Alina Sirdak

Szkolne problemy dzieci z rodzin z problemem alkoholowym

Nauczyciel i Szkoła 1-2 (30-31), 235-252

2006

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

MUZEUM HISTORII POLSKI

Alina Sirdak

Szkolne problemy dzieci z rodzin z problemem alkoholowym

Sytuacja psychiczna dziecka w szkole ma ścisły związek z jego sytuacją w domu rodzinnym. Warunki stwarzane dziecku przez rodziny – sprzyjające jego rozwojowi, zaspokajające jego potrzeby lub niesprzyjające, powodujące zaburzenia rozwojowe – mają określone konsekwencje dla zachowania, samopoczucia i osiągnięć ucznia w szkole.

Przewaga domu rodzinnego nad szkołą wynika między innymi z chronologii oddziaływań. Dziecko urodziło się , stawiało pierwsze kroki, doświadczało świata, wychowywało się kilka szczególnie ważnych dla niego lat w domu. Po przekroczeniu progów szkoły na ogół rodzice nadal spędzają z nim wiele czasu, co powoduje, że w większości wypadków uczeń silniej identyfikuje się z rodziną niż z najlepszą szkołą.

Szkoła jest często miejscem, w którym po raz pierwszy wyraźnie ujawniają się zaburzenia emocjonalne spowodowane negatywnym oddziaływaniem rodziny. Niezaspokojone potrzeby miłości i bezpieczeństwa, nastawienia obronne, lęki, podatność na stres, niewiara w siebie, trudności w kontaktach z rówieśnikami to niektóre z trudności, które owocują z reguły problemami w szkole.

Rodzina – naturalne środowisko wychowawcze

Środowisko rodzinne to ważny, a być może najważniejszy, czynnik socjalizacji dzieci i młodzieży. Chociaż inne środowiska – szkoła, sąsiedztwo czy rówieśnicy – mają istotny udział w procesie socjalizacji , życie rodzinne jest jednak obszarem najbardziej intensywnych interakcji psychospołecznych.

W.Okoń definiuje rodzinę jako „ małą grupę społeczną składającą się z rodziców, ich dzieci i krewnych. Rodziców łączy więź małżeńska. Podstawę wychowania rodzinnego stanowi natomiast więź rodzicielska istniejąca między rodzicami a dziećmi." W.Okoń wskazuje również na więź formalną stanowiącą obowiązki rodziców i dzieci względem siebie.

Socjologowie nazywają rodzinę „grupą pierwotną", dającą podstawę rozwojowi społecznemu człowieka i „grupą odniesienia", będącą wzorem na długie lata. Mówią o rodzinie jako „ trwałej grupie społecznej powiązanej przez wspólnych

przodków , małżeństwo lub – niekiedy – adopcję. Dodatkowe „więzi mogą stanowić wspólne zamieszkanie, zależność ekonomiczna i dziedzictwo kulturalne".

Psychologia określa rodzinę jako „ system wzajemnie powiązanych części składowych, stale na siebie oddziałujących dla zachowania równowagi".

Każdy element systemu zależy od stanu funkcjonowania wszystkich pozostałych elementów, z którymi pozostaje w związku. Rodzina jest systemem naturalnym, składającym się z wzajemnie powiązanych elementów / członków rodziny /, zorganizowanych wokół rozmaitych funkcji wymagających wzajemnej interakcji. Do tych funkcji rodziny należy , miedzy innymi, przekazywanie sobie miłości, wychowywanie dzieci, podział pracy, zaspokajanie potrzeb wyższego rzędu.

Współżyjąc ze sobą na co dzień, rodzina wypracowuje stałe wzorce zachowań służących utrzymywaniu systemu w stanie równowagi. Przejawem owej homeostazy są zachowania rodziny, jej przyzwyczajenia, oczekiwania i utrwalone sposoby porozumiewania się.

Sytuację tę ilustruje wyraźnie przykład rodziny, w której na przykład mąż/ojciec jest alkoholikiem. o na niego zrzuca się winę za wszystkie problemy rodzinne, broniąc się tym samym przed rozpadem tego układu. Mąż nie przyjmuje winy na siebie i przerzuca ją na żonę, która zamiast przyjąć do wiadomości, że mąż pije i trzeba coś z tym zrobić, bierze winę na siebie i stara się sama lepiej zachowywać i skłonić do tego dzieci. Jedno z dzieci może próbować odwodzić rodziców od kłótni, awantur, stwarzając własne problemy – sięgając po alkohol, narkotyki, uciekając z domu, unikając szkoły – i zwrócić tym samym na siebie uwagę rodziców. Inne dziecko zostaje błaznem rodzinnym i w ten sposób chce rozładować w domu napięcie. Przyjmując na siebie te role, dzieci próbują przywrócić równowagę, choćby najbardziej chwiejną. Nie robią tego świadomie. Jest to proces nieświadomy służący utrzymaniu rodziny za wszelką cenę. Kiedy wzorce zachowania służące podtrzymaniu równowagi w rodzinie są sztywne i niepodatne na zmianę , system rodzinny jest „zamknięty".

System „zamknięty" jest systemem dysfunkcjonalnym, ponieważ rodzina izoluje się od otoczenia, nie dopuszcza do siebie bodźców; interwencji z zewnątrz i nie ulega zmianie. Ze względu na swą nieprzenikalność i niepodatność rodzina zamknięta zaburza się coraz bardziej. W miarę jak – w podanym przykładzie – alkoholizm postępuje, cała rodzina również staje się chora. Wszystko obraca się wokół uzależnionego, którego zachowanie decyduje o sposobie kontaktów pozostałych członków rodziny ze światem zewnętrznym. Alkoholizm rodziców stanowi sekret zarówno wewnątrz rodziny, jak i na zewnątrz. Dzieci uczestniczą więc w grze rodzinnej, negującej fakt, że jedno z rodziców pije. W reakcji na chorobę alkoholową członkowie rodziny nieświadomie spełniają role, które

pozwalają zneutralizować skutki zachowania alkoholika i sprawiają, ze rodzina funkcjonuje nadal. Podobny schemat funkcjonowania obserwuje się w rodzinie , w której stosowana jest przemoc psychiczna , fizyczna, nadużycia seksualne itp.

