Лекция 22. «Семья с алкогольной зависимостью»

Одним из самых мощных неблагополучных факторов, разрушающих не только семью, но и душевное равновесие ребенка, является пьянство родителей. Оно может оказаться роковым не только в момент зачатия и во время беременности, но и на протяжении всей жизни ребенка. В разное время алкоголь получал различные названия: в средневековой Европе его сначала называли «аква вита» - «вода жизни». Но в дальнейшем беды, которые он принес, заставили назвать его «водой горя» и «водой смерти».

Изучение взрослых психопатических личностей показало, что в их возникновении очень велика роль психических травм раннего детства.

В нашем обществе нет статистических данных о том, сколько человек являются алкоголезависимыми и сколько детей воспитывается в «алкогольных» семьях, хотя совершенно очевидно, что число детей группы риска увеличивается с каждым годом. В этом трагическом процессе немаловажную роль играют неблагополучные семьи, где один или оба родителя подвержены или склонны к алкоголизации. Как отмечают психологи, взрослые в такой семье, забыв о своих родительских обязанностях, целиком и полностью погружаются в «алкогольную субкультуру», что сопровождается потерей общественных и нравственных ценностей и ведет к социальной и духовной деградации. В конечном итоге семьи с химической зависимостью становятся социально и психологически неблагополучными, что проявляется в виде следующих признаков:

- члены семьи не уделяют внимания друг другу, в особенности родители детям; родители плохо относятся к детям, либо вообще их не замечают;
- вся жизнь характеризуется непостоянством и непредсказуемостью, а отношения между членами - ригидностью и деспотичностью;
- члены семьи озабочены отрицанием реальности, им приходится тщательно скрывать неприятные семейные тайны от окружающих;
- в правилах семьи значительное место занимают запреты свободно выражать свои потребности и чувства, используются эмоциональные репрессии.

Жизнь детей в подобной семейной атмосфере становится невыносимой, превращает их в социальных сирот при живых родителей.

Исследователями «алкогольных» семей описано пять основных характеристик, частично совпадающих с приведенными выше. Внимание при этом акцентируется на тех из них, которые больше всего сказываются на личностном становлении ребенка.

- Размытость, нечеткость границ своего "я". Поскольку вся жизнь семьи не упорядочена, непредсказуема, то дети часто не знают, какие их чувства нормальны, а какие – ненормальны, теряют "твердость психологической почвы под ногами". Амбивалентность касается многих сторон жизни семьи. Это приводит к нечеткости границ личности.

- Отрицание. Многое в жизни алкогольной семьи построено на лжи, поэтому ребенку бывает трудно распознать правду. Взрослые пытаются отрицать негативный характер событий, происходящих в семье, из-за чего ребенок перестает понимать, что на самом деле совершается вокруг него.
- Непостоянство. Поскольку потребности ребенка удовлетворяются от случая к случаю, не в полном объеме, и он испытывает дефицит внимания к себе со стороны взрослых, то у него появляется закономерное желание того, чтобы им занимались. Он пытается привлечь внимание к себе любыми доступными способами, включая различные формы отклоняющегося поведения.
- Низкая самооценка. Система воспитания в такой семье заставляет ребенка поверить в то, что он в какой-то степени виноват в происходящем. Все это произошло потому, что он был недостаточно хорошим, совершил много ошибок. В конце концов, он заслуживает все то плохое, что с ним приключается. Так постепенно утрачивается самоуважение, а вина взрослых проецируется на себя.
- Недостаток информации о том, как функционируют здоровье семьи, в которых создаются подходящие условия для духовного роста, что позволяет каждому члену семьи иметь свои границы, уважаемые всеми. По-другому существует семья с алкоголезависимыми членами: атмосфера в ней нестабильная, поскольку алкоголизм забирает много энергии, которая в норме направляется на поддержание благоприятного психологического климата и на создание здоровой окружающей среды для самореализации и самосовершенствования личности.

Как известно, своеобразным индикатором психологического климата семьи является эмоциональное состояние и поведение матери (жены). Естественно, она не может оставаться безучастной к тому, что происходит с ее мужем, отцом детей, болезненно переживает трагедию семьи и живет в постоянном страхе, что с кем-то из близких может случиться беда. Совместная жизнь с больным алкоголизмом приводит к серьезным характерологическим сдвигам у жены, комплекс которых обозначается специалистами таким термином, как созависимость.

