

Joanna Sakowska

Rola rodziny w profilaktyce uzależnień

Studia nad Rodziną 2/2 (3), 93-98

1998

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.

JOANNA SAKOWSKA

ROLA RODZINY W PROFILAKTYCE UZALEŻNIEŃ

Jestem architektem...

*Zbuduję dom z cegieł miłości
Połączę je cementem radości
Dach ułożę z dachówek serdeczności
Szyby będą ze szkła przyjaźni
Pomaluję je farbą wyobraźni
Fundamenty zrobię z betonu zrozumienia
i dodam małe ziarenko cierpienia
Płot zrobię z desek prawdomówności
A furtkę z prętów czułości
W ogrodzie posadzę róże życzliwości
zaś obok nich trawę wyrozumiałości*

*Tu zawsze będę miała schronienie
Mieć taki dom to moje marzenie*

Ewa Bender (lat 10)

Rodzina stanowi duchowe zjednoczenie szczupłego grona osób, skupionych we wspólnym ognisku domowym aktami wzajemnej pomocy i opieki, oparte na wierze w prawdziwą lub domniemaną łączność biologiczną, tradycję rodzinną i społeczną. Dziecko przychodzi na świat, rozwija się i dorasta w rodzinie. Rodzina jest naturalnym środowiskiem, w którym człowiek uczy się bliskich kontaktów z innymi ludźmi, zdobywa niezbędne w życiu umiejętności praktyczne i społeczne, formuje własną tożsamość.

Badania działań profilaktycznych, które mają na celu rozpoznanie tzw. czynników ryzyka, (co sprzyja wchodzeniu młodego człowieka na drogę uzależnienia) i czynników chroniących, (co stanowi najskuteczniejszą barierę przed ryzykownymi zachowaniami młodzieży), jednoznacznie wykazują, że wśród czynników chroniących naprawdę skuteczne są:

- 1°. silna więź emocjonalna z rodzicami,
- 2°. regularne praktyki religijne,
- 3°. zainteresowanie nauką szkolną,
- 4°. uwewnętrzniony szacunek do norm, wartości, autorytetów,
- 5°. przynależność do pozytywnej grupy rówieśniczej.

Wśród wymienionych czynników za najważniejszy należy zdecydowanie uznać czynnik pierwszy. Doceniając ochronną rolę więzi emocjonalnej z rodzicami trzeba równocześnie zauważyć, że to właśnie rodzina jest także podstawowym czynnikiem skłaniającym któregoś z jej członków do sięgania po środki odurzające (a jednocześnie również ona najdotkliwiej odczuwa skutki tego odurzania).

Ilustracją tego problemu są między innymi wyniki badań F. Streita: autora teorii percepcji środowiska rodzinnego¹. Streit opiera się na założeniu, że istnieje bezpośredni związek między zachowaniem patologicznym dzieci, a dokonywaną przez nich percepcją własnego środowiska rodzinnego. Percepcja przez dzieci postaw rodzicielskich, rodzicielskiego wsparcia emocjonalnego i miłości, cech rodziców, interakcji rodzinnych oraz innych dzieci w rodzinie, jest zdecydowanie różna od tej, jaką mają rodzice i osoby z zewnątrz. Zdaniem Streita rzeczywistość istnieje tylko w oczach osoby, która ją spostrzega.

Warunkiem prawidłowego rozwoju dziecka jest stworzenie mu korzystnych warunków wychowawczych, zwłaszcza w rodzinie. Pojawienie się zaburzeń w zachowaniu wskazuje, że w percepowanej przez dziecko sytuacji rodzinnej występowały zjawiska niekorzystne. Przeprowadzone przez Streita badania populacji 6000 dzieci i młodzieży (w wieku 12-18 lat), wykazały, że ci badani, którzy spostrzegali brak bliskich więzi z własną rodziną, jednocześnie deklarowali, że:

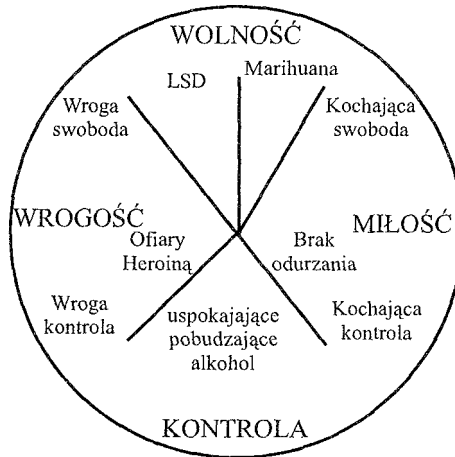
- są zazwyczaj nieszczęśliwi,
- życie jest nudne,
- lubią robić rzeczy szokujące innych ludzi,
- czują, że mają mniej radości w życiu niż inni ludzie,
- rzadko czują się blisko ludzi,
- czują, że nie potrafią kontrolować własnego życia,
- czują, że ich życie społeczne nie jest takie, jakiego by chcieli,
- nie martwią się swoimi ocenami w szkole,
- nie są zainteresowani prowadzeniem życia zgodnego z normami religijnymi i moralnymi,
- nie są zainteresowani życiem własnej klasy szkolnej,
- wątpią w zdobycie w przyszłości dobrego wykształcenia,
- nie planują pójścia na studia².

¹ Cyt za Z.B. Gaś, Rodzina a uzależnienia, Lublin 1994.

² Tamże.

Wystąpiła również taka prawidłowość, że młodzież pozbawiona poczucia bliskości z własną rodziną była bardziej podatna na presję rówieśniczą w zakresie używania narkotyków, picia alkoholu i dokonywanie przestępstw. Wiąże się to z faktem, iż młodzież sięga po środki odurzające nie po to, aby zmienić siebie lub rzeczywistość, lecz po to, aby zmienić percepcję siebie lub rzeczywistości. Szczególnie ważne jest więc poznanie tego, w jaki sposób dziecko percypuje swoją rodzinę i postawy rodziców wobec niego, a następnie — jak ta percepcja wiąże się z używaniem przez młodego człowieka różnych środków odurzających.

Badania przeprowadzone w populacji osób używających różnych środków odurzających pozwoliły Streitowi na opracowani „zegara” wskazującego na zależność między percypowanymi postawami rodzicielskimi, a używaniem środków odurzających przez dzieci³.



Większość z tych związków wydaje się być oczywista, natomiast zaskoczenie może wywołać lokalizacja w jednym sektorze środków uspokajających i pobudzających. Sprzeczność jest tu jedynie pozorna, albowiem obie te grupy środków oraz alkohol mają podobne efekty psychologiczne — pozwalają młodemu człowiekowi na przekraczanie ograniczeń i radzenie sobie z destrukcyjną kontrolą ze strony rodziców.

Analizując strukturę rodzin narkomańskich wielokrotnie podkreślano, że charakteryzują się one obniżoną spójnością, wynikającą głównie z wadliwego funkcjonowania rodziców i zaburzonych relacji między rodzicami i dziećmi.

³ Cyt. za tamże, s. 25.

Zauważono, iż fakt fizycznej nieobecności jednego z rodziców jest znacznie mniej ważny, niż jakość relacji emocjonalnych między rodzicami i dzieckiem, czy też styl komunikowania się tych osób. Najczęściej stwierdza się w badaniach, iż matki narkomanów są pobłażliwe i nadmiernie ochraniające a jednocześnie emocjonalnie zaangażowane w odurzanie się dziecka. W niektórych przypadkach wyraźny jest brak porozumienia pomiędzy matką a dzieckiem lub wręcz pojawia się wzajemna wrogość. Z kolei ojcowie w swoich relacjach z dziećmi (zwłaszcza synami) z reguły są wrodzy i karzący, nie dostarczając właściwych wzorców do identyfikacji psychoseksualnej.

Używanie środków halucynogennych występuje najczęściej w takich rodzinach, w których rodzice mają nadmierne oczekiwania wobec dzieci, a jednocześnie utrudniają im osiąganie niezależności, wrogością i pozbawianiem miłości.

W przypadkach politoksykomanii (sięgania przez dzieci po różne środki odurzające) zauważa się, że rodzice dostarczają dzieciom zbyt słabego wsparcia, nie gwarantują im doświadczania poczucia własnej wartości. Matki nie pomagają dzieciom w radzeniu sobie z ich trudnościami, w reakcji na co dzieci nie identyfikują się z nimi.

