

УДК 159.922.74

ПОГЛЯД ДИТИНИ НА ПРОБЛЕМИ АЛКОГОЛЬНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ В РОДИНІ

Дана Ясакова

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, Львів 79000, Україна, kafilos@franko.lviv.ua*

Розглянуто основні проблеми, з якими стикається дитина в родині алкоголіків, запропонований можливий шлях до розуміння цих проблем за допомогою методики "Малюнок сім'ї".

Ключові слова: залежна родина, співзалежність, стратегії виживання або дитячі сімейні ролі в залежній родині.

Існує значна кількість теоретичних підходів до розуміння проблеми алкоголізму, починаючи від психологічних передумов виникнення цієї хвороби і закінчуючи питаннями реабілітації хворих на алкоголізм. Однак лише останнім часом почалися дослідження психологічних проблем, наявних у родині алкоголіка. Виникли терміни "залежна родина" та "співзалежність" (co-dependency).

Залежна родина, тобто родина, в якій є залежний від алкоголю чи наркотику, має характерні риси:

Розмитість та нечіткість меж "духовної території" кожного члена родини. Життя сім'ї непередбачуване, хаотичне. Діти не знають, які почуття нормальні, а які ні.

Життя: побудоване на запереченні та брехні. Заперечення того, що відбувається у родині, має нав'язливий характер. Дитині в такій сім'ї, з огляду на постійне заперечення, важко зрозуміти, що ж насправді навкруги відбувається.

Потреби дитини задовольняються не завжди. Вона відчуває "голод" на увагу до себе та незмірне бажання, щоб нею займалися. Дитина привертає увагу до себе усіма доступними засобами: поганими оцінками, втечами, крадіжками, наркотиками тощо.

У дитини "виховується" почуття провини та низька самооцінка. Це призводить до зниженого настрою, відчаю.

Деспотичність, жорстокість відносин, система емоційних покарань, насилля, образи.

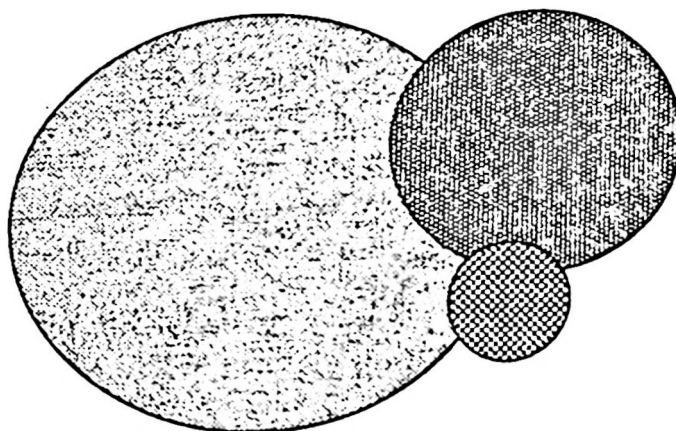
Заборона на вільне вираження почуттів та потреб.

Сімейні секрети і бажання зберегти гідний "фасад" родини.

Як батьки, так і діти не знають, як функціонують нормальні родини.

Т. І. Литвиненко, В. І. Литвиненко [1] приводять таку схему функціонування залежної родини (див. рис. 1).

У родині, в якій є залежний від алкоголю, ніхто не має чіткого розуміння “меж” своєї особи. Між чоловіком і жінкою встановлюються симбіотичні відносини, їх емоції взаємопов’язані, а емоційний стан є постійно протилежним. Якщо один у гарному настрої, інший – у поганому, один посідає домінуюче положення, інший – підлегле. Цими ролями вони постійно обмінюються. Той, хто домінує, відчуває себе сильним, надійним, справедливим. Виховуючи, контролюючи та рятуючи підлеглого, він підвищує свою самоповагу. Той, хто посідає підлегле становище, просить про порятунок, допомогу і покладає відповідальність за себе на домінуючого. Будь-яке відвертання уваги домінуючого на дітей (роботу, родичів, друзів) викликає у підлеглого почуття роздратованості, психологічної ізоляції, пригніченості, внутрішнього болю, які можуть приводити до вживання “для знеболювання” алкоголю.



