

Dzieci w rodzinach dysfunkcyjnych, a problem uzależnienia

Charakterystyka problemu,

wskazówki do pracy wychowawczej.

Dzieci, które łatwo sięgają po substancje psychoaktywne np. alkohol, leki, narkotyki, a także szybko uzależniają się np. od oglądania telewizji lub gier komputerowych, bardzo często wychowywane są w rodzinach dysfunkcyjnych, w tym szczególnie w rodzinach z problemem alkoholowym. Przemoc domowa i poważne zaniedbywanie obowiązków wychowawczych mogą występować w związku z alkoholem nawet wtedy, gdy nie występuje jeszcze kliniczne zdiagnozowanie uzależnienia od alkoholu, lecz jedynie okresowe lub agresywne upijanie się dorosłych członków rodzin. Tak więc rodzina z problemem alkoholowym to nie tylko rodzina z tzw. marginesu społecznego. Często problem alkoholowy jest głęboko ukryty i otoczenie zupełnie nie zdaje sobie z niego sprawy.

Przyczyny dysfunkcji rodziny mogą tkwić również w innych narastających problemach rodzinnych np. w uzależnieniu któregoś z rodziców od hazardu, pornografii, a nawet kariery zawodowej.

Dziecko w rodzinie dysfunkcyjnej doświadcza wielu traumatycznych sytuacji związanych m.in. z destrukcją ról rodzicielskich, chaosem, zaniedbaniem, przemocą słowną lub fizyczną. Podstawowym źródłem zagrożeń dla dziecka jest stan chronicznego napięcia i stresu. Trwanie w ciągłej niepewności i nieprzewidywalność wydarzeń wywołują u dziecka poczucie braku stabilności, porządku życiowego, a co za tym idzie brak kontroli nad swoim życiem.

Dzieci z rodzin dysfunkcyjnych bardzo często przeżywają wstyd za rodzica, poczucie winy, strach przed rodzicem, osamotnienie, złość lub wręcz nienawiść do rodzica.

Dziecko w rodzinie dysfunkcyjnej uczy się trzech zasad:

- "nie odczuwaj",
- "nie ufaj",
- "nie mów".

Nie odczuwaj - bo to, co czujesz za bardzo boli lub jest zbyt przerażające.

Nie ufaj - bo wielokrotnie składane obietnice były łamane. Nie ma więc nic pewnego, nic na czym mógłbyś się oprzeć. Nie mów więc innym o problemie który wprowadza chaos w rodzinie, ani o tym co czujesz i co myślisz na ten temat.

Nie mów o tym, co dzieje się w domu i o konsekwencjach wynikających z picia lub innego problemu rodziny. W ten sposób zanika komunikacja nie tylko wewnątrz

rodziny, ale i w relacjach "ze światem zewnętrznym". Tworzy się swoistego rodzaju "tabu", rodzinna tajemnica, której dzieci usilnie strzegą w poczuciu wstydu, lęku i nadziei, że może w końcu będzie lepiej. Wszystko to sprawia, iż dziecko zaczyna przyjmować postawę obronną i zamkniętą wobec otaczającej rzeczywistości.

Dzieci w rodzinie dysfunkcyjnej odgrywają cztery podstawowe role:

- **bohatera rodzinnego,**
- **kozła ofiarnego,**
- **maskotki,**
- **dziecka niewidzialnego.**

Bohaterem jest zazwyczaj najstarsze dziecko w rodzinie, które przejmuje na siebie obowiązki dorosłych i robi wszystko co może, by naprawić istniejącą sytuację i utrzymać rodzinę w normie. Jest odpowiedzialne, troszczy się o rodzeństwo, zajmuje się całym domem, przestrzega reguł, zawsze kończy zadaną pracę w wyznaczonym terminie. Stara się być perfekcyjnie we wszystkim co robi. „Bohater” żyje w stałym napięciu, wpada w panikę w spontanicznych, nie dających się przewidzieć sytuacjach.

Kozioł ofiarny odwraca uwagę od rzeczywistych problemów rodzinnych, stając się wcieleniem rodzinnych frustracji. Wdaje się w bójkę, wchodzi w konflikt z prawem, ucieka z domu. W grupie jest najbardziej przeszkadzającym dzieckiem. „Kozłom ofiarnym” trudno jest funkcjonować w układach społecznych. Zachowując się w sposób nieakceptowany przez innych, ciągle spotykają się z dezaprobatą.

