

ROLE DZIECI W RODZINIE ALKOHOLOWEJ

I. BOHATER

1. Ogólna charakterystyka:

Najczęściej rolę tę przyjmuje najstarsze dziecko. Czuje się odpowiedzialne za rodzinę, jej problemy, więc poświęca się dla niej rezygnując z własnych potrzeb. Stara się nie sprawiać kłopotów i odnosić sukcesy. To opiekun rodzeństwa, wizytówka rodziny, która pokazuje obcym, że w niej jest wszystko w porządku.

2. W roli ucznia:

Jest bardzo dobrym uczniem, starającym się o najlepsze oceny, któremu zależy na osiągnięciach. Stawia sobie bardzo wysokie wymagania, chce być najlepszy we wszystkim. Pracowity, perfekcjonista, który uważa, że zawsze można zrobić coś lepiej. Nie ma czasu na zabawy i spotkania z rówieśnikami oraz rozwijanie zainteresowań innych niż nauka, gdyż jest nadmiernie obciążony obowiązkami domowymi. To lider w grupach zadaniowych, który bierze odpowiedzialność za realizację zadania.

3. W relacji z dorosłymi i rówieśnikami:

Najczęściej jest osobą lubianą i akceptowaną, popularną wśród rówieśników. Posiada tendencję do sprawowania kontroli nad innymi, opiekowania się oraz przejmowania odpowiedzialności. Może nie mieć czasu dla kolegów i koleżanek w związku z obowiązkami domowymi. Poszukuje towarzystwa osób starszych od siebie, wśród których czuje się lepiej. Najczęściej lubiany przez nauczycieli jako dobry uczeń.

4. Przeżywane emocje:

To osoba powściągliwa w okazywaniu uczuć. Wypiera i tłumi złość na rodziców. Stara się okazywać tylko pozytywne emocje. Ma poczucie winy oraz wstyd za sytuację rodzinną. Czuje się „gorszy” od innych, mniej wartościowy. Odczuwa lęk przed utratą sympatii i aprobaty. Żyje w ciągłym napięciu.

5. Wskazówki do pracy:

Należy zadbać o to, żeby te dzieci były w takim samym stopniu przedmiotem uwagi, jak inne dzieci. Trzeba pomóc im w znalezieniu równowagi pomiędzy pracą i zabawą. Należy kłaść nacisk, aby nie rezygnowały ze swoich potrzeb, np. z powodu braku czasu. Trzeba im pomóc, aby nie brały na siebie zadań nieadekwatnych do ich możliwości, wieku oraz nie należy stawiać im niezwykle wysokich wymagań i obciążać je taką odpowiedzialnością jakby były dorosłe.

II. MASKOTKA

1. Ogólna charakterystyka:

Rolę tę najczęściej przyjmują najmłodsze dzieci. Lekko traktują poważne sytuacje i starają się, aby wszyscy byli weseli oraz by nie brać wszystkiego na zbyt serio. Dbają o optymistyczny nastrój. Próbuje manipulować nastrojami w rodzinie poprzez wdzięk, żarty, błazenady, dowcipkowanie, rozśmieszanie i podstęp. Czasami staje się „aniołkiem” czy słodkim dzieckiem.

2. W roli ucznia:

Jest to klasowy błazen, który nie cofnie się przed niczym, aby tylko rozśmieszyć. Jego błazeństwa czasami przeszkadzają więc bywa przywoływany do porządku. Może otrzymać etykietkę „nieznośnego”. Ma problemy z koncentracją uwagi na zadaniu i ich dokończeniem, nie może usiedzieć w klasie. Rozmawia z kolegami, wierci się. Łatwo zapomina i gubi rzeczy. Ma tendencję do uciekania od trudności. Jego nadaktywność i brak odpowiedzialności utrudniają współpracę w grupie i podejmowanie trudniejszych zadań.

3. W relacji z dorosłymi i rówieśnikami:

Każdy lubi jego towarzystwo, gdyż zmusza wszystkich do śmiechu, jednak nikt nie bierze go na poważnie. Zabiega o uznanie innych poprzez wtrącanie się do zabaw, rozmów, nie czekając na swoją kolej. To osoba nadmiernie gadatliwa, wesołkowata niezależnie od sytuacji. Unika wchodzenia w głębsze relacje. Cieszy się najczęściej krótkotrwałym i powierzchownym zainteresowaniem dorosłych i rówieśników. Jednak, gdy jej funkcjonowanie w grupie nie spotka się z uznaniem, zostanie zraniona i odrzucona, to może się wycofać i wtedy staje się bardzo napięta i zaniepokojona, co może skończyć się gwałtownym wybuchem.

