

Κατανόηση της διαδικασίας της εξάρτησης – προστατευτικοί και επιβαρυντικοί παράγοντες

Μισουρίδου Ευδοκία , MSc, PhD,
Επίκουρη Καθηγήτρια στη Νοσηλευτική Ψυχικής
Υγείας

Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής



Το τρίγωνο της συνάντησης

Η χρήση ψυχοδραστικών ουσιών οφείλεται στην αλληλεπίδραση τριών παραμέτρων:

μιας συγκεκριμένης προσωπικότητας με μια συγκεκριμένη ουσία σε μια δεδομένη κοινωνικοπολιτιστική στιγμή.

Olivenstein, C. (1982) *Η ζωή του Τοξικομανή*. Αθήνα: Εκδόσεις Παλλάδα.



ΚΕΘΕΑ, Copyright.

Το τρίγωνο της συνάντησης

Ο δρόμος που οδηγεί στον πειραματισμό με τις ουσίες και τελικά στην «εγκατάσταση» της εξάρτησης είναι μια μακροχρόνια δυναμική διαδικασία, αρκετά εξατομικευμένη για τον κάθε χρήστη, η οποία προϋποθέτει τη συνάντηση μιας προσωπικής, ψυχολογικής κρίσης με την κοινωνική.



Βιολογικοί-γενετικοί παράγοντες

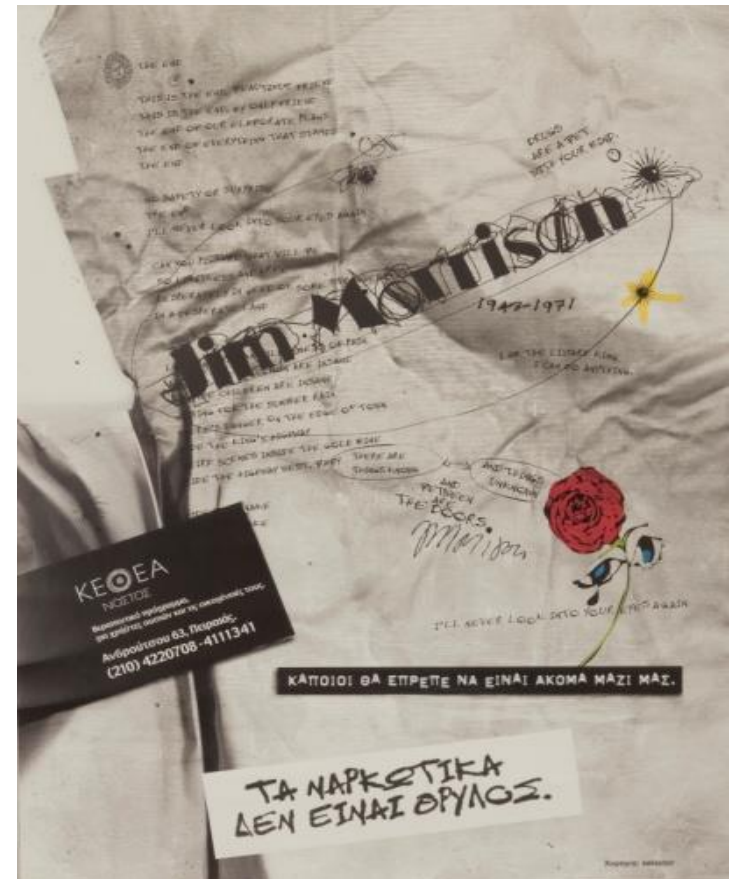
- Οι αλλοιώσεις που προκαλεί η μακρόχρονη χρήση ουσιών οδηγούν σε μείζονες διαφορές στον εγκέφαλο των εξαρτημένων σε σύγκριση με μη εξαρτημένα άτομα και συνδέονται με την προσέγγιση της εξάρτησης ως «χρόνιας υποτροπιάζουσας νόσου του εγκεφάλου» (έχει δεχτεί αυστηρή κριτική από τους υποστηρικτές των ψυχοκοινωνικών προσεγγίσεων).



ΚΕΘΕΑ, Copyright.

Βιολογικοί-γενετικοί παράγοντες

- Η έρευνα εστιάζει στον ρόλο των νευροδιαβιβαστών οι οποίοι παράγονται ενδογενώς στον οργανισμό.
- Κεντρική υπόθεση στην προσέγγιση αυτή είναι ότι σε ορισμένα άτομα το σύστημα των νευροδιαβιβαστών δυσλειτουργεί με αποτέλεσμα να χρειάζονται τις ψυχοδραστικές ουσίες οι οποίες αντικαθιστούν το ρόλο των νευροδιαβιβαστών στον οργανισμό.



ΚΕΘΕΑ, Copyright.

Ψυχολογικοί παράγοντες

- Παραβατική συμπεριφορά σε μικρή ηλικία
- Κάπνισμα, κατανάλωση οινοπνευματωδών και χρήση ουσιών σε μικρή ηλικία
- Θετικές στάσεις και προσδοκίες σχετικά με τη χρήση ουσιών
- Σεξουαλική δραστηριότητα σε μικρή ηλικία
- Ιστορικό με προβλήματα συμπεριφοράς



ΚΕΘΕΑ, Copyright.

Ψυχολογικοί παράγοντες

- Αρνητικά συμβάντα στη ζωή (π.χ. απώλεια σημαντικού προσώπου, σεξουαλική κακοποίηση)
- Άγχος / στρες / υπερένταση
- Κατάθλιψη
- Επιθετικότητα
- Δυσκολία ελέγχου των παρορμήσεων (παρορμητικότητα) / υπερκινητικότητα
- Αντικοινωνική συμπεριφορά / δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Αναζήτηση διέγερσης / συναισθημάτων
- Προβλήματα ψυχικής υγείας
- Έλλειψη θετικών προτύπων, έλλειψη φιλοδοξιών

Προστατευτικοί παράγοντες

- Αρνητικές στάσεις σε σχέση με τη χρήση ουσιών
- Γνώση για τις ουσίες και τις συνέπειες χρήσης τους
- Ατομικές δεξιότητες, όπως δεξιότητες διαχείρισης προβλημάτων, καθορισμού στόχων κτλ.
- Κοινωνικές δεξιότητες
- Αυτοεκτίμηση
- Μειωμένη παρορμητικότητα
- Προσαρμοστικότητα/«εύκολη» ιδιοσυγκρασία
- Ενασχόληση με τη θρησκεία

