

JUSTYNA BERLIŃSKA¹

Rodzina alkoholowa jako przykład rodziny dysfunkcyjnej

Boże, użyz mi pogody ducha, abym godził się z tym, czego nie mogę zmienić, odwagi, abym zmieniał to, co mogę zmienić, i mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego².

Rodzina jako uniwersalna grupa jest podstawowym środowiskiem życia każdego człowieka, które w sposób istotny wywiera wpływ

¹ Mgr lic. Justyna Berlińska, doktorantka na Wydziale Teologicznym Instytutu Teologii Praktycznej Uniwersytetu Papieskiego Jana Pawła II w Krakowie. Zaangażowana w działalność duszpasterską dla pacjentów psychiatrycznych Szpitala Specjalistycznego im. dr. Józefa Babińskiego w Krakowie. W latach 2014–2015 kierownik Centrum Integracji Społecznej w Krakowie, utworzonego przez Stowarzyszenie Aktywizacji Społeczno-Gospodarczej Małopolskie Forum Pracy.

² Tekst modlitwy niektóre źródła przypisują Markowi Aureliuszowi. Jest on również używany przez grupy Anonimowych Alkoholików. Całość: „Boże, użyz mi pogody ducha, / Abym godził się z tym, czego nie mogę zmienić / Odwagi, abym zmieniał to, co mogę zmienić / I mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego. / Pozwól mi co dzień żyć tylko jednym dniem, / I czerpać radość chwili, która trwa. / I w trudnych doświadczeniach losu ujrzeć drogę wiodącą do spokoju / I przyjąć – jak Ty to czyniłeś – ten grzeszny świat takim, / Jakim on naprawdę jest, a nie takim, jak ja chciałbym go widzieć. / I ufać, że jeśli postusznie poddam się Twojej woli, / To wszystko będzie jak należy. / Tak, bym w życiu osiągnął umiarkowane szczęście u Twego boku, / na wieki posiadał szczęśliwość nieskończoną //”.

na całe jego życie³. Jest również pierwszą formą życia społecznego oraz najważniejszą instytucją we wszystkich społeczeństwach wszystkich czasów⁴. Odgrywa ona fundamentalną rolę w rozwoju każdej wspólnoty, szczególnie poprzez dar zrodzenia i wychowania potomstwa. To właśnie w rodzinie przychodzące na świat dzieci uczą się, poznają tradycję, przejmują ważne wartości i wzrastają ku pełni swojego człowieczeństwa.

Rodzina w sposób szczególny zwraca uwagę na to, że każdy człowiek jest istotą społeczną i pozostaje zakotwiczony w całej sieci społecznych uwarunkowań. Nie tylko otoczenie wpływa na niego, ale również on sam oddziałuje na inne osoby ze swojego otoczenia (partnerów relacji). Tak działający system ukazuje rodzinę jako instytucję, która ma do spełnienia szereg norm i obowiązków, aby wywiązać się z powierzonych jej zadań. Święty Jan Paweł II w adhortacji *Familiaris consortio* zaznaczył:

Bóg stworzył człowieka na swój obraz i podobieństwo (por. Rdz 1, 26); powołując go do istnienia z miłości, powołał go jednocześnie do miłości. Bóg jest miłością (1 J 4, 8) i w samym sobie przeżywa tajemnicę osobowej komunii miłości. Stwarzając człowieka na swój obraz i nieustannie podtrzymując go w istnieniu, Bóg wpisuje w człowieczeństwo mężczyzny i kobiety powołanie, a więc zdolność i odpowiedzialność za miłość i wspólnotę (por. *Gaudium et spes*, 12). Miłość jest zatem podstawowym i wrodzonym powołaniem każdej istoty ludzkiej. (nr 11)

Rodzina, jako forma „organizmu społecznego” odpowiedzialna za wychowywanie dzieci, boryka się nieraz z różnymi trudnościami. Jednym z problemów może być choroba alkoholowa któregoś z członów rodziny. W rodzinie alkoholowej panuje niekorzystna

³ Por. P. Sztompka, *Socjologia. Analiza społeczeństwa*, Kraków 2002, s. 219.

⁴ Por. L. Dyczewski, *Rodzina. Karty Praw Rodziny w kontekście społeczeństwa polskiego*, [w:] *Rodzina w zmieniającym się społeczeństwie*, red. P. Kryczka, Lublin 1997, s. 139.

sytuacja wychowawcza. Atmosfera lęku, grozy, brutalności i oschłości w relacjach rodzinnych prowadzi do osłabienia związku uczuciowego dziecka z domem. Problem uzależnienia od alkoholu rysuje się więc jako choroba całej rodziny i staje się istotnym czynnikiem jej dysfunkcyjności. W konsekwencji, lecząc osoby uzależnione od alkoholu, terapeuta, pracownik poradni czy lekarz nie może zapominać o najbliższych osobach z otoczenia chorego, które będąc pod wpływem patologicznych zachowań jednego z członków swojej rodziny, wypracowały mechanizmy obronne oraz sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Rodzina