Созависимость определяют как эмоциональное, психологическое и поведенческое состояние, развившееся в результате длительной подверженности стрессу и использования подавляющих правил, которые не позволяют открыто выражать свои чувства, а также прямо обсуждать личные и межличностные проблемы. Главная характеристика созависимости - направленность личности вовне, что обусловлено ее заниженной самооценкой. Созависимыми могут быть как жены, так и любые другие

члены семьи больного алкоголизмом и даже его близкие друзья. Сам больной зависит от алкоголя, а те, кто живет рядом с ним, зависят от его состояния.

Как же проявляется созависимость в алкогольной семье? Какие сферы ее жизнедеятельности затрагиваются в первую очередь. Каковы характерологические особенности созависимых членов семьи?

Во-первых, созависимые супруги не знают, где кончается личность одного и начинается личность другого. У жен размыты границы своего Я (в семье больного алкоголизмом вообще никто не знает своих границ), потому что вся жизнь вертится вокруг больного, и каждый воспринимает его проблемы как свои собственные. При этом всех заботит вопрос о том, какое впечатление созависимые члены семьи производят на окружающих. По этой причине кто-то из них, чаще всего жена, берет на себя всю ответственность за происходящее в доме, предполагая свою независимость в семье.

Во-вторых, созависимый член семьи может сознательно принять на себя роль страдальца, который вынужден безропотно нести свой крест ради сокрытия пьянства другого от окружающих и сохранения семьи. Например, жена верит в то, что страдает за святое дело, и считает себя героиней. Вера помогает ей длительно сохранять и поддерживать ситуацию, разрушительный характер которой для семьи очевиден всем. В ущерб детям, жены-страдалицы тратят много энергии на заботу о пьющем муже, ведут без него хозяйство и извиняются за проявляемые им вспышки недовольства и агрессии. Параллельно с этим они пытаются контролировать мужей моральными упреками, скандалами и придирками. Затем начинают действовать - прятать алкоголь, изымать деньги и стараются организовать досуг, увлечь мужа каким-то занятием, чтобы отвлечь от пагубного пристрастия. Они надеются (даже уверены!), что их усилия увенчаются успехом, и думают, что дети воспринимают семейную ситуацию так, как им приказала мать. Но обычно подобный контроль не приводит к желаемому результату, пьянство мужа не прекращается, что расценивается женой как ее собственное поражение, а повторяющиеся поражения усугубляют депрессию.

В-третьих, созависимые жены вовлечены в процесс сокрытия правды. Они заботятся только о том, чтобы их семья производила внешне благоприятное впечатление. По этой причине скрывают свои истинные чувства перед окружающими: они усвоили, что на виду им можно испытывать только положительные переживания, и на экспрессивном уровне демонстрируют их, чтобы поддержать имидж всем довольной и счастливой женщины. Естественно, что подобная игра в неадекватность не может пройти бесследно. В результате созависимые жены легко верят всему, особенно, если сказанное совпадает с желаемым (например, что муж бросит пить и положение семьи улучшится). Они видят, лишь то, что хотят видеть, и слышат только то, что хотят слышать. Нечестность близко соприкасается с утратой моральных принципов, потому что обманывать себя (как и других) - это всегда деструктивный, разрушительный процесс, как для себя, так и для других. Обман - своеобразная форма духовной деградации.

В-четвертых, созависимая жена, поглощенная заботой о пьющем муже, забывает о детях, которые больше, чем муж, нуждаются в ее участии и поддержке. Свое предназначение она видит в том, чтобы в одиночку "тащить семейный воз": изо всех сил стремится содержать в порядке дом, одеть и накормить детей, но эмоционально остается для них недоступной. Вся ее энергия ушла на решение бытовых проблем, а на решение таких задач (в ее понимании второстепенных), как выслушивание и просто пребывание рядом с детьми, у нее не остается ни времени, ни сил.

В-пятых, многие поступки созависимых жен мотивированы страхом: они полны тревожных предчувствий, вечного ожидания плохого, потому что действия больных алкоголизмом непредсказуемы. В этих условиях из-за опасений, что с их близкими случится что-то неприятное или трагическое, они усиливают свой контроль, становясь все более ригидными.

В свою очередь ригидность может проявляться в нескольких разновидностях: на когнитивном уровне укладывается в дихотомии: или – или: все или ничего, любовь – ненависть и т.д. Поведенческая ригидность выступает как негибкость (стереотипность) ежедневных, рутинных действий. Духовная (моральная) ригидность предполагает, что все оценки лежат в плоскости хорошего - плохого, а стандарты ожидаемого поведения абсолютны. Эмоциональная ригидность сказывается в том, что созависимые имеют тенденцию попадать в ловушку одного единственного чувства (например, вины, гнева, жалости). Общеизвестна также ригидность ролевых функций в семьях больных алкоголизмом. На этом фоне у созависимых супругов появляется склонность судить и осуждать других.

