

# Gdy rodzic nadużywa alkoholu.... Co czuje dziecko?

Alkoholizm jest stale aktualnym problemem w polskich rodzinach. Artykuł zwraca uwagę na zaburzenia funkcjonowania rodzin alkoholycznych oraz na powstające u dzieci nieprawidłowości w sferze funkcji emocjonalnych, społecznych i somatycznych będących następstwem obciążenia alkoholizmem w rodzinie.

Alkoholizm jest problemem całej rodziny – dotyka każdą z osób i wywiera na nią niszczący wpływ. W miarę jak uzależnienie postępuje rodzina funkcjonuje w sposób coraz bardziej destruktywny. Wszystko obraca się wokół uzależnionego rodzica, którego zachowanie decyduje o sposobie interakcji pozostałych członków rodziny ze światem zewnętrznym. Domownicy, aby nadal funkcjonować i przetrwać muszą przystosować się do tej sytuacji odgrywając w niej różne role pozwalające obniżyć poziom odczuwanego stresu.

Alkoholizm rodzica stanowi sekret zarówno na zewnątrz, jak i wewnątrz rodziny. Dzieci muszą uczestniczyć w grze rodzinnej, negującej fakt, że jedno z rodziców pije (lub też dwoje). Role, które przyjmują dzieci, służą właśnie do tego celu. Mają także stanowić zbiorowy system ochronny, by rodzina mogła nadal funkcjonować, a jej poszczególni członkowie mieli choćby niewielkie poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji.

**Głównym rozgrywającym** jest zazwyczaj współmałżonek uzależnionego lub jego rodzic. Przejmuje on na siebie obowiązki i zobowiązania alkoholika, która polega na utrzymaniu kierowniczej roli wewnątrz rodzinnego układu. Wygląda ona ostre kanty, powstałe wskutek picia osoby uzależnionej i stara się, by z zewnątrz wyglądało, że wszystko jest w porządku. Z tego powodu osobę tę określa się jako współuzależnioną.

Dzieci przyjmują swoje role w zależności od wielu czynników między innymi wieku oraz poczucia odpowiedzialności za rodzinę.

- **Bohater rodziny** – jest nim zazwyczaj najstarsze dziecko, które czuje się odpowiedzialne za cierpienia rodziny. Zdecydowany jest on dowieść światu, że w jego rodzinie wszystko funkcjonuje prawidłowo. W szkole takie dzieci są często “gwiazdami klasowymi”, wyróżniają się w nauce lub sporcie (albo jednym i drugim). Sprawiają wrażenie bardzo dobrze radzących sobie w życiu i nie potrzebujących pomocy. Są perfekcjonistyczne i zbyt poważne jak na swój wiek.
- **Koziół ofiarny** – nie jest w stanie współzawodniczyć z bohaterem rodziny ani dotrzymać mu kroku. Jego rolą jest odwracanie uwagi rodziny od problemów, ale w sposób negatywny. Wdaje się w bójki, wchodzi w konflikty z prawem, ucieka z domu lub używa narkotyków. Jest to również jego sposób na odreagowanie problemów rodziny. W szkole zazwyczaj przeszkadza i jest określane przez nauczycieli jako trudne dziecko.

- **Dziecko zagubione** – pozostaje poza zasięgiem kłótni rodzinnych bawiąc się skulone w kącie lub patrząc w sufit i śniąc na jawie. Żyje ono we własnym świecie w poczuciu krzywdy i samotności. Jest to często dziecko średnie, które nie potrafi znaleźć sobie miejsca ani w domu, ani w szkole.
- **Maskotka** – jego rolą jest odwracanie uwagi rodziny od problemu i skupianie na jej na sobie przymilając się, zgrywając lub błaznując. Ma za zadanie ulżyć rodzinie w ciężkiej sytuacji, rozweselając ją swoim humorem i żartami. Zazwyczaj maskotką bywa najmłodsze dziecko. Traktuje ono lekko poważne sytuacje i stara się, by w domu panował optymistyczny nastrój, wszyscy byli szczęśliwi i nie brali niczego nazbyt serio.

Dzieci z rodzin z problemem alkoholowym doświadczają przez cały czas silnego lęku. Obawiają się kar fizycznych (a jak wiadomo osoba pod wpływem alkoholu jest często nieobliczalna). Cierpią także gdy widzą jak bity i poniżany jest drugi rodzic oraz rodzeństwo, co budzi w nich przerażenie, bunt i nienawiść. Lęk budzi jednak nie tylko zagrożenie fizyczne, lecz także wstyd. Powoduje on, iż dzieci alkoholików często izolują się od swoich rówieśników, by nie zostać całkowicie odrzuconym społecznie. Wchodzą one w grę narzuconą przez niepijącego rodzica zatytułowaną “w naszym domu nie ma problemu picia”.

Dzieci te czują się często winne alkoholizmowi rodzica (od uzależnionego często słyszą, że są winne za los, jaki ich spotyka, natomiast od drugiego, iż dla ich dobra musi się tak męczyć). Nierzadko myślą: “jestem winny, bo spowodowałem wściekłość rodzica, którą on ugasił w morzu alkoholu”. Uważają też, że mają możliwość powstrzymania ojca lub matki od sięgania po alkohol np. pomagając w domu, czy zdobywając lepsze oceny, co jednak nie następuje. Dzieci czują się również winne także dlatego, że często źle życzą pijącemu rodzicowi, nierzadko pragnąc jego śmierci.

Złość jawna lub ukryta jest nieodłącznym uczuciem młodej osoby, której rodzic nadużywa alkoholu.. Ma ona wiele przyczyn między innymi: brak wsparcia ze strony rodzica w sytuacjach konfliktowych, sprzeczne komunikaty, zdrady oraz złamane obietnice a także niszczenie przez rodzica rzeczy należących do dziecka.

Dzieci osób uzależnionych są ponadto często smutne a ich zachowanie cechuje niepewność. Brak poczucia bezpieczeństwa spowodowany życiem w permanentnym stresie może prowadzić do zaburzeń nerwicowych, somatycznych oraz psychosomatycznych. Ciągły stres utrudnia im naukę oraz nawiązywanie prawidłowych relacji z rówieśnikami. Najłatwiej zauważalną oznaką niepokoju jest obgryzanie paznokci. Typowe są również bóle głowy, drżenie, tiki nerwowe, bezsenność oraz bóle brzucha, jak również zaburzenia kompulsywne (w tym zaburzenia jedzenia).

### **Bibliografia:**

1. Molicka M. Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie leczenia, Media Rodzina, Poznań 2002
2. Robinson B. E., Woodside M. Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1998
3. Lipowska – Teuch A. Rodzina a przemoc, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1998.

