



Choroba alkoholowa rodziców: pozycja dzieci

Choroba alkoholowa rodziców: pozycja dzieci

Uzależniony rodzic może pożegnać się z władzą rodzicielską

Jeśli rodzic cierpi na chorobę alkoholową lub jest uzależniony od narkotyków, może stracić władzę rodzicielską. Kluczowe dla sądu rodzinnego jest to, czy nałóg rodzica godzi w dobro dziecka. Na decyzję sądu wpływ ma ewentualna decyzja o terapii – wskazują eksperci.

Podziel się artykułem:

Na wokandach w sądach rodzinnych bardzo często pojawia się problem uzależnienia rodzica od alkoholu, narkotyków czy dopalaczy. Nałogi te niewątpliwie ujemnie wpływają na sposób wykonywania władzy rodzicielskiej – podkreślają eksperci.

- Jako adwokat od wielu lat zajmujący się sprawami z zakresu prawa rodzinnego dostrzegam znaczną ilość spraw, w których pojawia się problem uzależnienia od alkoholu. Uczciwie trzeba powiedzieć, że w większości spraw ten problem dotyczy mężczyzn, choć oczywiście, zdarzają się też sprawy, w których osobą uzależnioną od alkoholu jest kobieta. W każdej sprawie o rozwód, separację, władzę rodzicielską nad dziećmi, kontakty i alimenty kwestia uzależnienia od alkoholu jednej ze stron musi być brana przez sąd pod uwagę - wskazuje adwokat Marta Pendzej, mediator, prowadząca Kancelarię Adwokacką w Krakowie.

Pozbawienie władzy rodzicielskiej

- Rodzic, który cierpi na alkoholizm, narusza dobro dziecka, gdy nie wykazuje zainteresowania nim lub gdy nie dba o jego fizyczny i psychiczny rozwój. Skutkiem problemu alkoholowego rodzica mogą być też tolerowanie złego zachowania dziecka, niedopilnowanie obowiązku szkolnego, a także stwarzanie sytuacji zagrażających życiu i zdrowiu małoletniego – wymienia adwokat, mediator Karolina Wrąbel prowadząca Kancelarię Adwokacką w Łodzi. Mecenas Wrąbel wskazuje, że przesłanki pozbawienia władzy rodzicielskiej zostały wymienione w art. 111 k.r.o. Są nimi: trwała przeszkoda uniemożliwiająca wykonywanie władzy rodzicielskiej, nadużywanie władzy rodzicielskiej oraz rażące zaniedbywanie obowiązków względem dziecka.

- W przypadku zaistnienia choć jednej z wymienionych przesłanek sąd obligatoryjnie pozbawia rodzica władzy rodzicielskiej. Orzeczenie sądu pozbawiające władzy rodzicielskiej jest najostrejszym i najdalej idącym środkiem ingerencji sądu w sferę wykonywania tej władzy. Podstawowym celem interwencji wymiaru sprawiedliwości jest ochrona interesów dziecka – podkreśla Karolina Wrąbel.

- Pierwotnymi przyczynami nadużywania władzy rodzicielskiej oraz rażącego zaniedbywania obowiązków względem dziecka może być choroba alkoholowa, a także używanie narkotyków. Niejako oczywiste jest, że w sytuacji kiedy występuje uzależnienie od tych substancji mamy do czynienia z trybem życia niegwarantującym prawidłowego rozwoju dziecka – wskazuje. Podkreśla, że konsekwencją tego jest narażenie dobra dziecka.



PRAWNIKON

- Bezsprzecznie uzależnienie od alkoholu może mieć i ma wpływ na orzekanie o władzy. To, jaki będzie mieć wpływ, podlega każdorazowo ocenie sądu. Rodzaj środka winien każdorazowo uwzględniać dobro dziecka, niemniej jednak sądy bardzo rzadko sięgają po możliwość pozbawienia władzy rodzicielskiej – podkreśla adwokat Piotr Jankowski, LL.M. prowadzący kancelarię adwokacką w Szczecinie. I wskazuje, że sąd zastosuje wskazany środek w sytuacji, kiedy dobro dziecka jest faktycznie zagrożone i de facto kontakt z rodzicem może stanowić zagrożenie dla jego rozwoju.

- W dotychczasowej karierze miałem tylko kilka takich przypadków i zazwyczaj alkoholizm nie był wyłączną przyczyną zastosowania wskazanego środka. W większości przypadków, w których mówimy o alkoholizmie, w grę wchodzi także przemoc lub/i wcześniejsza karalność rodzica. Zazwyczaj całościowa ocena postawy rodzica pozwala sądowi przyjąć wniosek, że dobro dziecka jest zagrożone w sytuacji, gdyby doszło do pozostawienia władzy temu rodzicowi – dodaje adwokat Jankowski.

- Pozostawiając władzę rodzicielską i opiekę rodzicom cierpiącym na chorobę alkoholową, bardzo prawdopodobnie skazujemy dziecko na podobny los i cierpienie. Niestety dziecko zabrane od rodziców nie zawsze zrozumie, że rodzice mogą stanowić dla niego zagrożenie – wskazuje Jankowski.

Jak zaznacza adwokat Karolina Wrąbel, aby sąd pozbawił rodzica władzy rodzicielskiej, to nadużywanie władzy, czy też rażące zaniedbywanie obowiązków względem dziecka musi być poważne, w znacznym stopniu szkodliwe dla małoletniego, uznane jako trwałe, bądź wielokrotne.

- Jeżeli będą to przyczyny sporadyczne sąd może orzec o ograniczeniu władzy rodzicielskiej. Często podstawą do wydania orzeczenia jest specjalistyczna wiedza pedagogów, psychologów i lekarzy – podkreśla adwokat Wrąbel.

Kontakty uzależnionego rodzica z dzieckiem

- W sprawach rodzinnych strony zazwyczaj mają tendencję do wyolbrzymiania negatywnych cech drugiego rodzica i podkreślania ich jako zagrożeń dla bezpieczeństwa i bytu dziecka. Bardzo często alkoholizm drugiego rodzica jest argumentem stosowanym do forsowania swojego stanowiska. Rodzic, który przez lata nadużywał alkoholu, ale w prawidłowy sposób sprawował pieczę i wychowywał dziecko, nagle staje się zagrożeniem dla dziecka – podkreśla adwokat Jankowski. Mecenas zauważa, że na szczęście sąd może poddać rodzinę obiektywnej ocenie. Służą temu wywiady kuratorów sądowych czy opinie Opiniodawczych Zespołów Sądowych Specjalistów.

- Nawet rodzic alkoholik ma prawo kontaktować się z dzieckiem. Pozbawienie go władzy rodzicielskiej nie oznacza, że nie będzie miał on prawa do spotkań z dzieckiem.

- Uzależniony od nałogu rodzic może być również w czasie kontaktu z dzieckiem poddawany kontroli ze strony drugiego rodzica albo innych osób najbliższych z rodziny jak dziadkowie, rodzeństwo itd. Nierzadko takie spotkania może nadzorować wyznaczony kurator sądowy, jednakże wówczas trzeba się liczyć z koniecznością poniesienia dodatkowych kosztów. Ma to zapobiec ewentualnym zagrożeniom, jakie mogłyby wystąpić, gdy podczas kontaktów rodzic chciałby spożyć alkohol lub zażyć narkotyki, co w sposób oczywisty ogranicza takiemu rodzicowi możliwość sprawowania nad dzieckiem bezpośredniej pieczy.



Terapia – deską ratunku

Jeśli strona jest uzależniona od alkoholu, ale samodzielnie decyduje się na podjęcie leczenia, to okoliczność ta może pozytywnie wpłynąć na rozstrzygnięcie sądu. - Gdy sąd zapozna się z zaświadczeniem o terapii, to może dać jeszcze szansę rodzicowi na realizowanie kontaktów czy sprawowanie władzy rodzicielskiej. Inaczej jest gdy strona nie dopuszcza do siebie informacji, że zmaga się z uzależnieniem. Zaznacza, że alkoholikowi można uzmysłowić to, że jest osobą uzależnioną, np. w toku prowadzonej mediacji. W toku mediacji można powiedzieć takiej osobie dużo więcej niż przed sądem, co może skutkować podjęciem decyzji i spisaniem uzgodnienia przez strony.

- W praktyce mediacyjnej spotkałam się z sytuacją, kiedy strony w ugodzie mediacyjnej uzależniły ilość spotkań z dzieckiem, a także to że kontakty będą odbywały się bez obecności drugiego rodzica, od zakończenia przez jednego z rodziców terapii alkoholowej, co miało zostać poświadczone stosownym dokumentem.

W praktyce sądowej sąd nie poprzestaje jedynie na słownym oświadczeniu rodzica, że podejmuje walkę z nałogiem. - Sąd stara się sprawdzić, czy rzeczywiście za słowami idą konkretne czyny. Przykładowo sąd może wymagać od rodzica przedstawienia zaświadczenia o podjętym leczeniu odwykowym, czy terapii przeciwdziałania uzależnieniom, a następnie o ich przebiegu i zaleceniach na przyszłość. Sąd może również zobowiązać rodzica do terapii i współpracy z psychologiem w sprawach dziecka, ukierunkowanej na pełniejsze zrozumienie potrzeb dziecka oraz roli rodzica w jego wychowaniu i prawidłowym rozwoju, bez destrukcyjnego wpływu nałogów.

Ojciec alkoholik, czyli jak alkoholizm rodzica wpływa na rozwój dziecka? Wyniki badań

Dorastanie w domu z rodzicem nadużywającym alkoholu to problem, który występuje często i w każdym społeczeństwie. Z raportu amerykańskiej instytucji SAMHSA wynika, że około 8,7 mln dzieci w wieku do 17. roku życia mieszka w domu z rodzicem, który w ciągu ostatniego roku nadużywał substancji psychoaktywnych. Fakt ten ma ogromne znaczenie z perspektywy rozwoju jednostki oraz rodziny, ale również kształtowania się poszczególnych społeczeństw. Przeanalizowano, jaki wpływ na rozwój dzieci ma wychowanie przez ojca nadużywającego alkoholu.

Od poczęcia

Od dawna wiadomo, jak bardzo szkodliwe dla płodu jest spożywanie alkoholu przez kobietę w czasie ciąży. Do tej pory mało mówi się, czy picie alkoholu przez mężczyznę ma wpływ na rozwój poczętego przez niego dziecka. Okazuje się, że tak.

Badania wykazują, że dzieci poczęte przez mężczyzn, którzy nadużywają alkoholu, mogą cierpieć z powodu deficytów rozwoju mózgu. Co więcej, obserwuje się, że tego typu problemy mają głównie chłopcy. Zaburzony rozwój w życiu płodowym to początek długiej listy konsekwencji choroby alkoholowej ojca. Dotyczą one zarówno rozwoju społecznego, jak i emocjonalnego i poznawczego.

Mężczyźni, którzy nadużywają alkoholu i dostrzegają problem, często twierdzą, że ich picie nie szkodzi nikomu, poza nimi samymi. Okazuje się, że nawet niemowlęta reagują na depresję, alkoholizm i inne problemy rodziców.



PRAWNIKON

Naukowcy z Instytutu Badań nad Uzależnieniami (RIA) Uniwersytetu w Buffalo zbadali rozwój społeczny, emocjonalny i poznawczy dzieci, których ojcowie nadużywają alkoholu. Obserwowano rozwój dzieci w wieku 12, 18 i 24 miesięcy. Jak się okazało, niemowlęta wychowujące się w rodzinach, w których ojciec nadużywa alkoholu, są bardziej uparte do 12. miesiąca życia, a w wieku 18. miesięcy mają więcej problemów z przyjmowaniem norm i wartości.

Inne badania potwierdzają te odkrycia i pokazują znaczący wpływ nadużywania alkoholu przez ojca na rozwój dziecka. Chłopcy, których ojcowie piją nałogowo lub ryzykownie, mają kłopot z rozwinięciem prawidłowej samoregulacji, co może ujawnić się już w wieku przedszkolnym. Chodzi o trudności w kontrolowaniu impulsów oraz umiejętność samokontroli, regulowania emocji i asertywnego lecz świadomego wyrażania ich. Tego dzieci uczą się już w młodym wieku, a kłopoty z nauką autoregulacji są często czynnikami przyszłych problemów behawioralnych i uzależnień.

Nadużywanie alkoholu rodzica powoduje również szereg innych skutków psychologicznych u dzieci, w tym poczucie winy, lęk, zakłopotanie, dezorientację, gniew, depresję i niezdolność do nawiązania bliskich relacji.

Poczucie winy

Dzieci, których rodzice nadużywają alkoholu, często obwiniają siebie za picie osoby dorosłej. Wierzą, że gdyby byli inni niż są, to ojciec by nie pił. Choć nigdy nie jest to prawdą, dzieciom nie jest łatwo dojść do takich wniosków.