Семейная атмосфера, отягощенная обстоятельством наличия в доме пьющего, усугубляется еще и указанными выше психологическими характеристиками созависимых членов, в первую очередь жены. Ригидность мыслей, чувств, форм поведения исключает разнообразие оттенков, плавных переходов, существующих между крайностями. В силу этого супружеские отношения также тяготеют к крайностям, во многом зависят от ситуации: супруги легко переходят от любви к ненависти, от подъема настроения к депрессии, от эмоционального отчуждения к интимности. Подобные взаимоотношения между супругами не могут не сказаться на личности детей, которым трудно уловить и понять смысл резко меняющихся отношений родителей друг к другу и к ним. Все это еще больше усугубляет проблему дисфункции семьи, для решения которой ни один из супругов не предпринимает действенных мер. Кроме того, как отмечают специалисты, созависимый супруг со временем по своим психологическим характеристикам становится все больше похожим на больного алкоголизмом (не случайно созависимых жен называют «сухими алкоголиками»), является почти что его зеркальным отражением.

Известно, что больные алкоголизмом часто используют отрицание как примитивный механизм защиты. В частности, пьющий муж отрицает

причинную связь между своим пьянством и теми проблемами, которые возникают в результате этого. Созависимая жена также не видит связи между алкоголем и семейными проблемами. Она не может постичь, что ее собственное поведение усугубляет дисфункцию семьи. Отрицание этого сопряжено с большим психическим напряжением и может вызывать острые чувства замешательства, вины, тревоги, ярости. Как пьющий не хочет, чтобы его расценивали как алкоголика, так и жена не желает быть признанной жертвой. Поэтому ни тот, ни другой не склонны искать информацию об алкоголизме, его вреде для здоровья и возможных путях и средствах избавления от алкогольной зависимости, поскольку это значило бы признать наличие у себя таких проблем.

Психологическое сходство созависимости и алкоголизма ученые видят также в том, что:

а) каждое из этих состояний представляет собой первичное заболевание;

б) и то, и другое состояние приводит к ухудшению и деградации в соматической, психической, эмоциональной и духовной сферах;

в) без вмешательства в течение каждого из состояний оно может привести к преждевременной смерти;

г) выздоровление от созависимости требует системного сдвига на характерологическом уровне.

Близость состояний пристрастия к алкоголю и созависимости проявляется в том, что в обоих случаях человек теряет энергию, здоровье, способность трезво мыслить и адекватно переживать. Свои усилия каждая из сторон направляет в непродуктивное русло: пьющий муж озабочен навязчивыми мыслями о прошлой или будущей выпивке, а созависимая жена так же навязчиво думает о том, как проконтролировать его поведение. В результате подобной «симбиотической связи» у обоих возможно появление сходных соматических расстройств в виде нарушения деятельности органов пищеварения (чаще всего - колиты и язвенная болезнь желудка), головных болей, гипертензии и др. Даже похмельный синдром имеет свой эквивалент созависимости: повторный брак с больным алкоголизмом. Как больной ищет алкоголь, чтобы облегчить симптомы похмелья, так и созависимая жена, оставившая привычное для себя окружение, вновь возвращается в такую же среду (к этому или другому мужу-алкоголику), чтобы смягчить проявления синдрома лишения.

С учетом того, что созависимость, как и алкоголизм, оказывает деструктивое (разрушающее) воздействие на личность, с ней необходимо бороться. Но при этом важно уметь распознавать состояние созависимости среди подобных ему, так как проявления его довольно разнообразны и во многом схожи с внешней симптоматикой других психических, соматических и эмоциональных состояний. Критерии распознавания созависимости:

1. Индивид на протяжении длительного периода в прошлом подвергался или все еще подвергается воздействию высокострессовой семейной

ситуации (зависимость члена семьи от алкоголя, наркотиков; могут быть и другие стрессы).

2. Индивид сообщает о наличии, либо у него наблюдается проявление не менее 5 из следующих 8 признаков:

• страх (постоянная занятость проблемами других; непреходящая тревога, неприятные предчувствия; избегание риска во взаимоотношениях, связанное с недоверием к людям; контролирующее поведение; сверхответственность; попытки манипулировать поведением других, в особенности «питейным» поведением);

• стыд /вина (непреходящее чувство стыда как за свое поведение, так и за поведение других; изоляция, чтобы скрыть «позор семьи»; ненависть к себе; фасад превосходства и вызывающей грубости для прикрытия пониженной самооценки);

• затянувшееся отчаяние (отчаяние и безнадежность в отношении изменения ситуации; пессимистический взгляд на мир; низкая самооценка и чувство поражения в жизни, что не соответствует реальным достижениям);