Rodzina jest fundamentalną komórką życia społecznego oraz niezbędnym elementem prawidłowego rozwoju państwa. Społeczeństwo, aby właściwie działać i spełniać wszystkie wyznaczone zadania, musi być złożone z dobrze funkcjonujących rodzin. Konieczność troski o rodzinę, jako o ten pierwszy i najważniejszy system wychowywania dzieci, w którym zostają przekazane skarby wiary, kultury i tradycji narodowej, od początku jest wpisana w nauczanie Kościoła katolickiego. Szczególne znaczenie rodziny podkreślał Jan Paweł II, notabene nazwany Papieżem Rodzin. W swoich dokumentach pisał:

Kościół stara się iść wraz z człowiekiem po tylu różnych drogach jego ziemskiej egzystencji. Pośród tych wielu dróg „rodzina jest drogą pierwszą i z wielu względów najważniejszą”. Jest drogą powszechną, pozostając za każdym razem drogą szczególną, jedyną i niepowtarzalną, tak jak niepowtarzalny jest każdy człowiek. Rodzina jest tą drogą, od której nie może on się odłączyć⁵.

⁵ List do Rodzin *Gratissimam Sane* Ojca Świętego Jana Pawła II, 2.

W ujęciu socjologicznym rodzinę definiuje się jako „najważniejszą, podstawową grupę społeczną, na której opiera się całe społeczeństwo”⁶. Istnieje wiele wymiarów i metod badania rodziny oraz sposobów na analizowanie jej funkcjonowania. Rodzinę można rozpatrywać z całego szeregu różnych perspektyw. Jedną z nich jest podejście systemowe, zakładające, że rodzina jest strukturą, którą należy ujmować całościowo. Znaczący to tyle, że „zmiana w jednej części systemu rodzinnego powoduje zmianę w pozostałych jego częściach”⁷. Pośród wielu definicji socjologowie są zgodni co do tego, że rodzina jest związkiem intymnym, opartym na wzajemnym uczuciu, współdziałaniu i wspólnej odpowiedzialności, w którym akcent pada na wzmocnianie wewnętrznych relacji i interakcji. W *Encyklopedii pedagogicznej* czytamy:

rodzina stanowi integralną część każdego społeczeństwa; stanowi jego najmniejszą, a zarazem podstawową komórkę. Jest najważniejszą grupą społeczną. Rodzina jest dla człowieka tzw. grupą podstawową, to znaczy grupą, z którą on jest bardzo ściśle związany znaczną częścią swej osobowości i ważnymi pełnionymi przez siebie rolami społecznymi (rola męża, ojca, żony, matki, żywiciela rodziny). Jest także przeważnie dlań tzw. grupą odniesienia, z którą świadomie i mocno identyfikuje się jako członek i reprezentant, współtworzy i przejmuje kultywowane w niej poglądy, postawy, obyczaje, wzory zachowania i postępowania⁸.

Kościół katolicki zgodnie z *Katechizmem Kościoła katolickiego* [dalej: KKK] definiuje rodzinę jako małżeństwo kobiety i mężczyzny posiadające dzieci (KKK 2202, 2203). Warto zaznaczyć, że uniwersalna wartość rodziny jest podkreślana nie tylko w katolickiej

⁶ A. Comte; cyt. za: Z. Tyszka, *Socjologia rodziny*, Warszawa 1974, s. 137.

⁷ I. Kołbik, *Procesy emocjonalne w rodzinie*, [w:] *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, red. B. de Barbaro, Warszawa 1993.

⁸ *Encyklopedia pedagogiczna*, red. W. Pomykało, Warszawa 1993, s. 695.

nauce społecznej, ale również na gruncie nauk humanistycznych, społecznych, pedagogicznych. Na gruncie prawa państwowego, według ustawy z kodeksu rodzinnego i opiekuńczego⁹ art. 23 i 27, o rodzinie można mówić, kiedy mężczyzna i kobieta zawierają związek małżeński. W świetle tego prawa bezdzietne małżeństwo również jest rodziną. Socjologia, analizując funkcjonowanie rodziny, dzieli ją na nuklearną i wielopokoleniową. Pierwsza dotyczy małżeństwa między kobietą a mężczyzną, którzy pozostają ze sobą we współżyciu małżeńskim, oraz ich małoletnich dzieci. Druga, rodzina wielopokoleniowa, jest powiązaniem kilku rodzin nuklearnych, które mieszkają w jednym domu, tworząc wspólne gospodarstwo domowe¹⁰.

System rodzinny

Analiza rodziny z perspektywy podejścia systemowego pozwala ją rozpatrywać jako system, który posiada określone normy i zasady oraz jest zdolny do utrzymania spójności¹¹. Ludwig von Bertalanffy, twórca podstaw ogólnej teorii systemów, definiuje je jako „struktury, które składają się z powiązanych elementów”¹². Talcott Parsons, jeden z najwybitniejszych teoretyków socjologicznych, twórca funkcjonalno-strukturalistycznej teorii systemów społecznych, pisał, że

system społeczny jest funkcją wspólnej kultury, która nie tylko tworzy zasadnicze sposoby porozumiewania się, lecz określa również – a więc

⁹ Ustawa z dnia 25 lutego 1964 r. Kodeks rodzinny i opiekuńczy (Dz.U. Nr 9 poz. 59 zm.; Dz.U. z 1975 Nr 45 poz. 234; Dz.U. z 1986 Nr 36 poz. 180).

¹⁰ Por. J. Winiarz, *Prawo rodzinne*, Warszawa 1994, s. 13.

¹¹ Por. E. Dybowska, *Teoria systemowej pracy z rodziną*, Kraków 2012.

