

# Krzysztof Graczyk

---

## Rodzina dysfunkcyjna i jej wpływ na rozwój zaburzeń zachowania osoby w kształtowaniu dojrzałości osobowościowej do małżeństwa

---

Studia Włocławskie 20, 407-432

---

2018

Artykuł został 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](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach  
dozwolonego użytku.

KS. KRZYSZTOF GRACZYK

**RODZINA DYSFUNKCJONALNA  
I JEJ WPŁYW NA ROZWÓJ ZABURZEŃ ZACHOWANIA OSOBY  
W KSZTAŁTOWANIU DOJRZAŁOŚCI OSOBOWOŚCIOWEJ  
DO MAŁŻEŃSTWA**

W każdym społeczeństwie rodzina stanowi podstawową i powszechną formę życia społecznego, która zaspokaja podstawowe potrzeby jej członków, ujmowane zarówno w kategoriach jednostkowych, jak i ogólnospołecznych. Rodzina jest więc pierwszym i najważniejszym ogniwem społecznym oraz główną instytucją wychowawczą złożoną z małżonków, ich dzieci, a także krewnych każdego z małżonków<sup>1</sup>.

W myśl przepisów art. 23 i 27 kodeksu rodzinnego i opiekuńczego (ustawa z 25 II 1964 r. – Dz.U. nr 9, poz. 59; zm. Dz.U. 1975, nr 45, poz. 234 i 1986, nr 36, poz. 180) rodzina powstaje przez zawarcie związku małżeńskiego. Rodziną jest także małżeństwo nie posiadające dzieci. Według teorii socjologicznych, które odnoszą się do rodziny, dzieli się ją na „małą”, czyli dwupokoleniową, i „wielką”, zwaną wielopokoleniową. „Małą rodzinę”, zwaną także nuklearną, stanowią: mężczyzna i kobieta pozostający ze sobą we współżyciu małżeńskim oraz ich małoletnie dzieci. „Wielką rodzinę”

---

KS. KRZYSZTOF GRACZYK – dr hab., studia specjalistyczne z zakresu prawa kanonicznego na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim (1994–1998), uwieńczone doktoratem z kościelnego prawa małżeńskiego. W latach 1998–2001 asystent przy Katedrze Kościelnego Prawa Małżeńskiego i Rodzinnego na KUL. Od 2001 r. sędzia w Sądzie Biskupim we Włocławku. Od 2003 r. wykładowca prawa kanonicznego na Papieskim Wydziale Teologicznym w Warszawie – Sekcja św. Jana Chrzciciela. Studium Teologii we Włocławku. Oddział w Koninie. W 2013 r. uzyskał licencjat z teologii na Papieskim Wydziale Teologicznym we Wrocławiu, a w 2015 r. habilitację na Wydziale Teologicznym Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. Autor kilkudziesięciu artykułów prawnych i prawnoduszpasterskich w pozycjach książkowych i czasopismach.

<sup>1</sup> Por. M. Ochmański, *Losy życiowe młodzieży z rodzin alkoholowych i jej charakterystyka psychospołeczna*, Ciechanów 1987, s. 99.

tworzy kilka „małych rodzin”, tj. dziadków, rodziców, dzieci, które pozostają we wspólnym gospodarstwie domowym i mieszkają w jednym domu<sup>2</sup>.

Środowisko rodzinne, a raczej jego stabilność, stanowi bardzo ważny czynnik równowagi emocjonalnej i zdrowia psychicznego dziecka. Rozbicie rodziny, spowodowane rozwodem czy chorobą alkoholową któregoś z rodziców, stanowi zawsze szok, pozostawia u dziecka trwałą uraz. Często może to doprowadzić do pojawienia się u dziecka lęków, do utraty poczucia bezpieczeństwa, wywołać depresję, moczenie nocne i szereg innych objawów nerwicy. Wielu badających to zjawisko wskazuje, że przeżycie, jakim jest dla dziecka rozbicie rodziny czy alkoholizm ojca stwarza również sprzyjające warunki dla aspołecznego zachowania się. Atmosfera, jaka panuje w tych rodzinach, tj. napięcie i dysharmonia, działa na dziecko bardzo negatywnie. Natomiast niezgoda i brak miłości w stosunkach interpersonalnych rodziców wiążą się z rozwojem zachowań aspołecznych dzieci. W przypadku choroby alkoholowej i rozbicia rodziny nakładają się na siebie dwie sytuacje traumatyczne. Jedna to poprzedzający rozbicie rodziny konflikt małżeński, który dziecko przeżywa jako zagrożenie. Druga sytuacja traumatyzująca to wzrastanie dziecka w rodzinie niepełnej, z jednym zamiast dwóch wzorów osobowych. Ta sytuacja utrudnia identyfikację i w zależności od wieku dziecka, pozostawia różny ślad w jego osobowości<sup>3</sup>.

Powstające u dzieci różnego typu zaburzenia świadczą o dysfunkcyjności rodziny w zakresie funkcji socjalizującej i psychohigienicznej. Według ogólnie przyjętej opinii naukowej, funkcja socjalizująca zakłada, że rodzina wprowadza w społeczeństwo nowych obywateli, przekazując im podstawowe normy i wzory zachowania, zwyczaje, wzory kultury obowiązujące w danym społeczeństwie. Natomiast funkcję psychohigieniczną spełnia rodzina, zapewniając swym członkom poczucie stabilizacji, bezpieczeństwa, możliwość wymiany uczuć i myśli, a także równowagę emocjonalną i dogodne warunki dla rozwoju osobowości. Jeśli natomiast dewiacje, w zachowaniu dzieci i młodzieży, polegają na nierespektowaniu wzorów zachowań, norm i wartości przyjętych w danym społeczeństwie, możemy mówić o osłabieniu przede wszystkim funkcji socjalizującej rodziny lub o jej dysfunkcyjności. Końcowym efektem takiego wychowania w rodzinie może być jednostka egocentryczna, egoistyczna, społecznie i kulturowo bierna. Jeśli natomiast dzieci czy młodzież mają zachwiane poczucie bezpieczeństwa, niski próg

---

<sup>2</sup> Por. J. Winiarz, *Prawo rodzinne*, Warszawa 1994, s. 13.

<sup>3</sup> Por. A. Ziemska, *Rodzina a osobowość*, Warszawa 1975, s. 150–152.

podatności na frustrację, są niezrównoważone psychicznie, to dysfunkcjonalność rodziny dotyczy funkcji psychohigienicznej. W przypadku zaburzeń zachowania dzieci i młodzieży należy raczej mówić o dysfunkcjonalności w zakresie obu funkcji, gdyż zaburzenia te mają postać mieszaną<sup>4</sup>.

Sobór Watykański II podkreśla, że rodzina powinna stać się szkołą bogatszego człowieczeństwa. Staje się to jednak wówczas, gdy podstawowym dobrem wspólnym rodziny jest zapewnienie sprzyjających warunków wszechstronnego rozwoju dla wszystkich członków wspólnoty. Chodzi tu zarówno o rozwój fizyczny i intelektualny, jak i religijno-moralny. Stabilność środowiska rodzinnego stanowi bardzo ważny czynnik równowagi emocjonalnej i zdrowia psychicznego dziecka. Rodzina jest początkiem i źródłem kontaktów międzyludzkich, pierwszych więzi emocjonalnych dziecka. Odgrywa podstawową rolę w kształtowaniu zdrowia psychicznego dziecka, jak i jego prawidłowego ukształtowania do podejmowania w przyszłości odpowiedzialnych wyborów i decyzji<sup>5</sup>.

### **1. Różnice między prawidłowo funkcjonującą rodziną a rodziną dysfunkcjonalną**

John Bradshaw zajmując się zagadnieniem rodziny zdrowej podkreśla, że funkcjonalna, zdrowa rodzina to taka, w której wszyscy członkowie są całkowicie funkcjonalni i relacje pomiędzy nimi są całkowicie funkcjonalne. Stwierdza, że 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. Uważa również, że funkcjonalna rodzina jest zdrową glebą, na której jej członkowie mogą wyrosnąć na dojrzałe istoty ludzkie. Według Bradshawa rodzina taka ma następujące cechy: rodzina jest jednostką zabezpieczającą przetrwanie i rozwój, rodzina jest glebą, która zaspokaja potrzeby emocjonalne swoich członków. Potrzeby te obejmują znalezienie równowagi pomiędzy autonomią i zależnością oraz naukę zachowań społecznych i seksualnych. Zdrowa rodzina zapewnia rozwój i wzrastanie każdego członka, włączając także rodziców, rodzina jest miejscem, gdzie rozwija się poczucie własnego ja, rodzina jest podstawową jednostką socjalizacji i ma decydujące znaczenie dla przetrwania społeczeństwa<sup>6</sup>.

---

<sup>4</sup> Por. tamże, s. 147–148.

<sup>5</sup> Por. KDK, n. 52; por. także *Wychowanie w rodzinie chrześcijańskiej*, pod red. F. Adamskiego, Kraków 1982, s. 77.

<sup>6</sup> Por. J. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, Warszawa 1994, s. 59.

