

БАЗОВАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ЗАБОЛЕВАНИЯ АЛКОГОЛИЗМОМ И НАРКОМАНИЕЙ В СЕМЬЕ.

Лекция № 2.

ТЕМА. *Созависимая семья. Ее характеристики, психология, параллелизм проявлений зависимости и созависимости.*

На прошлой лекции мы говорили с вами о видах зависимостей, о фазах заболевания и течении болезни. Теперь мы рассмотрим семью, в которой проживает зависимый человек.

Семья, в которой мы выросли и живем, определяет нашу судьбу. Ничто так не меняет человека, как любовь, не полученная в детстве и те модели внутрисемейных отношений, которые ребенок в детстве воспринял как образец на всю оставшуюся жизнь.

Когда в семье есть зависимый человек от алкоголя или наркотиков, то возникает особый тип семейных отношений – зависимая семья. Центром семьи становится алкоголь (наркотик). Он управляет всем и всеми. Изменяется эмоциональное состояние и личность не только зависимого, но и всех членов семьи. Их называют – созависимые.

Созависимый человек – это тот, кто полностью поглощен тем, чтобы управлять поведением другого человека, и совершенно не заботиться об удовлетворении своих собственных жизненно важных потребностей.

На подсознательном уровне члены семьи поддерживают употребление алкоголя (наркотика). Алкоголик контролирует и манипулирует членов семьи. Члены семьи контролируют и манипулируют алкоголика. Возникают болезнетворные роли. Правила игры определенные, а значит, предопределены и результаты.

Поэтому эффективное лечение алкоголизма и наркомании невозможно без лечения семьи.

Уже сегодня, передовые врачи, проводя лечение зависимого, обязательным условием ставят оздоровление семейных отношений. В противном случае зависимый, возвращаясь после успешного лечения из лечебницы или реабилитационного центра в семью, попадает в силовое поле прежних взаимоотношений и занимает свою прежнюю роль.

При отказе зависимого человека от лечения, но при психотерапевтической помощи семье в виде консультаций, участия в семинарах, обучения в группах поддержки, это дает удивительный эффект. Ведь семья – это единый организм. Члены семьи так связаны между собой, что при изменении внутреннего мира и моделей поведения одних, автоматически изменяется внутренний мир другого члена семьи.

Золотое правило гласит: «**Изменить другого, можно лишь изменив себя**». Поэтому членам семьи изменения следует начинать с себя.

Давайте познакомимся с семьей с точки зрения ее, как единого организма. Она, как и отдельный человек, рождается, переживает период

младенчества, молодости, зрелости, увядания и затем смерти. Семья имеет закономерности развития.

Условно разделяют 3 стадии жизнедеятельности семьи.

I стадия – зарождение семьи. На этой стадии решается ряд очень важных, психологических задач – приспособление супругов, первоначальное семейное обзаведение, формирование взаимоотношений с родственниками. Происходит сложный процесс создания внутрисемейных и внесемейных отношений, сближение привычек и ценностей, осознание общей цели, и появление общего «языка».

Фактически происходит столкновение двух типов семейных взаимоотношений, двух семейных кланов. Эта стадия характеризуется высокой напряженностью, большим количеством разводов из-за разрушения несбыточных ожиданий.

Заканчивается период зарождения семьи рождением первого ребенка.

II стадия – стадия зрелости семьи охватывает период до начала трудовой деятельности первого ребенка. Это период наибольшей хозяйственно-бытовой и воспитательной активности. Каждый этап развития ребенка ставит перед родителями и семьей новые задачи.

Здесь характерны очень большая перегрузка родителей, осознание ими необходимости перестройки духовно-эмоциональных взаимоотношений с подрастающими детьми. Часто эти задачи приводят к нарушению жизнедеятельности семьи. Появляются разочарование, эмоциональное остывание, разводы, измены.

III стадия – завершающая стадия жизнедеятельности семьи, когда последний ребенок начинает трудовую деятельность. Это приносит огромные качественные изменения в семью. Прекращается воспитательная функция. Дети создают собственные семьи. Родители осваивают новые роли дедушки и бабушки. Завершение жизненного цикла, выход на пенсию, сужение круга возможностей, физическое увядание заостряет потребность в признании, уважении со стороны детей. Чувство своей необходимости, значимости начинает играть заметную роль в отношениях между супругами.