Πρώιμη έναρξη της χρήσης

«Ήμουν δεν ήμουν εννέα-δέκα χρονών. Ένα μικροκαμωμένο καχεκτικό πλασματάκι, αρρωστημένο και πληγωμένο ψυχικά από την όλη κατάσταση που επικρατούσε στο σπίτι μου. Είχα αρχίσει και εισέπνεα καθαρή βενζίνη. Πήγαινα στο περίπτερο που βρισκόταν απέναντι από το σχολείο, αγόραζα ένα μπουκαλάκι και στην συνέχεια πήγαινα σε μια γωνιά στο προαύλιο, εκεί που δεν με έβλεπαν και εισέπνεα από το μανίκι της μπλούζας ή του μπουφάν, αφού πρώτα το είχα ποτίσει. Ήταν η αρχή. Και το τέλος ήταν η κατάληξή μου στην ηρωίνη!».

ΑΡΓΩ, Πρόγραμμα Εναλλακτικής Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων ΨΝΘ (2005) *Γροθιά στο στομάχι-Λογοτεχνία της σκόνης*. Θεσσαλονίκη: Δωδώνη (σελ. 93).

Η χρήση ουσιών ως αυτοθεραπεία

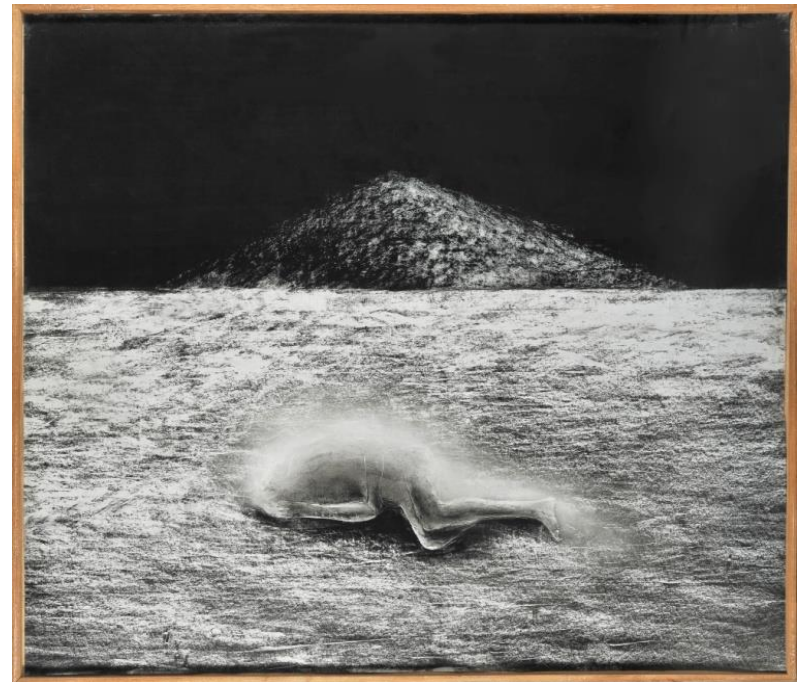
- Το έλλειμμα αυτοπροστασίας και ρύθμισης των συναισθημάτων σχετίζεται με τη σχέση με τη μητρική φιγούρα κατά την πρώιμη παιδική ηλικία.
- Η σχέση τού χρήστη με την ουσία αποτελεί μια εκδραμάτιση των πρώιμων, βρεφικών φαντασιώσεων στην ενήλικη ζωή (“acting out”).



Ιακωβίδης Γ, Ο κακός εγγονός, Συλλογή Ε. Κουτλίδη, Copyright.

Η χρήση ουσιών ως αυτοθεραπεία

- Η εκδραμάτιση αυτή αποτελεί μηχανισμό άμυνας, απαραίτητο για την ψυχική του επιβίωση. Με αυτόν μετατρέπει τη βαθιά αίσθηση ανημπόριας σε αίσθηση δύναμης και ισχύος επιβεβαιώνοντας επαναληπτικά την αρνητική σχέση με τον εαυτό του και τους άλλους.



Χριστάκης Τ, Φιγούρα αρ. 23, 1988,
Εθνική Πινακοθήκη, *Copyright*.