Przeciwieństwem owego układu jest system rodzinny otwarty, który charakteryzuje się wchodzeniem w interakcje ze środowiskiem zewnętrznym, jest elastyczny i potrafi się adaptować. Warunkiem adaptacji jest zachowanie poziomu stabilności, która pozwala poszczególnym członkom rodziny osiągnąć spójną , odrębną tożsamość.

W zależności od różnic poziomów funkcjonowania rodzin, od wzorców zachowań : od dysfunkcjonalnych / niezdrowych / do optymalnych / zdrowych / oraz intensywności relacji wewnątrzrodzinnych istnieją możliwości wyrządzania krzywd emocjonalnych, intelektualnych i fizycznych.

Rodzina funkcjonalna – rodzina dysfunkcjonalna - cechy charakterystyczne

Każda rodzina jest inna, charakteryzuje się szczególnymi cechami indywidualnymi, które mają wpływ na jej członków oraz osoby z zewnątrz.

Swoisty wzorzec rodziny „ zdrowej „ i „niezdrowej" mający wpływ na funkcjonowanie dzieci przedstawia się następująco :

Rodzina funkcjonalna/"zdrowa"/	*Rodzina dysfunkcjonalna/"niezdrowa"/*
- problemy są zauważane i rozwiązywane	- zaprzeczanie problemom
- możliwość wyrażania uczuć, myśli, spostrzeżeń,pragnień,fantazji	- zaprzeczanie uczuciom, myślom, dążeniom, istnieje zasada: "Nie mów, nie ufaj, nie czuj"
- relacje oparte na dialogu i równośc	- nadkontrola, perfekcjonizm, oskarżanie
- bezpośrednia komunikacja, adekwatna i oparta na konkretnych faktach	- tworzenie mitów, ugodowość lub konflikty w komunikacji
- zaspokajanie potrzeb wszystkich członków rodziny	- poświęcenie własnych potrzeb dla systemu rodzinnego
- role w rodzinie są wybierane i zmieniające się	- utrwalone, zamrożone i sztywne role
- członkowie rodziny mogą być indywidualnościami	- indywidualne różnice są poświęcane dla potrzeb systemu – jednostka istnieje dla rodziny
- atmosfera jest radosna i pełna spontaniczności	- brak intymności, tajemnice, zasługiwanie na uznanie,aprobatę, nie-
- rodzice robią to, co mówią, że zrobią	

- zasady wymagają uzasadnienia
- naruszenie wartości drugiej osoby budzi poczucie winy
- błędy są wybaczane i postrzegane jako jako okazja do uczenia się
- rodzina służy jednostkom
- istnienie zdrowego poczucia wstydu rodziców względem dzieci i odwrotnie

zdrowe współzawodnictwo

- brak stabilizacji, wszechobecne kłamstwa
- nieodwołalność, sztywność zasad służących trwaniu w zaprzeczaniu i iluzji
- brak granic psychologicznych i fizycznych
- kompulsywność zachowań, sztywność zachowań
- idealizacja rodziców – wyobrażona więź
- zakorzenienie we wstydzie, rodzice działają bezwstydnie wobec dzieci, dzieci wstydzą się swojej rodziny

Różnice między rodziną „zdrową" a „niezdrową" są wielorakie, można powiedzieć, że w systemie funkcjonalnym *„Jeżeli jestem, ponieważ jestem sobą i ty jesteś, ponieważ jesteś tobą, to ja jestem i ty jesteś .Ale jeżeli jestem, ponieważ ty jesteś tobą, a ty jesteś, ponieważ ja jestem sobą to nie ma ani mnie ani ciebie"/ Rabbi Mendel/.* Natomiast w systemie dysfunkcjonalnym *„Oni grają w grę. Grają w niegranie w grę. Jeżeli pokażę im, że grają w tę grę, złamię zasady i zostanę ukarany. Muszę grać w grę nie zauważając tego, że w nią gram"/ R.D.Laing/.*

Co z tego wynika dla dzieci ?

Rodzice funkcjonalni

- opiekują się dziećmi
- zawsze kochają swoje dziecko, nawet jeśli jego zachowanie jest nie do przyjęcia
- szanują granice prywatności
- przekazują jasne, zrozumiałe komunikaty sprzyjające porozumieniu
- dają prawo do istnienia wszystkich uczuć
- są nauczycielami i przewodnikami dzieci
- stosują rozsądne ograniczenia i zależności

Rodzice dysfunkcjonalni

- dzieci opiekują się rodzicami
- dziecko jest zawstydzane, oskarżane
- granice prywatności są zamazane, często ulegają zniszczeniu
- wysyłają podwójne komunikaty wprowadzające zamieszanie i wymagające domyślania się
- tłumią uczucia, wywołują niepokój, agresję i zawstydzenie
- pozostawiają dzieci samym sobie, same wychowują się, najlepiej jak potrafią
- wprowadzają chaos lub skrajną su-

- stawiają dzieciom wymagania stosowne do ich ich wieku i osiągniętego stopnia rozwoju
- cenią i szanują swoje dzieci
- organizują, porządkują i planują życie rodzinne

rowość
- wymagają pseudodojrzałości lub infantylizują dzieci
- dają dzieciom odczuć, że są nic nie warte i nie zasługują na miłość
- przechodzą od jednego kryzysu do drugiego, a kiedy kryzysu nie ma, członkowie rodziny tworzą go sami

W zdrowych rodzinach wiele uwagi poświęca się rozwojowi dzieci. Fizyczne i emocjonalne potrzeby dziecka są zaspokajane, więc czuje się ono bezpieczne, doceniane i otoczone miłością.

Dziecko czuje stuprocentową pewność, że obok zawsze będzie ktoś, kto o nie zadba.

Wie, że zostanie wysłuchane, a to, co powie będzie uznane za ważne. Doświadczanie ciągłej troski i miłości jest jego prawem, należy mu się bez żadnych warunków wstępnych. Nie musi dawać nic w zamian. Jest wyjątkowe dla tego, że istnieje. Może ufać, że jego rodzina zawsze przyjdzie mu z pomocą.

Dom jest schronieniem przed światem, a jednocześnie miejscem, gdzie wiele energii poświęca się temu, aby ten świat uczynić bezpieczny.