¹² L. von Bertalanffy, *Ogólna teoria systemów. Podstawy, rozwój, zastosowania*, tłum. E. Woydyłło-Woźniak, Warszawa 1984.

w pewnym stopniu wyznacza – względny status poszczególnych osób. Niemal nigdy znaczenie danej osoby dla innych osób nie jest niezależne od ich interakcji¹³.

Dalej Parsons zaznacza istotną rolę kultury oraz zasad moralnych obecnych w społeczeństwie i przekazywanych na drodze socjalizacji:

Normy moralne, wchodzące w skład wartościującego aspektu wspólnej kultury, są rdzeniem mechanizmu stabilizującego system społecznych interakcji. Co więcej, mechanizm ten stabilizuje nie tylko postawy, czyli emocjonalne znaczenia osób dla siebie nawzajem, lecz również kategoryzacje, czyli poznawcze określenia ważności społecznej osób¹⁴.

Każda osoba należąca do rodziny jednocześnie należy do owego systemu, a zbiór norm i wartości służy do podtrzymywania jego spójności. System rodzinny to nie grupa, która jest złożona z pojedynczych osób, ale bardzo konkretny związek i relacje pomiędzy poszczególnymi jednostkami. To, co jest możliwe do osiągnięcia w rodzinie, często jest niemożliwe do osiągnięcia samodzielnie przez jedną osobę. To zbiór interakcji, uczenia się bycia ze sobą, wspólne doświadczanie trudności i ich pokonywanie. Każde działanie i zachowanie jednej osoby w rodzinie będzie istotnie oddziaływało na pozostałych członków. Może to również wywoływać całe cykle zachowań, np.

W rodzinie, w której ojciec nadużywa alkoholu, twierdzi, że pije, gdyż jego żona jest stale rozdrażniona, żona natomiast jest rozdrażniona, gdyż mąż przychodzi do domu pijany, i tak naprawdę nie wiadomo, co jest przyczyną, a co skutkiem¹⁵.

¹³ T. Parsons, *Struktura społeczna a osobowość*, tłum. M. Tabin, Warszawa 1969, s. 46–47.

¹⁴ T. Parsons, *Struktura społeczna a osobowość*, dz. cyt., s. 46–47.

¹⁵ E. Dybowska, *Teoria systemowej pracy z rodziną*, dz. cyt.

System rodzinny jest więc określoną częścią całego społeczeństwa. Powiązania pomiędzy członkami rodziny w każdej strukturze stanowią istotę całego systemu rodzinnego. Poszczególne, indywidualne osoby nie tworzą jeszcze systemu. Szczególny rodzaj więzi i relacji, który łączy ze sobą wszystkie osoby w rodzinie, jest warunkiem koniecznym do zaistnienia systemu. Jest to tak istotne, ponieważ to właśnie w oparciu o wzajemne bycie razem, dzielenie trudności i relacji, osoby oddziałują na siebie i są od siebie zależne. Dlatego też zmiana w jednym elemencie systemu powoduje reakcję w całym układzie i odwrotnie. Siła i trwałość relacji decyduje o stabilności i trwałości systemu rodzinnego. Im relacje są silniejsze, bardziej ugruntowane, tym rodzina lepiej będzie pokonywała trudności. Im relacje są słabsze, tym będzie ona narażona na rozpad więzi, dezintegrację, dezorganizację, a ostatecznie nawet rozpad całego systemu. Co więcej, żaden system nie istnieje w próżni, a każdy jest częścią jakiegoś większego (rodzina nuklearna jest częścią rodziny wielopokoleniowej). Ostatecznie można powiedzieć, że cały świat relacji społecznych składa się z poszczególnych systemów, które pozostają ze sobą w interakcji¹⁶. Warto tutaj zauważyć, że

podstawowym twierdzeniem w teorii systemów jest to, że zachowanie człowieka może być zrozumiane tylko w kontekście środowiska społecznego, w jakim on aktualnie żyje; tylko w kontekście systemu, którego jest częścią¹⁷.

Każdy istniejący system dąży do zachowania równowagi, która jest konstytutywną cechą umożliwiającą jego poprawne funkcjonowanie. Do zachowania równowagi dąży również każda rodzina, ponieważ jest ona gwarantem przetrwania – stabilizuje relacje po-

¹⁶ Por. I. Namysłowska, *Terapia rodzin*, Warszawa 1997, s. 31.

¹⁷ J. C. Czabała, *Czynniki leczące w psychoterapii*, Warszawa 1997, s. 50.

między poszczególnymi osobami, wyznacza granicę zewnętrznych wpływów na nią. Jeżeli rodzinna równowaga zostaje zachwiana poprzez destrukcyjne zachowania jednego z jej członków, staraniem wszystkich osób zostają podjęte działania, które mają przywrócić równowagę. Natomiast jeżeli jeden z członków rodziny będzie zabiegał o zmianę dotychczas działającego modelu relacji, to ze strony najbliższych może spotkać się z oporem i działaniami mającymi na celu uniemożliwienie mu wprowadzenia zmian. Oczywiście rodzina posiada zdolność do przystosowania się do różnych warunków życia. Może się to np. łączyć ze zmianą miejsca pobytu i koniecznością sprostania nowym wyzwaniom. W takiej sytuacji rodzina musi wykazać się pewną elastycznością wobec potrzeby zmian z jednej strony oraz utrzymaniem stałych, niezmiennych tradycji z drugiej. Teoretycznie rodzina, która funkcjonuje prawidłowo, powinna zachowywać równowagę pomiędzy tendencją do zmian i koniecznością utrzymania stałości¹⁸.

