

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАССЫЛКА № 12/2021 НАРУШЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ ИЗ СЕМЕЙ АЛКОГОЛИКОВ

Семья – важнейший фактор нормального развития ребенка. Но в случаях грубых семейных дисфункций (пьянство, алкоголизм родителей) именно она становится фактором, провоцирующим возникновение различных по тяжести расстройств у детей.



Алкоголизм родителей – неблагоприятный фактор, который влияет на развитие ребенка, его здоровье, психоэмоциональное состояние, на то, как будет складываться вся его жизнь. Алкогольная зависимость нарушает взаимоотношения в семье. Психологическая обстановка в доме становится неблагополучной. Часто интересами ребенка пренебрегают в пользу заботы о зависимом члене семьи. Ребенок сталкивается с агрессией со стороны пьющего родителя.

Дети больных алкоголизмом переносят стресс, сравнимый с потерей близкого человека или с травматическим опытом ветеранов войны (известным под названием посттравматическое стрессовое расстройство – ПТСР). Этот синдром возникает у ветеранов войны, когда они начинают приспосабливаться к мирной жизни после войны. Дети часто вынуждены выбирать, на чьей стороне воевать – на стороне мамы или папы. Иногда линия фронта проходит между родителями и детьми.

Взрослые члены семей с алкогольной зависимостью в своём восприятии ситуации и её влияния на развитие детей руководствуются, по крайней мере, тремя мифами:

- Дети слишком малы, чтобы понимать, что происходит.
- Детей это никак не затрагивает.
- Когда алкоголик не употребляет алкоголь, в семье всё хорошо.

Между тем, влияние алкогольной зависимости родителя на формирование личности ребёнка однозначно негативно, хотя в каждом конкретном случае опосредовано:

- индивидуальными особенностями и уровнем развития личности ребёнка;
- местом, занимаемым в семье среди других детей;
- стадией развития ребёнка, на которой начались трудности в семье.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ПРИЗНАКИ РЕБЕНКА ИЗ СЕМЬИ АЛКОГОЛИКОВ

Все семьи с наличием больного алкоголизмом (назовем их для краткости алкогольными) являются дисфункциональными. Ситуация в алкогольной семье всегда нездоровая и нестабильная, поскольку алкоголизм забирает слишком много энергии, которая в норме направляется на поддержание

стабильности и создание здоровой окружающей среды для духовного роста.

Медики и ученые давно изучают вопрос наследственных проблем, связанных с алкогольной зависимостью. В результате они смогли определить ряд общих поведенческих шаблонов, которые присущи детям, выросшим в семьях, где есть проблема с зависимостью от спиртных напитков. К ним можно отнести следующие признаки:

- **Неумение отказывать.** Условия воспитания в семьях, где взрослые пьют, нередко способствуют развитию нерешительности – ребенок не в состоянии самостоятельно принять решение в результате того, что нетрезвые родители жесткими методами отучали его от непослушания. В результате страх сделать что-то не так парализует его в моментах, когда требуется проявить самостоятельность.

- **Скрытность.** К этому приводит чувство стыда за своих родителей. Из-за этого дети, выросшие в подобных семьях, тщательно скрывают свою ситуацию, они рано перестают приглашать в гости друзей, предпочитая встречаться на улице, не распространяются о семейных обстоятельствах.

- **Низкий уровень самооценки.** Особенно это проявляется в ситуациях, когда употребляют алкоголь оба родителя – ребенок достаточно рано начинает осознавать, что его семья отличается от других, и далеко не в лучшую сторону. Это невольно накладывает отпечаток на оценку его положения среди сверстников; ребенок начинает ощущать себя ущербным, лишенным многих вещей, которые для его друзей и одноклассников являются обычными.

- **Бессистемность действий.** Обычно в семьях с алкогольной зависимостью не существует четкого уклада, их жизнь отличается непредсказуемостью и сиюминутностью. В результате у детей затруднено формирование ориентиров, отсутствует понимание последовательности.

- **Предрасположенность к нарушению правил.** Многие дети алкоголиков отличаются склонностью к невротичному поведению, импульсивны. Это нередко приводит к регулярным дисциплинарным нарушениям еще в школе. Впоследствии такие дети достаточно быстро попадают в поле зрения полиции.

- **Сложности с адаптацией.** Наличие психологических проблем мешает ребенку проявлять необходимую в ряде ситуаций гибкость, из-за чего его поведение нередко становится не только нелогичным, но и диаметрально противоположным тому, что требуется в ситуации. Нередко это вытекает из особенности, упомянутой в предыдущем пункте.

- **Внушаемость.** Нарушение нормальной коммуникации в семье приводит к тому, что ребенок становится излишне доверчивым, его проще ввести в заблуждение. В результате он часто становится жертвой манипуляций. К тому же, нередко родители-алкоголики обвиняют ребенка в своем образе жизни, что лишь усугубляет последствия – чувство вины может прижиться на десятилетия.

- **Сложности с проявлением быстрого мышления.** Во многих ситуациях, которые требуют демонстрации находчивости, гибкости,

креативности, дети родителей с зависимостью сдаются и не могут найти выход из положения. В результате ответной реакцией становится замыкание в себе, отказ от коммуникации. Это происходит из-за того, что в свое время родители не сформировали у ребенка правильный шаблон поведения в критической ситуации.

- **Агрессия.** Причин у матрицы поведения, связанной с агрессивностью, множество – это и нарушения нервной системы, и копирование поведения одного из родителей, и неспособность выразить свои чувства иным способом. К сожалению, такой шаблон на долгое время может стать одним из самых привычных, если вовремя не скорректировать поведение ребенка.

Взаимоотношения в алкогольной семье складываются в зависимости от того, кто злоупотребляет алкоголем. Если отец, то мать стремится сгладить чѐрствость, грубость и невнимательность отца. Она проявляет к ребёнку нежность, повышенную опеку, но не всегда эти проявления носят стабильный характер. Таким образом, в семье могут складываться резко противоположные отношения к ребёнку. Чаще всего это ведѐт к неустойчивости его поведения, настроения. Ребѐнок может использовать противоречивость родительского отношения в эгоистических целях.



