

Witold Skrzypczyk

Profilaktyczno-Rozwojowy Ośrodek Młodzieży i Dzieci PROM
w Łodzi

Dzieci alkoholików – czy można im pomóc?

Artykuł prezentuje ideologię i przebieg turnusów terapeutycznych dla dzieci alkoholików, znanych pod nazwą własną „Strzyżyna”, które cieszą się dużym zainteresowaniem wśród zdrowiejącej we Wspólnocie Alateen młodzieży. Co roku uczestniczy w nich kilkadziesiąt młodych osób z całego kraju. Od kilku lat organizacją i prowadzeniem turnusów zajmuje się kadra terapeutyczna ośrodka PROM w Łodzi. Sprawdzony program i renoma, jaką cieszą się turnusy sprawia, że zgłasza się na nie dwukrotnie więcej dzieci alkoholików, niż może w nich uczestniczyć.

Mamuniu [...]

[...]wiele przeżyłam, Ty o tym wiesz, lecz boisz się do tego przyznać sama przed sobą. Gdy miałaś mężczyzn, byłam o Ciebie bardzo zazdrosna, lecz jeszcze bardziej cierpię, gdy moim rywalem jest alkohol, wobec niego czuję się bezradna. Wiele razy czułam się odrzucona, nieważna, potępiana, gdy mnie obwiniałaś za wszystko, co się stało.

Wiem, że czujesz się samotna, potrzebujesz czułości mężczyzny, chcesz, aby się Tobą opiekowano i kochano Ciebie tak, jak pragnie tego każda wrażliwa kobieta.

Wiem również, że nie mogę Ci tego zapewnić. Proszę jednak o to, abyś wybrała sobie jako partnera kogoś, kto nie pije, nie znęca się nad Tobą i nade mną.

Tak bardzo jestem szczęśliwa, gdy nie pijesz. Cieszę się z każdego dnia, godziny, minuty Twojej trzeźwości. Myślę czasem nad tym, co wolę: czy być z Tobą i alkoholem, czy też być u taty z macochą. I stwierdzam, że tylko z Tobą, nie zwracając uwagi na Twoją chorobę, pragnę być.

I mogę cierpieć cały miesiąc, ażeby później być z Tobą – trzeźwą, i będzie warto. Cieszę się strasznie, właściwie nie starczyłoby długopisów na świecie, aby opisać moje szczęście z tego powodu, że ostatnio starasz się nie pić. Masz „wpadki”, ale trudno. Taką Cię kocham i taką akceptuję, aczkolwiek byłabym szczęśliwsza, gdyby to Ci się nie zdarzało. Dajesz mi tak dużo ciepła, jak jesteś trzeźwa i jesteś taka inteligentna, jednym słowem – wspianała...

(fragment listu do matki)

Zamiast wstępu

Był rok 1989. Uczestniczyłem w spotkaniu wspólnot Anonimowych Alkoholików¹, Al-anon oraz Alateen w Gdańsku-Jelitkowie. Na jednym z mitingów² nagle usłyszałem młody, dziewczęcy głos: *Mam na imię Agnieszka, jestem córką alkoholiczki*. Cała sala zamarła w oczekiwaniu. Dziewczynka mówiła o swoich przeżyciach, o krzywdzie, o nienawiści do obojga rodziców, o ciągłym lęku i wstydzie, a pod koniec wypowiedzi o miłości do nich i o swojej wielkiej nadziei, że jej życie zmieni się, że matka przestanie kiedyś pić i że będą szczęśliwą rodziną. Łzy pojawiły się w moich oczach, wzruszenie odebrało mi mowę. Zobaczyłem nagle moje własne dzieciństwo, dzieciństwo moich córek, niewiedząco skąd przysłała mi do głowy zwarżona myśl, a właściwie prośba do Boga: *Spraw, żeby moje córki, żeby wszystkie dzieci alkoholików mogły tak myśleć*.

Nie przypuszczałem wtedy, że to właśnie spotkanie i ta właśnie myśl, która już nigdy nie dawała mi spokoju, tak odmieni moje życie. To właśnie tam, w Jelitkowie, zaczęła się moja przygoda z dziećmi alkoholików. Rok później byłem opiekunem jednej z grup młodzieży na swoim pierwszym turnusie terapeutycznym dla dzieci alkoholików w Strzyżynie³, organizowanym przez dra Bohdana Woronowicza,

szefa oddziału odwykowego w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.