• гнев (постоянное чувство гнева на больного, на всю семью и на себя; страх потерять контроль в гневе; гнев, распространяющийся на все на свете; пассивно-агрессивное поведение, особенно в отношении больного алкоголизмом);

• отрицание (упорное отрицание источника семейных бед; настойчивая минимизация тяжести проблем; оправдание, защита пьющего от негативных последствий);

• ригидность – затрудненность в изменении намеченной программы собственной жизни и деятельности (когнитивная ригидность; поведенческая ригидность, включая ролевую негибкость; ригидность морально-духовных принципов; эмоциональная ригидность – доминирование единственного аффекта (вина, жалость к себе, гнев и растерянность);

• нарушение идентификации собственных потребностей (утрата способности заявлять о своих нуждах и заботиться об их удовлетворении; трудности в определении границ своего духовного Я; личная зависимость от социального окружения, необходимы другие для подтверждения самоценности, страх быть брошенной, беспокойство о том, что подумают другие);

• смещение понятий (сомнения относительно того, что же является нормальным и может быть реальным; тенденция неверно распознавать и

обозначать чувства; легковерие, доверчивость; нерешительность, амбивалентность).

Психология ребенка из алкогольной семьи.

Таким образом, созависимость возникает в ответ на затянувшуюся стрессовую ситуацию в семье и приводит к страданиям всех членов семейной группы. Особенно уязвимыми в этом плане являются дети. Отсутствие необходимого жизненного опыта, неокрепшая психика - все это приводит к тому, что царящая в доме дисгармония, ссоры и скандалы, непредсказуемость и отсутствие безопасности, а также отчужденное поведение родителей глубоко травмируют детскую душу и последствия этого морально-психологического травмирования зачастую накладывают глубокий отпечаток на дальнейшую жизнь.

Известный детский психиатр М. И. Буянов по этому поводу замечает, что нет такой семьи, в которой бы пьянство одного или обоих супругов не приводило к беде. В качестве примера он приводит исследовательские данные, полученные американским врачом при изучении психических особенностей 500 взрослых людей, родители которых страдали алкоголизмом. Все эти 500 человек сами часто становились хроническими алкоголиками. Риск заболеть у них был куда выше, чем у тех, чьи родители не злоупотребляли спиртными напитками. Кроме этого, практически у всех их был нарушен жизненный уклад. Общим для всех обследованных было то, что они затруднялись в принятии любых решений, были склонны ко лжи, отличались пониженной самооценкой, слаборазвитым чувством юмора, имели трудности в интимных отношениях. Самое главное - все они стремились плыть по течению, вести себя как все, подстраиваться под окружающих. Они не управляли обстоятельствами, а превращались в их рабов. Все это подавляло в них индивидуальность, творческое начало, приводило к сомнениям, и они требовали от окружающих подтверждения правильности своих поступков. Большинство из них нуждались в поддержке, одобрении, успокоении. Таким образом, дети пьющих родителей составляют генетическую группу риска по развитию алкоголизма и наркомании. Кроме того, дети из алкогольных семей несут в себе комплекс психологических проблем, связанных с определенными правилами и ролевыми установками такой семьи, что тоже ведет к возможному попаданию их в группу социального риска. Ребенок, чтобы выжить в подобной семье, должен неизбежно усвоить сложившиеся в ней формы поведения, которые в большинстве случаев расходятся с социально приемлемыми вариантами. В семьях с химической (алкогольной) зависимостью, по мнению специалистов, вырабатываются три основных правила или стратегии, которые передаются от взрослых к детям и становятся их жизненным кредо: «не говори», «не доверяй», «не чувствуй».

Дети боятся «высовываться» и просить о помощи из-за клейма, связанного с пьянством или другими наркотическими проблемами, а также из-за того, что они чувствуют себя предателями по отношению к своей семье. Даже дома они не могут говорить об истинном положении вещей. Кроме того, они учатся не доверять из-за несдерживаемых обещаний, непостоянства, вербального, физического и даже сексуального насилия, объектом которого они не редко являются. Дети настолько привыкли к обману и предательству, что научились подозрительности.