Я кратко описала стадии жизнедеятельности любой семьи. Так давайте разберемся теперь, почему одни семьи достаточно безболезненно проходят все стадии не разрушаясь, а другие семьи претерпевают огромные жизненные поражения, муки, разводы, потери.

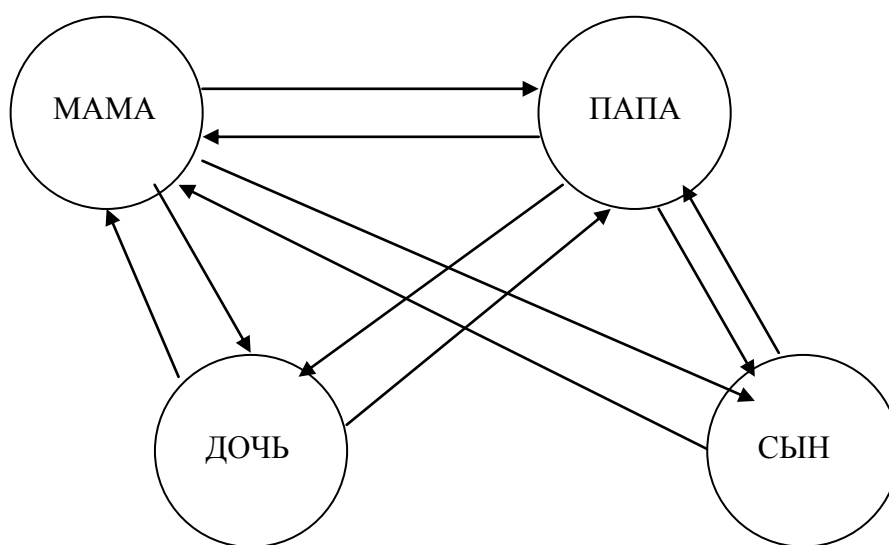
Давайте рассмотрим признаки здоровой семьи.

1. В здоровой семье проблемы всех членов семьи признаются и решаются.

2. В здоровой семье поощряется стремление к свободе (можно выражать свои мысли и чувства, иметь свое мнение, желания, нужды)

3. В здоровой семье каждый член имеет свою уникальную ценность, и различия между членами высоко ценятся.
4. В здоровой семье родители делают то, что говорят.
5. В здоровой семье члены умеют удовлетворить свои собственные потребности.
6. В здоровой семье есть место праздникам и развлечениям.
7. В здоровой семье можно ошибаться т.к. на ошибках учатся
8. В здоровой семье правила гибкие, их можно обсуждать.

Здоровую семью, как систему, можно представить в виде:



Это система, в которой каждый свободен, независим, связи гибкие и не давящие, правила способствуют развитию каждого, основаны на любви и уважении.

Давайте рассмотрим признаки нездоровой семьи (дисфункциональные)

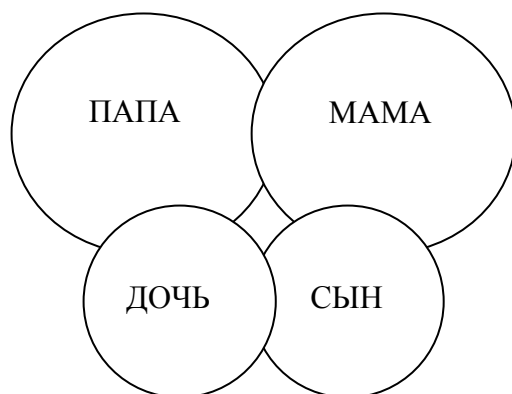
1. В нездоровой семье проблемы долго отрицаются, и поддерживается иллюзия благополучия.
2. В нездоровой семье недостаток открытости, теплоты и доверия во взаимоотношениях.
3. В нездоровой семье все отношения в основном конфликтные (контролирующие, критикующие, осуждающие или манипулирующие).
4. В нездоровой семье замороженные правила и роли.
5. В нездоровой семье неотделимость каждого члена (если мама или папа сердятся, то сердятся все).
6. В нездоровой семье все члены хранят секрет семьи, «не выносят сор из избы».
7. В нездоровой семье очень полярные мнения - либо улыбка, либо слезы, либо жалобы.