Dziecko **maskotka** odwraca uwagę od rodzinnego problemu skupiając ją na sobie, zgrywając się, przymilając, błaznując. Jego rola polega na tym, by ulżyć rodzinie w ciężkiej sytuacji, rozweselając ją swoim humorem i żartami. „Maskotka” nie cofnie się przed niczym, byle tylko rozweselić innych. W życiu społecznym „maskotki” są duszą towarzystwa, ale płacą za to wysoką cenę - nikt nie traktuje ich poważnie.

Dziecko niewidzialne pozostaje z boku rodziny, nigdy nie sprawiając najmniejszych kłopotów. Odizolowane od rodziny, żyje we własnym świecie, w poczuciu samotności i krzywdy. Jest to dziecko nie dostrzegane, o którym nikt nie pamięta. Uczestnictwo w pracy zespołowej może sprawiać mu trudność. Na zewnątrz nieśmiałe i pełne rezerwy, „dziecko niewidzialne” jest niezdolne do stawiania czoła problemom.

Dziecko czasami może podejmować więcej niż jedną rolę i zachować się różnie w zależności od sytuacji, w jakiej się znalazło. Czasami zdarza się, że z chwilą odejścia z domu bohatera rodzinnego (co nie jest częste, bo bohater jest mocno związany z rodziną swoim poczuciem obowiązku opieki nad innymi) kozioł ofiarny przejmuje jego zadania i sam wchodzi w rolę bohatera. Dotychczasowa czarna owca w rodzinie staje się jej podporą. Potwierdza to fakt, że role są nieświadomą próbą odpowiedzi na sytuację rodzinną, próbą przystosowania się do "chorego" układu rodzinnego i utrzymania go w równowadze.

Role odgrywane przez dzieci pełnią ważną funkcję w rodzinie, tzn. rodzina (jako całość) oczekuje od poszczególnych dzieci właśnie takich zachowań i wzmacnia je. Dzięki nim rodzina może przetrwać.

Jednak poza rodziną pełnienie tych ról traci swoją funkcjonalność. Nie przynoszą już takich korzyści, a wręcz przeciwnie - zaczynają działać na szkodę dzieci. Z każdym kolejnym rokiem, kiedy sytuacja w rodzinie nie zmienia się, a uzależnienie rozwija się, mechanizmy obronne dzieci utrwala się, doprowadzając do coraz większych niepowodzeń w świecie zewnętrznym. Ostatecznie dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, cierpią jako dorośli z powodu zachowań, które przestały pełnić już swoją pierwotną funkcję, nastawioną na przetrwanie. Dorośli bohaterowie zatracają się w pracy, gubiąc z pola widzenia własne potrzeby, stają się zależni od "bycia potrzebnym" i od oceny innych osób. Kozioł ofiarny często zostaje społecznym wyrzutkiem, odtrącanym przez innych ludzi. Zagubione dziecko staje się odludkiem, stroni od kontaktów z ludźmi i od okazji towarzyskich. Maskotki, dowcipnisia na życzenie, nikt nie traktuje poważnie.

Dzieci z rodzin dysfunkcyjnych prezentują opisane wyżej zachowania również na terenie szkoły. Często sprawiają wiele trudności wychowawczych np. trudno integrują się z rówieśnikami lub przyjmują role negatywnych liderów, są nieufne wobec nauczycieli, często kłamią po to aby ukryć prawdę o dramacie swojej rodziny, mają niskie poczucie własnej wartości i dlatego ich motywacja do pokonywania trudności jest często bardzo słaba. Szczególnie dzieci wychowywane w rodzinach z problemem alkoholowym, nie mając odpowiedniego wsparcia w osobach dorosłych, rzadko są odpowiednio przygotowane do lekcji – mają nie odrobione zadania, nie przynoszą do szkoły podręczników i zeszytów, a czasami po prostu ich nie mają. Często zdarzają się im niekontrolowane wybuchy agresji, zachowania nałogowe, w tym upijanie się lub zażywanie innych środków uzależniających (co może wynikać z modelu domu i łatwości w dostępie do tych środków).

Jak pomóc dziecku z rodziny dysfunkcyjnej ?