Третье правило – «не чувствуй» - естественным образом вытекает из первых двух. То, что происходит с ними, может быть больно, грязно, стыдно и безнадежно. Но вместо того, чтобы чувствовать эту острую боль, маленькие люди учатся тому, как ее притуплять. Они вынуждены учиться прятать, отрицать или игнорировать свои чувства. Дети уже в раннем школьном возрасте прекрасно умеют отстраняться от своих чувств и мыслей по поводу происходящего в семье, убеждая себя и окружающих в том, что у них все благополучно. Но, пожалуй, наиболее уязвимыми в этом плане они становятся в подростковом периоде. Как считают специалисты, подросток не только глубоко переживает трагедию, обусловленную пьянством родителей, но часто и сам пытается найти ключ к решению семейных проблем в алкоголе. Вследствие этого довольно быстро и остро протекает процесс разрушения, деградации его личности, который по своему проявлению сходен с нарушениями психического здоровья (в частности, с некоторыми формами шизофрении). Подросток становится грубым, черствым, злобным по отношению к самым близким людям, его эмоциональное развитие резко тормозится, появляется равнодушие, опустошенность, нарастает вялость, апатия, нежелание что-то делать, к чему-то стремиться и вместе с тем рождается агрессивность, склонность к антиобщественным, немотивированным поступкам.

Естественно, вышеуказанные характерологические изменения личности ребенка и подростка появляются не сразу, а формируются постепенно под влиянием жизненного уклада алкогольной семьи и особенностей поведения пьющих взрослых. Опыт работы практических психологов с такими семьями и воспитывающимися в них детьми показал, что отклонения в психическом развитии и становлении личности ребенка в значительной степени обусловлены общей семейной атмосферой. Волей-неволей он оказывается втянутым в решение многих семейных проблем и вместе со взрослыми несет груз ответственности за то, что происходит в доме. Все это не может не отразиться на особенностях его мировосприятия, чувств и поведения.

Зарубежными авторами, занимающимися изучением проблем детей из алкогольных семей, выделен ряд семейных условий (структурные компоненты психологического портрета ребенка из алкогольной семьи), которые больше всего влияют на характер становления личности. Считаем, что подобные обстоятельства (образ жизни) свойственны и российской семье

с алкоголезависимыми членами. Поэтому остановимся на их описании боле подробно.

1. «Этот ужасный секрет семьи». В алкогольной семье родители пытаются скрыть от детей все плохое, что связано с пьянством, хотя сделать это достаточно трудно. Поэтому вся семья вынужденно играет роль вполне благополучной, сокрытие семейных проблем становится образом жизни. Вследствие этого дети оказываются жертвами двойного стандарта: с одной стороны, они видят и понимают, что происходит в их семье на самом деле, а с другой – боятся открыто говорить об истинном положении вещей и о своих проблемах не только с окружающими людьми, но и с близкими, становятся замкнутыми. Хотя секрет семьи со временем раскрывается, дети уже привыкают жить в мире мнимого благополучия и не видят правды, потому что их никто не учил быть открытыми по отношению своим проблемам и чувствам.

2. «Жизнь в укрытии». По мере взросления дети начинают понимать, что люди осуждают пьянство и особенно пьющих родителей. Поэтому всеми силами они стремятся скрыть позор своей семьи от соседей и сверстников, не могут обсуждать интересующие их вопросы с друзьями и учителями из-за боязни, что те посоветуют им обратиться за разъяснением к родителям и таким образом страшная семейная тайна станет известна многим. Привычка к сокрытию обусловливает необходимость игнорировать реальность. В этих условиях секретность, увертки, обман становятся неотъемлемыми компонентами жизни, открытие коммуникации перестают существовать не только в семье, но и за ее пределами. Подозрительность и злобность не позволяют членам семьи открыто проявлять свои положительные переживания, поэтому в семьях такого рода не практикуются эмоционально теплые объятия, там не знают истинной цены разделенного горя или радости, нет взаимной поддержки и любви. Вместо этого - вечные трения, недоверие и скептицизм, которые порождают зависть и ревность. Чем больше секретности, тем больше запутанности, вины, борьбы, конфликтов и ссор, разъединения членов семьи, психологической изоляции и одиночества. Ребенок, вынужденный жить в таком окружении, не находит этому объяснения и поэтому вместо гарантированной защищенности чувствует себя небезопасно в родительском доме.

3. «Что же реально». Ребенку с раннего детства приходится наблюдать несоответствие между тем, что происходит в доме, и тем, что говорят ему взрослые. Подобное противоречие порождает недоверие ко всему, что его окружает, и к самому себе. Желание навести порядок, сделать так, чтобы в семье появился комфорт, а вместе с ним - чувство

надежности и безопасности, не получает своего реального воплощения. Ребенок чувствует свое бессилие и потому, не видя выхода из создавшейся ситуации, испытывает страх, тревогу, опасные предчувствия и впадает в состояние фрустрации.