8. В нездоровой семье очень жесткие границы (никто не слышит), либо нет границ (ходят по головам) .

9. В нездоровой семье абсолютные авторитеты (мама и папа), их нельзя критиковать, или контролировать.

10. В нездоровой семье нет места новым знаниям, опыту, невосприимчивость к изменениям и закрытость.

Дисфункциональные или созависимые семьи происходят из семей, в которых имели место зависимость от психо-активных веществ, либо жестокое обращение - физическое, эмоциональное, сексуальное, интеллектуальное или духовное насилие. Естественное выражение чувств было под запретом: « Не смей», «Не реви», « Что-то ты развеселилась очень, кабы плакать не пришлось», «Мальчики не плачут», либо родители не проявляли заботы о детях, дети были брошены на произвол судьбы, либо родители не умели проявлять любовь, часто оставаясь всю жизнь на позиции обязанности по отношению к детям. Часто все перечисленное встречается в одной семье, *т.е. нездоровую созависимую семью можно изобразить в виде:*



Эта система, в которой все несвободны, т.к. зависимы друг от друга, связи не гибкие, давящие, правила жесткие, карающие и контролирующие, не способствуют развитию, основаны на жестокости или отверженности.

Поскольку все части такой системы находятся в тесном взаимодействии, то и ухудшение/улучшение состояния одного члена неизбежно отражается на самочувствии остальных.

Чтобы вся созависимая семья стала функционировать, не обязательно ждать, когда больной с алкогольной или наркотической зависимостью захочет выздороветь, обратившись за помощью. Жизнь семьи может значительно улучшиться, если хотя бы один из членов семьи начнет избавляться от созависимости.

Давайте теперь рассмотрим признаки, характеризующие заболевание созависимостью.

1. Низкая самооценка

Это основная фундаментальная черта созависимых, на которой базируются все остальные черты. Из этого следует, что созависимые очень

чувствительны к оценке извне, при взаимоотношениях они всегда нуждаются в одобрении, поддержке, похвалах. Они не переносят критики, и в то же время слабо представляют, как другие должны к ним относиться. Из-за низкой самооценки созависимые могут постоянно себя критиковать, но не переносят, когда их критикуют другие. Тогда они мгновенно становятся агрессивными, самоуверенными. Они не умеют нормально принимать похвалу, комплемент, подарки. В глубине души они не считают себя достаточно хорошими людьми, они постоянно испытывают чувство вины, если тратят деньги на себя, или позволяют себе развлечения. Созависимые постоянно боятся совершить ошибку, говорят, что они ничего не могут сделать, как следует. В их речи доминируют такие выражения: «Я должна», «Ты должен», «А что я могу поделать».

Созависимые семьи стыдятся пьянства мужа или наркомании сына (дочери). Эти проблемы самый большой секрет семьи. Они сохраняют этот секрет не только от внешнего мира, но и от членов семьи и родственников.

Низкая самооценка движет созависимыми, и когда они хотят помогать другим. Поскольку они не верят, что могут быть любимыми и ценными сами по себе, они пытаются заработать любовь и уважение других. Так они становятся в семье незаменимыми, няньками для своих взрослых детей и мужей.

Весь смысл их жизни – это помогать, но только значимым для них людям.

2. Желание контролировать других.

Это второе значимое качество созависимых. Они верят, что способны контролировать все на свете. Чем хаотичнее ситуация в доме, тем больше усилий по контролю. Они уверены, что смогут «сдерживать» пьянство близкого, либо запретить употреблять наркотики, Они пытаются все время произвести хорошее впечатление, чтобы заставить другого измениться. Им кажется, что окружающие видят их семью такой, какой они ее изображают.

Созависимые уверены в том, что лучше всех знают, как и какие события должны происходить, как и когда другие члены семьи должны себя вести. Созависимые боятся позволить близким быть теми, кто они есть по своей природе. Позволить событиям идти естественным путем, дать жизни происходить.

