Moją bohaterką filmową, jaką chciałabym przedstawić jest postać filmowa Gwen Cummings, którą gra Sandra Bullock w filmie „28 dni”. Na pozór ułożona i atrakcyjna dziennikarka nocami bawi się w nocnych klubach i pubach ze swoim chłopakiem, które oczywiście są zakrapiane solidnie alkoholem. Nad ranem budzi się z kacem, silnym bólem głowy i pamięta wydarzenia jak przez mgłę. Obydwoje wyznają zasadę Carpe Diem, aby czerpać z życia co najlepsze, dobrze się przy tym bawić i próbować wszystkiego włączając w to morze alkoholu i narkotyków. Prowadzi taki imprezowy tryb życia wraz ze swoim partnerem aż do momentu tragedii, która wydarzyła się na weselu jej siostry. Gwen po raz kolejny przesadza z alkoholem. Najpierw wznosi toast kompletnie pijana mówiąc, że siostra wzięła ślub ze swoim mężem tylko dla pieniędzy, a następnie przewraca się na weselny tort. Kompletnie pijana wsiada za kierownicę limuzyny, którą porywa i kończy wypadkiem w ogrodzie sąsiada taranując dom i wszystko co znajdowało się po drodze. Konsekwencje tego są takie, że Gwen trafia na 28 dniowy odwyk w ośrodku w zamian za karę pozbawienia wolności.

Jest to grupa Anonimowych Alkoholików w ośrodku odwykowym w Nowym Yorku charakteryzująca się terapią krótkoterminową skoncentrowaną na rozwiązaniu. Podczas terapii spożywanie alkoholu i innych substancji jest zabronione jak i używania telefonów komórkowych. Bohaterka była w grupie zorientowanej na rygorystyczną abstynencję, a złamanie regulaminu groziło wydaleniem z ośrodka i przetransportowaniem do więzienia. Podczas sesji terapeutycznych rodziny pacjentów były aktywnie włączane podczas terapii, otwierając trudne wątki z jakimi zmagali się bohaterowie. Raz w tygodniu pojawiała się siostra Gwen, a także jej chłopak.

Podczas pobytu w ośrodku Gwen zmaga się z zaburzeniem zachowania spowodowanym używaniem substancji psychoaktywnych wg. ICD 10 w tym: alkoholu (F10), papierosów (F18), oraz leków i substancji o działaniu uspokajającym, a także nasennym (F.13).

Na początku jej zachowanie jest buntownicze. Nie sprząta w pokoju, nie udziela się na sesjach terapeutycznych, spożywa przemycone tabletki z zamiarem złagodzenia objawów abstynencyjnych takich jak: psychozy alkoholowej (majaczenia i urojenia), wymiotów, bólu głowy, brzucha i drżenia rąk. Często doznaje uczucia dysocjacji i flashbacków z dzieciństwa, najczęściej przy poruszaniu trudnych tematów bądź gdy znajduje się w ciężkiej emocjonalnie sytuacji. Są nimi wspomnienia matki alkoholiczki, która biła ją i jej siostrę, upijając się przy tym do nieprzytomności.

Gwen doznaje również mechanizmu rozproszonego i rozdwojonego Ja np. gdy wyrzuca przez okno tabletki uspokajające i następnie wychodzi po nie spadając i wisząc na drzewie widzi samą siebie w oknie, pokręcającą głową w dezaprobacie tego jak się desperacko zachowuje. Takiego rozszczepienia doświadcza w ośrodku jeszcze dwukrotnie, za każdym razem robiąc coś niezgodnego z jej sumieniem.

Widać znaczną zmianę w jej zachowaniu podczas zacieśniania więzi z innymi pacjentami, którzy pokazują, że można dobrze bawić się w innych okolicznościach niż imprezowanie i picie alkoholu. Pomagają przy tym zajęcia grupowe ze wspinaczki (które uczą zaufania do drugiej osoby, gdyż jedna osoba trzyma za linę drugą), wspólne spacery, czyszczenie stajni i koni, oraz pogłębianie strony duchowej przez wspólną modlitwę i śpiewanie pieśni religijnych.

Przez odwiedziny jej chłopaka, który sam ma problem z alkoholem, łamie regulamin spożywając przemyconą przez niego substancję wyskokową. Bardzo tego żałuje gdyż na drugi dzień ma jeszcze większe objawy abstynencyjne i prosi terapeutę o drugą szansę, którą dostaje pod warunkiem zakończenia toksycznej relacji. Przewartościowuje swoje życie, a pomagają jej w tym wspomniane wcześniej sesje rodzinne. Siostra przypomina jej fakty z wesela, których Gwen nawet nie pamięta, a są niezwykle upokarzające dla niej jak i dla jej najbliższych. Na początku silnie rozwinięty jest w niej mechanizm iluzji i zaprzeczenia, gdyż wypiera się tego co robiła i mówiła podczas wesela, ale później dociera do niej, że przez nadużywany alkohol tych faktów nie pamięta.

W między czasie umiera jej współlokatorka z pokoju z ośrodka terapeutycznego przedawkowując narkotyki, co uświadczą Gwen w jej zmianie na lepsze i zbliża ją do jej siostry, która przyjeżdża do niej ją pocieszyć. Wychodzi z ośrodka po 28 dniach, zrywa toksyczną relacje z chłopakiem i porządkuje swoje życie służbowe jak i prywatne.