

Aleksandra Karasowska

Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie

## Krzywdzenie dzieci w rodzinie alkoholowej

*Szacuje się, że w Polsce w rodzinach alkoholowych żyje około 2 mln dzieci. W rodzinach tych działają czynniki, które w istotny sposób utrudniają ich funkcjonowanie i wpływają na sytuację żyjących w nich dzieci, takie jak alkoholizm jednego lub obojga rodziców, współzależnienie, dysfunkcje ról rodzinnych, zaburzenia psychiczne rodziców (depresja, osobowość aspołeczna), brak umiejętności życiowych (w szczególności wychowawczych), bieda. Wiele z tych dzieci doznaje w swoich rodzinach krzywdy – różnych form przemocy i zaniedbania. Dzieci te nie mogą zmienić swojej sytuacji. Ich cierpienie nie kończy się na doświadczeniach przeżywanych w rodzinie. Niektóre z nich mają trudności w przystosowaniu się do wymagań środowiska pozarodzinnego, odnoszą niepowodzenia szkolne i w kontaktach z rówieśnikami. Skutki krzywdy doświadczonej w dzieciństwie mogą rozciągać się na ich dalsze życie. Część z tych dzieci jest predysponowana do powtórzenia losu swoich rodziców.*

*Autorka artykułu opisuje krzywdę i jej skutki dla rozwoju, opierając się na własnych doświadczeniach z pracy terapeutycznej z rodzinami alkoholowymi oraz z prowadzonych szkoleń i konsultacji dla profesjonalistów pracujących z dziećmi alkoholików.*

Szacuje się, że w Polsce w rodzinach alkoholowych żyje około 2 mln dzieci, z czego ponad połowa z nich znajduje się w sytuacji drastycznie zagrażającej ich zdrowiu i rozwojowi<sup>1</sup>. Na sytuację dziecka wychowującego się w rodzinie alkoholowej wpływa wiele czynników związanych z funkcjonowaniem środowiska rodzinnego – zarówno tych specyficznie alkoholowych, jak i niespecyficznych. Szczególnie znaczenie ma tu fakt picia jednego lub obojga rodziców, wzorzec picia, wystę-

powanie zaburzeń u drugiego rodzica (współzależnienie), stopień degradacji życia rodziny, dostępność wsparcia zewnętrznego.

W niniejszym artykule autorka, opierając się na własnych doświadczeniach w pracy terapeutycznej z rodzinami alkoholowymi oraz z prowadzonych przez siebie szkoleń i konsultacji<sup>2</sup>, prezentuje uwarunkowania i obszary krzywdy doznawanej przez dzieci alkoholików, a także skutki dla rozwoju i funkcjonowania dziecka.

<sup>1</sup> [www.parpa.pl](http://www.parpa.pl).

<sup>2</sup> Mowa tu o doświadczeniach w pracy w Wojewódzkim Ośrodku Uzależnienia od Alkoholizmu i Współzależnienia w Gdańsku, a także o doświadczeniach z prowadzonych szkoleń i konsultacji dla osób pracujących z dziećmi alkoholików w świetlicach socjoterapeutycznych.

## Czynniki działające w rodzinie alkoholowej, które mają wpływ na krzywdę dziecka

### Alkoholizm

Osoba uzależniona pije w sposób niekontrolowany, niszcząc siebie i rodzinę. W miarę rozwoju choroby coraz bardziej traci kontrolę nad swoim zachowaniem, może także pojawić się agresja, która prowadzi do przemocy. Życie rodziny koncentruje się na alkoholiku, na zapobieganiu picciu lub neutralizowaniu jego skutków. Wzór picia w istotny sposób wpływa na poziom destrukcji w rodzinie – upijanie się, połączone z agresją i nieprzewidywalnym zachowaniem, może być bardziej uciążliwe dla bliskich osób, niż zamykanie się z butelką w pokoju i wycofywanie z życia rodzinnego. Długotrwałe ciągi alkoholowe na przemian z okresami abstynencji skazują rodzinę na życie jak na huśtawce.

Ogromne znaczenie ma fakt picia jednego lub obojga rodziców. Dziecko mające pozytywny związek z choćby jednym tylko opiekunem, może być odporniejsze na dysfunkcyjne oddziaływanie rodziny niż takie, które nie ma nawet tego (Bushweller 1995).

W sytuacji kiedy piją oboje rodzice, spożywanie alkoholu staje się normą, co bardzo zwiększa prawdopodobieństwo przekazania dziecku negatywnych wzorców rodzinnych. Ponadto, kiedy degradacja wywołana uzależnieniem dotyczy obojga rodziców, maleją szanse dziecka na otrzymanie opieki i wsparcia w rodzinie.

### Współzależnienie

Ważne z punktu widzenia sytuacji dziecka jest funkcjonowanie współmałżonka alkoholika. Dla wielu dzieci w rodzinach alkoholików niepijąca matka jest jedynym źródłem oparcia. Niestety, często pi-

cie męża znacząco wpływa na jej zachowanie i kondycję psychiczną. U wielu żon alkoholików rozwija się zaburzenie przystosowania, zwane współzależnieniem<sup>3</sup>, które upośledza funkcjonowanie w roli matki. Koncentracja na alkoholiku, kontrolowanie go, walka o butelkę, pochłanianie całą energię i uwagę, doprowadzając do zaniedbywania potrzeb dzieci.

### Dysfunkcyjny system rodzinny

Rodzina alkoholowa jest systemem dysfunkcyjnym, którym rządzą sztywne reguły, służące utrzymaniu chorej równowagi:

- „nie mów”, czyli zachowaj milczenie na temat tego, co dzieje się w rodzinie;
- „nie ufaj” zarówno członkom własnej rodziny, jak i obcym, ponieważ zaufanie zagraża doznaniem krzywdy;
- „nie odczuwaj”, to znaczy nie zagłębiaj się we własne emocje (bądź „twardy”).

Życie członków rodziny jest podporządkowane konieczności utrzymania tajemnicy, obejmującej picie i jego skutki, tzw. tabu. Rodzina zaprzecza problemom, ukrywa je przed światem zewnętrznym, co prowadzi do izolacji i zmniejszenia szansy na otrzymanie pomocy.