4. Przeżywane emocje:

Z wierzchu to dziecko roześmiane, wesołe, ale od środka – pełne strachu i smutku, wystraszone, niepewne, samotne. Nie ma poczucia własnej wartości, unika bliskości, aby nie zostać zranionym. z lękiem radzi sobie poprzez wywoływanie uczuć przeciwnych. Na maskowanie prawdziwych emocji, które może przypisywać innym, zużywa wiele energii. Pod maską radości i beztroski kryje obawę i lęk.

5. Wskazówki do pracy:

Należy dać mu do zrozumienia, że nie powinno ukrywać tego, co czuje, swojej osobowości. Podkreślać, że ludzie będą je lubić, nawet jeśli nie będzie opowiadać dowcipów i rozśmieszać. Powinno się mu pomóc otworzyć się, pozyskując jego zaufanie. Mimo, że wydaje się beztroski, trzeba okazać mu wiele życzliwości, aby nabrał ufności potrzebnej do zrzucenia maski. Należy wciągnąć dziecko do innych zajęć dających możliwość wyrażania siebie, jak zajęcia plastyczne, muzyka itp. Trzeba pokazywać mu właściwe reakcje i emocje stosowne do danego wydarzenia. Należy wyjaśnić, że śmiejemy się z rzeczy zabawnych a płaczymy, gdy jest nam smutno, złościmy się, gdy

ktoś nam zrobi krzywdę, itp. Starsze dzieci można namówić do pisania dziennika ze swoimi przeżyciami.

III. KOZIOŁ OFIARNY, CZARNA OWCA:

1. Ogólna charakterystyka:

W roli tej najczęściej znajduje się drugie dziecko w rodzinie. Ciągłe sprawia kłopoty wychowawcze: wchodzi w bójki, konflikty, ma problemy w nauce, sięga po używki. Na niego zostaje skierowana uwaga rodziny, agresja pijącego rodzica. Najczęściej pierwszy dostrzega problem – alkoholizm. Swoim zachowaniem odwraca uwagę od właściwego problemu rodziny, stając się wcieleniem rodzinnych frustracji i pakując się ciągle w kłopoty. Pamiętany jest głównie z powodu trudności, które sprawia i wyrządzonego zła. Są nieprzystosowani do życia społecznego i spotykają się ze społeczną dezaprobatą. Nie potrafią utrzymywać więzi społecznych.

2. W roli ucznia:

To najczęściej uczeń słaby, a nawet bardzo słaby. Posiada niewielką lub nie ma w ogóle motywacji do podejmowania nauki, zadań, pracy. Pracuje poniżej swoich możliwości, osiągając niskie wyniki. Często wagaruje. Przeszkadza na lekcjach, wpływając destrukcyjnie na klasę, grupę.

3. W relacji z dorosłymi i rówieśnikami:

Najczęściej szuka akceptacji w grupach osób podobnych do siebie. Zawiera powierzchowne kontakty, nieuwzględniające potrzeb innych, związane z manipulacją i wzajemnym wykorzystywaniem. Często prowokuje, zaczepia i mści się, a także kłamie i nie dotrzymuje obietnic. Łatwo wpada w gniew, rozdrażnienie lub rozżalenie. Często kłóci się z dorosłymi, pyskuje i łamie normy. U dorosłych może budzić wściekłość lub ukrywany strach.

4. Przeżywane emocje:

To dziecko czuje złość, wściekłość na alkoholika, bohatera rodzinnego. Radzi sobie z tym uczuciem poprzez zachowania autodestrukcyjne (samookaleczenie), przemieszczanie agresji na innych (bójki) lub wyładowuje w innych działaniach destrukcyjnych (wandalizm, prostytucja). Odczuwaną złość przypisuje innym, spostrzegając świat i ludzi jako wrogich, nieprzyjaznych, zagrażających. Uważa atak za najlepszą formę obrony.

5. Wskazówki do pracy:

Należy traktować jego zachowania jako wołanie o pomoc, traktować go sprawiedliwie i pomagać w zaspokojeniu potrzeb. Swoje odczucia powinno się przekazywać mu w sposób nie raniący go (komunikat „ja”). Należy starać się unikać skłonności do karania i skupiać się na pozytywnych symptomach jego zachowania, podkreślając je, gdy występują. Trzeba jasno określić granice, reguły w pracy z tym dzieckiem i dbać o ich respektowanie, tłumacząc ich zasadność. Powinno wyznaczyć się mu role przywódcze, zadania, którym sprosta i chwalić za ich wykonanie, sukces. Należy zachęcać dziecko do

właściwego wyładowywania emocji i pomóc w przekierowaniu agresji, np. na działania sportowe. Nie należy obciążać go taką odpowiedzialnością, jakby był dorosły. Powinno się również pomóc innym dzieciom zrozumieć go, jednocześnie respektując ich prawa i odczucia.