Niepokój

Kiedy dzieci mieszkają z pijącym ojcem, mogą martwić się o przyszłość, a nawet o to, co przyniesie kolejny dzień. Życie z kimś, kto nadużywa substancji psychoaktywnych, powoduje niepewność i nieprzewidywalność, a jeśli picie alkoholu towarzyszy przemoc fizyczna lub emocjonalna, może zwiększyć się poziom lęku, jaki odczuwa dziecko.

Zakłopotanie

Często nadmierne picie rodzica staje się rodzinną tajemnicą. Dlatego dzieci często czują, że nie mogą rozmawiać o swoim życiu domowym z innymi. Wstydzą się za rodziców i unikają włączania ich w swoje życie.

Gniew

Dla dzieci mieszkających z ojcem nadużywającym alkoholu gniew często staje się mechanizmem obronnym. Złość i bunt są łatwiejsze niż stawienie czoła lękowi i chaosowi. Co więcej, dzieci mogą nie tylko czuć złość na ojca, ale także na rodzica niepijącego, że nie robi więcej, by je chronić.

Jedno z badań wykazało, że nadużywanie alkoholu przez ojca jest bezpośrednio związane ze wzrostem i rozwojem problemów z gniewem u dzieci.

Chaos

Aby dzieci mogły się rozwijać, potrzebują w swoim życiu porządku i przewidywalności. Życie z kimś, kto jest uzależniony, nie jest przewidywalne, a to sprawia, że dzieci żyją w wiecznym poczuciu zagrożenia.

Depresja

Dzieci, których ojcowie nadużywają alkoholu, często czują się bardzo samotne i odizolowane — nawet jeśli mają rodzeństwo. Często są przekonane, że nikt ich nie rozumie i nie przejmuje się tym, przez co przechodzą. Smutek i niepokój mogą przekształcić się w ciężką depresję.

Badania wykazały, że dzieci alkoholików są znacznie bardziej narażone na tę chorobę oraz zaburzenia lękowe. Są również bardziej narażone na niską samoocenę i mogą zmagać się z fobiami społecznymi, zaburzeniami obsesyjno-kompulsywnymi, urazami fizycznymi i lękiem separacyjnym.

Problemy z budowaniem bliskich relacji

Ponieważ ojcowie nadużywający alkoholu nie zawsze są godni zaufania, dzieci często zakładają, że wszyscy są tacy sami i że bycie niesłownym to coś normalnego. Ponieważ wielokrotnie byli zawiedzeni, sami zachowują się w ten sposób i nie potrafią zaufać sobie i innym. Z tego powodu często niechętnie nawiązują relacje z innymi ludźmi.

Jak nadużywanie alkoholu wpływa na rodzicielstwo

Nadużywanie alkoholu ma również znaczący wpływ na ogólne zdolności rodzicielskie ojca. Z badania RIA wynika, że ojcowie niemowlaków, którzy nadużywają alkoholu, mniej rozmawiają z dziećmi, wyrażają mniej zaangażowania, częściej wyrażają negatywne emocje, a w zachowaniu dziecka odnotowuje się gwałtowne zmiany nastroju i reakcje. Ponadto, nadużywanie alkoholu sprawia, że ojcowie nie potrafią odczytywać zachowań swoich dzieci, nie rozumieją ich, nie reagują na dziecięce potrzeby.

Co więcej, alkoholizm rzadko jest jedynym problemem, jaki toczy daną rodzinę. Często picie towarzyszy depresja i współzależnienie, co jeszcze bardziej obniża zdolności rodzicielskie obojga rodziców.

Córki mężczyzn uzależnionych od alkoholu – ich samoocena i poczucie kontroli

Osobowość młodych ludzi kształtuje się m.in. w relacjach rodzinnych. Jeśli ich struktura jest zaburzona, można się spodziewać, że nieprawidłowości wystąpią na różnych płaszczyznach. Tak się właśnie dzieje w przypadku wychowywania się w rodzinie z problemem alkoholowym – choroba wpływa na wszystkich członków rodziny, często uniemożliwiając ich indywidualny, prawidłowy rozwój. Jaka jest samoocena u osób DDA?

Funkcjonowanie rodziny z problemem alkoholowym znacznie odbiega od pożądanego wzorca. Dzieci osób uzależnionych borykają się z wieloma problemami – stale odczuwają lęk, strach, niepewność i napięcie psychiczne, które wynikają m.in. z niemożności przewidzenia reakcji i zachowań pijącego rodzica oraz wydarzeń w życiu domowym.

Dorastające córki mężczyzn uzależnionych od alkoholu niejednokrotnie doświadczają obojętności uczuciowej ojców lub wręcz odrzucenia, co jest często połączone ze stosowaniem kar fizycznych. Reakcją na takie postawy mogą być: niższa samoocena w porównaniu z córkami mężczyzn niezależnych, brak zadowolenia z siebie, trudności w samoakceptacji oraz uzależnianie własnego samopoczucia od czynników zewnętrznych. Córki uzależnionych mężczyzn różnią się w sposób istotny od dziewcząt niepochojących z rodzin z problemem alkoholowym w zakresie ogólnego poziomu kontroli emocjonalnej.



PRAWNIKON

Z badań śledzących rozwój ich osobowości wynika, że rola ojca w formowaniu osobowości dziewcząt jest równie istotna jak w przypadku chłopców, jednak postawy uczuciowe ojca w znacznie większym stopniu wpływają na rozwój emocjonalny córek niż synów. U dziewcząt wychowujących się u boku ojca uzależnionego od alkoholu zaobserwowano postawy introwertyczne, brak poczucia bezpieczeństwa, niską samoakceptację, brak uspołecznienia czy równowagi emocjonalnej.

Samoocena u osób DDA

Badania wśród dziewcząt w wieku 15-18, których ojciec był uzależnionych od alkoholu, wskazały, że mają one skłonność do zaniżania własnej samooceny. Negatywnie oceniają zarówno swój wygląd zewnętrzny, jak i zdolności intelektualne. Kwestionują również swoją atrakcyjność wśród rówieśników i zaprzeczają pozytywnym opiniom koleżanek i kolegów na swój temat.

Poczucie umiejscowienia kontroli

W badaniach zauważono, że w przypadku różnych zdarzeń, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych, córki alkoholików mogą przejawiać tendencję do szukania ich przyczyn w czynnikach zewnętrznych. Są skłonne do przypisywania zasług za odniesione przez siebie sukcesy kolegom i przyjaciółom, ale też nie obwiniają siebie za poniesione porażki. Najczęściej przyczynę negatywnych doświadczeń widzą w przeznaczeniu, pechu czy złym losie. Podobnie zresztą wygląda ich relacja z rodzicami i nauczycielami – często uznają, że sukcesy i nagrody to kwestia szczęścia lub zbiegu okoliczności. Zakazy i kary postrzegają z kolei jako wynik złego nastroju rodziców czy nauczycieli, nie zaś własnego postępowania.

Kontrola emocjonalna

U dziewcząt, których ojcowie nadużywają alkoholu, zauważono skłonności do zachowań impulsywnych, uwarunkowanych aktualnie doświadczanymi emocjami. Rzadziej kontrolują one swoje reakcje – są one mniej przemyślane i racjonalne. Postępują często pod wpływem impulsu, nie rozważając innych możliwości wyjścia z trudnej sytuacji ani konsekwencji danego postępowania.

Jednocześnie badacze zauważyli, że poziom samooceny, poczucie umiejscowienia kontroli i reakcje emocjonalne wypracowane w dzieciństwie nie ulegają samoistnej zmianie w dorosłym życiu. Postrzeganie własnej osoby nie zmienia się samo z siebie wraz z upływem czasu, bez podjęcia terapii czy innej formy interwencji.

Dzieci w rodzinie z problemem alkoholowym

Wielu rodziców jest szczerze zaniepokojonych tym, co dzieje się z dziećmi wobec faktu nadmiernego picia oraz incydentów związanych z piciem alkoholu. Wielu niepijących rodziców w rodzinach z problemem alkoholowym obawia się obciążeń dziedzicznych, złego przykładu osoby pijącej, wciągania dziecka w imprezy z alkoholem, losu alkoholika.

Niektórzy rodzice są przerażeni możliwością niszczącego wpływu awantur rodzinnych lub rozbicia rodziny, inni zaś sądzą, że dzieci niczego nie dostrzegają.

Wielu ze względu na dzieci przemyśliwa po raz kolejny wersję rozwodu pytając siebie, co lepsze dla dziecka i kiedy będzie miało większe pretensje, gdy dorośnie: jeśli się zostawi alkoholika jego losowi wybierając rozwód, czy gdy wybierze się trwanie w rodzinie z



konsekwencjami picia.
Niektóre kobiety podrywają się do aktywnego działania wobec pijącego męża (a mężowie wobec pijących żon) właśnie w obronie dzieci przed cierpieniem i widocznymi zaburzeniami. Tak jakby swoje życie i szczęście łatwiej było spisać na straty niż życie i szczęście swoich dzieci.

Część tych obaw ma realne uzasadnienie, część nie. Wbrew płytkim obiegowym przekonaniom dzieci z rodzin alkoholików nie muszą gorzej się uczyć (często są najlepszymi uczniami), nie muszą mieć mniejszych sukcesów zawodowych i ekonomicznych (wielu z nich naprawdę świetnie sobie radzi), nie muszą być wcale niepewne i wycofane (wielu z nich jest aktywnych i przebojowych, wcześniej wytrenowanych w zaradności i odpowiedzialności). Są jednak w tej sprawie teorie i prawdy na tyle ważne, że warto je poznać i uczynić przedmiotem głębszej refleksji.

Dzieci z rodzin o problemie alkoholowym (lub innym poważnym problemie rodzinnym) przeżywają w porcji zdecydowanie większej niż inne dzieci zakłócenia w stanie poczucia swojego bezpieczeństwa. Doświadczają więcej napięć, lęku, dezorientacji i samotności. Ten stan rzeczy sprzyja tworzeniu się obronnej postawy życiowej.

Postawa obronna jest przeciwieństwem postawy otwartej i ufnej aktywności. W postawie obronnej zastyga się, napina i zamyka, w tej drugiej zaś, ekspansywniej, rozgląda się, wędruje i eksperymentuje. Postawa otwartej i ufnej aktywności sprzyja zmianie a zmiana zawsze zawiera element ryzyka. Postawa obronna każe wycofywać się przed ryzykiem a przez to przed zmianą.

Osoba z nastawieniem obronnym to ktoś,

- *Kto żyje w stałym pogotowiu emocjonalnym
- * Kto ciągle "ma się na baczności"
- * Kto wyznaje filozofię życiową "aby przetrwać"
- * Kto głównie skoncentrowany jest na tym, aby nie stracić
- * Kto z trudnością podejmuje ryzyko zmiany

Wszystkie dzieci, w tym i dzieci w rodzinach alkoholowych, rodzą się z różnym wyposażeniem: odpornością, aktywnością, siłą reakcji i wieloma innymi jeszcze cechami. Żyjąc w rodzinie dostają od dorosłych wsparcie mniej lub bardziej stałe i rozważne, ponieważ zależy ono od członków tej rodziny i ich indywidualnych możliwości. Toteż ważne jest, by pamiętać, że mówiąc o dzieciach z rodziny alkoholowej można mówić tylko o pewnych trendach i skłonnościach oraz o tym, że sytuacja w rodzinie alkoholowej czemuś sprzyja lub nie sprzyja. Zależnie od mnogości czynników nie do końca nam znanych, efekty jej wpływu są różne.

Postawa obronna jest związana z urazami, które przeżywa dziecko. Jeśli chodzi o dzieci z rodzin o problemie alkoholowym można mówić o urazach ostrych i urazach rozmytych.

Uraz ostry to pojedyncze lub powtarzające się przerażające doświadczenia w postaci bólu,



PRAWNIKON

przemocy, upokorzenia czy seksualnego nadużycia.

Trzeba jasno powiedzieć, że wszelkie ostre, psychologiczne urazy dzieciństwa zdarzają się także w rodzinach, w których nie ma alkoholu i błędem byłoby klasyfikować rodziny na takie, w których jest alkoholizm i przemoc oraz takie, w których nie ma ani jednego, ani drugiego. Rzeczywistość nie jest tak schematyczna. Przemoc, ból i nadużycia seksualne istnieją także w rodzinach, w których nie tylko nie ma choroby alkoholowej, ale nawet nie pije się znaczących ilości alkoholu. Jednak alkohol sprzyja, wyostża i dramatyzuje tego typu zdarzenia.