Для контроля над другими созависимые пользуются различными средствами: угрозами, уговорами, принуждением, советами, подчеркиванием беспомощности других: «Муж без меня пропадет», «Сын не понимает необходимости лечения, и я должна помочь ему ». В качестве средства контроля используется манипуляция и навязывание чувства вины: «Я для тебя столько сделала, а ты...». Попытка взять под контроль практически неконтролируемый процесс приводит часто к депрессии. **Невозможность достичь цели в вопросах контроля созависимые рассматривают как собственное поражение, как утрату смысла жизни. Повторяющиеся поражения усиливают депрессию.**

Другим исходом контролирующего поведения является гнев. Боясь утратить контроль за ситуацией, созависимые попадают сами под контроль самой ситуации, или своих близких, больных зависимостью. Например, мама наркомана увольняется с работы, чтобы контролировать поведение сына. Но наркомания продолжается и уже она практически контролирует жизнь матери, распоряжается ее временем, ее профессией, ее самочувствием, ее ресурсами.

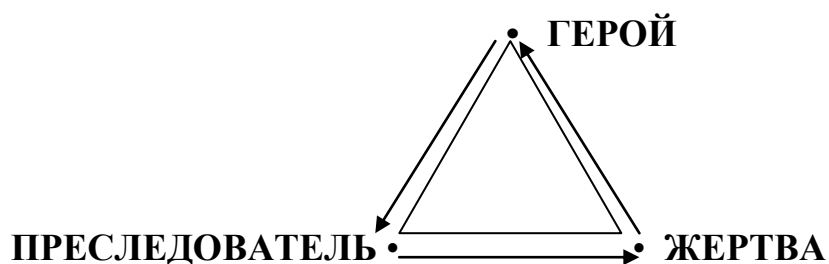
3. Желание заботиться о других, спасти других – это тоже признак созависимости.

Практически все жены и матери приходят в группу поддержки не за помощью себе, а чтобы спасти мужа, сына, дочь. Они любят заботиться о других, и часто выбирают помогающие профессии – врач, медсестра, воспитательница, учительница. Это было бы хорошо, если бы их отношение к близким действительно помогало спасать больных от зависимости. Забота о других перехлестывает разумные и нормальные рамки, принимают болезненный характер. Поведение созависимых вытекает из того, что они убеждены, что они ответственны за чувства, мысли и поступки других, за их выбор, желания, нужды, за их благополучие или недостаток благополучия и даже за их судьбу и жизнь.

Созависимые берут ответственность за других, но при этом совершенно безответственны за свое благополучие: они плохо питаются, плохо спят, плохо заботятся о своем здоровье, годами не посещают врача, не знают о своих потребностях и нуждах. Спасая больного, созависимые только способствуют тому, чтобы он продолжал употреблять. Тогда созависимые начинают злиться на больного. И зачастую доходят до того, что никогда не сделали бы по здравому рассуждению. Они делают за больного то, что он может делать и сам, они удовлетворяют нужды больных, даже тогда, когда их об этом не просят, и делают для другого то, что сами не хотят делать. (Не умеют говорить «нет»).

Это делает больного беспомощным, некомпетентным, неспособным и никчемным, зато созависимого его поведение делает незаменимым, важным, нужным, необходимым., т.е. «Спасатель» всегда нуждается в том, чтобы в нем нуждались.

Давайте рассмотрим, как протекают такие взаимоотношения:



Это треугольник власти или жизнь как игра. В эту игру играют миллионы людей в течение всей своей жизни, не видя из нее выхода.

Созависимый не в состоянии встретиться со своей душевной болью, сталкиваясь с неразрешающимися проблемами своих близких, он злится, превращаясь в «преследователя», загоняет своего близкого в угол «жертвы», а затем сам становится жертвой, получив ответные действия, но роль «героя» настолько притягательна, что он снова и снова и снова начинает «спасать».

Если созависимый не научится распознавать моменты, когда он становится «Спасателем», то он постоянно будет позволять другим загонять себя в угол «Жертвы». Все это сопровождается интенсивным выплеском эмоций. Время пребывания в каждом из углов (или ролей) может длиться от нескольких секунд до нескольких лет. За один день можно двадцать раз побывать то в роли «Спасателя», то в роли «Преследователя», то в роли «Жертвы». И для выздоровления очень важно отказаться от роли «Спасателя». Это и только это предотвратит попадание его в роль «Жертвы».