залежний від алкоголю
спів залежна дружина (чоловік)
залежна від родини дитина



Якщо батьки в таких родинах не мають чітких кордонів своєї особистості, то і дітей вони розглядають як продовження себе. Один з батьків може надмірно опікуватись дитиною, а інший – зовсім не звертати уваги на неї, згодом вони обмінюються ролями. Дитина міцно втягнута у симбіотичні відносини залежної родини. Вона потерпає не лише від впливу залежного від алкоголю батька, але і від спів залежної матері (або навпаки). Часто вона стає аргументом у сварці. Інколи їй, дитині, відводиться (частіше спів залежним членом родини) роль судді або вона опиняється у ситуації вибору між батьками. У залежній родині для дітей формуються свої правила, які негативно впливають на дитячу психіку: а) забороняються будь-які почуття (“не злись”, “не будь похмурим”, “не плач” тощо); б) вимагаються недосяжні або незрозумілі моделі поведінки (“будь хорошим”, “завжди контролюй себе”); в) нав’язуються негативні стереотипи поведінки (“не думай, не розмовляй, а роби так, як я кажу”, “не став запитань”, “щоб тебе не було чути”); г) формується неправильне сприйняття родини (“не зраджуй сім’ї”, “не винось сміття з хати”, “пияцтво не є причиною наших негараздів”).

Залежна родина формує у своїх членів світогляд і спосіб життя жертви, яка не здатна встановити обмеження у стосунках з іншими, не може сказати “ні”. Домінуючим почуттям жертви є страх, тому вона рідко розслабляється й отримує задоволення від ситуації. Через страх помилитись жертва неспроможна приймати рішення. Страх перед самотністю утримує жертву біля кривдника.. Вона навчається придушувати свій душевний біль і “замітати сміття під килим”. Жертва відчуває безпорадність та депресію, схильна до захворювань, які пов’язані зі страхом і стресом: коліти, алергії, артрити, неврози, виразки та інші.

Особливо швидко спосіб життя жертви формується у дитинстві. До цього призводить сувора дисципліна, яка досягається шляхом приниження гідності, глузувань, постійного контролю, моралізування. Діти живуть у середовищі, де нема місця любові і пестощам. Вдома їм забороняються ігри, сміх, розваги. Їм не дозволяється бути дітьми, їх вважають “маленькими дорослими”.

Зауважимо, що в залежних сім’ях немає безвинних спостерігачів. Навіть діти, які є жертвами, виявляють образливе ставлення до молодших братів чи сестер, до тварин. У такій родині страждає кожен, незалежно від ролі (жертва чи кривдник). Урешті-решт, жертва неминуче стає кривдником, а кривдник – жертвою [2].

В родині алкоголіків, як і в іншій, де відбуваються внутрішні драми, діти постійно перебувають у стресовому стані. Щоб вижити і якимось пристосуватись до родинного кошмару, у дітей інстинктивно виробляються стратегії виживання чи дитячі сімейні ролі в залежній родині: “герой”, “ангел”, “цап-відбувайло”, “талісман”

Перша стратегія – сімейний “герой”. Ця дитина не за віком відповідальна, веде себе як доросла людина. Вона забавляє молодших, доглядає за п’яними батьками (чи одним із них), робить покупки, замінює братам чи сестрам батьків. У школі навчається надміру старанно. Вона дуже сумлінна, працелюбна і не вміє відпочивати. Ця дитина уникає алкоголю як вогню, намагається контролювати всіх і вся.

Друга стратегія – “загублена дитина” або “ангел”. Ця непомітна дитина рідко завдає турботи. Налякана і сумна, вона перебуває в ізоляції, наодинці із своїми фантазіями і мріями. Вона відчуває себе самотньою, перебуває на периферії сім’ї, а потім і на периферії життєвих подій, губиться у натовпі. Її життєвий девіз: “Я ж нічого не можу, від мене нічого не залежить”.

Третя стратегія – “цап-відбувайло” (“вигнанець” або “прокляття родини”). Така дитина своєю поведінкою привертає до себе увагу оточуючих. Вона начебто говорить: “Тату, мамо, як довго ви будете дозволяти мені робити погані вчинки?!” Якщо “цап-відбувайло” та його родина не отримають своєчасної психотерапевтичної допомоги, то він може завжди жити в конфлікті з моральними та суспільними нормами. Може стати залежним від хімічних речовин.

Четверта стратегія – “талісман”. Найчастіше це молодша дитина. Вона жартом, сміхом усуває напруження в сім’ї, їй багато вибачається. Однак, під зовнішньою безтурботністю та веселістю приховані страх і неспокій. Дитина занепокоєна тим, що їй ніхто серйозно не сприймає. Вона намагається всім подобатися, пра-

гне, щоб її хвалили, хоча в глибині душі не вірить, що цього варта. Почуття власної гідності черпає не із самоповаги, а зі ставлення до неї інших людей.

У чистому вигляді ці дитячі сімейні ролі майже не трапляються. Дитина може мати риси одразу двох стратегій виживання. У випадку зміни життєвих обставин вони можуть змінюватися.

Зауважимо, що утвердившись у цих ролях, діти часто не можуть звільнитися від них. Вони, ставши дорослими, несуть у собі риси цієї залежності [1].