Достаточно серьёзно отражается на психике ребёнка морально-психологический климат семьи, где спивается мать. Алкоголизм матери, как известно, тяжело сказывается на психике, приводит к различным нарушениям, которые требуют специальной коррекции – невротические расстройства, отчуждение, девиантное поведение, задержки психического развития. Особенно страдает психологическое здоровье, т.е. душевное, личностное развитие. Дети матерей-алкоголичек обнаруживают более низкие, чем у нормально развивающихся сверстников, успехи в обучении, явные отклонения в познавательной и, как следствие, личностной сфере.

Формирование нервно-психического состояния в семьях, где отец и мать злоупотребляют алкоголем, протекает с тяжѐлыми отклонениями. Дети родителей, страдающих алкоголизмом, попадают в сферу неблагоприятных микросоциальных влияний и в то же время они, как правило, имеют отклонения на биологическом уровне. Уже внутриутробное развитие ненормально из-за грубых нарушений матерью режима сна и бодрствования, питания, из-за употребления в период беременности алкоголя и т.п. Кроме того, у детей нередко обнаруживается чувство собственной ненужности, безысходности, тоски по лучшей жизни в семье. Поэтому в школе они отличаются пассивностью, безразличием к окружающей среде.

Исследования показывают, что дети лиц, злоупотребляющих алкоголем, гораздо чаще пребывают в состоянии страха и горя, страдают заниженной самооценкой, имеют проблемы с учёбой и поведением в школе, могут вести себя неадекватно, подвержены депрессиям, нарушениям сна, ночным

кошмарам. Родительское предпочтение спиртному отражается на ребёнке хуже, чем сами эпизоды пьянства или количество выпитого: у детей вырабатывается своё отношение к обстановке в семье, ребёнок так или иначе приспособливается, находит способы преодоления возникающих трудностей в учёбе, в отношениях с другими детьми.

Взаимоотношения с окружающими, как правило, неадекватны. Переживая поверхностны, неустойчивы и существенно не влияют на мотивационную, аффективную и интеллектуальную сферы, а, следовательно, и на поведение в аналогичных ситуациях в будущем. Переживания не являются достоянием опыта и регулятором поведения, так как недостаточно осознаются детьми. Не попадая в фокус сознания, они быстро забываются, поэтому дети не помнят о последствиях своих действий и поступков, не планируют и не прогнозируют их заранее.



Обычно у таких детей в школе часто бывают конфликты, которые заканчиваются прогулами занятий, побегами из дома и т.п. Такой своеобразный протест неадекватных требований среды к ребёнку, не способному их выполнить в силу незрелости эмоционально-волевой и интеллектуальной сфер, к подростковому возрасту приобретает активный характер. При получении доступных удовольствий асоциальным путём в асоциальных компаниях у них происходит псевдокомпенсация осознаваемых отрицательных переживаний теми положительными, которые они там получают.

Отношения с родителями-алкоголиками лишены стабильности и безопасности. Пьющий родитель может за один и тот же поступок в одном случае избить ребенка, в другом – проигнорировать, в третьем – спровоцировать ребенка на тот же поступок. В ответ на двойственность и внутреннюю конфликтность поведения родителя у ребенка формируется сложное амбивалентное отношение к матери (отцу): он ее (его) любит, боится, ненавидит, не понимает; привязан – и хочет уйти, заботится – и готов ударить... Одновременно складывается подобное отношение к окружающему миру в целом.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ У ДЕТЕЙ ИЗ АЛКОГОЛЬНЫХ СЕМЕЙ

Ребёнок, чтобы выжить в алкогольной семье, неизбежно усваивает дезадаптивные формы поведения. В семьях с алкогольной зависимостью, по мнению специалистов, вырабатываются три основных правила или стратегии, которые передаются от взрослых к детям и становятся их жизненным кредо: «не говори, не доверяй, не чувствуй».

Дети боятся «высовываться» и просить о помощи из-за клейма,

связанного с пьянством или другими наркотическими проблемами, а также из-за того, что они не хотят быть предателями в своей семье. Даже дома они не могут говорить об истинном положении вещей. Кроме того, они становятся недоверчивыми из-за несдерживаемых родителями обещаний, непостоянства, вербального, физического и даже сексуального насилия, объектом которого они нередко являются.

Третье правило – «не чувствуй!» – естественным образом вытекает из первых двух. То, что происходит с ними, может быть больно, грязно, стыдно и безнадежно. Они вынуждены учиться прятать или игнорировать свои чувства. Дети уже в раннем школьном возрасте прекрасно умеют



отстраняться от своих чувств и мыслей по поводу происходящего в семье, убеждая себя и окружающих в том, что всё благополучно.

Эмоционально-поведенческие и личностные отклонения у детей, приобретенные в результате неправильного воспитания, затрудняют формирование нормальных межличностных отношений и социальной

адаптации в целом.

В свою очередь, социальная дезадаптация является мощным неблагоприятным фактором, утяжеляющим личные и поведенческие нарушения. Она способствует формированию стойких психопатических состояний, асоциальных форм поведения.

Российский психиатр В.В. Ковалев, доктор медицинских наук, профессор, на основе своего опыта и наблюдения за поведением детей из семей алкоголиков выделяет **три группы расстройств:**

- 1) **непатологические формы нарушений поведения**, связанные с психической депривацией и бедностью жизненного опыта детей;
- 2) **патологические**, связанные с нарушением деятельности центральной нервной системы под влиянием сочетания биологической ее недостаточности и неправильных форм воспитания;
- 3) **компенсаторные и гиперкомпенсаторные** нарушения поведения, имеющие вторичный характер и определяющие стремление ребенка приспособиться к своей несостоятельности.

Непатологические формы нарушений поведения имеют ситуационный характер, т.е. возникают в ответ на ту или иную ситуацию и отличаются кратковременностью и неустойчивостью проявлений, отсутствием нарушений социальной адаптации и соматовегетативных расстройств (нет нарушения сердечной деятельности, учащения пульса, нарушений дыхания, усиленного потоотделения, изменений окраски кожных покровов и т. д.).

Особенностью этих форм поведения является их направленность на лицо, вызвавшее у ребенка конфликтное переживание, которое проявляется в виде грубости, стремления досадить определенному лицу.