Były to wtedy jedne z pierwszych turnusów terapeutycznych dla dzieci alkoholików, oparte w całości na ideologii wspólnoty Alateen. Nawzajem nauczyliśmy się być ze sobą; dzieci i my dorośli, w jakże odmiennych warunkach niż te w „normalnym życiu”. Nauka ta wszystkim wyszła na dobre.

Dzisiaj, po kilkunastu latach od tamtego zdarzenia, kieruję pracą Profilaktyczno-Rozwojowego Ośrodka Młodzieży i Dzieci PROM w Łodzi i w całej Polsce mam mnóstwo młodych przyjaciół, którzy otwarcie mówią o miłości, nienawiści oraz nadziei, że ich życie będzie wspaniałe, mimo że dzieciństwo mieli nieszczególne.

Turnusy terapeutyczne dla dzieci alkoholików, znane pod nazwą własną „Strzyżyna”, mimo że od kilku lat odbywają się w Rochnie⁴, cieszą się dużym zainteresowaniem wśród zdrowiejącej we Wspólnocie Alateen młodzieży. Co roku uczestniczy w nich kilkadziesiąt młodych osób z całego kraju. Od kilku lat kadra terapeutyczna ośrodka PROM w Łodzi zajmuje się organizacją i prowadzeniem turnusów. Sprawdzony program i renoma, jaką cieszą się turnusy sprawia, że zgłasza się na nie dwukrotnie więcej dzieci alkoholików, niż może w nich uczestniczyć.

Kim są?

Są to młodzi ludzie, w których życiu alkohol zajmował – bądź zajmuje – ważne, specyficzne miejsce, córki i synowie ojców alkoholików i matek alkoholiczek.

Czasem sami mają za sobą doświadczenia picia i brania. Są to ci, którym udało się dostać na turnus w danym roku, mieszkają w różnych miejscach Polski,

¹ Anonimowi Alkoholicy (AA), Al-anon, Alateen – ruch wspólnotowy skupiający osoby uwikłane w problem alkoholowy. Podstawowym celem wspólnot jest radzenie sobie z problemem alkoholowym. Służy temu program Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji. Wspólnota AA powstała w Stanach Zjednoczonych w 1935 r.

² Mityng – spotkanie członków Wspólnoty, na którym uczestnicy dzielą się swoimi doświadczeniami.

³ Strzyżyna – miejscowość, w której organizowane były pierwsze turnusy terapeutyczne, oparte na programie Dwunastu Kroków Wspólnoty AA, Al-anon i Alateen.

⁴ Rochna – mała miejscowość pod Łodzią, w której od kilku lat odbywają się turnusy terapeutyczne oraz konferencje dla dzieci alkoholików zdrowiejących we Wspólnocie Alateen.

w dużych wojewódzkich miastach, ale także w małych wioskach podobnych do tej, która ich gości przez dwa tygodnie. Dolna granica wieku uczestników turnusu to ukończone 14 lat. Najstarsi – to młodzież w wieku 18–19 lat. Co roku zgłasza się około 80 osób; pojechać może tylko połowa zainteresowanych.

Gdy przeglądam karty zgłoszeń, wydaje mi się wręcz nieprawdopodobne, że można być tak poranionym i mimo wszystko funkcjonować. Ankiety, które wysyłamy dzieciom przed turnusem, pełne są krzyżyków po stronie „tak”: nieśmiałość, wybuchy złości, trudności w nauce, trudności w wyrażaniu uczuć, częsty płacz, samookaleczenia, myśli i próby samobójcze – to najczęściej zgłaszane przez młodzież problemy.

Potem, już w trakcie trwania turnusu, można zauważyć kolejne deficyty. Znaczną część uczestników cechuje nierównomierny rozwój, w niektórych sferach znacznie wyprzedzają rówieśników, natomiast w innych funkcjonują znacznie poniżej swojego wieku rozwojowego. Często związane to było z rolą, jaką pełniło dziecko w zaburzonym alkoholizmem rodzica systemie rodzinnym. Czasem jest to nadmierny rozwój intelektualny z jednocześnie brakiem umiejętności funkcjonowania w środowisku rówieśniczym, niekiedy doskonale rozwinięte umiejętności życiowe, w zasadzie na poziomie dorosłego, ale kosztem nauki i beztroski wieku dziecięcego. Niektóre z kolei mają silnie rozwiniętą wyobraźnię i kreatywność przy zupełnie fałszywym obrazie otaczającej ich rzeczywistości.