Jak więc z tego wynika, zdrowe środowisko rodzinne daje możliwość zaspokojenia potrzeb wszystkim swoim członkom. Aby umożliwić zaspokojenie potrzeb jednostki, rodzina powinna być stabilna i bezpieczna. Trzeba przy tym pamiętać, że człowiek ma różnorodne potrzeby fizyczne, emocjonalne, intelektualne i duchowe. Małemu dziecku, aby mogło się prawidłowo rozwijać, potrzebne jest poczucie bezpieczeństwa fizycznego, poczucie przynależności oraz doświadczenie kontaktu, dotyku i ciepła. Zwłaszcza w pierwszych trzech latach życia bardzo intensywnie kształtowany jest sposób postrzegania siebie samego. Doświadczenia wyniesione z tego okresu mają niebagatelny wpływ na dalszy rozwój człowieka. Właśnie wtedy tak ważną rolę odgrywają najbliższe osoby. Aby nauczyć się odczuwać swoją wartość i wyjątkowość, najpierw musimy ją zobaczyć w oczach naszych rodziców. Dziecko w najwcześniejszym okresie swojego życia postrzega siebie oczyma rodziców<sup>7</sup>.

Bezsporną kwestią jest to, że człowiek potrzebuje szacunku do siebie, miłości, akceptacji dla własnej osoby oraz swoich uczuć. Potrzebuje także wolności, aby mógł czuć się wyjątkową i niepowtarzalną osobą. Rodzice, jeśli kochają siebie i akceptują wszystkie swoje uczucia, potrzeby i pragnienia, z pewnością będą w stanie akceptować to wszystko w swoich dzieciach. Jeśli pragnienia, uczucia i potrzeby dziecka będą szanowane, wówczas ono samo nauczy się je szanować. Z kolei, takie pozytywne doświadczenie w dzieciństwie pozwoli w przyszłości na lepsze dostrzeganie, rozpoznawanie, wyrażanie i zaspokajanie swoich potrzeb. Warto w tym miejscu wyraźnie podkreślić, że podstawowym elementem rodziny jest związek małżeński. Jeśli związek pomiędzy rodzicami jest zdrowy i funkcjonalny, dzieci mają wówczas większą możliwość prawidłowego rozwoju. Zdrowo funkcjonująca relacja opiera się na równości pomiędzy dwiema samorealizującymi się osobami. Każda z nich jest pełną osobą. W związku małżeńskim każda ma szansę rozwijać się poprzez swoją miłość do drugiej osoby. Bradshaw pisząc na temat małżeństwa, wyraźnie podkreśla, że w zdrowo funkcjonującym małżeństwie partnerzy wiedzą, że ostatecznie każdy sam jest odpowiedzialny za swoje działania i za swoje szczęście. Szczęścia nie można osiągnąć w dojrzały sposób, jeżeli uzależnia się je od czegoś zewnętrznego, poza sobą. Życie jest procesem, który przebiega od szukania oparcia w otoczeniu do szukania oparcia w sobie. Okres dojrzewania, to rozwój i stawanie się dojrzałą osobą, co prowadzi do stawania na własnych nogach,

---

<sup>7</sup> Por. W. Sztander, *Rodzina z problemem alkoholowym*, Warszawa 1993, s. 5–14.

niezależności i uzyskiwania oparcia w sobie. Żadna relacja nie jest zdrowa, jeżeli oparta jest na własnych brakach i niezaspokojeniu potrzeb. Zdrowe relacje są relacjami dojrzałymi, opartymi na równości i odpowiedzialności za siebie. Każdy człowiek jest całością i niczego mu nie brakuje. Każdy jest niezależny i zaangażowany. Ponadto w zdrowej, angażującej relacji każdy partner zobowiązuje się do doskonalenia się. Każdy dba o samodyscyplinę i jest gotowy wykorzystywać ją dla dobra związku<sup>8</sup>.

Alkoholizm i rozbitcie rodziny, które wiąże się z całym bagażem dysfunkcyjnych wzorów zachowań, są przyczyną niespełniania przez rodzinę swych podstawowych funkcji. W rodzinach dysfunkcyjnych rodzice nie mogą zaspokoić w sposób właściwy potrzeb dziecka, co powoduje rozwinięcie u niego mechanizmów obronnych i zaburzone funkcjonowanie w środowisku społecznym. Niestety dorosłe dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, np. DDA – dorosłe dzieci alkoholików oraz synowie wychowywani bez ojca, w życiu dorosłym przenoszą cechy dysfunkcyjności na grunt swojej rodziny. Wynikiem tego są zjawiska patologii społecznej i dewiacji społecznej<sup>9</sup>.

Rodzina dysfunkcyjna w sposób zasadniczy różni się od rodziny prawidłowo funkcjonującej, gdzie następuje: tworzenie bardzo silnych więzi emocjonalnych między jej członkami, codzienne obcowanie ze sobą, spontaniczne i bezpośrednie kontakty, zabezpieczenie bytu i umożliwienie indywidualnego rozwoju, wspólne tradycje, pielęgnowanie więzi, wspólne wartości i normy, wzajemna troska i odpowiedzialność za siebie, rozwijanie się poczucie własnego „ja”, zaspokajanie podstawowych potrzeb emocjonalnych rodziców i dzieci: akceptacji, miłości, bezpieczeństwa, zdrowia<sup>10</sup>.

Jeśli funkcjonowanie rodziny ulega zniekształceniu, występuje deficyt podstawowych funkcji, mówimy o dysfunkcyjności rodziny. Można stwierdzić, że rodzina dysfunkcyjna jest często fragmentem wielopokoleniowego procesu, porusza się w swego rodzaju błędnym kole i nie potrafi się z niego wydostać. Opierając się wyłącznie na własnych siłach i korzystając z patologicznych wzorców, zaprzecza swoim problemom, a także pięciu potencjałom człowieka: uczuciom, wyobrażeniom, dążeniom, myślom, spostrzeżeniom. Dzieci często wstydzą się swojej rodziny, brak w niej intymności, rzadko dochodzi tam do prawdziwego kontaktu i szczerzej rozmowy, nie przestrzega się indywidualnych granic i nie za-

---

<sup>8</sup> Por. Bradshaw, *Zrozumieć rodzinę*, s. 63–65.

<sup>9</sup> Por. T. Cermak, *Diagnosing and treating co-dependence*, Minneapolis 1986, s. 12n.

<sup>10</sup> Tamże.

spokaja potrzeb, jednostka poświęca się dla rodziny, trudno taką rodzinę opuścić, panują w niej sztywne zasady kontroli, perfekcjonizmu i oskarżeń, zaprzecza się konfliktom, utrzymuje jawne kłamstwa i tajemnice, które każdy zna i udaje, że o niczym nie wie<sup>11</sup>.

Każda rodzina dysfunkcyjna naraża dziecko na stresy, przemoc we wzajemnych relacjach, zaniedbanie fizyczne i psychiczne, konsekwencje które są widoczne u dziecka zarówno w okresie, gdy przebywa w domu rodzinnym, jak i w dorosłym życiu. Dorosłe dzieci z rodzin dysfunkcyjnych mają trudności w kontaktach interpersonalnych, w tworzeniu trwałych związków opartych na prawdziwej bliskości z partnerem<sup>12</sup>.

## **2. Negatywne skutki nieobecności ojca w procesie wychowania dziecka**

Choroba alkoholowa ojca czy jego nieobecność w rodzinie wpływa na cztery główne dziedziny rozwoju dziecka: rozwój intelektualny, moralny, płciowy i psychosocjalny. Zdaniem psychologów i socjologów nieobecność ojca ma wpływ tym bardziej negatywny, im wcześniej dziecko zostanie pozbawione ojca i im dłużej trwa ta nieobecność. Szereg badań wykazało, że wielu przestępców młodocianych pochodzi z rodzin rozbitych, bez ojca. Brak ojca powoduje słabszy rozwój postaw moralnych dziecka oraz spore luki w ich formowaniu. Badania psychologiczne i socjologiczne wskazują na pewne symptomy: chłopcy bez ojca stają się albo mniej „męscy”, czyli przybierają cechy kobiece, albo też wpadają w drugą skrajność, pragną być „supermanami”. Według opinii neuropsychiatrów dziecięcych brak ojca może prowadzić do: zaburzeń postaw, zachowań neurotycznych, nieustannego poszukiwania „ojca idealnego”, wyraźnej opozycji w stosunku do ojca obecnego, ale niewystarczającego<sup>13</sup>.

### **2.1. Niedostosowanie społeczne**

Jednym z podstawowych skutków braku ojca w rodzinie jest niedostosowanie społeczne dzieci. Wykazują je głównie badania porównawcze dzieci wychowywanych bez udziału ojców oraz dzieci wychowywanych w rodzinach pełnych. Z badań przeprowadzonych przez D.B. Lynna i W.L. Sawreya jasno wynika, że chłopcy dorastający bez udziału ojca,

---

<sup>11</sup> Por. B. Będkowska-Karpała, J. Ryniak, *Współzależnienie jako zaburzenie adaptacji*, „Terapia Uzależnienia i Współzależnienia”, 2008, nr 6, s. 1115.

<sup>12</sup> Tamże.

<sup>13</sup> Por. B. Mierzwiński, *Męczyzna – mąż – ojciec*, Otwock 1996, s. 81.

w porównaniu ze swoimi rówieśnikami dorastającymi w obecności ojca, wybierali mniej dojrzałe formy zabaw oraz wykazywali mniejszą zdolność przystosowania się do grup rówieśniczych<sup>14</sup>.

Natomiast K. Pospiszyl zwraca uwagę także na drugi faktor przystosowania społecznego – na zdolność do samooceny. Stwierdza on, że tylko człowiek potrafiący ocenić w sposób względnie precyzyjny własne, a także cudze możliwości, plany i ambicje oraz szanse w zakresie możliwości zaspokojenia różnych potrzeb stworzone przez otoczenie społeczne może być uznany za dostosowanego społecznie<sup>15</sup>.