W rodzinie funkcjonującej nieprawidłowo do potrzeb dzieci nie przywiązuje się większej wagi. Nie znajdują się one na pierwszym planie. Uwaga rodziny nie skupia się na dziecku. Potrzeby fizyczne bywają nie zaspokajane. Natomiast potrzeby emocjonalne są zaspokajane niekonsekwentnie i sporadycznie. W rodzinach nieprawidłowych kładzie się nacisk na posłuszeństwo dzieci, dzięki czemu rodzicom ubywa stresów i obowiązków. W procesie tym dziecko gubi się jako człowiek, ze swoimi potrzebami i pragnieniami. Tak dzieje się między innymi w rodzinach, gdzie rodzice są uzależnieni od alkoholu lub innych środków psychoaktywnych / narkotyki, leki /.

Alkoholizm jako choroba rodzinna

Alkoholizm często nazywany jest „chorobą rodziny". Określenie to ma zwrócić uwagę na niezwykle silny wpływ , jaki alkoholicy wywierają na swoje otoczenie. Dotyka każdego członka rodziny i wywiera nań niszczący wpływ.

Rodzina nie jest w stanie zignorować czy też uciec od problemu, jakim jest pijący. U alkoholika najbardziej zostaje upośledzona sfera zachowań. W czasie codziennych kontaktów członkowie rodziny stykają się z zachowaniami alkoho-

lowymi, które początkowo wydają się mieć luźny związek z piciem. W rodzinie pojawia się zakłopotanie, gniew i lęk. Ponieważ zachowania poszczególnych osób pozostają w ścisłym związku ze sobą, reakcje rodziny stają się podobnie upośledzone, jak zachowania alkoholika. Członkowie rodziny zmieniają swój sposób funkcjonowania usiłując przystosować się do zmiany sposobu zachowania alkoholika. Gdy uzależniony niejako „wypada" z normalnego rytmu, cała rodzina traci równowagę i musi zmienić sposób funkcjonowania , aby przetrwać.

„Alkoholizm nie spada na rodzinę nagle, jak zawał serca; raczej podpełza, w milczeniu i powoli, aż zostaje wreszcie wykryty i rodzina – miejmy nadzieję – stawi mu czoła. Do tego czasu zdąży on już wycisnąć swoje piętno na każdym członku rodziny"/ Bowles,1968 /.

Dla określenia rodziny, w której jeden lub kilku członków ma problemy związane z nadużywaniem alkoholu używa się określenia **„rodzina z problemem alkoholowym".**

Biorąc pod uwagę, że rodzina stanowi określony system wzajemnych powiązań – zachowanie alkoholika zakłóca ustalony w niej porządek. Kolejni członkowie rodziny zostają wytrąceni z równowagi. Najczęściej w rodzinie mogą wytworzyć się bardzo różnorodne rodzaje przystosowań. Z jednej strony wszystko obraca się wokół uzależnionego, a z drugiej – rodzina izoluje go, odgradza się od niego swoistym murem. Niewiele się po nim spodziewając, niewiele mu daje. Ten rodzaj postępowania wnosi pewną stabilizację do życia członków rodziny i utrwala ich aktualną sytuację. Oczywiście scenariusze postępowania z osobami uzależnionymi bywają różne, nie ulega jednak wątpliwości, że najczęściej wstyd, strach przed ujawnieniem tajemnicy domowej nie sprzyjają rozpoznaniu istoty choroby i przedsięwzięciu kroków zapobiegających rozwojowi uzależnienia.

Efektem wysiłków zmierzających do przystosowania się do wirującej wokół alkoholu codzienności i zmniejszenia bólu, jaki ona za sobą niesie, może być wytworzenie się zachowań prowadzących do podtrzymywania alkoholika w chorobie bądź ułatwiających dalsze picie. Zachowania takie mogą polegać albo na usprawiedliwianiu alkoholika przed otoczeniem, albo też na „niedostrzeganiu" i pewnym ignorowaniu jego rażących zachowań. Głównym rozgrywającym jest zazwyczaj współmałżonek alkoholika lub jego rodzic. Osobę dotkniętą skutkami , jakie niesie ze sobą dla rodziny alkoholizm jednego z jej członków określa się mianem „ współuzależnionego". Natomiast przystosowanie do owych skutków picia , do nowego , wadliwego funkcjonowania rodziny nazwano **„ współuzależnieniem".**

Wyróżnia się następujące kryteria pozwalające na postawienie takiego rozpoznania :

- stałe uzależnienie własnej samooceny, samopoczucia, działania od umiejętności kontrolowania siebie i innych w sytuacji zagrożenia;
- branie na siebie odpowiedzialności za zaspokajanie potrzeb innych, nawet kosztem niezaspokojenia swoich własnych;
- problemy z wyznaczaniem i zachowaniem granic oraz związany z tym lęk;
- skłonność do trwania i podtrzymywania związków z osobami o zaburzonej osobowości, uzależnionymi;
- spełnienie trzech lub więcej spośród następujących warunków:
  a/ silnie rozwinięte mechanizmy zaprzeczania,
  b/ tłumienie uczuć,
  c/ zaburzenia depresyjne,
  d/ przejawianie nadmiernej czujności,
  e/ kompulsywność,
  f/ lęk,
  g/ nadużywanie środków zmieniających świadomość,
  h/ aktualne / lub w przeszłości/ doświadczanie przemocy fizycznej lub seksualnej,
  i/ choroby somatyczne związane ze stresem,
  j/ pozostawanie w ścisłym związku z osobą uzależnioną od substancji chemicznych przez co najmniej dwa lata, bez prób poszukiwania pomocy.

Rodzina z problemem alkoholowym w całej rozciągłości spełnia znamiona rodziny dysfunkcjonalnej, nie zaspakajającej najważniejszych potrzeb jej członków. Dzieci szczególnie boleśnie odczuwają jej skutki, bezbronne, bezradne, poddane rujnującemu oddziaływaniu pijącego rodzica wstydzą się i nieświadomie szukają sposobu na przetrwanie.