Tego typu zaburzenia wiązały się najczęściej ze sposobem, w jaki dziecko przystosowywało się do trudnej sytuacji rodzinnej – po prostu inwestowało całą swoją energię w rozwój tej sfery, która była dla niego istotna z punktu widzenia przetrwania w tak specyficznym środowisku rodzinnym.

Najczęstsze, dające się zidentyfikować urazy i problemy dzieci na podstawie ich prac i wypowiedzi na turnusie to:

- **Odrzucenie dziecka przez jedno lub oboje rodziców** – silny lęk przed odrzuceniem, brak zaufania do siebie i do innych, niskie poczucie wartości było powodem takich zachowań, przez które dziecko bardzo często samo prowokowało odrzucenie. Dzieci te miały często problemy z przystosowaniem się w grupie rówieśniczej oraz problemy ze znalezieniem przyjaciół.
- **Niezaspokajanie uczuć i potrzeb dziecka** – jest to skutek koncentracji dorosłych na alkoholu i osobie pijącej oraz na problemach, które są z tym związane. W takiej sytuacji dzieci doświadczają braku znaczenia swoich uczuć i potrzeb; równie często te uczucia i potrzeby odrzucają, koncentrując się na uczuciach i potrzebach rodziców. Dzieci nie potrafią mówić o swoich potrzebach, a pytanie o ich własne uczucia wprawia je w zakłopotanie, a czasem i frustrację.
- **Chaos i dezorganizacja życia** – to problemy oczywiste w rodzinach z problemem alkoholowym. Dzieci często same próbują zapanować nad sytuacją rodzinną, przejmując często rolę rodziców. Wszystko to odbywa się kosztem ich rozwoju. Czasami życie w ciągłym pogotowiu i czujności powoduje nawet zaburzenia somatyczne, takie jak bóle głowy, żółtaczka, wymioty itp.
- **Nieprawdziwe postrzeganie rzeczywistości** – chcąc utrzymać za wszelką cenę więź z rodzicami, dzieci często przyjmują wersję rzeczywistości podawaną przez rodziców, uważając ją za swoją. W ten sposób tworzą sobie fałszywą mapę świata. Tak kształtowana rzeczywistość ma wpływ na rozwój emocjonalny, poznawczy, a także na rozwój własnej tożsamości.
- **Brak dobrych wzorców i norm** – brak pozytywnych autorytetów i życie bez norm powoduje, że dziecko czuje się cały czas zagrożone. Stworzenie własnego systemu wartości, a także odpowiedź na pytanie, kim jestem, jest w takiej sytuacji bardzo trudna i często kończy się poważ-

nymi zaburzeniami tożsamości. Niektóre z dzieci próbowały budować swoją tożsamość na podstawie opinii innych osób. Takie działania pogłębiały tylko ich poczucie zagrożenia, ponieważ powodowało to nakładanie się fałszywego „ja” na „ja” prawdziwe.

- **Przemoc fizyczna, seksualna i emocjonalna** – doznawanie lub bycie świadkiem przemocy przejawia się bardzo poważnymi zaburzeniami emocjonalnymi. Dzieci nie radzą sobie z tak silnymi uczuciami, często sprzecznymi, nie są w stanie zintegrować tych uczuć: „jak może to robić mi ktoś, kto mówi, że mnie kocha?”. Stąd wynikają bardzo silne mechanizmy obronne, takie jak wyparcie, rozdwojenie, dysocjacja. Ta grupa dzieci i młodzieży potrzebuje znacznie więcej pomocy i wsparcia, a czasem wręcz specjalistycznej pomocy psychologicznej bądź psychiatrycznej.

Problemy, które ujawniają dzieci są złożone i wymagają indywidualnego podejścia. Oczywiście młodzież ta ma wiele cech wspólnych, co umożliwia pracę terapeutyczną w grupie i sprawia, że jest ona efektywna. Nie można jednak nie brać pod uwagę indywidualnych przy-

Program zdrowienia

Idea grup samopomocowych Alateen jest w programie turnusów najistotniejsza. Program Dwunastu Kroków, mityngi w małych grupach i mityngi całego turnusu, przestrzeganie zasad i tradycji grup samopomocowych to najważniejsze elementy programu. Nie mniej ważne jest także to, co wniósł profesjonalizm – wykłady, warsztaty tematyczne, gry i zabawy kooperacyjne oraz całe mnóstwo indywidualnych rozmów, sesji problemowych i komunikacyjnych. Wszystko to zawarte jest w sztywnych ramach czasowych, od rana do wieczora przez 13 kolejnych dni.