4. «Послания с двойным смыслом». Живущий в алкогольной семье ребенок довольно часто слышит такое, что содержит в себе противоречивый смысл. Подобные обращения к детям называют смешанными посланиями или информацией с двойным смыслом. Например, мать говорит ребенку: «Я тебя люблю, иди, гуляй, не мешай мне работать». Если бы была произнесена только первая часть высказывания «Я тебя люблю», ребенку было бы ясно, какие чувства матери к нему обозначают эти слова. Но услышанное послание в целом заставляет его думать о том, что матери вообще не до него, ее заботы связаны с чем-то другим. И как при этом она может его любить? Он находится в смятении, не знает, в какую часть послания можно верить. Парадоксальна также ситуация, когда родители требуют от ребенка говорить только правду, а сами всеми силами пытаются скрывать от окружающих то, что на самом деле происходит в семье. Еще большим парадоксом для ребенка является его взаимоотношение с пьющим родителем (отцом). В трезвом виде отец бывает внимательным, ласковым, заботливым, а в состоянии алкогольного опьянения становится агрессивным, злым и даже жестоким. Ребенку трудно разобраться, каков его отец на самом деле добрый или злой, и поэтому он не может поверить в «плохого папу», пытается отрицать правду, связанную с его скверным поведением. Амбивалентное отношение к отцу в зависимости от его состояния побуждает ребенка испытывать тягостные переживания по поводу того, что окружающие, да и сам отец могут это заметить. Подобная двойственность чувств, испытываемых по отношению к пьющему отцу, изматывает ребенка, может привести даже к нервному истощению.
5. «Борьба, конфликты, ссоры». В алкогольных семьях родители часто выясняют свои отношения в присутствии детей, не стесняясь в выражениях и действиях. Ссоры и постоянное выяснение отношений, как на вербальном уровне, так и сопровождаемые физической агрессией, оказывают на ребенка психотравмирующее воздействие. Часто в родительских конфликтах он видит свою вину и ищет решения семейной проблемы внутри себя. Кроме того, постоянно наблюдаемые споры, пререкания, жалобы взрослых друг на друга приводят к тому, что дети усваивают подобный стиль взаимоотношений между людьми вообще (особенно это касается мальчиков). Иногда в подобных ситуациях дети ищут поддержки друг у друга, что способствует формированию привязанности между ними и в то же время еще больше усиливает неприязнь к пьющим и скандалящим родителям.

6. «Страхи, тревожные предчувствия». Как уже отмечалось нами выше, поведение людей, употребляющих алкоголь, отличается непредсказуемостью. Часто под влиянием алкоголя активизируются низменные чувства человека. Родители могут использовать агрессивные угрозы для демонстрации своей силы. Все это делает атмосферу в семье тревожной и тягостной. Поэтому дети живут в постоянном страхе и ожидании неприятностей, связанных с поведением пьяного родителя. Они опасаются, что по возвращении домой их встретит разбушевавшийся отец, и поэтому часто предпочитают проводить время вне дома. Психологи выделяют побеги детей из дома как защитное поведение на постоянно переживаемый страх и осознанную реакцию протеста в ответ на грубые действия пьяного отца. Задерживаясь вне дома, дети пытаются уберечь себя от того кошмара, который там происходит. Поэтому как бы ни были напряжены отношения детей с родителями, родители никогда не должны выгонять ребенка из дому, не должны отказывать ему в этом его самом последнем и самом надежном пристанище. К сожалению, это не всегда понимают взрослые, особенно те, чье сознание затуманено алкогольными парами. Поэтому пьющий отец нередко приводит домой собутыльников и вместе с ними бранится и хулиганит. Когда жена делает им замечания или как-то протестует против их прихода, муж выгоняет ее с ребенком из дома, невзирая на непогоду. Ни плач, ни мольба, ни уговоры ребенка не останавливают его. И это повторяется неоднократно, ребенок живет в постоянном страхе, что отец возвратится домой в состоянии опьянения и ситуация возобновится. И поэтому начинает убегать сам, если отец приходит пьяным. Так появляется никогда не покидающий детскую душу страх за будущее, который с годами не затихает, а все больше углубляется, вынуждая ребенка жить под гнетом плохих предчувствий и в постоянном ожидании жизненных катастроф.
7. «Разочарования». В алкогольной семье взрослые привыкают к невыполнению своих обещаний. Первоначально дети реагируют на это очень болезненно, их угнетает такая безответственность родителей. Но приученные скрывать свои чувства даже от самых близких людей, они никогда не рассказывают о своих переживаниях, а просто перестают ждать обещанного. Однако для формирования их личности подобное отношение родителей не проходит бесследно. В душе дети считают, что родители совершили предательство, и поэтому перестают доверять всем, кто их окружает. Подобные детские разочарования по поводу невыполненных обещаний приводят к тому, что даже взрослыми выходцы из алкогольных семей продолжают предчувствовать разочарования и никому ни в чем не доверяют, оставаясь социально незрелыми и инфантильными.