В основе **патологических форм нарушений поведения** лежат органические расстройства центральной нервной системы. Они носят диффузный характер, т. е. проявляются не только в той микросоциальной среде, в которой возникли переживания, но и за ее пределами. Отмечается их нечеткая направленность на определенное лицо или на определенную ситуацию, в связи с чем даже при изменении ситуации поведение носит патологический стереотипный характер. При патологических формах нарушений поведения всегда наблюдаются невротические расстройства в виде нарушений настроения, сна, сердечной деятельности, дыхания и т. п. и обычно имеют место проявления социальной дезадаптации.

Так, при патологических реакциях пассивного протеста ребенок не только отказывается посещать школу или отдельные уроки, но даже при напоминании о необходимости их посещения у него возникают различные невротические реакции: тики, насильственный кашель, рвота, сердцебиение, повышенная потливость. Настроение у такого ребенка обычно подавленное, сон нарушен.

При патологических реакциях активного протеста у ребенка часто устанавливается привычное агрессивное поведение в отношении окружающих. Ребенок становится грубым, непослушным, упрямым в отношениях с взрослыми, старается все делать назло. Это также сопровождается пониженным настроением, нарушениями сна, аппетита и другими невротическими расстройствами.



Наиболее частыми патологическими формами поведения у детей родителей, страдающих алкоголизмом, являются двигательная расторможенность и повышенная аффективная возбудимость, а также склонность к истерическим реакциям.

Компенсаторные и гиперкомпенсаторные формы поведения направлены на то, чтобы скрыть от окружающих некоторые слабые стороны своей личности. Кроме того, они могут быть средством «психологической защиты» личности от переживаний собственной неполноценности. Например, дети-сироты часто представляют себе, что они нашли своих родителей, или кто-либо из воспитателей, проявляющих наибольшее внимание к ним, является их матерью или родственницей.

В случае выраженности внутренних конфликтных переживаний компенсаторные формы поведения могут проявляться в виде показной бравады, нарушений школьной дисциплины. Девочки в этих ситуациях могут утверждать, что они «давно живут половой жизнью», мальчики – «что они курят, пьют, употребляют наркотики, связаны с различными группировками»

и т. д. Эти реакции проявляются чаще в подростковом возрасте, когда возрастает стремление к завоеванию недостающего авторитета.

Отклонения в психическом развитии детей при семейном алкоголизме часто нарушают их адаптацию к школе, учеба большинству из них дается с большим трудом. Дети тяготятся пребыванием в школе, надоедают товарищам своей расторможенностью и дурашливостью. Личность этих детей формируется дисгармонично, у них нет цельности переживаний, внутренняя неуверенность в себе часто сочетается с повышенной самооценкой, внешнее безразличие к окружающим – с чрезмерной ранимостью.

Лица с указанными формами нарушения поведения составляют «группу риска» в отношении алкоголизации и токсикомании.

ТИПОЛОГИЯ РОЛЕЙ, ПРИНИМАЕМЫХ НА СЕБЯ ДЕТЬМИ

Сложившаяся ситуация в дисфункциональной семье заставляет детей играть определенные роли. Роли – это реакция детей на происходящее в семье. Они примеряют роли или маски, которые дают чувство стабильности и безопасности, отвлекают от проблем, позволяют выжить. В научной литературе выделяют четыре таких роли: «Семейный герой», «Козел отпущения» (или «Бунтарь»), «Потерянный ребенок», «Шут». Стоит сразу оговориться, что эти типы – лишь приблизительная «схема» личности, поскольку, как известно, каждый человек уникален.

«Семейный герой» – такую роль часто берет на себя старший ребенок в семье. Его целью является сохранение семейного достоинства. Исходя из этого, он не вызывает своим поведением никаких хлопот: хорошо учится, даже в раннем возрасте может исполнять некоторые функции одного из родителей, не по годам взрослый, ответственный, может иметь высокие достижения не только в учебе. Подобные дети имеют тенденцию быть академически или профессионально очень успешными, отличаются организованностью, целеустремленностью, дисциплинированностью. Но им трудно выслушивать других, трудно играть, веселиться. Успех становится главным в жизни такого ребенка. Часто уже в детстве развивается перфекционизм. Внутри у ребенка, находящегося в этой роли, много одиночества, страха, обиды, гнева. Эти дети как бы пытаются убедить мир в том, что все нормально. Они проецируют на семью свой уровень достижений и ответственности.

Как с таким ребенком следует вести себя взрослому (родителю, учителям, родственникам, знакомым)? Во-первых, уделять больше внимания, когда ребенок терпит какую-либо неудачу (например, получил двойку в школе). Во-вторых, пытаться отделить собственную ценность ребенка от его достижений: «Ты хороший, и мы тебя любим не потому, что ты хорошо учишься/помогаешь по дому/заботишься о младших братьях, а потому что ты есть». В-третьих, давать такому ребенку понять, что совершать ошибки можно, что без них не обходится никто, что важен не сам факт ошибки, а эффективный способ ее устранения, и что даже если не получается и это – он

все равно остается умным, способным, а главное – любимым вами человеком.

Также важно помочь ему научиться распознавать свои чувства и уметь выражать их. Необходимо, чтобы ребенок понял, от какого занятия, увлечения он получает удовольствие, расслабление, а не только делает потому, что «надо». В семье важно, чтобы взрослые сами не нагружали его поручениями и не позволяли его использовать другим детям.

Взрослому не рекомендуется: «монополизировать» разговор с ребенком, когда говорите только вы; всегда отвечать первым на вопрос; позволять ребенку оценивать себя только через призму своих достижений.

Если такой ребенок получит адекватную помощь от взрослого и, возможно, психолога, в будущем он может стать хорошим лидером, научиться принимать неудачу, обращаться за помощью, брать ответственность только за себя и свои поступки. Если адекватной помощи не будет – в будущем «Семейный герой» может неосознанно нести внутри чувство вины за родителей, может страдать перфекционизмом, испытывать вечный невроз, иметь огромное чувство ответственности за все. Он трудоголик, жаждущий похвалы. Это человек, который не может насладиться счастьем. Впадает в депрессию.

«Бунтарь» или «Козел отпущения» – эту роль, как правило, исполняет ребенок, который по возрасту младше героя. Обычно его отличает плохое поведение в школе, с ним много проблем, для него характерно непослушание. Часто такие дети становятся малолетними правонарушителями. Для них правила существуют лишь для того, чтобы их нарушать. Подобный ребенок оттягивает фокус проблемы на себя. То есть фактически выполняет функцию громоотвода и служит сохранению семьи. Благодаря этой роли семья имеет возможность для своеобразного нездорового выражения гнева. Внешне такой ребенок выглядит «колючим» и враждебным. Неконтролируемая вспыльчивость, плохие компании, долги, нежелание учиться. Импульсивность толкает его на азартные игры, в том числе на игровых автоматах. Однако внутри у него много боли, отчаяния, страха, чувства вины.

