

Савкина Марина Владимировна,
методист государственного учреждения образования
«Речицкий центр творчества детей и молодежи»

Семейный клуб по методу Вл.Худолина как способ социально-педагогической поддержки семей, имеющих проблемы, связанные с употреблением алкоголя

Актуальность проблемы. Может ли тема алкогольной зависимости когда-нибудь стать не актуальной для общества? К сожалению, вопрос алкогольной зависимости и ее негативного влияния на человеческую жизнь остается одним из главных. Конечно, находятся люди, незнакомые с этим недугом, и, к счастью, тех, кто заботится о своем здоровье и не употребляет алкоголь, становится все больше. Но при этом миллионы людей ежедневно страдают от проблем, связанных с алкоголизмом, и заболеваний, возникших на фоне алкогольной зависимости. Ежегодно в мире происходят миллионы смертей, связанных с употреблением алкоголя: Всемирная организация здравоохранения считает эту причину смерти третьей по значимости после сердечно-сосудистых заболеваний и опухолей [1].

Для любого учреждения образования актуальной является проблема разрушительного **влияния алкоголизма на психическое здоровье ребенка**, чьи родители злоупотребляют спиртным. Сегодня одна из наиболее частых причин лишения родительских прав и изъятия несовершеннолетних детей из семей – это алкоголизм.

Детство в семье, где есть пьющий родитель, становится бедой на всю жизнь. Некоторые исследователи считают, что психологические травмы таких детей похожи на то, что переживают ветераны войны, когда возвращаются домой, – посттравматическое стрессовое расстройство. Причем причиной страданий ребенка становится не только пьющий родитель, но и его супруг, которого называют «созависимым», ведь он тревожен, часто раздражен и измучен. Поскольку родители и другие члены семьи отдают много сил борьбе с алкоголизмом, ребенку постоянно недостает внимания [1]. Он чувствует себя ненужным и недостойным любви. Кроме того, ребенок живет в совершенно непредсказуемом мире, в ожидании новых неприятностей, и это замедляет личностное развитие, воспитывает страх перед любым конфликтом. Дети из семей, где есть алкоголик, часто бывают очень покладистыми, старательными, хорошо учатся – не приносят дополнительных проблем и без того страдающей семье.

В тех семьях, где предпочитают делать вид, что ничего не происходит, сохраняют благопристойный «фасад» перед окружающими, ребенок перестает доверять своим глазам и чувствам, у него формируется привычка к обману. Из-за страха быть разоблаченными многие дети замыкаются, перестают

приглашать домой друзей, предпочитают компании собственный выдуманный мир – и так может продолжаться до тридцати или даже сорока лет.

Одно из самых тяжелых переживаний для ребенка – это чувство вины. По мнению В.Москаленко, доктора медицинских наук, профессора, дети в пьющих семьях, часто чувствуют себя виноватыми и ответственными за пьянство отца или матери. Некоторые даже считают, что из-за него, ребенка, родители и пьют. Став взрослым, такой человек продолжает испытывать чувство вины почти постоянно [5]. Словом, во взрослый мир ребенок из алкогольной семьи вступает неуверенным, не доверяющим никому, в том числе и себе, склонным к депрессиям и вспышкам гнева.

Зависящие от алкоголя взрослые сами не могут справиться со своим недугом, им должна помогать медицина. При этом только медицина не способна преодолеть ту массу проблем, которыми наделен алкоголик в силу своего физического и психического состояния. Устранение физиологических причин медикаментами – это дело нескольких дней, а социальная и психологическая реабилитация может длиться месяцами и годами. И здесь на помощь должны прийти родные, близкие люди, общество.

Для того чтобы залечить душевные травмы, родителям нужно признать и осознать, что происходит в их семье и какие чувства испытывает их ребенок. Самое лучшее, что можно сделать, как считают специалисты, – это обоим родителям пойти на длительную психотерапию. Но об этом никто не знает и знать не хочет. К сожалению, в нашей стране существует проблема неприятия психологической или психиатрической помощи. Многие боятся пойти к психологу, наркологу, психотерапевту, потому что боятся того, что общество начнет осуждать их и относиться к ним как к «психам». Как этого избежать? Как помочь тем, кто не просит или боится просить о помощи?

