

## БЕСЕДА «АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ СЕМЬЮ»

Словосочетание “пойти погулять” у взрослых людей не так давно означало лишь прогулку по свежему воздуху с друзьями или без них в парке или каком-нибудь сквере. Сейчас же оно имеет несколько другой смысл. Так, “погулять” – значит напиться до такого состояния, когда все моральные принципы полностью затмевает алкоголь и больше ничего не мешает человеку освободиться от рамок морали.

Люди таким образом пытаются скинуть бремя условностей, ища ту самую пресловутую свободу, которой нигде нет. Единственное, чего не учитывают любители “погулять”, – это то обстоятельство, что алкоголь так же опасен, как и морфин, кокаин и другие наркотики. Он вызывает привыкание и зависимость, что является прямой дорогой уже к другому и не такому вожделенному слову и состоянию человека, как алкоголизм, или пьянство. Пьянство в семье становится самым настоящим кошмаром для тех членов семьи, которым приходится жить и делить домашний очаг с алкоголиком.

### *Так в чем же проблема?*

Многие фильмы как советского образца, так и западного ведут откровенную пропаганду распития спиртных напитков не только в компании, в день рождения, но и как заменитель обычной воды. Знаменитой стала фраза, звучащая в фильмах западного образца, “промочить горло”, что означает не просто утолить жажду, но выпить чего-нибудь горячительного. Никто не видит проблемы в том, чтобы выпить стакан виски, после чего пойти играть с сыном в бейсбол или баскетбол. Между этими действиями режиссеры не тянут ниточку причины и следствия, переключая телезрителя на следующий кадр, не давая задумываться о негативных последствиях таких действий.

Но, казалось бы, что плохого в том, чтобы выпить рюмку-другую в кругу семьи и пойти гулять с сыном или лечь в постель с женой, ведь алкоголизм и семейные отношения имеют право на жизнь? Как раз в пагубных последствиях влияния алкоголя на организм человека и заключается вся проблема. Ведь распитие спиртных напитков влияет на человека как в краткосрочной, так и в долгосрочной перспективе.

В момент алкогольного опьянения у человека ослабевают все психомоторные реакции, инстинкты, мышцы становятся расслабленными, человек начинает все меньше контролировать свои движения, поступки, слова, мысли.

В определенный момент он перестает даже запоминать то, что с ним происходит. А теперь рассмотрим сущность этой проблемы в разрезе каждого возможного члена средней семьи.

### *Влияние пьянства в семье на ребенка*

Систематическое употребление алкоголя одним из домочадцев приведет к тому, что на ребенка будет оказано негативное влияние в таких сферах жизнедеятельности:

- ✚ Ребенок будет расти с четким осознанием того, что алкоголь не несет ему вреда, при этом никак его не связывая с другими последствиями в силу недополучения знаний и неспособности полноценно анализировать реальное положение дел. Это связано с тем, что он полностью зависит от взрослых и все, что твердят ему родители, – правда с точки зрения ребенка. Отсюда и ранний алкоголизм у детей. Ведь родители пьянствуют, не видят в этом ничего плохого, радуются очередной попойке, но при этом запрещают так же веселиться ребенку. Ребенок начинает видеть в алкоголе средство достижения зрелости. Чем раньше случится первая попойка в его жизни, тем быстрее ребенок превратится во взрослого.
- ✚ Так как алкоголизм и семья не могут существовать вместе, то это обстоятельство часто ведет к жестоким ссорам на бытовой почве, что может привести не только к побоям, но и к более тяжелым последствиям. Ребенок, увидев подобную сцену, может остаться психологически травмированным на всю жизнь. По самым мягким прогнозам, он будет склонен к проявлениям жестокости по отношению к сверстникам, замкнутым, запуганным.
- ✚ Частые пьянки создают образ расхлябанности, разложения дисциплины. Таким образом, многие дети скатываются по учебе, не чувствуя заботы отца или матери. Как итог – неспособность нормально окончить даже школу, не говоря уже о поступлении в университет.
- ✚ Достаточно часто дети попадают под горячую руку пьяных родителей, получая не только моральные, но и вполне ощутимые физические травмы.
- ✚ Алкоголизм и семья требуют многих финансовых вливаний. И когда приоритет отдается первому, ребенок не получает тех благ цивилизации, которые получают его сверстники из более благополучных семей. Так у ребенка может развиваться комплекс неполноценности.
- ✚ Алкоголизм в семье ведет к тому, что даже накормить ребенка некому или нечем. Как итог – болезненность и слабость ребенка, замедленное развитие.
- ✚ Этот далеко не полный перечень угроз для малыша является достаточно серьезной преградой для его становления как члена общества, дает все предпосылки для того, чтобы ребенок опустился еще ниже своих родителей и не стал на путь нормальной человеческой жизни. Ему сложно будет общаться со сверстниками, он не сможет на равных с ними конкурировать в плане физической силы и выносливости, умственного развития в силу своей недостаточной обеспеченности.

