

טיפול בבני משפחה

"הגעתי לכאן בשבילו ונשארתי בשבילי"

מערכת היחסים בין המכור לבין בני משפחתו נידונה בהרחבה בספרות המקצועית העוסקת בתחום ההתמכרויות. ההנחה היא שכדי להבין את תופעת ההתמכרות לא ניתן להסתפק רק בניתוח מבנה אישיותו של המכור, אלא יש להבין את המציאות המשפחתית שבה הוא חי. **ההתמכרות פוגעת במכור ובכל מי שנמצא סביבו: הורים, אחים, אחיות, ילדים, חברים ועוד.**

המרכז באשדוד אימץ את גישת ההתמכרות כמחלה משפחתית, ולאורך השנים נעשו קבוצות רבות שהתייחסו הן למכורים והן לבני המשפחה השונים. כגון: סדנא לזוגות, קבוצה לבנות זוג, קבוצת אורך לילדים בגיל החביון וסדנאות להעצמת נשים.

בנוסף לטיפול הקבוצתי, בני משפחה מקבלים במרכז גם טיפול פרטני. מטרותיו של הטיפול הפרטני:

- 1) **מתן הדרכה להתמודדות עם המכור בשלבים שונים של מחלת ההתמכרות: התמודדות עם הכחשה של המכור, הצבת גבולות, מתן מידע לגבי דרכי טיפול ומסגרות טיפול ייחודיות, התנהלות נכונה מול מכור שנמצא בגמילה ועוד.**
- 2) **ליצור מרחב פרטי שבו בן/בת המשפחה יוכלו לשתף אודות הקשיים שהם עוברים בעקבות ההתמודדות עם המכור. חלק ניכר מבני המשפחה סובלים מחרדות, דיכאון, חוסר אונים, ייאוש ובמרכז הם מקבלים אוזן קשבת, תמיכה וייעוץ מקצועי.**

בשנה האחרונה התקיימה קבוצה לנשים שחלקן מכורות וחלקן בנות משפחה למכורים. בנות המשפחה שהשתתפו בקבוצה למדו מהמכורות את המשמעות של המילה "התמכרות", קיבלו מידע על האופן שבו מכור חושב ותופס את העולם החיצוני. הן דיברו על חוסר אונים ותקוות ובעיקר על הפחד שהמכור שנגמל יחזור להתמכרות.

בתחילת הקבוצה רוב בנות המשפחה דיברו על כך שהן באו לקבוצה כדי לעזור למכור/ה שבמשפחתם. אך במהלך הקבוצה הן למדו להכיר בצרכים האישיים שלהם ובפיגועות שהן ספגו כתוצאה מהתמכרות במשפחתן. **המסר של הקבוצה לבני המשפחה הוא אל תישארו לבד עם הסוד! תגיעו למרכז באשדוד ותקבלו הבנה, אוזן קשבת והכוונה. יש מה לעשות! והיטיבה להגדיר זאת אחת הנשים שבעלה מכור להימורים: " .. אני הגעתי כדי לעזור לבעלי עם התמכרותו להימורים אבל הבנתי שגם אני צריכה טיפול ונשארתי בשבילי...".**

שאלו את עצמכם את השאלות הבאות וענו עליהן עד כמה שיותר בכנות:

שאלו את עצמכם את השאלות הבאות וענו עליהן עד כמה שיותר בכנות:

1. האם אתם ממצאים תירוצים, משקרים ומגנים על ילדכם, בן/בת זוגכם או קרוב/ת משפחה.
2. האם יש לכם סיבה לא לסמוך על ילדכם, קרוב/ת המשפחה או חברכם.
3. האם נעשה לכם יותר ויותר קשה להאמין להסברים שלו/שלה.
4. האם אתם סובלים מנדודי שינה, כאבי ראש, חרדה או התכווצויות בבטן בגלל דאגה לילדכם, בן/ת-זוגכם או קרוב/ת משפחה.
5. האם ילדכם נעדר מבית הספר ללא ידיעתכם.
6. האם בן/ת זוגכם נעדר/ת ממקום עבודתו/ה והחובות מצטברים.
7. האם החסכונות שלכם נעלמים בצורה מיסתורית.
8. האם שאלותיכם לא זוכות למענה וזה יוצר עוינות ומזיק לחיי הנישואין שלכם.
9. האם אתם שואלים את עצמכם מה לא בסדר, האם זה באשמתי?
10. האם חשדותיכם גורמות לכם לבלוש אחריו/ה ואתם פוחדים ממה שתגלו.
11. האם חילוקי-דעות משפחתיים נורמליים מובילים לעוינות ולאלימות.
12. האם אתם מבטלים אירועים חברתיים עם תירוץ כלשהו.
13. האם אתם נמנעים יותר ויותר מלהזמין חברים הביתה.
14. האם בן/ת זוגכם/ילדכם מוטרד/ת מכל דבר פעוט.
15. האם חייכם נראים לכם כסיט.
16. האם בושה מונעת ממכם לשתף קרובי משפחה בבעיות שלכם.
17. האם ניסיונותיכם לשלוט במצב מתסכלים.
18. האם אתם עושים ויתורים כדי לא ליצור משברים.
19. האם אתם משתדלים לעשות כל מיני דברים כדי שהמצב ישתפר אך שום דבר לא עוזר.
20. האם סגנון החיים של ילדכם או קרוב/ת המשפחה שלכם השתנה.
21. האם אי פעם חשבתם שייתכן שהם משתמשים בסמים.

אם עניתם כן לארבע שאלות או יותר תתקשרו אלינו למרכז: 08-8563696