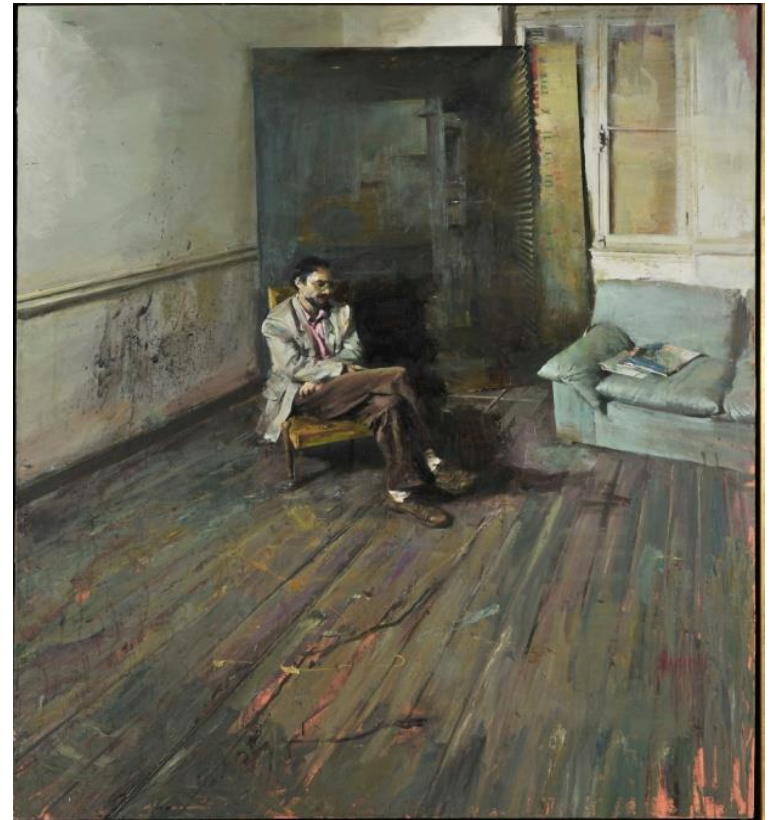
Η χρήση ουσιών ως αυτοθεραπεία

«Έπινα για να πνίγω τον πόνο μου, έπινα γιατί δεν άντεχα πλέον, έπινα επειδή ένιωθα άσχημα με τον εαυτό μου, και έπινα επειδή είχα φτάσει στο σημείο να μην μπορώ να μιλήσω σε κανένα, αφού δεν μπορούσα να εκφραστώ. Πονούσα και είχα επιλέξει να απομονωθώ, να γίνω αντικοινωνικός και είχα επιλέξει να κάνω χρήση ναρκωτικών, επειδή λανθασμένα πίστευα ότι μόνο έτσι θα σταματούσα να πονάω και να σκέφτομαι όλα αυτά που με πλήγωναν».

ΑΡΓΩ, Πρόγραμμα Εναλλακτικής Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων ΨΝΘ (2005)
Γροθιά στο στομάχι-Λογοτεχνία της σκόνης. Θεσσαλονίκη: Δωδώνη (σελ. 94-95).

Ταυτότητα και χρήση ουσιών

- Η δυσκολία του χρήστη να διαχειριστεί τα συναισθήματά του σχετίζεται με τη δυσκολία του να συγκροτήσει μια ταυτότητα που θα του επιτρέπει να ανήκει κάπου μαζί με άλλους ανθρώπους και η οποία προκαλεί ένα εσωτερικό βίωμα βαθιάς θλίψης και ανεπάρκειας.
- Η χρήση ουσιών αποτελεί μια απόπειρα να βάλει μια νέα ταυτότητα στη θέση της παλιάς διάχυτης ταυτότητας.



Ρόρρης Γ, Εθνική Πινακοθήκη,
Copyright.

Ταυτότητα και χρήση ουσιών

- «Είχα μια ταυτότητα, όταν ήμουν στα ναρκωτικά. Μπορούσα να βάζω τα όρια και να κάνω τη φωνή μου να ακούγεται. Αλλά όταν ήμουν καθαρή, ένιωθα τρομερά μικρή και φοβισμένη. Τότε έκανα πράγματα για να αρέσω στους ανθρώπους, να με παρατηρούν, πράγματα που στην πραγματικότητα δεν ήθελα να κάνω αλλά τα έκανα μόνο για να με βλέπουν οι άλλοι...».
- «Όταν σταματούσα να παίρνω ναρκωτικά, περνούσα μια τρομακτική κρίση ταυτότητας «ποια ήμουν;» Γιατί όταν έπαιρνα ναρκωτικά ήμουν κάποια. Αλλά χωρίς αυτά, ήμουν ένα τίποτα, δεν υπήρχα...».

Ταυτότητα και χρήση ουσιών

- «Ήταν εκείνο το συναίσθημα, ότι δεν ανήκω κάπου μαζί με άλλους. Έβγαζα με κάποιο τρόπο τον εαυτό μου έξω. Και αυτό το συναίσθημα έγινε πιο δυνατό όταν ξεκίνησα να παίρνω ναρκωτικά. Τότε έγινα λιγότερο ο εαυτός μου, αλλά με κάποιον τρόπο ένιωθα εμπιστοσύνη με αυτό το καινούριο πρόσωπο, που δεν είχε ποτέ να σκεφθεί πώς να συμπεριφερθεί για να ταιριάζει κάπου. Αλλά την ίδια στιγμή φοβόμουν ότι οι άνθρωποι θα καταλάβουν ποιος είμαι πραγματικά, και ότι θα μου γυρίσουν την πλάτη».

Χρήση ουσιών και οριακή ψυχοπαθολογία

- Τόσο ο αλκοολισμός όσο και η τοξικομανία έχουν συσχετιστεί άμεσα με την ανικανότητα του ατόμου να αντέχει και να ρυθμίζει την οικειότητα στις σχέσεις με τους άλλους. Ο εξαρτημένος φοβάται έντονα την οικειότητα αλλά και δεν αντέχει την απόσταση.
- Μοναξιά, αίσθημα κενού, δυσκολία ελέγχου του θυμού, απαιτητικότητα, εχθρότητα, εξαρτητικές σχέσεις, φόβος εγκατάλειψης, ακραία εναλλαγή μεταξύ εξιδανίκευσης και υποτίμησης του άλλου που δημιουργεί ασταθείς και έντονες σχέσεις, αυτοκτονικές συμπεριφορές κ.λπ. είναι κάποια από τα χαρακτηριστικά της οριακής παθολογίας.

Χρήση ουσιών και οριακή ψυχοπαθολογία

- Η αυξανόμενη δημοτικότητα της διάγνωσης οριακών διαταραχών κατά τη διάρκεια των δύο τελευταίων δεκαετιών τις έχει μεταβάλλει σε «ψυχιατρικό κάλαθο των αχρήστων».
- Αρκετές φορές η ταμπέλα «οριακός» χρησιμοποιείται για να περιγράψει σχεδόν όλες τις διαταραχές προσωπικότητας.
- Ο όρος «οριακότητα» εμφανίστηκε στη βιβλιογραφία για να περιγράψει μια διαταραχή που βρισκόταν «στα όρια» της ψύχωσης, στην πορεία έχει συνδεθεί περισσότερο με τις συναισθηματικές διαταραχές και με δυσκολίες στη διαδικασία αποχωρισμού-εξατομίκευσης οι οποίες συνήθως αποδίδονται σε ανεπάρκεια της γονεϊκής λειτουργίας κατά την παιδική ηλικία, πρόωρους αποχωρισμούς, απώλειες κ.α.

