uzależnienia



Wiele osób zastanawia się jaka jest różnica pomiędzy nałogiem, a uzależnieniem. Nałóg z definicji to nasze szkodliwe przyzwyczajenie, które może mieć złe konsekwencje dla zdrowia w przyszłości. Najlepszym sposobem na walkę z nałogiem jest podjęcie się [terapii odwykowej](#). Uzależnienie natomiast wiąże się ze skutkami społecznymi, degradacją nie tylko zdrowia, ale życia rodzinnego i zawodowego. Jest niebezpieczne dla życia.

Przyjrzyjmy się pokrótce jakie są etapy uzależnienia.

Etap 1 – picie towarzyskie

Mało kto wie, że niepozorne picie z przyjaciółmi może być początkiem ciężkiej choroby. Osoba, która wkracza w uzależnienie odczuwa przyjemność płynącą z picia. Znacznie wzrasta wzrost tolerancji na alkohol.

Etap 2 – faza ostrzegawcza

Tu także wiele sygnałów początkowo może nie budzić naszych podejrzeń. Osoba szuka coraz liczniejszych okazji do picia. Pośpiesza towarzystwo do szybszych kolejek. Po wypiciu pojawia się lepsze samopoczucie, odreagowanie od stresu. Widoczny jest brak umiaru, picie kończy się urwaniem filmu. Występują pierwsze próby picia w samotności, w ukryciu. Już w tym momencie najlepiej odwiedzić [prywatny ośrodek leczenia alkoholizmu](#), w którym uzyskamy pomoc w walce z naszym problemem.

Etap 3 – krytyczny

Osoba zaczyna mieć świadomość swojego problemu, dlatego pojawia się tzw. kac moralny. Składa liczne przysięgi abstynencji, dni bez alkoholu, by wrócić ze wzmocnioną siłą i znów pić. Uzależniony usprawiedliwia swoje picie, i często czuje pustkę. Wzrasta agresywność, pojawiają się nawet konflikty z prawem. Zaniedbuje nie tylko swój wygląd, ale także rodzinę i pracę.

Etap 4 – chroniczny

Następuje degradacja życia społecznego oraz zawodowego. Głównym celem w życiu staje się alkohol, dlatego by go zdobyć, uzależniony ucieka się nawet do czynów przestępczych.

Pojawiają się alkohole niekonsumpcyjne. Problemu nie stanowi picie w samotności, upijanie się rano. Zaczynają się poważne kłopoty ze zdrowiem – padaczka alkoholowa, wtórny analfabetyzm, różnego typu psychozy. To bardzo niebezpieczny moment prowadzący nawet do śmierci.

Pamiętajmy, że szybka reakcja może pomóc uniknąć tragicznych w skutkach konsekwencji.

Uzależnienie a nałóg różnice

Uzależnienie zaczyna się niewinnie. I często nic nie wskazuje na to, że kolejny kieliszek wina lub wódka pita w towarzystwie przy kolejnej okazji mogą być początkiem naprawdę groźnego uzależnienia. Z którego, aby wyjść trzeba będzie podjąć [leczenie alkoholizmu prywatnie](#). Warto zawsze mieć w głowie jak wyglądają etapy uzależnienia, by móc w porę zareagować.



Wyróżnia się cztery etapy uzależnienia. Poniżej pokrótce opiszemy każdy z nich.

Etap picia towarzyskiego

Picie zaczyna sprawiać niekłamaną przyjemność. Osoba zyskuje większą tolerancję na alkohol i ma na niego coraz większą ochotę.



Etap ostrzegawczy

To moment, gdy szuka się coraz częstszych okazji do picia. Alkohol jest ucieczką od problemów i uwalnia napięcie. Od razu po wypiciu pojawia się lepsze samopoczucie. Osoba inicjuje kolejki, ale także zaczyna pić w samotności oraz leczać kaca. Najlepiej już w tym etapie przejść krótką [terapię uzależnienia alkoholowego](#), aby ono się nie nasiliło.



Etap krytyczny

To moment, gdy alkohol wkracza z butami w życie uzależnionego. Rozpoczyna się zaniedbywanie życia zawodowego i rodzinnego. Mogą pojawić się konflikty z prawem. Wzrasta poziom agresji. Osoba składa przysięgi abstynencji, obiecuje poprawę, by po pewnym czasie znów sięgnąć po kieliszek. Pojawia się pustka, brak sił, bezradność.



Etap chroniczny

Uzależniony pije o każdej porze dnia, nawet rano. Drastycznie spada tolerancja na alkohol. Rozpadają się więzi rodzinne. Następuje otępienie alkoholowe, psychozy, padaczka alkoholowa. To faza niezwykle niebezpieczna dla zdrowia i życia uzależnionego. Człowiek upija się w samotności, wydłużają się okresy pijaństwa. Jedynym celem w życiu staje się alkohol.

Różnica między uzależnieniem a

nałogiem?

Nałóg definiuje się jako szkodliwe dla zdrowia przyzwyczajenie. Jest to na przykład palenie papierosów. Uzależnienie to taka zależność od czegoś, która uniemożliwia normalne funkcjonowanie w przypadku braku. Uzależnienie jest bardzo niebezpieczne i może prowadzić nawet do śmierci. Uzależnienie to choroba chroniczna, której nie da się wyleczyć, lecz tylko uśpić i złagodzić skutki.