Алкоголизм издавна является одной из важнейших проблем общества. К сожалению, по сей день проблема злоупотребления спиртными напитками по-прежнему актуальна. И в первую очередь от этой проблемы страдает семья.

Алкоголизм относится к одному из наиболее распространенных видов зависимости или аддикции (от английского слова «addiction» - пристрастие, неистребимая привычка). Психологи и медики все чаще прибегают к термину «созависимость», которым обозначают ближайшее окружение зависимого человека. Например, Василий Н., страдающий алкоголизмом, будет зависимым, а его жена и дети – созависимыми.

Человек, зависимый от алкоголя, «вовлекает» в болезнь всех близких ему людей, у которых формируется созависимость как специфическая реакция. Тем самым созависимые члены семьи алкоголика попадают в непростую ситуацию и вынуждены менять свое поведение, образ жизни и даже восприятие мира.

Кто же чаще всего относится к категории созависимых?

* люди, состоящие в браке  с больным алкогольной зависимостью;
* родители алкоголика;
* дети, имеющие одного или обоих родителей с алкогольной зависимостью.

**Семьи с зависимостью имеют отклонения от нормального развития на 3 уровнях:**

**1. Психологический уровень.**

Во-первых, система защиты и подавленные (невыраженные) чувства становятся проблемой для всех членов семьи. Защита от боли - лишь один из симптомов психологического неблагополучия. Во-вторых, для семей с зависимостью характерно отрицание - нежелание видеть, в чем причина всех проблем в семье. Прежде всего, созависимые ведут себя так, будто проблемы нет. Скрывают ее от себя и окружающих, не выдают главного «семейного секрета», лишая себя тем самым возможности получить помощь извне. В-третьих, стараются избежать столкновения с проблемой, например, отказываются ходить вместе на вечеринки, не говорят о проблеме, оправдывают чрезмерное употребление алкоголя.

**2. Физический уровень.**

На физическом уровне у членов семьи тоже происходят изменения. В их основе лежат эти самые отрицательные чувства, усиление напряженности, беспокойства и постоянный стресс. Организм реагирует на стресс заболеваниями типа гипертонии, мигрени, язвы желудка, проблем с перееданием или недоеданием, сердечно-сосудистыми и онкологическими заболеваниями.

**3. Поведенческий уровень.**

Прежде всего, это поглощенность поведением зависимого человека, которое все больше выходит из-под его контроля. Члены семьи начинают контролировать  поведение зависимого члена семьи: уничтожать алкоголь, забирать деньги,  умолять,  покрывать последствия, оправдывать, поддерживать алиби, связанные с употреблением, платить долги.

**4. Социальный уровень.**

Жизнь в семье становится хаотичной, болезненной и непредсказуемой и в результате этого появляются новые роли, правила и ритуалы. Продуктивное общение в семье исчезает, члены   семьи   отделяются  друг  от  друга   из-за   болезненности взаимоотношений и от окружающих из-за страха разоблачения. Неписаные правила, по которым начинает функционировать семья, гласят: не говори, не чувствуй, не доверяй.

Чаще всего в алкогольной семье страдают, в первую очередь, дети, которые не могут ничего изменить. Дети в семьях с зависимостью чаще всего чувствуют себя:

* виноватыми и ответственными за пьянство родителей;
* нелюбимыми и незамечаемыми, как будто они невидимки, поскольку вся жизнь в доме вертится вокруг больного родителя;
* неуверенными и незащищенными из-за вечного непостоянства поведения родителей, их отношения к детям и царящих в доме правил;
* они испытывают страх, что родитель-алкоголик заболеет, попадет в катастрофу, умрет;
* стесняются поведения больного родителя в общественном месте;
* стыдятся «пятна» на своей семье и необходимости постоянно скрывать «секрет» семьи;
* напуганы внутрисемейной агрессией и жестоким обращением.

Достаточно часто дети подвергаются избиениям, им угрожают, на них кричат. Самым страшным последствием воспитания в алкогольной семье являются проблемы ребенка с созданием собственной семьи в будущем. Известно, что дети подсознательно копируют отношения в родительской семье в собственной семейной жизни. При всей парадоксальности выбор супруга чаще всего обусловлен сходством с родителем противоположного пола.

В качестве примера можно привести историю Марины Г. С самого детства Марина видела нетрезвого отца. Больной алкоголизмом отец Марины, Василий Г. был жестоким человеком, регулярно избивающим свою жену и дочь. Когда Марине было 20 лет, она вышла замуж. Брак оказался неудачным – муж пил и поднимал руку на нее и их сына. В 23 года Марина развелась, а через год снова вступила в брак. Но новый муж оказался алкоголиком. Марина родила еще одного ребенка и по-прежнему живет в алкогольной семье. Казалось бы, зачем Марине мучиться самой и мучить своих детей? Неужели она не помнит, как сама боялась в детстве своего пьяного отца? Но на самом деле Марина Г. настолько привыкла к такой модели семьи, что неосознанно выбирала мужчин, похожих на отца – таких же алкоголиков.

Женщины, которые живут с человеком, больным алкоголизмом «ради детей» должны понимать – они своими руками калечат будущее своих сыновей и дочерей. Дети, рожденные или воспитанные в семьях с зависимостью, подвержены большему риску пристраститься к алкоголю. В этом свою роль, по-видимому, играют как генетические факторы, так и влияние непосредственного окружения. Например, мальчики, родившиеся в семье алкоголика, даже воспитываясь в семье, усыновившей их, подвергаются в 4 раза большему риску стать алкоголиками, чем мальчики, родившиеся в нормальных семьях. Употребление алкоголя родителями и позитивное отношение к алкоголю в семьях, где родителя для того, чтобы расслабиться, много пьют, имеется большая вероятность, что подростки начнут употреблять алкогольные напитки. Чем больше членов семьи употребляют алкоголь, тем выше риск.

Таким образом, семьи с зависимостью характеризуются рядом проблем, охватывающих социальную, психическую и физиологическую сферы жизнедеятельности не только самого больного, но и его членов семьи. Отношения в семье нарушены, особую травму получают дети. Не ждите, что проблема решиться сама собой. Без квалифицированной медицинской помощи решить  проблему алкоголизма невозможно.