Dzieci bywają ofiarami i świadkami przemocy. Przeżywają przerażenie, obawę o życie swoje lub swoich najbliższych. Przeżywają też bunt i nienawiść. Zdarza się, że stany, które przeżywają dzieci przerastają możliwości asymilowania tych uczuć. Uczucia te zostają więc odcięte i wyparte. Jeśli ktoś z rodziny goni innych z nożem w rękę, obroną przed przerażeniem bywa patrzenie na to jak na nierzeczywisty film, z którym nie ma się nic wspólnego. Odrealnienie i znieczulenie są dobrymi środkami obrony.

Oddzielne miejsce w sprawie urazów dzieciństwa zajmuje kwestia seksualnego wykorzystywania dzieci. Dorośli czsem wykorzystują i nadużywają zarówno mocy swego wpływu jak i naturalną ciekawość seksualną dzieci. Chodzi o taki rodzaj kontaktów, który niekoniecznie prowadzi do stosunku seksualnego lub jest oparty na gwałcie, obejmuje jednak pieszczoty, pocałunki i dotykanie o charakterze seksualnym. Mogą to być różnego typu "zabawy seksualne" niosące przyjemne podniecenie także dzieciom. Wraz z podnieceniem i aurą owocu zakazanego sytuacja taka rodzi wstyd, wstręt i poczucie, że jest się zbrukany. Wywołuje także przerażenie, że ktoś inny, dorosły (matka) może się dowiedzieć, potępić i surowo ukarać. Niezależnie od charakteru wykorzystania seksualnego, to jest zarówno poprzez przemoc i uwiedzenie, doświadczenie to, tak czy inaczej, daje dziecku uczucie współudziału i przekonania, że ono samo zrobiło coś bardzo złego. Dlatego szansa na kontakt w tej sprawie z dzieckiem jest tak bardzo mała. Naturalnie, dorośli wykorzystujący seksualnie nie są bez wpływu na poczucie winy i lęku u dzieci przed odkryciem tej "przerażającej sprawy". Na ogół sami każą "nic nie mówić", dając do zrozumienia, że konsekwencje ujawnienia będą dramatyczne. Dlatego zapewne tak mało wiemy o doświadczeniach dzieci wykorzystywanych seksualnie. Pieczęć milczenia rozciąga się na całe dorosłe życie, w szczególnych tylko przypadkach - najczęściej w głębokiej terapii - zdarza się ją zdejmować. Dzieci wykorzystywane seksualnie (dotyczy to głównie dziewczynek, lecz nie tylko) mogą reagować brakiem apetytu i apatią, niezrozumiałym unikaniem kogoś dorosłego, niezrozumiałym uporem, rysunkami o treściach seksualnych, odczuciem otoczenia (w szkole, wśród innych osób znających dziecko), że "stało się coś" co trudno zrozumieć. Przerażające doświadczenia bywają skutecznie wyparte. Są ludzie, którzy mówią: Nic a nic nie pamiętam do czwartego (siódmego, piętnastego) roku życia. Nic nie pamiętam z moich kontaktów z ojcem. Pamiętam bardzo mało, tylko... itd.

U r a z o z m y t y to drugi rodzaj urazu. Nic ostrego i wyraźnego się nie dzieje, lecz życiu towarzyszy piętno niepokoju, chaosu i braku oparcia. Ten rodzaj urazu jest bodaj częstszy w doświadczeniu dzieci z rodzin o problemie alkoholowym. Chodzi o sytuację braku porządku, sytuację nieprzewidywalności, gotowości obronnej wobec tego "co za chwilę się wydarzy".



PRAWNIKON

Każdemu człowiekowi, szczególnie zaś dziecku, potrzebna jest jakaś mapa, służąca orientacji w otoczeniu. Mapa mówiąca, że gdzieś jest zimno a gdzieś gorąco, że jeśli jest dobrze coś zrobione, to będzie nagroda, a jeśli źle, to należy oczekiwać wyrzutów lub powtórki. Tu można liczyć na ciepłość, a tam na wskazówkę. Gdy zaboli, mama pocałuje. Jak jest coś ważnego, to tato wysłucha. Gdy rodzice obiecują, na pewno to się spełni. Gdy zabronią, to naprawdę nie wolno.

I

tak

dalej.

Doświadczenie dziecka w rodzinie alkoholowej to doświadczenie totalnego zagubienia i chaosu. Nigdy nie wiadomo na co można liczyć, ponieważ wszystko zależy od chwilowego nastroju. Cokolwiek nie zrobisz, zrobisz źle. Gdy coś zaboli, raz mama pocałuje, innym razem skrzyczy. Nikt nie zechce wysłuchać twoich trudności, bo wszyscy wiedzą lepiej za ciebie, co masz robić. Niektóre obietnice są owszem, spełniane, nie wiadomo tylko które, kiedy i dlaczego. Co do dorosłych. raz się kochają, raz nienawidzą. Jeszcze wczoraj tata pakował walizkę, dzisiaj całując się, wyszli razem z domu.. Mama przysięga, że nie odezwie się więcej ani słowem, gdy tata wypije, lecz leci z domu na każdy telefon, gdy tato dzwoni po pijanemu. Rodzice są zagubieni, wyraźnie nie wiedzą, czego chcą. Właściwie jedno naprawdę wiadomo i to jest dobrze - jak powiedział pewien chłopiec - że po wakacjach będzie jesień, potem zima i wiosna i znowu lato; to jedno wiadomo na pewno. Tego rodzaju chaos sprawia, że dziecko odrywa się od rzeczywistości. Rzeczywistość od pewnego stopnia nieprzewidywalna - wystrasza i odsuwa, bowiem traci się poczucie sprawczości. Ucieka się w książki, muzykę, marzenia i fantazje. Wobec braku realnej możliwości radzenia sobie z trudną rzeczywistością, która otacza, tworzy się rzeczywistość złudną, mającą jednak bezpieczny stopień uporządkowania. Efektem tego rodzaju przeżyć jest po prostu dostosowanie się do nienormalności. Chodzi o to, że w budowaniu mapy, służącej orientacji w stosunkach z otoczeniem można przyjąć, iż mapą tą jest ona chaos linii bez ładu i składu. W takim świecie łatwo zgubić kierunki w najważniejszych sprawach życiowych. Jak trafnie powiedział pewien poeta: Jeśli w domu nie nauczysz się odróżniać prawdy od fałszu, jakże poradzisz sobie sam w świecie, w którym roi się od podstępów?

Trzy nauki

Dziecko w rodzinie z problemem alkoholowym uczy się trzech rzeczy na "nie":

- * Nie ufać
- * Nie mówić
- * Nie odczuwać

N i e u f a ć jest konkluzją i intuicją życia w chaosie i wobec urazów, jakie oferuje życie. Nie ufać oznacza też właśnie nie mieć busoli ani mapy. Ponieważ ufności i porządku świata dziecko uczy się od rodziców i poprzez rodziców, brak oparcia w dorosłych pozbawia je pewności i rozeznania. Nie spełnione obietnice, nie dotrzymane umowy, zagubienie dorosłych,



PRAWNIKON

niespójność ich działań, nikonsekwencje wychowawcze - wszystko to nie sprzyja kształtowaniu się orientacji i ufności. Nieufność budzi obronność, zaś brak porządku rodzi chaos myśli i nieuporządkowanie życia uczuciowego.

N i e m ó w i ć jest silnym komunikatem (niekoniecznie wypowiedzianym słowami i głośno) od dorosłych w sprawach związanych z problemem alkoholowym. Nie mówi się o tym, że on (ona) pije. Enigmatycznie mówi się o złym samopoczuciu, niedyspozycji czy złej kondycji. W domu powieszono nie rozmawia się o sznurku. Ludzie latami krążą wokół tematu, dzieciom zaś nie wolno mówić źle o tacie czy mamie. Skoro nie można mówić źle o tacie (że właśnie się upił), jak pocieszyć matkę, która jest pełna desperacji? Nie można z nią rozmawiać, bowiem poruszy się tabu. Jak zacząć rozmowę o tym, co będzie jutro przy planowanym wyjeździe, by nie dotknąć pulsującego źródła niepokoju? By nie zranić najbardziej bolącego miejsca? Zresztą najlepiej kłamać także i sobie. To uspokaja. By nie poruszyć, nie zranić, nie rozbudzić lęku nie oberwać - najlepiej nic nie mówić. Gdy wracaliśmy do domu ze szkoły, siadało się do stołu, potem do lekcji i nie mówiło się nic. Ojciec najczęściej przychodził pijany i dalej nic się nie mówiło, żeby go nie rozzłościć, bo mógłby znowu pójść pić. Nie mówiło się nic, by nie zdenerwować matki, ani żeby jej nie zmartwić. Miała z nim ciężkie życie, nie chcieliśmy jej obarczać naszymi sprawami! Były tylko jakieś polecenia i rozkazy. Nikt z nikim nie rozmawiał, tak było najlepiej! To opowieść jednego z pacjentów.

Nie mówić oznacza też zamknięcie się na tematy związane z rodziną wobec obcych. Wszyscy doskonale wiedzą, jak dzieci milkną i chronią niby największy skarb tajemnicę rodzinną o alkoholu i incydentach z tym związanych. Robią to ze wstydu, strachu i nadziei, że będzie lepiej i że nie jest tak naprawdę najgorzej. Ogromnie trudno przebić się przez owo dziecięce zaprzeczanie, ten stan rzeczy owocuje zaś tragiczną czasem samotnością dziecka w rodzinie alkoholowej. Wszelkie tabu paraliżujące pole otwartej i intymnej komunikacji w rodzinie skazuje ludzi na samotność.

N i e o d c z u w a ć - to efekt nauki znieczulania się. Nie tylko wielkie, przerażające uczucia powodują obronne odcinanie się od nich. Także nienawiść czy po prostu uporczywa złość do kogoś z rodziców albo też do ich obojga, gdy się jest małym dzieckiem i grozi odebraniem rodzicielskiej miłości i stanowi bardzo trudną psychologicznie sytuację. Może się zdarzyć, że trzeba samego siebie przekonać, że nie doświadcza się takiego uczucia. Tak jest bezpieczniej. Zabieg tego rodzaju, zbyt często powtarzany, rodzi groźbę odłączenia się od świata własnych emocji i utraty prawdy o najgłębszych poruszeniach swego serca. Zafałszowanie wewnętrznej rzeczywistości powoduje osłabienie lub wyłączenie czujnika emocjonalnego niezbędnego w dalszym życiu do orientacji w świecie i w sobie samym. Uczucia należy umieć opanować, bo nie chodzi o to, by zawładnęły człowiekiem. Lecz zafałszowanie ich i odepchnięcie grozi utratą prawdy.

Obronność i odejście od siebie samego może napędzać ludzi sztywnymi, schematycznymi sposobami działania, narzucać pewne zbroje, które chociaż niewygodne pozwalają unikać kontaktu z bolesną rzeczywistością. Opisuje się często pięć obronnych wzorów funkcjonowania dzieci z rodzin o problemie alkoholowym. Wzory te dotyczą dzieci z wszelkich innych rodzin dysfunkcyjnych.



BOHATER RODZINNY. To najczęściej najstarsze dziecko. Osoba pełna wyrzeczeń i poświęcenia dla rodziny. Rezygnuje z ważnych, osobistych celów życiowych by godzić rodziców, kształcić młodsze rodzeństwo (kosztem własnego awansu zawodowego), nakładać na siebie rozliczne obciążenia, by inni mieli lżej. Bohater rodzinny nigdy nie powie: Stop!, ani: Nie mogę już więcej. Ma małą świadomość własnych potrzeb i nie potrafi dbać w zdrowy sposób o siebie. Nie odczuwa zmęczenia ani nie idbiera sygnałów choroby. Ostatecznie łąduje na stole operacyjnym z powodu perforacji wrzodu żołądka, lub na oddziale reanimacyjnym wskutek zawału serca. Rozwija ten rodzaj "poświęcenia", który przestaje na dłuższą metę służyć komukolwiek, chociaż wielu po prostu ułatwia życie i daje leniwą wygodę.

WSPOMAGACZ to dziecko najbliższe wzoru współuzależnienia. Często "dziecko-rodzic" zwane tak ze względu na fakt, iż przyjmuje postawę opiekuńczą wobec osoby pijącej. Jego głównym zadaniem jest chronić alkoholika przed przykrymi skutkami picia, przez co nieświadomie sprzyja rozwojowi choroby a nie otrzeźwieniu człowieka. To on wylewa alkohol do zlewu, albu przynosi go do domu, by alkoholik nie wyszedł, by się dopić. Angażuje się w poszukiwanie powodów picia i środków, które sprawią, że alkoholik będzie pił mniej. Ćwiczy się w manipulacjach i sprytnych sztuczkach. Picie alkoholika angażuje naprawdę wiele jego energii życiowej. Nie pozwala sobie na "bycie obok", co wobec osoby uzależnionej byłoby konstruktywną wersją życia. Gdy dorośnie, zostanie żoną alkoholika lub mężem osoby uzależnionej.