Чем раньше замечена эта маска, тем проще будет помочь такому ребенку. Если этой маской он привлекает внимание, помочь ему проще, чем когда он почувствует власть, начнет использовать ее или мстить. **Как ему помочь?** Найти в нем хорошее, поощрять, когда он берет на себя ответственность за свои поступки, хвалить за отдельные успехи, установить четкие правила и обязанности (дома, в школе и т. д.).

«Бунтарю» важно дать понять, когда его поведение неуместно. Устанавливать границы и быть в этом последовательными. Четко объяснять подростку, за что именно он отвечает, не проявлять чувство жалости к нему, игнорировать грубое поведение и всегда хвалить за достойное поведение. Всегда быть последовательным и самому строго придерживаться установленных с ребенком правил.

Не рекомендуется: жалеть ребенка, то и дело менять свое отношение к нему, усиливать власть, соглашаться с претензиями других к собственному ребенку, воспринимать поведение ребенка на свой счет (в случае жалоб на него учителей, других родителей).

Из «Бунтаря», получившего адекватную помощь, в будущем может получиться хороший консультант, он научится выражать свои чувства приемлемым для общества способом, научится обращаться за помощью в случае необходимости.

Не получив своевременной и адекватной помощи, в будущем этот человек, испытавший боль, чувство вины, злость в детстве, может вырасти преступником, зависимым человеком, повторяющим жизненный путь своего пьющего родителя.

«Потерянный ребенок» – такие дети стремятся быть невидимыми, они кажутся тихими и даже робкими, любят уединение, избегают стрессов, конфликтов, привязываются к вещам, а не к людям, у них мало друзей. Они могут часто и сильно болеть. От хаоса и семейных драм они спасаются в мечтаниях и грезах, живут в нереальности. Этот ребенок дает семье возможность для выхода нежности и привязанности. Глубоко внутри ребенок ощущает собственную неважность, испытывает боль, злость, тревогу, чувствует отвержение.

Поведение, рекомендуемое взрослому: к детям в роли «потерянный ребенок» всегда надо обращаться по имени и в присутствии других детей обозначать их сильные стороны, поощрять инициативу. Нужно замечать его, важен контакт один на один. Необходимо интересоваться его внутренним миром, относиться к его фантазиям серьезно, двигаться очень медленно и осторожно, не нарушать его безопасное пространство и слушать, быть рядом



и быть готовым ждать столько, сколько ему нужно. Важно указывать на сильные стороны ребенка и поощрять таланты, помогать ребенку строить взаимоотношения, побуждать к работе в маленьких группах.

Не рекомендуется: отпускать ребенка с «крючка», позволяя ему оставаться в молчании, например, никогда не вызывая его к доске или не общаясь с ним; позволять другим детям заботиться о ребенке, говоря и отвечая за него.

В случае помощи в будущем этот ребенок может проявить себя как весьма талантливый и творческий человек с богатым воображением.

Не получив необходимой помощи, повзрослев этот человек рискует утратить интерес к жизни, получить глубокие внутренние проблемы на фоне внешнего спокойствия, изолироваться от общества и даже умереть еще в юности.

«Шут» – так называется еще одна роль в зависимой семье. Играющий ее ребенок часто находится в центре внимания. Он все время балагурит,

привлекает окружающих шутками, смешным поведением, несерьезностью. Имеет очень плохую концентрацию внимания, гиперактивное поведение, все это – способы снятия напряжения, характерные для детей, находящихся в роли «шута». Но у шута есть и другая маска – печальная, очень тяжело переживает душевную боль. Внутри у такого ребенка – страх, гнев, отверженность.

Советы взрослому: держать ребенка ответственным за его деструктивное поведение, «шуту» необходимо давать поручения и спрашивать за выполнение поручения точно в назначенный срок. Важно поощрять его юмор тогда, когда он уместен, и не обращать внимания, если ребенок паясничает. Психологи советуют говорить с ним на серьезные темы, смотреть с ним серьезные фильмы, интересоваться им настоящим, тем, кто за маской шута, предлагать говорить о чувствах, учить переживать их и выражать, анализировать вместе с ним шутку, поощрять ответственность.

Стоит пытаться смеяться вместе с ребенком, а не над ним.

В случае адекватной помощи такой ребенок в будущем может стать душой компании, с которым всегда весело, у него разовьется хорошее и уместное ситуации чувство юмора, он научится заботиться о себе.

Если помощи не будет, «шута» могут ждать заболевания, связанные со стрессом, он навсегда может остаться незрелым и довольно безответственным человеком. Пристраститься к алкоголю и наркотикам. Внутри у него живет страх, тревога и неуверенность, а юмор – это способ защиты.

| | Видимые качества | Внутренние чувства | Дает семье | Характеристики | Возможные характеристики в будущем Без помощи | Возможные характеристики в будущем С помощью |
|---------------------------|--|---------------------------------------|---|--|--|--|
| Семейный герой | Видимый успех Делает то, что «правильно» | Неадекватность | Самоценность (семья может гордиться) | Высокие достижения Отметки Друзья Спорт | Работоголизм Никогда не ошибаться Ответственность за все Для семейных отношений выбирает хим. зависимого человека | Принятие неудачи Ответственность за себя, а не за все Хороший исполнитель |
| Козел отпущения | Враждебность Оборонительность Злобность | Боль, вина | Снимает фокус с алкоголика | Негативное внимание Не может соперничать с «семейным героем» | Незапланированная беременность Неприятности в школе и на работе Проблемы с законом | Взятие на себя ответственности Смелость Способность видеть реальность Хороший консультант |
| Потерянный ребенок | Отстраненность Одиночка | Одиночество Собственная неважность | Облегчение (ребенок, о котором не нужно беспокоиться) | Тихий «Невидимый» Нет друзей Легко ведомый Попадающий в неприятности | Слабый интерес к жизни Проблемы с сексуальной идентичностью Неразборчивость в связях Одиночество Часто умирает в раннем возрасте | Независимый Талантливый Творческий С хорошим воображением Самоактуализирующий ся |
| Шут | Хрупкость Незрелость Защита потребностей | Страх | Развлечение и юмор (комическая разрядка) | Гиперактивный Обучается плохому Трудности с концентрацией | Язвенные болезни Неумение справляться со стрессом Компульсивность Клоунство Незрелость | Заботится о себе Перестает быть клоуном С ним легко и весело Хорошее чувство юмора |