4. Искажение чувств – это еще один признак созависимости.

Очень многие поступки созависимых спровоцированы страхом.

Страх – это основа основ развития любой зависимости.

Страхи бывают разные, часто – это страх столкнуться с действительностью, страх быть брошенным, страх, что случится самое худшее, страх потери контроля над жизнью и т.д.

Когда люди живут постоянно в страхе, у них проявляется скованность тела, души и духа, страх сковывает свободу выбора, которая у нас есть изначально.

Мир в котором живут созависимые в своих семьях давит на них, полон тревожных предчувствий, ожиданий плохих известий. В этих условиях созависимые становятся все более скованными, и вынуждены усиливать контроль. Они отчаянно пытаются построить иллюзию построенного ими мира. В эмоциональном плане у созависимых кроме страха преобладают и другие негативные эмоции: тревога, стыд, вина, отчаяние, гнев, ненависть, негодование, и даже ярость.

Есть также одна неожиданная особенность эмоциональной сферы созависимых – постепенное замораживание или омертвление эмоций и чувств. Доходит часто до полного отказа от чувствования – отрицание, т.е. созависимые все более и более становятся мертвыми для эмоциональной боли. Они могут не замечать реально надвигающуюся опасность, они иногда думают, что вообще не имеют права на собственные чувства «Как я могу наслаждаться здоровьем, когда мужу/сыну/дочери так плохо». Совершенно незаметно происходит искажение чувств.

Они усвоили еще в родительском доме, что можно испытывать только приемлемые (разрешенные) чувства. Созависимая жена хочет видеть себя доброй, любящей, но на самом деле в ней все время кипит гнев и негодование по поводу пьянства мужа. В результате подсознательно гнев преобразуется в самонадеянность, самообман.

Но гнев занимает очень большое место в жизни созависимых. Они чувствуют себя уязвленными, обиженными, рассерженными, стыдящимися, и, как правило живут рядом точно с такими же людьми. Созависимые боятся

своего гнева и гнева других людей. Гнев часто используется для того, чтобы держать на расстоянии того человека, с кем им трудно строить взаимоотношения. Они думают: «Если я рассержусь, значит, он уйдет».

Созависимые часто отвергают свой гнев, подавляют его, загоняют его вовнутрь, но это не приносит облегчение, а лишь усугубляет их состояние. Из-за подавленного гнева созависимые могут часто плакать, становиться подавленными, переедают, часто болеют, совершают отвратительные поступки для сведения счетов, проявляют враждебность, агрессию, насилие.

Созависимые считают, что их «заводят» другие, вынуждают злиться, и за это они наказывают других людей.

Вина и стыд сопровождают созависимых. Они стыдятся как своих поступков, так и поступков своих близких. У созависимых нет четких границ личности. Они начинают социально изолироваться, чтобы скрыть «позор семьи», созависимые перестают ходить в гости и сами приглашать гостей.

Легко у созависимых возникает ненависть к себе, которую они переносят не только на своего больного родственника, но и на врача, милиционера, жену, пьющего сына, его начальника. Желание скрыть гнев и ненависть часто может выглядеть как надменность или чувство превосходства над другими «Вам бы мои проблемы». Это еще одна трансформация чувств.

5. Склонность к отрицанию – это способность созависимых игнорировать проблемы, и делать вид, что ничего серьезного не происходит (просто вчера он пришел пьяным).

Они как будто уговаривают себя, что завтра все будет лучше, или с головой уходят в работу, или другие занятия, только чтобы не видеть проблемы.

Созависимые легко обманывают себя, верят в чужую ложь, верят всему, что им говорит больной зависимостью, особенно если это совпадает с желаемым. Самым ярким примером легковерия, в основе которой лежит созависимость и отрицание проблемы, является ситуация, когда жена больного алкоголизмом продолжает десятилетия верить, что он бросит пить, и все само собой изменится к лучшему. Созависимые хотят верить, а если они хотят, чтобы так было, то так оно и будет. Они видят только то, что хотят слышать.