WYRZUTEK (zwany **KOZŁEM OFIARNYM**). Jest to dziecko szczególnie narażone na niszczącą grę "To przez ciebie" i odpowiadające na to niepokornym buntem, prowadzącym w stronę marginesu społecznego. Często odbiorca agresji alkoholowej i upokorzeń, zły uczeń, wagarowicz, uciekający z domu, "niedobre dziecko", jak mawiają matki. Poszukuje aprobaty i oparcia w grupach rówieśniczych nastawionych antyspołecznie. Oschły i ostry wobec bliskich, odcięty od miękkich uczuć. W odwecie za koszmar życia rodzinnego może zechce zniszczyć coś, co ma najbliżej pod ręką, czyli siebie. Wcześniej sięga po alkohol i inne środki psychoaktywne, stając się głównym kandydatem do przedłużenia dynastycznej linii rodzinnego alkoholizmu.

MASKOTKA, czyli **BŁAZEN**, to ktoś przymilny, uroczy, pełen wdzięku, sprawnie rozładowujący napięcia rodzinne przez właściwe wypowiedziany dowcip lub właściwe "rozbrojenie" taty czy mamy. Śmieszka lub śmieszek, ukochana córeczka taty, synek mamusi. "Idź uspokoić ojca", "Zrób coś, żeby mama przestała się denerwować" to częste zadanie maskotki. Odgromnik i uziemienie przy rodzinnym stole. Pewien rodzaj maskotki może być narażony na wykorzystanie seksualne (idź położyć się przy ojcu, to zaśnie). Dramat maskotki, błazna polega na tym, że nikt ich nie traktuje poważnie, a oni sami zatracają granicę między serio a żartem, między śmiechem a płaczem, między przyjemnością dawania a bólem. Ten typ formacji obronnej sprawia, że dziecko odłącza się od uczuć smutku i od cierpienia, zawsze robiąc dobrą minę do złej gry. Maskotka uśmiecha się, gdy jest przerażona, a błazen dowcipkuje, gdy wszystko w nim cierpnie.



ZAGUBIONE DZIECKO (DZIECKO WE MGLE, ANIOŁEK, NIEWIDOCZNE DZIECKO) to ktoś, kogo właściwie nie ma. Dziecko wycofane w świat swoich fantazji, w świat lektur, marzeń, w swój kącik, w którym go w ogóle nie widać. Takie dzieci nie sprawiają żadnych kłopotów wychowawczych, czasem trudno dojść, gdzie właściwie przebywają. Cena, jaką za to płać, to postępująca atrofia umiejętności kontaktu i współżycia z innymi ludźmi, odruch ucieczki od sytuacji trudnych, gotowość zamykania oczu i udawania, że nie ma czegoś, co jest. Trudność kontaktowania się z realną rzeczywistością i ból, który temu towarzyszy mogą w konsekwencji i dalszym rozwoju wyzwolić różne sposoby odrywania się od rzeczywistości i "znieczulania" się wobec przykrości życia. Najbardziej poręczne sposoby to alkohol, leki i narkotyki. Często jest to najmłodsze dziecko.

Powyższy podział nie wyczerpuje bogactwa wszystkich wzorów funkcjonowania. Jedno dziecko może stosować różne wątki obronne, nie musi być "czystym" typem bowiem życie jest o wiele bogatsze niż teoretyczne podziały. W różnych fazach życia dziecko może też przyjmować kolejne, różne wzory. Jest interesujące, że jeśli np. Bohater odmówi dalszego pełnienia tej roli lub zabraknie go, często rolę tę podejmuje Wyrzutek.

Co z jej/jego piciem ?

Wielu niepijących rodziców w rodzinie, gdzie istnieje problem alkoholowy, najbardziej martwi się o przyszłość dziecka w sprawie używania lub nadużywania alkoholu. Kobiety, które przeżyły wiele urazów i cierpień w związku z alkoholem, które widzą, jak ich mężowie degradują się i zaprzepaszczają sens swojego życia, przeżywają intensywną obawę o to, czy syn (niepokój ten w mniejszej mierze dotyczy córek) nie będzie pił. Nie ma w tej sprawie ścisłych powiązań. Z rodzin alkoholowych wyrastają zarówno pijący towarzysko, jak i pijący w sposób uzależniony, ale też ludzie zrażeni do alkoholu, abstynenci i zwyczajnie tacy, którzy eksperymentują w młodości, by później wieść "normalne" życie z okazjonalnie wypijanym alkoholem.

Statystyka wskazuje, że z rodzin alkoholowych wywodzi się połowa alkoholików - toteż niepokój ten jest, można powiedzieć "statystycznie" uzasadniony. Są w tej sprawie dwa istotne punkty.

* Dorastający młody człowiek, który eksperymentuje z alkoholem powinien być traktowany normalnie, to znaczy ani z nadmiarem reakcji lękowej i represyjnej, ani w sposób "pełen zrozumienia" wynikający z postawy współzależnienia. Istnieje niebezpieczeństwo, że nadmiernie ostre reakcje i zakaz spożywania alkoholu sprawią, iż kwestia: pić - nie pić, stanie się ogniskiem manipulacji, buntu i rozgrywek z rodzicami. Jeśli matce najbardziej ze wszystkiego w życiu zależy na tym, by syn nie wypił ani jednego piwa - to on ma ją w pewnym sensie "w ręku". Rodzi się pokusa a potem praktyka manipulowania jej lękiem, wyrażania buntu, podkreślania swojej autonomii, czy wreszcie szantażu, wygrywania swoich interesów itp. Jednym słowem, fakt wypicia lub powstrzymania się od alkoholu może służyć rozgrywaniu



tego, co wiąże się z budowaniem tożsamości i odlotem z gniazda.

* Nadmierna pobłażliwość w sensie "pełnego zrozumienia" dla motywów picia czy wybryków z tym związanych, wszelkiego "używania życia" z jednej strony, ulegania zaś naciskowi zwyczajowości pijących za wcześniej i za dużo z drugiej strony, wprowadzają motyw ułatwiający picie. Szczególnie, gdy towarzyszy temu ochrona przed konsekwencjami i zdejmowanie odpowiedzialności, gdy przydaży jakaś poważniejsza niezręczność czy głupstwo spowodowane pićm alkoholu. Toteż jak w wielu innych sprawach w wychowaniu, przydatna jest tu rozważa i wyczucie, oraz dojrzały, spokojny zakaz picia przed osiągnięciem pełnoletności. Naturalnie muszą iść za tym argumenty, rozmowa i jasno określone granice. Dzieciom potrzebne są jasne granice. Oczywiście dzieci wykraczają poza nie, co wynika z natury dorastania. Jednak jest niezwykle ważną informacją to, czy zdarzenie jest w granicach akceptowanych przez rodziców, czy mieści się poza tymi granicami. Z tego punktu widzenia błędem jest wymazywać granice, gdy dzieci je przekraczają.

* Członkowie rodziny (w tym i dorastające dzieci) sięgają czasem po alkohol lub inne środki zmieniające nastrój, jako po antidotum na psychologiczne problemy związane z alkoholem w rodzinie. Jest interesujące, że w rodzinach, w których o alkoholu i trudnościach z nim związanych mówi się jawnie, w których nie ma fałszywej zmywy milczenia, a rzeczy nienormalne określa się jako nienormalne - w takich rodzinach zdecydowanie mniej dzieci "dziedziczy" alkoholizm. Są to rodziny, w których obok osoby uzależnionej funkcjonują w miarę zdrowo inni ludzie mogący dać oparcie, prawdę, porządek i swoje własne zdrowie psychiczne.

Matki i ojcowie, czyli o konstruktywnym rodzicielstwie

W rodzinie alkoholowej obiektem niechęci i ataków ze strony dzieci jest często osoba niepijąca. Gdy osobą uzależnioną jest ojciec to matki częściej są obiektem urazy i mieszanych uczuć. Jest znamienne, że wśród dorosłych dzieci alkoholików (mam na myśli osoby, które podjęły terapię) więcej emocji, w tym negatywnych, wzbudza niepijąca matka, a nie ojciec alkoholik.

Właściwie łatwo to zrozumieć, jeśli zauważyć, że łatwiej prawdopodobnie ustalić swój stosunek do choroby i nienormalności niż do zachowań raniących, lecz nie tak jednoznacznych pod względem choroby. Jeśli doznało się od kogoś przykrości i trudności, wiadomo zaś, że chodzi o osobę chorą lub nienormalną stosunkowo łatwo jest przebaczyć to, zrozumieć i "odłożyć na bok". Jeśli jednak doznało się chaosu i rozczarowań od osoby tak dbałej, pełnej poświęceń i wzniosłych idei, wiele wymagającej od siebie i innych a przy tym cierpiącej i nieszczęśliwej ofiary, - naprawdę trudno ustalić wobec niej swoje uczucia. Bo jakże mieć za złe upokarzające uwagi, skoro jest ta osoba ofiarą? A jakże nie mieć jej za złe, skoro doznało się od niej niezrozumienia, zaborczości, nadmiernej kontroli i związanych z tym oskarżeń, złości, manipulacji i szrpiącej huśtawki nastrojów? Trudna sprawa.

Bywa też, że dzieci garną się do pijącego ojca, co budzi żal i złość u matek. Zdarza się tak, gdy



PRAWNIKON

jego sposób picia przebiega "na wesoło" i jest nieagresywny, po alkoholu zaś staje się nadzwyczaj hojny i wylewny. Dzieci reagują na napięcie. Pijany ojciec obładowany zabawkami, fikający koziołki i biorący dzieci na spacer stanowi wesoły punkt na tle gderającej matki, wiecznie zmęczonej, utyskującej i mającej za złe. Chodzi zwykle o alkoholika we wstępnej fazie jego picia - im dalej w uzależnienie, tym mniej zabawek, radości i czasu na spacer z dziećmi. Jeśli jednak tak właśnie jest w waszej rodzinie, to warto wejrzeć na sposób swojego życia i relacje z dziećmi. Może jest coś istotnego do zmiany - nie w nim - alkoholiku, lecz sobie, udręczonej i gderającej kobiecie? Bardzo pomocna w tej sprawie bywa wspólnota rodzin zwana Al-Anon, lub inne (psychologiczne) programy pracy nad sobą. Jednym z miejsc, w którym wasze dzieci mogą znaleźć pomoc jest społeczność dziecięca zwana Al-Ateen Jest to wspólnota dorastających dzieci (12-18 lat), które zmagają się w sprawach związanych z alkoholem w rodzinie. Ponieważ w domu nie rozmawia się otwarcie i szczerze o alkoholizmie i swoich żywotnych i serdecznych sprawach, obracających się wokół problemu picia, grupa stanowi dobre wforum wymioany i wsparcia dla osób o podobnych problemach. Łatwiej tam przełamać milczenie i samotność. Można też znaleźć przyjaciół, radość i plany na wakacje. Grupą taką opiekuje się najczęściej ktoś dorosły (z AA lub Al-Anonu, bywa też ktoś z profesjonalnego grona osób pracujących z problemem alkoholowym). Grypy Al-Ateen odbywają się już w wielu miastach Polski. O wszelkich grupach samopomocowych informacje można zdobyć w poradniach, telefonach zaufania oraz punktach informacyjnych ruchu Anonimowych Alkoholików.

Konstruktywne rodzicielstwo jest harmonią miłości, rozumu i intuicji. We wszelkim wychowaniu na rodziców czyhają pułapki stnowiące skrajności skrajności postaw wychowawczych. W rodzinie z problemem alkoholowym istotne skrajności dotyczą:

- * Nadmiaru opieki, kontroli i prowadzenia za rękę,
- * Nadmiaru samodzielności i odpowiedzialności.

W rodzinach z problemem alkoholowym nadmiar opieki i kontroli wiąże się ze postawą współzależnienia rodzica niepijącego, który sztywno i uparcie próbuje kontrolować całe życie rodzinne. Wynika to z nadmiernego poczucia odpowiedzialności takiego rodzica za innych, i postawy, którą czasem nazywa się "ndkontrolą" Wymykające się z rąk życie rodzinne, życie małżeńskie i życie w ogóle, prowokuje,by mocniej zacickać ręce nie tylko na sprawach wymykających się aktualnie, lecz na wszystkich innych sprawach . Lęk każe kontrolować wszystko. Od sposobu odrobienia lekcji, po sposób trzymania widelca przy zmywaniu. Kompulsywna kontrola wywołuje dwa rodzaje skutków wychowawczych:

- * specjalizację w wymykaniu się spod kontroli , manipulacje i kłamstwo,
- * bezwolność i ogólną niemożność stanowienia o sobie (w tym podejmowania decyzji).