Polskie badania przeprowadzone przez CBOS w 1994 r („znaczący inni — rodzice czy rówieśnicy”) ukazują m.in. następujące fakty:

— najbardziej samotnie czują się ci młodzi ludzie, którzy nie mogą w trudnych sytuacjach liczyć na pomoc ze strony rodziny, a w szczególności ojca. Rodzina jest bowiem dla badanej młodzieży głównym źródłem miłości, uznania i wsparcia.

— relacje z innymi ludźmi (w rodzinie i poza nią), są zdecydowanie lepiej oceniane przez młodych ludzi częściej biorących udział w praktykach religijnych i lepiej oceniających warunki materialne swojej rodziny.

— potrzeba ciepła, miłości, oparcia i uznania zaspokajana jest przede wszystkim w rodzinie.

Rodzina jest miejscem, gdzie zaspokajane są najważniejsze potrzeby psychiczne dziecka, ale jednocześnie przy zaburzeniach w funkcjonowaniu systemu rodzinnego, może być głównym źródłem zaburzeń emocjonalnych i zaburzeń zachowania mogących sprzyjać uzależnianiu się dzieci i młodzieży od środków chemicznych.

Wracając do opisanego powyżej „zegara” Streita jednoznacznie widać, że brak odurzania występuje u dzieci i młodzieży, które postrzegają rodziców jako osoby obdarzające je miłością i realizujące ową miłość w granicach kochającej swobody i kochającej kontroli. Granice owe, pozwalają dziecku na zaspokojenie jego podstawowych potrzeb psychicznych: potrzeby bezpieczeństwa, akceptacji i miłości oraz niezależności.

1°. Potrzeba bezpieczeństwa (w każdym wieku, także dorastania) zaspokajana jest wówczas, gdy dziecko postrzega i odczuwa świat wokół siebie jako uporządkowany, przewidywalny i przyjazny.

Dziecko czuje się bezpiecznie, gdy ma jasno określone granice i „reguły gry”. „Przewidywalność” oznacza m.in., że w rodzinie jasno określona jest hierarchia wartości, istnieje stabilność zasad, a także można przewidzieć pewne sekwencje wydarzeń i zachowań członków rodziny. Bezpieczny dom, to taki, w którym istnieje pewien względnie stały porządek dnia, wiadomo jakie są konsekwencje za przekraczanie określonych reguł, dziecko wie, co może rodziców ucieszyć, a co rozgniewać. Przeciwnieństwem takiej przewidywalności jest chaos organizacyjny i emocjonalny w rodzinie — np. rodzice wybuchają nagle gniewem z niezrozumiałych powodów, kłócą się ze sobą; jeśli nie wiadomo, co może się w domu za chwilę zdarzyć — w dziecku narasta wtedy niepokój tym większy, im mniej rozumie ono świat dorosłych.

Ponieważ relacje emocjonalne z rodzicami i ich obecność są tak ważne — największym zagrożeniem poczucia bezpieczeństwa może być zagrożenie odrzuceniem przez matkę czy ojca (zagrożenie utratą któregoś z rodziców — odejście, rozwód). Również dziecko, któremu stawia się niejasne i niekonsekwentne wymagania, które jest często karane (przy braku akceptacji), wyrasta w ciągłym niepokoju i zagrożeniu oraz ma trudności z określeniem własnej tożsamości.

2°. Potrzeby akceptacji i miłości — ściśle u dzieci ze sobą powiązane, często nie różnicowane. Bezwarunkowa akceptacja i miłość osób znaczących są nieodzownymi warunkami prawidłowego rozwoju. Dziecko, które czuje się akceptowane i kochane wzrasta w poczuciu, że jest „w porządku”, rozwija w sobie poczucie własnej wartości i kompetencji. Uczy się także dawania innym miłości i akceptacji, ponieważ ma takie właśnie wzorce relacji w rodzinie.

W rodzinach, w których jest duży dystans, panuje atmosfera chłodu emocjonalnego, potrzeby miłości i akceptacji nie mogą być u dziecka zaspokojone. Dzieci z takich rodzin często szukają akceptacji poza rodziną, w grupach rówieśniczych (często negatywnych).

