

Katarzyna ZALAS

System wartości dorosłych dzieci alkoholików

1. Alkoholizm jako zjawisko społeczne

Jednym z głównych i najbardziej powszechnych problemów, jakie występują we współczesnej cywilizacji, jest alkoholizm, czyli uzależnienie od substancji alkoholowych, polegające na ich spożywaniu w nadmiernych ilościach. Światowa Organizacja Zdrowia w efekcie wielu przeobrażeń wskazała na definicję alkoholizmu, która określa, że

uzależnienie od alkoholu to stan psychiczny i fizyczny wynikający ze współdziałania żywego organizmu i alkoholu. Stan ten charakteryzuje się zmianami w zachowaniu i innymi następstwami, w tym także przymusem (trudną do odparcia chęcią) ciągłego lub okresowego używania alkoholu po to, aby doświadczyć psychicznych efektów jego działania lub aby uniknąć objawów wynikających z jego braku, takich jak złe samopoczucie (dyskomfort). Zmiana tolerancji może, ale nie musi towarzyszyć temu zjawisku. Człowiek może uzależnić się równolegle od alkoholu i innych środków (spożywanych, wdychanych czy przyjmowanych w formie iniekcji)¹.

Długotrwałe i systematyczne przyjmowanie tychże substancji w ilościach przekraczających bezpieczną dawkę powoduje u osoby uzależnionej konsekwencje zarówno natury fizycznej, jak i psychicznej. Dlatego konieczne jest wskazanie na istotę choroby alkoholowej, którą scharakteryzował J. Mellibruda, pisząc:

Uzależnienie od alkoholu, czyli alkoholizm jest chorobą, która zaczyna się i rozwija podstępnie, bez świadomości zainteresowanej osoby. Polega na niekontrolowanym piciu napojów alkoholowych i może doprowadzić do przedwczesnej śmierci².

¹ B.T. Woronowicz, *Na zdrowie! Jak poradzić sobie z uzależnieniem od alkoholu*, Warszawa 2008, s. 102.

² J. Mellibruda, *Tajemnice ETOH, czyli alkohol i nasze życie*, Warszawa 1996, s. 31.

Częste przyjmowanie substancji alkoholowych prowadzi bowiem do zaburzeń metabolizmu oraz powoduje uszkodzenia w większości układów i narządów człowieka. W niektórych przypadkach szkody te mają charakter nieodwracalny, prowadząc jednocześnie do trwałego kalectwa, zaś w skrajnych przypadkach kończą się śmiercią. Nie bez znaczenia pozostają również konsekwencje natury psychicznej, przejawiające się najczęściej w chorobach psychicznych, z których najczęstsze to omamy i halucynacje będące na tyle niebezpieczne, że doprowadzić mogą do śmierci uzależnionego człowieka. Oprócz konsekwencji fizycznych i psychicznych pojawiają się również szkody społeczne, przejawiające się jako naturalny skutek zatracenia przez osobę pijącą umiejętności kontrolowania ilości wypijanego alkoholu, zatem pojawia się upośledzenie w zakresie funkcjonowania człowieka w społeczeństwie. Wobec tego zanikają kontakty społeczne, więzi rodzinne, następuje zastąpienie dotychczasowych znajomych ludźmi przypadkowo poznanymi, którzy stają się jedynie kompanami do picia, niewyrażającymi dezaprobaty dla systematycznego picia. Uzależniony, który zatracił umiejętność sprawnego funkcjonowania w społeczeństwie, pozbył się pracy, a tym samym źródła dochodów i utrzymania, zatracając tym samym dotychczasowy cel i sens życia, jakim była praca i utrzymanie rodziny. W takiej sytuacji głównym zajęciem uzależnionego staje się wyszukiwanie nowych okazji do picia, towarzystwa, które wyraża ciągłą aprobatę, oraz środków finansowych pozwalających na zdobycie substancji alkoholowych. Wskazując na negatywne konsekwencje uzależnienia od alkoholu, najwięcej uwagi poświęcić należy wpływowi, jaki wywiera on na funkcjonowanie systemu rodzinnego, który zostaje zachwiany na skutek całkowitej zmiany dotychczasowego stylu życia.

2. Alkoholizm jako problem całej rodziny

Obecnie powszechna jest opinia, iż alkoholizm jest chorobą, która dotyczy całej rodziny, a nie tylko osoby pijącej. Pogląd ten skrytykował się na podstawie obserwacji funkcjonowania rodzin, w których wystąpił problem nadużywania alkoholu, oraz zakwalifikowania ich jako rodziny dysfunkcjonalne. Istotę tejże dysfunkcjonalności wyjaśnił B.T. Woronowicz, który napisał, że

Jest to taka rodzina, w której nie jest możliwy stały i indywidualny rozwój jej członków, która zamknięta jest na kontakty z otoczeniem, relacje pomiędzy członkami nie opierają się w niej na zasadach względnej chociaż szczerości i wzajemności, a role i normy nie są w miarę wyrażnie określone oraz zaakceptowane przez poszczególnych jej członków³.

Zaburzenia i nieprawidłowości oraz wszelkie zmiany, które powstały w systemie rodzinnym na skutek wystąpienia w nim uzależnienia od alkoholu, określa się mianem współuzależnienia. Zjawisko to, zdaniem autora, dotyczy nie tylko

³ B.T. Woronowicz, *Alkoholizm jako choroba*, Warszawa 1996, s. 57.

uzależnienia od substancji alkoholowych, lecz również innych rodzajów uzależnienia i polega przede wszystkim na

przystosowaniu się do nieprawidłowego układu relacji międzyludzkich, która umożliwia zachowanie dotychczasowego układu a jednocześnie odbiera szansę na jego zmianę. Cechą charakteryzującą osoby współuzależnione jest przekonanie o swojej zdolności do wywierania znaczącego wpływu na drugiego człowieka, pomimo powtarzających się niepowodzeń i cierpień z tym związanych⁴.

Choroba alkoholowa obciąża nie tylko osobę, która jest uzależniona od alkoholu, ale też wszystkie osoby znajdujące się w najbliższym otoczeniu alkoholika. Jak stwierdził A. Margasiński, jest to

obciążenie wielopłaszczyznowe, obejmujące sferę uczuć, myślenia, zachowania. Ze swoistym piętnem, jakim jest alkoholizm w rodzinie, muszą zmagać się wszyscy jego członkowie⁵.

Mając na uwadze wszelkie formy „zniewolenia” zarówno fizycznego, jak i psychicznego, jakie niesie z sobą współuzależnienie, opracowano szereg kryteriów świadczących o wystąpieniu tego syndromu, analogicznie do kryteriów choroby alkoholowej. Zdaniem autora, dla członków rodziny, w której występuje problem nadużywania alkoholu, funkcjonowanie nieodzownie wiąże się z doświadczaniem chronicznego stresu, uczucia niepewności, chaosu i osamotnienia. Osoby, które żyją w najbliższym otoczeniu alkoholika, przeżywają ciągłą zmianę nastrojów i emocji, co sprawia, że stopniowo tracą oni nad nimi kontrolę⁶.

3. Dzieci z rodzin dotkniętych alkoholizmem

Sytuacja, w której następuje przymus życia według określonych norm i wartości, jakie kreuje rodzina z problemem alkoholowym, jest szczególnie niekorzystna dla dzieci, które w tejże rodzinie dorastają i wychowują się. Konieczność dostosowania się do reguł, jakie panują w tej rodzinie, powoduje zmianę zachowań, reagowania oraz podejmowanych działań nie tylko w okresie, kiedy rodzic – alkoholik pije, ale również wtedy, gdy dzieci opuszczają dom rodzinny i rozpoczynają życie na własną rękę, stają się niezależne. Zjawisko, powstające na skutek życia i funkcjonowania z uzależnionym rodzicem, określa się mianem syndromu dorosłych dzieci alkoholików (DDA).

Wyodrębnianie się grup dorosłych dzieci alkoholików rozpoczęło się na przełomie 1976/1977 roku, kiedy w Kalifornii (USA) grupa kilku młodych osób uczestniczących w spotkaniach Alateen, które przestały już być „nastolatkami”,

⁴ Tamże, s. 59.

⁵ A. Margasiński, *Analiza psychologiczna systemów rodzinnych z chorobą alkoholową*, Częstochowa 1996, s. 52.