Cechy funkcjonalnego systemu rodzinnego

Dobra rodzina dostarcza solidnej podstawy, dzięki której człowiek może doświadczać potencjału poznania, miłości, odczuwania, decydowania i wyobraźni. Podstawa ta musi być dostosowana do etapu rozwoju. Oznacza to, że człowiek potrzebuje wolności w doświadczeniu swoich potencjałów umożliwiających zaspokojenie własnych potrzeb, w sposób adekwatny do etapu rozwoju, na jakim się znajduje¹⁹.

Próbując scharakteryzować dobrze funkcjonujący system rodziny, pojawia się słuszna wątpliwość, czy istnieją pewne bezsporne

¹⁸ Por. I. Namysłowska, *Terapia rodzin*, dz. cyt., s. 30–36.

¹⁹ J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę. Rewolucyjna droga odnalezienia samego siebie*, tłum. H. Szczepańska, Warszawa 1994, s. 63.

podstawy, które można przyjąć, określając funkcjonowanie konkretnej rodziny jako systemu prawidłowego, a innej jako systemu dysfunkcyjnego. Niepowtarzalność ludzkiego istnienia oraz nieskończonego ciągu możliwych relacji międzyludzkich uniemożliwia w sposób pewny i jednoznaczny wyznaczenie sztywnych norm, które będą mówiły, gdzie kończy się prawidłowe funkcjonowanie rodziny, a zaczyna dysfunkcyjne, patologiczne.

Prawidłowo funkcjonujący system rodzinny gwarantuje rozwój wszystkim osobom w rodzinie i wzmacnia poczucie własnej tożsamości oraz odrębności. Każdy członek rodziny, zarówno dziecko, jak i rodzic, wyraźnie określa swoją osobową odrębność²⁰. Oczywiście to szczególnie rodzice umożliwiają swoim dzieciom rozwój, budowanie poczucia własnej wartości i zadowolenia z siebie. Ważną cechą zdrowo funkcjonującej rodziny jest to, że jej członkowie są wartościowi przez sam fakt tego, kim są. Tak budowane relacje oparte na zdrowo funkcjonującej rodzinie ułatwiają w dorosłym życiu docenianie swojej wartości, bycie szczęśliwym. Szacunek, którym dorośli rodzice obdarzają swoje dzieci, akceptując ich uczucia, myśli i zachowania, pomaga im w dorosłym życiu radzić sobie z sytuacjami konfliktowymi przy każdorazowym poszanowaniu odmiennego zdania i zachowania innych osób. Rodzina funkcjonalna nie jest strukturą idealną, ponieważ jako ludzie jesteśmy osobami ułomnymi, o kruchej naturze ludzkiej, posiadającymi wady i zalety. Dopuszczanie pomyłek to kolejna ważna lekcja, szczególnie dla dzieci, które uczą się naprawiać swoje błędy, tego, jak być odpowiedzialne, a także – jak przekuć swoje braki i niedoskonałości w zalety.

Pokrótce omówione i zaprezentowane zadania i funkcje rodziny najbardziej czytelnie prezentuje Zbigniew Tyszka w typologii funkcji rodziny. Wymienia jej cztery podstawowe funkcje, które stanowią

²⁰ Por. J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt., s. 60.

kluczowe kryteria służące opisowi funkcjonalności systemu rodzinnego jako spójnej całości²¹:

1. Funkcje biopsychiczne:
 - a. funkcja prokreacyjna,
 - b. funkcja seksualna.
2. Funkcje ekonomiczne:
 - a. funkcja materialno-ekonomiczna,
 - b. funkcja opiekuńczo-zabezpieczająca.
3. Funkcje społeczno-wyznaczające:
 - a. funkcja stratyfikacyjna,
 - b. funkcja legalizacyjno-kontrolna,
4. Funkcje socjopsychologiczne:
 - a. funkcja socjalizacyjno-wychowawcza,
 - b. funkcja kulturalna,
 - c. funkcja religijna (dotyczy rodzin ludzi wierzących),
 - d. funkcja rekreacyjno-towarzyska,
 - e. funkcja emocjonalno-ekspresyjna.

John Bradshaw, współczesny amerykański pedagog, doradca i aktywny działacz samopomocowy, podejmując temat uzależnienia i współuzależnienia, pisał również na temat rodziny dysfunkcyjnej. Jak zaznaczał:

Funkcjonalna, zdrowa rodzina to taka, w której wszyscy członkowie są całkowicie funkcjonalni i relacje pomiędzy nimi są całkowicie funkcjonalne. Jako istoty ludzkie, wszyscy członkowie rodziny są w stanie wykorzystywać w niej swoje ludzkie możliwości do współpracy, indywidualizacji i spełnienia zarówno indywidualnych, jak i wspólnych potrzeb. Funkcjonalna rodzina jest zdrową glebą, na której jej członkowie mogą wyrosnąć na dojrzałe istoty ludzkie²².

²¹ Z. Tyszka, *Socjologia rodziny*, dz. cyt., s. 60–70.