Из книги Шерон Уэгшейдер «Семейная ловушка», 1976

Надо сказать, что и у детей из семей с другими дисфункциями могут быть проявления вышеописанных ролей, но в семьях, где есть алкоголизм и наркомания, эти роли очень жестко закреплены. Дети алкоголиков чаще, чем другие школьники, обнаруживают признаки тревоги и беспокойства даже в тех случаях, когда для этого нет повода. Педагоги могут заметить, что ребенок бывает чрезвычайно взволнован как перед ответственной контрольной, так и перед обыденным школьным обедом. Таким образом сбрасывается тревога, связанная с семейной ситуацией.

Дети могут быть гипербидчивыми и часто плакать, или, наоборот, все время провоцировать ссоры и конфликты. Иногда такие дети как бы прилипают к своему педагогу или к кому-либо из сверстников и очень ревнуют объект своего внимания, могут обижаться и капризничать.

Недостаток эмоциональной теплоты и поддержки серьезно затрудняет нормальное формирование у ребенка чувства собственного достоинства. В связи с этим особую важность приобретает своевременная и целенаправленная работа с такими детьми.

ПСИХОЛОГ-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ ИЗ АЛКОГОЛЬНЫХ СЕМЕЙ

Психолого-педагогическая помощь ребёнку, родители которого злоупотребляют алкоголем, должна быть ориентирована на выполнение следующих задач:

- *объяснить ребёнку, как алкогольная зависимость влияет на самого зависимого и на всех членов его семьи;*
- *объяснить, что он не виноват в проблеме родителей, – снять чувство вины;*
- *рассказать, как можно научиться вести здоровый образ жизни, чтобы обходиться без алкоголя;*
- *научить разговаривать о своих чувствах;*
- *объяснить, что можно делать, когда чувствуешь себя злым, грустным, испуганным или одиноким;*
- *научить открыто и продуктивно обсуждать проблемы, с которыми сталкиваешься в жизни;*
- *научить устанавливать и сохранять позитивные взаимоотношения с людьми, обращаться за помощью в случае необходимости;*
- *дать ребёнку возможность понять, что его ценность, как человека, основывается на его существовании и индивидуальности, а не на том, как он выполняют свою роль в алкоголизированной семье;*
- *отделить самоуважение от вещей, которые ребёнок не может контролировать, объяснив, что повысить самоуважение можно, развив индивидуальные таланты, силу и знания.*

Большое значение имеет психологическое просвещение детей по проблеме алкогольной зависимости, её влияния на взаимоотношения в семье,

осуществляемое в форме мини-лекций, завершения незаконченных предложений, обсуждения проблемных ситуаций.

Дети, понимающие явление алкогольной зависимости, могут быть мощными катализаторами на пути к выздоровлению семьи, поэтому они крайне нуждаются в полезной информации. Занятия педагога-психолога с ребёнком из алкоголизированной семьи должны осуществляться с целью прерывания «негативной семейной традиции алкогольной зависимости» путем помощи ребёнку в осознании своей индивидуальности, значимости и потенциала.



Детям (вне возраста) из семей зависимых важно слышать:

1. Алкоголизм – это болезнь. Твой родитель болен. В этом нет твоей вины.
2. Твои родители действительно любят тебя, хотя не всегда могут показать это.
3. От тебя не зависит, будут ли твои родители употреблять алкогольные напитки.
4. Ты можешь чувствовать себя хорошо, не смотря ни на что.
5. Ты не одинок – есть много детей таких же, как и ты.

Психолого-педагогическая поддержка детей, родители которых злоупотребляют алкоголем, предполагает создание условий для соответствующего отреагирования негативных эмоций, что наилучшим образом удаётся за счёт средств арт-терапии. В рисовании, лепке, чтении и обсуждении сказок дети получают возможность безопасно воспроизвести и освободиться от мучительных переживаний, в тоже время происходит их сенсорное и речевое развитие, интенсивно развивается самосознание.

Коррекция поведения, по мнению А.И. Захарова, кандидата медицинских наук, доктора психологических наук, может успешно осуществляться в процессе игры. Игра представляет собой естественный вид творчества детей, в котором моделируется,



отражается доступная пониманию ребенка окружающая действительность. В игре происходит отреагирование чувств и желаний, постижение нового опыта социального взаимодействия, развития воображения и расширения круга общения, приобретаются новые знания и умения. Кроме этого, через игру, возможно, дать осознать ребенку недостатки своего характера и найти оптимальные пути решения проблемных или конфликтных ситуаций общения. Для этого можно использовать в виде игры реальные условия. Они имеют более определенный сценарий, заставляют ребенка вырабатывать план действий. В процессе проигрывания различных ситуаций происходит обучение приемам поведения, что значительно облегчает процесс адаптации.

В раннем возрасте, когда ребенок уже способен к самостоятельной элементарной деятельности, необходимо полнее использовать возможности игры с песком и водой.

Наблюдения за детьми родителей-алкоголиков показывают, что в играх с водой и песком в значительной степени преодолевается их не целенаправленность, хаотичность, быстрая пресыщаемость. Воспитатель должен привнести в игру ребенка определенный смысл или задать мотив деятельности. Замечено, что игра с водой и песком способствуют снятию эмоционального напряжения, раздражительности, возбудимости.

Сюжетно-ролевые игры могут использоваться в психотерапии, как для диагностических, так и коррекционных целей. В этих играх ярко проявляются эмоциональные отношения ребенка к людям и предметам. Правильное, желательное поведение того или иного героя игровой ситуации обязательно поощряется, оценивается и вознаграждается.

Музыка может способствовать созданию благоприятного фона для других видов психотерапии. Рисование, рациональная и игровая психотерапия под музыку открывают большие возможности для преодоления конфликтных переживаний, нормализации эмоционального состояния.