⁶ Tamże, s. 32.

zaczęła odwiedzać spotkania grup Alanon. W niedługim czasie zauważyli jednak, że ich problemy odbiegają od tych, które posiadają pozostali uczestnicy spotkań, wobec czego utworzyli oni nową grupę o nazwie „Nadzieja dla Dorosłych Dzieci Alkoholików”. Nieco później powstała druga grupa o nazwie „Pokolenie”. W 1978 lub 1979 roku dokonano adaptacji Programu Dwunastu Kroków zapożyczonego od Wspólnoty Anonimowych Alkoholików i w ten sposób powstała Wspólnota Dorosłych Dzieci Alkoholików, która na koniec lat 90. liczyła ok. 1500 grup. W 1979 roku, dzięki opublikowanym w „Newsweeku” artykułom Claudii Black, Stefanii Brown i Sharon Wegscheider, problemy dorosłych dzieci alkoholików ujrzały światło dzienne oraz wzbudziły zainteresowanie profesjonalnych terapeutów. Autorki zwracały uwagę na fakt, iż posiadanie w rodzinie osoby uzależnionej od alkoholu i zamieszkiwanie z nią odciska trwałe piętno na późniejszym funkcjonowaniu emocjonalnym i społecznym.

Grupy samopomocowe Dorosłych Dzieci Alkoholików oraz profesjonalne programy terapeutyczne dla DDA zaczęły powstawać na terenie Polski w drugiej połowie lat 80. mają także swoje strony internetowe: www.dda.pl oraz www.dda.rosa.org.pl⁷.

Wyjaśnienia definicji syndromu dorosłych dzieci alkoholików dokonała Z. Sobolewska, która określiła je jako

zespół utrwalonych osobowościowych schematów (poznawczych, emocjonalnych, behawioralnych i interpersonalnych) funkcjonowania psychospołecznego, powstałych w dzieciństwie w rodzinie alkoholowej, które utrudniają osobie adekwatny, bezpośredni kontakt z teraźniejszością i powodują psychologiczne zamknięcie się w traumatycznej przeszłości. Powoduje to przeżywanie i interpretowanie aktualnych wydarzeń i relacji przez pryzmat bolesnych doświadczeń z dzieciństwa, lecz zniekształcenia te nie są przez DDA uświadamiane. Schematy te są jednocześnie destrukcyjne i powodują wiele zaburzeń w kontakcie z samym sobą oraz z innymi osobami, szczególnie z tymi, z którymi DDA jest w bliskich związkach⁸.

Wychowywanie się w rodzinie z problemem alkoholowym niesie za sobą szereg negatywnych konsekwencji, z którymi dzieci często nie mogą samodzielnie uporać się, nawet po opuszczeniu domu rodzinnego, ponieważ wyeliminowanie patologicznych wzorców zachowań jest niezwykle czasochłonne i trudne. W wyniku konieczności wskazania na różnice w funkcjonowaniu dzieci z rodzin funkcjonujących w sposób prawidłowy oraz dzieci pochodzących z rodzin alkoholowych B. E. Robinson i J.L. Rhoden napisali:

Każde dziecko doświadcza uczuć strachu, gniewu, niepewności, winy i zakłopotania, i wstydu. Jednak dzieci alkoholików przeżywają te uczucia z głębokością, intensywnością i częstością niespotykaną u większości ich rówieśników. Fakt istnienia alkoholizmu

⁷ B.T. Woronowicz, *Na zdrowie!...*, s. 215–216.

⁸ [http://www.parpa.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=356&Itemid=11\(26.10.2009\)](http://www.parpa.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=356&Itemid=11(26.10.2009)).

w rodzinie kształtuje ich uczuciowość, osobowość i zachowanie bardziej niż cokolwiek innego⁹.

Wychowywanie się i wzrastanie w rodzinie, w której wystąpił problem uzależnienia od alkoholu, spowodowało, że wyodrębnieniu uległo szereg cech charakterystycznych dla tej grupy. Cechuje je między innymi ciągle zastanawianie się, co jest normalne, a co od normy odbiega, a to z kolei skutkuje brakiem układu odniesienia w rzeczywistości i nieumiejętnością samodzielnego kierowania swoim życiem w sposób prawidłowy. Jednocześnie osoby te mają trudności z doprowadzeniem zamierzonych działań do końca, ponieważ w dzieciństwie, w którym dominował problem alkoholowy, nie nauczono ich planowania i konsekwentnego realizowania zadań do końca. Kolejną cechą jest częste kłamanie, nawet wtedy, gdy sytuacja pozwala na szczerość i prawdę. Wywodzi się to z wygody, której dzieci alkoholików nauczyły się w dzieciństwie, a która bierze, niestety, górę nad wartościami takimi, jak prawdomówność i szczerość. Bardzo istotną cechą jest surowe ocenianie własnej osoby, które prowadzi do zatracania się dorosłych dzieci alkoholików w błędnym kole samokrytyki. Łączy się to nierozrwalnie z traktowaniem siebie zbyt poważnie i nieumiejętnością zrelaksowania się i zabawy. Znacznym utrudnieniem w dorosłym życiu dzieci alkoholików są problemy w nawiązywaniu bliskich kontaktów, czego przyczyną może być stale towarzyszące poczucie odmienności od innych ludzi. Ponadto u innych osób dzieci alkoholików stale szukają potwierdzenia i uznania, gdyż z domu rodzinnego nie wyniosły one wiary w istnienie bezinteresownej miłości czy dobroci. Kontakty z otoczeniem są utrudnione również przez nadmierne kontrolowanie siebie i innych ludzi, któremu często towarzyszy sztywność i brak spontaniczności, co z kolei ma swoje odbicie w byciu zbyt odpowiedzialnym na co dzień. Z drugiej jednak strony niektóre z dzieci alkoholików mogą obrać inny kierunek i sposób bycia, rezygnując całkowicie z poczucia odpowiedzialności, co prowadzi do częstego ulegania impulsom¹⁰. Większość z dzieci alkoholików utrzymuje w tajemnicy fakt nadużywania alkoholu przez rodziców, ponieważ wstydzą się i mają poczucie bycia gorszym. Za wszelką cenę starają się zachować dobre imię rodziny, jednocześnie boją się i cierpią na zaburzenia emocjonalne, związane z lękiem. Dzieci alkoholików nie mówią o swoich uczuciach, tłumią je i ukrywają, co prowadzi do ciągłego odczuwania samotności i bezradności wobec zaistniałych problemów. Chroniczny stres, z którym nie umieją sobie samodzielnie poradzić, doprowadza do zapadania na różne choroby, gdyż organizm jest wyczerpany ciągłą walką ze stanem poddenerwowania¹¹. Istotny jest również fakt wspomniany przez B.T. Woronowicza, według którego dzieci alkoholików bardzo często nawiązują bliskie kontakty i wchodzą w związki z oso-

⁹ B.E. Robinson, J.L. Rhoden, *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*, Warszawa 2005, s. 77.

¹⁰ J.G. Woititz, *Dorośle dzieci alkoholików*, Warszawa 1992, s. 8.

¹¹ J. Mellibruda, dz. cyt., s. 38–39.

bami, które są uzależnione od alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych. Przy czym obawa przed samotnością jest na tyle silna, iż osoby te zrobią wiele, by nie dopuścić do rozpadu tego związku. Autor napisał ponadto, że

synowie ojców alkoholików są czterokrotnie bardziej narażeni na alkoholizm niż inni, a córki matek alkoholiczek trzykrotnie częściej stają się alkoholiczkami niż inne oraz znacznie częściej wychodzą za mąż za alkoholików¹².

Funkcjonowanie dzieci w systemie rodzinnym, w którym wystąpił problem alkoholowy, jest możliwe dzięki przyjmowaniu przez nie określonych, charakterystycznych ról. Wybór roli dokonywany przez dziecko uzależniony jest od kilku okoliczności, do których zalicza się między innymi naturalne dyspozycje dziecka, postawy, jakie są reprezentowane przez dorosłych, przejawiające się we wsparciu bądź zupełnie przeciwnie – zmuszaniu do pełnienia wybranej, określonej roli. Możliwe jest, że dziecko swoim zachowaniem reprezentuje kilka ról jednocześnie, zaś w innych przypadkach wykazuje jedynie niektóre cechy danej roli. Jednakże, każdy z tych sposobów radzenia sobie z problemem niesie za sobą lęk, chroniczny stres, huśtawkę emocjonalną i wymaga od dziecka bycia bardziej dojrzałym i odpowiedzialnym, aniżeli wymaga tego wiek¹³. Wśród ról pełnionych przez dzieci wychowujące się w rodzinie z problemem alkoholowym najstarszym z nich przypada w większości przypadków rola bohatera rodzinnego, który usilnie stara się naprawić istniejącą, trudną dla wszystkich członków rodziny sytuację. Jednocześnie jego zadanie polega na udowadnianiu całemu otoczeniu, że sytuacja w domu jest w jak najlepszym porządku, oraz dostarczaniu poszczególnym członkom rodziny poczucia wartości. Rola ta wymaga od dziecka zachowania, które okazuje się być ponad jego siły, wskutek czego obniżeniu ulega jego samoocena. Dzieci przyjmujące rolę bohatera rodzinnego rozpoznąć można po nadmiernie rozwiniętym poczuciu odpowiedzialności, silnej potrzebie wykazania się oraz perfekcjonizmie w każdym podejmowanym działaniu. Dzieci te nie potrafią odnaleźć się w zabawie, nie poświęcają czasu na relaks i odpoczynek i zbyt szybko stają się tzw. dorosłym dziećmi. Cała ich uwaga niezmiennie poświęcana jest problemom, którymi w normalnie funkcjonującej rodzinie zajmują się dorośli, tzn. bohater martwi się pijącym rodzicem czy sytuacją w domu, podczas gdy jego rówieśnicy spędzają czas na zabawie, korzystając tym samym z uroków dzieciństwa. Rodzina z problemem alkoholowym często znajduje się w sytuacjach złości i frustracji, dlatego występuje w niej obiekt, na którym owe uczucia mogą zostać odreagowane – dzieci pełniące rolę kozła ofiarnego. Są to osoby, które pomimo starań nie mogą dotrzymać kroku bohaterowi rodzinnej, dlatego też stają się odzwierciedleniem rodzinnych kłopotów. Poza zasięgiem rodzinnych kłótni, awantur jest zawsze dziecko zagubione. Pozostaje ono na uboczu i tym samym nie sprawia kłopotów. Jednakże izolując się

¹² B.T. Woronowicz, *Na zdrowie!...*, s. 303–304.