²² J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt., s. 59.

Polska autorka wielu publikacji z dziedziny alkoholizmu, psycholog i psychoterapeuta Wanda Sztander wymienia cztery cechy zdrowej psychologicznie rodziny: (1) pozytywną tożsamość i autonomię poszczególnych członków rodziny, (2) otwarte i skuteczne komunikowanie się, (3) wzajemność i (4) połączenie ze światem zewnętrznym²³. Zdrowe środowisko rodzinne daje więc możliwość zaspokojenia potrzeb wszystkich osób w tej strukturze, a jest to możliwe jedynie wtedy, gdy jest ona stabilna i bezpieczna. Aby odkryć swoją własną wartość, człowiek musi najpierw stać się ważny i wartościowy dla swoich rodziców, najbliższych. Każdy człowiek potrzebuje miłości, akceptacji, szacunku oraz wolności, a to właśnie te doświadczenia w sposób szczególny odegrają ważną rolę w dorosłym życiu.

John Bradshaw dodaje bardzo ciekawe spostrzeżenie:

Jednym z paradoksów funkcjonalnej i zdrowej rodziny jest to, że gdy zwiększa się odrębność poszczególnych osób, wzrasta też poczucie wspólnoty. Gdy ludzie oddzielają się od siebie i idą w kierunku samorealizacji, możliwa staje się prawdziwa intymność. Poeta mówi: „Góra dla wspinacza jest wyraźniejsza od równiny”. Potrzebujemy oddzielenia się, aby być razem. Potrzebujący i niepełni ludzie szukają innych, żeby uczynili ich pełnymi osobami. Mówią: „Kocham cię, ponieważ cię potrzebuję”. Osoba samorealizująca się, która zmierzyła się już z samotnością i odseparowała się, wie, jak może poradzić sobie z tym sama. Szuka partnera, ponieważ chce kochać, a nie dlatego, że potrzebuje kompensacji dla swoich braków. Mówi: „Potrzebuję cię, ponieważ cię kocham”. Oferuje miłość bardziej z chęci obdarowania niż z chęci znalezienia uzupełnienia dla swoich braków²⁴.

²³ W. Sztander, *Rodzina z problemem alkoholowym*, wyd. 5, Warszawa 2011, s. 6.

²⁴ J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt., s. 74.

Dysfunkcyjny system rodzinny na przykładzie rodziny z problemem alkoholowym

Rodzina z problemem alkoholowym przypomina pod pewnym względem dziecięcą zabawę o nazwie „Rolnik na dolinie”. Jak pamiętacie – rolnik bierze żonę, żona bierze dziecko, dziecko bierze nianię... Chodzi o sytuację, w której nie tyle człowiek sięga po kieliszek, co kieliszek sięga po człowieka. Kieliszek „bierze”, dajmy na to, Piotra. Piotr bierze żonę, żona bierze dziecko. Niektórzy nazywają to karuzelą uzależnienia²⁵.

Choroba alkoholowa to choroba całej rodziny. Wpływa na wszystkich jej członków, a wzajemne relacje mogą wzmacniać „alkoholowy tryb życia”²⁶. *Słownik języka polskiego* definiuje słowo dysfunkcyjny jako „taki, który nie jest dostosowany lub jest nieprawidłowo dostosowany do celów, zadań, oczekiwań; niefunkcyjny”²⁷. Ta definicja wskazuje na szczególnie istotne elementy rodziny dysfunkcyjnej. Arkadiusz Przybyłka, definiując rodzinę dysfunkcyjną, opisuje ją jako

taką, w której życie społeczne jest regulowane przez zbiór powszechnie odrzuconych wartości, norm i wzorów zachowań, stanowiących przedmiot transmisji międzypokoleniowej w toku procesów socjalizacyjnych, przyczyniając się tym samym do pogłębiania nieprzystosowania

²⁵ W. Sztander, *Pułapka współuzależnienia*, <http://www.psychologia.edu.pl/czytelnia/126-uzalenie/1409-pulapka-wspoluzaleznienia-wanda-sztander.html> (1.06.2016).

²⁶ M. Ryś, *Role pełnione w rodzinie z problemem alkoholowym a poczucie własnej wartości i relacje interpersonalne z najbliższymi u Dorosłych Dzieci Alkoholików*, <http://www.stowarzyszeniefidesratio.pl/presentationso/08-2011-4.pdf> (23.05.2016).

²⁷ *Słownik języka polskiego*, <http://sjp.pl/dysfunkcyjny> (29.05.2016).

społecznego dzieci w tym uczestniczących oraz zaburzenia wszystkich relacji i komunikacji grupowej²⁸.

Taka rodzina nie będzie spełniała swoich zadań zarówno wobec najbliższych osób, jak i całego społeczeństwa, a nieprawidłowe dostosowanie wpłynie na jej równowagę i działanie. Rodzina borykająca się z problemem alkoholowym to taka, w której obrębie narusza się funkcje rodzicielskie i małżeńskie. Zaburzony zostaje proces socjalizacji oraz zostaje zakłócona sfera emocjonalna. W efekcie zamiast pożądaných społecznie postaw rodzina z problemem alkoholowym uczy zachowań aspołecznych, ryzykownych, często nawet przestępczych²⁹.