Program jest bardzo elastyczny. Przygotowanych jest zazwyczaj kilka wersji zajęć, w zależności od tego, co wydarzy się w trakcie pracy (staramy się podążać za procesem grupowym). Wieczorne zebra-

padków oraz rozpatrywać ich w oderwaniu od rodziny, w której te dzieci żyją i wzrastają, ponieważ istnieje niebezpieczeństwo narażenia dziecka na konflikt w systemie rodzinnym, jeśli ten pozostanie niezmienny. Jest to jeden z największych dylematów turnusów terapeutycznych, zwłaszcza gdy trafiają do terapii dzieci rodziców jeszcze pijących.

Na szczęście zdecydowana większość to dzieci rodziców, z których chociaż jedno korzysta już z różnego rodzaju pomocy w ośrodkach terapeutycznych lub we wspólnotach Anonimowych Alkoholików i Al-anon. To zdecydowanie zwiększa szansę na wsparcie i zrozumienie zmian w myśleniu i funkcjonowaniu dziecka po odbytej terapii, przynajmniej ze strony jednego rodzica.

Charakterystyczne jest to, że na turnusy terapeutyczne trafiają dzieci rodziców, którzy sami w podobny sposób radzili sobie ze swoimi problemami. Ta magia sposobu radzenia sobie z problemem powoduje, że z roku na rok chętnych do uczestnictwa w turnusach i doświadczenia na sobie „czaru” zdrowienia jest coraz więcej.

Idea zespołu decydują o ostatecznym kształcie zajęć w następnym dniu. Ostatnio niewiele jest odstępstw od stałego programu, czasem wcześniej trzeba zajmować się przemocą i nadużyciami seksualnymi, czasem przestawić warsztat z elementami asertywności, a niekiedy, po prostu, trzeba pozwolić młodym ludziom na odreagowanie poprzez spacer lub grę w piłkę.

Istotne w trakcie trwania turnusów są normy i zasady obowiązujące wszystkich uczestników; tych, którzy przyjeżdżają w nadziei, że być może coś się w ich życiu zmieni, ale także dorosłych opiekunów, którzy służą im wiedzą, wsparciem i pomocą w zrozumieniu trudnych spraw, z którymi przyjechali. Normy są bardzo rygorystyczne, mają służyć terapii i pracy własnej: zakaz palenia papierosów, picia

alkoholu, oglądania telewizji i korzystania z telefonów komórkowych oraz zakaz odwiedzin w trakcie trwania turnusu.

Zasady te są wpisane w program turnusu, są jego integralną częścią. To one sprawiają, że kolejne grupy młodzieży bez sprzeciwu sprzątaję jadalnię, podają posiłki, a także zajmują się prowadzeniem społeczności i mityngów. Już po kilkunastu godzinach społeczność turnusu jest zadowolona, czuje się bezpiecznie, prawie wszystko jest przewidywalne, stałe, zupełnie inne niż w ich rodzinnych domach.

Jedyną konsekwencją łamania norm i zasad jest wcześniejsze opuszczenie turnusu. Uczestnicy wiedzą o tym kilka miesięcy wcześniej, zanim zdecydują się na udział w terapii. Normy i zasady są wysyłane do domów razem z kartami zgłoszeń. Uczestnicy mają czas zastanowić się, mogą wybrać: jechać czy nie jechać. Normy podpisują też rodzice lub opiekunowie dzieci, aby odpowiedzialność za podjęcie decyzji spoczywała nie tylko na dziecku.

Program pozwala uczestnikom mówić o trudnych sprawach, o których nigdy nikomu nie mówili. Każdy z nich ma szansę być wysłuchanym, akceptowanym, może dostać wsparcie od dorosłych i swoich rówieśników, może mówić: „kocham cię i nienawidzę” – bez przykrych konsekwencji dla siebie, w atmosferze bezpieczeństwa, zrozumienia i życzliwości. Pobyt na turnusie pozwala im uwierzyć w to, że możliwa jest zmiana, że nie muszą w swoich trudnych sytuacjach trwać z opuszczonymi rękami, że mogą działać. Mogą też pomagać innym, mogą być i czuć się potrzebni.