¹³ I. Pospiszyl, *Patologie społeczne*, Warszawa 2008, s. 157.

od codziennej rzeczywistości, żyje w poczuciu ogromnej samotności i krzywdy. W rodzinie alkoholowej rolę tę pełni zazwyczaj dziecko średnie, które nie odnajduje swojego miejsca ani w domu rodzinnym, ani w szkole. Są to dzieci, których się nie dostrzega i nie pamięta, gdyż na co dzień nie wyróżniają się one niczym szczególnym. Zagubione dzieci nie okazują swoich uczuć, a wręcz przeciwnie – kryją je głęboko w sobie, by trudno było do nich dotrzeć. Bywają jednak przypadki, kiedy emocje są na tyle silne, że dochodzi do autodestrukcji, prób samobójczych czy odurzania się środkami psychoaktywnymi. W sytuacji napięć, których nie brakuje w rodzinie alkoholowej, istotną rolę odgrywa maskotka, która odwraca uwagę od aktualnego problemu poprzez przymilanie się i błaznowanie. Jego zadanie sprowadza się do tego, by ulżyć rodzinie w trudnej sytuacji za pomocą dobrego humoru i żartów. Maskotkami najczęściej bywają dzieci najmłodsze w rodzinie, które traktują bardzo lekko trudne sytuacje i dokładają wszelkich starań, by nastrój był jak najbardziej pozytywny, a cała rodzina była zadowolona, a wręcz szczęśliwa¹⁴. Oprócz bohatera rodzinnego, kozła ofiarnego, zagubionego dziecka oraz maskotki wskazuje się również na rolę oskarżyciela, wybawcy, gołębia, jak również pośrednika. Osoba, której głównym zadaniem jest czynienie nieustannych pretensji alkoholikowi i wypominanie mu jego zachowania i postawy wobec rodziny i pracy – pełni rolę oskarżyciela. Jego zupełnym przeciwieństwem jest wybawca, który dokłada wszelkich starań, aby wybawić osobę pijącą z trudnej sytuacji, a całą jego energia i uwaga skupiona jest na ratowaniu alkoholika z opresji i przed negatywnymi konsekwencjami nadużywania alkoholu. Wszelkich udogodnień dostarcza alkoholikowi osoba, która pełni rolę gołębia. Jego zadaniem jest zorganizowanie funduszy na alkohol, dbanie o potrzeby alkoholika i redukovanie skutków picia alkoholu do minimum. Podobną rolę pełni także pośrednik, który alkoholikowi organizuje picie i kieruje jego przebiegiem¹⁵. Zaznacza się, że role, które przyjmowane są przez dzieci wychowujące się w rodzinie z problemem alkoholowym, mogą być pełnione także przez innych członków rodziny alkoholowej. Jednakże, zdaniem A. Margasińskiego, są one szczególnie destrukcyjne dla dzieci, ponieważ stanowią przeszkodę w prawidłowym rozwoju tożsamości, obciążając je tym samym stereotypowymi zachowaniami na całe życie¹⁶.

Dzieci, które wzrastają w rodzinie alkoholowej, zmuszone są do zaadaptowania się do powstałej wskutek uzależnienia nowej, trudnej dla nich sytuacji. Wobec tego przyswajają sobie zasady funkcjonowania zarówno w systemie rodzinnym, jak i poza nim, które są dla nich niekorzystne oraz nie powinny mieć miejsca w okresie dzieciństwa, kiedy kształtują się relacje międzyludzkie oraz formują zasady funkcjonowania psychospołecznego. Na podstawie obserwacji jakości życia w rodzinach z problemem alkoholowym B.T. Woronowicz wyod-

¹⁴ B.E. Robinson, J.L. Rutzky, dz. cyt., s. 55–63.

¹⁵ I. Niewiadomska, M. Sikorska-Głodowicz, *Alkohol*, Lublin 2004, s. 104–105.

¹⁶ A. Margasiński, dz. cyt., s. 47.

rębnął trzy główne zasady, stanowiące jednocześnie wyznaczniki zachowań dzieci. Pierwszą jest zasada „nie mów”, której głównym założeniem jest zachowanie milczenia na temat wszelkich problemów, jakie mają miejsce w domu rodzinnym i które zaburzają prawidłowe funkcjonowanie tejże rodziny. Milczenie obowiązuje zarówno w kwestiach uzależnienia od alkoholu i wszelkich jego konsekwencji natury zdrowotnej, społecznej czy materialno-finansowej, jak również wszelkich nadużyć stosowanych wobec dzieci czy innych członków rodziny. Drugim prawidłem, na którym opiera się dziecko w rodzinie alkoholowej, jest zasada „nie ufaj”. Według niej nie należy obdarzać zaufaniem członków własnej rodziny, a tym bardziej ludzi, którzy są obcy, w przeciwnym razie bowiem może doprowadzić to do doznania przez nich krzywdy. Konsekwencją wychowywania się w oparciu o tę zasadę i dostosowywania do niej sposobu swojego myślenia jest całkowity brak poczucia bezpieczeństwa, nie tylko w okresie dzieciństwa, lecz również w okresie dorosłości. Trzecia wyróżniona przez autora zasada nakazuje „nie odczuwać”, a oznacza to konieczność bycia „twardym” i silnym w każdej sytuacji oraz niezwracanie uwagi na własne odczucia i emocje, jakie towarzyszą poszczególnym sytuacjom trudnym, mającym miejsce w rodzinie z uzależnieniem alkoholowym¹⁷. Zasady, do których stosują się dzieci wzrastające w rodzinie borykającej się z problemem alkoholowym, nie powinny mieć miejsca w okresie dzieciństwa, definiowanego z reguły jako czas beztraski, w którym dziecko uczy się funkcjonowania społecznego. Uznając powyższe zasady jako swoje, młody człowiek bowiem uczy się, że brak uczuć, niewypowiadanie się na temat swoich problemów oraz nieufność wobec rodziny, innych osób oraz otaczającego świata, jest jedynym sposobem na radzenie sobie z sytuacjami trudnymi, w których osoba ta może się potencjalnie znaleźć.

4. System wartości dorosłych dzieci alkoholików

Niezwyczajnie ważne z punktu widzenia poznania istoty syndromu dorosłych dzieci alkoholików jest wskazanie wartości, jakimi osoby te kierują się w dorosłym już życiu. H. Misiewicz stwierdziła, że zagadnienie wartości jest ważne w szczególności z uwagi na fakt, iż stanowią one o konkretnych zachowaniach człowieka, o stosunku, jaki posiada on do siebie samego oraz do innych ludzi, jak również o celach, do których dąży się poprzez konkretne działania¹⁸. Według *Uniwersalnego słownika języka polskiego* definicję terminu wartość określa się jako: „zestaw cech uznawanych za dobre, będących wzorem postępowania, godnych urzeczywistnienia”¹⁹. Na tej podstawie istnieje możliwość poznania konkretnych zachowań, stawianych sobie celów oraz relacji międzyludzkich, które

¹⁷ B.T. Woronowicz, *Na zdrowie!...*, s. 302.

¹⁸ H. Misiewicz, *Poczucie własnej wartości u młodzieży*, Warszawa 1983, s. 5.

¹⁹ *Uniwersalny słownik języka polskiego*, red. S. Dubisz, Warszawa 2003, s. 29–30.

są charakterystyczne dla dorosłych dzieci alkoholików. Rozważania na temat wartości uzupełnić należy również pojęciem systemu wartości, który należy rozumieć jako „zbiór wartości oraz określony typ powiązań między nimi. Zainteresowanie typem powiązań między wartościami wchodzącymi w skład określonego systemu to zainteresowanie strukturą tego systemu”²⁰. Uzupełnienia tejże definicji dokonał J. Lipiec, który zaznaczył, że mając na uwadze system wartości, zawsze chodzi o układ wzajemnie powiązanych z sobą wartości, stanowiących spójną i klarowną całość²¹. Wieloaspektowe zinterpretowanie terminu wartości pozwala na ich ustalenie i poznanie, które przebiegać może za pomocą badań opartych o wypowiedzi badanych lub innych dodatkowych zabiegów metodologicznych.