Problem uzależnienia od alkoholu powoduje, że rodzina jest rozbita, a relacje między jej członkami – zaburzone. Bardzo słabną więzi emocjonalne dziecka z rodzicami. Rodzice mają trudności wychowawcze oraz nie potrafią rozwiązywać konfliktów, które pojawiają się w niesprzyjającej domowej atmosferze³⁰. Potrzeba zachowania równowagi w systemie rodzinnym sprawia, że niepijący domownicy podejmują szereg działań, które mają sprzyjać utrzymaniu równowagi. Mogą one zadziałać w dwojaki sposób: z jednej strony wykształcić szereg strategii pomocnych w radzeniu sobie z trudną sytuacją, ale z drugiej – przyczynić się do podtrzymania uzależnienia członka rodziny³¹. Tak działające mechanizmy skutkują pojawieniem się zachowań mających na celu zintegrowanie wszystkich członków rodzi-

²⁸ A. Przybyłka, *Dysfunkcja rodziny w okresie transformacji ustrojowej*, [w:] *Polityka społeczna wobec reform*, red. L. Frąckiewicz, A. Frąckiewicz-Wronka, Katowice 1999.

²⁹ Por. A. Pacewicz, *Dzieci alkoholików. Jak je rozumieć, jak im pomagać?*, Warszawa 1994, s. 13–16.

³⁰ Por. S. Cudak, *Wychowawcze i emocjonalne funkcjonowanie rodziny z dzieckiem niepełnosprawnym*, Włocławek 2007, s. 23–30.

³¹ Por. M. Ryś, *Role pełnione w rodzinie z problemem alkoholowym...*, dz. cyt.

ny – i jednocześnie stworzenie procesu pseudointegracji³². Maria Ryś postrzega pseudointegrację przede wszystkim jako mechanizm negowania istniejących problemów w danej rodzinie, co prowadzi w efekcie końcowym do uniemożliwienia poszukiwania sposobów rozwiązania problemu. Zaprzecza się, że członkowie rodziny są dotknięci takimi problemami jak lęk, samotność, smutek, odrzucenie. Pojawiają się mechanizmy przesadnego kontrolowania wszystkich interakcji, ale przede wszystkim uczuć i zachowań. Kontrola w tym przypadku to jeden z mechanizmów obronnych przed wstydem, z którym boryka się rodzina alkoholowa. Zapewnia ona złudne poczucie bezpieczeństwa i władzy, a efektem tak przeżywanych emocji jest utrata spontaniczności³³.

Rodzina jako grupa nie żyje w izolacji od reszty społeczeństwa i nie pozostaje zamknięta na wpływy ze środowiska zewnętrznego. Przyczyn dysfunkcjonalności rodziny należy doszukiwać się w dwóch grupach uwarunkowań – makrospołecznych i mikrospołecznych. Pośród uwarunkowań z makrostruktury społecznej należy wymienić:

- bezrobocie,
- kryzys gospodarczy państwa,
- atomizację życia społecznego,
- niski poziom ekonomiczny społeczeństwa,
- konflikty społeczne,
- niski poziom kultury pedagogicznej społeczeństwa,
- degradację wartości społecznych,

³² Por. M. Ryś, *Rodzina z problemem alkoholowym jako rodzina dysfunkcyjna*, „Studia nad Rodziną” 1998 nr 2, s. 65–74; M. Ryś, *Relacje wewnątrzrodzinne w świetle badań psychologicznych*, [w:] *Oblicze współczesnej rodziny polskiej*, red. B. Mierzwiński, E. Dybowska, Kraków 2003, s. 29–46; M. Ryś, *Integracja rodziny a uzależnienia*, [w:] *Rodzina w jednoczącej się Europie*, red. W. Nowak, M. Tunkiewicz, Olsztyn 2003, s. 17–34.

³³ Por. J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt.

- migrację ludności w społeczeństwie,
- wzrost tolerancji i dewaluacji norm społecznych,
- przenikanie wzorów zachowań, często niekorzystnych, z państw Europy Zachodniej i Stanów Zjednoczonych.

Do przyczyn mających swoje źródło w środowisku rodzinnym (mikrospołecznym) najczęściej zalicza się:

- niewydolność opiekuńczo-wychowawczą rodziny,
- konflikty w rodzinie,
- alkoholizm jednego bądź obojga rodziców,
- uzależnienie narkotykowe u rodziców,
- niską kulturę pedagogiczną rodziców,
- ubóstwo materialne rodziny,
- przestępczość rodziców,
- rozbicie struktury rodzinnej,
- rozluźnienie bądź brak więzi emocjonalnej w rodzinie,
- traumatyczną atmosferę życia domowego,
- negatywne postawy rodzicielskie i cechy osobowe rodziców³⁴.

Postrzegając rodzinę jako system funkcjonujący w globalnym systemie społecznym, łatwo zauważyć, że negatywne uwarunkowania makrospołeczne powodują dysfunkcjonalność rodziny na poziomie mikrostruktury. Wymienione czynniki, jako zaburzenia struktury zarówno wewnątrzrodzinnej, jak i zewnątrzrodzinnej, wywołują dysfunkcję rodziny w różnym stopniu. Według Jerzego Mellibrudy nadmierne spożywanie alkoholu w rodzinie wpływa na:

1. niszczenie życia uczuciowego – zamiast poczucia bezpieczeństwa, miłości, zaufania rodzina przeżywa lęk, zagrożenie, gniew, poczucie winy, poczucie krzywdy;
2. brak źródeł oparcia i pomocy – życie rodzinne staje się źródłem problemów;

³⁴ Por. H. Cudak, *Dysfunkcje rodziny i jej zagrożenia opiekuńczo-wychowawcze*, „Pedagogika Rodziny. Family Pedagogy” 2011 nr 1(2), s. 9.