Zarówno osoby uzależnione, jak i współzależnione w sposób destrukcyjny pełnią role rodzinne – małżeńskie i rodzicielskie. W relacji między małżonkami dochodzi do częstych konfliktów, które kończą się awanturami lub zerwaniem kontaktu. W tych rozgrywkach dzieci stają się obiektem manipulacji ze strony rodziców. Wszyscy członkowie rodziny

<sup>3</sup> Trwała adaptacja do stresora, jakim jest osoba pijąca i jej zachowanie, staje się przyczyną wystąpienia stałych zaburzeń przystosowania u dorosłych członków rodziny alkoholika. Mimo iż współzależnienie nie zostało jeszcze wpisane przez Światową Organizację Zdrowia do Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób, Urazów i Przyczyn Zgonów, wielu specjalistów zajmujących się terapią problemów alkoholowych jest zgodnych, że można wyróżnić szereg ściśle określonych objawów, które pozwalają na rozpoznanie u osoby badanej zespołu zaburzeń osobowości, określanego mianem współzależnienia ([www.parpa.pl](http://www.parpa.pl)).

wchodzą w sztywne role, które ograniczają ich możliwość rozwoju i kształtowania własnej tożsamości<sup>4</sup>.

### Inne problemy

W opisywanych rodzinach występują często także inne problemy, takie jak zaburzenia psychiczne rodziców (depresja,

osobowość aspołeczna), brak umiejętności życiowych (w szczególności wychowawczych), bieda. Są one niekiedy skutkiem choroby alkoholowej lub ich geneza sięga okresu przed uzależnieniem. Współwystępowanie wielu problemów powoduje, że sytuacja dzieci wychowujących się w takich rodzinach jest szczególnie trudna.

## Mapa krzywdy

Krzywdzenie dzieci to każde działanie lub bezczynność jednostki, instytucji lub społeczeństwa jako całości i każdy rezultat takiego działania lub bezczynności, który deprawuje równe prawa i swobody dzieci i/lub zakłóca ich optymalny rozwój (Gill, za [www.fdn.pl](http://www.fdn.pl)).

Krzywdzenie może się odbywać w czterech wymiarach:

- przemoc fizyczna,
- przemoc psychiczna,
- wykorzystanie seksualne,
- zaniedbywanie.

W rodzinach alkoholowych dzieci doświadczają wszystkich tych rodzajów krzywdy.

### Przemoc fizyczna

Dzieci, żyjąc w rodzinach alkoholowych, znacznie częściej doświadczają przemocy fizycznej, niż dzieci pochodzące z innych rodzin (Robinson 2003).

W krzywdzeniu fizycznym można dostrzec dwie jego odmiany:

- dotkliwe karanie dziecka, w którym zadawanie bólu jest uzasadnione regułami, przepisami, oceną zachowania dziecka, i często jest zniekształcane przez różne uzasadnienia, racjonalizacje;
- krzywdzenie będące rezultatem agresji rodziców i potrzeby rozładowania agresywnych uczuć, które bardzo często nie mają nic wspólnego z dzieckiem, ale ze

współżyciem w małżeństwie, z kłopotami bytowymi, zawodowymi itd. (Mellibruda 2001).

Z moich doświadczeń w pracy z rodzinami alkoholowymi wynika, że znacznie częściej spotykamy się z tym drugim rodzajem krzywdy. Atmosfera pełna napięcia sprzyja agresji, a dziecko łatwo może się stać obiektem jej rozładowania zarówno dla pijącego, jak i niepijącego rodzica. Jest to tym bardziej prawdopodobne, że zarówno alkoholicy, jak i osoby współuzależnione łatwo tracą kontrolę nad swoim zachowaniem. Czasami problemy wychowawcze z dzieckiem stają się pretekstem do bicia, jednak nawet wtedy w rzeczywistości służą rozładowaniu napięcia i odwracaniu uwagi od problemu picia (tak się dzieje w przypadku dziecka, które pełni rolę „kozła ofiarnego” w rodzinie).

Przemoc dokonuje się w tych rodzinach nie tylko pod wpływem alkoholu, ale także na trzeźwo. Wielu pacjentów, alkoholików i żon zgłaszających się po pomoc do ośrodka, w którym pracowałam, przyznawało się do bicia swoich dzieci<sup>5</sup>. Jednak dzieci uczestniczące w prowadzonych przeze mnie grupach dużo rzadziej ujawniały takie fakty – chroniły swoich rodziców. Izolacja rodziny od świata zewnętrznego sprzyjała rozwijaniu się przemocy. 16-letni chłopiec, mający problemy w szkole, był katowany przez ojca za każdą złą

<sup>4</sup> Zgodnie z systemowym ujęciem rodziny dzieci mogą przyjmować role bohatera, kozła ofiarnego, maskotki lub zagubionego dziecka. Rola zostaje narzucona dziecku przez rodzinę i pomaga mu przetrwać w chorym systemie rodzinnym (Robinson, Lyn Rhoden 2003).

<sup>5</sup> Z badań przeprowadzanych wśród pacjentów placówek odwykowych wynika, że 40% z nich krzywdzi swoje dzieci (Mellibruda 2001).

ocenę. Kiedy nie otrzymał promocji do następnej klasy, i on, i matka byli przekonani, że tym razem ojciec go zabije. Pomimo tak ogromnego poczucia zagrożenia, nie zdecydowali się szukać pomocy na zewnątrz, woleli podrobić świadectwo.