Badania mające na celu określenie systemu wartości dorosłych dzieci alkoholików zostały przeprowadzone w maju 2009 roku, a obejmowały osoby, które uczęszczały na terapię dla dorosłych dzieci alkoholików w Ośrodku Terapii Uzależnień i Współzależnień przy ul. Barlickiego 2 oraz na otwartą grupę wsparcia dla dzieci alkoholików w Poradni Uzależnienia i Współzależnienia od Alkoholu przy ulicy Ogrodowej 66. Obie placówki mieszczą się na terenie miasta Częstochowy. Badanie zostało podzielone na poszczególne bloki tematyczne, które pozwoliły na scharakteryzowanie społeczno-demograficznego obrazu dorosłych dzieci alkoholików objętych badaniem, relacji panujących w rodzinie z problemem alkoholowym, funkcjonowania społecznego dzieci alkoholików, ich samooceny oraz systemu preferowanych przez nich wartości.

A. Społeczno-demograficzny obraz badanej grupy

Mając na uwadze społeczno-demograficzny obraz badanej grupy, należy zaznaczyć, że w badaniu, które zostało przeprowadzone metodą sondażu diagnostycznego, wzięło udział czterdzieści osób w przedziale wiekowym między 17 a 30 rokiem życia. W dobranej losowo grupie badawczej wzięło udział 28 kobiet, oraz 12 mężczyzn, na podstawie czego można wysunąć wniosek, iż chętniej na grupę wsparcia oraz terapię dla dorosłych dzieci alkoholików uczęszczają kobiety.

W kwestii stanu cywilnego wśród respondentów objętych badaniem najliczniejszą grupę stanowią osoby, które nie zawarły jeszcze związku małżeńskiego. Grupa ta liczy 21 osób, a więc zdecydowaną większość. 5 osób spośród ankietowanych zadeklarowało, że aktualnie jest w związku małżeńskim, a tylko jedna osoba objęta badaniem wskazała, iż jest po rozwodzie.

Mając na uwadze stopień wykształcenia, zdecydowana większość z dorosłych dzieci alkoholików objętych badaniem, bo aż 20 osób, określa swoje wy-

²⁰ M. Misztal, *Elementy systemu wartości współczesnego społeczeństwa polskiego*, Warszawa 1990, s. 16.

²¹ J. Lipiec, *U podstaw systemu wartości*, [w:] *Ontologia wartości*, red. J. Lipiec, Lublin 1990, s. 34–35.

kształcenie jako średnie, zaś wyższy poziom wykształcenia deklaruje co czwarta badana osoba. Nieco mniej osób wykazuje, iż ich wykształcenie ukończone zostało na poziomie zawodowym, natomiast tylko jedna osoba określa swoje wykształcenie jako podstawowe.

Badanie objęło również kwestię praktyki religijnej, a jego wyniki dowodzą, że większość dorosłych dzieci alkoholików określa siebie jako osoby wierzące, jednakże dzielą się oni na wierzących praktykujących i niepraktykujących. Z przeprowadzonych badań wynika, iż 69% z grupy dzieci alkoholików objętych badaniem określa siebie jako osobę wierzącą i jednocześnie praktykującą, zaś 18% określiło siebie jako osoby wierzące, lecz niepraktykujące. 13% badanej próby deklaruje, że nie jest osobą wierzącą, co oznacza jednocześnie, iż jest to grupa najmniej liczna. Z. Sobolewska w oparciu o wieloletnią pracę terapeutyczną z dorosłymi dziećmi alkoholików napisała, że najczęstszym problemem jej podopiecznych jest „trudność z przyjęciem koncepcji kochającego i opiekującego się Boga Ojca”²², jednak należy zaznaczyć, iż pytanie to nie odnosiło się jedynie do praktyki chrześcijańskiej, lecz uwzględniało również inne wyznania, zgodnie z trzecim krokiem programu terapeutycznego stworzonego dla dorosłych dzieci alkoholików, w którym napisane jest: „Postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, jakkolwiek pojmujemy Boga”²³.

Istotne z punktu widzenia poznania systemu wartości dzieci wychowujących się w rodzinach alkoholowych było określenie, czy korzystają one z organizowanych dla nich form pomocy, do których zalicza się terapię dla dorosłych dzieci alkoholików oraz grupy wsparcia. Wyniki przeprowadzonych badań wskazały, że najbardziej liczną grupę spośród dzieci alkoholików objętych badaniem stanowią osoby, które obecnie uczestniczą w terapii dla dorosłych dzieci alkoholików oraz spotykają się na grupach wsparcia organizowanych w ośrodkach terapii uzależnień. Grupa ta liczy 21 osób, a więc uczestnictwo w terapii deklaruje co drugi ankietowany. Nieco mniej respondentów przyznaje, iż obecnie nie jest uczestnikiem terapii, jednak w najbliższym czasie zamierza ją rozpocząć. Taką deklarację potwierdza 23% osób podlegających badaniu. 20% populacji badawczej przyznaje, że obecnie nie uczestniczy ani nie zamierza uczestniczyć w terapii dla dorosłych dzieci alkoholików. Najmniej liczną grupę stanowią te z dzieci alkoholików, które zadeklarowały, że skończyły już terapię dla dzieci alkoholików. Jak wskazała Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, w Polsce żyją prawie 4 miliony dzieci, które posiadają rodziców mających problem z alkoholem, oraz 1,5 miliona dzieci alkoholików, zaś dorosłe dzieci alkoholików stanowią ok. 40% dorosłej populacji Polaków²⁴.

²² Z. Sobolewska, *Odebrane dzieciństwo*, Warszawa 1992, s. 29.

²³ http://www.dda.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=22&Itemid=46 (26.10.2009).

²⁴ T. Zbyrad, *Dorosłe dzieci alkoholików, wspomnienia o rodzinie z okresu dzieciństwa*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze” 2009, nr 3, s. 46.

B. Relacje w rodzinie z problemem alkoholowym

Alkoholizm, jak już wspomniano, jest chorobą, która dotyka nie tylko osobę uzależnionego, ale cały system rodzinny. M. Kucińska słusznie zauważyła, że „wychowanie w rodzinie wpływa na to, jak traktujemy samych siebie, czego spodziewamy się od innych i jakimi sposobami osiągamy własne cele”²⁵. Dlatego właśnie uznano, iż dla określenia systemu wartości preferowanych przez dorosłe dzieci alkoholików niezbędne wydaje się być poznanie relacji, jakie łączą ich z rodzicami.

W większości przypadków, jak wykazały badania, problem uzależnienia od alkoholu w rodzinie dotykał ojców, dlatego właśnie 66% dzieci alkoholików objętych badaniem przyznało, że wychowywała się w rodzinie alkoholowej, gdzie problem uzależnienia dotknął ojca, zaś tylko w 28% przypadków przyczyną dysfunkcji w rodzinie był alkoholizm matki. Znaczna mniejszość, bo 6% osób objętych badaniem przyznało, że problem alkoholowy dotyczył zarówno ojca, jak i matki. Fakt, że w większości rodzin z problemem alkoholowym to ojciec nadużywał alkoholu, zdaje się być potwierdzeniem badań przeprowadzonych w 2003 roku w ramach projektu Kidscreen, które dotyczyły wpływu nadużywania alkoholu przez rodziców na jakość życia dzieci wychowujących się w tej rodzinie. Owo badanie zostało przeprowadzone za pomocą ankiety pocztowej i uwzględniło 1718 rodzin dzieci i młodzieży, które znajdowały się w przedziale wiekowym między 8 a 18 rokiem życia. Badanie to wykazało, że „odsetek matek nadużywających alkoholu jest znacznie mniejszy niż odsetek ojców, którzy piją nadmiernie”²⁶.

Istotną kwestią w ramach relacji, jakie występują w rodzinie mającej problem z nadużywaniem przez jej członków alkoholu, są spotkania dzieci z rodzicami. Przeprowadzone badania wykazały, iż częstotliwość tych spotkań jest niezwykle zróżnicowana, a fakt ten wynikać może z konieczności wspólnego zamieszkania i zależności finansowych dorosłych dzieci alkoholików nieposiadających stałego źródła utrzymania od rodziców nadużywających alkoholu. Na podstawie wyników badań stwierdzić można, że większość dorosłych dzieci alkoholików utrzymuje częsty kontakt ze swoimi rodzicami, przez co należy rozumieć, że spotykają się oni przynajmniej raz w tygodniu, a taką deklarację złożyło 39% osób objętych badaniem. Nieznacznie mniej dzieci alkoholików oznajmiło, iż ich kontakt z rodzicami jest raczej rzadki, co oznacza, że ma miejsce raz lub dwa razy w miesiącu, a grupa ta stanowi 38% badanych. Najmniej liczną zaś grupą, bo stanowiącą 23%, są te z dorosłych dzieci alkoholików, które nie utrzymują żadnych kontaktów ze swoimi rodzicami i nie są od nich w żaden sposób zależne.