Отрицание помогает жить созависимым в мире иллюзий, поскольку правда настолько болезненна, что ее невозможно вынести.

Однако нечестность – даже в отношении самих себя – является утратой моральных принципов. Ложь, обманывание самих себя – это разрушение себя, нелюбовь к себе. Обман – это форма духовной деградации. И самое главное – все созависимые отрицают у себя наличие признаков созависимости. Именно склонность к отрицанию мешает созависимым попросить помощи для себя, начать свое собственное духовное возрождение, усугубляет химическую зависимость больного родственника, позволяет прогрессировать созависимости в семье, и держит всю семью в нездоровых отношениях.

6. Болезни, вызванные стрессом.

Жизнь созависимых сопровождается телесными болезнями. Как правило это язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, колиты, гипертония, головные боли, вегетососудистая дистония, бронхиальная астма, сердечные аритмии, тахикардия и др.

Созависимые легче, чем другие люди становятся зависимыми от табака, лекарств, транквилизаторов, обжорства и любых химических веществ.

Созависимые болеют от того, что пытаются контролировать то, что в принципе контролю не поддается – т.е. чужую жизнь. Они стремятся все делать безупречно, идеально и близки к перфекционизму (стремление к совершенству). Они тратят так много сил, чтобы выжить за другого или выздороветь за другого, что у них развивается связанная со стрессом функциональная недостаточность (нарушение сна, питания, движения и т.д.).

Оставленная без излечения созависимость прогрессирует и может привести к смерти.

7. Поражение духовной сферы.

Духовность – это качество взаимоотношений с субъектом (человеком) или объектом (веществом), наиболее значимым и важным в вашей жизни.

Духовность связана с системой убеждений и ценностей человека. Наиболее значимыми и ценными взаимоотношениями для нас являются взаимоотношения:

- с собой;
- с семьей (т.е. с другим человеком);
- с Богом.

Если у больного алкоголизмом (наркоманией) по мере развития заболевания эти взаимоотношения и ценности вытесняются отношениями с веществом, то у созависимого они вытесняются патологически измененными взаимоотношениями с больным членом семьи.

Среди созависимых много людей, верующих в Бога. Нередко к вере они пришли во время болезни своего близкого, и видят опору в Боге. Молитва дает им опору и облегчение, но даже взаимоотношения с Богом омрачаются у них вспышками гнева и негодования «За что мне такое мучение?»

Таким образом мы видим, что проявления созависимости довольно многообразны. Они касаются практически всех сторон жизни – физического состояния, психических проявлений, поведения, мировоззрения, системы верований и ценностей.

Уже с 1982 года всемирная организация здравоохранения признала созависимость такой же болезнью, как и зависимость от психоактивных веществ.

Другие специалисты считают созависимость реакцией на стресс, или патологическим развитием личности, в церквях это называют проявлением греховной падшей природы человека. Но чем бы не являлась созависимость – параллельное развитие симптомов созависимости и зависимости еще глубже

помогает понять это явление. Созависимость выглядит как зеркальное отражение зависимости.

Сходство зависимости и созависимости усматривается в том, что:

1. Оба состояния представляют собой отдельное расстройство, а не симптом иного заболевания.
2. И то, и другое состояние постепенно приводит к физической, психической, эмоциональной и духовной деградации.
3. Невмешательство, или отказ от решения проблемы может привести к преждевременной смерти при каждом из этих состояний.
4. И в том, и в другом случае выздоровление требует глубокого честного взгляда и желания изменить свое физическое и психическое состояние.

Пристрастие к алкоголю, наркотикам или другим химическим веществам, а так же созависимость в равной степени отбирают у человека (и больного и его близких) здоровье, энергию, подчиняют себе их мысли и эмоции.

В то время как больной алкоголизмом навязчиво думает об алкоголе, его жена (или мать) столь же навязчиво думает о возможных способах контроля за его поведением (или помощи ему).

Давайте рассмотрим параллелизм проявлений зависимости и созависимости.