3. utratę kontaktu i zrozumienia – pojawiają się kłamstwa, manipulacje, udawanie;
4. izolację od świata zewnętrznego – rodzina zamyka się w swej tragedii i cierpieniu, choć potrzebuje pomocy;
5. wyczerpanie zasobów materialnych³⁵.

W systemie rodzinnym z powodu nadużywania alkoholu widoczne są pewne cechy członków tej rodziny. Jako pierwsze nasuwają się trudności we wzajemnej komunikacji, sposobie wyrażania uczuć i pragnień; potęgują one, jak często też brak zwrotnej komunikacji, poczucie izolacji i wyobcowania poszczególnych osób. Oprócz tego członkowie rodziny alkoholowej nie wspierają się wzajemnie, nie dodają sobie sił i odwagi. Problem ten zaczyna się, kiedy osoba uzależniona nie realizuje przypisanych jej ról społecznych (przede wszystkim męża i ojca). Trzecia wyraźna cecha rodziny alkoholowej to brak poczucia samoakceptacji, zdrowej samokrytyki i odczuwania na właściwym poziomie poczucia własnej wartości. Na zewnątrz osoby z rodziny alkoholowej pragną być „w porządku”, co jest szczególnie trudne w rodzinie przepełnionej żalem, lękiem, krzywdą i wstydem. Czwartym elementem charakterystycznym dla rodziny alkoholowej jest przejmowanie zadań i ról społecznych osoby uzależnionej przez pozostałych członków rodziny. Za alkoholika decydują inni, gdyż nie mają innego wyjścia – to zaś zaburza budowanie własnej autonomii i odkłada na dalszy plan potrzebę samorealizacji. Klamrą wszystkich wymienionych cech rodziny alkoholowej jest brak otwartości i odizolowanie się jej członków od świata zewnętrznego, również od dalszej rodziny, przyjaciół. Wstyd i potrzeba zachowania tajemnicy powodują, że osoby współuzależnione nie są w stanie opuścić zakłętą kręgą uzależnień najbliższego członka rodziny, nawet po to, aby poprosić o pomoc³⁶.

³⁵ J. Mellibruda, *Tajemnice ETOH, czyli Alkohol i nasze życie*, Warszawa 1997, s. 35–36.

³⁶ Por. M. Ciosek, *Sekretny świat rodziny z problemem alkoholowym*, „Studia Gdańskie. Wizje i rzeczywistość” VIII (2010), s. 273.

Analizując cechy rodziny borykającej się z problemem alkoholowym, należy nadmienić, że w każdym przypadku konieczne jest indywidualne podejście, ponieważ w zależności od rozwoju uzależnienia, osobności poszczególnych jej członów czy sytuacji materialnej problem uzależnienia najbliższych będzie inaczej przeżywany. Spośród całego wachlarza różnych zachowań można wyodrębnić pewne typowe dla tego rodzaju systemów rodzinnych fazy przystosowania się członów rodziny do alkoholowego trybu życia. Tak więc zasady życia w systemie rodzinnym dotkniętym problemem alkoholowym można sprowadzić do trzech podstawowych:

1. nie mów;
2. nie czuj;
3. nie ufaj³⁷.

Zasada nie mów jest silnym przekazem, najczęściej niewyraźnym werbalnie. Osoby z rodziny dysfunkcyjnej unikają podejmowania rozmów o trapiących je problemach. Jest to niewypowiedziana próba omijania przykrych doświadczeń, palących problemów, poczucia winy i wstydu, ale również nierozdrapywania ran, szczególnie tych psychicznych. Z czasem rozmowa pomiędzy osobami w rodzinie staje się niemożliwa, a zmowa milczenia rozszerza się poza jej krąg i zaczyna dotyczyć osób spoza niej (członkowie rodziny nie chcą przysparzać sobie nawzajem dodatkowych problemów, natomiast otoczenie podkreśla, że istniejąca sytuacja jest jej wewnętrznym problemem). Dzieci milczeniem bronią rodziców i ich tajemnicy, mając nadzieję na zmianę sytuacji. Często też wstyd przed ujawnieniem prawdy motywuje do milczenia i ukrywania problemu, jak również chęć zatajenia własnych przeżyć, lęków czy doświadczeń³⁸. Zasada nie mów w konsekwencji powoduje zanik komunikacji pomiędzy

³⁷ Por. J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt.; W. Sztander, *Rodzina z problemem alkoholowym*, dz. cyt.; Z. B. Gaś, *Rodzina a uzależnienia*, Lublin 1994.