Δυσκολία αναγνώρισης συναισθημάτων

- Σε οικογένειες όπου κυριαρχούν ο αλκοολισμός/χρήση ναρκωτικών, έντονες συγκρούσεις ή ακραία γεγονότα, μυστικά για τα οποία απαγορεύεται να μιλήσει κανείς, τα παιδιά δεν εκφράζουν τα έντονα συναισθήματα που βιώνουν, ούτε βέβαια βοηθούνται στην αναγνώριση και στην επεξεργασία τους. Η συνωμοσία της σιωπής και ο κανόνας «μη μιλάς γι' αυτό» οδηγούν στον κανόνα «να μη νιώθεις». Με αυτό τον τρόπο τα παιδιά ενθαρρύνονται να μην νιώθουν και να μην μιλούν για τα συναισθήματά τους. Η σύγχυση και η διαστρεβλωμένη πραγματικότητα μειώνουν την ικανότητα του παιδιού να εμπιστευτεί την αντίληψή του. Δυσκολεύεται να αναγνωρίσει, να διαφοροποιήσει και να εκφράσει τα συναισθήματά του.

Δυσκολία αναγνώρισης συναισθημάτων

- Δυσκολία αναγνώρισης, έκφρασης και διαφοροποίησης των συναισθημάτων, φτωχή φαντασία, παρορμητική συμπεριφορά και τάση να σωματοποιεί την ψυχική διάθεση είναι κάποια από τα χαρακτηριστικά της «αλεξιθυμίας», η οποία μπορεί να χαρακτηρίζει ένα άτομο σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό.
- Γνωρίζει ότι δεν νιώθει καλά, αλλά δεν γνωρίζει πώς να πει και να περιγράψει αυτό που νιώθει .

Δυσκολία αναγνώρισης συναισθημάτων

- «Ο Σ. μεγάλωσε σε ένα σπίτι το οποίο αρνούσαν τα συναισθήματα. Υπήρχαν μυστικά που δεν επιτρεπόταν να ειπωθούν ανοιχτά. Ο Σ. δεν γνώριζε ότι ο πατέρας του είχε αυτοπυροβοληθεί όταν ήταν τριών χρονών. Τρεις μήνες αργότερα ο μεγαλύτερος αδελφός του πνίγηκε ή το πιθανότερο επέλεξε να πνιγεί σε σάουνα. Ο Σ. ποτέ δεν έμαθε να αναγνωρίζει τα συναισθήματα. Γνώριζε μόνο τον εκνευρισμό ή την επιβεβαίωση. Έπαιρνε επιβεβαίωση, όταν κατάφερνε να επιβεβαιώσει την ανωτερότητά του, με τη νίκη σε κάτι, με το σεξ, με το αλκοόλ».

Hanninen, V., Koski-Jannes, A. (1999) Narratives of recovery from addictive behaviours. *Addiction*, 94(12), 1.837-1.848.

Χρήση ουσιών και επιθετική συμπεριφορά

- Ο εξαρτημένος μπορεί να γίνει σκληρός, επιθετικός, έντονα προκλητικός ή βίαιος, χαρακτηριστικά που τον κάνουν απωθητικό και τον στιγματίζουν ως κοινωνικά επικίνδυνο, διαιώνίζοντας την τεράστια ψυχική οδύνη που σφραγίζει τη ζωή του. Μια βαθύτερη ψυχολογική διερεύνηση της παρορμητικής συμπεριφοράς του, σπανίως διαπιστώνει σαφή αισθήματα μίσους και προσωποποιημένης επιθετικότητας από μέρους του.
- Το εξαρτημένο άτομο δίνει μάλλον την εντύπωση ότι μέσα από τη βίαιη και παρορμητική συμπεριφορά του επιζητεί μια υποθετική επιβεβαίωση ταυτότητας, ότι επιχειρεί μια ακόμη προσπάθεια ψυχικής επιβίωσης.

Bergeret, J. (1999) *Τοξικοεξάρτηση και προσωπικότητα*. Αθήνα: Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα.

Χρήση ουσιών και επιθετική συμπεριφορά

- Οι βίαιες πράξεις του εξαρτημένου ατόμου συχνά αποτελούν μέρος μιας συνολικής συμπεριφοράς που παίρνει τον χαρακτήρα της παρέκκλισης και της εκτροπής από την κοινωνική νόρμα και κάποτε την εχθρότητα απέναντι σε κάθε μορφή εξουσίας. Μέσα σε οργανωμένα πλαίσια συχνά νιώθει καταπίεση και έντονο τον φόβο απώλειας της ελευθερίας του, έχει τάσεις επαναστατικότητας, αντιδρά και τέλος απορρίπτεται. Η παρορμητική χρήση ναρκωτικών αποτελεί μια λύση στη δυσφορία που βιώνει στο οικογενειακό και άλλα πλαίσια, στα οποία νιώθει ότι δεν έχει θέση, ότι απορρίπτεται. Έτσι απορρίπτει και ο ίδιος το πλαίσιο που του δημιουργεί το αίσθημα του ανοίκειου και κρύβει την οδύνη τού «ξένου» πίσω από μια επιφανειακά αντικομφορμιστική συμπεριφορά.

Χρήση ουσιών και επιθετική συμπεριφορά

- Η επιθετική συμπεριφορά μοιάζει να αποτελεί μια προσπάθεια του χρήστη να αμυνθεί, απέναντι στον φόβο που του γεννάει η παρουσία των άλλων. Ο φόβος τον οποίο προκαλούν οι βίαιες πράξεις του, δεν είναι παρά ένα τείχος που υψώνει γύρω του, για να προστατευτεί από αυτούς με τους οποίους δυσκολεύεται να επικοινωνήσει. Σκοπός του δεν είναι να καταστρέψει τον Άλλο, αλλά να επιβληθεί σ' αυτόν, παίζοντας τον ρόλο τού κυρίαρχου, μέσα από την ψευδαίσθηση της παντοδυναμίας που του παρέχουν οι ουσίες.