Inny chłopiec pod wpływem wstrząsu emocjonalnego wyznał mi, że jest maltretowany przez ojca, który wychowuje go samotnie po śmierci matki: *Tata bije mnie, kiedy wraca do domu pijany. Poznają to po jego krokach i wtedy się chowam, ale zwykle mnie znajduje. Biję aż się zmęczy.* Jednak później, gdy chłopiec ochłonał, próbował mnie przekonać, że *tata jest dobry – kiedy nie pije, gotuje obiady, opiekuje się mną [...].*

Dzieci często przyznawały, że są ofiarami przemocy, ale dopiero wtedy, kiedy odnosiły widoczne urazy. Niektóre nawet wówczas próbowały zaprzeczać, twierdząc, że, na przykład, pobiły się z kolegą. Starsza młodzież w rozmowach czasami ujawniała poważne urazy, na przykład złamania, które nie były leczone. *Mama nie poszła ze mną do lekarza, bo wtedy by się wydało, że tata pije i bije nas. Nie puszczała mnie do szkoły, aż mi się zrosło – wyznała pacjentka, której na pamiętkę tego wydarzenia pozostał niesprawny palec u ręki.*

18-letnia dziewczyna mieszkała z dziadkami. Jej rodzice, alkoholicy, od lat byli pozbawieni władzy rodzicielskiej, jednak pomimo tego kilka razy w miesiącu odwiedzała ich. Podczas tych wizyt była przez nich bita, co ukrywała przed dziadkami: *Chodziłam tam, bo martwiłam się o nich, że zapiją się na śmierć, że ojciec zabije matkę. Czułam się winna, że ja mam dobrze, a oni żyją w nędzy. Nie mogłam powiedzieć dziadkom, że mnie biją, bo zakazaliby mi tych kontaktów.*

W opisanych przypadkach mechanizmy działające w rodzinie alkoholowej sprzyjały narastaniu przemocy przez wiele lat i jednocześnie utrudniały jej ujawnienie. Dzieci doznawały tu szczególnej

krzywdy, związanej nie tylko z urazami fizycznymi, ale także psychicznymi:

- utraciły poczucie bezpieczeństwa w relacji z rodzicem, który stosował przemoc;
- zostały zdradzone przez drugiego rodzica, który nie potrafił ochronić ich przed przemocą;
- zostały pozbawione jakiegokolwiek oparcia i poczucia bezpieczeństwa, także zewnętrznego, i to często w sytuacji zagrożenia życia;
- za potrzebę więzi z rodzicami musiały zapłacić przyjmowaniem bólu i upokorzenia;
- szukając pomocy, czuły się winne zdrady rodziców;
- chroniąc rodziców, przyjmowały na siebie odpowiedzialność za przemoc, płacąc za to poczuciem winy.

### Przemoc psychiczna

Przemoc psychiczna w rodzinach alkoholowych ma wiele odmian.

#### *Ponížanie, wyzwiska, zastraszanie*

W rodzinach, z którymi pracowałam, przemoc słowna pojawiała się niemal zawsze. W pełnych napięcia relacjach pomiędzy członkami tych rodzin wyzwiska stawały się podstawowym sposobem wyrażania negatywnych uczuć, a ponížanie służyło podbudowaniu poczucia własnej wartości. Pijany ojciec sadzał w kuchni matkę i córki i przez wiele godzin im wymyślał, obrzucając wyzwiskami i obwiniając o swoje niepowodzenia życiowe. W tym czasie nie wolno im było się ruszyć ani odezwać.

Takie traktowanie szczególnie dotyczyło dzieci, które dopiero odkrywały, kim są i budowały obraz siebie, opierając go w dużym stopniu na informacjach otrzymywanych od rodziców.

Dwie siostry, bliźniaczki, od dzieciństwa słyszały, że są głupie i nic w życiu nie osiągną. Niepowodzenia szkolne stawały się pretekstem do kolejnych wyzwisk i upokorzeń.

Niestety, często działał tu mechanizm „samospełniającego się proroctwa” – wyzywane dzieci zachowywały się zgodnie z przyczepionymi im etykietkami „nieuka”, „złodzieja” czy „nieudacznika”.

### ***Dziecko jako świadek przemocy pomiędzy rodzicami***

Matki, z którymi pracowałam, często mówiły: *On jest dobrym ojcem, bije tylko mnie, dzieci nie rusza*. Nie zdawały sobie sprawy z tego, że dzieci zmuszone do uczestniczenia w takich sytuacjach doświadczają poważnych urazów. Doświadczają podwójnej straty – oboje rodzice, zarówno sprawca, jak i ofiara, przestają być źródłem oparcia i poczucia bezpieczeństwa. W stosunku do rodzica, który stosuje przemoc, dziecko może odczuwać lęk, żal, który z czasem zmienia się w nienawiść. Z kolei rodzic wchodzący w rolę ofiary zostaje zdeprecjonowany w oczach dziecka, okazuje się zbyt słaby, bezradny i dziecko widzi, że nie może liczyć na jego ochronę. Jednocześnie boi się o niego, czuje się odpowiedzialne. Często w takiej sytuacji traci szacunek do obojga rodziców, którzy przestają być dla niego autorytetem.

Niekiedy dziecko, nie mogąc poradzić sobie z lękiem i bezradnością, porzuca rolę biernego świadka i wchodzi pomiędzy rodziców jako obrońca ofiary. Młoda dziewczyna wyraźnie pamiętała moment, gdy, mając 7 lat, świadomie podjęła decyzję, że będzie bronić matkę. Zaczęła krzyczyć na ojca, który ją dusił, i ten przestraszył się. Od tego czasu, będąc przekonana, że życie matki zależy od niej, bała się wychodzić z domu, nigdzie nie wyjeżdżała. Często, gdy stawiała w jej obronie, ścigała na siebie agresję ojca.

Sytuacje, w których dzieci poprzez destrukcyjne postawy dorosłych są zmuszone do podejmowania tak dramatycznych decyzji, należy uznać za przemoc psychiczną.

Zdarza się, że dziecko uczestniczące w przemocy pomiędzy rodzicami identyfikuje się ze sprawcą. Ma to swoje uzasadnienie psychologiczne. Jeżeli spostrze-

ga przemoc jako nieuchronny aspekt rodzinnego życia, gdzie zwycięża silniejszy, a słabszy zostaje upokorzony, może uznać, że sprawca oferuje więcej oparcia i szans na przetrwanie.

Najbardziej dramatyczne są te sytuacje, gdy ojciec – sprawca przemocy wybiera syna do roli swojego „pomocnika” (Karasowska 2001). Pacjentka opowiadała, jak mąż trzymał ją i zachęcał kilkunastoletniego syna do bicia. Mówił mu, że *matka jest zła i głupia, dlatego trzeba ją wychować*.

