

Подростки и проблемные семьи (часть 1)

Джон Гериг
январь 2026

Некоторые из наших ребят, скорее всего, растут в неблагополучных семьях, где по крайней мере у одного из родителей есть проблема, которая выходит из-под контроля. И им приходится бороться с зависимостью, гневом, сексуальным насилием или одним из различных психических расстройств. Скорее всего, такие родители сами выросли в проблемных семьях, потому что неблагополучные



семьи часто воспроизводят сами себя. Такая ситуация представляет собой нечто, о чем предпочитают не говорить вовсе. Все знают, что она есть, но делают вид, что ее нет. Большинство неблагополучных семей находятся в состоянии отрицания.

В семинарии я посещал курс доктора Чарльза Селла под названием «Служение проблемным семьям». Большая часть того, о чем я рассказываю здесь, взята из его книги «Помощь проблемным семьям».

Влияние неблагополучных семей на детей (Sell, стр. 302- 303)

Когда кто-то страдает зависимостью или другой серьезной проблемой, в семье возникают четыре основные трудности: 1) доверие к людям, 2) управление эмоциями, 3) депрессия и 4) давление из-за чрезмерной ответственности. Одно исследование показало, что дети из семей алкоголиков более подвержены депрессии, чувству вины, тревоге, стремлению к одобрению и неспособности доверять другим, чем среднестатистические подростки.

К сожалению, когда эти подростки становятся взрослыми и уходят из дома, накопленный ими эмоциональный и поведенческий багаж остается с ними, и это создает проблемы. Вот несколько черт детей, выросших в неблагополучных семьях:

- Они чувствуют, что не понимают, что такое нормальное поведение; думают, что они не такие, как все.
- Они безжалостно судят себя.

- Им трудно веселиться и доводить дела до конца.
- Они постоянно ищут одобрения, даже если для этого приходится лгать.
- Они могут быть чрезмерно ответственными или совсем безответственными.
- Они относятся к себе очень серьезно и чрезмерно реагируют на обстоятельства, которые не могут контролировать.
- Они могут быть чрезвычайно лояльными, даже если есть доказательства того, что эта лояльность незаслуженна.
- Они склонны к компульсивному поведению: они слишком усердны в достижении целей, в занятиях спортом, переедают, перерабатывают и тратят слишком много денег.
- Они развивают собственные зависимости, даже если они не связаны с вредными веществами: секс, боль, еда, религия, власть, деньги, траты и т. д.
- Они склонны испытывать трудности с регулированием своих эмоций и страдают от чрезмерных чувств депрессии, вины, тревоги, страха, гнева и стыда.

Процессы семейного влияния (Sell стр. 303 – 306)

Одной из общих характеристик членов неблагополучных семей является «взаимозависимость». Это нездоровая зависимость друг от друга, которая подавляет автономию каждого человека. Жизнь такой семьи сосредоточена вокруг человека с проблемой; все члены семьи в той или иной степени подчиняются компульсивному члену семьи, который утратил контроль над собой из-за своей зависимости.

Жизнь ребенка зависит от состояния родителя. Она пьяна, злится? Он болен, или сегодня вечером меня снова будут насилловать? Когда дети возвращаются из школы, они хотят знать, в какой дом они приходят: с пьяным, под кайфом, трезвым или злым родителем?

Созависимая система препятствует личностному развитию: индивидуальные потребности не удовлетворяются напрямую. Нет «ты», «я» или «мы». Есть только «мы». Жизнь ребенка поглощена решением проблем родителей.

Чтобы выжить, дети учатся механизмам психологической защиты. К ним относятся определенные правила, которые семья должна соблюдать, чтобы стабилизировать свою ситуацию. Три наиболее распространенных правила: не чувствуй, не говори и не доверяй. Эти правила установлены, чтобы избежать столкновения с позором и болью, связанными с семейной ситуацией.

Существуют разные способы, которыми отдельные члены семьи подчиняются требованиям дисфункционального взрослого. Дети часто берут на себя роли, направленные либо на спасение семьи, либо на бунт против нее. Четыре распространенные роли:

- Передовой: Это ребенок, который полон решимости защитить репутацию семьи и/или избежать наследия неудач, добившись успеха.
- Бунтарь/неудачник: Это ребенок, который использует правонарушения или неудачи, чтобы выразить гнев или отвлечь внимание от своей семьи.
- Замкнутый: Это ребенок, который как можно чаще уходит в свой собственный мир, просто пытаясь выжить, пока не сможет покинуть семью.
- Талисман/клоун: Это ребенок, который заставляет всех смеяться, использует свою милость или юмор, чтобы разрядить напряжение или оставаться в хороших отношениях с непредсказуемым родителем.

Это тревожная картина неблагополучной семьи и подростков, растущих в ней. В следующем блоге мы посмотрим, что мы, как лидеры подросткового служения, можем сделать, чтобы помочь этим ребятам.

Информация из книги:

Sell, Dr Charles M. *Helping Troubled Families: A Guide for Pastors, Counselors, and Supporters*. Baker Books · 2002.