Τραύμα και χρήση ουσιών

- Αρκετές φορές η ανάμνηση των τραυματικών γεγονότων απωθείται. Ο ψυχισμός δεν μπορεί να συνδέσει το τραύμα με τα έντονα συναισθήματα, τα οποία αυτό του προκαλεί, με λέξεις και νοήματα. Έτσι το πένθος εγκλωβίζεται σε μια «ψυχική κρύπτη» προκαλώντας έναν φαύλο κύκλο διαιώνισης της τραυματικής εμπειρίας.
- Όταν η εμπειρία αυτή παραμένει ανεπεξέργαστη, σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό παρεισφρυτικές αναμνήσεις και εφιάλτες εμφανίζονται ακούσια με αποτέλεσμα την αναβίωση του πρωταρχικού τρόμου, φόβου και απελπισίας.

Μάτσα, Κ. (2012) *Το αδύνατο πένθος και η κρύπτη. Ο τοξικομανής και ο θάνατος*. Αθήνα: Εκδόσεις Άγρα.

Τραύμα και χρήση ουσιών

- Κάποιες φορές ένας τραυματισμός φέρνει στην επιφάνεια της συνείδησης ενός ατόμου άλλους παλαιότερους τραυματισμούς τους οποίους προσπαθούσε να απωθήσει και να θάψει μέσα του. Το συναισθηματικό φορτίο παλαιότερων και νέων ψυχικών τραυμάτων μπορεί να βυθίσει το άτομο σε απελπισία και αποδιοργάνωση του ψυχισμού του.
- Περίπου το ένα τρίτο των εξαρτημένων ατόμων έχουν Χρόνια Μετατραυματική Διαταραχή Άγχους (PTSD) τη στιγμή που έρχονται σε επαφή με κάποιον επαγγελματία υγείας, ενώ το ποσοστό αυτό ξεπερνά το 80% για όλη τη διάρκεια της ζωής.

Χρήση ουσιών και συννοσηρότητα

- Συνύπαρξη ψυχιατρικής διαταραχής και εξάρτησης («διπλή διάγνωση», “dual diagnosis”).
- Η κατάθλιψη αποτελεί τη συχνότερη διάγνωση ανάμεσα στις ψυχιατρικές διαταραχές στον συγκεκριμένο πληθυσμό. Κυριαρχεί έντονη διχογνωμία για το αν η κατάθλιψη προηγείται ή έπεται της χρήσης ουσιών.
- Άλλες ψυχιατρικές διαταραχές: ψυχώσεις, απόπειρες αυτοκτονίας, κρίσεις πανικού και μανιοκατάθλιψη.
- Σε γενικές γραμμές τα άτομα με ψυχικά προβλήματα χρησιμοποιούν την εξάρτηση ως μία στρατηγική επιβίωσης στην ανυπόφορη κατάσταση που δημιουργεί η ψυχιατρική διαταραχή.

Η επίδραση της οικογένειας: επιβαρυντικοί παράγοντες

- Χρήση ουσιών από τους γονείς ή άλλα μέλη της οικογένειας
- Θετικές στάσεις σε θέματα χρήσης ουσιών
- Ελλιπής γονεϊκή εποπτεία
- Γονεϊκή απόρριψη



*Χατζηκυριάκος-Γκίκας Ν, Εθνική Πινακοθήκη,
Copyright.*

Η επίδραση της οικογένειας: επιβαρυντικοί παράγοντες

- Χαμηλό επίπεδο δεσμών και πρόσδεσης (attachment)
- Συναισθηματική αδιαφορία και παραμέληση
- Αυταρχικοί γονείς και γονείς που δυσκολεύονται στην οριοθέτηση
- Συγκρούσεις στην οικογένεια
- Χαοτικό οικογενειακό περιβάλλον
- Χαμηλές ή υπερβολικά υψηλές προσδοκίες γονέων
- Ανεργία/χαμηλή κοινωνικο-οικονομική κατάσταση/ δυσκολίες διαβίωσης
- Δυσκολίες στην επικοινωνία μεταξύ των μελών της οικογένειας

Χρήση ουσιών από τους γονείς

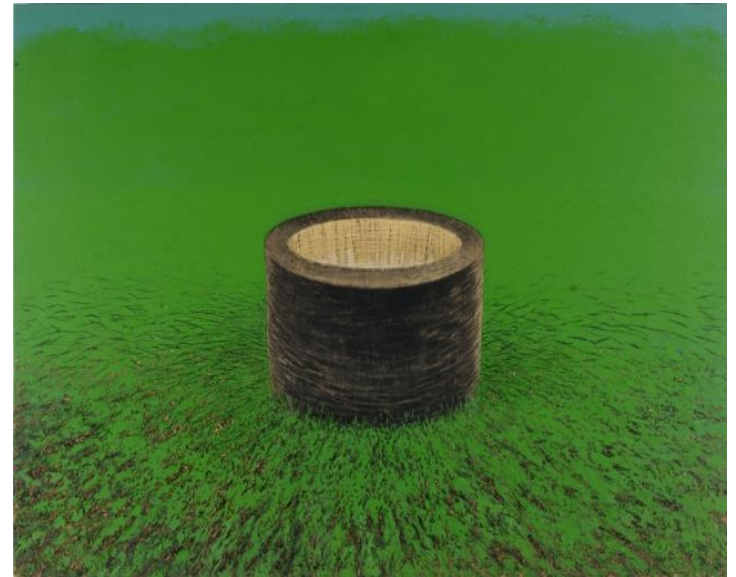
- Οι γονείς που κάνουν κατάχρηση αλκοόλ ή ψυχοδραστικών ουσιών συχνά απορροφώνται υπερβολικά στις ανάγκες και τα προβλήματα τους παραμελώντας τα παιδιά.
- Ο θυμός τους συχνά αφήνει τα μέλη της οικογένειας έντρομα και ανήσυχα, ενώ οι ρόλοι μπορεί να συγχέονται και τα παιδιά να φροντίζουν τους γονείς, καθώς η επικοινωνία μεταξύ τους είναι αρκετά μπερδεμένη.



Οικονόμου Μ, Εθνική Πινακοθήκη,
Copyright.

Χρήση ουσιών από τους γονείς

- Παρότι τα μέλη της οικογένειας γνωρίζουν ή διαισθάνονται το πρόβλημα και τη σοβαρότητά του, δεν το κατονομάζουν.
- Η αλήθεια παραμένει ανείπωτη όχι μόνο μέσα στην οικογένεια αλλά κι έξω από αυτήν, φέροντας το βάρος ενός δυσβάσταχτου μυστικού.