Również inne pacjentki w grupie dla osób doświadczających przemocy skarżyły się na agresję ze strony dorastających dzieci, najczęściej chłopców.

Przemoc niszczy zasoby zaradcze kobiety, uniemożliwia jej prawidłowe funkcjonowanie w roli matki. Często nawet naturalne w rozwoju dziecka zachowania (wyrażanie własnej woli, bunt) odbiera jako dominację dziecka nad nią i reaguje wycofaniem oraz uległością.

Matka czteroletniego chłopca przekonywała mnie, że jej synek jest od niej silniejszy: *On zachowuje się tak jak ojciec, krzyczy na mnie, wyzywa, bije pięściami, boję się go i cała kulę się w sobie*. Rolą rodzica jest kontrolowanie agresywnych zachowań dziecka oraz uczenie go samokontroli. Szczególne zadanie przypada ojcu – powinien chronić matkę przed agresją syna.

W opisanych tu przypadkach doszło do poważnego nadużycia. Ojcowie wykorzystywali naturalną potrzebę dziecka identyfikacji i bliskości, wzmacniając agresję chłopca i kierując ją przeciwko matce. Dziecko przeżywało straszliwe rozdarcie. Aby utrzymać związek z ojcem, musiało niszczyć własną matkę. Jeśli ona nie potrafiła postawić granic, spełniała się jego najgorsza obawa, że własną agresją jest w stanie zniszczyć najbliższą osobę, której tak potrzebuje. Jest to bardzo poważny uraz dla psychiki dziecka.

Z relacji matek wynika, że chłopcy cierpieli na zaburzenia snu, mieli koszmary nocne, silne lęki, niekontrolowane ataki agresji wobec innych osób, przed-

miotów, autoagresji. Zaburzenia obejmowały prawie wszystkie sfery funkcjonowania dziecka; dochodziło nawet do samouszkodzeń i prób samobójczych.

Dzieci często szukały ukojenia i wsparcia po aktach agresji właśnie u matki. Syn jednej z pacjentek, siedemnastolatek, przychodził w nocy i kładł się na dywaniku przy jej łóżku. Inny chłopiec przytulał się do matki, płakał i obiecywał, że już nigdy więcej jej nie uderzy. W dalszym przebiegu dochodziło do utrwalenia społecznych wzorców, zachowań i zniszczeń w rozwijającej się osobowości dziecka. Można dyskutować, czy te dzieci są sprawcami przemocy, czy jej ofiarami. Sądzę, że za przemoc w tym przypadku są odpowiedzialni oboje rodzice.

### **Dziecko jako powiernik i opiekun rodziców**

W rodzinach alkoholowych dzieci często są wykorzystywane emocjonalnie, na przykład stają się powiernikami jednego z rodziców, czy to alkoholika, czy współmałżonka.

15-letnia dziewczynka, najstarsze dziecko w rodzinie, była podporą matki: *Kiedy ojciec pił, musiałam wysłuchiwać zwierzeń dotyczących jego zachowań – żalów, pretensji i krzywd, czasami nawet szczegółów ich współżycia seksualnego. Mama mówiła, że beze mnie nie przeżyłaby tego. Czułam się dumna, że mama traktuje mnie jak dorosłą, ale też odpowiedzialną za nią, za jej samopoczucie i szczęście. Próbowalam jej pomóc, po nocach myślałam o jej problemach, mówiłam, co ma zrobić. A potem, kiedy ojciec przestawał pić, ona szła z nim do łóżka, a mnie zaczynała traktować jak dziecko, na nic mi nie pozwalała. Czułam się zdradzona i oszukana.*

Dzieci, podobnie jak ta dziewczynka, zostają wciągane w świat przeżyć i spraw dorosłych, są wykorzystywane jako powiernicy, doradcy, opiekunowie. Krzywda jest tu ogromna – dziecko traci prawo do dzieciństwa, niewinności, ochrony. Jest obarczone sprawami, które obciążają je emocjonalnie, zabierając czas i energię potrzebną do rozwoju. W dodatku zo-

staje oszukane – rodzic w zależności od swoich potrzeb raz traktuje je jak dorosłego partnera, raz jak dziecko.

Dochodzi tu do odwrócenia więzi (Brown1995). Zdrowa więź opiera się na przypisywaniu naczelnego miejsca potrzebom dziecka, jednak w rodzinach alkoholowych więź jest warunkowa i narażona na zerwanie. Rodzice w relacjach z dzieckiem przejawiają egocentryzm. Oczekują, że to ono dostosuje się do ich potrzeb.

### **Szantaż emocjonalny**

Zdarza się, że rodzice w rodzinach alkoholowych oczekują od swoich dorastających dzieci poświęcenia własnego życia w imię interesów rodziny, i każdy przejaw niezależności lub zaspokajania własnych potrzeb traktują jako zagrażający dla nich. Dążąc do podporządkowania dziecka swoim potrzebom, posuwają się często do szantażu emocjonalnego. Jako „argumentu przetargowego” używają tego, na czym dziecku zależy najbardziej – grożą odebraniem miłości i przynależności do rodziny, czasami odebraniem sobie życia lub pogorszeniem stanu zdrowia. W takich przypadkach dzieci ustępują, bojąc się zerwania więzi z rodzicami lub, jeżeli odważą się przeciwstawić – płacą za to lękiem, samotnością i poczuciem winy.

17-letnia dziewczynka usłyszała, że nie ma po co wracać do domu, jeżeli dalej będzie się spotykać ze swoim chłopcem. Matka pewnego chłopca kilkakrotnie na jego oczach próbowała podciąć sobie żyły, za każdym razem mówiąc, że to dlatego, że nikt jej nie kocha.

Szantaż emocjonalny przybiera szczególnie dramatyczny wymiar, kiedy rodzice walczą ze sobą, przeciągając dziecko na swoją stronę. 12-letniemu chłopcu ojciec alkoholik powiedział, że nie jest jego synem po tym, jak odważył się stanąć w obronie matki.