Социально-экологический подход. Метод Вл.Худолина. В начале 60-х годов XX века сформировался социально-экологический метод, или «метод Худолина», названный так в честь своего создателя.

Владимир Худолин – хорватский психиатр, основатель метода лечения алкоголизма с помощью Семейных Клубов Трезвости. Данный метод, созданный на основе научного и практического опыта автора, вдохновленного движением Анонимных алкоголиков и одновременно использовавшего достижения новых психотерапевтических моделей и других медицинских научных подходов, например, системного и семейного подхода, дал жизнь Клубу алкоголиков на лечении [3].

Основным средством работы с семьей по методу Вл.Худолина является **клуб** – это сообщество семей. Данный метод предполагает, что проблема касается не одного человека, который употребляет алкоголь, но всей семьи и общества в целом. В рамках социально-экологического подхода алкоголизм рассматривается как *стиль жизни*, который поддается общественному влиянию. К средствам лечения относят изменение стиля жизни и культурное

изменение. Самое важное средство для изменения стиля жизни – это общение. Оно легко распространяемо, легкодоступно и не требует финансовых затрат [4].

Благодаря простой и эффективной сетевой организации работы, метод Вл.Худолина позволяет успешно изменять отношения между отдельными людьми, семьями, местными сообществами и их отношение к алкоголю. Семья, в соответствии с социально-экологическим подходом, обладает внутренними механизмами, которые позволяют ей постоянно приспосабливаться к любой ситуации, тем самым позволяя ей сохранять свою целостность и продолжать существовать в качестве системы [2].

Что такое семейный клуб по методу Худолина? Основой социально-экологического подхода Вл. Худолина является клуб алкоголиков на лечении (семейный клуб трезвости), задуманный как самоуправляемое многосемейное сообщество, состоящее *минимум из двух и максимум из двенадцати семей*, объединенных проблемами, связанными с алкоголем, а также «ассистента-учителя», или ведущего клуба (руководителя), получившего в данных целях образовательную подготовку.

«Клуб – это не избранная группа, он должен принимать всех, у кого есть такая потребность, никто не может быть исключен» [2]. Действительно, во многих публикациях, касающихся социально-экологического подхода Вл.Худолина, клубы определяются как «дверь, открытая для семей, оказавшихся в трудной ситуации». Членами клуба должны быть люди, которые хотят изменить свою жизнь. Он создается для семей, находящихся в трудном положении, т.е. для всех семей, которые имеют проблемы, но не знают, как их решить. Семьи должны знать, что клуб – это отправная точка и постоянная связь. Перемена у «алкоголика» не происходит только в клубе. Меняться только в клубе бесполезно. В клубе начинается процесс, который впоследствии должен найти реализацию в ежедневной жизни, внутри семьи, на рабочем месте, в обществе.

Как вступить в клуб? Для вступления в клуб не требуется предварительной записи, нет списков очередности, не нужно писать никаких заявлений. При вступлении в клуб метод предусматривает только «первое собеседование» и проведение анкетирования для общего знакомства с семьей. Первое собеседование – это своеобразный прием, теплая встреча, позволяющая познакомиться с новоприбывшими членами клуба и поддержать их, чтобы устранить их возможные сомнения и уменьшить тревогу «первого раза», чтобы они по возможности чувствовали себя спокойно. Цель данной встречи – придать уверенность семье и «алкоголику», поэтому акцент делается на наличие ресурсов, которыми располагает семья, и на ожидании успеха.

Чем занимаются в клубе? Заседания клуба проходят *раз в неделю, всегда в одном и том же месте, в одно и то же время.*

Первый шаг в работе клуба – это достижение трезвости в семье. Члены семьи могут сказать: «Какое я имею к этому отношение? Это он пьет!» Задача ведущего клуба на первоначальном этапе – объяснить семейно-экологический подход. Клуб предлагает прекратить пить всей семье как акт солидарности и как конкретный выбор продвижения и защиты здоровья каждого. Главная цель клуба – это изменение стиля жизни всей семьи.