Dzieci w rodzinach z problemem alkoholowym

Dzieci wychowywane w domach, w których jest czynny alkoholik narażone są na stałe obcowanie z nieprzytomnym i nieodpowiedzialnym dorosłym. Uczą się , że słowo rodziców nic nie znaczy, a obietnica bywa zapomniana zaraz po jej złożeniu. Widzą, że związek dwojga dorosłych ludzi jest pełen nieufności, szantażowania i agresji. Bywają świadkami bądź ofiarami agresji, przemocy domowej. Doświadczają traumatycznych sytuacji związanych z biciem, poniżaniem, groźbami, lękiem. Uczą się kłamać, by chronić siebie, matkę, jak również całą rodzinę przed opiniami sąsiadów, koleżanek, kolegów.

Wyostrza się ich umiejętność radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia. Nie wiedzą, że uśmiech poprawia kontakty między ludźmi, za to potrafią uciec przez okno w środku nocy.

Dzieci z rodzin z problemem alkoholowym mają rozumieć rzeczy niezrozumiałe, godzić się z tym, z czym godzić się nie sposób i umieć działać w okolicznościach, w których dorosłych paraliżuje strach.

W oparciu o model rodziny jako systemu wyróżnia się kilka charakterystycznych wzorców przystosowania się dzieci do chaosu, zła, nieprawości stwarzanych przez osoby uzależnione.

Do tych wzorców należą :

- Dziecko bohater – odpowiedzialne, dbające o minimum równowagi w rodzinie. Rola ta przypada z reguły dziecku będącemu jedynakiem lub najstarszemu spośród rodzeństwa. Dziecko takie przyjmuje odpowiedzialność nie tylko za siebie, ale także młodsze rodzeństwo. Przejmuje wiele obowiązków domowych i czuwa nad zaspokojeniem podstawowych potrzeb. Potrafi zrobić zakupy, urządzić święta, zastąpić matkę i ojca młodszemu rodzeństwu. Uczy się pilnie, aż za pilnie i wyrasta z niego perfekcjonista, nadobowiązkowy pracuś. Nie umie się bawić, rozluźnić, odpoczywać, ani być zadowolonym z niczego, co osiągnie. Przeważnie unika alkoholu. Jego obsesją jest dążenie do kontroli. W przyszłości jako dorosły, rodzic bywa surowy, karzący, niezdolny do okazywania ciepłych uczuć;
- Dziecko „kozioł ofiarny" – swym impulsywnym i agresywnym zachowaniem przyciąga uwagę otoczenia, odwracając ją tym samym od alkoholika. Jest to jednocześnie jedyna osoba w domu, która mówi pijącemu rodzicowi, że pije i z tego powodu w ich domu jest źle. Swymi postępkami chce jednocześnie niejako powiedzieć :"Tato, mamo, ludzie – jak długo jeszcze pozwolicie mi , żebym robił złe rzeczy? Miejcie litość, zajmijcie się mną, wysłuchajcie mnie, kochajcie mnie, nauczcie mnie żyć". Jeżeli nie nadejdzie stosowna pomoc terapeutyczna, to właśnie osoby kłopotliwe w dzieciństwie jako dorośli wchodzą w kolizje z prawem, łamią normy moralne i społeczne. Bardzo często uzależniają się.
- Dziecko niewidzialne / niewidoczne / - zwane też „aniołkiem" rzadko sprawia kłopoty i zwykle roztapia się w tle. Zalęknione i smutne, spędza większość czasu samotnie, fantazjując i marząc, często rozmawiając samo ze sobą. Jest to dziecko, które zdaje się nie zauważać awantur w domu. Odcina się od wszystkiego. Na urodzinowym kinderbalu, na który tata mimo obietnic kolejny raz nie przychodzi, mały solenizant mówi:"Nic nie szkodzi, przecież nic się nie stało". Nie czuje z nikim wspólnoty, żyje na peryferiach rodziny, a w przyszłości na peryferiach wszelkich związków.

U takich osób mogą się z czasem rozwinąć poważne zaburzenia, wymagające pomocy psychiatrycznej i psychoterapeutycznej. Często z tej grupy wywodzą się samobójcy.

- Dziecko – maskotka lub clown – dziecko rozbrajające, rozładowujące napięcia, przeważnie najmłodsze spośród rodzeństwa. Dowcipkuje, rozśmiesza, zabawia. Jego wesołkowatość często nie ma nic wspólnego z sytuacją, atmosferą domową. Uchodzą mu bezkarnie wszelkie psikusy. Pod pozorem niefrasobliwości i wesołkowatości kryje się chroniczny lęk, niepokój, że nikt nie traktuje go poważnie, nie kocha go.

Jego uczucia łatwo zranić i – jakby w obawie przed tym – dziecko takie nadskakuje, przymila się całemu otoczeniu. Nie ma więc kiedy zadbać o swoje interesy i potrzeby. Wprawdzie ustawicznie zabiega o aprobatę, w głębi duszy jednak nie wierzy, że jest jej warte. Pozostaje w nim myślenie, że nie warto nikomu ufać. W przyszłości najgorzej układa się im życie osobiste. W chronicznym poczuciu niedocenienia raz po raz zmieniają partnerów. Często cierpią na chorobliwą zazdrość, bowiem poczucie własnej wartości czerpią nie z szacunku do samego siebie, którego im brak, lecz z tego , jak traktują ich inni ludzie.

Każde dziecko w rodzinie z problemem alkoholowym przyjmuje jedną z takich ról lub przyswaja elementy kilku z nich. Jest to o tyle dramatyczna sytuacja, że to swoiste przypisanie do roli ogranicza rozwój osobowości – człowiek coraz bardziej staje się „rolą", a coraz mniej sobą.

Dom „zarażony" alkoholizmem cechują nie tylko sztywne role, ale i sztywne reguły. Wszystkie osoby, ale przede wszystkim dzieci, które żyją w takim domu stosują się do trzech koronnych reguł: „Nie mów...Nie ufaj...Nie czuj...".

Po pierwsze nie wolno opowiadać o tym , co dzieje się w domu / „ brudów domowych nie pierze się publicznie"/. Kiedyś 13 – letni chłopiec powiedział w trakcie terapii : „ Bałem się, że jestem nienormalny. Od dawna byłem przekonany, że tata jest alkoholikiem, ale babcia, mama i w ogóle wszyscy mówili mi, żebym nie opowiadał głupstw... U nas nigdy nie opowiada się o ojcu".