Μανουσάκης Μ, Εθνική Πινακοθήκη, *Copyright*.

Η εξάρτηση ως σύμπτωμα της οικογένειας

- Ο χρήστης με την εξάρτησή του αποσπά την προσοχή των γονιών του από προσωπικά ή συζυγικά προβλήματα.
- Εξισορροπεί τη συναισθηματική απόσταση ανάμεσά τους, αφού τους κάνει να αισθάνονται πως πρέπει να προσπαθήσουν από κοινού να αντιμετωπίσουν την κατάσταση για να σώσουν το παιδί τους.
- Με αυτόν τον τρόπο η οικογένεια διατηρεί τη συνοχή της.



Μανουσάκης Μ, Εθνική Πινακοθήκη, *Copyright*.

Χρήση ουσιών και συζυγική σύγκρουση

- «Όταν οι γονείς είναι χωρισμένοι και μάλιστα, όταν είναι με άσχημο τρόπο χωρισμένοι, πολλές φορές βγαίνει θυμός τού ενός για τον άλλον πάνω στο παιδί, πάνω στον θεραπευόμενο... Και το παιδί γίνεται μπαλάκι ή του λένε ‘πήγαινε στο πατέρα σου’ ή ‘πήγαινε στη μάνα σου’ και τέτοια, ή προκειμένου να εκδικηθούν εντός εισαγωγικών ο ένας τον άλλο ξεσπάνε πάνω στο παιδί... Το παιδί νιώθει απόρριψη, ότι δεν νοιάζονται γι’ αυτό».

Χρήση ουσιών και συζυγική σύγκρουση

«Σημειωτέον ότι μέχρι και σήμερα η μητέρα δεν έχει ξεπεράσει τον χωρισμό με αποτέλεσμα να εκφράζει τον θυμό της προς τον πατέρα μέσα από τη συμπεριφορά της προς τον Μ... Ο θυμός της μητέρας προς τον πατέρα ήταν τόσο έντονος που πολύ συχνά χρησιμοποιούσε τον Μ. ως ενδιάμεσο για να ξεσπάει και να τον πιέζει να έχει κάποια επαφή μαζί της...».

Σχόλια Θεραπευτών της Μονάδας Απεξάρτησης ΨΝΑ 18 ΑΝΩ

Συναισθηματική απόσταση εξαρτημένου-οικογένειας

- Συχνά η συνδιαλλαγή και οι αλληλεπιδράσεις του ατόμου που αντιμετωπίζει προβλήματα εξάρτησης με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας χαρακτηρίζονται από συναισθηματική απόσταση.
- Ο εξαρτημένος έχει την αίσθηση του ανοίκειου, νιώθει δηλαδή ξένος μέσα στην οικογένεια του, σαν να μην έχει θέση και χώρο μέσα σε αυτήν.



Βιδάλη Στ., δραματοθεραπεύτρια «18 ΑΝΩ», CC BY-NC-ND 3.0.

Προσκόλληση στη σχέση με τη μητέρα ή τον πατέρα

- Στις οικογένειες, οι οποίες αντιμετωπίζουν προβλήματα εξάρτησης, αρκετές φορές παρατηρείται προσκόλληση της μητέρας ή του πατέρα στο παιδί με το σύμπτωμα.
- Η προσκόλληση αυτή συχνά οφείλεται σε ελλείμματα στη σχέση του γονεϊκού ζευγαριού σε συνδυασμό με τα προσωπικά προβλήματα του καθενός. Καθιστά δε τη διαδικασία αυτονόμησης του παιδιού ιδιαίτερα δύσκολη.



Ιακωβίδης Γ, Εθνική Πινακοθήκη,
Copyright.

Προσκόλληση στη σχέση με τη μητέρα ή τον πατέρα

- Η δυσκολία του παιδιού να ξεφύγει από την υπερεπλοκή με τον υπερπροστατευτικό γονιό και να κατακτήσει έναν ικανοποιητικό βαθμό ανεξαρτητοποίησης το οδηγεί στην εξάρτηση σαν στρατηγική επιβίωσης.
- Συχνά δεν συνειδητοποιεί την επιρροή που ασκεί ο κυριαρχικός γονιός με διάφορους συγκεκαλυμμένους τρόπους.
- Η χρήση των ουσιών είναι μια μορφή «ψευδο-εξατομίκευσης» (“pseudo-individuation”), του επιτρέπει «να φύγει» «μένοντας πίσω».

Προσκόλληση στη σχέση με τη μητέρα ή τον πατέρα

- «Όσον αφορά στον Κ. η μεγαλύτερη δυσκολία ήταν η συμβιωτική σχέση μητέρας - γιου. Δηλαδή, υπήρχε μεγάλος φόβος από την πλευρά της να τον 'αφήσει' να αυτονομηθεί και να μην έχει έλεγχο επάνω του. Αλλά και ο Κ. δυσκολευόταν να απεμπλακεί από τη μητέρα του και να αντιληφθεί πόσο καταπιεσμένος ένιωθε μέσα σε αυτή τη σχέση, στην οποία δεν είχε χώρο να εξελιχθεί σαν προσωπικότητα αλλά ούτε να κάνει άλλες σχέσεις πέρα από τη μητέρα, καθώς και ότι η ανεξαρτητοποίησή του έμοιαζε να την απειλεί».

Προσκόλληση στη σχέση με τη μητέρα ή τον πατέρα

- «Από το ιστορικό της Μ φαίνεται ότι η σχέση της με τη μητέρα της ήταν πάντα πολύ στενή με έναν τρόπο όμως που δεν επέτρεπε στην Μ να εξελιχθεί. Η μητέρα φαίνεται ότι είχε ένα διαρκές καταθλιπτικό συναίσθημα (είχε μάλιστα περάσει μια πολύ σοβαρή επιλόχεια κατάθλιψη μετά την γέννηση της Μ κατά την οποία είχε σκεφτεί και την αυτοκτονία σαν λύση) και καθώς η σχέση της με τον άντρα της ήταν απόμακρη, στηριζόταν πολύ στην Μ, με την οποία 'τα συζητούσε όλα'. Τη μητέρα της η Μ την αισθανόταν αδύναμη και σαν πρόσωπο αναφοράς είχε πάντα τη μητρική γιαγιά, με την οποία είχε μια πολύ ζεστή και ιδιαίτερη σχέση. Ο πατέρας ήταν τον περισσότερο καιρό απών, συναισθηματικά αλλά και πρακτικά από το σπίτι (εξωσυζυγικές σχέσεις)».