Nadmiar samodzielności i odpowiedzialności oferowany dzieciom w rodzinach alkoholowych wiąże się z chaosem i zagubieniem dorosłych. Przybierają on często postać wymagania, by dziecko stało się rodzicem swoich rodziców. Jest wielu dwunastolatków w rodzinach alkoholowych, którzy są najbardziej dorośli i dojrzały z całej rodziny. To ci, którzy wobec



sytuacji, w której ojciec pije a matka zajmuje się tym, że ojciec pije, są w stanie zaopiekować się wszystkim innym: młodszym rodzeństwem, zakupami, krową, chorą z emocji matką i pijanym ojcem. Są to dzieci, które nie bawią się, bowiem życie jest pełne poważnych problemów i trzeba o wszystkim pamiętać. Dzieci, które - jeśli trafią kiedyś do DDA (wspólnota o nazwie Dorosłe Dzieci Alkoholików) - za swoje hasło przyjmą dewizę: "Na szczęśliwe dzieciństwo nigdy nie jest za późno" i spróbują odrobić zabrany przez życie czas dzieciństwa.

Porady w sprawie dzieci

- * Mów dzieciom o tym, co się dzieje. Nie ukrywaj niczego, ponieważ to pogarsza sprawę.
- * Naucz dzieci, że o wszystko można pytać. Odpowiadaj na te pytania, które zadają, nie zaś na te, na które ty sama chcesz im odpowiedzieć.
- * Mimo napięć i stresów okazuj dzieciom trochę cierpliwości i zrozumienia. One też cierpią, choć nie wiedzą dlaczego.
- * Niech picie twojego męża nie przesłania ci problemów dzieci. One też potrzebują twojej uwagi i wsparcia.
- * Nie okazuj, jak bardzo jesteś przestraszona i zagubiona, by nie wzmacniać ich lęku. Poszukaj oparcia dla siebie, by móc dać je dzieciom.
- * Nie zmuszaj dzieci do konfrontowania się z alkoholikiem, gdy ty nie chcesz tego robić. Nie obarczaj ich odpowiedzialnością za przebieg wydarzeń w waszym domu.
- * Nie mów dzieciom, co mają czuć do swego ojca i nie wymagaj, by czuły to samo co ty.
- * Nie posługuj się dziećmi w swych relacjach z alkoholikiem. Nie każ im sprawdzać "Czy mu się nic nie stało" Sprawdź sama, jeśli jesteś ciekawa.
- * Nie wzmacniaj w dzieciach poczucia winy za picie alkoholika. Mów im jasno: To nie z twojego powodu!
- * Nie używaj dzieci jako argumentu. Nie mów: "Jeśli nie możesz przestać pić dla mnie, zrób to dla dzieci". Pozostaw je poza tą sprawą.
- * Nie mieszaj miłości z chorobą. Nie mów dzieciom, że alkoholik przestał by pić, gdyby je kochał. Powiedz im, że to są dwie różne sprawy.
- * Skieruj dzieci do Al-Ateenu lub świetlicy terapeutycznej. Sprawdzaj, czy ludzie zajmujący się tam dziećmi znają się na kłopotach rodzin z problemem alkoholowym. Nie zatajaj faktu



uzależnienia w rodzinie.

* Pracuj nad sobą. Jak możesz poradzić sobie z dziećmi, skoro nie radzisz sobie ze sobą samą?

FUNKCJONOWANIE PSYCHOEMOCJONALNE DZIECKA W RODZINIE ALKOHOLOWEJ I JEGO KONSEKWENCJE W ŻYCIU DOROSŁYM

Świat zamknięty w butelce alkoholu, ograniczony szklanym denkiem i wypełniony zapachem trunku. Powyższe zdanie przywołać może na myśl rozbudowaną metaforę jednak dla wielu osób dorastających w rodzinach z problemem alkoholowym jest to szara i smutna rzeczywistość. Ich świat jest zamknięty w butelce alkoholu, ponieważ bardzo często ich funkcjonowanie jest podporządkowane nałogowi osoby uzależnionej. Ograniczone szkłem, gdyż nie mają możliwości przekroczenia pewnych granic z powodu swojego uzależnienia lub współuzależnienia. Wypełniony zapachem alkoholu, ponieważ wszystko przypomina człowiekowi o jego sytuacji i bardzo często towarzyszy mu również w późniejszym, dorosłym życiu. Powstała w latach 80. XX wieku nazwa dorosłe dzieci alkoholików (DDA) sugeruje ogrom tego problemu w społeczeństwie. Ponieważ większość dzieci alkoholików zachowuje się w sposób społecznie akceptowany, ich problemy bywają bardzo często niezauważane i ignorowane, także przez nich samych. Ponadto skutecznie działa u nich przymus samodzielnego radzenia sobie z różnymi sytuacjami życiowymi i lęk przed ujawnieniem własnych problemów.

Dysfunkcyjny system rodzinny

Na początek warto nieco bliżej przyjrzeć się systemowi rodzinnemu, który zdaje się być generatorem problemów i dysfunkcji emocjonalnych u dziecka. Mimo, iż pewien odsetek dzieci wywodzących się z rodzin alkoholowych nie przejawia dezadaptacyjnych zachowań wyniesionych z rodziny generacyjnej, to trzeba mieć na uwadze fakt, iż alkoholizm któregośkolwiek członka rodziny wpływa negatywnie na cały system rodzinny -zwłaszcza na podsystem dzieci. Niestabilność i niepewność funkcjonowania w takim systemie wynika z faktu, iż alkoholik porzuca swoje małżeńskie i rodzicielskie obowiązki kosztem uzależnienia. Tym samym nie jest on zdolny do przekazywania potomstwu pozytywnego modelu wychowawczego. Uwaga członków rodziny zostaje skupiona na alkoholiku, przez co nierzadko dziecko czuje się wykluczone z systemu rodzinnego. W rodzinie z problemem alkoholowym małżeństwo prawie w ogóle nie współdziała ze sobą, przez co rodzicielstwo nabiera jednostronnego charakteru. Przejawia się to tym, iż niepijący współmałżonek stara się za wszelką cenę ocalić integralność struktury jaką jest rodzina. Ze wszystkich sił pragnie zapobiec alkoholizmowi partnera, chroniąc go przed konsekwencjami picia, nieświadomie pogłębiając tym samym jego uzależnienie. Rodzi to pewnego rodzaju frustrację i presję, na skutek której coraz mniej uwagi poświęca się dziecku, a także włącza się je do współuzależnienia. Alkoholik absorbuje uwagę całej rodziny, która często współdziała z nim i kryje go, by uniknąć publicznej kompromitacji i wstydu. Członkowie rodziny boją się podjąć radykalnych kroków (co prawdopodobnie byłoby najlepszym rozwiązaniem). Skutkuje to tym, że dzieci nie otrzymują od rodziców odpowiedniej ilości wsparcia, miłości oraz czasu potrzebnego na wspólną rozmowę czy zabawę. Także włączenie dziecka do opieki nad „chorym“ rodzicem może skutkować rozwinięciem się u niego objawów psychopatologicznych. Należy mieć jednak na uwadze fakt, że dziecko pochodzące z rodziny alkoholowej nie musi mieć problemów wynikających z wychowywania się w takim środowisku.



W przypadku członków rodziny alkoholika, mechanizm obronny jakim jest klasyczne wyparcie urasta do olbrzymich rozmiarów. Jak pisze Susan Forward:

„Alkoholizm jest podobny do dinozaura w salonie. Jest niemożliwością, aby ktoś z zewnątrz zignorował obecność dinozaura, ale mieszkańcy domu, wobec braku nadziei pozbycia się bestii, są zmuszeni do udawania, że jej tam wcale nie ma“.[1]

W rodzinach alkoholowych kłamstwa, tajemnice i wymówki są czymś naturalnym. Alkoholizm paradoksalnie łączy członków rodziny wspólną tajemnicą. O problemie alkoholika nie mówi się publicznie, tym samym rodzina podejmuje wszystkie możliwe wysiłki, aby nie dopuścić do jego ujawnienia. Mimo, iż sam wstyd za uzależnienie alkoholika wystarcza, by nie podejmować tego tematu, to jednak cała rodzina tworzy tzw. „Wielką Tajemnicę“ zbudowaną z trzech elementów:

1. **System iluzji i zaprzeczeń alkoholika** to zniekształcenia poznawcze polegające na nieprawidłowym postrzeganiu własnego alkoholizmu (zaprzeczenie jego istnienia) na przekór wszelkim dowodom i zachowaniom, które są upokarzające dla pozostałych członków rodziny,
2. **Wyparcie problemu przez członków rodziny** to tłumaczenie i usprawiedliwianie zachowań alkoholika w kategoriach innych niż uzależnienie (np. „Ojciec potknął się o dywan, bo podłoga była za śliska“ czy „Tato stracił pracę, bo szef się na niego wziął“),
3. **Zabawa w „normalną“ rodzinę** to poza przyjmowana przez rodzinę w kontaktach między sobą i otoczeniem zaprzeczająca istnieniu jakiegokolwiek patologii[2]. Na skutek powyższych zabiegów, dziecko zmuszone jest do zaprzeczania swoim własnym uczuciom i przybieraniu ustalonych wzorców reagowania. Skutkuje to niskim poczuciem własnej wartości i pewności siebie. Dziecko poddaje w wątpliwość fakt swojej wiarygodności, a w miarę dorastania coraz bardziej unika ujawniania informacji o sobie i wyrażania własnych opinii, co może prowadzić do nieśmiałości w kontaktach interpersonalnych.

Funkcjonowanie poznawcze i emocjonalne dzieci alkoholików

Dziecko, w odpowiedzi na zagrażające jego poczuciu integralności sygnały, uruchamia szereg mechanizmów obronnych oraz postaw radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Przede wszystkim przybiera pewnego rodzaju postawę obronną chroniącą dziecięce ego przed dezintegracją. W tym celu dochodzi do następujących wniosków:

1. **Nie ufać.** Ta postawa jest odpowiedzią na niespełnione umowy, obietnice i niespójności wychowawcze rodziców. Dziecko widząc, że rodzice są bardzo często niekonsekwentni nabiera przekonania, że na dobrą sprawę nie można zaufać nikomu. Chaos i nieuporządkowane życie emocjonalne sprzyja zatem zinternalizowaniu wzorców opartych na nieufności i wycofaniu w przeszłej relacji.
2. **Nie mówić.** Nauczone katastrofalnymi skutkami poruszenia tematu alkoholizmu w domu, dzieci wolą przemilczeć zaistniałą sytuację, niż skonfrontować się z problemem. Poruszanie tematu może być źródłem lęku, przemocy fizycznej ze strony alkoholika czy chociażby smutku, dlatego dzieci często skazane są na wyparcie problemu oraz samotność. Wpływa to na obniżenie jakości komunikacji w rodzinie, która według de Barbaro jest jednym z podstawowych elementów prawidłowo funkcjonującego systemu rodzinnego.



PRAWNIKON

3. **Nie odczuwać.** Długotrwałe cierpienie psychiczne dziecka zmusza je do swoistego znieczulenia. Odcięcie się od negatywnych emocji, frustracji i strachu przynosi pewnego rodzaju ulgę, jednak kosztem utraty wglądu we własne emocje i odczucia. Dziecko poprzez zastosowanie takich mechanizmów obronnych jak wyparcie, zaprzeczenie czy reakcja upozorowana przekonuje samo siebie, że wszystko jest w porządku. Bardzo często wiąże się to z ucieczką w świat fantazji i zatraceniem się we własnej wyidealizowanej rzeczywistości. Ponadto życiem emocjonalnym takich dzieci rządzi silna ambiwalencja. Z jednej strony odczuwają ogromny lęk związany z możliwością rozstania się rodziców, jednocześnie marząc, by pijany rodzic opuścił dom na stałe. Jak widać życie dziecka w rodzinie alkoholowej jest pełne niespójności i nieprzewidywalności. Wynika to z faktu, iż wracając ze szkoły do domu, nie ma pojęcia czy zastanie w nim pijanego czy trzeźwego rodzica. Jak wskazano wyżej, reagując na zmienne zachowania rodzica, dziecko bardzo szybko tworzy i przyswaja pewnego rodzaju schematy funkcjonowania, które chronią je przed zranieniem.

Przekonania będące odpowiedzią na reakcje alkoholika:

- Jeśli nie powiem, co czuję, to nie zostanę zraniony,
- Jeśli będę radzić sobie sam, to zostawią mnie w spokoju,
- Jeśli nie będę o nic pytać, to nikt mnie nie odrzuci,
- Jeśli mnie nie zauważą, to nic złego mi się nie stanie,
- Jeśli przestanę odczuwać, to nie poczuję bólu,
- Jeśli będę ciągle uważny, to nikt się na mnie nie wścieknie i mnie nie skrzywdzi.