Po drugie dzieci alkoholików nie mają poczucia bezpieczeństwa, więc uczą się nikomu nie ufać. Ich życie składa się z niedotrzymanych obietnic, lęku o rodziców i przed nimi oraz z poczucia osamotnienia, głównie emocjonalnego.

Małe dziecko nie może mieć pewności, że mama bądź tata odbiorą go z przedszkola lub szkoły. Jeżeli dzieci są oszukiwane i zdradzane wcześnie, wielokrotnie i boleśnie, mogą nigdy w życiu nie nauczyć się ufać, wierzyć komukolwiek.

I po trzecie, dziecku z rodziny z problemem alkoholowym wolno wyrażać tylko te uczucia, które dorosłym się podobają, więc bardzo szybko uczy się nie ujawniać uczuć w ogóle. Ukrywanie się z własnym strachem, winą , złością, wstydem, osamotnieniem prowadzi do rozpaczy, z którą trudno żyć. Dlatego dzieci znajdują inne sposoby radzenia sobie z przykrymi uczuciami – minimalizują je, tłumią, wypierają.

Te ponure charakterystyki i scenariusze życia dzieci z rodzin z problemem alkoholowym z jednej strony przerażają ale z drugiej strony pozwalają zrozumieć je osobom , z którymi spotykają się w przedszkolu, szkole, świetlicy.

Pokazują rodzaje ograniczeń, jakim podlegają dzieci wychowując się w dysfunkcjonalnej rodzinie a jednocześnie wyzwalają poczucie odpowiedzialności za jakość relacji dziecko alkoholika – wychowawca, pedagog.

Niskie poczucie wartości, trudności w nawiązywaniu konstruktywnych , satysfakcjonujących relacji z rówieśnikami a także często niewspółmiernie niskie osiągnięcia szkolne w stosunku do potencjalnych możliwości to między innymi skutki wzrastania w rodzinie z problemem alkoholowym.

Dzieci alkoholików w szkole

Chłopcy i dziewczęta z domów dotkniętych problemem alkoholowym mają gorsze wyniki w nauce niż dzieci z rodzin niepijących. Dowiedziono, że dzieci wychowywane przez nadużywających alkoholu ojców mają wskaźnik inteligencji o siedem punktów niższy niż porównywalna grupa dzieci wychowywanych przez ojców niepijących. Nastoletni synowie alkoholików osiągają słabsze wyniki w testach, służących do pomiaru zdolności do koncentracji, pamięci koordynacyjno – ruchowej, szybkości motorycznej, orientacji przestrzennej i umiejętności wysławiania się. Gorzej radzili sobie ze zrozumieniem czytanego tekstu.

Podobnie dzieci matek – alkoholiczek mają niższy wskaźnik inteligencji niż dzieci matek niepijących. Problemy z robieniem postępów w szkole, gorsze wyniki w matematyce oraz w testach na czytanie i rozumienie czytanych tekstów powodują, że dzieci bywają umieszczane w specjalnych placówkach oświatowych, korzystają z pomocy w świetlicach szkolnych, wychowawczych itp.

Dowiedziono, że alkoholizm rodziców wpływa bardziej niekorzystnie na postępy w nauce chłopców niż dziewcząt, co znajduje wyraz zarówno w ich zachowaniu, jak w uzyskiwanych słabych ocenach. Obniżona sprawność intelektualna u dzieci płci męskiej może być następstwem faktu, że odczuwają one niemożność rozwijania zainteresowań i zdolności. Dodatkowo należy zwrócić uwagę na to, że rodziny z problemem alkoholowym częściej dotyczą takie zjawiska jak separacja czy rozwody niż rodziny niepijące a w tej sytuacji – jak dowodzą badania – chłopcy ciężej przechodzą okres adaptacji do nowych okoliczności niż dziewczynki.

Rodzicielska obojętność, skupienie się na swoich „dorosłych „problemach, brak stymulacji z rozwijaniu zainteresowań, uzdolnień, zaniedbanie emocjonalne i intelektualne pozbawiają dzieci motywacji do osiągania coraz lepszych wyników w nauce, w sporcie. „ Jeśli nie jestem dla nikogo ważny, nikomu niepotrzebny,

to po co się starać i tak nikt tego nie zauważy, nie ucieszy się" – tak myślą i odczuwają dzieci, których rodzice piją. Nawet jeśli dziecko uczy się dobrze, często musi obywać się bez poparcia czy pochwały ze strony rodziców. Mało któremu dziecku szkoła kojarzy się z przygodą i osiągnięciami. Gdy dzieci dostają w szkole złe stopnie, są w domu karane lub potępiane przez rodziców, natomiast, gdy uda im się dostać dobre oceny, w domu to jest prawie niezauważane. Nie każde dziecko jest na tyle silne i odporne emocjonalnie, bądź ma szczęście spotkać innego dorosłego, który w pełni zainteresuje się jego potrzebami intelektualnymi , aby samodzielnie realizować swoje talenty, wzmacniać mocne strony. Częściej niestety dzieci takie „gubią" się po drodze, wagarują, wchodzą w konflikty z prawem, kłamią, wybuchają złością, czasami sięgają po środki psychoaktywne.

Dzieci, których rodzice są uzależnieni od alkoholu często wychowują się w trudnych warunkach materialnych, co zwiększa ryzyko zaniechania nauki i trudności w zdobyciu zawodu. Ich rodziny nieraz przeprowadzają się z powodu wymówienia mieszkania, zmiany pracy i innych zmian środowiska, które mają służyć zatrzymaniu picia lub utrzymaniu nałogu w tajemnicy.

Wśród dzieci z rodzin alkoholowych notuje się niższą frekwencję w szkole – dzieje się tak z powodu bezsennych nocy i powtarzających się w domu pijackich awantur. Zdarza się, że dzieci pozostają w domu, by bronić niepijącego rodzica – zazwyczaj matkę – przed alkoholikiem. Częste nieobecności w szkole sprawiają, że dzieciom trudno nadrobić zaległości w nauce i często dostają złe stopnie. Wiele z nich przychodzi do szkoły po nieprzespanej nocy, co kończy się trudnościami w koncentracji a nawet zasypianiem na lekcji.