Badania empiryczne wykazały, zarówno u chłopców jak i dziewcząt, że stopień i jakość samooceny zależy od pozytywnego kontaktu uczuciowego z ojcem. Brak ojca prowadzi więc często do nieprzystosowania społecznego, do słabej czy błędnej samooceny, co w konsekwencji utrudnia lub wręcz uniemożliwia zajęcie właściwego sobie miejsca w społeczeństwie. Dlatego też nauki empiryczne, zwłaszcza socjologia, uważają funkcję socjalizującą ojca za jedną z najważniejszych<sup>16</sup>.

Powyższą tezę można odnieść do każdego dziecka. Nie ma wątpliwości, że pierwszą i centralną osobą dla niemowlęcia jest matka. Ojciec jest tą osobą, na którą niemowlę będzie mogło przenieść swoje uczucia przeżywane dotąd w wyłącznej relacji matka – dziecko. Dzięki temu przeniesieniu dziecko stanie się zdolne i skłonne do stworzenia więzów społecznych, koleżeństwa i przyjaźni, aż po trwałe relacje wieku dorosłego. Dlatego też, jeśli przeniesienie relacji z matki na ojca okaże się niemożliwe z racji negatywnych postaw ojca czy też jego nieobecności, dziecko ogranicza swoje relacje jedynie do matki. Nie ma ojca, by ułatwić dziecku psychiczne „przecięcie pępowiny”. Problemy te nabierają ostrości w okresie tak zwanej fazy edypalnej<sup>17</sup>.

Dzieci, które wychowują się bez ojca bądź też wychowuje je ojciec wykazujący niezbyt dojrzałą postawę, nigdy nie osiągają takiego stopnia dojrzałości społecznej, aby przewyciężyć postawę egocentryczną i narzucić sobie autodyscyplinę, a w konsekwencji mogą pozostać ludźmi niedojrzałymi społecznie<sup>18</sup>.

---

<sup>14</sup> Por. tamże, s. 82.

<sup>15</sup> Por. K. Pospiszyl, *Ojciec a rozwój dziecka*, Warszawa 1980, s. 158.

<sup>16</sup> Por. Mierzwiński, *Mężczyzna – mąż – ojciec*, s. 81.

<sup>17</sup> Tamże, s. 82.

<sup>18</sup> Por. K. Pospiszyl, *O miłości ojcowskiej*, Warszawa 1986, s. 132.



Wyraźnie należy podkreślić, że brak uczestnictwa ojca w procesie wychowania dziecka, szczególnie chłopców, odbija się również negatywnie w inny sposób. Obszerne badania nad osobowością dzieci wychowywanych bez udziału ojców prowadzone przez D.B. Lynna i W.L. Aawereya oraz L.M. Stolza wskazują, że dzieci te są mniej dojrzałe, bardziej rozkojarzone, mają mniejsze poczucie bezpieczeństwa i przejawiają trudności w kontaktach z innymi dziećmi. Dzieci te w porównaniu z dziećmi wychowywanymi przez oboje rodziców są bardziej lękliwe, mniej zrównoważone emocjonalnie, mniej zaradne życiowo, a ponadto chłopcy mieli duże trudności w przejawianiu ról przywódczych i ról „męskich” w zabawach dziecięcych<sup>19</sup>. To wszystko może stać się przyczyną kształtowania nieprawidłowego modelu przyszłej rodziny, zakładanej przez tak ukształtowane psychicznie i osobowościowo dziecko. Brak zaradności, brak zrównoważenia psychicznego na pewno stanie na przeszkodzie prawidłowemu funkcjonowaniu przyszłej rodziny.

## 2.2. Postawy lękowe

Nieobecność ojca czy też niewłaściwe wypełnienie funkcji ojcowskich mogą prowadzić do wytworzenia uczucia lęku u dziecka i wpływających z tego postaw lękowych. Ojciec w przekonaniu dziecka reprezentuje siłę, moc, chroni przed niebezpieczeństwami rzeczywistymi i urojonymi. Brak tej tarczy ochronnej rodzi w dziecku nieustanne poczucie zagrożenia i lęku, paraliżuje rozwój osobowości<sup>20</sup>.

Opierając się na badaniach głównie psychologów, Pospiszył wysuwa wniosek, że dzieci pozbawione opieki ojcowskiej cechuje zwiększony poziom lęku, niepewność w kontaktach międzyludzkich oraz w okresie późniejszym permanentne poczucie zagrożenia ekonomicznego – lęk przed biedą<sup>21</sup>.

Należy więc wyraźnie podkreślić, że dziecko wytwarza w sobie poczucie bezpieczeństwa mając ojca obok siebie i naśladując jego postępowanie. Według zgodnej opinii psychologów, neurologów, psychiatrów, liczne zaburzenia w zachowaniu się człowieka sięgają swymi korzeniami do poczucia lęku. Natomiast różnorodne formy i przejawy tych zaburzeń wpływają z chęci obrony przed lękiem. Brak ojca, dłuższa rozłąka z ojcem stanowią też jedną z przyczyn alkoholizmu czy narkomanii wśród młodzieży<sup>22</sup>.

---

<sup>19</sup> Por. Ziemska, *Rodzina a osobowość*, s. 150–151.

<sup>20</sup> Por. Mierzwiński, *Mężczyzna – mąż – ojciec*, s. 82.

<sup>21</sup> Por. Pospiszył, *Ojciec a rozwój dziecka*, s. 162.

<sup>22</sup> Por. Mierzwiński, *Mężczyzna – mąż – ojciec*, s. 82n.

Analizując wyniki badań psychologów odnoszących się do świadomości odczuwania lęku przez człowieka, należy stwierdzić, że są osoby świadome tego, że przeżywają lęki, stany lękowe<sup>23</sup>, że się boją i są takie osoby, które przeżywają depresję, poczucie, że nie nadają się do życia, ale nie zdają sobie sprawy z tego, że podłożem tego jest lęk. Odczuwanie lęku jest jednym z najbardziej dręczących przeżyć. Polega na tym, że trwa on ciągle, człowiek jest wobec niego bezradny i na tym wreszcie, że człowiek jest bezradnym wobec czegoś, co wydaje się irracjonalne. Bezradność i przekonanie, że działają w człowieku jakieś ślepe siły, nad którymi nie ma kontroli, jest nie do zniesienia, prowadzi u wielu osób do wytworzenia poczucia mniejszej wartości, przekonania, że w człowieku jest coś nie w porządku<sup>24</sup>.

Reakcją obronną przed lękiem może być agresja, jako naturalna reakcja na zagrożenie, spowodowane dużym napięciem długo trzymanym na uwieży, także „narkotyzowanie się”, alkohol. Narkotyk lub alkohol chwilowo oszałamia i zmniejsza napięcie oraz reakcje lękowe. Inną formą obrony przed lękiem, by nie być samotnym i niepotrzebnym, jest rzucenie się w wir aktywności, zbyt aktywna praca. Tę samą funkcję obronną przed lękiem spełnia u niektórych osób przesadnie długie i częste spanie. Także chwilową ulgę przynosi onanizowanie się lub intensywne życie seksualne. Ale praktyki te nie dają całkowitego odprężenia. Jednostka jest ciągle podirytowana, napięta, podekscytowana<sup>25</sup>.

Natomiast według Casttela dziecko uczy się reakcji lękowych. Bodźce, które zmniejszają jego lęk, to ssanie, przytulanie do ciała matki, gładzenie, w ogóle kontakt z rodzicem. Te dzieci, które w okresie wczesnego dzieciństwa miały tych bodźców uspokajających za mało, nabywają względnie trwałe dyspozycje do reagowania lękiem. Dyspozycja czy cecha osobowości zwana lękiem powstaje jako wynik przystosowania się dziecka do nadmiaru bodźców działających na organizm i do braku możliwości zaspokojenia jakichś silnych potrzeb psychicznych i fizjologicznych<sup>26</sup>.

Można wyliczyć ponad dwadzieścia różnych schematów reagowania składających się na stan lękowy. Oto niektóre z nich: niespokojny,

---

<sup>23</sup> Stanem lęku określa się zespół lękowych schematów, który u badanej osoby utrzymuje się kilka dni. Jeżeli określony zespół reakcji lękowych występuje w badaniu powtarzającym się po paru latach, to mamy do czynienia z lękiem jako cechą osobowości czy charakteru. Por. S. Siek, *Osobowość*, Warszawa 1982, s. 464.

<sup>24</sup> Por. tamże, s. 458–459.

<sup>25</sup> Tamże, s. 460–461.

<sup>26</sup> Tamże, s. 477–478.

nerwowy, czuje się osamotniony, chciałby rzucić wszystko, co go otacza i wynieść się gdzieś, przeżywa ciągle zmartwienia, czuje się przygnębiony, upadły na duchu, przeżywa bezpodstawne lęki, jest nastawiony do wszystkiego fatalistycznie, nie ma do siebie zaufania, jest poirytowany, łatwo rozprasza swoją uwagę, czuje się napięty, czuje się tak jakby za chwilę miał się rozplakać, łatwo staje się zakłopotany i skrępowany, przeżywa zimne dreszcze, łatwo wpada w krańcowe uczucia (z miłości do nienawiści), nie może się skupić, łatwo się męczy<sup>27</sup>. Tak ukształtowany człowiek nie jest w stanie stworzyć prawidłowo funkcjonującej wspólnoty. Ciągłe będzie odczuwał lęk przed przyszłością, nie będzie potrafił stawić czoła przeciwnościom, nie zaufa nikomu do końca, gdyż obawiając się o to, czy prawidłowo postępuje, będzie zdeorganizowany życiowo.