Тому така важлива ефективна психокорекційна робота з дітьми із залежних родин. Для її проведення насамперед необхідно, з'ясувати реальні проблеми цих дітей. На заваді цьому стоїть в першу чергу проблема заперечення, що надзвичайно ускладнює контакт із дитиною. Найчастіше спроба сторонньої особи обговорити сімейну ситуацію викликає у дитини спротив, що виражається в агресії або у заглибленні в собі. Зауважимо, що діти майже ніколи не звертаються за допомогою до психолога з власного бажання. Найчастіше ініціативу виявляють опікуни, вчителі, або, у деяких випадках, сам психолог. Проблема взаєморозуміння ще більше ускладнюється, коли психолог постає в очах дитини людиною з "іншого світу", яка втручається не в свої справи. У таких випадках дуже суттєву допомогу можуть надати малюнкові методики.

Навіть на початковому етапі, коли дитина ще не "дозріла" до відвертої розмови про стан речей у родині, малюнкові методики допомагають налагодити довірливі стосунки з дитиною, а також з'ясувати деякі факти, які свідомо чи не свідомо приховуються. Було доведено, що під час малювання людина розслабляється, замкнуті особи стають більш безпосередніми [3].

Особливо змістовні і цінні результати дає застосування методики "малюнок сім'ї". Процедура дуже проста: дитині дають аркуш паперу і олівець і просять намалювати свою сім'ю. Можливі два варіанти інструкції: "намалюй свою сім'ю" чи "намалюй себе і свою сім'ю". Ми надаємо перевагу першому варіантові, який дає дитині більшу свободу (зокрема право НЕ малювати себе взагалі). Після того, як малюнок завершено, дитину просять ідентифікувати фігури.

Головні принципи аналізу малюнків загально відомі: а) порівняння малюнка з реальним складом сім'ї; б) розташування на малюнку членів сім'ї та їхні дії; в) порядок малювання, позитивне чи негативне підкреслення фігур; г) аналіз символіки малюнку [5].

Ми застосували методику "малюнок сім'ї" у роботі з дітьми віком від 6 до 14 років (30 осіб) із залежних родин. Близько третини з них – пацієнти психоневрологічного диспансеру, в історії хвороби яких зазначалася алкогольна залежність когось із батьків. Решта – діти, які протягом 1999–2001 року відвідували дитячу групу у центрі духовної та психологічної підтримки "Дорога" (м. Львів). У цій роботі аналізуються лише малюнки, виконані до початку роботи в групі особистісного зростання.

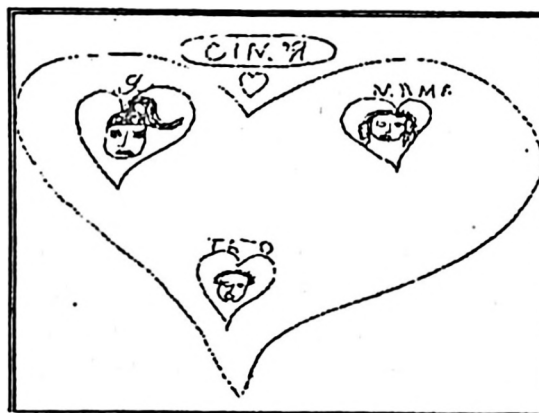
Як з'ясувалося, дуже поширеною особливістю малюнків є зображення неповного складу сім'ї. При цьому найчастіше дитина не малює саме uzалежненого члена родини. Часто діти не зображували себе або, навпаки, малювали лише себе.

Такі малюнки свідчать про емоційне відчуження, конфліктність у родині, так би мовити, з різним забарвленням. Якщо дитина не малює узалежненого члена сім'ї, то це означає, що вона звинувачує у сімейних проблемах саме його, виражає агресію до нього. Дитина, яка відмовляється або "забуває" намалювати себе, дуже ймовірно, почувається винною у несприятливій сімейній ситуації. Дитина, яка малює лише себе, схильна до засвоєння стратегії "загубленої дитини".



Малюнок Наталі С., 10 років

Для з'ясування проблем у залежній родині важливе значення має розташування на малюнку членів родини та їхні дії. Якщо сім'я зображена в повному складі, члени сім'ї з'єднані між собою (тримаються за руки чи зайняті однією справою) – це ознака благополуччя. Якщо члени родини роз'єднані, між ними велика відстань, предмети або стіни – це виражає низький рівень емоційного зв'язку. Якщо один з членів сім'ї обведений у рамочку або намальований на відстані від інших – це означає, що саме з ним емоційні стосунки особливо складні. Показовим в цьому плані є малюнок 9-річної Вікторії.