Na podstawie: Czy tym domem rządzą jakieś reguły? [w]: Gdzie się podziłało moje dzieciństwo, Wydawnictwo Charaktery”, Kielce 2003.

Dzieci z rodzin alkoholowych mają przede wszystkim problemy z dostosowaniem się do zmian w wykonywaniu codziennych obowiązków. Może u nich wystąpić pewnego rodzaju chwiejność w przejściu z wykonywania jednego zadania do drugiego. Także nieoczekiwane zmiany w rozkładzie zajęć, godzące w poczucie kontroli, mogą pełnić funkcję dezorganizującą ich zachowanie. Gdybyśmy zwrócili uwagę na zabawy tych dzieci zauważylibyśmy, że preferują one zabawy w izolacji od rówieśników. Często powtarzają się w nich motywy agresywne i kłótnie rodziców. Takie ekspresyjne wyrzucenie skumulowanych negatywnych emocji pozwala dziecku na ustabilizowanie i zminimalizowanie własnego lęku przed sytuacją panującą w domu. Ponadto mają one problemy z dłuższym utrzymaniem i koncentracją uwagi na danej czynności. Bardzo często są pobudzone psychomotorycznie, nerwowe, wybuchowe i mają zmienne nastroje. Zdarza się, że mają problem z dokończeniem rozpoczętych czynności oraz z planowaniem dalszych przedsięwzięć. Są z reguły niecierpliwe i bardzo szybko zmieniają zachowania z typowych na nietypowe. Często lękają się obcych ludzi i nowych sytuacji mimo, iż podczas dłuższej rozłąki z obiektem[3] wykazują silne lęki separacyjne. Wykazują też nagłe zmiany zachowania w stosunku do innych osób będące charakterystycznymi wyznacznikami więzi zdeorganizowanej (np. zwykle nieśmiałe dziecko zaczyna odgrywać dominującą rolę w relacji). Jak możemy zauważyć istnieją zachowania świadczące o pewnego rodzaju nieprawidłowościach, które można zaobserwować na co dzień w zachowaniu dzieci wychowujących się w rodzinach z problemem alkoholowym. Niestety w większości



przypadków przejawy te są ignorowane i przypisywane „złemu zachowaniu“ dziecka, a nie czynnikiem rodzinnym wpływającym na ich rozwój.

W niektórych rodzinach alkoholowych funkcjonuje tzw. *dziecięcy system kumpla do picia*. Wiele z tych dzieci już w bardzo młodym wieku dostało swój pierwszy kieliszek wódki, a widząc aprobatę ze strony uzależnionego rodzica, doszło do wniosku, że dzięki picciu może się do niego zbliżyć. Robi więc wszystko, by zadowolić rodzica, ciesząc się tym samym każdą, jakże cenną wspólnie spędzoną z nim chwilą. Jednak statystyki w tym wypadku są nieubłagane i wskazują, że jedno na czworo dzieci wywodzących się z rodzin alkoholowych samo zostaje alkoholikiem. Co ciekawe, nawet mimo braku werbowania dziecka do picia, staje się ono podatne na uzależnienie od alkoholu. Choć nie wiadomo do końca, dlaczego tak się dzieje, to przyczyn upatruje się głównie w predyspozycjach genetycznych i braku równowagi biochemicznej organizmu. Prawdopodobnie również na skutek naśladowania rodziców, internalizacji norm i powtarzania znanych sobie wzorców dorosłe dziecko alkoholika staje się bardziej podatne na uzależnienia.

Mimo, iż nie da się do końca stworzyć jednoznacznego profilu psychologicznego dziecka dorastającego w rodzinie alkoholowej, to bardzo często można wskazać na jeden z pięciu wzorów jego funkcjonowania, będący przejawem adaptacji do życia w dysfunkcyjnym systemie rodzinnym.

Bohater rodzinny czyli złote dziecko

Jest to najczęściej najstarsze dziecko w rodzinie. Bohater płaci wysoką cenę za aprobatę obojga rodziców, a mianowicie bierze na swoje barki ogromną odpowiedzialność. Dziecko jest zmobilizowane do osiągnięcia szczytów doskonałości, bardzo często wykraczających poza możliwości dziecka. Rodzi to lęk, frustrację oraz rzutuje na poczucie własnej wartości postrzeganej przez małego. W normalnych rodzinach dziecko buduje poczucie własnej adekwatności i wartości poprzez odbiór rodziny i sam fakt bycia jej członkiem. Dziecko w rodzinie alkoholowej notorycznie musi udowodniać sobie, że jest coś warte. Osiągnięcia, dobre oceny w szkole i perfekcjonizm pełnią swojego rodzaju funkcję kompensacyjną. Jeżeli dziecko posiada wystarczającą ilość zasobów, by podołać ogromowi wymagań, funkcjonuje mniej lub bardziej sprawnie. Gorzej jest w przypadku dziecka, które do roli bohatera rodzinnego zostaje zmuszone. Notoryczne niepowodzenia rzutują na postrzeganie własnej osoby i poczucie własnej wartości, nierzadko skutkując depresją, lękiem i wycofaniem społecznym. Funkcja złotego dziecka często służy też do pewnego rodzaju maskowania problemu alkoholowego w rodzinie. Bardzo często można usłyszeć, iż dziecko to wizytówka rodziny, a taki mały inteligent nie może przecież pochodzić z rodziny, w której istnieją problemy. Bohater mobilizuje się zatem do osiągnięcia szczytów zarówno w dzieciństwie jak i w życiu dorosłym. Osoba taka najczęściej poświęca się dla dobra rodziny. Rezygnuje często z własnych marzeń i celów, tylko po to, by inni mieli lżej niż ona sama. Złote dziecko ma niezmiernie małą świadomość własnych potrzeb i tym samym, nie jest w stanie samo zadbać o siebie. Badania kliniczne wykazały, że spory odsetek „bohaterów“ wykazuje typ osobowości A[4] i ląduje na stole operacyjnym z powodu choroby wrzodowej. Tragizm bohatera rodzinnego polega na tym, iż poświęca swoją osobę, po to, by innym żyło się lepiej niż jemu.

Wspomagacz czyli kontroler

O ile bohater starał się odwrócić uwagę otoczenia od sytuacji panującej w domu, tak wspomagacz całkowicie skupia się na istniejącym problemie, stając się osobą najbliższą współuzależnieniu. Bardzo



PRAWNIKON

często przyjmuje postawę opiekuńczą w stosunku do osoby uzależnionej, chroniąc alkoholika przed szkodliwymi skutkami picia. Gdy zabraknie alkoholu, posłusznie idzie po kolejną butelkę, by alkoholik sam nie poszedł się dopić, wylewa potajemnie alkohol czy ukrywa go przed uzależnionym. Ponadto stara się znaleźć przyczynę uzależnienia rodzica, a gdy jej nie znajduje, bardzo często lokuje ją w sobie. Ćwiczy się w manipulacji otoczeniem i sztuczkach mających na celu zmniejszenie spożycia alkoholu przez uzależnionego. Nieustanne kontrolowanie alkoholika wydatkuje sporą część jego energii, a także zmusza do bycia w stanie nieustannego wzbudzenia, bowiem w każdej chwili może zająć konieczność interwencji przy alkoholiku. Postawa taka na dłużą metę skutkuje potrzebą nieustannej kontroli wszystkiego i wszystkich. Kontrola wszelkich możliwych sytuacji zapobiega ponownemu przeżyciu rozczarowania i stabilizuje nieco sytuację, dając względne poczucie bezpieczeństwa. Niestety ceną za ciągłe kontrolowanie sytuacji jest odrzucenie środowiska. Nieustanna kontrola i manipulacja, mające chronić przed samotnością, paradoksalnie stają się głównym powodem wzajemnych urazów, prowadząc tym samym do samotności. Bardzo często skutkuje to postawą uległą w dorosłym życiu. Dzieci o takim wzorcu funkcjonowania najczęściej zostają mężami i żonami osób uzależnionych, powtarzając dobrze im znany wzorec z dzieciństwa.

Wyrzutek czyli kozioł ofiarny

Niekonsekwencja wychowania w rodzinie alkoholowej, głównie w formie zmieniających się zasad, zachowań i postaw, często jest spotęgowana przez alkohol. Jednego dnia dana rzecz jest dobra, a drugiego już zła. Tak często zmieniające się zasady powodują, że dziecko ponosi porażkę w próbach prawidłowej interpretacji sygnałów[5]. Skutkuje to nieustanną krytyką i przelewaniem frustracji z rodzica alkoholika na dziecko. Tym samym staje się ono kozłem ofiarnym, na którym rodzic może wyładować swój brak przystosowania. Nierzadko zdarza się, że rodzic przerzuca winę za swój alkoholizm na dziecko, powodując to, iż małolat przypisuje sobie odpowiedzialność za nałóg rodzica. Skutkuje to buntem, agresją i niedostosowaniem społecznym ze strony dziecka. Zaczyna ono przejawiać zachowania antyspołeczne, takie jak wagary czy kradzieże. Poszukuje oparcia w grupach rówieśniczych, często wywodzących się z marginesu społecznego. Jest najczęściej oschłe i wulgarne wobec bliskich oraz wydaje się jakby odizolowane od „miękkich“ uczuć. Bardzo często wcześniej sięga po alkohol oraz inne środki psychoaktywne, stając się kandydatem do uzależnienia, tym samym przedłużając „rodzinną tradycję“. Zachowania agresywne i antyspołeczne służą głównie jednemu - zniszczeniu powodu alkoholizmu rodzinnego, czyli samego siebie. Czasami, aczkolwiek znacznie rzadziej, dzieci będące kozłami ofiarnymi, znajdują inne sposoby do samoukarania. Przejawia się to w symptomach emocjonalnych lub somatycznych. Konflikty emocjonalne mogą prowadzić do obniżenia poczucia własnej wartości, depresji dziecięcej czy różnego rodzaju lęków i zachowań kompulsyjnych. Symptomy fizyczne natomiast bardzo często znajdują ujście w postaci psychosomatycznych bólów głowy, żołądka czy innych dolegliwości płynących z różnych części ciała.

Maskotka czyli błazen

Funkcja maskotki przypada najczęściej młodszym dzieciom w rodzinie alkoholowej, jednak nie jest to regułą. Jak sama nazwa wskazuje, maskotki na pierwszy rzut oka wydają się przymilne, pełne wdzięku i uroku. Dzięki swojemu czarowi, potrafią rozładowywać pełne napięcia sytuacje i odwrócić uwagę alkoholika od trunku. Maskotka jest mistrzem dowcipu i flirtu, dzięki czemu często jest wykorzystywana do „rozbrojenia“ alkoholika. Najczęściej jest to ukochany synek mamusi i córeczka tatusia. Takie zachowania narażają niektóre dzieci na wykorzystania seksualne, szczególnie w



domach, w których poziom patologii nie kończy się jedynie na nałogu. Dzieci, prezentujące taki wzór funkcjonowania, najczęściej nie są traktowane poważnie, a one same zatracają granicę między prawdziwym śmiechem a maską. Bardzo często maskotki wypierają smutek i cierpienie, robiąc dobrą minę do złej gry. Ugruntowany wzorzec funkcjonowania w domu może skutkować przerzucaniem postaw infantylnych na inne sfery życia społecznego, skutkujące poczuciem nieadekwatności. Także pewien odsetek dzieci narażony jest na rozwój wzorca histrionicznego zaburzenia osobowości[6]. Takie dziecko blokuje również w pewnym stopniu świadomość własnych emocji, co przekłada się na płytką uczuciowość i nierozróżnianie do końca własnych stanów emocjonalnych. Ponadto nabywa naturalnych zdolności aktorskich oraz ukrywa prawdziwe emocje, często zmuszone jest do uśmiechania się mimo przerażenia i dowcipkowania, gdy wszystko wewnątrz niego cierpi.

Zagubiony czyli dziecko, którego nie było

Jest to dziecko, którego właściwie się nie zauważa. Bardzo często najmłodszy członek rodziny alkoholowej, który wycofał się w świat własnych fantazji, marzeń, lektur i stworzył sobie alternatywny świat do funkcjonowania. Takie dzieci nie sprawiają żadnych kłopotów wychowawczych z prostego powodu - nikt ich nie zauważa. Dzieci takie to indywidualiści chodzący własnymi ścieżkami i nienarzucający się innym. Odcinają bolesne emocje, kosztem zatracenia się we własnej wyobraźni. Skutkuje to wycofaniem z życia społecznego, brakiem zdolności do konfrontacji z trudnymi sytuacjami i ucieczką od problemów. Brak im bardzo często podstawowych umiejętności interpersonalnych, co powoduje, że są w dużej mierze nieśmiali i stronią od tłumów. Spore problemy, na które napotykają podczas kontaktowania się ze światem, powodują, że często sięgają po różnego rodzaju używki (alkohol, lekarstwa, narkotyki). Mimo, iż dzieci takie są bardzo wrażliwe i delikatne, to niepowodzenia w nawiązaniu satysfakcjonującej relacji z drugim człowiekiem są dla nich źródłem dodatkowego cierpienia, stresu i frustracji, co nierzadko skutkuje zaburzeniami afektywnymi, obniżeniem poczucia własnej wartości czy zaburzeniami w sferze osobowości.

