

## **!Консультации для родителей**

### **Тема: «Ребёнок в алкогольной семье»**

Употребление спиртных напитков не только мужчинами, но и женщинами приводит к рождению детей с различными отклонениями в психическом и физическом развитии (задержка роста, характерная лицевая аномалия, мозговая дисфункция и др.)

В современной России появился и так называемый пивной алкоголизм. При этом употребление слабоалкогольных напитков, популярных в молодёжной среде, приводит к заболеванию алкоголизмом точно так же, как и при употреблении крепких спиртных напитков. По данным социологов в результате агрессивной рекламы пик массового употребления пива в России сместился с возрастной группы 16 – 18 лет на 13 – 15 лет, что сильно влияет на психическое и физическое здоровье подрастающего поколения и их будущую способность к полноценному деторождению.

При этом в средствах массовой информации всё активнее пропагандируются различные мифы. Например, миф о том, что алкоголизм является национальной чертой российского народа или что малые дозы алкоголя не приносят вреда будущим мамам. Однако практика это опровергает.

В дохристианской Руси были известны только малоалкогольные напитки, какие, как брага, медовуха или Сурица (настой целебных трав на ключевой воде с мёдом крепостью 2-3- градуса). При этом в Древней Руси существовала годовая норма употребления хмельных напитков. Так, в дни празднования осеннего и весеннего равноденствия мужчинам, достигшим 32 лет и выполнившим свой долг перед родом, то есть имеющим не менее 9 здоровых детей, разрешалось торжественно испить одну чарку Сурицы, пива или браги. Мужчинам в возрасте 48 лет и имеющим не менее 16 здоровых детей, разрешалось выпить две чарки. Женщины даже подумать не могли об этом.

В 19 веке известный психиатр Б.А. Морель провёл наблюдение за четырьмя поколениями одной семьи, больными хроническим алкоголизмом, и пришёл к заключению, что эта патология способствует вырождению. В первом поколении он обнаружил нравственную испорченность, приверженность к спиртному, во втором – обычное пьянство, в третьем – ипохондрию, меланхоличность, склонность к самоубийству, в четвёртом – умственную отсталость, идиотизм, бесплодие и другие аномалии. Таким образом, был сделан вывод: алкоголизм – болезнь семейная.

В 20 – м веке учёные установили предрасположенность к алкоголизму. Так, однояйцовые близнецы – дети алкоголиков – в большинстве случаев становятся алкоголиками независимо от того, в какой семье они воспитываются: благополучной или неблагополучной (Г.В. Страшенбаум).

Особо вреден алкоголь при беременности; наиболее опасный период – в первые восемь недель, когда закладываются основа нервной системы и органы будущего человека. Не менее опасно для ребёнка грудное вскармливание матерью, регулярно употребляющей спиртные напитки. Алкоголь, поступая через молоко, разрушает мозг с младенчества.

В середине 50 – х годов 20 – го века в головном мозге человека были открыты центры удовольствия, стимуляция которых вызывает эйфорию. По данным американского нейрофизиолога Джеймса Олдса в обычных условиях подобные ощущения подкрепляют адаптивное поведение и облегчают перенесение невыносимой боли, например в случае травмы. У детей алкоголиков эти центры не получают достаточной активации в повседневной жизни. С рождения у них наблюдается синдром дефицита удовольствия. Дети с этим синдромом постоянно испытывают скуку, источником острых ощущений для них становятся гиперактивность, непослушание, лживость и агрессивность.

Исследования Е.Н. Масюковой показали: даже если ребёнок из алкогольной семьи не имеет явно выраженных соматических нарушений, у него наблюдается отставание в интеллектуальной, эмоциональной,

коммуникативной и поведенческой сферах. Так, игры детей 2 – 4 лет однообразны и примитивны. Из игрушек они предпочитают шумящие, свистящие, гремящие. Во время игры у них часто меняется настроение: оживление переходит в плач и крик. Дети не проявляют никакого интереса к книгам. Они не могут сфокусировать своё внимание даже на ярких картинках и отвлекаются на любые раздражители. В то же время нередко проявляется инертность психических процессов, то есть «застывание» на одном и том же действии.

Навыки опрятности, самообслуживания не были сформированы ни у одного ребёнка в возрасте от 1 года до 4 лет. Многие стремились получить пищу из бутылочки с соской, часто грызли пустышки, игрушки, ногти. При утомлении их движения были стереотипны: раскачивание из стороны в сторону, перекачивание с боку на бок и т.п.

У детей алкоголиков в большинстве случаев наблюдается задержка в развитии речи. До 2 – 2,5 лет она носит лепетный характер, и только в возрасте 3 лет появляются отдельные слова, структура которых аморфна и аграмматична.

Наблюдаются отклонения и в поведенческой сфере. Ограниченные в средствах общения с окружающими людьми, такие дети нередко отстаивают свою точку зрения криком, плачем, агрессивным поведением или, наоборот, чрезмерной ласковостью, прилипчивостью, излишней ненормальной привязанностью. В результате с 4 – 8 лет у ребёнка начинает формироваться социальная дезадаптация. Чрезмерная импульсивность, аффектная взрывчатость не позволяют детям завоевать симпатии сверстников и занять устойчивую позицию в коллективе. При этом, как отмечает Е.Н. Мастюкова, наряду с активными реакциями протеста поведение ребёнка дошкольного и младшего школьного возраста может характеризоваться пассивными реакциями избегания: он боится родителей, воспитателей и учителей, избегает общения со взрослыми и сверстниками, иногда даже уходит из дома. На этом фоне у ребёнка возникают различные невротические

расстройства: нарушение сна, энурез, тики, страхи, заикание и др. Наиболее сильным проявлением пассивного протеста является попытка самоубийства, в основе которого лежит глубокое чувство обиды, желание отомстить или напугать.