Особенностью психолого-педагогической работы с детьми является то, что наиболее эффективными направлениями будут те, которые предполагают активную, внешне проигрываемую деятельность самого ребенка. Игра, рисование, лепка, пение, и другие формы работы ребенка позволяют ему вынести во вне объекты самопознания. Кроме этого, большой упор необходимо делать на удовлетворение сенсорной природы ребенка и развития его речи.

Таким образом, учитывая комплексный характер патологических изменений в эмоционально-волевой сфере, в личностном развитии и поведении для таких детей можно с успехом применять общеизвестные методы психотерапии, музыкотерапии.

Предлагаемая программа игровой коррекции поведения для детей дошкольного и младшего школьного возраста может быть использована при различных формах нарушения поведения, неврозах, страхах, школьной тревожности, в частности при работе с детьми, которые пережили травмирующий опыт с родителями-алкоголиками.

Цель данной программы: устранение искажений эмоционального реагирования и стереотипов поведения, реконструкция полноценных контактов ребенка со сверстниками, гармонизация образа «Я» ребенка.

1-е занятие.

Посвящено знакомству детей друг с другом. Дети садятся полукругом на стульчики около ведущего. Всем участникам взрослый предлагает назвать себя любым именем, которое сохраняется за ребенком на все время занятий. Коррекционный смысл состоит в том, что ребенок может таким путем как бы выйти из своего старого «Я» и надеть на себя другую маску. Дети часто выбирают имена друзей, названия животных, которые бывают

глубоко символичными.

Игра «Паровозик».

Цель игры: создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности в себе, устранение страхов, сплочение группы, усиление произвольного контроля, развитие умения подчиняться требованиям одного.

Ход игры: дети строятся друг за другом, держась за плечи. «Паровозик» везет детей, преодолевая с «вагончиками» различные препятствия. Концовка занятия должна быть спокойная и объединяющая. Поэтому можно предложить детям встать в круг («хоровод») и взять друг друга за руки. Выбранная форма окончания занятий останется неизменной и превратится в ритуал.

2-е занятие.

Если группа активна, то продолжит курс спонтанных игр. В ходе игры в детском коллективе возникает иерархия, как правило, выявляющая силу и слабость каждого участника

Игра «Ассоциации».

Цель игры: воспитание наблюдательности, развитие воображения, формирование умения жестами изображать человека.

Ход игры: ребенок жестами, мимикой изображает другого ребенка, его особенности, привычки, как он их видит. Остальные дети отгадывают, кого он изображает.

Игра «Страшные сказки».

Цель игры: развитие смелости, уверенности в себе, снижение тревожности. Игра направлена на объединение группы.

Ход игры: выключается свет или зашториваются окна. Дети начинают по очереди рассказывать в темноте страшные сказки. Если уровень доверия в группе высок, то дети воспроизводят свои реальные страхи. Очень полезно их тут же разыграть, также в темноте.

3-е занятие.

Игра «Бип».

Цель игры: создание положительного эмоционального фона, устранение страхов, сплочение группы.

Ход игры: дети сидят на стульчиках. Водящий с закрытыми глазами ходит по кругу, присаживается по очереди на колени к детям и угадывает, у кого он сидит. Если он правильно угадал, тот, кого назвали, говорит: «Бип».

Игра «Семейный портрет».

Цель игры: игра служит социометрии детской игровой группы, а также отражает сложившиеся отношения в собственной семье, опирается на групповые взаимоотношения.

Ход игры: в семью приходит фотограф, чтобы сделать семейный портрет. Он должен задать семейные роли всем членам группы и рассадить их, попутно рассказывая о том, кто с кем дружит в этой семье.

Новый опыт общения со сверстниками в группе складывается на основе доверительной атмосферы открытого общения, в которой широко

применяются приемы обратной связи. Создается возможность пережить новый опыт взаимоотношений со взрослыми.

4-е занятие.

Игра. Свободное время.

Для преодоления эмоционального сближения и взаимодействия детей психолог предлагает выполнить совместную работу: сделать общий рисунок на большом листе бумаги, который расстилается на полу. Тема рисования: «Наша дружная группа».

Цель рисования: закрепление в рисунке впечатлений, полученных от игры и общения со сверстниками, выявление страхов, снятие тревожности.

Этюд «Встреча с другом».

Цель этюда: развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое, формировать выразительные движения.

Ход этюда: педагог рассказывает детям историю: «У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они другу».

По желанию дети разыгрывают эту сценку. Выразительные движения: объятия, улыбка грусть, эмоция радости.

И конечно, все дети обязательно нуждаются в выслушивании, оно само по себе является целебным. Выслушивая ребенка, взрослый может удовлетворить сразу несколько его потребностей: в принятии, в свободе говорить, во внимании.

Таким образом, дети из алкогольных семей несут в себе комплекс психологических проблем, связанных с определенными правилами и ролевыми установками такой семьи, что может привести к возможному попаданию их в группу риска, к воспроизведению родительского опыта, связанного с зависимым поведением. Поэтому необходимыми условиями успешной работы с детьми является системность и регулярность психолого-педагогических мероприятий, где дети узнают, как справляться с негативными эмоциями, что можно и нужно доверять другим людям, смогут справиться с чувством вины, а также приобрести разнообразные жизненные навыки.

Качественная, своевременная психолого-педагогическая помощь не просто позволит ребёнку выжить в семье, где родители злоупотребляют алкоголем. Эта помощь может означать, что он не станет одним из 25-30% детей алкоголиков, которые сами впоследствии стали алкоголиками.

ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ С ФАС

Наиболее опасен женский алкоголизм, и опасен он не только потому, что наносит неисправимый вред организму женщины, но и потому, что

оставляет неизгладимый след на ребёнке, которого эта женщина может вынашивать.

Внутриутробное длительное отравление алкоголем имеет настолько специфическую клинику, что для него существует даже отдельная номенклатура. Первым фетальный алкогольный синдром описал французский врач Р. Lemoine в 1968 году.



Фетальный алкогольный синдром – это расстройство, возникающее вследствие употребления алкоголя матерью в пренатальный период и представляющее собой совокупность врожденных пороков развития,

обусловленных тератогенным воздействием этилового спирта на развивающийся плод. Фетальный алкогольный синдром характеризуется пренатальной гипотрофией, отставанием ребенка в физическом и нервно-психическом развитии, умственной отсталостью, проявлениями черепно-лицевого дисморфизма, врожденными пороками сердца, нарушением развития скелета и др. аномалиями. Диагностика фетального алкогольного синдрома основана на наличии алкогольного анамнеза у матери, множественных нарушений развития у ребенка. Лечение фетального алкогольного синдрома направлено на коррекцию тяжелых анатомических пороков, организацию медико-психолого-педагогического сопровождения ребенка

Что нужно знать приемным родителям, которые воспитывают такого ребенка?

