

# КАК ПОДДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА, РОДИТЕЛЬ КОТОРОГО ЗАВИСИМ ОТ АЛКОГОЛЯ

ССЫЛКА НА НАШУ  
ГРУППУ В ВКОНТАКТЕ



ССЫЛКА НА НАШУ  
ГРУППУ В TELEGRAM



ССЫЛКА  
НА НАШ САЙТ



## КАК ВЗРОСЛЫЕ (НЕ РОДИТЕЛИ) МОГУТ ПОМОЧЬ?

Постараться компенсировать то, что он недополучает от своих родителей:

- замеченность
- принятие и уважение
- интерес и искренность
- вера в свои сильные стороны

Также важно помочь ребенку узнать себя

## РЕБЕНОК ИСПЫТЫВАЕТ:

- тягу к аутоагрессивному поведению
- страх отвержения, тревогу
- вину и стыд

## КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?



Сообщество «Анонимные алкоголики» для взрослых, стремящихся избавиться от алкоголизма:

<http://vesvalo.net/>

Сообщество родственников и друзей алкоголиков «Ал-анон»:

<https://al-anon.org.ru/>

Сообщество взаимной поддержки взрослых, происходящих из алкогольных и других дисфункциональных семей «Взрослые дети алкоголиков»:

[www.detki-v-setke.ru/](http://www.detki-v-setke.ru/)

Сообщество взаимной поддержки людей, стремящихся создавать здоровые отношения «Анонимные созависимые»:

<https://coda.org.ru/>

## ЧТО ПРОИСХОДИТ С РЕБЕНКОМ, КОГДА ЕГО РОДИТЕЛЬ ЗАВИСИМ?

- Повышается инфантильность
- Он переживает собственную неполноценность, малозначимость, беспомощность
- Ощущает ненасыщаемую потребность в подтверждении и одобрении
- Появляются нереальные, фантастические ожидания от отношений (чаще всего неосознанные)

## ЧТО ПРОИСХОДИТ С РЕБЕНКОМ, КОГДА ЕГО РОДИТЕЛЬ ЗАВИСИМ?

- Желание подвергать что-либо критике и тестировать реальность снижается, отмечается «уход от действительности»
- Отсутствует право на самопредъявление, ощущается страх наказания за выражение потребности
- Появляется десенсибилизация к телесной и эмоционально-чувственной сферам
- Повышается проницаемость личностных границ