Wielu z nich wyrośnie na przyszłych liderów prowadzących grupy Alateen w swoich środowiskach. Ale żeby było to możliwe, musimy stworzyć im jak najbardziej bezpieczne warunki do pracy na turnusie i do przyjmowania nowej wiedzy; często zupełnie innej niż ta, którą znali do tej pory.

Na początku turnusu odbywa się podział na grupy według klucza – znajomi kierowani są do oddzielnych grup. Ma to

zapewnić otwartość i bezpieczeństwo w ujawnianiu trudnych faktów ze swojego dzieciństwa. Grupy są niewielkie (6–8-osobowe). Pozwala to uczestnikom dosyć dobrze poznać się w trakcie dwutygodniowego pobytu.

Następnie odbywa się trochę zabaw integracyjnych i wybór lidera grupowego – osoby, która ma być pośrednikiem pomiędzy dorosłą kadrą a młodymi uczestnikami. Lidera, który jest na tyle autorytetem, że grupa godzi się na to, by tym pośrednikiem był.

Dalej zaczyna się już realizacja programu. Najpierw poznajemy się, ustalamy szczegółowe zasady pracy i wspólnego bycia ze sobą. Służą temu codzienne zebrania społeczności, gry i zabawy kooperacyjne, spotkania w małych grupach i niezliczona liczba indywidualnych rozmów.

Rano spotykamy się w dużej grupie. Uczestniczy w niej cała społeczność turnusu. W programie są wykłady, warsztaty, psychodramy – staramy się dostosowywać zajęcia do poziomu poznawczego młodych ludzi. Pierwszy tydzień zajmujemy się destrukcją rodziny spowodowaną alkoholizmem: istota choroby alkoholowej, wpływ alkoholizmu na rodzinę, role dzieci, przemoc i nadużycia seksualne – to tematy kolejnych spotkań.

Po obiedzie pracą w małych grupach kierują liderzy młodzieżowi. Tutaj dominuje program wspólnoty Alateen. Bezsilność wobec osoby pijącej, brak wpływu na własne życie, koncentracja życia na problemach dorosłych, świadomość własnych ograniczeń, odwoływanie się do siły większej – to kolejne tematy spotkań, które w każdym dniu kończy „duży” mityng Alateen. Odzwierciedla on pracę każdego dnia turnusu.

Dzień kończy się bilansem. Każdy mówi o rzeczach dla niego najbardziej ważnych, najbardziej istotnych, o radościach, smutkach, ale także o różnego rodzaju odkryciach, które były jego udziałem w mijającym dniu. Jest to czas na zakotwiczenie doświadczeń, na porządkowanie wiedzy. Jeszcze tylko kilka zdań w dzienniczku

uczuciu, jeszcze kilka wieczornych spacerów i długich rozmów z tymi, co najbardziej potrzebują pomocy oraz wsparcia, i dzień się kończy. Jutro zacznie się następny.

Ten pierwszy tydzień jest trudny dla wszystkich uczestników turnusu, bowiem poruszająca wiedza, proces grupowy i wzajemne poznawanie się nakładają się na siebie. Lecz jednocześnie jest to czas integracji, wzajemnego zrozumienia, poczucia przynależności do grupy, uczenia się, że to, co mnie spotkało, nie dotyczy tylko mnie i że nie ja jestem za to odpowiedzialny. Jest to czas budowania swego rodzaju wspólnoty – wspólnoty dzieci alkoholików, które nie stoją bezczynnie wobec problemu alkoholizmu w swoim domu.

Niedziela jest dniem trochę luźniejszym. Do południa jedni idą na długi spacer, inni do kościoła; jest to czas gier i zabaw na świeżym powietrzu, nawet wieczorny mityng jest trochę radośniejszy. Pojawiają się tematy o miłości, przyjaźni. Jest to wyraźny sygnał, że praca nad destrukcją już się zakończyła, że pora wkładać w ręce młodych ludzi sposoby i pomysły na konstruktywne życie.

W kolejnych dniach pracujemy nad poczuciem własnej wartości, zajmujemy się asertywnością, budujemy nową mapę świata, planujemy zmiany. Jest to tydzień bardzo radosny, dzieciaki chodzą uśmiech-

nięte i tylko czasem wieczorem ktoś uro- ni łezkę na bilansie dnia, ale tym razem z powodu zbliżającego się już końca turnusu. Czasem ktoś powie, że będzie mu brakować porannej gimnastyki lub kogoś, z kim zdążył się już zaprzyjaźnić.