IV. DZIECKO WE MGLE

1. Ogólna charakterystyka:

W tę rolę wchodzi najczęściej jedno z młodszych dzieci. Z sytuacją rodzinną radzi sobie poprzez „schodzenie z oczu”, izolując się od ludzi. Ucieka w samotność, uległość, świat fantazji, telewizji, muzyki. Może również uciekać w chorobę. Czasem oddaje się bez reszty jakiejś namiętności, np. religii. Postrzegane jest jako dziwne, niewidzialne.

2. W roli ucznia:

Nie wierzy we własne siły i możliwości. Nie wykazuje także inicjatywy i rezygnuje z realizacji wielu zadań. Na lekcjach robi wrażenie zamysłonego, nieobecnego, a wyrwany do odpowiedzi najczęściej milczy lub zmyśla. Czasem osiąga lepsze wyniki w jakiejś dziedzinie. Ma bujną wyobraźnię, co wykorzystuje do ukrycia wewnętrznego napięcia lub do zdobywania namiastek uwagi od innych osób. Posiada trudności ze współpracą w grupie zadaniowej.

3. W relacji z dorosłymi i rówieśnikami:

Jest dzieckiem nieufnym, izolującym się od kontaktów z dorosłymi i rówieśnikami. Wycofany, wybiera samotność. Posiada braki w zakresie podstawowych umiejętności społecznych. Sprzeciwia się poprzez bierny opór, ale nie aktywnie. Jego oczy często wyrażają bojaźliwy nadmiar czujności wobec innych.

4. Przeżywane emocje:

To dziecko doświadcza samotności, przerażenia, smutku, żalu, bezradności, braku nadziei i poczucia własnej wartości.

5. Wskazówki do pracy:

Należy pokazać mu, że jest ważny dla dorosłych, dać mu odczuć pozytywne zainteresowanie i akceptację. Powinno się pomóc mu rozpoznawać uczucia i mówić o nich. Należy również pomóc sprecyzować zainteresowania i w oparciu o nie budować samoocenę dziecka. Trzeba zachęcać je do zabawy i prac zespołowych, pomóc mu poczuć się pełnoprawnym członkiem danej grupy.

ZASADY W RODZINIE ALKOHOLOWEJ

W rodzinie alkoholowej dziecko otrzymuje trzy wyraźne komunikaty:

- nie ufaj!
- nie mów!
- nie czuj!

Nie ufaj! - dziecko wie, że nie może ufać swoim rodzicom, ponieważ nie dotrzymują danego słowa, np. pomimo obietnic ojciec nadal pije. Ponieważ ufności i porządku świata dziecko uczy się od rodziców i poprzez rodziców, brak oparcia w dorosłych pozbawia je pewności i rozeznania. Nie spełnione obietnice, nie dotrzymane umowy, zagubienie dorosłych, nie-spójność ich działań, niekonsekwencje wychowawcze -wszystko to nie sprzyja kształtowaniu się orientacji i ufności. Nieufność budzi obronność, zaś brak porządku rodzi chaos myśli i nieuporządkowanie życia uczuciowego.

Nie mów! - jest silnym komunikatem (nie zawsze wypowiedzianym głośno) od dorosłych w sprawach związanych z problemem alkoholowym. Nie mów, ukrywaj ten problem przed światem zewnętrznym, w przeciwnym bowiem razie otrzymasz etykietę dziecka alkoholika. Nie mówić oznacza zamknięcie się na tematy związane z rodziną wobec obcych. Dzieci milkną, chroniąc największy dla nich skarb - tajemnicę rodzinną o alkoholu i incydentach z nim związanych. Robią to ze wstydu, strachu i w nadziei, że będzie lepiej i że nie jest tak naprawdę najgorzej. Ogromnie trudno przebić się przez to dziecięce zaprzeczanie, co owocuje tragiczną czasem samotnością dziecka w rodzinie alkoholowej. Wszelkie tabu paraliżujące pole otwartej i intymnej komunikacji w rodzinie skazuje ludzi na samotność.

Nie czuj! - dziecko w rodzinie alkoholowej często przeżywa paraliżujące uczucia, które powodują jego niepokój i próby odcięcia się od nich. Zabieg tego rodzaju zbyt często powtarzany, rodzi groźbę odłączenia się od świata własnych emocji i utraty prawdy o najgłębszych poruszeniach swego serca. Zafałszowanie wewnętrznej rzeczywistości powoduje osłabienie czujności emocjonalnej niezbędnej do orientacji w świecie i w sobie samym.

Psycholog

Anna Maria Bindek

Bibliografia:

Robinson B. E., Rhoden J. L. (2005). *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*. PARPA

Materiały szkoleniowe ze studiów podyplomowych z socjoterapii