### 2.3. Przestępczość młodocianych

Akta sądów, zwłaszcza nieletnich, dostarczają bogatego materiału, który ilustruje, do jakiego stopnia brak właściwej opieki ojcowskiej sprowadza na drogę przestępstwa, a nawet zbrodni. Siła agresji i sposoby jej wyrażania zależą także od całokształtu procesu wychowawczego w rodzinie. Brak ojca, czy też jego zły wpływ wychowawczy dotyka w znacznie większym stopniu syna niż córkę na zasadzie prawa identyfikacji płci. Ponadto niebezpieczeństwo zejścia na drogą przestępstwa zagraża bardziej synowi, gdyż według tradycyjnej opinii psychologów, płęć męska wykazuje większą skłonność do postaw agresywnych niż płęć żeńska. Jest potwierdzone naukowo, że dysharmonia w rodzinie dostarcza dziecku wzorów agresji, niestałości, wrogości i aspołecznego zachowania, które ono przejawia na zasadzie procesu modelowania. Zaburzenia więzi interpersonalnych mogą mieć formę aktywną, jawnej agresji, tj. kłótnie, wrogość, bójki<sup>28</sup>.

Pospiszyl przytacza kilka badań empirycznych, które potwierdzają zjawisko, że nieobecność ojca w procesie wychowawczym dzieci, zwłaszcza synów, prowadzi na drogę przestępstwa. A. Little wykazał, że 80% znajdujących się w więzieniu w Anglii mężczyzn przeżyło w dzieciństwie rozłąkę z jednym, najczęściej z ojcem, czy też z obojgiem rodziców. Okazuje się, że obecność ojca w życiu dziecka od czterech do siedmiu lat ma decydujące znaczenie dla zapobieżenia przyszłej przestępczości. Brak

---

<sup>27</sup> Por. tamże, s. 464–465.

<sup>28</sup> Por. *Terapia osób współzależnych*, Warszawa 1997, s. 46–47; Mierziński, *Męczyzna – mąż – ojciec*, s. 82n.

ojca we wczesnym dzieciństwie ma większe, jeśli chodzi o przestępczość, konsekwencje niż w wieku późniejszym<sup>29</sup>.

Natomiast według I. Gregory chłopcy wychowywani przez samotne matki ulegają częściej aspołeczności niż ich rówieśnicy wychowywani przez ojców. D. Lynn wskazuje na cztery przyczyny, z powodu których chłopcy wychowani bez udziału ojca częściej wchodzą na drogę przestępstwa niż tacy, w których wychowanie zaangażował się ojciec:

- a) męski protest przeciw dominacji kobiet,
- b) syn jest pozbawiony odpowiedniego nadzoru ze strony ojca,
- c) syn cierpi z racji braku modelu zachowania się mężczyzny,
- d) syn cierpi z powodu zaniku więzi rodzinnej<sup>30</sup>.

O konieczności uczestnictwa ojców w procesie wychowania synów świadczą wyniki obserwacji T. Parsonsa, który stwierdził, że chłopcy wychowywani tylko przez kobiety są bardziej agresywni i podatni na demoralizację niż chłopcy, w których wychowywaniu bierze czynny udział ojciec. Zjawisko to Parsons nazwał „protestem męskim”. Chłopiec wychowywany wyłącznie przez matkę tworzy sobie spaczony obraz cech „prawdziwego mężczyzny”, do którego chce się za wszelką cenę upodobnić. W niczym nie chce naśladować zachowania matki, uważając je za stosowne wyłącznie dla kobiet, po prostu „babskie”, a on przecież chce być prawdziwym mężczyzną. W wyniku takiej przekornej postawy chłopiec nie tylko nie chce naśladować pewnych swoistych kobiecych sposobów zachowania się matki, ale w ogóle przeciwstawia się wszystkim zasadom, które matka mu wpaja<sup>31</sup>.

Konieczność częstego obcowania ojca z dzieckiem, a zwłaszcza z chłopcem, została ukazana w badaniach przeprowadzonych nad przyczynami psychopatii. Za przejaw psychopatii uważa się, najogólniej mówiąc, nieumiejętność wczuwania się w psychikę innej osoby, brak wyrzutów sumienia i w ogóle upośledzenie w zakresie tzw. uczuć wyższych. Biorąc pod uwagę, że psychopatia przede wszystkim powoduje zasadnicze zubożenie stosunku człowieka wobec innych ludzi, współcześnie nazywa się ją socjopatią<sup>32</sup>.

Na podstawie badań prowadzonych przez amerykańskiego psychiatrę R. Harea wynika, że wśród badanych psychopatów najwięcej było takich, którzy przeżyli długotrwałą rozłąkę z ojcem. Rzeczą bezsporną jest, że

---

<sup>29</sup> Tamże, s. 82–84.

<sup>30</sup> Por. tamże, s. 83.

<sup>31</sup> Por. Pospiszyl, *O miłości ojcowskiej*, s. 51–52.

<sup>32</sup> Tamże, s. 52.

tworzenie się prawidłowych postaw moralnych u dziecka jest ściśle powiązane z procesem zdobywania miłości ojcowskiej. Nic więc dziwnego, że dzieci pozbawione możliwości obcowania z ojcem z jednej strony trudniej rozwijają u siebie umiejętności wczuwania się w ludzkie cierpienia i radości, z drugiej zaś strony nie potrafią właściwie sterować swym postępowaniem, nakładając na niepożądane społecznie czyny hamulce moralne, które u normalnego człowieka wypływają z sumienia. Dziecko, a szczególnie chłopiec, pozbawiony możliwości stałego obcowania z ojcem, o wiele trudniej kształtuje najwyższą pod względem moralnym sferę osobowości, tj. sumienie. Stąd też ma większą szansę stać się psychopatą pozbawionym wyrzutów sumienia, mogącym z zimną krwią krzywdzić innych ludzi, nawet swoich najbliższych<sup>33</sup>.

## 2.4. Kompleks Edypa

„Kompleks Edypa” występuje u dzieci płci męskiej w wieku trzy do sześciu lat, przejawia się on podświadomą i stłumioną skłonnością płciową do matki i strach przed odwetem ojca, jako rywała budzącego nieświadomioną wrogość u dziecka.

Do omówionych wyżej skutków braku, nieobecności ojca można dodać konsekwencje źle przeżytej fazy edypalnej, umieszczanej na ogół w 3–6 roku życia: zmniejszona „zdolność przebicia się” w życiu społecznym, uczucie lęku, niedojrzałość psychiczna, trudności nawiązania kontaktów i przystosowania się do środowiska. U synów wychowywanych bez aktywnego udziału ojca daje się także zauważyć nieumiejętność spełniania ról określonych płcią, co może łączyć się ze skłonnością do homoseksualizmu. Jeśli kompleks Edypa stanowi normalny etap rozwoju dziecka, to choroba alkoholowa ojca oraz rozłąka z ojcem utrudnia przeżycie tego okresu. Kiedy mały chłopiec przywiązuje się uczuciowo i seksualnie do swojej matki, jego popędy nie napotykają tak ważnej bariery zewnętrznej, jaką stanowi obecność ojca – mężczyzny, który ma prawo do kontaktów także płciowych z tą właśnie kobietą. Nie słyszy też słów matki, które wyrażają czułość, miłość i podkreślają znaczenie tego mężczyzny w jej życiu. Dlatego też chłopiec nie ma prawidłowej możliwości nauczenia się dominacji nad swoim ekskluzywnym uczuciem do matki, jeśli obok nie ma ojca – „konkurenta”, którego może chwilami nienawidzić, ale w zasadzie podziwia go, kocha i naśladuje. Całkowita absencja ojca, brak jakiegokolwiek wspomnienia

---

<sup>33</sup> Por. tamże, s. 54.

o nim czy odniesienia do niego w słowach matki, tworzą wymarzoną sytuację do urojeń, powstających u dziecka w fazie edypalnej, budzą absurdalną nadzieję na realizację tych urojeń. Jako dorosły mężczyzna będzie dążył w całym swoim życiu dorosłym do realizacji tych urojeń, co może doprowadzać do wykluczenia wierności małżeńskiej, nierozzerwalności małżeństwa i wyłączności prawa do swego ciała<sup>34</sup>.

## 2.5. Zagrożenie dla męskości

Kiedy mężczyzna czuje się słaby psychicznie i duchowo, wówczas jego „poczucie siły” przeradza się w „stosowanie siły”. Niedojrzali mężczyźni stosują przemoc przede wszystkim wobec ludzi słabszych od siebie: wobec młodszych, wobec dzieci czy kobiet. Kiedy mężczyzna – mąż jest niedojrzały, ofiarami jego przemocy stają się jego najbliżsi: dzieci i żona. Dla chłopców, którzy czują się słabi i nie chcą podejmować męskiego trudu dla wzrostu ich wewnętrznej siły, użycie siły staje się ich głównym wypaczonym elementem męskości. Wyładowanie gniewu na innych, agresja wobec słabszych, obrażanie, wulgarne słowa – to wypaczone substytuty męskości u wielu młodych ludzi. Udają silnych, choć w rzeczywistości są naprawdę słabi. Niedojrzała męskość może też ujawnić się w nieodpowiednim działaniu seksualnym. Gdy męskie cechy charakteru są osłabione, ponieważ mężczyzna w swym rozwoju emocjonalnym pozostał dzieckiem, próbuje on zrekompensować sobie ten brak przez podkreślenie swej męskiej roli wyłącznie w dziedzinie płciowości. Taki właśnie jest Don Juan, który musi udowodniać swoją męską tężyźnię w dziedzinie seksualnej, ponieważ nie jest pewny swej męskości w sensie charakterologicznym. Udowadnianie swej „męskiej tężyźni” przez działanie seksualne czyni mężczyznę nieodpowiedzialnym. Młodzi mężczyźni powinni być świadomi niebezpieczeństwa zatrzymania się w swoim rozwoju na seksualności prymitywnej, która szuka jedynie potwierdzenia własnej męskości przez niedojrzałe kontakty. Takie traktowanie seksualności uniemożliwia zbudowanie dojrzałego małżeństwa i rodziny. Miłość małżeńska wiąże się z ofiarną, wierną i odpowiedzialną troską o kobietę, którą się kocha, a tak uformowany mężczyzna nie jest w stanie tego wszystkiego zapewnić, gdyż będzie dążył do realizacji swej pożądlivości i będzie traktował swoją żonę jako przedmiot wyżycia seksualnego<sup>35</sup>.

