

## **Почему в благополучных семьях, вырастают люди, склонные к алкоголизму, наркомании?**

Если в семье оба родителя страдают алкоголизмом, обычно никто не удивляется, что их ребенок через какое-то время тоже начинает пить. Если в семье пьет только один из родителей, а другой ведет здоровый образ жизни, то в семье все равно складываются нездоровые отношения, и психическое здоровье растущего ребенка страдает.

Но бывают и противоположные случаи, которые всегда удивляют. «Как получилось, что у интеллигентных и любящих родителей вырос социально неблагополучный взрослый?» - спрашиваем мы себя.

По мнению психотерапевтов, зависимое поведение чаще всего развивается у детей двух противоположных типов родителей. Одни были безответственными, жестокими, почти не заботились о детях. Рядом с эгоцентричными, невнимательными, деспотичными родителями ребенок чувствовал себя одиноким, ненужным, лишним, неполноценным, нелюбимым. Такие дети часто в подростковом возрасте проявляют склонность к депрессивному состоянию, деструктивному поведению. Им с детства приходится нести тяжелый груз обиды, гнева и обделенности любовью. Зависимость любого рода становится их реакцией на эти чувства обиды и злости к своим родителям.

Однако встречаются социально неблагополучные взрослые, которые росли в других - прекрасных семьях, окруженные заботой, вниманием и любовью. Они были кумирами для своих родителей: любая прихоть, любое требование исполнялись и удовлетворялись, любая угроза устранялась.

Опасность такого воспитания - развитие у ребенка созависимости. Гиперопекаемый, он растет робким, застенчивым, несамостоятельным, а самое главное, он не может ничего сделать без руководства со стороны других. В «тепличных условиях» он не учится бороться, добиваться своих целей, достойно принимать поражения, преодолевать препятствия и невзгоды, решать свои проблемы. Такие дети не учатся эффективно справляться со стрессом, отрицательными переживаниями. Став взрослыми, они не умеют сопротивляться трудностям. Их жизнь складывается из череды созависимых отношений. Они «плывут по течению» и часто попадают в компании, где алкоголь и наркотики являются нормой.

Завышенные ожидания родителей – еще одна причина, по которой ребенок из благополучной семьи может стать алкоголиком. Такие родители своим отношением к ребенку приучают его к мысли, что он самый-самый успешный, хотя часто реально никаких сверхспособностей он не проявляет. Когда такой ребенок становится взрослым, ему хочется постоянно быть в центре внимания, оставаться особенным. Чтобы подчеркнуть свою значимость, такие люди часто прибегают к вызывающему поведению. Но окружающие не проявляют к нему желаемого интереса, и ему кажется, что коллеги и друзья его не любят, не ценят. Алкоголь, как и наркотики, становится способом избавления от чувства вины за неоправданные ожидания родителей, способом ухода от реальности.

Таким образом, приличная семья - не гарантия того, что личность ребенка будет зрелой и сильной.

Бывает, что причиной алкогольной или наркотической зависимости у взрослого оказывается не проработанная с психотерапевтом детская психологическая травма: развод родителей, смерть или гибель близкого взрослого, пережитое насилие и т.п. К сожалению, не все родители знают, что своевременное обращение к специалисту предупреждает подобные последствия.

Психологи утверждают, что проблемы появляются не тогда, когда в жизни человека появляются алкоголь или наркотики; алкоголь и наркотики появляются тогда, когда есть проблемы. У эмоционально зрелого, с адекватной самооценкой человека, у которого есть интересы, цели и ориентиры в жизни, не будет психологической необходимости уходить от реальности, бежать от своих проблем.

Надо учить ребенка решать свои проблемы. Помогать ему, но не решать их за него! Нужно учить ребенка говорить «нет», правильно оценивая ситуации и расставляя приоритеты. Не запрещайте ему выражать свои чувства, какими бы они не были. Учите его делать это социально приемлемым способом. Загоняя запретные чувства в подсознание, ребенок перестает их осознавать, понимать причину своего дискомфорта. Тогда единственным средством избавления от неприятного состояния становятся разного рода психоактивные вещества.

Неудовлетворенность потребности в любви и принятии, которую ребенок должен получать в семье, – одна из основных причин алкоголизма и наркомании. Любая зависимость – это извращенная форма удовлетворения этих потребностей. Всем родителям необходимо, несмотря на свою занятость, находить время для общения со своим ребенком, начиная с раннего возраста. Ребенку важно быть уверенным, что если у него что-то случится, родители найдут время уделить ему свое внимание.

К сожалению, в большинстве семей, где случается беда, нет правил, которые нужно соблюдать, объединяющих семейных традиций, там каждый занят собой, своим делом. И часто в такой семье звучит фраза: «Это не мои проблемы!» Многие родители и вовсе перекладывают ответственность по воспитанию своих детей на школу. Родители должны находить время, чтобы приходить в школу и интересоваться успехами своего ребенка у учителей!

Родителям не стоит бояться беседовать с детьми о наркотиках. Он все равно узнает об этом, но от других, и полученная информация может содержать опасный, вовлекающий аспект. Не запугивайте: часто и долго это не работает. У запугивания может быть и обратный эффект. Правильнее говорить о последствиях, от которых невозможно самостоятельно и полностью избавиться, что итог зависимости – испорченная жизнь и т.п. Приучайте ребенка обсуждать с вами свои проблемы. Близкий взрослый может деликатно и корректно помочь подростку найти свой ориентир в жизни, осознать и принять ответственность за свой выбор.