



Контактные адреса и телефоны:

**ГБУЗ «ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТНОЙ
КЛИНИЧЕСКИЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ
ДИСПАНСЕР»**

г. Тверь, ул. Королева, д. 10

Тел.: 51-52-80

51-52-38

72-13-80

51-59-01

50-44-44

**ОТДЕЛЕНИЕ МЕДИКО-
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

г. Тверь, Перекопский переулок, д. 13

Тел. 55-51-95

СТАЦИОНАР

г. Тверь, Петербургское шоссе, д. 50

Тел.: 55-94-85

55-42-77

Телефон поддержки: 55-95-90

E-mail: tverond@mail.ru

Код города: 8 (4822)



**ЗАВИСИМОСТЬ —
СОЗАВИСИМОСТЬ**

**ТВОЯ ЖИЗНЬ
ТВОЙ ВЫБОР**



**ЦЕНИ СВОЮ
ЖИЗНЬ**

ЗАВИСИМОСТЬ — это вид саморазрушающего поведения, который характеризуется патологическим влечением к одному или нескольким психоактивным веществам (например, алкоголю) и приводит к психической и/или физической зависимости.

Злоупотребление психоактивными веществами неизбежно ведёт к нарушению взаимодействия человека с окружающей средой, разрушению стереотипов поведения, что приводит к социальной, семейной и профессиональной дезадаптации.

СОЗАВИСИМОСТЬ — патологическое состояние, характеризующееся глубокой поглощённостью и сильной эмоциональной, психологической и даже физической зависимостью от другого человека. Созависимый человек — это тот, кто стремится управлять поведением другого человека и совершенно не заботится об удовлетворении собственных жизненно важных потребностей. Созависимость — это отказ от себя, своего «я», один из вариантов саморазрушающего поведения.

ЗАВИСИМОСТЬ

Болезнь

- от редкого до постоянного употребления выпивки для разрядки;
- увеличение дозы потребляемого алкоголя;
- тайные выпивки, неспособность удержаться, когда пьют другие;
- чувство вины, неспособность обсуждать проблему;
- повторяющиеся попытки контролировать употребление спиртного;
- ложь с целью скрыть истинные размеры пьянства;
- постоянные угрызения совести, невыполнение обещаний и решений;
- крах попыток контролировать себя;

ТЕЛЕФОН ПОДДЕРЖКИ:

ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ И СОЗАВИСИМОСТИ

- гнев, депрессия, чувство вины, обидчивость; претенциозное и агрессивное поведение; попытки самооправдания;
- холодность семьи и друзей; оскудение социальных связей, интересов;
- финансовые проблемы;
- беспочвенные вспышки гнева, необъяснимые перемены настроения;
- уменьшение толерантности (снижение количества алкоголя);
- начало долгих запоев;
- пьянство с незнакомыми людьми; моральная и физическая деградация, ослабление мышления.

СОЗАВИСИМОСТЬ

Болезнь

- стремление брать на себя чужую ответственность и воспитывать окружающих;
- возрастание эмоциональной зависимости от партнёра, попытка «вылечить» партнёра любовью;
- ощущение вины, отрицание остроты проблемы;
- возрастание внимания к поведению партнёра и к контролю за ним;
- стремление скрывать свои проблемы, связанные с выпивками партнёра;
- оправдание поведения партнёра перед окружающими, в т.ч. историей его «трудного» детства и последующей жизни;
- крах попыток контролировать партнёра;

- гнев, депрессия; чувство вины из-за стычек с партнёром, агрессия по отношению к партнёру; попытки самооправдания;
- холодность семьи и друзей; оскудение социальных связей, интересов;
- финансовые проблемы;
- беспочвенные вспышки гнева, необъяснимые перемены настроения;
- возможное начало алкогольной или наркотической зависимости;
- начало долгих депрессий;
- болезни в результате стресса (психические и соматические нарушения); суицидальные мысли.

ЗАВИСИМОСТЬ И СОЗАВИСИМОСТЬ: ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ

- признание своей беспомощности;
- прекращение попыток обвинять других в своих проблемах;
- сосредоточение на себе, принятие на себя ответственности за свои поступки;
- поиски помощи в обществе людей, страдавших той же болезнью;
- стремление разобраться в своих чувствах, а не отвлекаться от них;
- приобретение новых друзей, развитие здоровых интересов.

**БЕРЕГИТЕ
СВОЁ ЗДОРОВЬЕ!**

55-95-90