<sup>34</sup> Por. Mierzwiński, *Mężczyzna – mąż – ojciec*, s. 83.

<sup>35</sup> Por. A. Wilson, W. Schaeff, *Escape from Intimacy. Untangling the 'Love' Addictions; Sex, Romance, Relationships*, New York, 1989, s. 3–6; *Przygotowanie do życia w małżeństwie i rodzinie*, Warszawa 1997, s. 104–106.

### 3. Niedostosowanie społeczne wynikiem wzrastania w rodzinie dysfunkcyjnej

W życiu człowieka to dzieciństwo jest okresem kluczowym dla rozwoju osobowości. Doświadczając własnej bezradności, dziecko musi przejść od symbiotycznej, niezależnej relacji z rodzicami, ucząc się rzeczy niezbędnych do przetrwania i do ułożenia sobie własnego życia tak, by czuć się szczęśliwym i spełnionym. W rodzinie, która zaspokaja emocjonalne i fizyczne potrzeby dziecka i innych członków oraz kierującej się jasnymi zasadami i regułami, dzieci rozwijają spójną, silną tożsamość, a także umiejętność takiego współdziałania z innymi, które pozwoli im na realizację swoich pragnień oraz pomoc innym. Natomiast inaczej jest w rodzinie dysfunkcyjnej, gdzie brak ojca, lub w rodzinie, gdzie nadużywa on alkoholu. Atmosfera domu, gdzie jest nadużywany alkohol, pełna jest napięcia. Wymusza to zachowania, które pozwalają przetrwać w sytuacji kryzysu. Dziecko doświadcza głębokiego niepokoju poprzez empatyczne przejmowanie nastroju panującego w domu rodzinnym. Rodzi to w nim lęk oraz inne uczucia związane z doświadczeniem własnej niemocy, skrzywdzenia i zagrożenia. Takie doświadczenia wpływają u dziecka na kształtowanie obrazu świata i siebie samego. Świat zapisuje się im jako zagrażający i nieprzewidywalny, osoba ojca, która powinna być wsparciem i obrońcą, staje się agresywna, niezrozumiała lub nieobecna, a dziecko widzi siebie jako kogoś bezsilnego<sup>36</sup>.

Wszystkie dzieci w rodzinach dysfunkcyjnych doświadczają zaniedbania emocjonalnego. Bezpośrednią tego konsekwencją jest niskie poczucie własnej wartości. Dlatego też w dzieciństwie kształtują się ich przekonania: jestem bezwartościowy, jestem głupi, jestem słaby, adekwatnie nie do właściwych cech, lecz do tego, jak się czuli w domu rodzinnym. Skutkuje to trudnościami w znalezieniu partnera, a kiedy już się go ma, trudnościami w związku<sup>37</sup>.

Dzieci z rodzin dysfunkcyjnych: zgadują, co jest prawdziwe, gdyż nie mają wzorców prawidłowych zachowań, mają problemy z konsekwentnym realizowaniem swoich planów, są niecierpliwi, odruchowo kłamią, kiedy łatwiej byłoby powiedzieć prawdę, ukrywają uczucia, osądzają siebie i partnera bezlitośnie, nie potrafią się bawić i sprawiać sobie przyjemności,

---

<sup>36</sup> Por. L. Cierpiałowska, *Alkoholizm. Małżeństwa w procesie zdrowienia*, Poznań 1997, s. 19–23.

<sup>37</sup> Por. Z. Sobolewska, *Technologia i praktyka pracy terapeutycznej z osobami uzależnionymi od alkoholu i ich rodzinami*, Warszawa 1995, s. 23n.

traktują siebie bardzo poważnie, mają tendencje do ostrych reakcji nieadekwatnych do danej sytuacji, mają problemy w intymnych związkach, przesadnie reagują na zmiany, na które nie mają wpływu, stale szukają aprobaty i potwierdzenia, oczekując od partnera przesadnych pochwał, zwykle czują się odmiennie od pozostałych, są wyjątkowo lojalne, gdy ich partner w rzeczywistości na to nie zasługuje; może to być zaletą, ale także jednym z największych obciążeń. Poza tym są nadzwyczaj odpowiedzialni lub wyjątkowo nieodpowiedzialni. Mają skłonność do ograniczania się do określonego sposobu działania, nie biorąc pod uwagę innych zachowań ani możliwych konsekwencji. Ich impulsywność prowadzi do zakłopotania, do tego, że czują się zażenowani, nienawidzą samych siebie i tracą kontrolę nad otoczeniem. W rezultacie zużywają wiele energii na naprawianie szkód<sup>38</sup>.

Dzieci z rodzin dysfunkcyjnych uczą się ignorowania własnych potrzeb, nie nabywają umiejętności ich rozpoznawania i zaspokajania. Często mają negatywny obraz samego siebie (jestem bezradny, głupi, bezwartościowy, pozbawiony możliwości rozwoju), poza tym nie ufają sobie, czyli temu, co postrzegają, odczuwają i myślą, są bardzo często niesprawiedliwi w osądzaniu, gdyż idealizują sobie obraz jednego z rodziców. To wszystko wpływa na nieprawidłowy obraz wspólnoty małżeńskiej. Nie potrafią budować bliskości i związku. Czasem spotykają kogoś, kto wydaje się dawać szansę na prawdziwie bliski związek, w którym możliwe będą pełna akceptacja i bezwarunkowa miłość. Ponieważ nie potrafią budować bliskości i związku, zatracają się w nim bezgranicznie, ujawniając dziecięce wyparte wcześniej emocje i pragnienia<sup>39</sup>.

Termin „współzależnienie” stosowany jest zarówno w odniesieniu do typu osobowości, jak i choroby. Pia Mellody określa współzależnienie jako chorobę związaną z wzrastaniem w rodzinach dysfunkcyjnych. Dzieci w nich żyjące narażone są na nadużycia fizyczne, seksualne, emocjonalne, intelektualne i duchowe, w wyniku których ich osobowość, sfera uczuć i system wytrzymałości psychicznych zostają uszkodzone. Jest to konsekwencją tego, że były wychowywane w klimacie niedostatecznej opiekuńczości, z częstymi nadużyciami fizycznymi i moralnymi. W wyniku czego wykazują tendencje do skrajnego zaniżania lub zawyżania własnej samooceny, a ich samopoczucie zależy od bodźców zewnętrznych. Mają trudności z wytyczeniem funkcjonalnych granic zewnętrznych, jak

---

<sup>38</sup> Por. J.G. Woititz, *Lęk przed bliskością*, Gdańsk 2000, s. 94–107.

<sup>39</sup> Tamże.



i wewnętrznych. U wielu dzieci jest możliwy też zupełny brak granic lub granice te mają charakter nieprzepuszczalny, a dotyczy to strachu, gniewu, złości. U takich dzieci bardzo często obserwuje się gwałtowne przechodzenie od postawy otwartej do całkowitego zamknięcia emocjonalnego lub odwrotnie. Mają trudności z doświadczaniem i wyrażaniem swoich uczuć, zaspokajaniem dorosłych potrzeb, doświadczaniem i wyrażaniem swojej rzeczywistości z umiarem<sup>40</sup>.

Zdaniem Mellody najbardziej wyraźną cechą współuzależnienia jest niekontrolowana skłonność do ekstremalnych odczuć i zachowań. Są one skutkiem modelu wyniesionego z dzieciństwa, bądź odczucia bycia „nie-słuchanym i niezauważanym”, co skutkuje nadmiernym podkreśleniem własnej osoby. Mellody definiuje współuzależnienie jako upośledzenie dojrzałości psychicznej spowodowanym urazem z dzieciństwa. Osoby takie są niedojrzałe lub dziecinne w takim stopniu, że przeszkadza im to w życiu. Współuzależnienie to zaburzenie osobowości, które charakteryzuje się skłonnością do związków patologicznych, niedojrzałych emocjonalnie, w których partnerzy są w relacji uzależnienia od siebie, tzn. niejasno się komunikują, nie respektują swoich granic, biorą na siebie nadmiar odpowiedzialności za partnera, zrzucają na niego własne problemy<sup>41</sup>.

Amerykańska psychoterapeutka M. Beattie do głównych cech współuzależnienia zalicza: nadopiekuńczość, zbyt mocne koncentrowanie się na partnerze, poczucie niskiej wartości, oderwanie się od własnych spraw, tłumienie emocji i myśli, obsesje, kontrolowanie, zaprzeczanie czyli tendencja do unikania konfrontacji z rzeczywistością, uzależnienie się od innych, trudności w porozumiewaniu się, rozmyte granice tolerancji, brak zaufania do siebie i innych, częste doświadczanie złości w stosunku do innych i do siebie, problemy seksualne, niski poziom satysfakcji lub całkowity brak kontaktów<sup>42</sup>.