Клуб работает, чтобы создавать атмосферу эмпатии, солидарности и дружбы между своими членами, стимулируя, таким образом, общение и взаимодействие. В этой атмосфере семья выносит на обсуждение на каждую встречу факты, проблемы, радости, огорчения прошедшей недели, свою жизнь. Кроме этого, каждый член клуба и каждая семья, посещающая клуб, рассказывая о себе и о собственном опыте, дает возможность другим семьям найти ответы на их вопросы. Таким образом, говоря о каждодневных делах, о приятном и о грустном, идет обмен «кусочками» жизни, советами, мнениями, стимулами, сравнениями. Члены клуба объединены сильным чувством сотрудничества и солидарности, а солидарность в клубе означает разделять проблемы, радости, страдания, жизнь.

В клубе семьи учатся говорить о проблемах, формулировать просьбы, возвращать желания и принимать на себя обязательства, быть ответственными, выслушивать других людей и уделять внимание их требованиям. Осознание своих проблем, обсуждение их в группе – первая и важная часть исцеления, за которой неизбежно последуют перемены к лучшему.

В клубе принято несколько простых правил, соответствующих социально принятому и распространенному поведению. Эти правила следующие:

- пунктуальность на собраниях;
- прилежное и регулярное участие в собраниях всей семьи, включая маленьких детей;
- во время собраний клуба запрещено курить, употреблять спиртные напитки;
- конфиденциальность относительно проблем, обсуждаемых на собраниях.

Дети и клуб. Особая роль в клубе отводится детям. Дети не являются проблемой клуба, наоборот, они – его богатство. Находясь в клубе, дети имеют возможность разделить со своей семьей процесс изменения, преодолеть тот негатив, который им пришлось пережить. На протяжении заседания клуба дети принимают активное участие: те, что постарше, заполняют «дневник» (протокол) семейного клуба, записывают вопросы и предложения; те, что помладше, - рисуют, общаются, играют в настольные игры.

Ведущий клуба и его роль. Роль ведущего заключается в том, чтобы стимулировать и поддерживать обсуждение между членами самих семей и

клуба в положительном и вежливом ключе, повышать уровень отношений путем создания эмпатической атмосферы, эффективной по содержанию и удовлетворительной в эмоциональном плане.

Рецидив. Самый напряженный и трудный жизненный момент в жизни клуба – это рецидивы. Рецидив – это не только возвращение к выпивке, это, прежде всего, возвращение к прежнему образу жизни. Рецидив и трудности, связанные с ним, касаются всей семьи. Рецидив обычно вызывает состояние уныния, разочарования у «алкоголика», семьи, ведущего клуба. Нередко, чтобы избежать всего этого, «алкоголик», семья, а также остальные члены клуба пытаются скрыть или проигнорировать рецидив. Часто всеми теми, кто встал на путь трезвости, он воспринимается как поражение. Рецидив – это проверка для Клуба, проверка его солидарности и дружбы. Это ситуация, которую клуб должен принимать и не драматизировать, но сделать все возможное, чтобы решить ее наилучшим образом.

Опыт Речицкого центра творчества детей и молодежи. В марте 2019 года на базе Речицкого центра творчества детей и молодежи на протяжении недели проходил «Курс по привлечению внимания к проблемам, связанным с алкоголем и им сопутствующим, на основе социально-экологического подхода (метод Вл.Худолина)». Руководил данным курсом итальянец Гвидо Делладжакомо. Более 30 специалистов города Речицы прослушали данный курс, чтобы по-новому взглянуть на «старую» проблему и начать работу по созданию семейных клубов на своих предприятиях, в своих учреждениях.

В апреле 2019 года в Центре творчества был открыт семейный клуб «Выбор», ведущим которого стала М.В.Савкина. Сейчас этот клуб объединяет 5 семей, в которых воспитывается 14 детей. 3 семьи являются многодетными, 2 – неполные. У каждой семьи свои проблемы, свой сложившийся взгляд на мир, но их объединяет одна проблема – проблема употребления алкоголя. Кто-то сумел «закодироваться», кто-то только проходит процесс добровольного отказа от алкоголя. Родители приходят в клуб с детьми. Самому маленькому члену семейного клуба недавно исполнился годик. Детки с радостью посещают клуб, пьют вместе с родителями чай, кушают печенье, рисуют. А в это время мамы и папы «изливают» душу друг другу, общаются, рассказывают о том, что произошло на прошедшей неделе, и решают, чем интересным можно заняться всей семьей на следующей неделе.