Wiele dzieci musi podejmować decyzje, czy zeznawać w sprawach sądowych przeciwko rodzicowi. Są zastraszone i szantażowane. Wiedzą, że czegokolwiek nie

zrobią, zawsze jednego z rodziców będą miały przeciwko sobie i mogą go stracić.

### **Odrzucenie**

Do odrzucenia dziecka często dochodzi, kiedy wkracza ono w okres dorastania i zaczyna manifestować swoją tożsamość (własne potrzeby, przekonania, zainteresowania, wizje życia, więzi z osobami spoza rodziny). Konflikty z rodzicami kończą się dla dziecka okazywaniem przez nich obojętności i wrogości, długotrwałym milczeniem, odmową opieki i pomocy, wyrzucaniem z domu. Dziecko, chcąc odzyskać miłość, musi poświęcić własne „ja”.

Młoda dziewczyna zrezygnowała z wymarzonych studiów w innym mieście, zostając z matką alkoholicką. Podjęła pracę nie spełniającą jej aspiracji, żeby ją utrzymać. Matka przepijała zarobione przez nią pieniądze. Dziewczyna zapłacała za to poczuciem życiowej klęski i zdrady samej siebie.

Czasami odrzucenie przez rodzica nie wynika w żaden sposób z działania dziecka, ale jest skutkiem poważnych zaburzeń w funkcjonowaniu psychicznym rodziców. Postępujące uzależnienie prowadzi do otępienia emocjonalnego – rodzic staje się niezdolny do okazywania uczuć. Czasami dochodzi też do poważnych zniekształceń w odbiorze rzeczywistości: ojciec – alkoholik podejrzewał żonę o ciągłą zdradę, w pewnym momencie stwierdził, że najmłodszy syn nie jest jego dzieckiem i zaczął nazywać go bękartem.

### **Wykorzystanie seksualne**

W rodzinach alkoholowych istnieje wysokie ryzyko wykorzystania seksualnego dzieci (Robinson 2003). Nadużywanie alkoholu sprzyja rozluźnieniu kontroli impulsów seksualnych. Ponadto niszczy więzi małżeńskie i powoduje występowanie u alkoholików problemów seksualnych. W związku z tym nawet osoby, które nie mają skłonności pedofilnych, mogą podejmować zachowania seksualne wobec dzieci.

Pijany ojciec wchodził w nocy do łóżka nastoletniej córki. Twierdził, że mu się pomyliło, myślał, że to żona. Inny mężczyzna czuł się odrażony przez żonę i zraniony w swojej męskości, ponieważ odmówiła mu współżycia i wyprowadziła się do pokoju dziecka. Swoje potrzeby seksualne przeniósł na najstarszą córkę, którą zaczął traktować jak dorosłą partnerkę, i współżył z nią. Matka, zajęta swoimi problemami, nie reagowała aż do czasu, gdy dziewczynka znalazła się w pogotowiu opiekuńczym z powodu ucieczek z domu i agresywnego zachowania.

Czasami wykorzystanie przybiera lżejsze formy. Ojciec jednej z dziewczynek chodził po domu w samych slipkach i onaniżował się na jej oczach. Czasami też podszczypywał ją lub robił uwagi na temat jej ciała, które miały podtekst seksualny. Matka traktowała dorastającego syna jak „swojego mężczyznę”: chłopiec miał ją czesać, robić masaże, myć plecy w kąpielni. Okazywała też silną zazdrość o jego koleżanki.

Wiele dzieci uczestniczących w terapii opowiadało też o wykorzystaniu seksualnym przez wujków, znajomych rodziny, starszego brata. Takie sytuacje szczególnie zdarzały się w domach, gdzie były częste libacje, a dzieci pozostawały bez opieki.

### **Zaniedbanie**

Czasami niepijająca matka potrafi zadbać o potrzeby dzieci. Gdzie indziej degradacja ról rodzicielskich powoduje zaniedbywanie dzieci w wielu ważnych dla nich obszarach.

### **Bezpieczeństwo i zdrowie**

Dzieci często bywają pozostawiane bez opieki w domu lub na ulicy, czasami do późnych godzin nocnych (kiedy w domu odbywały się libacje). Niekiedy przebywają pod opieką pijanego rodzica, który stanowi dla nich zagrożenie.

W wielu przypadkach rodzice nie interweniują w sytuacji ryzykownych zachowań dzieci, np. takich jak używanie

substancji psychoaktywnych. Niektóre dzieci nie są leczone, chociaż występują u nich symptomy choroby. Na przykład chłopiec, który nie dosłyszał z powodu zapalenia ucha, otrzymał pomoc dopiero po interwencji szkoły. Zdarza się, że w domu brakuje jedzenia.

W wielu rodzinach, pomimo dostatecznej sytuacji materialnej, nikt nie gotuje obiadów, przez co dzieci nabierają nieprawidłowych nawyków żywienia. Rodzice nie dbają o higienę: w świetlicach socjoterapeutycznych, z którymi współpracowałam, często zdarzały się dzieci odrzucone przez kolegów z powodu brudnego ubrania i nieprzyjemnego zapachu. Nocne awantury w domu wielu dzieciom uniemożliwiają spokojny sen i odpoczynek.

### **Rozwój intelektualny**

Większość dzieci, z którymi pracowałam, miało mniejsze lub większe problemy w nauce, często spowodowane zaniedbaniami ze strony rodziców. Rodzice nie interesują się nauką dziecka, nie okazują mu koniecznej pomocy, niekiedy nie zapewniają warunków (miejsce do pracy, spokój, przybory). Okazują bezradność, kiedy pojawiają się trudności, przyzwalają na niechodzenie do szkoły.

W wielu rodzinach, wobec przytłaczających je problemów, rozwój i wykształcenie dziecka ma małe znaczenie. Dzieci pozostawione bez pomocy, niekiedy przez wiele lat, odnoszą porażki. Niektóre wypadają z systemu szkolnego, inne dopiero w dorosłym życiu, po odbyciu terapii odkrywają, że mogą rozwijać się intelektualnie.