#### **4. Problemy w związkach, wspólne dla dorosłych dzieci z rodzin dysfunkcyjnych**

Jest rzeczą powszechnie wiadomą, że rozwijające się dziecko potrzebuje częstego kontaktu z rodzicami. Dziecko, którego ojciec jest nieobecny lub

---

<sup>40</sup> Por. P. Mellody, *Toksyczne związki, anatomia i terapia współuzależnienia*, Warszawa 1993, s. 21–63.

<sup>41</sup> Por. też, *Toksyczna miłość i jak się z niej wyzwolić*, Warszawa 1992, s. 6–15.

<sup>42</sup> Por. M. Beattie, *Koniec współuzależnienia. Jak przestać kontrolować życie innych i zacząć troszczyć się o siebie*, Poznań 1994, s. 58–72.

pije, ma go dużo mniej. Mniej czasu spędzonego w kontakcie fizycznym, na zabawie, czytaniu książek czy spacerze. Mniej czasu na obserwację bliskiej dorosłej osoby, podczas którego tak wiele dzieci się uczą. Mniej lub wcale rozmów i bliskości. Jest to rodzaj zaniedbania emocjonalnego, które pojawia się niezależnie od tego, że ojciec może bardzo kochać swoje dziecko<sup>43</sup>.

Lęk przed bliskością wiąże się zwykle z silnym skrywanym pragnieniem bliskości. Lęk przed bliskością może być odczuwalny przez każdego, ale jest on szczególnie silny w przypadku osób, które dorastały w domach, gdzie nadużywano alkoholu, lub w innego typu rodzinach dysfunkcyjnych. Intymność, bliskość, wrażliwość to cechy przeciwne do tych, które od najmłodszych lat dzieci alkoholików rozwijały w sobie, by przetrwać. Aby pokonać lęk przed bliskością, muszą one na nowo uczyć się nawiązywania relacji z drugim człowiekiem. Jest to trudne zadanie, ale możliwe do wykonania<sup>44</sup>.

#### **4.1. Lęk przed utratą własnego „ja”**

Dla kształtowania poczucia własnego „ja”, istotny jest stosunek rodziców do dziecka, a zwłaszcza okazywanie przez nich aprobaty i wsparcia. Dzięki temu dziecko uczy się aprobować to, jakie jest, i włączać nowe doświadczenia w głąb „ja”. Pochwały ze strony obojga rodziców stają się podstawą jego poczucia własnej wartości. Gdy rodzice chwalą dziecko za to, co robi, pojawia się zgodność doświadczenia z „ja” i poczucie wewnętrznej spójności. A poczucie wewnętrznej spójności i posiadanie pozytywnego wizerunku siebie to dwie składowe silnej tożsamości<sup>45</sup>.

U dziecka z rodziny dysfunkcyjnej w okresie dorastania nie wykształciło się poczucie własnego „ja”. Od najmłodszych lat otrzymywało sprzeczne komunikaty, brak jasnych informacji zmusił je do wykreowania wielu przekonań i wartości, bo nie mogło się ich nauczyć przez naśladowanie. Osobom z takich rodzin nie jest łatwo uwierzyć, że mogą same podejmować decyzje i zgodnie z nimi postępować. Może ich przerażać wizja związku z inną osobą, której opinii i poglądy mogłyby na nich wpływać, co gorsza takie osoby mogą przyjąć postawę: „jeśli zwiążę się z tobą, utracę siebie”<sup>46</sup>.

---

<sup>43</sup> Por. Cermak, *Diagnosing*, s. 25n.

<sup>44</sup> Por. Woititz, *Lęk przed bliskością*, s. 19.

<sup>45</sup> Por. Melody, *Toksyczne związki*, s. 45.

<sup>46</sup> Por. Sobolewska, *Technologia i praktyka pracy terapeutycznej*, s. 33n.

## 4.2. Lęk przed zdemaskowaniem

Wiele osób z rodzin dysfunkcyjnych wciąż boi się, że gdyby kochane przez nie osoby dowiedziały się, jakie są naprawdę, nie chciałyby mieć z nimi więcej do czynienia. Żyją w ciągłym napięciu, chociaż właściwie nie jest dla nich jasne, jak taka okropna prawda miałyby wyjść na jaw. Bardzo często starają się temu zapobiec, zachowując się zgodnie ze swoimi wyobrażeniami o tym, jak powinna postępować osoba idealna. Usiłują sprawiać wrażenie uporządkowanych i pozbawionych problemów. Poza tym sadzą, że jako ludzie ze swoimi słabościami nigdy nie będą dość dobrzy dla kogoś, kogo kochają. Wynika to z dzieciństwa i z przekonania, że byli przyczyną problemów rodzinnych. Sądzą, że zbliżenie się do kochanej osoby spowoduje, iż ujawnią się ciemne strony ich charakteru i często przyjmują postawę lęku i obawy, że „gdybyś naprawdę mnie znała, nie zavracałabyś sobie mną głowy”<sup>47</sup>.

## 4.3. Strach przed porzuceniem

Często odczuwany przez osoby z rodzin dysfunkcyjnych strach przed porzuceniem jest bardzo silny i jednocześnie różny od obawy przed odrzuceniem. Niejednokrotnie przyczyną tego stanu jest to, że nigdy nie wiedzieli, kiedy i czy rodzice z powodu własnych problemów się nimi zainteresują. Transponując to na własny związek z drugą osobą, często, kiedy nie wszystko w ich związku się układa, dochodzi do konfliktu, strach przed porzuceniem jest silniejszy niż potrzeba rozwiązania spornej kwestii. Ten strach jest tak potężny, że często kompletnie zapominają o przyczynie konfliktu. W rzeczywistości, nikt nie jest doskonały. Stosują zasadę: doskonałość nie istnieje i kierują się maksymą swego życia, że „gdy odkryjesz, że nie jestem osobą doskonałą, porzucisz mnie”<sup>48</sup>.

## 4.4. Więzy

Dzieci wzrastające w rodzinach dysfunkcyjnych nie odczuwają więzi typowych dla większości dzieci z normalnych rodzin. Nie mogą liczyć na stałe zaspokojenie swoich potrzeb. Nie mogą liczyć na przytulenie, na wsparcie w trudnych chwilach ze strony swoich własnych rodziców. To wpływa na ich związki i na to, jak mocno się w nie angażują. Osoby, których potrzeby w znacznym stopniu zostały zaspokojone w domu rodzin-

---

<sup>47</sup> Por. Woititz, *Lęk przed bliskością*, s. 33–34.

<sup>48</sup> Tamże, s. 34–35.

nym, mogą pozwolić, by związek rozwijał się powoli. Ich zaangażowanie może postępować stopniowo wraz ze wzrostem zaufania. Jeśli wiążą się z kimś osoby pochodzące z domów pozbawionych więzi rodzinnych, od razu głęboko angażują się emocjonalnie. Żądają niemożliwego, zaspokojenia swoich pragnień, bycia niezbędnym, poświęcenia się wyłącznie temu związkowi. To wprost prowadzi do sytuacji, której się boją – zawodu i odrzucenia i wymuszają postawę: „jesteśmy jak jedna osoba”<sup>49</sup>.

#### 4.5. Wrażliwość

Dziecko wzrastające w rodzinie dysfunkcyjnej wcześniej zrozumiało, że samo odpowiada za swoje szczęście, a inni ludzie mogą ich rozzłościć tylko wtedy, gdy im na to pozwolą. Perfekcyjnie nauczyli się kontrolować swoje uczucia, gdyż podstawową i najważniejszą umiejętnością w rodzinie dysfunkcyjnej była zdolność emocjonalnego przetrwania. Dlatego też odrzucają własne uczucia „nie pozwalając sobie na wrażliwość”, gdyż zezwolenie na ujawnienie wrażliwości oznaczałoby utratę kontroli nad ich życiem. Bardzo łatwo ich zranić. Podejmując decyzję o byciu z inną osobą muszą się otworzyć na innych, jeśli chcą być w zdrowym intymnym związku. Jest to jedyna droga do bliskości w związku, a dla tych osób oznacza to, że: „bycie wrażliwym ma zawsze złe skutki” i to burzy ich wewnętrzny pokój<sup>50</sup>.

#### 4.6. Gniew

Dorośle dzieci z rodzin dysfunkcyjnych często trwają w przekonaniu, że w idealnym związku nie ma konfliktów ani gniewu. Zdają sobie z tego sprawę, że logicznie to niemożliwe, jednak takie właśnie są ich emocjonalne oczekiwania. Gniew jest dla nich czymś skomplikowanym i niezrozumiałym. Nauczyły się odczuwać gniewu. W przeszłości nauczyły się go tłumić, gdyż wzrastały w atmosferze gniewu i nie dochodziło do jego rozładowania. Wyrażenie gniewu w ich sytuacji rodzinnej tylko pogarszało sytuację, dlatego forsują zasadę: „nigdy nie będziemy się kłócić, ani krytykować się wzajemnie”. Zbyt często to racjonalizują, znajdują dla wszystkiego wytłumaczenie, aż w końcu popadają w depresję. Gniew kierują przeciw sobie i myślą o samobójstwie. Nie wiedzą, jak radzić sobie z odczuwaniem gniewu, bo nie mają doświadczenia

---

<sup>49</sup> Por. K. Horney, *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, Warszawa 1982, s. 23n.