Внешние признаки сильно не помешают дальнейшей жизни ребенка. Главное – никогда не сравнивать его со сверстниками по красоте и скорости развития, потому что такие дети растут неравномерно, медленно набирают массу и кажутся очень худыми и маленькими, не соответствующими своему возрасту. Часто они даже много едят, но усваивается пища плохо из-за нарушения обмена веществ.

Именно эти их особенности удастся использовать при привлечении к таким видам спорта, как цирковая студия, синхронное плавание, гимнастика. Если им понравится заниматься, то они будут очень настойчивы и прилежны и во многом преуспеют.

Эмоционально такие дети могут быть неустойчивы, у них часто меняется настроение – от смеха к слезам, без видимой на то причины, или из состояния проявлений всеобщей любви они впадают в состояние глухой обиды, могут начать сильно кричать, как говорится, «на ровном месте». Все это раздражает взрослых, и надо проявить гигантское терпение, чтобы успокоить такого ребенка. Происходят эти вспышки из-за незрелости структур головного мозга и из-за трудностей контроля эмоций – мозг очень быстро перегружается новой информацией. У таких деток возникают

сложности с процессом выбора, поэтому до поры до времени родителю надо быть проводником для ребенка, помогая выбрать и исследовать то, что ему понравилось.

Из-за неравномерного развития у таких детей возникают проблемы с усвоением информации – что-то не успевает зафиксироваться и усвоиться в голове, подача информации происходит слишком быстро для них, а что-то остается непонятным. Если не замечать такие особенности, а только повышать уровень требований, не анализировать, как именно ребенок накапливает новые сведения, то это может стать причиной появления страха перед новизной в принципе. Такой страх, в свою очередь, усугубляет проявления задержки психологического развития (которые сформировались еще в плохих условиях родного дома и из-за пребывания в интернатном учреждении). Словарный запас таких детей может быть беден, они могут не к месту употреблять слова и часто отвлекаться от того, что другие говорят им. Это происходит потому, что дети не понимают, что от них хотят. Поэтому надо общаться с ними очень размеренно, четко и понятно объясняя все слова, стараться часто смотреть в глаза, проверяя, все ли они поняли. Может потребоваться многократное повторение – пусть это вас не удивляет. Нужно закреплять информацию разными способами: стараться задействовать все органы чувств – трогать, нюхать, слушать и смотреть.

Такие дети любят играть и привлекать к себе внимание самыми разными путями – к этому надо относиться терпимо, потому что во время игры они обретают силы и уверенность. Не надо торопить их развитие, так как любые стрессы и недовольства родителей вызывают у них напряжение и не способствуют созреванию мозга. Эти дети, как правило, очень хотят радовать своих родителей, и если с самого начала быть им помощниками и поддерживать их достижения (принимать их подарочки и обращать внимание на их слова), то они будут очень стараться шагать вместе с родителями вперед.

Поскольку их биологические родители были в них не заинтересованы, то огромное значение для таких детей играет внимание взрослых, частый глазной контакт, добрые слова, обращенные к ним, похвала, телесный контакт и разговоры о том, что они уже умеют. Когда вы видите, что у ребенка что-то получается, будет здорово, если вы ему об этом скажете. Например, «мой дорогой, ура – у тебя получилось!». Хорошо делать фотографии с достижениями и потом их рассматривать вместе – поскольку память и самооценка часто снижены, то если ребенок еще раз увидит себя успешным, он будет двигаться дальше и поймет, что у него уже что-то получается.

Еще одна особенность таких детей – большая тревожность, которая может проявляться в трех вариантах:

1. **Очень большая стеснительность, замкнутость, переходящая в привычку ребенка не показывать то, что умеет.** «Проще, чтобы думали, что я совсем ничего не знаю». Но если не наседашь на него, дать освоиться и сделать обстановку безопасной, то такие дети сделают все, о чем их попросят. Они

очень чутко реагируют на интонации и тембр голоса, жесты, слова. Могут от страха начать фантазировать, что родители могут воспринять как хитрость и ложь, но это чаще всего не так. Они не хотят обмануть, просто дома их часто ругали (возможно, даже не их, но им было страшно), если они молчали, поэтому у них устойчиво сформировалось представление, что можно быстро сказать все равно что, тогда не будут ругать.

2. **Большая подвижность и суетливость, иногда гиперподвижность и невозможность усидеть на одном месте и удержать внимание.** Так ребенок хочет убежать от ситуации, от людей, если у него в настоящий момент нет ресурса на взаимодействие или понимание чего-либо. Это его состояние похоже на то, когда мы волнуемся – мы часто начинаем делать все подряд, хватать, переключаться. Иногда для того, чтобы помочь ребенку, надо вернуть его в контекст происходящего и напомнить, что он делает и для чего пришел. Выразить, что вы понимаете его и поможете ему. Можно дать маленькое простое задание, которое ребенку будет легко выполнить.

3. **Грубость и агрессивность случаются, если ребенок не ощущает поддержки.** Это простой способ привлечь внимание и найти подтверждение тому, что он самый плохой. Взрослый обязательно должен реагировать на грубость, услышанную от ребенка, и на нарушение им правил – реагировать разъяснением, что такого сказал ребенок. Дети часто просто повторяют услышанные слова, не понимая их значения. Взрослый должен договориться с ребенком о правилах, объяснить, что больше так – нарушая правило – делать не надо. Если же ребенок действительно хочет обидеть кого-то или причинить боль, то надо обсудить с ним причины этого.

Степень задержки развития у таких детей бывает разная. Есть степень задержки, которую пусть сложно, но можно компенсировать, так как нет глубокого разрушения клеток мозга. Такие дети бывают утомляемы, раздражительны, часто отвлекаются, устают от людей, требуют особого подхода в обучении, но все же учатся в массовой школе. Более того, у них часто проявляется неравномерность интеллектуального развития, и они могут очень хорошо успевать по какому-то одному предмету, а другой усваивать плохо. В таких случаях надо развивать то, что можно, и помогать там, где не получается.