В трезвом виде алкоголик молчалив, застенчив, зажат, однако в состоянии опьянения выглядит уверенно и даже самоуверенно. Часто начинает восхвалять свои достоинства. Психологи отмечают, что таким образом человек, больной алкоголизмом, выражает подавленные и вытесненные эмоции, которые он испытывал годами.

Чувство вины сопровождает такого человека всю жизнь, но даже самому себе он редко в этом признаётся, защищаясь фразой: «Я не такой плохой, как вы думаете!».

Больные алкоголизмом чувствуют себя достаточно одиноко и часто жалуются, что они никому не нужны. Чтобы заглушить душевную боль и чувство вины перед близкими, они снова запивают. Это замкнутый круг. И в этом замкнутом круге находятся вся семья, причём «каждый её член выполняет определённую роль».

Как отмечают психологи, данный процесс можно довольно точно определить как «организованный хаос». Так, жена алкоголика, как правило, полностью поглащена тем, чтобы следить за мужем, управлять его поведением. Это роль спасателя или жертвы. Отец ребёнка, который в пьяном виде считался безответственным негодяем, в трезвом состоянии становится надеждой и опорой или жертвой обстоятельств. Цикл сменяющихся ролей бесконечен.

При этом ребёнок автоматически отодвигается на второй план. Его жизнь полностью зависит от взаимоотношений взрослых. Чувство постоянного отвержения со стороны родителей, с другой стороны, и беспокойство за них – с другой, формирует у ребёнка не осознаваемое им недоверие к миру и устойчивое чувство стыда, которое он активно срывает.

Ребёнок может находиться в ситуации, когда пьющий родитель (как правило, отец) не признаёт того, что алкоголь для него является проблемой, а мать пытается скрыть от окружающих, что её муж алкоголик. В результате у ребёнка развивается недоверие к своим собственным чувствам. У него дома невыносимая обстановка, но мама в большинстве случаев учит сына (дочь) никому не говорить о том, что папа пьёт и обижает их. Мать стыдится сложившейся ситуации и непроизвольно втягивает ребёнка в этот заколдованный круг.

Жена алкоголика и мать ребёнка постепенно отказывается от своих собственных интересов, становится равнодушной. Это является своеобразной анестезией от страданий, которые она испытывает в семье. Подавление чувств приводит к блокировке жизненной энергии и болезням.. Срывая свои домашние проблемы, чтобы никто не узнал, какой дома кошмар, в обществе друзей или на работе женщина может вести себя нарочито ярко: громко смеётся, делает яркий макияж, празднично одевается.

Постоянно ребёнок перестаёт адекватно оценивать действительность: дома всё плохо, а мама на улице вроде бы весела и говорит всем, что у них всё замечательно. И ребёнок начинает жить в «королевстве кривых зеркал». По мнению психологов, детей травмирует не столько родительский алкоголизм сам по себе, сколько царящая в семье дисгармония, ссоры и скандалы, непредсказуемость и отсутствие безопасности.

Ребёнок из алкогольной семьи всё время начеку: в каком состоянии придёт домой отец, как будет реагировать мама, будут ли опять ругаться? Он становится заложником семейной ситуации. Чувство страха, тревоги, вины – его постоянные спутники. При этом ребёнок, прекрасно оценивая эмоциональные реакции других людей, научается скрывать свои собственные эмоции и чувства. Неосознанно принимая на себя определённую роль, он таким образом психологически защищается.

**Американские практикующие психологи описали ролевые модели поведения детей.**

- «Герой» - ребёнок сосредоточен на том, чтобы всё делать идеально и нести ответственность за всё происходящее в семье.
- «Козёл отпущения» - ребёнок выражает свои чувства через бунтарское поведение.
- «Потерянный ребёнок» - удаляется в мир фантазий.
- «Шут» - ребёнок, который использует юмор и гиперактивные действия, отвлекая внимание на себя и пытаясь сделать так, чтобы проблема алкоголизма исчезла.
- «Псевдородитель» - ребёнок берёт на себя большую часть ответственности за семью, выполняя функции родителей. Он убирает квартиру, готовят пищу, ухаживает за младшими братьями и сёстрами и др.
- «Человек – невидимка». Выбор такой роли позволяет ребёнку не привлекать к себе внимание пьющих родителей. Он может тихо сидеть в углу или в своей комнате, стараясь не мешать взрослым. Такая роль с возрастом может трансформироваться в серьёзные поведенческие отклонения, требующие специалистов.
- «Больной» - ребёнок старается переключить внимание родителей с алкоголя на себя. (Болезнь может быть реальной или вымышленной).

У детей в алкогольной семье формируется твёрдое убеждение: если сам о себе не позаботишься, то никто о тебе не позаботится. В будущем это отразится на характере их взаимоотношений с другими людьми: они не смогут попросить ни у кого помощи. Формируется ещё один стереотип поведения, который дети заимствуют от своих родителей., - отказ от активных действий при решении жизненно важных проблем. Безуспешные попытки изменить что – либо в семье приводят ребёнка к чувству беспомощности и убеждённости, что не стоит что – либо менять: всё равно ничего не получится. Постепенно дети привыкают к пассивному поведению, а их самооценка снижается.