<sup>50</sup> Por. Woititz, *Lęk przed bliskością*, s. 41–42.

we wspólnym rozwiązywaniu problemów. Nie wiedzą, jak rozładować swoją złość. W rozstaniu często widzą jedyną drogę do poradzenia sobie z gniewem i złością<sup>51</sup>.

#### 4.7. Poczucie winy i wstyd

W wyniku przeprowadzonych badań stwierdzono, że poczucie winy i wstyd pojawiają się w każdym związku z osobą, która dorastała w rodzinie dysfunkcyjnej. Te uczucia są ze sobą bardzo związane i wzajemnie się podsycają. Poczucie winy jest głęboko zakorzenione w ich mentalności i dlatego takie osoby wierzą, że samo ich istnienie powoduje problemy. Wina wiąże się z zachowaniami, natomiast wstyd dotyka najbardziej podstawowej części osobowości człowieka – własnego „ja”. Obwiniają się w dużym stopniu o wszystkie niepowodzenia w związku. Nie umieją ocenić właściwie sytuacji, lecz przy swoich uwarunkowaniach czują się dosłownie „jak w potrzasku”. Nie wierzą, że bez względu na problemy, których nie sposób uniknąć w małżeństwie, oni sami mogą być w porządku. Wzajemne relacje w tych związkach niezwykle się przez to komplikują. Poza tym nie chcą, by osoba, z którą są związane, odkryła ich marność i bezwartościowość. Tworzy to klimat braku zaufania. I znów wracają takie osoby do lęku przed zdemaskowaniem. Bardzo trudno jest im przezwyciężyć te uczucia, potrzeba wielu lat zmagania, by przestać oceniać swoje zachowanie jako niewłaściwe i uwierzyć, że nie jest się gorszym, i często się obwiniają: „jeśli coś się nie udało, to na pewno przeze mnie, jestem okropną osobą”<sup>52</sup>.

#### 4.8. Depresja

Wiele osób z rodzin dysfunkcyjnych jest w stanie „chronicznej depresji”. Często są smutni. W rezultacie kierują oni gniew do wewnątrz, przeciwko sobie. Ma to związek z poczuciem straty. Chłopiec, którego ojciec był alkoholikiem lub go w ogóle nie było, nigdy nie był dzieckiem. Nie był spontaniczny, dziecinny. Nie miał okazji do zabawy lub niewiele. Wiedział za to, co znaczy być kimś bezwartościowym i impulsywnym. Nawet kiedy zdarzyło mu się przeżyć chwilę, kiedy czuł, że dobrze się bawi, nie miało to dla niego większego znaczenia. Dorosłe dzieci z rodzin dysfunkcyjnych walczą z depresją, starają się być miłe, aby zostać

---

<sup>51</sup> Por. Horney, *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, s. 45n.

<sup>52</sup> Por. Woititz, *Lęk przed bliskością*, s. 46–48.

„partnerem doskonałym”, dlatego przyjmują w swoim życiu zasadę: „aby zasługiwać na miłość, muszę być przez cały czas szczęśliwym człowiekiem”. Ponieważ niestety w obliczu problemu nie mówi się o uczuciach, są nikłe szanse na jego rozwiązanie<sup>53</sup>.

#### 4.9. Ważność uczuć

U dzieci z rodzin dysfunkcyjnych uznanie ważności własnych uczuć jest tym, czego potrzebują najbardziej. W dzieciństwie to, co czuli, nigdy nie było ważne. Wręcz przeciwnie, ich uczucia były bagatelizowane. Dlatego tak istotne jest dla nich, by wszystkie okazywane przez nie uczucia były ważne dla drugiej osoby w związku i kierują się zasadą: „mój partner nigdy nie zaakceptuje mnie takim, jakim jestem, nie będzie mnie wspierał i zawsze będzie mnie krytykował”. Jest rzeczą wiadomą, że dzielenie się uczuciami zbliża, jeśli wytworzy się klimat bezpieczeństwa dla ujawnienia uczuć. Uznanie jednakże nie oznacza zgody, ale oznacza szacunek dla różnic i podobieństw. Bez uznania ważności uczuć komunikowanie się jest jedynie próbą sił<sup>54</sup>.

U dorosłych dzieci z rodzin dysfunkcyjnych niedojrzałość społeczna i psychiczna małżonków przejawia się na co dzień w braku uświadomienia sobie podjętych zobowiązań i braku przygotowania do ich wypełnienia. Uwidacznia się również w infantyлизmie wyrażającym się w sposobie traktowania małżeństwa i rodziny i braku przygotowania do współżycia i współdziałania w układach mąż – żona, rodzice – dzieci. Gdy osoby niedojrzałe wewnątrznie i nie w pełni świadome swej odpowiedzialności zawierają małżeństwo, nie potrafią udźwignąć ciężaru jego trwałości<sup>55</sup>. W zdrowym związku liczy się nie tylko bliskość fizyczna, ale celebrowanie bycia razem i poznawania się<sup>56</sup>.

\* \* \*

Człowiek nie rodzi się jako już ukształtowany, dojrzały członek społeczeństwa, lecz staje się nim stopniowo w procesie uczenia się poruszania w społeczeństwie. W socjalizacji pierwotnej dziecko nabywa podstawowy zestaw wzorców zachowań, przejmuje liczne stereotypy i uprzedzenia

---

<sup>53</sup> Tamże, s. 48–49.

<sup>54</sup> Tamże, s. 63–67.

<sup>55</sup> Por. S. Paździór, *Przyczyny psychiczne niezdolności osoby do zawarcia małżeństwa w świetle kan. 1095*, Lublin 1999, s. 163.

<sup>56</sup> Tamże.

wyznawane przez rodziców. Są one potem realizowane w trakcie jego dorosłego życia. Dziecko z rodziny dysfunkcyjnej przejmuje dysfunkcyjne wzorce zachowań. Do tego, aby dokonać zmian tych wzorców, potrzebny jest bardzo silny wstrząs emocjonalny, przeżycie szoku, ewentualnie świadoma działalność jednostki dążącej do zmiany podstawowych wzorców zachowań, która może doprowadzić do zmian w dorosłym życiu jednostki i do uniknięcia powtórzenia błędów rodziców. Problemy, jakie mają ze sobą dorosłe dzieci, są często problemami indywidualnymi, znajdującymi swoje odzwierciedlenie w psychice.

W zależności od wielkości zjawiska mogą stać się w większym lub mniejszym stopniu problemem społecznym, ponieważ indywidualne problemy jakiejś osoby mogą być przyczyną zanikania więzi w związku małżeńskim, początkowo w sferze emocjonalnej, a następnie faktycznego rozpadu rodziny. Duża liczba dzieci z rozbitych rodzin nie ma określonego celu w życiu i wczesnie rezygnuje z dalszej edukacji, w późniejszym wieku popada w alkoholizm, a nawet wchodzi w kolizję z prawem. Kradną, handlują narkotykami albo uprawiają prostytutkę. Inni nieco lepiej radzą sobie w życiu. Zdobywają dyplomy uczelni, robią kariery zawodowe, ale mimo to wielu z nich ma kłopoty psychiczne. Znaczna liczba dzieci pochodzących z rodzin rozbitych ma trudności z nawiązaniem kontaktów z innymi ludźmi i trafia do psychoterapeutów. Dorosłe dziecko nie rozwiązuje swoich problemów, tylko przed nimi ucieka. Nie zna smaku radości, zadowolenia z siebie, natomiast doskonale wie, jak się gniewać, jak okazywać niezadowolenie. Nie czuje radości ze swoich własnych dokonań i sukcesów, niezależnie od stopnia ich ważności. Swoją sukces zawsze tłumaczy czynnikami nadprzyrodzonymi: szczęściem, Bożą pomocą czy innymi. Nie zauważa w tym swojej własnej ciężkiej pracy, swoich zdolności i umiejętności.

Tragiczne w życiu dorosłych dzieci jest to, że do momentu, w którym nie nastąpi jakaś interwencja z zewnątrz, staczają się one po równi pochyłej. Znajdują się w zakłętym kręgu niemożności, wpadają w błędne koło przyczyn i skutków. Niska samoocena może z czasem prowadzić do depresji, a ostatecznie do zamknięcia się w sobie, izolacji lub nawet samobójstwa. Mimo że dorosłe dzieci starają się nie popełniać błędów rodziców, mimo że zarzekają się, że będą zupełnie inne, to i tak będą kopiowały zachowania własnych rodziców, gdyż takie zachowania zostały przekazane im w socjalizacji pierwotnej, będą popełniały te błędy niemalże instynktownie.

O istotnej roli rodziny w wychowaniu dzieci, w przygotowaniu do dalszego życia świadczą badania przeprowadzane wśród dzieci pochodzących z rodzin patologicznych. Dziecko z rodziny dysfunkcyjnej ma znacznie mniejsze szanse założenia w przyszłości rodziny funkcjonującej prawidłowo niż dziecko prawidłowo wychowywane. Najpoważniejsze zaburzenia występują w przypadku rodziców odrzucających psychicznie swoje dzieci, rodziców obojętnych, czy też nadmiernie wymagających, przy braku akceptacji. W przyszłości u dzieci wychowywanych w takich rodzinach występuje poczucie mniejszej wartości, poczucie braku miłości ze strony najbliższych, nieumiejętność odmawiania, czyli powiedzenia „nie”. Dziecko wychowywane w takiej rodzinie nabywa postawę braku ufności i otwartości, co staje się przyczyną wszelkich konfliktów małżeńskich we wspólnocie, którą założyło i w której żyje.

