**Модели родительской созависимости**

Созависимостью называются психологические особенности взаимоотношений между наркоманом и одним (чаще матерью) или обоими родителями, вызывающие резкие травмирующие изменения в психологическом состоянии последних, меняющие структуру их личности и препятствующие не только эффективному разрешению конфликтной ситуации в семье, но и самому процессу лечения.

Вопросы созависимости пока еще не нашли должного отражения в отечественной медицинской и психологической литературе, поэтому мы благодарны доктору медицинских наук, профессору Ю. В. Валентику, материалы лекций которого использовались при подготовке данного раздела.

Парадоксально, но психологически родители оказываются втянуты в процесс употребления наркотиков. Вся их семейная жизнь неизбежно крутится вокруг цикла приема наркотиков ребенком, она как бы непрерывно движется по синусоиде.

1. Семейную созависимость проще всего описать по балльной системе. Стороны как бы подсчитывают количество положительных и отрицательных баллов и оценок, набранных в процессе употребления наркотиков.

**Рассмотрим этот процесс подробнее.**

Стадия 0—1, представленная на рисунке, — это отрезок времени, проходящий от момента возникновения тяги у наркомана, через процедуру поиска наркотика до итоговой точки 1 — момента его употребления и получения кайфа.

Стадия 1—2 охватывает период ломок героинового наркомана и является крайне болезненной, как для него самого, так и для его родителей.

В ходе этих двух стадий наркоман как бы набирает определенное количество отрицательных баллов и оценок, за которые Вы потом потребуете от него расплаты.

Чем чаще Ваш ребенок употребляет наркотики, тем спокойнее Вы с каждым разом относитесь к данному периоду. Это, конечно же, не истинный покой. Но, с одной стороны, Вы постепенно начинаете осознавать, что не можете помешать ребенку употреблять наркотики. Разговаривать же с ним в таком состоянии абсолютно бесполезно, все равно, что биться о глухую стену. С другой стороны, у Вас уже нет тех внутренних, эмоциональных сил, чтобы реагировать на эту ситуацию в 25-й раз так же бурно, как и в первый. Просто у Вас включаются механизмы психологической защиты. Вы начинаете понимать, что не способны выдерживать такой накал страстей постоянно, и ждете только одного, чтобы этот этап поскорее закончился. Вы уже внутренне предвкушаете наступление следующего периода — периода расплаты.

Наконец, Вы дождались наступления точки 2 (см. график). Это та точка, когда все вовлеченные стороны как бы подсчитывают нанесенный ущерб. Это точка определенной радости, за которой следует «светлый промежуток». Именно в период от точки 2 до точки 3 Вы выдвигаете ребенку свои требования, с которыми он в нормальном состоянии не может не считаться.

Он соглашается со всеми выдвинутыми Вами обвинениями, готов расплачиваться за все, совершенное ранее, и даже обещает лечиться. Он как бы набирает необходимое количество положительных баллов и оценок, чтобы компенсировать собственный срыв и загладить его последствия.

Вы тоже не можете не радоваться наступлению этого этапа. Ведь именно в этот период Вы получаете компенсацию за все свои предыдущие тревоги и страдания. Это пик Вашей эмоциональной близости с ребенком, период, ради которого Вы были готовы терпеть все его выходки, период, когда у Вас вновь появляется надежда.

В глубине души Вы прекрасно знаете, что Вы обманываете себя, просто в этот момент так хочется верить в то, что все самое страшное позади. Но очень немногим родителям удается в 25-ый раз искренне обмануть самих себя. Чем дольше длится эта семейная идиллия, тем почему-то тревожнее Вам становится. Ведь Вы приближаетесь к точке 3, которая точно такая же, как точка 0. Да, Вы не ошиблись: за ней вновь последует точка 4, такая же, как точка 1. Все опять повторится сначала. Вы это уже знаете, просто боитесь себе в этом признаться, но Вы внутренне уже ждете начала следующего витка, и сменяющего его нового «светлого промежутка».

Теперь о самой страшной ошибке, к сожалению неизбежной в семьях, где отношения строятся по принципу созависимости. ***Вы, сами того не осознавая, подталкиваете ребенка к повторному употреблению наркотиков.*** Описанная нами выше система функционирования семьи в условиях созависимости достаточно сбалансирована и стабильна. Уберите фазу, связанную с употреблением наркотиков и набором ребенком отрицательных баллов, и из Вашей жизни исчезнет «светлый промежуток».

Представьте себе, что ребенок перестал употреблять наркотики, а, следовательно, и перестал стремиться к выполнению всех Ваших требований, к заглаживанию собственной вины перед Вами. Он стал обычным нормальным подростком со своими проблемами и неизбежными «острыми углами». На сознательном уровне Вы, казалось бы, должны быть на седьмом небе от счастья. Но в глубинах нашего «Я» существует еще и бессознательный уровень, который неизбежно пытается поддержать функционирование привычной семейной схемы.

Как только исчезнут наркотики, Вы все равно найдете, за что упрекнуть собственного ребенка. Возникнут новые семейные конфликты, обострятся взаимные претензии. Вы припомните ему часы и годы жизни, которые он отравил Вам, и которые уже невозможно вернуть. Вы даже снова можете припомнить ему наркотики. Вы сделаете все, чтобы получить потерянную компенсацию в виде «светлого промежутка». Тем самым, простейшим выходом для Вашего ребенка станет повторное употребление наркотиков.

Получается замкнутый круг. Нет, Вы не монстр. Просто законы функционирования и поддержания стабильности в системе под названием «семья» сильнее Вашего «Я».