Чтобы не доводить особенности развития ребенка до крайних проявлений, надо сразу после того, как ребенок оказался дома, посоветоваться со специалистами (желательно, чтобы специалисты имели опыт работы, знали детей с опытом сиротства и были к ним лояльны):

- неврологом – понять степень поражения нервной системы, сделать необходимые обследования (электроэнцефалограмма, доплерографическое исследование и др.) для назначения адекватного и эффективного лечения, которое потом надо будет продолжать;
- логопедом или дефектологом – понять уровень осведомленности ребенка и состояние его речевого аппарата (для подбора занятий и помощи в развитии);

- психологом, который определит степень возможностей ребенка, уровень его развития и даст рекомендации по организации обучения;
- педиатром – чтобы следить регулярно за физическим и моторным развитием ребенка, понимать особенности функционирования его организма, вовремя делать анализы и отслеживать особенности.

Особенно наблюдение специалистов важно для детей, которые родились с малым весом. Надо постоянно наблюдать за тем, как они берут материал, который им дают: надо делать это так, чтобы ребенок получал максимальное удовольствие через игры и практический опыт – трогал руками, нюхал, двигал (кинестетическая память позволяет запустить механизмы «я могу, я ориентируюсь»).

Если же мозг был сильно поврежден, то ребенок рождается с некоторым ограниченным ресурсом развития и усвоения информации, впоследствии он может получить диагноз – так называемую умственную отсталость. Надо постараться понять, что эти дети должны учиться по специализированной программе, и тогда им будет гораздо легче эмоционально, они смогут реализовать свой человеческий потенциал. Специализированные программы построены таким образом, что ребенок обучается тем конкретным действиям, которые он может усваивать. Отношение учителей в школах, где есть специализированные программы, понимающее, и требования у них отличаются от требований учителей других школ – в специализированных школах много дополнительных занятий и помимо учебных, как правило, есть возможность отрабатывать ручные навыки. В условиях дома это сделать практически невозможно. Дети развиваются с отставанием в учебе, и основная задача родителя – помочь им найти свое место в мире, так, чтобы уверенно стоять на ногах и в дальнейшем обеспечить себя.

Дети эти имеют чудесные свойства характера. Если они растут в принимающих семьях, без необходимости соревнования с другими, в семьях, обеспечивающих им уважение, то они долго, но качественно формируют чувство привязанности и становятся детьми с очень добрым сердцем и большим состраданием к людям. Они всегда готовы поделиться тем, что у них есть, или помочь. При этом они бывают зависимы от своих родителей – тут важно соблюдать определенную грань, так, чтобы они могли в дальнейшем чувствовать себя самостоятельными.

Дети с ФАС очень нуждаются в помощи сильных взрослых, и от них часто можно получить большую отдачу, если оставить позади амбиции взрослых о том, что можно кого-то переделать. Взрослые – хранители того, что им доверено, и к этому сокровищу надо относиться бережно и терпимо. Удачи всем, кто готов помочь таким детям.

Алкоголизм сегодня является не только чисто медицинской, но и общесоциальной проблемой современного общества. В значительной степени от злоупотребления взрослыми спиртным страдают дети. Это происходит вследствие того, что ситуация в семье, где один или оба родителя страдают

алкоголизмом, травмирующе влияет на психику ребенка. В таких семьях полноценное воспитание и обучение детей невозможно: постоянные скандалы, негативное отношение к ребенку, включая прямое насилие, негативно влияет на его умственное и психофизическое развитие. Но даже если подобных отклонений в развитии удалось избежать, проблемой может стать проецирование ребенком модели семейных отношений его детства на свою будущую семейную жизнь. В частности, около 50 % алкоголиков росли в семьях, где хотя бы один из родителей страдал алкоголизмом.

Важным понятием, связанным с социальной работой с такими детьми, является понятие социальной реабилитации, что означает реализацию их способностей к действиям, поведению, общению в обществе, которое отвечало бы ожиданиям этого общества. Такая социальная реабилитация способна вернуть детям алкоголиков социальное достоинство.

ЛИТЕРАТУРА

1. Изотова Е. И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребёнка: Теория и практика.
2. Мастюкова Е.М. Профилактика и коррекция нарушений психического развития детей при семейном алкоголизме. - М.: Просвещение, 1989.
3. Мастюкова Е.М., А.Г. Московкина. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии.
(https://specialviewportal.ru/uploads/21.MASTYUKOVA_Ye.M._Semeyn_oye_vospitaniye_detey_s_otloneniyami_v_razviti.pdf)
4. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция
5. Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный ребенок. Практическое руководство для отчаявшихся родителей.
6. Григори Наталья Связующая нить. Программа коррекции детско-родительских отношений.
(<https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200002806>)
7. Гаврилова И.И. Формирование личности ребенка в семье, отягощенной алкогольной зависимостью
(<http://narkodisp-stoskol.belzdrav.ru/personal/formirovanie-lichnosti-rebenka-v-seme-otyagoshchennoy-alkogolnoy-zavisimostyu.php>)
8. Александров С.А. Дети и алкоголь (лекция для населения)// Профилактика наркологических заболеваний. – Омск: БУЗОО "Наркологический диспансер", 2009. – С. 49-59.
https://paracels55.ru/stati/lechenie_alkogolizma/pyut_roditeli_stradayut_de_ti/
9. К сердцу ребёнка через мир понимания: социально-психологическое сопровождение детей, родители которых злоупотребляют алкоголем / авт. – сост. С.Г. Кажарская. – Мозырь: Содействие, 2007. – 68 с.
10. Фурманов, И.А. Психологическая работа с детьми, лишёнными родительского попечительства: Книга для психологов / И.А. Фурманов, А.А. Аладьин, Н.В. Фурманова. – Минск: «Тесей», 1999. – 224 с.

11. Целуйко, В. М. Психология неблагополучной семьи: Книга для педагогов и родителей / В.М. Целуйко. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 272 с.
12. Вайке РАЗИНКОВА Психологическая помощь детям из семей алкоголиков. Источник: журнал «Школьный психолог» № 7-8 2014 г. (<https://5psy.ru/obrazovanie/psihologicheskaya-pomosch-detyam-iz-semei-alkogolikov.html>)