²⁵ M. Kucińska, *Niszczyciele własnych marzeń*, „Charaktery” 2009, nr 4, s. 88.

²⁶ K. Kołodziejczyk, *Jakość życia dzieci z rodzin z problemem alkoholowym*, „Remedium” 2006, nr 6, s. 22.

Poruszając kwestię relacji, jakie panują w rodzinach borykających się z problemem uzależnienia od alkoholu, szczególną uwagę zwrócić należy na to, czy dorosłe dzieci alkoholików mogą liczyć na wsparcie i pomoc ze strony swoich rodziców, bowiem specyfika rodziny z problemem alkoholowym polega na tym, że dziecko rzadko może liczyć na rodzica, ponieważ – zdaniem M. Kucińskiej – albo jest czymś zajęty, albo go po prostu nie ma. Wtedy dziecko musi samotnie mierzyć się ze wszystkimi zagrożeniami, które budzą u niego lęk²⁷. Jednakże, jak zauważyła autorka, podczas sesji terapeutycznych dorosłe dzieci alkoholików nie mówią o porzuceniu, gdyż to kojarzy im się jedynie z porzuceniem na ulicy lub brakiem jedzenia. A jak wskazała autorka, poza zaniedbaniem fizycznym i pozostawianiem dzieci bez opieki dzieci alkoholików doświadczają także braku uwagi, wsparcia oraz bliskości emocjonalnej ze strony rodziców. Autorka napisała więc: „Dziecko pozostawione samo sobie ze swoimi potrzebami i emocjami, z sytuacjami, które je przerastają, czuje się niechciane, niepotrzebne, niekochane”²⁸. Na podstawie przeprowadzonych badań można wysunąć wniosek, iż dorosłe dzieci alkoholików w większości przypadków mogą liczyć na wsparcie i pomoc jedynie ze strony matki, ponieważ taką deklarację złożyło 62% badanych. Na pomoc ze strony ojca może liczyć ok. 13% osób objętych badaniem, zaś niewiele mniej zaznaczyło, że może skorzystać z pomocy zarówno ojca, jak i matki. Wyniki badań wskazują również, że o ile 15% wszystkich dzieci z rodzin alkoholowych nie może liczyć na żadną pomoc oraz wsparcie w trudnej sytuacji ze strony rodziców, o tyle zdecydowana większość, bo 75% taką pomoc uzyskuje.

Częstotliwość kontaktowania się z rodzicami oraz fakt uzyskiwania lub braku wsparcia i pomocy z ich strony w sytuacjach trudnych wpływa niewątpliwie na relacje, jakie łączą dorosłe dzieci alkoholików z ich rodzicami. Pojawienie się problemu uzależnienia od alkoholu wpływa niekorzystnie na jakość życia dzieci i młodzieży w wymiarze ich relacji z rodzicami, czego dowodzą wyniki badań przeprowadzonych w ramach projektu Kidscreen, według których alkoholizm wpłynął niekorzystnie na relację między rodzicem a dzieckiem, ponieważ

w sytuacjach konfliktowych dziecko często nie może znaleźć oparcia nawet w rodzicu niepijącym, w którym alkoholowe zachowania współmałżonka budzą nerwowość, napięcie i przygnębienie. Rodzic alkoholik jest często niekonsekwentny, niedostępny, nie zaspokaja emocjonalnych i fizycznych potrzeb dziecka²⁹.

Spośród dorosłych dzieci alkoholików objętych badaniem najbardziej liczną grupę stanowią ci, którzy swoje relacje z rodzicami określili jedynie jako przeciętne, stanowiąc jednocześnie niewiele mniej niż połowę wszystkich badanych. Co czwarte z dzieci zadeklarowało, że jego stosunki z rodzicami można określić

²⁷ M. Kucińska, *Pod ciężarem lęku*, „Charaktery” 2006, nr 10, s. 72.

²⁸ M. Kucińska, *Opuszczone dzieci*, „Charaktery” 2006, nr 9, s. 72.

²⁹ K. Kołodziejczyk, dz. cyt., s. 23.

jako obojętne, zaś 15% badanych przyznało, że relacje, jakie łączą ich z rodzicami, są złe. Najmniej liczną grupę dzieci z rodzin z problemem alkoholowym stanowią te, które określiły swoje relacje z rodzicami jako bardzo dobre, a więc niezakłócone przez uzależnienie od alkoholu któregoś z rodziców. Jednakże, na podstawie przytoczonych wyników badań, uznać można, iż w większości przypadków w rodzinach z problemem alkoholowym fakt uzależnienia wpływa na pogorszenie się jakości stosunków panujących między rodzicami a ich dziećmi.

W ramach funkcjonowania rodzinnego dorosłych dzieci alkoholików poruszono również kwestię poczucia bezpieczeństwa w ich domu rodzinnym. Czynnikiem, który determinuje odczuwanie bezpieczeństwa, zdaje się być wpływ alkoholizmu na cały system rodzinny, ponieważ – jak zauważyła M. Kucińska – rodziny, które borykają się z problemem uzależnienia, są różne, gdyż

w jednych dzieci mają dobrą sytuację materialną, chodzą do dobrych szkół i spędzają wakacje za granicą, w innych brakuje wszystkiego. W jednych na porządku dziennym i nocnym są awantury i krzyki, w innych nawet dzieci nie bardzo wiedzą, dlaczego ojciec znika z domu na wiele godzin albo czemu pomiędzy rodzicami są ciche dni³⁰.

W ramach przeprowadzonych badań zdecydowana większość, bo 62% ankietowanych, przyznała, że w domu rodzinnym nie czuła się bezpiecznie, czego przyczyną – zdaniem Z. Sobolewskiej – jest odczuwanie zagrożenia i napięcia w rodzinie oraz przemoc. Autorka stwierdziła:

Uczestnicy DDA podkreślali, że w ich rodzinach panowało napięcie i atmosfera zagrożenia, związane z groźbą wybuchu awantury pijackiej. Jako szczególnie niebezpieczne wspominali oni okresy świąt, które innym ludziom kojarzą się z atmosferą spokoju i radości³¹.

M. Kucińska dodała także, że do braku bezpieczeństwa w rodzinie alkoholowej dołączyć należy również brak spokoju oraz brak oparcia w rodzicach, a to wszystko stanowi niezaspokojenie podstawowych potrzeb emocjonalnych, które jest codziennością, jaką przeżywają dzieci w rodzinach z problemem alkoholowym³². Zaznaczyć należy, że wśród dorosłych dzieci alkoholików, które zostały objęte badaniem, są również osoby, dla których dom rodzinny stwarzał poczucie bezpieczeństwa, ponieważ taką deklarację złożyło 38% osób badanych.

C. Funkcjonowanie społeczne dorosłych dzieci alkoholików

Wychowywanie się w rodzinie, w której zaistniał problem uzależnienia od alkoholu, swoimi konsekwencjami sięga nie tylko w sferę relacji wewnątrzrodzinnych, ale swym zasięgiem obejmuje także sferę funkcjonowania społecznego. Największe zaś trudności dorosłe dzieci alkoholików wykazują w nawią-

³⁰ M. Kucińska, *Opuszczone...*, s. 72.

³¹ Z. Sobolewska, dz. cyt., s. 6.

³² M. Kucińska, *Placz za utraconym dzieciństwem*, „Charaktery” 2006, nr 11, s. 72.

zywaniu relacji międzyludzkich, ponieważ dom rodzinny nie stanowił podłoża do ich prawidłowego rozwoju, co potwierdziła K. Kołodziejczyk, która napisała:

Wychowanie w rodzinie alkoholowej nie zapewnia prawidłowego podłoża do rozwoju zdrowego modelu relacji międzyludzkich i jest przyczyną trudności w nawiązywaniu kontaktów z rówieśnikami. Zdaniem badaczy dzieci z rodzin alkoholowych poszukują akceptacji ze strony rówieśników, gdy brak im akceptacji ze strony rodziców. Z drugiej strony, ze strachu, że koledzy będą wyśmiewać się z pijanego rodzica, mogą same nie wykazywać inicjatywy w zawieraniu przyjaźni³³.