### *Различия мужчины и женщины в разрезе проблемы алкоголизма*

В случае если в семье страдает алкоголизмом кто-то один, то реакция второго из супругов будет различаться в связи с их врожденными психофизиологическими и половыми различиями. Так, если пьяницей является мужчина, то проблему женщина заметит, да и действовать начнет раньше. Правда, женщина будет пытаться решить проблему постепенно. Сначала это будут разговоры, намеки, подшучивания по поводу учащающихся случаев непристойного поведения мужа. Позже женщина начнет устраивать скандалы, ссориться. И

только если проблема обретет серьезный масштаб, женщина будет действовать по-настоящему. Вполне может быть, что дело дойдет до госпитализации.

К слову, стандартная для средней женщины линия поведения, описанная выше, провоцирует мужчину к протестному поведению. Супруг в большинстве случаев в качестве реакции на ссоры, уколы и недвусмысленные намеки жены будет в качестве сопротивления напиваться чаще. И делать он будет это демонстративно.

Мужчина же заметит проявления алкоголизма у жены намного позже, да и действовать начнет значительно позднее. Мужчина предпочтет дать время на то, чтобы ситуация разрешилась сама собой. Но бороться он будет с проблемой решительно и попытается ее устранить одним махом. Что это будет за решение – развод, обращение в специализированные клиники или просьба о вмешательстве родственников, – зависит от характера и темперамента конкретного мужчины, а также его материальных возможностей.

Бывает так, что алкоголизмом страдают как муж, так и жена. Это самая опасная ситуация. Остановить таких супругов сможет только вмешательство третьих лиц (родители, друзья, небезразличные люди, в конце концов – общество). Сами они не будут в состоянии оценить всю плачевность ситуации. Более того, в такой семье супруги будут друг друга стимулировать к более низкому падению.

Что делать в такой ситуации? Существует не так много способов излечить человека от алкоголизма, а ведь это явление в медицинских кругах достаточно давно приобрело статус болезни, и не без оснований. Главным способом борьбы с проблемами алкоголизма в семье является ранняя идентификация этой самой проблемы. Нужно четко осознать, что компромиссов быть не может. Следует поставить прежде всего для себя ультиматум: алкоголизм и семья несовместимы.

Борьба с проблемами алкоголизма в семье не означает, что нужно уничтожить все запасы алкоголя в доме. Это однозначно не поможет. Заядлый алкоголик всегда найдет способ напиться и пронести в дом новую порцию выпивки.

Ни в коем случае не нужно каждый день ругать мужа или жену по поводу ее/его состояния в данный момент. Главная задача здесь – направить споткнувшегося человека на правильный путь. Нельзя превращать серьезный разговор по поводу проблемы семьи и алкоголизма в шутливую забаву или в сцену истерики. Помогут только факты, изложенные на трезвую голову, в спокойной обстановке и без лишних нервов. Нужно пояснить человеку, что алкоголизм и семья – понятия несовместимые. Одно разрушает другое.

### *Психологическая сторона вопроса*

Попробуем разобраться, что представляет собой пьянство с психологической точки зрения. **Человек, предающийся пьянству, кроме того, что создает проблему для своей семьи, получает удовольствие.** И не от самого действия алкоголя. Это чисто химическая составляющая вопроса. Напиваясь, человек часто пытается привлечь таким образом к себе внимание. Классической стала ситуация, когда женщина, у которой муж алкоголик, “нянчится” с ним. Как только муж в очередной раз напьется, она тут же начинает причитать, пытаться

уложить его спать, забрать с улицы, раздеть и оказать ему другие знаки внимания.

Когда же муж трезвый, жена его как будто не замечает. Он начинает думать, что она его стала меньше любить, что он в этой семье лишний. Его сознание говорит ему пойти выпить, чтобы уйти от всех проблем. Но подсознание толкает его на очередную попойку именно по причине недостатка внимания, хотя проблемы семьи алкоголизм не решает. Однако один из членов по крайней мере на начальных этапах этим регулярно занимается. Это потом уже он и дня прожить не может без бутылки.

