

Наркоман ли я?

На этот вопрос можешь ответить только ты сам. Если ты наркоман, то сначала ты должен признать и принять тот факт, что у тебя есть проблема с наркотиками - еще до того, как тебе удастся достичь прогресса в выздоровлении.

Для многих из нас сделать это нелегко. На протяжении всего употребления мы говорили себе: «Я с этим справлюсь». Поначалу так оно и было, но теперь это не так. Наркотики справились с нами. Помни, что алкоголь и марихуана - это наркотики.

Вот список вопросов, составленный широким кругом наркоманов из всемирного сообщества Анонимные Наркоманы.

1. Ты избегаешь людей и/или места, которые неудобны для употребления?
2. Ты тратишь свои деньги на наркотики, а не на еду или другие потребности?
3. Ты думаешь, что все в мире сошли с ума, кроме тебя?
4. Ты задавался вопросом - почему некоторые люди не хотят употреблять?
5. У тебя возникает чувство неотвратимости судьбы, когда ты думаешь о том, что твои наркотики закончатся?
6. Ты охраняешь свои запасы?
7. Когда твои запасы на исходе или уже кончились, ты достаешь еще наркотики?
8. Тебе нравится употреблять в одиночестве?
9. Ты пытался заменить один наркотик на другой, думая что проблема была в «одном» конкретном наркотике?
10. Ты забиваешь на свои обязательства, потому что для тебя важнее употребить?
11. Ты употребляешь потому, что твоя семья

сводит тебя с ума?

12. Ты используешь врачей, чтобы получить «легальные» наркотики, говоря себе, что это нормально их употреблять, потому что это не нарушает закон?
13. У тебя есть более одного рецепта от разных докторов?
14. Ты используешь что-то, чтобы разогнаться с утра или чтобы успокоиться перед сном?
15. Ты употребляешь незаконные или «тяжелые» наркотики и думаешь, что нельзя ничего сделать, чтобы остановиться?
16. У тебя когда-нибудь были проблемы с друзьями, в семье, в школе, на работе или с законом из-за инцидентов, связанных с наркотиками?
17. Тебя арестовывали за езду за рулем в пьяном виде или под наркотиками?
18. Ты ворующь наркотики или деньги на наркотики?
19. У тебя больше, чем одна «нычка» для наркотиков?
20. У тебя лежат пустые бутылки от алкоголя в машине?
21. Ты скуривал свой куст до того, как он вырос до полуметра?
22. Ты воровал наркотики у друзей?
23. Ты когда-нибудь дрался за ватку или самую длинную дорогу?
24. Ты когда-нибудь кололся или нюхал дозу, которую твой лучший друг оставил себе на утро?
25. Ты когда-нибудь точил иглу о спичечный коробок?
26. Ты собираешь приспособления для употребления?

27. Ты употреблял наркотики, которые не любишь?
28. Ты делал под кайфом такие вещи, которые не сделал бы трезвым?
29. Ты прячешь наркотики, даже если живешь один?
30. Прошли ли хорошие времена твоего употребления?
31. Ты когда-нибудь обыскивал чужие аптечки?
32. Ты думаешь, что надо обязательно «приходиться», чтобы хорошо провести время?
33. Ты когда-нибудь сомневался в собственном здравомыслии?
34. Ты врешь о том, что и в каких количествах употребляешь?
35. Ты употребляешь, чтобы преодолеть страх перед людьми?
36. Ты задумывался о самоубийстве?
37. Тебя преследуют мысли о том, как бы кайфануть?
38. Ты пытался контролировать свое употребление?
39. Вся твоя деятельность сконцентрирована вокруг наркотика?
40. Ты стыдишься своего употребления?
41. У тебя когда-нибудь была передозировка?
42. Ты когда-нибудь делал неудачные попытки прекратить употреблять?
43. Ты выбираешь себе в друзья людей, потому что у них есть наркотики?
44. Как ты думаешь - у тебя есть проблема с наркотиками?
45. Ты хочешь прекратить употреблять, но не можешь это сделать в одиночку?

Наркомания - это болезнь, которая приводит к тюрьмам, больницам или смерти. Многие из нас пришли в Анонимные Наркоманы потому что наркотики перестали делать для нас то, чего мы хотели от них. Наркомания забрала у нас нашу гордость, самоуважение, семью, любимых и даже само желание жить. Если ты еще не достиг этого момента в своей наркомании, то ты и не обязан. Мы поняли, что наш личный ад - у нас внутри.

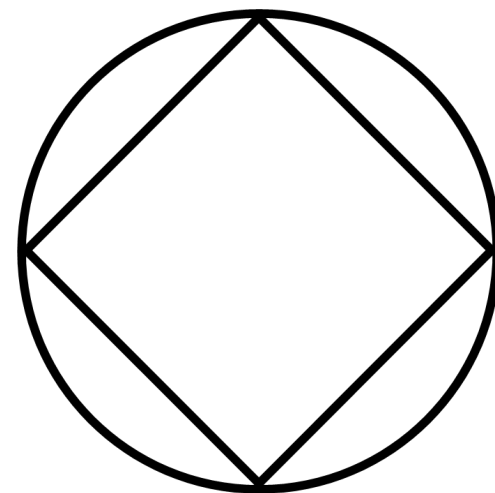
Если ты серьезно относишься к тому, что произошло и происходит с тобой, если ты признаешь, что у тебя есть проблема с наркотиками, то ты можешь найти помощь в сообществе Анонимных Наркоманов.

При честном подходе, эти вопросы могут помочь тебе увидеть, как наркотики могли сделать твою жизнь неуправляемой. Если ты ответил «да» на 5 или более из них, то, возможно, тебе хочется узнать, каково это - жить без наркотиков. Мы можем заботиться, чувствовать, любить и быть любимыми. Мы не обязаны употреблять сегодня - у нас есть выбор.

www.nahelp.ru

АНОНИМНЫЕ НАРКОМАНЫ

НАРКОМАН ЛИ Я?



НЕ ДЛЯ ПРОДАЖИ
«Мы можем сохранить то, что имеем,
только отдавая это другим»