Ci z uczestników, którzy mają rodziców leczących się i już jakiś czas niepijących, z radością mówią o powrocie do domu. Niecierpliwie oczekują na spotkania ze swymi rodzicami, są skłonni natychmiast dzielić się z nimi swoimi doświadczeniami, przeżyciami z dwutygodniowego pobytu.

Natomiast ci, którzy stoją przed koniecznością powrotu do pijących opiekunów, niechętnie wyjeżdżają, długo żegnają się ze swoimi nowymi przyjaciółmi, mówią o lęku przed powrotem do domu i wylewają morze łez, wtuleni w osoby, którym często po raz pierwszy w życiu zaufali. Te dzieci potrzebują najwięcej wsparcia i pomocy, więc wyszukujemy im na ich terenie miejsca i osoby, do których mogliby się zwrócić, osoby, które pomogłyby im założyć grupę Alateen, udostępnić pomieszczenie na spotkania. To właśnie w tej grupie jest najwięcej młodych ludzi, którzy w przyszłości będą liderami grup Alateen. To właśnie oni najczęściej inicjują spotkania i swoje „strzyżnińskie” doświadczenia przekazują swoim rówieśnikom. To dzięki nim rozrasta się Alateen.

Wnioski

W moim przekonaniu turnusy terapeutyczne dla dzieci alkoholików, realizowane na podstawie programu Wspólnoty Alateen, są jedną z sensowniejszych form pomocy (terapeutycznej), jaka jest w tej chwili do zaoferowania tej specyficznej grupie. Świadczy o tym chociażby coraz większa popularność turnusów. W każdym roku zgłasza się dużo więcej kandydatów, niż jest miejsc na turnusie. Dzieci same piszą rozpaczliwe listy o przyjęcie ich na „strzyżnińskie” turnusy.

Myślę, że najistotniejszymi elementami tych turnusów jest to, że dają one mło-

dym ludziom poczucie bezpieczeństwa, więzi, przynależności oraz poczucie przewidywalności zdarzeń i wpływu na własne życie. Bardzo często takie dwutygodniowe doświadczenie trwale wpisuje się w pamięć młodego człowieka, nadając jego życiu kierunek, zmierzający w stronę konstruktywnych zmian oraz motywację do nich. Niekiedy rozbudzony w ten sposób proces samorealizacji sprawia, że życie młodego człowieka nabiera sensu, a przynajmniej ma określone cele i dążenia, jakże odmienne od tych, wynikających tylko i wyłącznie z potrzeby przetrwania.

Niewątpliwym efektem turnusów jest powolny, ale stały wzrost liczebności grup samopomocowych Alateen. Co prawda, niektóre z nich są prowadzone przez dorosłych lub funkcjonują jako grupy zajęciowe w świetlicach środowiskowych czy przy klubach abstynenta, jednakże zasilane uczestnikami „strzyżyńskich” turnusów zmieniają zasady swojego funkcjonowania i często zaczynają się posługiwać ideologią i programem wspólnoty Alateen.

Duża liczba listów od młodzieży, proszącej o ponowny przyjazd na turnus na kolejne „kroki” (etapy terapii), świadczy o rozpoczętym w młodych ludziach procesie samorealizacji i pomyśle na dalszą pracę nad sobą. Niekiedy jest to wynik zaszczepionej na turnusach idei pomagania innym ludziom, co ustawia tą młodzież w zupełnie innej perspektywie do otaczającego ją świata, jakże odmiennej od tej, z jaką przybyli na pierwszy turnus.

Dyskusyjny może być problem uczestnictwa w turnusach dzieci i młodzieży z rodzin „czynnych” alkoholików. Perspektywa powrotu do pijących rodziców jest dla nich dodatkowym stresem. Dla tych dzieci pobyt na turnusach to swojego rodzaju wyspa na morzu nieszczęścia i dobrze by było zorganizować dla nich „kładki” w wielu miejscach, aby młodzież ta mogła bezpiecznie przemieszczać się z wyspy na wyspę. Kładki te to odpowiednia pomoc

i wsparcie pracownika socjalnego, pedagoga szkolnego, sąsiada, dzielnicowego.