Potrzeba samourzeczywistnienia dziecka musi znaleźć aprobatę rodziców i warunki rozwoju niepowtarzalności własnej indywidualności.

W rodzinie dysfunkcyjnej nie uruchamiają się w dziecku dążenia do samoaktualizacji, czyli tendencje do życia i wzrostu, do rozwoju i dojrzwania, do wyrażania swoich możliwości. Taka rodzina nie stwarza dziecku warunków aktualizacji siebie. W wieku dorosłym osoba pochodząca z nieprawidłowo funkcjonującej rodziny staje się zamknięta na nowe doświadczenia, brak jej zaufania do samej siebie. Niekochający rodzice zakłócają proces osiągania wewnętrznej dojrzałości młodego człowieka. Zasadniczym wskaźnikiem dojrzałości jest integracja osobowości, będąca harmonią pomiędzy wszystkimi elementami osobowości, pomiędzy pragnieniami i działaniami, postawami, ideami, wartościami, ambicjami, potrzebami, czy uczuciami. Brak dojrzałości człowieka może przejawiać się wtedy na wszystkich poziomach, szczególnie na poziomie uczuciowości, która stanowi fundamentalny składnik osobowości, w istotny sposób wpływający na integrację wewnętrzną człowieka.

Na podstawie badań można stwierdzić, że człowiek, który wychowywał się w zaburzonej rodzinie, w późniejszym życiu wykazuje małe przystosowanie społeczne, nieufne nastawienie do innych, małą zdolność przeżywania intymności i niezaborczej miłości, często także zachowania aspołeczne, czy antyspołeczne. Negatywny obraz siebie wyniesiony z domu rodzinnego wpływa na brak umiejętności znoszenia frustracji i przykrych stanów emocjonalnych w przyszłej wspólnocie małżeńskiej. Rodzina dysfunkcyjna utrudnia dziecku realizowanie swoich możliwości, nabywanie pozytywnej pewności siebie, określonej „wolności psychologicz-



nej”, wolności od nacisków i presji zewnętrznych, a to wszystko wpływa negatywnie na prawidłowe rozumienie, czym jest wspólnota małżeńska i czym jest samo małżeństwo.

## STRESZCZENIE

W każdym społeczeństwie rodzina stanowi podstawową i powszechną formę życia społecznego, która zaspokaja żywotne potrzeby jej członków, ujmowane zarówno w kategoriach jednostkowych, jak i ogólnospołecznych. Rodzina jest więc najważniejszym ogniwem społecznym i główną instytucją wychowawczą złożoną z małżonków, ich dzieci oraz krewnych każdego z małżonków.

Stabilność więc środowiska rodzinnego stanowi bardzo ważny czynnik równowagi emocjonalnej i zdrowia psychicznego dziecka. Rozbicie rodziny przez rozwód czy chorobę alkoholową ojca stanowi zawsze szok, pozostawia u dziecka trwałe urazy. Może to doprowadzić do pojawienia się u dziecka lęków, do utraty poczucia bezpieczeństwa, wywołać depresję i szereg innych objawów nerwicy. Wielu badaczy wskazuje, że przeżycie, jakim jest dla dziecka rozbicie rodziny czy alkoholizm ojca, stwarza również niesprzyjające warunki dla aspołecznego zachowania się. Atmosfera napięcia i dysharmonii działa na dziecko bardzo niekorzystnie. Niezgoda i brak miłości w stosunkach interpersonalnych wiążą się z rozwojem zachowań aspołecznych. W przypadku choroby alkoholowej i rozbicia rodziny nakładają się na siebie dwie sytuacje traumatyczne. Jedną to poprzedzający rozbicie rodziny konflikt małżeński, który ono przeżywa jako zagrożenie. Drugą sytuacją traumatyzującą to wzrastanie dziecka w rodzinie niepełnej, z jednym zamiast dwóch wzorów osobowych. Utrudnia to identyfikację i w zależności od wieku dziecka, pozostawia różny ślad w jego osobowości.

Sobór Watykański II podkreśla, że rodzina powinna stać się szkołą bogatszego człowieczeństwa. Staje się to jednak wówczas, gdy podstawowym dobrem wspólnym rodziny jest zapewnienie sprzyjających warunków wszechstronnego rozwoju dla wszystkich członków wspólnoty. Chodzi tu zarówno o rozwój fizyczny i intelektualny, jak i religijno-moralny. Stabilność środowiska rodzinnego stanowi bardzo ważny czynnik równowagi emocjonalnej i zdrowia psychicznego dziecka. Rodzina jest początkiem i źródłem kontaktów międzyludzkich, pierwszych więzi emocjonalnych dziecka. Odgrywa podstawową rolę w kształtowaniu zdrowia psychicznego dziecka.

**Słowa kluczowe:** rodzina, więź emocjonalna, rodzina dysfunkcyjna, choroba alkoholowa, rozwód, nieprzystosowanie społeczne, stany lękowe, poczucie winy i wstyd, ważność uczuć.

## SUMMARY

In each society the family plays an essential role and it is the most common form of a social life, which meets the vital needs of its members included both in the individual categories and in the social ones. The family is the most crucial social

link and the main educational institution that consists of the spouses, their children and, of course, the relatives of the wife and the husband.

The stability of the family environment determines the important factor of the child's emotional balance and their sanity. The issue of divorce or the father's alcoholism can cause the breakdown of the family which always results in a child's state of shock and permanent trauma. In the consequences, it may lead to the occurrence of the fears in the child's life, the lack of the sense of security and, furthermore, it can activate the depression state and other symptoms of neurosis. According to a large number of researchers, this situation of the disunity of the family or the father's alcoholism can, additionally, create the suitable conditions for the development of the asocial behaviour. The atmosphere of the pressure and disharmony has a destructive effect on the child's life. The disagreement and the lack of love in the interpersonal relationships involve the growth of asocial behaviours and situations. In this case, there is an overlap between the two traumatic situations such as the alcoholism and the disunity of the family. On one hand, the first is preceded by a marriage conflict, which is treated by the child as a danger. On the other hand, the second traumatic situation is connected with the child's adolescence in a single-parent family with one personal model, instead of, the needed two ones. These dramatic conditions impede the child's identification and, depending on the age of the child, can leave various negative traces on their personality.

The Second Vatican Council points out that the concept of the family should become the school of the richer humanity. However, it is only possible to achieve when the main shared family good is to provide each community member with the propitious conditions for the comprehensive growth. It includes the physical and intellectual development, as well as the religious and moral one. It should be highlighted that the balance of the family environment plays a basic role for the child's emotional and mental health. The family is both the beginning and the main source of the interpersonal relationships and the child's first emotional bonds. It performs as a main factor in creating the child's sanity.

**Key words:** family, emotional bond, dysfunctional family, alcoholism, divorce, social maladjustment, anxieties, the feel of guilty and shame, the importance of feelings.

## BIBLIOGRAFIA

Sobór Watykański II, Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym *Gaudium et spes*, 1965.

Beattie M., *Koniec współzależnienia. Jak przestać kontrolować życie innych i zacząć troszczyć się o siebie*, Poznań 1994.

Będkowska-Karpała B., Ryniak J., *Współzależnienie jako zaburzenie adaptacji*, „Terapia Uzależnienia i Współzależnienia”, 2008, nr 6, s. 1115–1122.

Bradshaw J., *Zrozumieć rodzinę*, Warszawa 1994.

- Cermak T., *Diagnosing and treating co-dependence*, Minneapolis 1986.
- Cierpiałowska L., *Alkoholizm. Małżeństwa w procesie zdrowienia*, Poznań 1997.
- Horney K., *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, Warszawa 1982.
- Mellody P., *Toksyczna miłość i jak się z niej wyzwolić*, Warszawa 1992.
- Mellody P., *Toksyczne związki, anatomia i terapia współuzależnienia*, Warszawa 1993.
- Mierzwiński B., *Mężczyzna – mąż – ojciec*, Otwock 1996.
- Ochmański M., *Losy życiowe młodzieży z rodzin alkoholowych i jej charakterystyka psychospołeczna*, Ciechanów 1987.
- Paździor S., *Przyczyny psychiczne niezdolności osoby do zawarcia małżeństwa w świetle kan. 1095*, Lublin 1999.
- Pospiszyl K., *Ojciec, a rozwój dziecka*, Warszawa 1980.
- Pospiszyl K., *O miłości ojcowskiej*, Warszawa 1986.
- Przygotowanie do życia w małżeństwie i rodzinie*, red. E. Materski, Warszawa 1997.
- Siek S., *Osobowość*, Warszawa 1982.
- Sobolewska Z., *Technologia i praktyka pracy terapeutycznej z osobami uzależnionymi od alkoholu i ich rodzinami*, Warszawa 1995.
- Sztander W., *Rodzina z problemem alkoholowym*, Warszawa 1993.
- Terapia osób współuzależnionych*, Warszawa 1997.
- Wilson A., Schaef W., *Escape from Intimacy. Untangling the 'Love' Addictions; Sex, Romance, Relationships*, New York 1989.
- Winiarz J., *Prawo rodzinne*, Warszawa 1994.
- Woititz J.G., *Lęk przed bliskością*, Gdańsk 2000.
- Wychowanie w rodzinie chrześcijańskiej*, pod red. F. Adamskiego, Kraków 1982.
- Ziemska A., *Rodzina a osobowość*, Warszawa 1975.