Często młodzieży, która kończy szkołę średnią, brakuje środków materialnych do kontynuowania nauki, a także wsparcia ze strony rodziny. Dziewczyna, która osiągała dobre wyniki w szkole, usłyszała od matki: *Tylko nie myśl, że będzie nas stać na studia*. Jej wizja dalszego życia i motywacja do pracy rozsypały się – przeniosła się do szkoły wieczorowej i nie przystąpiła do matury.

### **Przekazywanie norm i wartości**

Nadużywanie alkoholu przez rodziców może przyczyniać się do niekonsekwencji lub nieprzewidywalności działań wychowawczych (Holmes, Robins 1987). Jedna z młodych pacjentek opowiadała, że kiedy matka była pijana, wszystko uchodziło jej płazem (nawet kradzież), natomiast gdy była „na głodzie”, dziewczyna bała się głośniejsz odezwać. Czuli, że matce nie chodzi o jej wychowanie, tylko o własne potrzeby.

Przekazywanie norm i wartości w rodzinie alkoholowej jest utrudnione z wielu powodów: rodzice sami łamią normy, tolerują niewłaściwe zachowania dzieci, a niekiedy je do nich skłaniają. 14-letnia dziewczynka była namawiana przez rodzinę do składania fałszywych zeznań po to, żeby ochronić ojca alkoholika. Konieczność zaprzeczania i utrzymania w tajemnicy problemu alkoholowego powoduje, że cała rodzina żyje w kłamstwie. Taka sytuacja utrudnia rozwój moralny dzieci, a czasami prowadzi do demoralizacji.

### **Nadmierna odpowiedzialność i obowiązki**

Chaos i dezorganizacja życia rodzinnego powodują, że dzieci same próbują zapanować nad sytuacją, przejmując role rodziców – kosztem swego rozwoju inwestują w przetrwanie rodziny. Niektóre wykazują orientację i umiejętności radzenia sobie w różnych sytuacjach życiowych na poziomie osób dorosłych: 9-letni chłopiec gotował posiłki, płacił rachunki, wydzierając na nie pieniądze pijanemu ojcu; prał ubrania i opiekował się młodszym rodzeństwem. Jednak rzadko bywał w szkole, nie nauczył się czytać ani pisać, a w rozwoju fizycznym zatrzymał się na poziomie pięciolatka (pod względem wzrostu i wagi ciała) – z powodu niedożywienia i braku snu, przy jednoczesnym nadmiernym wysiłku organizmu.

Przejęcie na siebie odpowiedzialności przekraczającej siły dziecka prowadzi do kolejnych urazów, np. 21-letnia student-



ka przeżywała ogromne poczucie winy wobec siostry, którą biła, gdy ta nie chciała odrabiać lekcji; 17-letni chłopiec w poczuciu bezsilności pobił swojego ojca, a potem próbował popełnić samobójstwo. Niektóre dzieci stają się nadmiernie kontrolujące, żyją w stanie ciągłej czujności, co często prowadzi do zaburzeń psychosomatycznych (ból głowy, wrzody żołądka) lub całkowicie rezygnują z kontroli i odpowiedzialności, narażając się na poważne problemy w nauce lub pracy. Starsza młodzież ma problemy z podejmowaniem de-

cyzji w ważnych sprawach życiowych, co jest spowodowane lękiem przed zmianą.

### *Degradacja i rozpad rodziny*

Rodziny alkoholowe, szczególnie te, w których współwystępuje wiele problemów, są zagrożone degradacją i rozpadem. W przypadkach skrajnego zaniedbania dzieci mogą trafić do instytucji, takich jak pogotowie opiekuńcze czy dom dziecka<sup>6</sup>. Rozdzielenie z rodziną i wychowanie instytucjonalne może się dla nich stać źródłem dalszej krzywdy.

## Skutki krzywdy doznawanej przez dzieci

### Problemy w przystosowaniu się do wymagań środowiska pozarodzinnego

Jedną z najważniejszych funkcji rodziny jest przygotowanie dziecka do dorosłego życia: zbudowania trwałych relacji z ludźmi, podjęcia ról społeczno-rodzinnych i zawodowych. Rodzina alkoholowa spełnia to zadanie w destrukcyjny sposób. Dziecko wychowujące się w takiej rodzinie kształtuje fałszywą wizję świata na podstawie zaprzeczania problemom alkoholowym i fałszywą wizję siebie samego, skonstruowaną na użytek chorej rodziny. Otrzymuje też destrukcyjne wzory pełnienia ról społecznych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych (Brown 1995).

Można powiedzieć, że takie dziecko żyje w dwóch światach, w których panują sprzeczne reguły i wartości (Karasowska 2001). W **rodzinie** otrzymuje przekazy: Nie mów! Nie ufaj! Nie czuj! Nie zmieniaj! Rządzi silniejszy. Świat jest straszny, wrogi. Wszystkie wartości są podporządkowane konieczności utrzymywania tabu. Ważne potrzeby dziecka są sfrustrowane, a uczucia nie mogą być wyrażone.

Z takim багаżem dziecko idzie w **świat zewnętrzny** gdzie w relacjach z ludźmi ważne są: szczerłość, zaufanie, otwartość, akceptacja, prawda, wyrażanie siebie.

Świat zewnętrzny oferuje dzieciom możliwość zaspokajania ważnych potrzeb, wyrażenia uczuć, na które nie ma miejsca w rodzinie. Dziecko żyje w rozdarciu pomiędzy rodziną i światem zewnętrznym, przeżywa konflikty, często musi dokonywać dramatycznych wyborów.

Dziewczynka uczęszczająca na zajęcia w świetlicy socjoterapeutycznej zwierzyła się ze swojego problemu. Na zajęciach w świetlicy mówiono o ważnych wartościach, w tym o uczciwości. Tymczasem matka wieczorem wysłała ją na pole sąsiadów, żeby podkładała ziemniaki. Dziewczynka, postępując zgodnie z wolą matki, czuła się winna i zła. Jednocześnie czuła się odpowiedzialna za zdobycie pożywienia dla rodziny.