By jednak było to możliwe, potrzebny jest większy społeczny dostęp do wiedzy o uzależnieniach, dysfunkcji rodzinnej i patologii, którą za sobą niesie jedno i drugie.

Potrzebne są także środki finansowe – dobra profesjonalna pomoc jest kosztowna. Optymizmem jednak napawa fakt, że w latach, kiedy powstawały turnusy, było w Polsce 500 grup Anonimowych Alkoholików, kilkanaście grup Al-anon, a o grupach Alateen prawie nikt nie słyszał. Dzisiaj te proporcje są zdecydowanie inne: około 5000 grup Anonimowych Alkoholików, bez mała 2000 grup Al-anon, kilkadziesiąt grup Alateen to dowód na to, że z alkoholizmem można sobie radzić, że alkoholik nie musi być „skazany” na picie, a jego rodzina na dysfunkcję w każdym kolejnym pokoleniu.

Cieszę się, że jest w tym dziele trochę mojego udziału. Jestem wdzięczny młodej dziewczynie, która w 1989 r. odważyła się powiedzieć: „kocham swoją matkę i nienawidzę jej”. Jestem wdzięczny losowi i Bogu, że znalazłem się w tym miejscu, w odpowiednim czasie, i że dane mi było to usłyszeć i zrozumieć. Dzisiaj największą nagrodą, jaka mnie czasem spotyka, większą niż order⁵, za które też jestem wdzięczny, jest czytanie takich listów jak ten, którego fragment zamieściłem niżej.

[...] Mam na imię Agnieszka. Już dwa razy miałam zaszczyt pracować nad sobą na turnusach terapeutycznych „Strzyżyna”. Po raz pierwszy w lipcu 1997 r., rok później po raz drugi. Pobyt ten zmienił całe moje życie. Nauczyłam się bardzo dużo, a przede wszystkim zaczęłam odkrywać i lubić samą siebie. W końcu zyskałam odwagę, by dbać o siebie. Dla dziecka alkoholika to ogromny krok w kierunku szczęścia. Przede mną jeszcze długa droga, ale nie o tym chciałam pisać [...]. Mam brata i siostrę. Obydwoje są ode mnie młodszy i, niestety, nadal mieszkają z moim ojcem, który jest czynnym alkoholikiem. Bardzo kocham moje rodzeństwo i chciałabym im pomóc. Wiem, że mój brat nie chce z tej pomocy skorzystać i nie zamierzam zmuszać go do tego. Monisia natomiast pragnie jechać na turnus. Moja siostra ma 14 lat i w maju tego roku skończy 15. Na jej twarzy prawie zawsze gości uśmiech, ale jej oczy są smutne. Dopiero, kiedy jesteśmy same, usta stają się prawdziwe. Niestety, jeszcze nie potrafimy rozmawiać ze sobą o bolesnych sprawach. Ona jest bardzo zamknięta w sobie, a ja nie chcę być niedelikatna. Na-

⁵ Za pracę profilaktyczną z dziećmi zostałem odznaczony w 2003 r. Orderem Uśmiechu, a w 2004 r. Krzyżem Kawalerskim Odrodzenia Polski.

sza mama zmarła trzy lata temu na raka. Było to dla nas czymś tak okropnym, że aż trudno to opisać słowami. Myślę, że Monika cierpi do tej pory, że ciągle nosi w sobie to straszne wspomnienie, że nie potrafi pogodzić się ze śmiercią mamy.

Proszę, nie odrzucajcie mojej prośby, dajcie jej szansę...

Z poważaniem
Agnieszka

Łódź, 28.08.2004 r.

The article presents the ideology and practice of „Strzyżyna” therapeutic camps for children of alcoholics, which raise much interest among young people recovering in the Alateen Community. For the past few years these programs have been organized and conducted by the therapeutic staff of the PROM center in Łódź. Their verified content and popularity attract twice as many alcoholics' children as may participate in these programs

Bibliografia

- Brown S. (1995), *Bezpieczne przejście*, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Robinson B.E. (1998), *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa.
- Skrzypczyk W., red. (1996), *Listy*, Fundacja Wspierania Rozwoju Pełnego Zdrowia, Łódź.
- Skrzypczyk W. (2001), *Dzieci alkoholików*, Fundacja Wspierania Rozwoju Pełnego Zdrowia, Łódź.
- Woititz J.G. (1997), *Wymarzone dzieciństwo*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.