3°. Potrzeba niezależności — potrzebę tę także powinna zaspokajać rodzina poprzez stwarzanie dziecku możliwości do realizowania właściwych dla jego wieku zadań rozwojowych. Wiadomo, że rozwój dziecka przebiega prawidłowo tylko wówczas, gdy nabywa ono jak najwięcej nowych doświadczeń przez własną aktywność.

Tam, gdzie nie ma nadmiernej bliskości, nadmiernego wiązania i ograniczania dziecko czuje się swobodnie, próbuje nowych zachowań i podejmuje właściwe dla wieku decyzje.

Nadmierne ograniczanie samodzielności dziecka, trzymanie go przy sobie, nadopiekuńczość, stała ingerencja wywołują u dziecka bunt i dążenie do „wyrwania się za wszelką cenę”, bądź nadmierną uległość, brak samodzielności i odpowiedzialności.

Tendencje do ograniczania niezależności dziecka zwykle występują w rodzinach, w których źle funkcjonuje układ małżeński (jedno z rodziców nadmiernie wiąże się z dzieckiem) oraz w rodzinach „splątanych” (granice bardzo

słabe, niemal niewyczuwalne) — wszyscy uczestniczą we wszystkim. Każde zachowanie jednego z członków rodziny (szczególnie dziecka) wywołuje ingerencję wszystkich pozostałych. Nikt w rodzinie nie ma wyraźnie zaznaczonego własnego terytorium, trudno się oddzielić, trudno podejmować własną, niezależną aktywność.

Na koniec słusznym wydaje mi się, przybliżenie wykładu wygłoszonego w dniu 13 maja 1998 r. w Warszawie przez goszczącego w Polsce prof. Georga A. Rekersa (prof. neuropsychiatrii i nauk behawioralnych Uniwersytetu South Carolina) nt. „Cech silnej rodziny”.

Na podstawie szczegółowych badań przeprowadzonych na 3 tys. rodzin z całego świata (wskazywanych jako dobre, zintegrowane i silne) oraz na grupie porównawczej rodzin dysfunkcyjnych, wyodrębniono 6 podstawowych cech, charakteryzujących zdrową, silną rodzinę:

- 1°. Głębokie oddanie się sobie nawzajem małżonków, przekonanie, że małżeństwo jest związkiem trwałym, konserwatywne poglądy obojga wobec rozwodów, działanie na rzecz dobra wzajemnego, a nie tylko dbanie o własne.
- 2°. Wspólne spędzanie czasu; (kontakt tak jest potrzebny rodzinie jak tlen do życia).
- 3°. Dobra komunikacja między członkami rodziny; słuchanie z uwagą drugiej osoby, akceptacja, unikanie potępiania.
- 4°. Silne oddanie się religii (wykraczające poza zwykłą obrzędowość, zwyczajowe chodzenie do Kościoła), wiara, że przede wszystkim Bóg działa w małżeństwie, wspólna modlitwa, gotowość do przebaczenia.
- 5°. Otwartość w wyrażaniu uczuć i potrzeb.
- 6°. Zdolność do rozwiązywania trudnych sytuacji (problemów, kryzysów sytuacyjnych itd.); w rodzinach zintegrowanych, silnych, trudności życiowe jednoczą rodzinę, konsolidują wokół problemu, w słabych zaś sytuacje takie często powodują rozpad.

Bibliografia:

- Gaś Z. B., Rodzina a uzależnienia, Lublin 1994.
Pohorecka A., Funkcjonowanie rodziny a zagrożenie uzależnieniem, w: Zapobieganie uzależnieniom uczniów, B. Kamińska-Buśko red., Warszawa 1997, s. 105 — 136.

Joanna Sakowska: The Role of the Family in Falling into Addiction

A basic condition of child's right development is creation of the proper social environment generally, and in Family in the particular in which unconditioned acceptance and love must reign. Lack of those in the family causes that a child starts to look for them in the age groups very often deviant ones. Also excessive restriction of child's freedom or over protection can provoke a rebellion of the kid. Properly functioning family is the best environment, which can prevent an addiction.