Wyniki przeprowadzonych badań zdają się potwierdzać założenie, według którego dorosłe dzieci alkoholików mają trudności w nawiązywaniu kontaktów międzyludzkich, ponieważ 60% całej populacji deklaruje, że w sferze nawiązywania kontaktów mają one zdecydowane problemy. Jednakże zaznaczyć należy, iż 40% osób objętych badaniem przyznaje z kolei, że wchodzenie w nowe relacje nie stanowi dla nich problemu i wykazują się łatwością w nawiązywaniu nowych kontaktów. O ile 40% ankietowanych deklaruje, iż nie ma większych trudności w nawiązywaniu nowych znajomości, o tyle aż 57% przyznaje, że relacje, jakie ich łączą ze znajomymi, są jedynie zadowalające. Jedynie 18% osób objętych badaniem wskazało, iż łączą ich ze znajomymi bardzo dobre stosunki, na podstawie czego można wysunąć wniosek, iż nawet osoby, które nie posiadają większych trudności w nawiązywaniu nowych znajomości, deklarują, iż relacje te przebiegają na poziomie jedynie zadowalającym, nie zaś bardzo dobrym.

Funkcjonowanie w rodzinie alkoholowej nie pozwala dorosłym dzieciom alkoholików na rozwinięcie w pełni uczuć i emocji, szczególne zaś zaburzenie zauważyć można w umiejętności obdarzenia innego człowieka zaufaniem. Przyczyną tego stanu rzeczy jest niewątpliwie stosowanie się do zasad panujących w systemie rodzinnym z chorobą alkoholową, w szczególności zaś do zasady „nie ufaj”, według której zaufanie rodzicowi bądź innemu człowiekowi niesie za sobą ryzyko bycia zranionym i doznania krzywdy. Z czasem zasada ta z systemu rodzinnego przenika na sferę kontaktów z innymi ludźmi. Wyniki przeprowadzonych badań potwierdzają założenie, z którego wynika, że większość dorosłych dzieci alkoholików ma trudności z obdarzeniem zaufaniem drugiego człowieka. Taką deklarację złożyło 67% osób, które zostały objęte badaniem, a M. Kucińska napisała ponadto, że

Dzieci z rodzin alkoholowych często nie potrafią zaufać ludziom, a jednocześnie nie wierzą, że są w stanie poradzić sobie same. Wyobrażają sobie wtedy świat jako dżunglę, w której mogą przetrwać tylko najsilniejsi, nie liczący się z nikim i niczym. Wyrastają z nich dorośli walczący o przetrwanie³⁴.

Jednakże, w rodzinach z problemem alkoholowym wychowane zostały również dzieci, które w przyszłości nie przejawiają trudności w zakresie obdarzenia

³³ K. Kołodziejczyk, dz. cyt., s. 23

³⁴ M. Kucińska, *Pod ciężarem...*, s. 72.

innych ludzi zaufaniem. Z przeprowadzonych badań wynika, że 33% dorosłych dzieci alkoholików nie zadeklarowało problemów z zaufaniem swoim znajomym.

W ramach niniejszego badania podjęto również tematykę funkcjonowania społecznego dorosłych dzieci alkoholików w zakresie życia zawodowego. Podjęto tym samym kwestie towarzyszące uzyskiwaniu zatrudnienia, a więc łatwości w znalezieniu pracy oraz poczucia zadowolenia z wykonywanej przez nich pracy. Z przeprowadzonych badań wynika, iż w większości przypadków, bo w 60%, podczas ubiegania się o przyjęcie do pracy wystąpiło wiele trudności, a zatem uzyskanie zatrudnienia sprawiło dorosłym dzieciom alkoholików kłopot. Jedynie 15% osób posiadających zatrudnienie zadeklarowało, że podczas zdobywania pracy nie napotkało większych trudności. Fakt podjęcia pracy zawodowej oraz pojawienie się lub brak trudności w jej uzyskaniu nie przesądza jednak o poczuciu satysfakcji i zadowolenia, jakie powinno towarzyszyć jej wykonywaniu. Wyniki przeprowadzonych badań wskazały, iż 47% osób, których zagadnienie to dotyczyło, zadeklarowało, że wykonywana przez nich praca daje im poczucie satysfakcji i spełnienia, natomiast brak tych odczuć uwidocznił się u 6% badanych posiadających zatrudnienie. Taki stan rzeczy może wynikać, zdaniem M. Kucińskiej, z tego, iż

zwykle na co dzień DDA są doskonałymi pracownikami, idealnymi rodzicami, świetnymi przyjaciółmi. Nie mają problemów, ze wszystkim sobie radzą. I tylko czasem pokazują – ku zaskoczeniu wszystkich – swoją nieporadność, trudności z mobilizacją³⁵.

Oznacza to, że nawet w środowisku pracy uwidacznia się trauma, która związana jest z wychowywaniem się w rodzinie z problemem alkoholowym, odnosząca się do ciągłego udowadniania sobie, że jest się wystarczająco dobrym i kompetentnym, aby zajmować dane stanowisko i wykonywać konkretną pracę, która jedynie przy takiej świadomości będzie dawała całkowite poczucie zadowolenia i satysfakcji.

Mając na uwadze wszelkie wymiary funkcjonowania społecznego dorosłych dzieci alkoholików oraz wyniki przeprowadzonych badań można wysunąć wniosek, według którego wychowywanie się w rodzinie z problemem alkoholowym powoduje zaburzenia w sferze kontaktów międzyludzkich. Oznacza to, że dorosłe dzieci alkoholików w większości przypadków mają zdecydowane trudności w nawiązywaniu nowych znajomości, swoje relacje z przyjaciółmi i innym znajomymi określają jako jedynie zadowalające, nie zaś bardzo dobre, oraz sprawia im trudność obdarzenie zaufaniem innych osób. Zaburzeniu uległa także sfera kontaktów międzyludzkich w ramach funkcjonowania w środowisku pracy, ponieważ w większości przypadków dzieci alkoholików deklarują, że nie są zadowoleni z wykonywanej pracy, co w adekwatny sposób wpływa na stosunki między pracownikami.

³⁵ M. Kucińska, *Niszczyciele...*, s. 89.

D. Samoocena dorosłych dzieci alkoholików

Znacznemu zaburzeniu u dzieci w skutek wychowywania się i wzrastania w rodzinie, w której wystąpił problem uzależnienia od alkoholu, ulega samoocena. Przyczyną takiego stanu rzeczy jest niewątpliwie pozostawienie dziecka samemu sobie w sytuacjach wymagających udzielenia mu wsparcia. Nieudzielanie mu pomocy w rozwiązywaniu pojawiających się stale problemów powoduje, że

z czasem pojawia się w nim poczucie bezwartościowości wyrażające się w myślach typu: jestem nikim, jestem do niczego, jestem niepotrzebny, które w dorosłym życiu bardzo przeszkadzają poczuć się równym innym ludziom³⁶.

Dorośle dzieci alkoholików, które zostały objęte badaniem, określając siebie, najczęściej posługiwały się stwierdzeniem, według którego zależy im na dobrej opinii innych i myślą o tym, jak wypadają w oczach innych osób, jak również deklarowali fakt odczuwania lęku przed mającymi nastąpić zmianami w ich życiu. Stwierdzenia te stanowiły po 12% wszystkich udzielanych odpowiedzi. Obawom o to, jak dzieci alkoholików są postrzegane przez innych, zdaniem M. Kucińskiej,

towarzyszy poczucie, że jest się gorszym od otaczających ludzi, że się do nich nie pasuje. Nadmierna staje się koncentracja na własnych obawach, a efektem tego jest szukanie sposobów unikania trudnych emocjonalnie sytuacji³⁷.

Z kolei przyczyną lęku przed zmianami, według Z. Sobolewskiej, jest to, że

doświadczenia z alkoholowego dzieciństwa uczą, że niemal każda zmiana grozi niebezpieczeństwem. Jeśli wydarzenia powtarzały się, można było znaleźć sposób, żeby wszystko przeżyć. Nowe sytuacje były znacznie bardziej zagrażające³⁸.

Równie często, określając swoją osobę, dorosłe dzieci alkoholików stwierdzały, że są nieufne wobec otoczenia, czego przyczyną jest omówione wcześniej stosowanie się do zasady „nie ufaj”, że poszukują ciągłego uznania w oczach innych ludzi, co zdaniem M. Kucińskiej

dla części DDA sposobem na zdobycie akceptacji i uwagi innych jest bycie doskonałym, bycie kimś, na kogo zawsze można liczyć i kto podola wszelkim kryzysom, z którymi nie dają sobie rady inni³⁹.

Równie często osoby uczestniczące w badaniu określały siebie jako osoby wrażliwe, które bardzo łatwo zranić, oraz charakteryzujące się niskim poczuciem własnej wartości, czego przyczyną, zdaniem Z. Sobolewskiej, jest odrzucenie przez rodziców. Autorka napisała, że:

³⁶ M. Kucińska, *Opuszczone...*, s. 72.

³⁷ M. Kucińska, *Pod ciężarem...*, s. 72.