W rodzinie alkoholowej powyższe role mogą zmieniać się jak w kalejdoskopie. Na przestrzeni lat i rozwoju dzieci mogą zmieniać powyższe wzory funkcjonowania. Ponadto jedna osoba może pełnić kilka ról lub nie prezentować jednego czystego wzorca zachowania. System rodziny z problemem alkoholowym jest systemem na tyle mało stabilnym i zmiennym, że bardzo często zdarza się, iż dzieci przybierają role przeciwstawne do pełnionych wcześniej. Przykładowo, gdy bohater rodzinny z jakichś względów odmówi pełnienia swojej roli, pozycję jego najczęściej zajmuje kozioł ofiarny.

Psychopatologia i zdrowie fizyczne

U małych dzieci pochodzących z rodzin alkoholowych można zaobserwować szereg symptomów świadczących o istniejącym problemie. Mianowicie: ciągłe zmęczenie i ospałość, nawracające koszmary senne czy sen przerywany, a także bezsenność. Istnieją przypadki pojawienia się regresji w treningu czystości, nerwowe obgryzanie paznokci oraz ssanie palca. Również długotrwały brak apetytu lub nadmierne łaknienie mogą świadczyć o występującym problemie. Długotrwały stres, będący następstwem konfliktów emocjonalnych, istotnie wpływa na zdrowie fizyczne dziecka. Dzieci wywodzące się z rodzin alkoholowych znacznie częściej miewają bóle głowy, żołądka, nudności i narzekają na chroniczne zmęczenie. Mimo to lekarze zazwyczaj nie znajdują u nich fizycznych uzasadnień powyższych dolegliwości. Dzieci wywodzące się z rodzin alkoholowych znacznie częściej chorują na astmę i anemię. Zdecydowanie częściej się przeziębiają i cierpią na różnorakie alergie.



PRAWNIKON

Występujące u nich zaburzenia odżywiania, pojawiające się zazwyczaj już we wczesnym dzieciństwie, nasilają się w życiu dorosłym. Jedzenie bowiem jest sposobem na kompensację i radzenie sobie z niskim poczuciem własnej wartości. Kompulsywne jedzenie może być ponadto związane z ukrywaną złością do osoby, która wyrządziła dziecku krzywdę. U dzieci alkoholików zwiększa się także ryzyko wystąpienia chorób sercowo-naczyniowych, nagłych zmian w ciśnieniu krwi i tempie akcji serca[7]. Wśród tych dzieci częściej też występuje wzór osobowości typu A.

Dzieciństwo spędzone w domu alkoholika odciska również ślad na psychice dziecka. Nieustanny stres, presja i obciążenie emocjonalne powodują, iż u dzieci pojawiają się różne problemy natury psychologicznej. Zaburzenia te dotyczą przede wszystkim więzi oraz poczucia tożsamości. Dziecko, którego życiem rządzi silna ambiwalencja, nie jest w stanie wytworzyć spójnego obrazu samego siebie. Człowiek, który ma problem z określeniem własnych granic, często narażony jest na nieprawidłowości w sferze osobowościowej czy poznawczej. Dzieci takie bardzo często wynoszą ze swych domów zwichnięte poczucie bezpieczeństwa oraz brak poczucia własnej wartości i adekwatności, podejmując tym samym działania kompensacyjne w postaci różnego rodzaju uzależnień (np. alkohol, narkotyki) czy przejawiając wzorzec obsesyjno-kompulsyjnego zaburzenia osobowości. Niejednokrotnie, wchodząc w życie dorosłe, dojrzały już ludzie wnoszą w nie sporo lęków i napięć, które uniemożliwiają im samorealizację w pewnych obszarach życia. Bardzo często u takich osób można zauważyć zaburzenia afektywne w postaci depresji czy zaburzeń dwubiegunowych, będących odpowiedzią na poczucie własnej nieadekwatności i bezwartościowości. Często występujący w domach alkoholowych brak stabilności, niespójność i niekonsekwencja wychowawcza prowadzą do głębszych zaburzeń psychicznych. Destabilizujący system rodzinny może doprowadzić dziecko do stanów psychotycznych, czy nawet wpłynąć na rozwój schizofrenii. Chaos rodzinny powoduje, że u młodzieży w okresie adolescencji pojawiają się zachowania negatywistyczne ze skłonnością do buntu i agresji. Występują u nich również zachowania reaktywne, cechujące się brakiem kontroli emocjonalnej, labilnością a także obniżonym krytycyzmem wobec siebie. Mogą pojawić się również objawy niedostosowania społecznego, takie jak wagarowanie, częste ucieczki z domu, zachowania opozycyjno-buntownicze a nawet czyny karalne. Bardzo często u takich dzieci kształtuje się nieprawidłowa struktura emocjonalna i motywacyjna, co skutkuje realizacją własnych potrzeb w sposób nieadekwatny, a także odbiorem świata jako wrogiego i odrzucającego. Częściej też spotkać można u nich, w porównaniu z dziećmi z rodzin niealkoholowych, zaburzenia odżywiania w postaci bulimii.

Przedstawiam poniżej profil dziecka z rodziny alkoholowej wraz z różnego rodzaju zachowaniami, z którymi może spotkać się uważny obserwator. Przyglądając się schematowi, warto mieć jednak na uwadze fakt, iż dzieci są różne i nie każdy wychowujący się w rodzinie dysfunkcyjnej młody człowiek będzie prezentował poniższe zachowania, jednak zdecydowana większość z nich będzie przejawiać je z mniejszą lub większą częstotliwością.

DZIECKO Z RODZINY ALKOHOLOWEJ:

- wydatkuje sporą ilość własnej energii poświęcając się dla dobra alkoholika,
- nie wie, jak powinna prawidłowo funkcjonować rodzina,
- trudno mu skończyć to, co rozpoczęło,
- z łatwością kłamie i oszukuje innych,



- jest krytyczne wobec siebie,
- nie jest w stanie zbudować intymnej relacji z drugim człowiekiem,
- posiada nadmierną potrzebę aprobaty ze strony innych osób,
- jest zbyt poważne w stosunku do swojego wieku,
- jest skrajnie odpowiedzialne bądź nieodpowiedzialne,
- ignoruje własne uczucia, by uniknąć cierpienia psychicznego,
- jest nieufne w stosunku do innych, co zabezpiecza je przed rozczarowaniem,
- jest nieśmiało i milczące.

DDA (Dorosłe Dzieci Alkoholików) – objawy, terapia, skutki [WYJAŚNIAMY]

Syndrom DDA, czyli Dorosłych Dzieci Alkoholików, to zespół utrwalonych schematów działania, jakie dziecko wynosi z domu, w którym pojawił się problem alkoholowy. Zaburzenia te mają podłoże psychologiczne, a ich obecność wynika z doświadczeń dzieciństwa i sposobów radzenia sobie z nimi.

DDA - co to jest?

DDA, czyli Dorosłe Dzieci Alkoholików, **definicję tą używa się w stosunku do dzieci pochodzących z domów, w której dominował problem alkoholowy.** DDA to człowiek pochodzący z rodziny, w której alkohol był problem centralnym. Zajęty w dzieciństwie o przetrwanie, w życiu dorosłym ma poczucie, że nigdy nie był dzieckiem.

Przeczytaj: [Czym jest alkoholizm?](#)

Dzieciństwo Dorosłego Dziecka Alkoholika

W rodzinie alkoholowej niezależnie czy pije jedno czy dwoje rodziców, dzieci alkoholików stają się najbardziej pokrzywdzone. **Przeżywają w dawce zdecydowanie większej niż inne dzieci zakłócenia w stanie poczucia bezpieczeństwa.** Doświadczają więcej napięć, lęku, dezorientacji i samotności. W rodzinie tej występuje stałe poczucie lęku przed tym, co dzieci zastaną po powrocie do domu. Poziom lęku u domowników pojawia się nawet przy odgłosie otwierania drzwi czy stłuczonego talerza.

Głównym celem rodziny alkoholowej jest zatajenie przed światem tego, co się dzieje wewnątrz środowiska domowego. **Reguły wyznawane przez rodziców polegają na tym, aby dzieci nie mówiły, nie ufały, nie czuły. Jest to tak zwana reguła „trzy razy nie”.** Rodzice tworzą ten zestaw reguł po to, aby osiągnąć dominującą pozycję, wzbudzić lęk, wywołać poczucie winy i wstydu, by móc pić i utrzymać ten dysfunkcyjny stan rzeczy.

Kolejną grupę reguł wyznaje dziecko. Uważa, że jeśli nie będzie mówił o tym, co dzieje się u niego w domu to nikt nie będzie dopytywał się i zwracał uwagi na to, co dane dziecko czuje. Dzieci pochodzące z takich domów nie przyznają się do problemu alkoholizmu w swojej rodzinie, **boją się odtrącenia ze strony rówieśników, marginalizacji z życia społecznego czy wytykania palcami przez innych.** Nie chcą czuć się gorsi, niż inne dzieci wywodzące się z normalnych domów.



PRAWNIKON

Susan Forward w książce pod tytułem „Toksyczni Rodzice” uważa, że „w rodzinach alkoholików tak dużo energii wydatkuje się na bezskuteczne próby uratowania pijaka, oraz na utrzymanie tajemnicy, że niewiele czasu i uwagi pozostaje na zaspokojenie potrzeb dzieci. Dzieci alkoholików często czują się niewidzialne.” **Żyją w poczuciu wstydu z powodu tego, z jakiej rodziny pochodzą. Stają się zamknięci na otaczający ich świat.** Pozostają w poczuciu osamotnienia, zarówno ze strony rodziców jak i rówieśników. Dziecko alkoholika nie zaprasza nikogo do swojego domu, nie wychodzi bawić się na podwórko.

Przeczytaj: [Czy można wyleczyć alkoholizm?](#)

Rola dziecka w rodzinie alkoholowej

Dziecko w rodzinie z zaburzeniami alkoholowymi pełni określone, wadliwe role rodzinne, dzięki którym możliwe jest działanie patologicznego systemu rodzinnego. Jest to między innymi:

Bohater rodzinny:

- rolę tę pełni przeważnie najstarsze dziecko,
jest wzorowym uczniem, nie sprawia kłopotów wychowawczych,
rezygnuje z ważnych dla siebie celów, by godzić rodziców,
pomaga młodszemu rodzeństwu przy odrabianiu lekcji,
sprawuje opiekę nad młodszym rodzeństwem,
nakłada na siebie wiele obciążeń, by pozostali członkowie rodziny mieli lżej,
nie płacze, nie okazuje bólu,
nie okazuje na zewnątrz swoich uczuć, ponieważ się ich wstydzi,
uważa, że jest jedyną dorosłą osobą w rodzinie,

Niewidzialne dziecko:

- uważa się, że takie dziecko jest często smutne, lub jak na swój wiek bardzo poważne,
posiada własny świat fantazji, wymaginowanych przyjaciół,
izoluje się od innych rówieśników,
najlepiej czuje się sam, nie potrzebuje kontaktów z innymi,



PRAWNIKON

w momencie, kiedy coś złego dzieje się w domu, udaje, że wszystko jest w porządku, bądź potajemnie płacze,

ma problemy z moczeniem się w nocy, ze snem oraz ogólnym obniżeniem odporności organizmu,

perfekcyjnie opanowuje zasadę trzech „nie”,

Koziol ofiarny:

- dziecko zazwyczaj jest ofiarą przemocy,
rodzice wmawiają dziecku, że jest mają z nim problemy wychowawcze,
przy każdej okazji bez powodu jest obwiniane i poniżane,
dzieci te często, dość wcześnie sięgają po używki,
charakterystyczny jest bunt przeciwko zasadom narzuconym przez dorosłych,
dziecko uznaje zasadę, że zawsze wygra silniejszy,

Maskotka:

- inaczej określany, jako błazen,
dziecko staje się ozdobą rodziny,
jest urocze, rozładowuje napięcia w rodzinie,
nikt go nie traktuje poważnie,
traci granice, co jest poważne a co jest żartem,
uznaje się go za pośrednika w rodzinnych konfliktach.

U dziecka, które pełni którąkolwiek z powyższych funkcji następuje, zaburzenie funkcji emocjonalnych, społecznych, poznawczych i zdrowotnych.