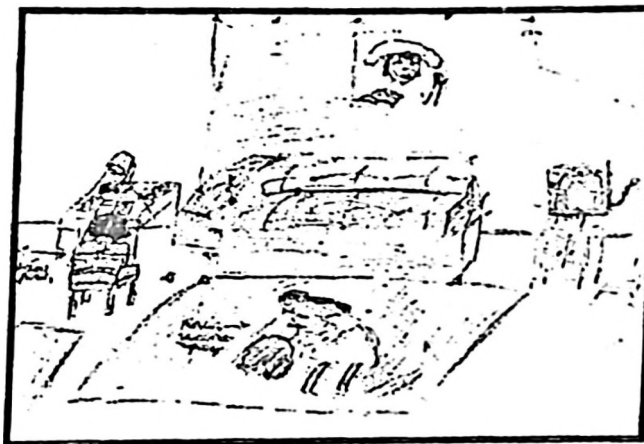


Малюнок Вікторії, 9 років

Формально серця, в які вона помістила голови батьків і свою, мали б символізувати любов, але натомість вони підкреслюють відокремленість дівчини від батьків (себе вона, принаймні, розмалювала кольоровими олівцями) та усіх членів сім'ї одне від одного.

Негативне ставлення до якогось члена сім'ї може проявитися у недеталізованому або неповному зображенні. Зокрема, під час аналізу з'ясувалося, що для малюнків дітей алкоголіків характерною рисою є відсутність рук і стоп, як символ безпорадності, а їх наявність символізує покладання відповідальності за вирішення проблеми. Зауважимо, що члени однієї родини можуть оцінювати ситуацію по-різному. З двох сестер, мати яких страждає на алкоголізм, старша (11 років) зображає без рук і себе, і сестру, і матір, а молодша (9 років) не малює рук лише матері. Використання штриховки для зображення персонажа також може означати конфліктність у стосунках з ним.

Малюнок 11-річної Наталки М. на перший погляд натуралістичне зображення побутової ситуації: дівчинка за столом вчить уроки, мати замітає підлогу. Однак дівчинка намалювала себе спиною і без ніг, що є виявом негативного ставлення до себе. Бруд навколо матері символізує внутрішню стурбованість, переживання провини, а мітла – символ влади та загрози. Слід також зауважити, що собі і матері Наталка присвятила близько 10% від усього часу малювання, причому обидві фігури малювалися останніми, спочатку були зображені усі меблі та деталі інтер'єру, а найперше – неодноразово підкреслений образ святого на стіні. Проте найбільш несподіваним є зіставлення цього малюнка з реальною сімейною ситуацією. Батько Наталі давно помер, мати зловживає алкоголем, старший брат живе в іншому місті з родичами, а молодша сестра перебуває в дитячому будинку. Після смерті батька дівчинка постійно виховувалась в школі-інтернаті. За рік до проведення дослідження мати забрала доньку з інтернату додому, але через місяць зникла у невідомому напрямку. Наталя повернулася в інтернат. Зображення на малюнку нормального сімейного вечора постає як типовий вияв заперечення (зазначимо, що сама Наталя в жодній розмові не визнала, що мати покинула її).



Малюнок Наталі М., 11 років

Отже, застосування проективної методики "Малюнок сім'ї" дає дуже значимі діагностичні результати для розуміння проблем, з якими стикається дитина в алкогольній родині. Однак, зазначимо, цю методику слід доповнювати багатьма іншими (насамперед, методами бесіди та спостереження) і використовувати лише як допоміжний засіб, а не як підставу для остаточних висновків.

1. Литвиненко Т., Литвиненко В. Підлітки і діти в залежній родині. Полтава, 2000.
2. Литвиненко В. Зависимая семья. Полтава, 1999.
3. Яценко Т. Психологічні основи групової психокорекції. К., 1996 .
4. Мій тато любить мене, але тато хворий (за книгою Клаудії Блек). К., 1997.
5. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других. М., 1999.

A CHILD'S VIEW AT THE PROBLEMS OF ALCOHOL DEPENDENCE IN A FAMILY

Dana Yasakova

*Ivan Franko National University of Lviv, Universytetska Str., 1
Lviv 79000, Ukraine, filos@franko.lviv.ua*

A problem of dependence and, especially, alcohol-dependence, is very popular in today's psychology. But investigations of the psychological problems, appearing in the alcohol-dependent family, were started not so long ago. This article observes the main problems that touch upon children. We also offer a way for understanding of such problems by means of the test "Picture of a Family".

Key words: alcohol-dependent family, co-dependence, strategies of life.

Стаття надійшла до редколегії 10. 10. 2001

Прийнята до друку 10. 05. 2003