Dzieci pragną odnaleźć swoje miejsce w środowisku, jednak szybko odkrywają, że ich rodzina nie jest normalna i wstydzą się tego. 8-letnia dziewczynka, której rodzina została wyeksmitowana do baraków socjalnych, opowiadała w świetlicy, że mieszka w willi, a jej tato jest inżynierem. Pragnąc doświadczyć poczucia dumy ze swojej rodziny, konstruowała fikcyjną historię.

<sup>6</sup> Szacuje się, że blisko 90% dzieci w populacji wychowanków placówek opiekuńczo-wychowawczych stanowią dzieci alkoholików (www.parpa.pl).

W okresie dorastania wiele dzieci doświadcza głęboko skrywanego poczucia niższości i wyobcowania. Oto wypowiedź 18-latkii: *Nigdy, nawet podczas najlepszej zabawy, nie mogłam się pozbyć poczucia, że jestem gorsza i gdyby koledzy wiedzieli, jakich mam rodziców [...]. Próbowałam to jakoś ukryć, ale wtedy zachowywałam się nie-naturalnie i zniechęcałam innych do siebie.*

Dzieci żyjące w rodzinach alkoholowych przystosowują się do życia w świecie chaosu i przemocy. Wykształcają silne mechanizmy obronne, które chronią ich równowagę psychiczną, umożliwiają przetrwanie w rodzinie, ale jednocześnie utrudniają funkcjonowanie w świecie zewnętrznym. Czasami zachowanie dziecka bez znajomości kontekstu rodzinnego wydaje się bardzo zaburzone, wręcz nienormalne.

Matka 14-letnich bliźniaczek przyszła do mnie przerażona zachowaniem córek, twierdząc, że na pewno potrzebują pomocy psychiatry. Dziewczynki kupiły nóż i mówiły, że zabiją ojca. Okazało się, że ojciec alkoholik i sprawca przemocy atakował matkę, która uciekała do pokoju córek. Bliźniaczki w rozmowie ze mną wyznały, że: *Ostatnio ojciec dusił mamę na naszym łóżku i nie mogłyśmy go powstrzymać, bałyśmy się, że ją zabije, dlatego kupiłyśmy nóż, bo same mamy za mało siły, żeby go pokonać.*

Tak więc z pozoru szalone zachowanie dziewczynki, w gruncie rzeczy, było funkcjonalne – służyło ochronie życia matki, jedynej osoby, która dawała im oparcie.

18-letni chłopak, skierowany do mnie przez psychiatrę, skarżył się na bezsenność, ciągłe napięcie i czujność. Nie potrafił się odprężyć nawet w bezpiecznym otoczeniu i bardzo mu to przeszkadzało w kontaktach z dziewczyną. Prosił o pomoc w pozbyciu się napięcia i bezsenności. Zapytany o sytuację w rodzinie stwier-

dził, że rodzice alkoholicy są agresywni i opisał typowe zdarzenia: siedział na krześle i nagle przeleciało mu koło głowy żelazko rzucone przez jednego z rodziców. Na szczęście zdążył się uchylić. Innym razem podczas bezsennej nocy poczuł ulatniający się gaz – to rodzice zapomnieli zakręcić kurki. Zapytałam go, co by się stało, gdybym pomogła mu zrealizować cel, który sobie postawił, gdyby się rozluźnił i dobrze spał. Chłopiec zastanowił się chwilę i stwierdził, że pewnie mógłby stracić życie.

### Doraźne skutki krzywdy

Doraźne skutki krzywdy doznawanej przez dzieci w rodzinach alkoholowych wynikają głównie z ciężkiego stresu, na jaki są narażone. Powoduje on cierpienie i lęk, obniżenie odporności i zaburzenia somatyczne, urazy fizyczne i psychiczne (Mellibruda 2001). Jak wynika z pracy opublikowanej przez Witolda Skrzypczyka (2001), dzieci, które przeżyły w swoich rodzinach zdarzenia traumatyczne, najczęściej doświadczały takich uczuć, jak: wstyd za rodzica (40%), poczucie winy (23%), strach przed rodzicem (41%), osamotnienie (57%), złość lub nienawiść do rodzica (80%). Jako konsekwencje traumatycznych przeżyć u dzieci mogą rozwijać się trudności w nauce, zaburzenia zachowania, stany pourazowe<sup>7</sup>.

### Odrzucenie przez otoczenie

Każde z zaburzeń będących reakcją dziecka na doznane urazy, początkowo pełni funkcję adaptacyjną – ma pomóc w poradzeniu sobie ze skutkami traumy, w utrzymaniu równowagi psychicznej. Jednak w dalszej perspektywie staje się źródłem kolejnych problemów w jego życiu. Wspomniana wcześniej dziewczynka, która przedstawiła w świetlicy fałszywy wize-

<sup>7</sup> James B. (2003) pisze o *stanach warunkowanych urazem psychicznym, które są zbiorem emocjonalnych zakłóceń, mających swój początek w traumatycznych doświadczeniach*. Opisuje dziewięć kategorii stanów pourazowych, łącznie z ich typową dynamiką, konsekwencjami psychicznymi i charakteryzującym je zachowaniem: poczucie winy, poczucie bezsilności, strata i porzucenie, fragmentacja doświadczenia cielesnego, stygmatyzacja, erotyzacja, zachowania destrukcyjne, zaburzenia dysocjacyjne, zaburzenia relacji przywiązania. Opisane tu problemy często występowały u dzieci alkoholików, z którymi pracowałam.

runek swojej rodziny, została odrzucona przez wychowawczynię i dzieci, kiedy prawda wyszła na jaw. Chłopiec, który był ofiarą przemocy ze strony pijącego ojca, stał się „czarną owcą” w szkole. Jego nieufność i agresja w stosunku do nauczycieli i kolegów została przez nich odebrana jako celowe, złośliwe działanie. Odrzucenie i represje, których doświadczał, powodowały narastanie zaburzeń w zachowaniu i chłopiec musiał odejść ze szkoły.