Samotność Dorosłych Dzieci Alkoholików

W rodzinie alkoholowej jednym z najbardziej dotkliwych problemów jest samotność. Wśród Dorosłych Dzieci Alkoholików jest bardzo dużo osób, które chcą być kochane, jednak boją się odrzucenia. Pragną stworzyć idealny związek, mieć kogoś bliskiego. Niestety, w rodzinnym domu, nie zostały nauczone tego jak kochać, jak darzyć kogoś uczuciem. **Wśród DDA dominują takie uczucia jak lęk przed odrzuceniem, przed okazywaniem prawdziwych uczuć, niepokój, nieufność, trudność w nawiązywaniu kontaktów z innymi.**

Poczucie samotności dzieci odczuwają już w rodzinnym domu. Kiedy jedno z rodziców pije (niezależnie czy jest to matka czy ojciec) drugie z nich skupia przede wszystkim uwagę na tym pijącym. Dzieci zostają odstawione na drugi plan. Całe życie rodzinne skoncentrowane jest na osobie pijącej. Dopiero na kolejnym planie zaspokajane są potrzeby dzieci. **Gdy pije mężczyzna, matka czuje, że traci męża, a dzieci ojca.** Wszystkie obowiązki spadają na jej barki, a w następstwie obarcza nimi dzieci.

Ojciec fizycznie jest obecny w domu, ale psychicznie staje się nieobecny. Jest to dla matki dziwne i niezrozumiałe. Według Susan Forward coraz częściej próbuje ona instynktownie rozwiązać ów problem rozmyślając nad nim samotnie całymi godzinami. Męczy ją w dzień, kiedy powinna być obecna dla dzieci. **Jest przepelniona strachem i niepokojem, przyjmując początkowo całą winę na siebie.**

Kobieta w takiej sytuacji jest przepelniona niepokojem oraz całą winę za sytuację panującą w domu obwinia siebie. Z czasem matka zamyka się w sobie przed otaczającym światem, nie jest w stanie poradzić sobie z problemem panującym w jej rodzinie. W takiej sytuacji dzieci mogą liczyć tylko na siebie. Najtrudniejsze jest dla dzieci to, kiedy obydwójce rodziców jest uzależnionych od alkoholu. **W wyniku tego od najstarszego dziecka wymagane jest by zaspokajał potrzeby matki, ojca, rodzeństwa.**

Gdy przykładowo ojciec stawał się coraz bardziej agresywny, dziecko takie musiało dorosnąć do tego, że musi być odpowiedzialny za ojca, siebie i pozostałych członków rodziny. W takiej sytuacji nie może liczyć na wspólne zabawy z innymi dziećmi, na rozwijanie swoich pasji czy skupieniu się na nauce. Rzadkością jest, kiedy dziecko alkoholika zaprasza rówieśników do domu, zaraz po szkole wraca do rodziny nie wiedząc, co zastanie, w wyniku tego jak ma przyjaźnić się z innymi. **Dziecko takie zamyka się na innych, nie uczestniczy w życiu szkoły, nie zdobywa nowych przyjaźni, jest samotne.**

Dzieci alkoholików a relacje partnerskie

Dzieci z rodzin alkoholowych nie zostały nauczone tego jak funkcjonować w normalnym świecie. Od dzieciństwa było ono pozostawione samemu sobie ze swoimi emocjami, potrzebami. **Poczucie wstydu, jakie towarzyszyło przez całe życie nie pozwalało na to, żeby bezgranicznie otworzyć się przed drugą osobą.**

Osobom pochodzącym z rodziny alkoholowej może towarzyszyć ciągle poczucie odrzucenia. W rodzinnym domu pijący rodzic nie interesował się losem swojego dziecka, natomiast drugi skupiał się na tym jak przetrwać. W psychice owego dziecka wyklarowało się następujące myślenie - **jeżeli nie**



PRAWNIKON

jestem ważny dla najbliższych osób, to znaczy, że jestem bezwartościowy, nikt mnie nie zaakceptuje takim, jakim jestem.

W dorosłym życiu przekłada się to, na, że osoby takie nieustannie odczuwają lęk, że wyda się ta okropna prawda o nich, obawa przed tym, że ktoś pozna moje prawdziwe ja, które jest przecież nie do zaakceptowania. To niesie za sobą konsekwencję w tworzeniu związków przez DDA. Pierwszy i najważniejszy związek uczuciowy nauczył dzieci alkoholików, że ludzi, których kochają, mogą je zranić i zachowywać się w sposób zupełnie nie do przewidzenia, większość z nich w dorosłym życiu obawia się zbliżenia do drugiej osoby.

Dzieci alkoholików w nadmierny sposób chcą stworzyć idealny związek, jednak jest im bardzo trudno w realizacji tego. DDA nie posiadają systemu odniesienia do zbudowania bliskich relacji z drugą osobą, gdyż nigdy nie poznali takich relacji. Jedynym punktem odniesienia są dla nich rodzice, którzy nie stanowi idealnego wzoru do naśladowania. Przeszkadza im również, doświadczenie przyciągania i odpychania- niespójność w relacji miłości pomiędzy rodzicem a dzieckiem.

Jednego dnia czuli się kochani, drugiego odrzuceni. Lęk przed porzuceniem towarzyszy im przez cały okres swojego życia. **Budowanie bliskości jest dla nich bardzo trudne, zawile, przykre, albowiem nie wiedzą, co to znaczy trwały, stabilny, kochający się związek.** Dodatkowo nie potrafią nikomu bezgranicznie zaufać, boją się zranienia i wykorzystania przez drugą osobą, a głównie porzucenia. Gdy w ich związku powstaje problem automatycznie wpadają w panikę i nie potrafią dyskutować o powstałym problemie.

Dorośle Dziecko Alkoholika decydują się na bycie samotnym ze względu również na to, że boją się powielania schematów swojej rodziny. **Obawiają się tego, że mogą trafić na takich samych partnerów jak ich matka, czy ojciec.** Nie chcą, by ich dzieci wychowywały się w takiej rodzinie jak oni sami. W wyniku tego osoby z syndromem DDA izolują się od innych, nie chcą poznawać nowych ludzi, nie potrafią się bawić.

Ktoś, kto nikomu nie ufa nie jest w stanie odczuć bliskości drugiego człowieka, jako że warunkiem doświadczenia owej bliskości jest właśnie okazywanie zaufania. Podczas gdy DDA zwiąże się już z drugą osobą, to ta relacja nie polega na związku partnerskim, ale na relacji dziecko - rodzic. W takiej sytuacji nie potrzebują partnera, ale opiekuna, którego zabrakło, gdy byli dziećmi.

Przeczytaj również: [Dlaczego się upijamy? Naukowcy szukają odpowiedzi w naszych mózgach](#)

Syndrom DDA a poczucie winy

Wiele okoliczności składa się na to, czy takie dziecko wyrośnie na zamkniętego w sobie i niezdrowo ambitnego pracoholika, który z narażeniem zdrowych zmysłów będzie udowadniał, że jest cokolwiek wart, podporządkowanego pozornie silniejszym, troskliwego sługę, dbającego o zachowanie ciszy i spokoju, bo hałas kojarzy mu się z awanturą czy pełnego poczucia winy, przeproszającego za głód w Trzecim Świecie i biorącego na siebie odpowiedzialność dosłownie za wszystko człowieka, który wierzy, że nie zasługuje na nic.



Możliwością jest oczywiście tyle, ilu DDA, jednak można uznać, że łączy ich m.in. niskie poczucie własnej wartości, okrutny samokrytycyzm, nieadekwatne do potrzeb branie na siebie odpowiedzialności, problem z budowaniem więzi, wyrażaniem uczuć i egzekwowaniem swoich praw, a czasem chęć posiadania całkowitej kontroli nad życiem swoim i cudzym; nieumiejętność prowadzenia dyskusji, rozwiązywania sporów.

Syndrom Dziecka Alkoholika - przemoc i ryzykowne zachowania seksualne

Według niektórych badań, nastoletni chłopcy, którzy są świadkami lub doświadczają przemocy domowej z rąk swoich pijanych rodziców, wyrażają się z większą przemocą, atakując młodsze rodzeństwo, zwierzęta domowe lub prześladowując mniejsze dzieci na placu zabaw.

Z drugiej strony nastolatki mogą się okaleczyć - nie odbywa się to jako próba samobójcza, ale w celu uzyskania chwilowej ulgi w depresji, stresu, niepokoju, napięcia emocjonalnego lub nienawiści do siebie i niskiej samooceny (na przykład, gdy rodzice werbalnie i emocjonalnie wykorzystują swoje córki). Co więcej, niektóre dziewczęta/ nastolatki mogą zacząć w dość młodym wieku uprawiać ryzykowne zachowania seksualne.

Czy DDA w życiu dorosłym również zostanie alkoholikiem?

Jednym z problemów, przed którymi stoją dzieci alkoholików, jest to, że w dorosłym życiu same staną się alkoholikami. Czy jest to nieunikniona biologia? National Association for Children of Alcoholics pisze, że ci, którzy dorastają w domu, gdzie króluje alkohol, są **cztery razy bardziej narażeni na rozwój alkoholizmu we własnym życiu dorosłym niż dzieci, które dorastały w lepszych warunkach**. Jednak, kluczowe zdanie jest „bardziej prawdopodobne”.

Wychowywanie w domu alkoholika, nie jest gwarancją przyszłego alkoholizmu.

Należy wziąć pod uwagę inne czynniki, takie jak styl życia, stan zdrowia psychicznego, najbliższe środowisko i genetykę. **Biologiczne dziecko rodzica alkoholika dorasta z dziedzicznym ryzykiem rozwoju tego samego stanu**. Niemniej jednak nie decyduje to ostatecznie, czy dziecko stanie się alkoholikiem w swoim dorosłym życiu.

Syndrom Dziecka Alkoholika - terapia

Na temat znaczenia zależności płciowej pomiędzy dzieckiem a pijącym rodzicem, ale z praktyki wynika, że najczęściej na terapię trafiają córki ojców alkoholików. Na to może jednak wpływać kilka niezależnych od konfiguracji płciowej czynników, np. fakt, że więcej mężczyzn niż kobiet nadużywa alkoholu, a z kolei kobiety częściej szukają pomocy u psychiatrów, psychologów czy psychoterapeutów.

Na czym polega praca z Dorosłymi Dziećmi Alkoholików? Doktor Rutkowska-Suchorska zaznacza, że **syndrom DDA nie jest diagnozą, nie podlega terapii sam w sobie**. DDA z reguły mają poważne stany depresyjne lub lękowe i to na nich koncentruje się leczenie, a syndrom DDA jest jakby osobowościowym podłożem do rozwinięcia się tych zaburzeń.

Ważnym elementem terapii jest też wskazanie mechanizmów powstałych w dzieciństwie i wciąż funkcjonujących, podpowiedzenie Dorosłemu Dziecku Alkoholika, jak zostać Dorosłym Panem Samego Siebie, czym zastąpić zakorzenione od lat odruchy i na jakich podstawach oprzeć swoją



PRAWNIKON

egzystencję. Trudno to zrobić samodzielnie, dlatego dla wielu DDA terapia jest wybawieniem, początkiem spokojnego, lepszego życia.

Warto też zaznaczyć, że alkohol jako substancja nie ma w kontekście syndromu DDA żadnej szczególnej, złowieszczej mocy i nie ciec jak taka sprawia, że dziecko wyrasta na nieradzącego sobie z życiem dorosłego. To dysfunkcja rodziny, którą może spowodować alkohol, ale także narkotyki, przemoc fizyczna czy przynależność do sekty, wychowuje Dorosłe Dzieci z Problemami.

Bibliografia

<https://www.prawo.pl/prawo/wladza-rodzicielska-nie-dla-uzaleznionego-rodzica,454109.html>

<https://stopuzaleznieniom.pl/artykuly/moj-bliski-ma-problem/ojciec-alkoholik-czyli-jak-alkoholizm-rodzica-wplywa-na-rozwoj-dziecka-wyniki-badan/>

<https://stopuzaleznieniom.pl/artykuly/moj-bliski-ma-problem/corki-alkoholików-ich-samoocena-i-poczucie-kontroli/>

<https://psychologia.edu.pl/czytelnia/50-artykuly/920-dzieci-w-rodzinie-z-problemem-alkoholowym.html>

<https://www.wieciestem.us.edu.pl/funkcjonowanie-psychoemocjonalne-dziecka-w-rodzinie-alkoholowej-i-jego-konsekwencje-w-zyciu-doroslym>

<https://www.medonet.pl/ciaza-i-dziecko/choroby-dzieciece,dda--dorosle-dzieci-alkoholików----objawy--terapia--skutki,artykul,1637861.html>