Η διαγενεακή μεταβίβαση του τραύματος

- Υψηλά ποσοστά απωλειών (θάνατοι, παρατεταμένες ασθένειες, πρόωροι αποχωρισμοί κ.ά.) στις προηγούμενες γενιές σε οικογένειες που αντιμετωπίζουν προβλήματα εξάρτησης.
- Όταν οι απώλειες μένουν ανεπεξέργαστες, η δυσφορία που προκαλούν μεταβιβάζεται στις επόμενες γενιές.
- Η ιστορία της μητέρας -και η διαγενεακή προΐστορία της- επαναενεργοποιείται σε μικρό ή μεγάλο βαθμό μέσα στις συναισθηματικές ανταλλαγές με το μωρό της.

Η επίδραση της οικογένειας: προστατευτικοί παράγοντες

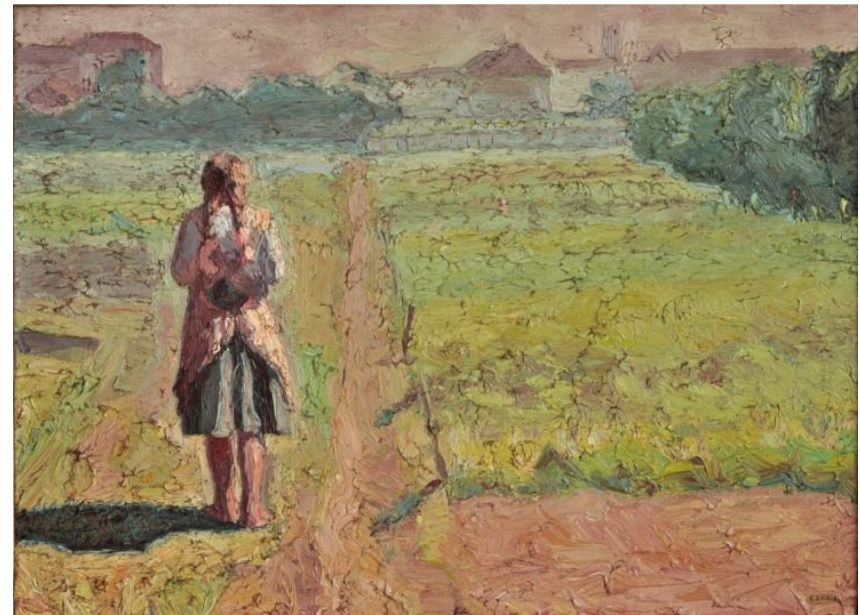
- Ισχυροί δεσμοί μεταξύ των μελών της οικογένειας
- Συναισθηματική στήριξη
- Ασφαλής πρόσδεση γονέα/παιδιού
- Υψηλή γονεϊκή εποπτεία
- Συνεπής, ανάλογα με την ηλικία, επιβολή πειθαρχίας
- Ικανότητα επίλυσης προβλημάτων στην οικογένεια
- Υποστηρικτική επικοινωνία μεταξύ των μελών της οικογένειας
- Σημαντική προσκόλληση σε ενήλικες με θετική κοινωνική συμπεριφορά
- Σημασία στην αξία της εκπαίδευσης
- Απουσία πρώιμης απώλειας ή χωρισμού

Η επίδραση του σχολείου: επιβαρυντικοί παράγοντες

- Αντικοινωνική συμπεριφορά
- Χαμηλή σχολική επίδοση
- Έλλειψη δέσμευσης σε σχέση με το σχολείο
- Σχολικός εκφοβισμός
- Δυσκολίες ενσωμάτωσης στη σχολική ζωή
- Χαμηλές προσδοκίες εκπαιδευτικών
- Αρνητικό σχολικό κλίμα
- Χαμηλές εκπαιδευτικές φιλοδοξίες
- Απουσίες, σκασιαρχείο, εγκατάλειψη σχολείου (σχολική διαρροή)
- Περιορισμένη υποστήριξη του εκπαιδευτικού συστήματος
- Χρήση ουσιών από εκπαιδευτικούς

Η επίδραση του σχολείου: προστατευτικοί παράγοντες

- Συνεργασία γονέα/δασκάλου
- Καλές σχέσεις με τους δασκάλους
- Εκπαιδευτικοί στόχοι και φιλοδοξίες
- Θετικές εκπαιδευτικές προσδοκίες από τους γονείς
- Εξειδικευμένες παρεμβάσεις για μαθητές με ιδιαίτερες εκπαιδευτικές ανάγκες



Ζαΐρης Ε, Συλλογή Ε. Κουτλίδη, *Copyright*.

Η επίδραση του συνομηλίκων: επιβαρυντικοί παράγοντες

- Χρήση ουσιών από φίλους
- Απομόνωση / αποκλεισμός
- Ευνοϊκή στάση σε προβληματικές συμπεριφορές
- Φίλοι με προβληματική συμπεριφορά
- Πρώιμη έναρξη προβληματικής συμπεριφοράς
- Ανεργία των νέων



Περβολαράκης Όθων, Παπαρούνες, Εθνική Πινακοθήκη, *Copyright*.

Η επίδραση του συνομηλίκων: προστατευτικοί παράγοντες

- Δεσμευμένοι σε σχέση με κάποια μορφή θετικής ιδεολογίας κοινωνικής συμπεριφοράς
- Δραστηριότητες θετικής κοινωνικής συμπεριφοράς
- Φίλοι που αποδοκιμάζουν την προβληματική συμπεριφορά



Ιακωβίδης Γ, τα πρώτα βήματα,
Συλλογή Ε. Κουτλίδη, *Copyright*.