³⁸ Por. W. Sztander, *Dzieci w rodzinie z problemem alkoholowym*, Warszawa 2003, s. 13n.

członkami rodziny, co skutkuje tym, że wręcz niemożliwe staje się udzielenie im pomocy w początkowej fazie problemu, czyli wówczas, gdy jest on niezaawansowany i stosunkowo łatwiejszy do pokonania³⁹. Druga zasada – nie czuj – dąży przede wszystkim do wyeliminowania emocji. Osoby ją stosujące nie chcą się zagłębiać w to, co czują, nie kierują się własnymi emocjami, zgodnie z zasadą, że „trzeba być twardym”. Powoduje to stłumienie w rodzinie prawdziwych uczuć, co w konsekwencji prowadzi do utraty kontroli i prawdy o własnym życiu emocjonalnym⁴⁰. Stosowanie zasady nie czuj oraz rozwój dziecka w zdeorganizowanym środowisku rodzinnym może być przyczyną jego psychopatyzacji⁴¹. Trzecia zasada – nie ufaj – dotyczy zarówno członków rodziny alkoholowej, jak i osób spoza niej. Podstawową konsekwencją tej zasady jest brak realizacji fundamentalnej potrzeby bezpieczeństwa⁴². Reguła ta jest konkluzją życia w rodzinie, z której obok poczucia winy i wstydu wynosi się urazy, brak pewności siebie, niedotrzymane przyrzeczenia i obietnice. Niekonsekwencje wychowawcze powodują kształtowanie się postawy nieufności⁴³.

John Bradshaw, opisując dysfunkcyjny system rodzinny, wymienił rządzące nim ukryte reguły. Stwierdził, że najczęściej działają one w sposób nieświadomy i są przekazywane z pokolenia na pokolenie. Osoby z rodzin dysfunkcyjnych tworzą związki z innymi osobami z rodzin o podobnych problemach. W konsekwencji dysfunkcyjni rodzice krzywdzą swoje dzieci, ponieważ powtarzają wzorce zachowań

³⁹ Por. A. Sztajner, *Dziecko w rodzinie z problemem alkoholowym*, „Problemy Alkoholizmu” 1994 nr 6, s. 5.

⁴⁰ Por. J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt., s. 95–97.

⁴¹ Por. A. Sztajner, *Dziecko w rodzinie z problemem alkoholowym*, dz. cyt., s. 5.

⁴² Por. B. T. Woronowicz, *Bez tajemnic. O uzależnieniach i ich leczeniu*, Warszawa 2001, s. 123; Z. B. Gaś, *Uzależnienia. Skuteczność programów profilaktyki*, Warszawa 1994.

⁴³ Por. J. Conway, *Dorośle dzieci rozwiedzionych rodziców. Jak uwolnić się od bolesnej przeszłości*, tłum. W. Maj, Warszawa 1997, s. 92n.

znane im z ich własnego dzieciństwa. Powielanie tych postaw może wynikać z bezradności lub nieuświadomienia sobie własnych zaburzeń⁴⁴.

Zakończenie

Członkowie rodziny próbują przystosować się do zagrażających sytuacji tworzonych przez osobę pijącą. To pozwala przetrwać trudne i bolesne chwile. Jest to jednak niebezpieczna pułapka, w której zostają zamknięte pragnienia normalnego i bezpiecznego życia rodzinnego⁴⁵.

Dzieje się tak dlatego, że atmosfera życia rodziny z problemem alkoholowym jest zdominowana przez takie uczucia jak: wstyd, żal, złość, lęk, poczucie winy i krzywdy, a wzajemne pretensje i oskarżenia pojawiają się niemal codziennie. Brak poczucia bezpieczeństwa i stabilizacji łączy się z emocjonalną „huśtawką nastrojów” osoby uzależnionej. Ta atmosfera udziela się pozostałym członkom rodziny, emocjonalnie zależnym od zmiennego samopoczucia osoby uzależnionej. W konsekwencji taki zaburzony system rodzinny nie spełnia swoich podstawowych zadań.

Choroba alkoholowa jest z pewnością problemem całej rodziny. Burzy spokój i harmonię życia rodzinnego, niszczy więź emocjonalną oraz hamuje przebieg procesów socjalizacyjnych. Wychowywanie się w rodzinie alkoholowej rzutuje na jakość dorosłego życia dzieci, które w rodzinie doświadczają szczególnego rodzaju cierpienia. Bagaż negatywnych doświadczeń oraz ból, jaki niosą one ze sobą w dorosłe życie, nie jest możliwy do przedstawienia czy naukowego opisanie. Dzieciństwo zostaje tym osobom bezpowrotnie odebrane, a zabliznienie ran wywiedzionych z domu wymaga długoletniej pracy te-

⁴⁴ J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, dz. cyt.

⁴⁵ J. Mellibruda, *Tajemnice ETOH, czyli Alkohol i nasze życie*, dz. cyt., s. 36.

rapeutycznej – choć czasem i taka pomoc okazuje się bezskuteczna wobec traumatycznych doświadczeń.

Wszyscy członkowie rodziny dysfunkcyjnej wymagają pomocy oraz pracy nad nimi. Może wydawać się to oczywiste, lecz w praktyce obserwuje się, że oddziaływaniu terapeutycznemu zostaje poddana jedynie osoba uzależniona. Ciągle brakuje współpracy instytucji oraz licznych specjalistów, którzy mogliby otoczyć troską całą rodzinę. Jednak konieczność takiej całościowej opieki jest niezbędna. Z poziomu różnych instytucji powinniśmy o nią zabiegać i wychodzić naprzeciw tym, którzy poprzez doświadczone cierpienie nie mają już siły walczyć o swoje potrzeby, a często również i o swoje życie.