Признак	Зависимость	Созависимость
Охваченность сознания Предметом пристрасти	Мысль об алкоголе, наркотике доминирует в сознании	Мысль о больном доминирует в сознании
Утрата контроля	Над количеством алкоголя или наркотика, над ситуацией, над своей жизнью	Над поведением больного и над собственными чувствами, над жизнью
Отрицание и другие формы психологической защиты	«Я не алкоголик», «Я не очень много пью», «От наркотика мне ничего не будет»	«У меня нет проблем, проблемы у моего мужа (сына)»
Агрессия	Словесная, физическая	Словесная, физическая
Преобладающие чувства	Душевная боль, вина, стыд	Душевная боль, вина, стыд, ненависть, негодование
Рост толерантности	Увеличивается переносимость все больших доз вещества	Растет выносливость к эмоциональной боли
Синдром похмелья	Для облегчения синдрома требуется новая доза вещества	После развода с зависимым человеком, вступают в новые деструктивные

		взаимоотношения
Опьянение	Часто повторяющееся состояние в результате употребления психоактивного вещества	Невозможность спокойно, рассудительно, т.е. трезво мыслить как часто повторяющееся состояние
Самооценка	Низкая, допускающая саморазрушающее поведение	Низкая, допускающая саморазрушающее поведение
Физическое здоровье	Болезни печени, сердца, желудка, нервной системы	Гипертония, головные Боли, «невроз» сердца, Аритмии, язвенная болезнь
Сопутствующие психические нарушения	Депрессия	Депрессия
Перекрестная зависимость от других веществ	Зависимость от алкоголя, наркотиков, транквилизаторов может сочетаться у одного индивида	Помимо зависимости от Жизни больного, возможна зависимость от транквилизаторов, Алкоголя, еды
Отношение к лечению	Отказ от лечения	Отказ от лечения

Как зависимость, так и созависимость представляет собой длительное, хроническое страдание, приводящее к деформации в духовной сфере.

У созависимых эта деформация выражается в том, что они вместо любви испытывают к близким гнев, ненависть, теряют веру во всех, кроме себя, испытывают чувства зависти, ревности, безнадежности,

Созависимые чаще всего пребывают в социальной изоляции, в нищете, болезнях и горе.

Химическая зависимость часто называется болезнью безответственности. Больной не хочет отвечать за последствия употребления, за разрушение своего здоровья, за благополучие семьи, за выполнение супружеских или родительских обязанностей.

Созависимые люди лишь чисто внешне производят впечатление сверхответственных людей, однако они в равной степени безответственны за свое состояние, за свои потребности, за свое здоровье, и тоже не могут хорошо исполнять свои родительские и иные обязанности.

Созависимость может протекать волнообразно, усугубляясь или ослабевая, но она не прекращается сама по себе даже со смертью зависимого родственника. Оставленная без внимания созависимость может приводить человека к смерти, смерть наступает от болезней, вызванных стрессами.

Как алкоголизм члена семьи начинает и прогрессирует постепенно, так и созависимость тоже незаметно и постепенно овладевает сознанием человека.

В созависимости выделяют так же несколько фаз, которые следуют по сути за фазами заболевания алкоголизмом или наркоманией члена семьи.

Давайте рассмотрим параллелизм протекания зависимости и созависимости по психологическим фазам течения того и другого процесса.

Больной алкоголизмом	Семья (супруг)
Стадия привыкания. Употребление спиртного в обществе	Стадия попыток отрицания проблем. Замешательство, разочарование, душевная боль.
Стадия поисков. Зависимость от спиртного.	Стадия попыток преодоления проблемы. Тревога по поводу выпивок, Обвинение пьющего, самоизоляция. Ложные надежды. Чувство вины. Вовлечение детей в сдерживание пьянства. Жалость к себе.
Стадия зависимости. Предварительная стадия зависимости.	Стадия дезорганизации. Безнадежность, страх сойти с ума. Напряжение. Угрозы. Замкнутость. Поиски помощи вне семьи.
Стадия злокачественной зависимости. Проблемное пьянство.	Стадия попыток реорганизации, несмотря на проблемы. Отделение больного от семьи фактическое или психологическое. Внимание на собственную работу. Перераспределение ролей. Внесемейная деятельность.
Стадия прогрессирующей зависимости. Запой. Критическая стадия.	Стадия ухода. Решение разойтись или развод. Эмоциональные проблемы. Желание отплатить. Суицидальные мысли.