Стоит отметить, что предложение создать клуба именно в учреждении дополнительного образования детей и молодежи было принято единодушно, потому что в нашем обществе стыдно посещать такой клуб в психонаркологическом диспансере, а в школе – страшно: «Вдруг все узнают, что в моей семье кто-то пьет...» В этом отношении Центр творчества – безопасная площадка взаимодействия и общения, которая принимает семьи с разных концов города.

Безусловно, создание семейного клуба по методу Вл.Худолина не решит сразу проблему с алкоголизмом в городе или районе, но работа в семейном клубе позволяет глубже узнать проблемы семей, мотивы поведения людей и своевременно оказать им помощь и поддержку, в которой они нуждаются. Как говорил Владимир Худолин, «...если я дам возможность хотя бы одному алкоголику посмотреть на все красоты окружающего мира трезвыми глазами, думаю, что я осуществил свою задачу...» [2].

Литература и информационные ресурсы

1. Влияние семьи с алкогольной зависимостью на ребенка. – Режим доступа: <http://xn---7sbabejokosdigsrb4azd5b2esj.xn--plai/vliyanie-semi-s-alkogolnoj-zavisimostyu-na-rebenka.html>. Дата доступа: 27.09.2019.
2. Лукашевич, З.Л. Использование метода профессора Владимира Худолина в профилактике проблем, связанных с употреблением алкоголя. – Мн., 2016.
3. Марченкова, О.Е. Использование метода профессора Владимира Худолина в профилактике проблем, связанных с употреблением алкоголя в Дрибинском районе. – Режим доступа: <https://spcdribin.schools.by/news/527815>. Дата доступа: 27.09.2019.
4. Титова, В.Р. Семья с алкогольной зависимостью. – Режим доступа: <http://alkonavt.net/kak-zavyazat/semya-i-obshhestvo/semya-s-alkogolnoj-zavisimostyu.html>. Дата доступа: 27.09.2019.
5. Черномыс, О. О влиянии алкоголизма родителей на психику ребенка. – Режим доступа: <http://www.artofcare.ru/top/8693.html>. Дата доступа: 27.09.2019.

АНКЕТА
для вступления в семейный клуб «Выбор»

1. Ф.И.О _____
2. Ваш возраст _____ Дата рождения _____
3. Где и кем работаете _____
4. Контактные данные (тел., домашний адрес) _____
5. Ваша семья – это:
муж (жена) _____
ФИ, возраст _____
дети _____
ФИ, возраст, где учится _____
- _____
- _____
- другие члены семьи (родители, друзья) _____
укажите, кого считаете нужным (имя, родство)
6. В Вашей семье есть проблемы, связанные с употреблением алкоголя?
Какие и у кого? _____
7. Кто, на Ваш взгляд, рискует иметь проблемы, связанные с алкоголем?
(можно выбрать несколько вариантов)
- все, кто употребляет спиртные напитки
 - люди с генетической предрасположенностью
 - те, кто пьет помимо обеда и ужина и/или одни
 - люди с большими психологическими и/или социальными проблемами
 - люди, употребляющие крепкие спиртные напитки
 - не знаю
8. Что из перечисленного, по-Вашему, происходит по вине пьянства?
(можно выбрать несколько вариантов) дорожные происшествия
- самоубийства/убийства
 - побои в семье
 - несчастные случаи на работе
 - распад семьи
 - потеря работы
 - разводы
 - бедность
9. Укажите, кто Вам рекомендовал семейный клуб «Выбор» _____

10. Ваше хобби и интересы _____

11. Зачем Вы пришли в семейный клуб? _____

12. Чего Вы ждете от посещения семейного клуба? _____

13. В чем видите смысл жизни? _____

Дата заполнения: « ____ » _____ г.

ДНЕВНИК

семейного клуба «ВЕТЕР»

ДАТА: _____

Сегодня с нами были:

Количество семей: _____
Всего человек: _____

Ведущим сегодня был:

Секретарь сегодня:

НАСТРОЕНИЕ ДНЯ



Идея дня

ТЕМЫ ДНЯ

Сегодня мы говорили о

ВАЖНЫЕ РЕШЕНИЯ

Проблемы, вопросы