Поэтому именно на начальном этапе, когда дело еще не стало серьезным, важно дать пьянству решительный бой не методами жестокого террора, но попытаться решить проблему с помощью так называемой мягкой силы. Лучше дать своей второй половинке больше любви, помочь ей в будничных делах, сделать комплимент о ее новой старой прическе, попросить починить мужа розетку, а потом похвалить за хорошо сделанную работу. И отношения в семье наладятся, да и проблема пьянства решится сама собой.

### *Причастность второй стороны к продолжению существования проблемы*

Достаточно частыми бывают случаи, когда один человек пьет, а другой вроде бы и делает все, чтобы остановить первого, но все результаты оказываются лишь краткосрочными. С чем это связано?

Все дело в нашем пристрастии к получению наград. Человеческое мышление устроено подобно другим животным и на самом деле не так уж далеко от них ушло. В случае если человек делает что-то правильно и другие это отмечают, он получает удовольствие, как от легких наркотиков. Каждый последующий раз человек хочет получить все больше и больше удовольствия. Таким образом появляется зависимость от определенных типов удовольствия. Теперь рассмотрим конкретную ситуацию из жизни на такую тему, как алкоголизм и семья.

Человек начинает постепенно входить в запой. Вторая половинка замечает это и предпринимает превентивные действия: всячески осуждает пьяницу, пытается объяснить, что алкоголизм и семья несовместимы. И вот подобные разговоры доходят до крайней точки, когда жертва алкоголика решает на время переселиться к родственникам. Естественно, что алкоголик сам существовать не может. Что же происходит дальше? А дальше алкоголик на время “завязывает” с выпивкой, становится примерным, просит вторую половинку вернуться, говорит комплименты, делает все, чтобы подтвердить, что его половинка делает все правильно, ведь она всегда хорошая, весь дом держится на ней. Таким образом жертва получает свою “награду” в виде похвалы, удовлетворение и некоторый результат. Но почему же результат оказывается краткосрочным?

Все просто. Человек, который, казалось, страдает от алкоголика, больше не получает на протяжении долгого времени тех самых “наград” и начинает в них остро нуждаться. В итоге иногда, даже не замечая этого, жертвы алкоголиков стимулируют их, подстрекают на новый запой. После чего история повторяется. Такие семьи не редкость. Они на данном аспекте и держатся, хоть это и нездоровая психологическая среда. Решая свою сиюминутную проблему,

они не замечают, как страдает самое дорогое – дети. Поэтому алкоголизм и семью нужно поставить на разные стороны баррикад.

### *Стратегия поведения по отношению к алкоголику после нормализации ситуации*

- ✚ Добившись успеха, то есть заставив человека прекратить даже ненадолго пьянство, дав понять ему/ей, что алкоголизм и семья не могут быть совмещены, и заставив в это действительно поверить хоть на время, можно приступить к следующему этапу борьбы – укреплению успеха.
- ✚ В первую очередь нужно забыть о слове алкоголь в доме. Эта проблема больше не касается дома. Ни в коем случае нельзя устраивать праздники с распитием спиртных напитков. Нужно как можно лучше оберегать только что ступившего на путь исправления человека. О периоде, когда человек пил, лучше даже не вспоминать. Естественно, алкоголь по возможности из дома нужно удалить.
- ✚ Обязательно нужно постараться занять все свободное время бывшего пьяницы. Это могут быть какие-то заботы по дому, игра с детьми, выполнение важного поручения. Не следует забывать отмечать правильные шаги человека в сторону исправления. Не следует поддерживать попытки разговоров по поводу каких-либо увеселительных происшествий с распитием спиртного, нужно всячески их пресекать.
- ✚ Очень хорошо помогают не просто забыть темный период жизни семьи, но и дать новую цель в жизни, заинтересовать партнера совместные занятия спортом. Это может быть абсолютно любой из видов. Главное, чтобы семья проводила свободное время вместе, чтобы это было не бесцельно, а деятельность захватывала.
- ✚ Особенно сильно сплачивают семью пешие туристические походы на дальние и средние расстояния. Ведь в походе придется проявить все свои навыки, стать действительно полезным. Здесь может найти занятие каждый. Мужчине придется ставить палатку, рубить дрова, носить тяжести. Женщина будет варить еду. Казалось, это все делается и дома, на месте. Но дома роль каждого члена неочевидна, а в походе все происходит на виду.