³⁸ Z. Sobolewska, dz. cyt., s. 17.

³⁹ M. Kucińska, *Niszczyciele...*, s. 89.

rosnące dziecko żyje w upokarzającym je przekonaniu, że skoro rodzice mnie nie chcą, to nie zasługuję na lepsze traktowanie. W konsekwencji przez całe życie wstydzi się samego siebie⁴⁰.

Stwierdzenia te stanowiły 11% wszystkich udzielanych przez dorosłe dzieci alkoholików odpowiedzi. Nieco mniej, bo 10%, stanowiło stwierdzenie, w ramach którego dzieci wychowujące się w rodzinie alkoholowej określały siebie jako osoby, które ciężko znoszą krytykę, zaś określenie, według którego dorosłe dzieci alkoholików surowo oceniają siebie oraz swoje umiejętności, dotyczyło 9% wszystkich stwierdzeń, co stanowi jednocześnie podstawę do wysunięcia wniosku, iż fakt ten utrudnia im nawiązywanie bliskich znajomości oraz prawidłowe funkcjonowanie w środowisku pracy. Powszechną wśród osób objętych badaniem była również opinia, według której charakteryzuje ich rzadkość okazywania uczuć, a określenie to dotyczyło 7% wszystkich stwierdzeń. Wyjaśniając to zjawisko, K. Kołodziejczyk napisała, że dzieciom z tych rodzin

stale towarzyszy głęboko ukrywane uczucie agresji i frustracja. Wadliwie funkcjonujące środowisko rodzinne powoduje, że dzieci z rodzin z problemem alkoholowym są zamknięte w sobie, nieufne i łatwiej załamują się w sytuacjach stresowych⁴¹.

Najmniej, bo 6% spośród wszystkich określeń stanowiło stwierdzenie, w ramach którego dorosłe dzieci alkoholików charakteryzują siebie jako osoby, u których występuje konieczność wyznaczania sobie wciąż nowych celów i zadań po to, aby udowodnić sobie swoją wartość i utwierdzić się w przekonaniu o posiadanych umiejętnościach.

W celu uzupełnienia charakterystyki dorosłych dzieci alkoholików badaniu poddano również obraz samych siebie, jaki posiadają dzieci z rodzin alkoholowych. Jest to istotne ze względu na fakt, który przytoczyła K. Kołodziejczyk, wskazujący, iż

wiele badań wykazało, że dzieci z rodzin z problemem alkoholowym patrzą na siebie o wiele bardziej krytycznie niż rówieśnicy z rodzin niepijących – mają niższą samoocenę niż dzieci z grupy kontrolnej. Obcowanie z pijącym rodzicem utrwała w dzieciach niejasny obraz siebie spowodowany dwuznacznymi i niekonsekwentnymi sygnałami wysyłanym przez rodziców⁴².

W celu poznania poglądów, jakie dorosłe dzieci alkoholików posiadają na swój temat, zaprezentowano listę cech, która miała ułatwić im wyrażanie owej opinii. Wyniki badań wskazały, że najczęściej dzieci wychowujące się w rodzinach z problemem uzależnienia od alkoholu postrzegają siebie jako osoby kochające, lecz łatwo poddające się i zniechęcające, jak również niepewne swojej wartości i posiadanych umiejętności, a określenia te stanowiły 9% wszystkich odpowiedzi. Według J.G. Woititz, dorosłe dzieci alkoholików mają trudności

⁴⁰ Z. Sobolewska, dz. cyt., s. 11.

⁴¹ K. Kołodziejczyk, dz. cyt., s. 22–23.

⁴² K. Kołodziejczyk, dz. cyt., s. 23.

z doprowadzeniem do końca podjętych działań, a przyczyna tego tkwi w domu rodzinnym, w którym dzieci te nie zostały wdrożone w umiejętność planowania i doprowadzania zamierzonych działań do końca⁴³. Tolerancja, a więc wyrozumiałość wobec otoczenia i innych ludzi, oraz posiadanie zdecydowanych problemów z nawiązywaniem kontaktów międzyludzkich i wchodzeniem w nowe relacje – jako cechy charakterystyczne dorosłych dzieci alkoholików objętych badaniem – stanowiło po 7% wszystkich udzielonych odpowiedzi w ramach tego pytania. Sporządzając profil własnej osoby, 6% wszystkich osób objętych badaniem uznało siebie jako osobę, która jest zaradna życiowo, to znaczy radzącą sobie z pojawiającymi się problemami i trudnościami na co dzień. Jednakże tyle samo osób było przeciwnego zdania i przyznało, że nie są zaradnymi w trudnych sytuacjach życiowych. Często wskazywanym przez respondentów określeniem jest również to, które ukazuje ich jako osobę nieatrakcyjną, czyli nieinteresującą dla innych ludzi oraz posłuszną, wykonującą polecenia innych i niepodejmującą własnej inicjatywy w działaniu. Odpowiedzi te stanowią po 5% wszystkich, które wskazywane były przez osoby objęte badaniem. Cechę, jaką jest odpowiedzialność, wskazało 4% dorosłych dzieci alkoholików, jednakże M. Kucińska zaznaczyła, że w rodzinie z problemem alkoholowym istnieje specyficzny rodzaj odpowiedzialności, ponieważ „DDA często nie rozróżniają odpowiedzialności za kogoś od odpowiedzialności wobec innych”⁴⁴. Autorka dodała także, że

rodziny alkoholowe modelują szczególny rodzaj odpowiedzialności. Ten, kto ją przyjmuje, uważa, że musi chronić tego, kim się opiekuje, ratować go, kontrolować, dbać o jego uczucia i nie słuchać tego, co mówi, bo przecież nie wie, co dla niego dobre. W efekcie czuje się zmęczony i przestraszony⁴⁵.

Również 4% wszystkich stwierdzeń wyrażanych przez dzieci alkoholików odnosiło się do określenia siebie jako osoby niezależnej. Badania przeprowadzone w ramach wspomnianego już projektu Kidscreen wskazały, że „indeks jakości życia w wymiarze niezależności również jest istotnie mniejszy w rodzinach z problemem alkoholowym”⁴⁶. K. Kołodziejczyk dodała ponadto, że przyczyną obniżenia jakości życia w sferze niezależności jest konieczność wcześniejszego dojrzewania i wyrobienia sobie poczucia odpowiedzialności za życie i zachowanie rodziców. Autorka napisała, że „staje się to przeszkodą na późniejszym etapie rozwoju, powodując trudności z rozluźnieniem związku z rodzicami i nie pozwalając rozwinąć poczucia autonomii”⁴⁷. Tylko 3% badanych, określając siebie, użyło stwierdzenia, że jest osobą pewną siebie i swoich umiejętności. Oznacza to, że niewielu ankietowanych jest przekonanych co do swojej osoby i posiadanych kwalifikacji.

⁴³ J.G. Woititz, dz. cyt., s. 8.

⁴⁴ M. Kucińska, *Nieustanny wstyd, ciągle wina*, „Charaktery” 2006, nr 7, s. 65.

⁴⁵ Tamże.

⁴⁶ K. Kołodziejczyk, dz. cyt., s. 23.

⁴⁷ Tamże.

Mając na uwadze wyniki przeprowadzonych badań z zakresu samooceny dorosłych dzieci alkoholików, wskazać należy, iż większość dorosłych dzieci alkoholików charakteryzuje się niskim poczuciem własnej wartości, ustawicznie poszukuje uznania w oczach innych ludzi, zdecydowana większość z nich określa siebie jako osobę nieradzącą sobie w sytuacjach problemowych, wymagających sprawnego myślenia i bezstresowego podejścia. Potwierdzenie stanowią również badania przeprowadzone w latach 2006–2007, które objęły łącznie 110 osób, a dotyczyły zadowolenia z życia dorosłych dzieci alkoholików. Wyniki tychże badań wskazują, że dorosłe dzieci alkoholików wykazują mniejszą satysfakcję z własnych uzdolnień, charakteru, dotychczasowych wyborów życiowych i mniejsze zaufanie do siebie⁴⁸.