1. Przede wszystkim należy dobrze zrozumieć naturę jego problemów.

Musimy rozpoznać, jaką rolę dziecko odgrywa w rodzinie. Inaczej należy pracować z bohaterem rodzinnym, inaczej z dzieckiem niewidzialnym. Dla każdej z ról są inne korekcyjne strategie. To, co może pomóc jednemu dziecku, dla drugiego może być pogłębianiem treści urazowej. Należy więc stwarzać dziecku okazję do zdobywania takich doświadczeń, które wywołują u niego zmianę sądów o rzeczywistości, zmianę zachowania i odreagowanie emocjonalne. Różnorodne zajęcia z dziećmi mogą pełnić funkcje socjoterapeutyczne, jeśli stanowią dla dziecka doświadczenia korygujące. Cel zajęć powinien być określony nie tylko dla całej grupy, ale dla poszczególnych jej członków. Każde dziecko powinno mieć opracowany swój indywidualny plan pomocy, dostosowany do jego potrzeb, rozeznanych przez dobrze przygotowaną diagnozę. Spojrzenie na sytuację dziecka z różnych punktów widzenia - stanu jego potrzeb, dotychczasowego rozwoju, aktualnego momentu rozwojowego urazów jakie przeżyło i ich konsekwencji, roli jaką pełni w rodzinie oraz uwzględnienie interakcji

tych czynników, daje szansę na możliwie pełną ocenę sytuacji i zaplanowanie kierunków działań i kolejności ich realizacji.

Udzielając pomocy dziecku wychowującemu się w rodzinie alkoholowej, zwłaszcza tej gdzie występuje nasilona przemoc i zaniedbanie, wychowawca powinien nawiązać kontakt z innymi instytucjami, jak pomoc społeczna, policja, kurator, poradnia psychologiczno - pedagogiczna, pedagog szkolny, punkt konsultacyjny. Współpraca pomiędzy nimi i skoordynowanie podejmowanych działań może przyczynić się do poprawy sytuacji dziecka oraz zwiększenia skuteczności interwencji podejmowanych wobec pozostałych członków rodziny, zwłaszcza w aspekcie motywowania rodziców do podjęcia terapii i rozwiązywania problemów osobistych. Pomoc dziecku powinna być zawsze zintegrowana z pomocą rodzinie.

2. Warto nawiązać indywidualną relację pomiędzy dzieckiem a osobą wspierającą.

Dzieciom żyjącym w rodzinach dysfunkcyjnych, zwłaszcza w rodzinach czynnych alkoholików, bardzo potrzebne jest wsparcie w przetrwaniu. Należy pomóc dziecku w radzeniu sobie w różnych trudnych czy niebezpiecznych sytuacjach rodzinnych np. gdy ojciec jest agresywny, dzieci zostają same w domu bez opieki, matka leży pijana i nie daje znaku życia itp. Można wspólnie z dzieckiem opracować takie strategie zachowania, które umożliwią mu zachowanie adekwatne do danej sytuacji. Osoba wspierająca może też budować wspólnie z dzieckiem system wsparcia zewnętrznego, a więc poszukiwać bezpiecznych miejsc i osób, na pomoc których dziecko może liczyć (np.: dziadkowie, ciocia, sąsiadka). Ważne, by pomóc dziecku w zrozumieniu tego, co dzieje się w rodzinie oraz w radzeniu sobie z lękiem, bólem, samotnością, poczuciem winy czy innymi trudnymi uczuciami. Trzeba to robić ostrożnie, by nie naruszać więzi dziecka z rodzicami. Edukacja dotycząca uzależnienia może być zagrażająca dla dziecka, którego rodzice nie leczą się. Podjęcie tego tematu może spowodować uruchomienie u dziecka mechanizmów obronnych i w konsekwencji wycofanie.

Dlatego nawiązując kontakt należy być uważnym we wchodzeniu w sytuację i problemy dziecka. Warto czujnie otwierać przestrzeń kontaktu, nie przyspieszając na siłę swoich działań (jeśli nie są to działania interwencyjne). W kontakcie z dzieckiem należy zwracać uwagę na kontakt emocjonalny, niewerbalny – on może dużo więcej wyrażać niż wypowiedane przez dziecko słowa.

Opracowanie: Pełnomocnik Prezydenta Katowic ds. Rozwiązywania Problemów Uzależnień

Na podstawie:

- B.Robinson, J.Rhoden „Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików”. Warszawa 2000r.
- W. Skrzypczak "Dzieci alkoholików - zdarzenia traumatyczne". Łódź 2000r.
- www.parpa.pl