8. «Слишком быстрое взросление». Наряду с негативными условиями формирования личности ребенка в алкогольной семье условно можно выделить такой позитивный момент, как более быстрое взросление (по сравнению с детьми из благополучных семей). В силу сложившихся в семье обстоятельств, связанных с пристрастием к алкоголю кого-то из родителей (а иногда и обоих), старшие дети вынужденные брать на себя их функции по решению материально-бытовых проблем и оказанию поддержки младшим братьям и сестрам. К тому же они вынуждены заботиться и о пьющих родителях и прикрывают дезорганизацию семейной жизни. Несвойственная возрасту забота ребенка о семье, вынужденно взятая на себя родительская роль не позволяет ему испытать детские радости. Понимать это они начинают, только став взрослыми. Им трудно адаптироваться как в широкой социальной среде, так и в своей собственной семье, потому что они привыкли жить в режиме постоянного жертвоприношения и ощущают себя "псевдовзрослыми". Как оказалось, у них не было возможности быть детьми: они не умеют играть, не понимают легкомыслия, не умеют наслаждаться жизнью. Иногда жизнь окружающих людей становится рядом с ними невыносимой. Взросление детей из алкогольных семей было вынужденным, и они не научились делиться своими переживаниями. Внутренняя замкнутость и постоянное ожидание одобрения за свои действия и поступки, которого в детстве не довелось дождаться от собственных родителей, приводят к немотивированным вспышкам гнева и злости, если одобрение не приходит. Дети вырастают и начинают мстить за свое поруганное детство, коверкая жизнь другим, - эстафета ненависти и жестокости продолжается. Жестокость родителей порождает жестокость детей. Такие люди живут с чувством, что их обокрали, и проецируют свое недовольство на тех, кто рядом с ними.
9. «Оскорбления и унижения, включая явное и скрытое сексуальное насилие». Пьющие родители утрачивают внутренний контроль за своим поведением. Они могут проявлять физическое насилие по отношению к детям, не чувствуя и не соизмеряя свою силу, невольно травмировать ребенка или даже нанести ему увечье. Довольно распространенными в алкогольных семьях являются формы наказания, унижающее человеческое достоинство: лишение ребенка пищи, одежды, запирание не долгое время в непроветриваемом помещении (например, в туалете или ванной комнате), публичная порка и др.

   Многие дети, особенно девочки, подвергаются сексуальным оскорблениям со стороны пьющего отца. Явная и скрытая сексуальная агрессия к детям – довольно частое явление в семьях с больным алкоголизмом. Последствия этой агрессии проявляются в виде глубоких психологических травм, сказывающихся на всей последующей жизни подвергшегося сексуальному насилию человека и

особенно, когда это произошло в своей семье. Даже став взрослым, такой ребенок продолжает переживать вину, стыд, ненависть к себе, отчаяние, роль жертвы во всех жизненных ситуациях, пассивность, часто впадает в депрессию.

10. «Заброшенный ребенок». Склонные к алкоголизации родители не проявляют должного внимания к своим детям. Даже если в семье только один родитель пьющий, второй, становясь созависимым, всю свою энергию направляет на решение проблем больного алкоголизмом, а дети остаются предоставленными самим себе. Часто в алкогольных семьях детям не обеспечен даже элементарный уход, что представляет серьезную угрозу их физическому и психическому здоровью. Эмоциональным потребностям также не уделяется должного внимания. Результат родительского игнорирования очень скоро начинает проявляться в неумении детей понимать состояние другого человека, сочувствовать и сопереживать ему. Они не усваивают элементарных родительских обязанностей, что затрудняет их адаптацию в будущей собственной семье. Взрослые дети алкоголиков в качестве родителей всячески стремятся показать свою любовь, совершая «правильные» поступки, предполагая, что в этом случае дети больше оценят их родительские чувства, хотя на самом деле в их отношениях отсутствует задушевность, нет подлинной свободы выражения чувств и открытой любви.

11. «Заниженная самооценка, недостаток самоуважения». Отсутствие заботы и внимания со стороны родителей способствует формированию пониженной самооценки. Причину отсутствия родительской любви дети начинают искать в себе и приходят к выводу о том, что они ее недостойны. Прежде, чем ребенок утвердится в своей самоценности, необходимо, чтобы первоначально это заметили и отметили значимые для него люди. Таковыми для него в первую очередь являются родители. Поэтому он оценивает себя так, как оценивает его они. Кроме того, он переживает чувство вины, стыда за семью, что проявляется в виде недостаточного сознания чувства собственного достоинства.