Dzieci z rodzin alkoholowych niekiedy traktowane są przez otoczenie jak „dzieci specjalnej troski”. Zamiast wsparcia i normalnego traktowania, otrzymują wtedy litość i pobłażanie. Dziewczynka, która musiała się opiekować młodszym rodzeństwem, kiedy matka piła, często nie przychodziła do szkoły. W związku z tym miała duże zaległości w nauce. Nauczyciele usprawiedliwiali jej nieobecności i przepychali z klasy do klasy. Nie wierzyli, że może się czegokolwiek nauczyć i chcieli, żeby jak najszybciej odeszła ze szkoły.

Powyższe przykłady pokazują, że otoczenie, w szczególności szkoła, często nie rozumie problemów, jakie przeżywają dzieci alkoholików i nie potrafi im pomóc. Niewłaściwe reakcje wobec nich powodują dalszą krzywdę.

### Zagrożony rozwój

Dzieci alkoholików narażone są na większe ryzyko wystąpienia problemów w okresie rozwojowym, a także w dorosłym życiu, takich jak: choroby psychosomatyczne, zaburzenia emocjonalne i uzależnienia, brak satysfakcji z życia, trudności we współżyciu z ludźmi, predyspozycje do stosowania przemocy. Można tu mówić o długofalowych skutkach krzywdy doznawanej przez te dzieci (Mellibruda 2001).

Stopień zagrożenia nie jest jednakowy dla wszystkich rodzin. Szczególnie znacze-

nie mają takie czynniki ryzyka, jak: zaburzenia psychiczne występujące u rodziców, wzór picia alkoholu, możliwości intelektualne rodziców, agresja w rodzinie, socjoekonomiczny status rodziny. Występowanie tych czynników w środowisku rodzinnym zwiększa prawdopodobieństwo wystąpienia zaburzeń u dziecka.

W mojej praktyce obserwowałam u starszej młodzieży (18–24 lat) skutki urazów doświadczonych we wcześniejszych okresach życia. Niektóre z nich miały charakter trudności rozwojowych, np. trudności w zbudowaniu spójnego i adekwatnego obrazu siebie, określeniu celów i drogi życiowej (wybór szkoły, kariery zawodowej), nawiązywaniu trwałych relacji przyjacielskich i intymnych. U części z tej młodzieży występowała tendencja do powtarzania destrukcyjnych wzorów rodzinnych (nadużywanie substancji psychoaktywnych, stosowanie przemocy wobec partnera, wybór partnera, który nadużywał alkoholu i/lub był agresywny). Występowały też zaburzenia o charakterze lękowym i depresyjnym oraz zaburzenia odżywiania.

Polskie badania nad dorosłymi dziećmi alkoholików<sup>8</sup> pokazują występowanie podobnych problemów, jak u opisywanej tu młodzieży: w ich obrazie siebie dominuje pesymistyczna perspektywa i poczucie słabości w zmaganiu się z życiem (Nikodemka 2002). Stwierdzono także u tych osób nasilenie objawów psychopatologicznych: lęku, depresji, wrogości i nadwrażliwości interpersonalnej, którym towarzyszy słabe poczucie koherencji – brak poczucia zrozumiałości i sensowności życia oraz poczucie braku zaradności wobec trudności, jakie z sobą niesie.

Można sądzić, że problemy w funkcjonowaniu dzieci alkoholików, które ujawniają się w okresie rozwojowym, mogą narastać w dalszych okresach życia.

<sup>8</sup> Badania dorosłych dzieci alkoholików, zgłaszających się do Ośrodka Psychoterapii IPZ po pomoc psychologiczną w latach 1996–2002.

## Podsumowanie

Wiele dzieci wychowujących się w rodzinach alkoholowych doznaje poważnej krzywdy. Dzieci te nie mogą zmienić swojej sytuacji. Ich cierpienie nie kończy się na doświadczeniach przeżywanych w rodzinie. Niektóre z nich odnoszą niepowodzenia szkolne i w kontaktach z rówieśnikami.

Skutki krzywdy doświadczonej w dzieciństwie mogą się rozciągać na ich dalsze życie. Część z tych dzieci jest predysponowana do powtórzenia losu swoich rodziców. Tylko pomoc z zewnątrz, skierowana na rodzinę i samo dziecko, może zapobiec dalszym zniszczeniom w ich życiu.

*It is estimated that about 2 million Polish children live in families with alcohol problems. Such families' functioning - and thus the situation of children living there - is significantly affected by several factors, such as alcohol abuse of one or both parents, co-addiction, family roles dysfunctions, parents' mental disorders (e.g. depression and asocial personality), lack of important life skills (especially parenting skills), and poverty. Many of these children experience various forms of abuse and neglect in their families. They cannot change their situation and their suffering is not restricted to the family life. Some of them have difficulties in adapting to the demands of other (non-family) environments, failing at school and in peer groups. Childhood abuse may have long-term effects on their lives. Some of these children are predisposed to follow their parents' life paths. The author describes abuse and its consequences for the child's development, drawing on her experience in therapeutic work with alcoholic families, as well as training and consulting programs that she has conducted for professionals working with children who live in such families.*

## Literatura

- Bushweller K. (1995), *The resilient child*, „The American School Board Journal” nr 18–23.
- Brown S. (1995), *Bezpieczne przejście. Powrót do zdrowia dorosłych dzieci alkoholików*, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Holmes J.S., Robins L.N. (1987), *The influence of childhood disciplinary experience on the development of alcoholism and depression*, „Journal of Child Psychology and Psychiatry” nr 28, s. 399–415.
- James B. (2003), *Leczenie dzieci po urazach psychicznych*, PARPA, Warszawa.
- Karasowska A. (2001), *Przemoc w rodzinie z problemem alkoholowym*, „Niebieska Linia” nr 3.
- Mellibruda J. (2001), *O zjawisku krzywdzenia dzieci w rodzinie*, „Niebieska Linia” nr 2.
- Nikodemaska S. (2002), *Funkcjonowanie psychospołeczne DDA przed i po terapii*, „Terapia Uzależnienia i Współuzależnienia” nr 6.
- Robinson B.E., Lyn Rhoden J. (2003), *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*, PARPA, Warszawa.
- Skrzypczyk W. (2000), *Dzieci alkoholików – zdarzenia traumatyczne*, PROM, Łódź.