Uczucie permanentnego zmęczenia, niezdolność do koncentracji, skupienia się na nauce – o ile nie są następstwem alkoholowego zespołu płodowego – wynikają z braku snu, stresu, zamartwiania tym, co stało się poprzedniej nocy, albo z troski o to, co dzieje się w domu pod ich nieobecność lub co będzie się działo wieczorem. Dzieciom trudno uczyć się lub pamiętać o zadaniach szkolnych w domu, w którym na co dzień panuje chaos. Nieprzewidywalność i zamęt wywierają bezpośredni wpływ na wyniki w nauce. Alkoholizm rodziców pochłania niejednokrotnie 90% energii dzieci, którym na szkołę pozostaje już tylko 10%. Dzieci bywają tak zaabsorbowane utrzymaniem spokoju i normalnych warunków w domu, że o sprawach szkolnych nie zdarza się im pomyśleć. Cała ich energia skupia się na rodzicu alkoholiku oraz na próbach opanowania i ustabilizowania swojego życia.

Badania i obserwacje dzieci z rodzin z problemem alkoholowym wyróżniają osiem symptomów behawioralnych, odróżniających uczniów alkoholików od ich rówieśników.Dzieci, których rodzice piją częściej się jąkają, moczą się jeszcze po ukończeniu sześciu lat, biją się z rówieśnikami, popadają w konflikty z oto-

czeniem, izolują się od kolegów, miewają napady złego humoru, odczuwają irracjonalne lęki i mają kłopoty w szkole. W sytuacjach wymagających zmierzenia się z problemem częściej uciekają się do zachowań stanowiących formę uniku, takich jak palenie, picie i jedzenie, częściej też w szkole biorą udział w bójkach lub reagują impulsywnie. Dzieci rodzin alkoholowych mają dwukrotnie częściej kłopoty z powodu swego zachowania niż dzieci z rodzin niepijących. Największym problemem bywa nieposłuszeństwo, kradzieże w domu a także niezdyscyplinowanie w szkole.

Silnie odczuwany przez dzieci alkoholików lęk przed odrzuceniem , którego doświadczają ze strony rodziców wywołuje ciężki uraz emocjonalny, z którym próbują radzić sobie poprzez stosowanie kłamstw. Dzieci pijących rodziców kłamią , gdyż są zakłopotane faktem, że ich rodzice piją. Rozwija się w nich myślenie magiczne, według którego czasem przedstawiają sprawy tak, jak zgodnie z ich życzeniem powinny wyglądać. Żyją w świecie fantazji. Rówieśnicy nie rozumiejący tego rodzaju funkcjonowania swych kolegów i koleżanek z rodzin z problemem alkoholowym , wyśmiewają ich, szydzą , nie ufają im, odsuwają się od nich. Wszystko to z jednej strony rodzi nienawiść do samego siebie, posuniętą niekiedy aż do chęci samounicestwienia / myśli i próby samobójcze /, a drugiej strony zwiększa się lęk przed odrzuceniem, który wyznacza sposób, w jaki kontaktują się z otoczeniem. Otóż większość dzieci z rodzin z problemem alkoholowym ma trudności z tworzeniem trwałych, satysfakcjonujących przyjaźni. Są niepewne, lękliwe , nieufne co powoduje utrzymywanie dystansu wobec innych. Konsekwencją takiego stosunku do otoczenia jest poczucie osamotnienia i izolacji. Dzieci alkoholików próbują sobie z tym radzić w dwojaki sposób. Mogą celowo unikać innych, jakby szukały potwierdzenia, że „rówieśnicy naprawdę mnie nie lubią". To przekonanie zwalnia je z poszukiwania kontaktów i narażania się na ryzyko porażki. Drugim sposobem jest wchodzenie w relacje z osobami przypadkowymi, rówieśnikami, którzy nie zawsze proponują im konstruktywne zachowania, nie nawiązują z nimi bliskich więzi emocjonalnych. Motorem takiego postępowania jest chęć uniknięcia samotności za wszelką cenę.

Reakcją na odrzucenie przez rodziców , rówieśników jest zaniżone poczucie własnej wartości. Odrzucone dziecko rośnie w upokarzającym je przekonaniu, że „ skoro rodzice mnie nie chcą, to nie zasługuję na lepsze traktowanie". W konsekwencji wstydzą się samego siebie, wycofują , nie podejmują trudnych zadań, wyzwań , by nie narażać się na porażkę . „ Nie będę próbował, bo i tak do niczego się nie nadaję" – myślą dzieci alkoholików , które nie rozwijają z tego powodu swoich zainteresowań, zdolności ,trudno im się zdecydować na udział w konkursach, olimpiadach ponieważ z góry zakładają, że nie mają szans w rywalizacji z innymi.

Powyższe rozważania dotyczące sytuacji szkolnej dzieci z rodzin problemem alkoholowym dowodzą, że wiele problemów dotyczących postępów w nauce bądź ich braku, związanych jest z pijącymi rodzicami ale nie tylko. Wiele zależy od tego jak wcześnie dzieci zaczynają stykać się z alkoholizmem i czy w rodzinie dochodzi do separacji lub rozwodu, a także od innych niekorzystnych warunków / takich jak ubóstwo i zachwianie równowagi emocjonalnej/, wreszcie również od odporności dzieci. Dzieci odporne psychicznie uzyskują lepsze wyniki w testach sprawności i umiejętności, mają też silniejszą motywację, niż dzieci, które sprawiają problemy swym zachowaniem przed ukończeniem 18 roku życia. Należy dodać także , że wiele zależy również od taktu, wyczucia i pomocy nauczycieli, pedagogów, opiekunów szkolnych. Jeśli dziecko pijących rodziców znajdzie zrozumienie, poczucie bezpieczeństwa i będzie zachęcanie do rozwijania swoich uzdolnień jest ogromna szansa , że zaufają, gdyż podświadomie szukają pomocy bowiem jest w nich tęsknota za posiadaniem osób znaczących, autorytetów.