12. «Жизнь в мире фантазий. Мифы, помогающие выжить». Реальная действительность, с которой соприкасаются дети алкоголезависимых родителей, доставляет им массу неприятных переживаний, от которых они пытаются уйти в мир фантазий. Чаще всего фантазии связаны с ситуациями, типа «Что, если бы мой отец (моя мать) всегда были трезвые…» С одной стороны, дети фантазируют по поводу того, что жизнь их была бы совсем иной, если бы они родились в иное время, в другой семье и т.д. С другой стороны, - фантазии эти, ориентированные на счастливый конец, часто содержат мысли о смерти родителей как возможном варианте избавления от всех бед, связанных с их пьянством. В результате подобного фантазирования у

детей могут складываться искаженные представления об окружающем мире и своем месте в нем. Это толкает их к мифотворчеству, главными мотивами которого, по мнению специалистов, могут быть следующие:

1) причину родительского пристрастия к алкоголю ребенок видит в себе: если он изменится в лучшую сторону, то родители перестанут пить;
2) переживают чувство социальной дискриминации, считают, что они не такие, как все, что вносит психологический дискомфорт в их существование;
3) иллюзорно представляют себя хозяевами создавшегося положения, считают, что могут контролировать обстоятельства, однако что-то изменить в семейной ситуации не могут. Невозможность реализовать миф о своем всесилии порождает чувство вины, неопределенность и безнадежность. Попытка сдержать пьянство родителей всегда заканчивается неудачей, контроль обстоятельств не удался, и ребенок еще сильнее винит себя за неспособность что-либо изменить в своей жизни;
4) ожидают кого-то, кто сможет изменить ситуацию в семье в лучшую сторону. Этот миф появляется на основе чувства собственного бессилия, он снимает вину с ребенка и возлагает ее на какую-то внешнюю силу. Здесь появляется призрачная надежда, однако она блокирует внутреннюю активность, и члены семьи ничего не предпринимают, чтобы исправить положение. Ожидание помощи извне, отказ действовать, стагнация могут привести ребенка к депрессии.

Фантазирование и мифотворчество детей не является чем-то необычным или патологическим, это присуще всем детям. Поэтому склонность к фантазированию детей в алкогольных семьях можно было бы рассматривать как закономерную особенность детской психологии. Но довольно часто фантазии и мифы замещают реальность, используются взамен действительности. Тогда способность быть хозяином своей судьбы не возрастает, а уменьшается, ребенок приучается «плыть по течению».

Таким образом, алкоголизация родителей приводит не только к душевной травматизации детей, но и серьезным образом сказывается на формировании их личности, негативные последствия которого ощущаются всю жизнь. Важнейшие особенности процесса взросления детей из алкогольных семей заключается в том, что:

- дети вырастают с убеждением, что мир – это небезопасное место и доверять людям нельзя;
- дети вынуждены скрывать свои истинные чувства и переживания, чтобы быть принятыми взрослыми;
- дети чувствуют эмоциональное отвержение взрослых, когда по неосмотрительности допускают ошибки, когда не оправдывают

ожидания взрослых, когда открыто проявляют свои чувства и заявляют о своих потребностях;

- дети, особенно старшие в семье, вынужденно берут на себя ответственность за поведение других людей. Их часто осуждают за действия и чувства их родителей;
- родители не разделяют чувств и поведения ребенка, и осуждение, направленное на поступки, отрицательно оценивает его личность в целом;
- дети чувствуют себя позабытыми, брошенными и никому не нужными;
- родители могут не воспринимать ребенка как отдельное существо, обладающее своей собственной ценностью, могут считать, что ребенок должен чувствовать, выглядеть и делать то же, что и они;
- самооценка родителей может зависеть от поведения ребенка. Родители могут относиться к ребенку, как к равному взрослому, не давая ему возможности быть ребенком;
- чувства, которые когда-то возникли у ребенка в ответ на ситуацию в семье, становятся движущими силами его дальнейшей жизни. Это вина, страх, обида, злость. Вырастая, дети алкоголиков не осознают этих чувств, не знают, в чем их причина и что делать с этими чувствами. Но именно сообразно с ними они строят свою жизнь, свои отношения с другими людьми, с алкоголем и наркотиками. Дети переносят свои душевные раны и опыт во взрослую жизнь, часто становясь химически. И вновь появляются те же проблемы, что были в доме их пьющих родителей;
- семья с алкоголезависимыми родителями опасна своим десоциализирующим влиянием не только на собственных детей, но и распространением разрушительного воздействия на личностное становление детей из других семей. Как правило, вокруг таких домов возникают целые компании соседских ребят, благодаря взрослым они приобщаются к алкоголю и криминально- аморальной субкультуре, которая царит в среде пьющих людей.