Для того чтобы прервать этот порочный круг, необходимо избавиться от созависимости. В конце этой главы мы дадим некоторые практические рекомендации. Но, если Вы недостаточно готовы к серьезной, самостоятельной, внутренней работе, к беспристрастному анализу собственной семейной модели, Вам потребуется профессиональная помощь врача-психотерапевта или психолога.

2. В семье с созависимостью всегда нарушено распределение ролей и распределение ответственности.

Мы уже говорили, что Ваш ребенок очень редко берет ответственность за собственную болезнь и свои поступки на себя. Он эгоист и стремится свалить на Вас всю тяжесть ответственности и вины за происходящее.

Ведь Вы добровольно приняли на себя ответственность за:

* осуществление контроля над процессом употребления наркотиков и состоянием здоровья ребенка;
* выбор круга его желательных и сомнительных друзей;
* подсчет денег, оставшихся в семейном бюджете после очередного срыва, и их распределение;
* прослушивание телефонных звонков и отслеживание существующих связей;
* раздачу долгов кредиторам;
* графиком работы или учебы, способами проведения досуга и многим, многим другим.

Вы видите, каким важным звеном является Ваша личность в жизни Вашего ребенка и, что самое страшное, в процессе употребления наркотиков. Чем сильнее Вы стремитесь исключить наркотики из его жизни, тем сильнее он пытается их сохранить. Ведь Вы помните из курса физики, что сила действия равна силе противодействия. Вы взвалили на себя ответственность за жизнь без наркотиков, оставив ему лишь одно — сохранить баланс системы и употреблять наркотики, чтобы все Ваши усилия не пропали даром.

Ваш ребенок может даже прибегнуть к упрекам типа: «Если бы ты, мама, не расплатилась с барыгами, мне бы не дали в кредит следующую дозу». Он может также использовать откровенный и неприкрытый шантаж, завязанный на Ваши родительские чувства: «Меня, конечно бы, уже не было в живых, но зато Вы с папой так бы не страдали и жили счастливо».

А теперь давайте представим себе парадоксальную ситуацию. Вы добровольно выходите из этой системы и слагаете с себя всю ответственность за происходящее. Проще всего на какое-то время уехать, исчезнув из жизни собственного ребенка.

Уверены, что многие родители побоятся это сделать, руководствуясь принципом: «Он же без меня совсем пропадет». На самом же деле, Вы боитесь передачи ответственности, но, к сожалению, другого способа избавления от созависимости у Вас нет.

Ведь если убрать из всех звеньев процесса наркотизации Ваше «Я», то привычная, годами отработанная и отшлифованная Вашим ребенком система рухнет. Безусловно, он может найти следующего «козла отпущения», чтобы взвалить всю ответственность на него. Но, уверяем Вас, желающих окажется немного. Скорее всего, их круг для Вас совершенно очевиден, ведь Вы полностью контролируете данную ситуацию. Найдите способы «вывести и их из игры». Только так Вы сможете попытаться снять с себя данные им полномочия и переложить ответственность на его собственные «хрупкие плечи».

Данный выход — не панацея в борьбе с употреблением Вашим ребенком наркотиков, но это уже 50% успеха. Поскольку Вы отказываете ему в столь выгодной для него и привычной созависимости, лишая его тем самым главной точки опоры. Может быть, он впервые в жизни задумается, что же ему делать дальше.

Как ни жестоко это звучит, но своим присутствием и участием Вы сами не даете ему разобраться в своем истинном «Я» — «Я» без наркотиков. А он продолжает с большим или меньшим успехом отвечать лишь за свое «наркотическое „Я“». Тем самым Вы мешаете его внутреннему взрослению и саморазвитию. Не сомневаемся, что Вы это делаете из самых благих побуждений. Остановитесь и задумайтесь о последствиях!

3. В рамках обсуждаемой нами проблематики тип созависимости, обозначенный как «Взаимный договор», встречается гораздо реже, чем предыдущие два типа, поскольку он больше распространен среди супругов, чем среди детей и родителей. На наш взгляд, он актуален только в неполных семьях, где ребенка, чаще всего сына, воспитывает одна мать, а сам ребенок занимает не только собственную позицию, но и отчасти позицию главы семьи и кормильца. Ведь он единственный «мужчина» в семье, он должен и привык заботиться о матери, особенно если она много работает, занята целый день и очень устает.

Это — тип созависимости по принципу сговора: «Ты, ребенок-наркоман, выполняешь все привычные обязанности по дому, а я закрываю глаза на твои наркотики. Ничего не произошло. Все идет, как обычно».

К сожалению, этот тип созависимости тоже недолговечен и мало продуктивен, так как ребенок очень часто просто не в состоянии выполнять свои привычные обязанности. Как только договор нарушается, ситуация взрывается и выходит из-под контроля.

4. Данный тип созависимости называется «параллельным существованием». Родители и ребенок делают вид, что они живут своей жизнью, и в проблемы друг друга абсолютно не вмешиваются. Такие отношения возможны в дистанцированных семьях, в которых четко соблюдаются условия отдельного, автономного проживания. Члены семьи живут, как в общежитии. У них существует только одна общая задача — не выносить сор из избы.

В семьях, где ребенок болен наркоманией, выработанные годами правила поведения не могут долго сохраняться. Наркоман больше не способен жить «параллельно», так как в период тяги он перевозбужден и действует окружающим на нервы. Когда же дело доходит до откровенного воровства, или начинается ломка, наркоман не способен сохранять «параллельные» отношения, а родители возмущены настолько, что забывают о своей автономии и резко вторгаются в жизнь ребенка.

Данная модель созависимости нередко приводит к тяжелым криминальным последствиям.

(из книги А.Данилина и И.Данилиной «Как спасти детей от наркотиков» М., 2001)

**По страницам интернета педагог – психолог Никифорова О. А.**