B.E.Robinson wymienia następujące problemy szkolne dzieci alkoholików:

- niższe zdolności intelektualne u chłopców,
- gorsze umiejętności werbalne i niższy stopień rozumienia czytanego tekstu,
- gorsze wyniki w nauce,
- gorsze wyniki testów na inteligencję,
- gorsza koordynacja percepcyjno – ruchowa, pamięć i opanowanie słownictwa,
- dzieci alkoholików częściej zmieniają szkoły,
- częstsze powtarzanie klasy,
- gorsza frekwencja w szkole,
- kłopoty z koncentracją, skupieniem uwagi przez dłuższy czas na danej sprawie,
- niespokojne zachowanie, impulsywność,
- dzieci te są częściej kierowane do psychologa szkolnego lub do poradni niż ich rówieśnicy,
- rzadziej kończą szkołę średnią, zdobywają wyższe wykształcenie.
-

Do tej listy dodać należy ponadto :

- perfekcyjność, sztywność w swoich zachowaniach,
- programowanie swojego życia , nieraz na wiele lat naprzód,
- silnie przeżywają porażkę,
- łatwo zniechęcają się,
- żyją w poczuciu zagrożenia , co powoduje brak zadowolenia z osiągnięć i sukcesów.

Do problemów zachowania obserwowanych u niewielkiej części dzieci alkoholików , mających wpływ na ich sytuację szkolną B.E.Robinson zalicza:

- agresywne zachowania w grupie,
- odizolowanie od rówieśników,
- bójki z rówieśnikami,
- kłótliwość i niechęć do współpracy,
- wchodzenie w konflikty z prawem,
- destruktywne, buntownicze zachowania,
- kradzieże,
- kłamstwa,
- wybuchy złości,
- nadaktywność,
- wagarowanie,
- nadużywanie substancji psychoaktywnych.

Podsumowując powyższe rozważania za E.Morehouse należy podkreślić, że „ w zależności od stopnia zaawansowania rodzicielskiego alkoholizmu i innych zmiennych czynników dzieci alkoholików wykazują bardzo liczne cechy natury fizycznej i emocjonalnej, które rzutują pod każdym względem na to, jak te dzieci sobie radzą w ramach systemu oświatowego... Dotyczy to frekwencji, zachowania w klasie, uzyskiwanych ocen, relacji z grupami rówieśniczymi, zaangażowania w działalność ponadprogramową, a także interakcji z osobami na kierowniczych stanowiskach".

Rozpoznawanie dzieci alkoholików wśród uczniów

Nauczyciele, psycholodzy, pedagodzy szkolni, higienistki oraz pracownicy administracji stykają się z dziećmi alkoholików rutynowo w trakcie codziennych zajęć dlatego umiejętność rozpoznawania tych dzieci przez personel placówek oświatowych nabiera szczególnej wagi. Rozpoznanie przełamuje system negacji, jakże często funkcjonujący w szkołach i otwiera drzwi dla różnorodnych form nad dziećmi. Pozwala nauczycielom i wychowawcom zmodyfikować swe oczekiwania, zamierzenia wobec dzieci zgodnie z wiedzą o środowisku alkoholowym, w jakim żyją niektóre dzieci. Umożliwia stworzenie pozaszkolnych systemów pomocy dla dzieci alkoholików, kierowanie ich na indywidualną bądź grupową terapię w poradni, zapewnienie uczestnictwa w obozach terapeutycznych itp.

Istnieje wiele sposobów rozpoznania dzieci z rodzin z problemem alkoholowym. Najłatwiej je rozpoznać, gdy wiadomo, że ich rodzice leczą się w ośrodkach dla alkoholików lub uczestniczą w spotkaniach Anonimowych Alkoholików.

Ważną metodą rozpoznania dzieci pijących rodziców są uważne obserwacje osób pracujących z dziećmi, zainteresowanie się ich sytuacją zdrowotną, rodzinną a także obserwacje rodziców i uważność na zachowania odbiegające od normy. Istnieje co najmniej dwadzieścia wskazujących na to oznak behawioralnych i psychologicznych – a klasa szkolna jest miejscem, w którym najłatwiej je zaobserwować.

Symptomy behawioralne :

- trudności z koncentracją uwagi,
- powtarzające się nieobecności,
- słabe stopnie, brak odrabianych zadań domowych,
- niskie wyniki w standardowym teście na inteligencję i w testach, będących sprawdzianem postępów szkolnych,
- nagłe zmiany zachowania,
- oznaki zaniedbania, maltretowania lub wykorzystywania seksualnego,
- zachowania kompulsywne / objadanie się, dążenie do zajmowania pierwszego miejsca w każdej dziedzinie, palenie, używanie substancji psychoaktywnych/,
- nieśmiałość, niechęć do współdziałania z nauczycielami i kolegami,
- częste kłopoty ze zdrowiem / bóle głowy, bóle brzucha /.

Symptomy psychologiczne:

- niska samoocena,
- niepokój,
- tłumiona złość,
- nieśmiałość, lękliwość,
- postrzeganie problemów jako czegoś, na co samemu nie ma się wpływu,
- nieumiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach – reagowanie złością, wycofywaniem lub brakiem wiary w sukces,
- skłonność do depresji,
- smutek i przekonanie o własnym nieszczęściu,
- kłopoty z przystosowaniem się do zmian w rutynowym programie zajęć,
- tendencja do perfekcjonizmu, nie pozwalanie sobie na popełnianie błędów.

Dzieci alkoholików potrafią być zarazem pełne rezerwy i agresywne albo bardzo sprawne i nie dające sobie rady. Po lekcjach sprawiają wrażenie, że w ogóle

nie mają ochoty opuścić klasy albo spieszą się do domu natychmiast po zakończeniu zajęć. Bywają bardzo skrajne w swych zachowaniach i to właśnie powinno budzić niepokój pedagogów. Dzieci alkoholików mogą być totalnymi nieudacznikami lub prymusami, odnoszącymi sukcesy w każdej dziedzinie. Jednak w każdej z tych skrajnych sytuacji dzieciom tym towarzyszy ból, świadomość własnego nieszczęścia i niska samoocena.

Rozpoznawanie dzieci alkoholików można przeprowadzać ponadto za pomocą wystandaryzowanych testów / test przesiewowy CAST /, ankiet oraz wywiadów.