E. Wartości w życiu dorosłych dzieci alkoholików

Poznanie obrazu społeczno-demograficznego dorosłych dzieci alkoholików, relacji, jakie panują między nimi a rodzicami, oraz zapoznanie się ze sferą ich funkcjonowania społecznego i samooceną umożliwiło zapoznanie się z systemem preferowanych przez nich wartości. W ramach kwestii dotyczących wartości przedstawiono ankietowanym listę priorytetów i poproszono o ustosunkowanie się do nich. Najczęściej wskazywanym przez osoby objęte badaniem priorytetem w ich życiu była rodzina, a odpowiedź ta stanowi 19% wszystkich udzielanych w ramach tego pytania. Wyniki te potwierdziły badania przeprowadzone w 2004 roku na liczącej 993 osoby próbie, którą stanowili dorośli Polacy, dotyczące ich wartości życiowych. Wyniki tychże badań wskazują, że aż 97% Polaków deklaruje, iż najważniejsza dla nich jest rodzina, w zakresie posiadanych dzieci, małżeństwa oraz udanego życia rodzinnego⁴⁹. Priorytetem w życiu respondentów jest również przyjaźń, którą wskazało 17% wszystkich badanych. M. Kucińska wskazała, że „dla niektórych DDA przyjaźń nawiązana w szkole była przez wiele lat stałą i dobrą relacją w ich życiu”⁵⁰. W przytoczonym wcześniej badaniu zleconym przez CBOS również 97% dorosłych Polaków wskazało, że bardzo ważna w ich życiu jest relacja z bliskimi w zakresie przyjaźni⁵¹. Równie istotna, jak wynika z przeprowadzonych badań, jest dla dorosłych dzieci alkoholików religia, która stanowi 14% wszystkich wymienionych priorytetów. Jednocześnie M. Wenzel, który dokonał opracowania wartości życiowych Polaków, wskazał, że „różne aspekty życia religijnego, życie zgodne z religią to kwestie istotne dla 90% Polaków, w tym dla połowy – bardzo ważne”⁵². Tyle

⁴⁸ J. Chodkiewicz, A. Wilska, *Stan zdrowia, wsparcie społeczne i zadowolenie z życia dorosłych dzieci alkoholików (DDA) korzystających z pomocy terapeutycznej*, „Alkoholizm i Narkomania” 2008, nr 2, s. 135–151.

⁴⁹ http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2004/K_098_04.PDF (26.10.2009).

⁵⁰ M. Kucińska, *Trzeba pójść w świat*, „Charaktery” 2007, nr 1, s. 73.

⁵¹ http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2004/K_098_04.PDF (26.10.2009).

⁵² Tamże.

samo dzieci z rodzin alkoholowych wskazało, że pomoc innym, jak również działania na rzecz innych ludzi są aspektem niezwykle ważnym w ich życiu, a wyniki badań zlecone przez CBOS wskazują na fakt, że o ile pomoc innym ludziom oraz bycie użytecznym dla potrzebujących ludzi jest ważne dla 90% Polaków, o tyle tylko co trzeci Polak deklaruje, że owa pomoc jest dla nich bardzo ważna⁵³. Dobra praca, jak również zadowolenie z jej wykonywania jako priorytet w życiu stanowi 12% wszystkich deklarowanych odpowiedzi. Oznacza to, że praca to jedna z ważniejszych wartości w życiu dorosłych dzieci alkoholików. Wyniki te są adekwatne w stosunku do badań wartości życiowych Polaków z 2004 roku, z których wynika, że „zarówno samo posiadanie, jak i zadowolenie z niej deklaruje 89% dorosłych, z czego zdecydowana większość – za bardzo istotne”⁵⁴. Pieniądze są priorytetem mniej ważnym w życiu badanych, ponieważ za ważne wskazało 11% wszystkich osób objętych badaniem, natomiast w badaniu CBOS pieniądze oraz majątek są ważne dla 64% dorosłych Polaków⁵⁵. Inne priorytety, jak wysoka pozycja społeczna i wysokie wykształcenie, stanowią poniżej 10% wszystkich wskazywanych odpowiedzi, zaś M. Wenzel – dokonując opracowania wartości życiowych dorosłych Polaków – wskazał, że wykształcenie i doksztalcanie się zawodowe jest sprawą istotną dla trzech czwartych osób badanych⁵⁶. Z powyższych badań wynika, że najważniejszymi priorytetami w życiu dorosłych dzieci alkoholików jest rodzina oraz wszelkie formy życia rodzinnego. Równie ważna i uznawana przez nich jest przyjaźń, która stanowi jedną z niewielu bliskich relacji, opartych na zaufaniu i wzajemnym wspieraniu się i pomocy. Równie istotna, jak wynika z przedstawionych wyników badań, jest religia oraz życie religijne, jak również działania mające na celu udzielenie pomocy innym ludziom, którzy aktualnie jej potrzebują. Nieco mniej ważna jest dobra praca, jak również pieniądze, aktualna pozycja społeczna oraz wykształcenie.

Po zapoznaniu się z priorytetami, które zdaniem dzieci z rodzin alkoholowych są dla nich najważniejsze w życiu, należy przyjrzeć się wartościom, które są przez nich preferowane. Pozwoli to na określenie, jaki jest system wartości dorosłych dzieci alkoholików. Najważniejszą wartością, jak wskazują wyniki przeprowadzonych badań, jest zdecydowanie bezpieczeństwo rodziny, które stanowi 11% wszystkich udzielanych odpowiedzi. Również w przytoczonych wcześniej badaniach na zlecenie CBOS to właśnie rodzina oraz zdrowie jest wartością najważniejszą dla 67% badanych Polaków⁵⁷. Ważne miejsce w hierarchii wartości u dorosłych dzieci alkoholików zajmuje sprawność i zdrowie fizyczne, które stanowi 9% wszystkich innych wartości. W badaniach CBOS zdrowie własne jest jedną z wartości najważniejszych w ich życiu i dotyczy

⁵³ Tamże.

⁵⁴ Tamże.

⁵⁵ Tamże.

⁵⁶ Tamże.

⁵⁷ Tamże.

prawie każdego z dorosłych Polaków⁵⁸. Równie ważna dla dzieci z rodzin z uzależnieniem od alkoholu jest miłość, stanowiąca 9% wszystkich udzielanych odpowiedzi, zaś nieco mniej, bo 7% wszystkich wartości, stanowi wiara i życie duchowe. Wiara w siebie, a więc bycie pewnym siebie oraz kwalifikacji czy umiejętności, jak również samodzielność i zaradność życiowa są wartościami, których ważność zaznaczyło 6% wszystkich osób objętych badaniem. Wartości takie, jak: odporność psychiczna na sytuacje trudne, a więc zdolność racjonalnego działania w warunkach stresowych i problemowych, uczciwość wobec siebie i innych osób, tolerancja, wytrwałość w dążeniu do celu oraz dostatnie życie i przyjemności, jako wartości ważne wskazało 4% dorosłych dzieci alkoholików, natomiast nieco mniej ważne, bo stanowiące 3% i mniej wszystkich wskazywanych wartości – stanowią odpowiedzialność i umiejętność wybaczenia oraz pracowitość.

Wyniki przeprowadzonych badań dają podstawę do stwierdzenia, iż większość dorosłych dzieci alkoholików za najważniejsze w życiu uznaje te wartości, które związane są z rodziną, pomocą innym oraz religią. Jednakże dodać należy, iż do wartości, które dorosłe dzieci alkoholików preferują, zaliczyć trzeba również przyjaźń, stanowiącą relację równie silną emocjonalnie, jak relacja w rodzinie.

Przeprowadzone badania dają podstawę do stwierdzenia, iż wychowywanie się w rodzinie, która boryka się z problemem alkoholowym, odciska piętno na przyszłości dzieci. Reakcje, zachowania oraz stany emocjonalne przeżywane w dzieciństwie towarzyszą im w późniejszym życiu, zaburzając tym samym sferę emocjonalną, społeczną oraz psychiczną.

Podjęte badania miały charakter jedynie poglądowy, ponieważ ich celem było poznanie wartości preferowanych przez dorosłych dzieci alkoholików, nie zaś utożsamianie otrzymanych wyników z ich wiekiem, płcią czy uczestnictwem w terapii. Jednakże na podstawie przedstawionych materiałów, pochodzących z literatury naukowej oraz zebranych za pośrednictwem badań, można sobie pozwolić na stwierdzenie, iż terapia organizowana dla dorosłych dzieci alkoholików ułatwia im funkcjonowanie w rodzinie i społeczeństwie, ponieważ wyjaśnia emocje i zachowania niezrozumiałe dla dzieci alkoholików. Dlatego postulowałabym poszerzenie diagnostyki dzieci alkoholików w środowisku szkolnym oraz świetlicach terapeutycznych, aby więcej z nich trafiało do ośrodka leczenia uzależnienia i współuzależnienia, gdzie zapewniony byłby kontakt z psychologiem, psychiatrą, pedagogiem oraz lekarzem.

⁵⁸ Tamże.

Summary

Value System of Adult Children of Alcoholics

Alcoholism is a disease that affects the whole family, not just the person who is abusing him. The biggest stigma it imprints on children who grow up and brought up in that family, as the need to adapt to the norms and rules prevailing in the family of alcohol will affect their behavior, reactions and actions. In order to understand and know the substance of the stigma of adult children of alcoholics, it is necessary to know the value system preferred by children, educated in such a family. To do this, there was a study carried out using a diagnostic survey method, which covered the sphere of relations in the family of the alcoholic, the social functioning of children of alcoholics and their self-esteem. Knowledge of these issues made it possible to identify the most important values in life, adult children of alcoholics.