

Что такое созависимость?

Созависимость – патологическое состояние, характеризующееся глубокой поглощённостью и сильной эмоциональной, социальной или даже физической зависимостью от другого человека, как правило, страдающего каким-либо видом зависимости. **Созависимость** — зеркальное отражение зависимости объекта **созависимости**. Страдающий созависимостью весь поглощается в состояние другого человека, становится зависимым от него психологически и физически. Зависимость и созависимость обозначают практически одно и то же. Различие состоит в том, что у зависимого индивида отмечается пристрастие к химическому веществу, а у человека с созависимостью проявляется влечение к человеку.

Признаки человека, находящегося в состоянии созависимости: отрицание, заблуждение, самообман; наличие компульсивных действий; скованность чувств; чувство вины; сдерживаемый гнев, низкая самооценка, злость к себе; неуправляемая агрессивность; игнорирование личных потребностей, полная отдача другим; наличие психосоматических заболеваний; проблемы интимного характера; суицидальные мысли, депрессивность; проблемы в коммуникациях.

Причины созависимости *содержатся в индивидуальных особенностях созависимой личности*. Такие люди способны на сопереживание, глубоко понимают проблемы другого человека и зачастую жертвуют собственными потребностями.

Нередко партнеры принимают за амурное чувство любви совсем не то, что на самом деле им является. В таких союзах созависимые не мыслят бытия друг без друга, нередко ссорятся, обижают друг друга, говорят колкости, затем мирятся, и порознь находиться долго им невыносимо. Если в отношениях отмечаются подобные признаки, то требуется замислиться, а может и не любовь это вовсе? Зачастую любви давно нет, а вот неимоверная привязанность и зависимость от присутствия близкого человека осталась. Это и является созависимостью.

Созависимость в отношениях доставляет человеку успокоенность и удовлетворение от понимания личной значимости для партнера. Зачастую такие люди в детстве выросли без любви и полноценной заботы о них близких, они ощущали себя ненужными и оттого, что «Я» человека слишком повреждено, такие индивиды не способны на искреннюю любовь.

Зависимость и созависимость от **алкоголизма** являются очень большими проблемами семей. Созависимость при алкоголизме – это очень тяжелое состояние, потому, что зависимость одного из членов семьи несёт в себе страшные последствия. Но, когда зависимость затягивает сразу двух людей из семьи – это представляет еще более тяжелый случай.

В характерных признаках созависимости можно выделить некоторые обстоятельства. Например, стремление оградить пьющего близкого человека от внешних неприятностей; изолирование от контактов с окружающими людьми; пренебрежение созависимым человеком возможными негативными последствиями от употребления спиртных напитков; игнорирование

скандалов, избиений, насилия; проявление чрезмерной заботы о зависимом партнёре.

Созависимость при алкоголизме лечится с помощью квалифицированного специалиста — психотерапевта, компетентного в соответствующей области.

Созависимость при **наркомании** более тяжелая, чем при алкоголизме. Начинается она с того, что один партнёр пробует наркотики. После первого раза употребления у него возникает зависимость, постепенно человек теряет всё что он нажил: работу, деньги, друзей, родственников. Он жертвует всем, что имеет ради принятия дозы. Это всё отражается на семье.

Созависимый вполне осознанно может приписывать разнообразные оправдания своему партнеру, чем делает тому огромную «услугу», потому что наркоман начинает считать, что он поступает абсолютно нормально, если его действия «одобряют».

Когда человек с созависимостью от наркозависимого, понимает, что не способен ничего кардинально изменить в сложившейся ситуации, то он начинает ощущать беспомощность. Со временем беспомощность переходит в серьезные психологически проблемы. Созависимый настолько свыкается со своим образом жизни, что идеи о том, чтобы что-то изменить, вызывают у него страх и панику. В результате чего он подсознательно начинает подстраиваться к наркоману. Это выражается в проявлении похожих поведенческих актах, в проявлении гнева, раздражения, изоляции от внешнего мира, недоверии к другим людям. Он также желает почувствовать одобрение своим действиям. Он не понимает, что все это поспособствовало формированию созависимости. Заостряется чувство ответственности, оно проявляется в тотальном контроле всего, что может иметь касательство к наркозависимому партнёру.

Созависимость отображается на материальном благополучии семьи.

Созависимость человека не позволяет ему отдавать себе отчёт в количестве потраченных денег на наркомана, при этом совершенно забывая о собственных нуждах или потребностях детей. Деньги идут на одежду, развлечения, решения проблем наркомана. Человек, страдающий созависимостью, решающий все проблемы наркомана, создает для себя иллюзию семьи.

Итак, созависимость является болезнью с различными формами ее проявления, она развивается под влиянием формирования зависимости.

Лечение как зависимости, так и созависимости проводится опытными высококвалифицированными специалистами, в том числе и анонимно.

В Учреждение здравоохранения «Мядельская центральная районная больница», осуществляется оказание наркологической, психотерапевтической помощи, каб.503, 502 тел./факс: 8 (0179) 72-43-81.

Врублевская В.В. врач-психиатр-нарколог
УЗ «Мядельская центральная районная
больница» 222397, г. Мядель, ул.
Коммунистическая,23 E-mail:
mail@myadelcrb.by.