Niezależnie od zastosowanej procedury, dzieci alkoholików nigdy nie należy identyfikować publicznie, co może spowodować przyklejenie im etykietki mającej niekorzystny wpływ na ich samoocenę, może też wywołać wśród personelu szkoły oraz rówieśników niesprzyjające nastawienie, oczekiwania i reakcje. Jakkolwiek dzieci alkoholików wymagają szczególnej uwagi, należy unikać stygmatyzowania ich w taki sposób, który mógłby skłonić osoby do odmiennego ich traktowania.

Najskuteczniejszą metodą rozpoznawania jest autoidentyfikacja, przeprowadzona przez samo dziecko. Takie podejście gwarantuje psychologiczne bezpieczeństwo i anonimowość, pozostawiając decyzję dziecku. Najlepszym punktem wyjścia w procesie autoidentyfikacji są programy informacyjne, edukacyjne na temat alkoholu przeznaczone dla wszystkich dzieci. Poruszane tematy dotyczące różnic między alkoholizowaniem a odpowiedzialnym piciem, alkoholizmu jako choroby dotykającej całej rodziny, cech charakterystycznych dzieci alkoholików wywołują zainteresowanie i chęć uczestnictwa w dalszych proponowanych zajęciach psychoedukacyjnych dotyczących samooceny oraz omawiania powyższych zagadnień na płaszczyźnie prywatnej. Efektywność wszystkich programów i oddziaływań psychoedukacyjnych uzależnione jest od tego, czy zostanie wytworzony klimat bezpieczeństwa i zaufania.

Pomaganie dzieciom alkoholików w warunkach szkolnych

Dzieci alkoholików zwykle nie wyciągają ręki po pomoc. Nie znajdują oparcia we własnych emocjach ani nie korzystają ze wsparcia, jakie mogłyby uzyskać od innych. Tłumią uczucia lub starają się zminimalizować ich znaczenie. Dlatego pierwszy ruch, po rozpoznaniu dziecka z rodziny z problemem alkoholowym, powinien należeć do rozsądnego, taktownego dorosłego, gotowego do zbudowania naturalnej relacji opartej na wzajemnym szacunku i zaufaniu.

Co może zrobić zainteresowany dzieckiem alkoholików pedagog ?

- dawać mu do zrozumienia, że jest ważne i wartościowe,
- budować poczucie zaufania,
- słuchać, podtrzymywać kontakt wzrokowy i werbalny,
- nagradzać właściwe zachowania uśmiechem, pochwałą,
- unikać „ bycia ojcem lub matką"
- unikać nadopiekuńczości,
- wyznaczać mocne, rozsądne granice,
- pomagać w nazywaniu i wyrażaniu uczuć, w rozwiązywaniu konfliktów,
- dotrzymywać obietnic,
- uczyć konsekwencji ,
- starać się pokazywać , jak wyglądają inne rodziny,
- starać się by klasa lekcyjna była swego rodzaju sanktuarium, w którym dzieci czują się pewnie, mają poczucie bezpieczeństwa, są rozluźnione, przeżywają zaciekawienie i radość płynącą z poznawania nowego, z nauki,
- pozwalać dzieciom na zabawę, dzieci alkoholików nie potrafią się bawić, rozluźnić, nie mają bowiem okazji do zabawy, do czerpania z niej przyjemności,
- dawać dzieciom do zrozumienia, że nie ma niczego złego w zrelaksowaniu się i bezczynności, dzieci alkoholików nie dają bowiem sobie prawa do relaksu, wypoczynku,
- upewniać dzieci, że nie zawsze muszą się czymś wykazywać, by zrobić komuś przyjemność, mogą również robić przyjemność samemu sobie,
- pokazywać sposoby radzenia sobie ze złością, negatywnymi emocjami,
- zachęcać do pracy i zabawy w grupie, wykorzystywać rozmaite okazje do integrowania grupy klasowej,
- prowadzić zajęcia podnoszące samoocenę,
- wykorzystywać różne metody i techniki pracy / psychodrama, teatr, zajęcia relaksacyjne, gry i zabawy, film, muzyka,rysunek, praca w małych grupach itp./.

Jednym z najważniejszych sposobów pomagania dzieciom , a dzieciom z rodzin z problemem alkoholowym szczególnie jest dostarczanie im wiedzy na temat uzależnień ,choroby alkoholowej, sytuacji rodziny z problemem alkoholowym. Mogą to być zajęcia prowadzone przy pomocy różnorodnych sposobów / wykład, warsztaty psychoedukacyjne, film, rysunek itp./. Edukacja stanowi najpotężniejszą broń przeciwko alkoholizmowi : dostarcza wiedzy, słownictwa, odziera zjawisko z atmosfery tajemniczości, daje możliwość podejmowania odpowiedzialnych decyzji w sprawie alkoholu.

Dzieci alkoholików mogą wrócić do zdrowia niezależnie od tego, co robią ich rodzice. Psycholodzy, pedagodzy szkolni wraz z innym personelem placówek

oświatowych mogą zrobić bardzo wiele, aby pomóc dzieciom odnaleźć się w rodzinie, w grupie, w otaczającym ich świecie.

Aby tak się stało należy pomóc pedagogom i dostarczyć im niezbędnej wiedzy na temat uzależnień, problemach alkoholizmu w rodzinie, szczególnej sytuacji dzieci pijących rodziców. Ważne jest także wyposażenie nauczycieli w arsenał metod i technik pracy z dziećmi i rodzicami, rozwijania umiejętności wychowawczego oddziaływania .

Bibliografia

Bradshaw J.: Zrozumieć rodzinę. Warszawa, 1994

Dymek-Balcerek K.: Dziecko w obliczu patologii społecznej dnia codziennego. Radom, 1999

Kinney J.: Zrozumieć alkohol. Warszawa, 1996

McConnel P.: Po deszczu jest słońce. Gdańsk, 1996

McWhirter J.: Zagrożona młodzież. Warszawa, 2001

Miller M.: Rodzina uzdrowiona. Warszawa, 1996

Robinson B.: Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików. Warszawa, 1998

Sobolewska Z.: Odebrane dzieciństwo. Warszawa, 2000

Whimore D.: Radość uczenia się. Warszawa, 1994

Woititz J.: Dorosłe dzieci alkoholików. Warszawa, 1994

Woititz J.: Wymarzone dzieciństwo. Gdańsk, 1993

Summary

An author shows us school problems of children from families with alcoholic problems in theories and in scientific research.