Εξάρτηση και συλλογικότητα

«Χαραγμένη στη μνήμη μου είναι η στιγμή που μαζί με κάποια παιδιά από Ναβαρίνο (αγόρια και κορίτσια) αποφασίσαμε να κάνουμε κατάληψη σε ένα εγκαταλελειμμένο διώροφο σπίτι στην Άνω Πόλη. Ήταν μια περίοδος ψαξίματος, σκοπού και νοήματος στη ζωή μας καθώς και επανάστασης-αντίδρασης σε όλα εκείνα που μας πνίγανε και μας περιέβαλαν. Είχε πέσει απλά σαν μια ιδέα. Στην αρχή ακούστηκε αστεία μα κατέληξε σοβαρά και την κάναμε και πράξη. Sleeping-bag, στρώματα, κάσες από μπύρες για τραπεζάκια, κεριά που παίρναμε τα βράδια από τα εκκλησάκια για φως κ.λπ. Ανεμελιά, πολύ ανεμελιά και μια διαρκής αίσθηση ελευθερίας ή καλύτερα θα έλεγα, απελευθέρωσης...».

Εξάρτηση και συλλογικότητα

«Στο σπίτι κάναμε χρήση όλοι μαζί LSD, ηρωίνη, χάπια, μαύρο κ.λπ. Ασχέτως το τι κάναμε όσο λείπαμε, τα βράδια μαζευόμασταν και κάναμε ομαδική χρήση, η οποία είχε γίνει ένα είδος ιεροτελεστίας για εμάς και ο καθένας έφερνε ό,τι είδος ναρκωτικού μπορούσε, ήταν η στιγμή της ημέρας που όλοι περιμέναμε. Μοιραζόμασταν τα πάντα. Είχαμε δημιουργήσει κάτι ξεχωριστό, κάτι διαφορετικό και όμορφο που φάνταζε ουτοπικό και πολύ όμορφο να κρατήσει».

ΑΡΓΩ, Πρόγραμμα Εναλλακτικής Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων ΨΝΘ (2005) *Γροθιά στο στομάχι-Λογοτεχνία της σκόνης*. Θεσσαλονίκη: Δωδώνη (σελ. 72-74).

Εξάρτηση και συλλογικότητα

«Σιχαινόμασταν αυτό που υπήρχε γύρω μας και μας περιέβαλε, πνίγοντάς μας. Σιχαινόμασταν εσάς που το είχατε δημιουργήσει και γενικά η δική μας αντίληψη για τη ζωή δεν είχε καμία σχέση με τη δική σας και δεν θα μπορούσε άλλωστε. Η άποψη σας επικρατούσε μα εμάς τα παιδιά δεν μας σεβαστήκατε. Ναι, ήμασταν μειονότητα, μια μικρή μειονότητα. Ήμασταν διαφορετικοί και αντί να προσπαθήσετε να μας καταλάβετε και να δείτε τι εννοούμε και τι θέλουμε, προτιμήσατε να μας πνίξετε...».

ΑΡΓΩ, Πρόγραμμα Εναλλακτικής Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων ΨΝΘ (2005) *Γροθιά στο στομάχι-Λογοτεχνία της σκόνης*. Θεσσαλονίκη: Δωδώνη (σελ. 72-74).

Η υποκουλτούρα των ναρκωτικών

- Η υποτίμηση προς το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο και η υπεροψία απέναντι σε όλους όσους ασπάζονται παραδοσιακές αξίες, που χαρακτηρίζει την ένταξη στην υποκουλτούρα των ναρκωτικών, αναπληρώνει στην ουσία τα συναισθήματα κατωτερότητας τα οποία πυροδοτούνται από τον στιγματισμό της κοινωνίας.
- Η υποκουλτούρα των ναρκωτικών αποτελεί μια πολιτισμική ομάδα με κοινές αξίες και πεποιθήσεις στην οποία μπορούν να ανήκουν. Έχει τη δική της ιστορία, αξίες, παραδόσεις και τελετουργίες. Τα μέλη της μοιράζονται κοινούς τρόπους ντυσίματος, κοινωνικοποίησης, γλώσσας και τρόπους επικοινωνίας.

Η υποκουλτούρα των ναρκωτικών

- Οι υποκουλτούρες των ναρκωτικών διαφέρουν ανάλογα με τη βασική ουσία χρήσης, τη γεωγραφική περιοχή, τη νομιμότητα των ουσιών που χρησιμοποιούνται από τα μέλη της ομάδας και πολλές άλλες παραμέτρους.
- Ακόμη και στην περίπτωση του αλκοολισμού το άτομο έχει συχνά τον ρόλο του κοινωνικού κριτή, του ατόμου που διακρίνει στην κοινωνία μια ασθένεια, η οποία δεν γίνεται αντιληπτή από τους υπόλοιπους.

Η επίδραση του κοινωνικού περιβάλλοντος : επιβαρυντικοί παράγοντες

Διαθεσιμότητα ουσιών στη γειτονιά

- Χαμηλό κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο γειτονιάς/περιοχής
- Συνομήλικοι χρήστες ναρκωτικών
- Συνομήλικοι παραβάτες
- Πρόσβαση σε στέκια όπου γίνεται χρήση
- Εγκληματικότητα στη γειτονιά
- Κοινωνική ανοχή στη βία
- Κοινωνική ανοχή στην κατάχρηση ουσιών
- Αποδιοργάνωση συνοικίας
- Απότομες κοινωνικές μεταβολές και μετακινήσεις πληθυσμού
- Φτώχεια

Η επίδραση του κοινωνικού περιβάλλοντος : προστατευτικοί παράγοντες

- Ενήλικες φίλοι με θετική κοινωνική συμπεριφορά
- Συνομήλικοι με θετική κοινωνική συμπεριφορά
- Υψηλό κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο γειτονιάς ή περιοχής
- Πρόσβαση σε υψηλής ποιότητας προγεννητική φροντίδα
- Πρόσβαση σε υψηλής ποιότητας παιδιατρική υγειονομική περίθαλψη
- Πρόσβαση σε υψηλής ποιότητας ψυχιατρική περίθαλψη
- Συνοχή και οργάνωση συνοικίας
- Σταθερότητα κατοικίας
- Προσφορά θέσεων εργασίας



Ευχαριστώ πολύ