

Większość dzieci alkoholików, aby nie dopuścić do dezintegracji swojego świata z powodu uzależnienia rodzica, przyjmuje szereg zachowań obronnych, które umożliwiają im przetrwanie w rodzinie z problemem alkoholowym. Do takich zachowań należy m.in. przyjmowanie określonych ról w rodzinie (*bohater, kozioł ofiarny, dziecko zagubione, maskotka*), które wpływają na kształtowanie się tożsamości dziecka, określają jego miejsce i funkcję jaką pełni w swoim otoczeniu.

Funkcja ról

Pomimo, iż w rzeczywistości role nie zawsze odzwierciedlają faktyczne cechy dziecka, czę-

Odgrywane role, zwykle po osiągnięciu dojrzałości, tracą swoją funkcję i stają się mniej przydatne. Utrata dotychczasowych korzyści, jakie płynęły z ich pełnienia, a wręcz odczuwanie szkody przy próbie ich kontynuacji w wieku dorosłym, wywołuje u DDA uczucie porażki i dezorientacji. Dorosłe dzieci alkoholików trenując od lat wyuczone sposoby zachowań, często nie potrafią odnaleźć się w nowej rzeczywistości i adekwatnie z nią współgrać. Opory te są tym trudniejsze do pokonania, im więcej w okresie dzieciństwa doznały krzywdy i bólu i im bardziej wyparty te uczucia do podświadomości. DDA, które poprzez terapię

ABC

alkoholu

sto tylko w ten sposób dają mu możliwość określenia się, wyrażenia swoich potrzeb i oczekiwań. Poprzez interakcje między rodzicami a rodzeństwem dzieci dowiadują się, jakie są i kim są w relacji z innymi. Wchodząc w „przygotowaną” dla siebie rolę lub kombinację ról, dziecko oraz każdy z członków rodziny niejako określa się i godzi na spełnianie oczekiwań innych, osiągając w ten sposób pewien stopień bezpieczeństwa i stabilizacji. Role (nałożone mąski) służą skrywaniu prawdziwych uczuć i źródeł problemów, kamuflują przed otoczeniem chorobę członka rodziny, dają złudne wrażenie ciągłości jej funkcjonowania.

„Falszywe osobowości”, jak podkreślają Bryan E. Robinson, J.Lyn Rhoden, są rezultatem nieświadomej reakcji dziecka, które usiłuje stawić czoło faktowi, że jego rodzice zawiedli w roli rodziców, a poza tym chce ukryć i obronić ważne aspekty swej wewnętrznej rzeczywistości. (...) Są jawnym przeciwieństwem i zaprzeczeniem prawdziwych, utajonych uczuć, takich jak podatność na zranienie, potrzeba kontaktu i nadwerżony szacunek do samego siebie.¹

nie próbują odzyskać swojej prawdziwej tożsamości oraz zaakceptować siebie takimi jacy są – mają problemy z przystosowaniem się do środowiska, w którym żyją. Nierzadko też kompensują sobie te trudności zachowaniami kompulsywnymi, takimi jak: m.in. jedzenie, praca, seks oraz zażywaniem środków psychoaktywnych.

Skutki pełnionych ról

• Bohater

Rolę *bohatera* w rodzinie przyjmuje zwykle najstarsze dziecko – najczęściej nie pełni jej z wyboru. *Odgrywa ją, bo musi, najpierw powodowany subtelными oczekiwaniami rodziny, a później przymusem wewnętrznym, który pojawił się w rezultacie uwewnętrznienia tych oczekiwań i uznania je za własne – na zawsze, chyba że coś je wymaże.*² Jego misja związana jest z niesieniem ulgi swojej rodzinie w cierpieniu spowodowanym alkoholizmem jednego z rodziców, dążeniem za wszelką cenę do utrzymania jej równowagi i stabilizacji. Aby jej to zapewnić *bohater* przejmuje na siebie odpowiedzialność oraz większość ob-

wiązków domowych i stara się zabezpieczać podstawowe potrzeby rodziny. Staje się niezastąpiony, nie sprawia żadnych kłopotów, jest dobrym uczniem, cenionym kolegą, nikomu nie okazuje negatywnych uczuć, zawsze jest „w porządku”, nieustannie dąży do osiągnięcia sukcesów – stąd też jest dla swojej rodziny źródłem dumy, satysfak-

Tab.1. Role i postawy pozwalające przetrwać dzieciom alkoholików

Dom	Szkoła	Praca	Postawy społeczne
Bohater (dziecko odpowiedzialne)	Gwiazda klasowa	Pracusz	Pozytywna jednostka
Kozioł ofiarny (dziecko nadpobudliwe)	Dziecko trudne	Sprawca	Niedostosowany społecznie
Dziecko zagubione	Klasowy samotnik	Samotnik	Trzymający się na uboczu
Maskotka	Klasowy klaun	Dowcipniś	Komik na scenie

cji i poczucia wartości. Mimo dobrej pozycji w otoczeniu *bohater* czuje się samotny – wynika to z faktu, że mało kto przystaje do ideału osoby, z którą mógłby się zaprzyjaźnić, a także dlatego, że czuje się bezpieczniej, nie dopuszczając do siebie nikogo zbyt blisko.

Bohater nigdy nie okazuje, ile wysiłku kosztuje go wywiązywanie się z roli – robi wszystko aby pokazać, że funkcjonuje w niej bardzo dobrze. Nawet odnosząc sukcesy czuje się winny i przegrany, nieustannie krytykuje się oraz oskarża się za to, że ostatecznie nie potrafi zmienić/rozwiązać zasadniczej sytuacji rodziny. Stawia więc sobie coraz trudniejsze zadania, dąży do jeszcze większej doskonałości, przeżywając jednocześnie utajoną złość z powodu stałego pomijania własnych potrzeb i ustępowania wobec wymagań innych. Nieustannie czuje się sfrustrowany doznając sprzecznych uczuć, jest także samotny.

W dorosłym życiu *bohater* najczęściej szuka takiej działalności zawodowej oraz formy życia osobistego, które umożliwią mu kontynuowanie swojej roli (wielu z nich świadomie wybiera zawód związany z niesieniem pomocy). Dzięki swojej odpowiedzialności osoby te bardzo szybko wspinają się po szczeblach kariery, szybko też popadają w pracoholizm i problemy zdrowotne. Nieustannie zajęci działalnością zadaniową, nie nawiązują bliższych znajomości, nie dają dojść do głosu własnym uczuciom, nie realizują własnych potrzeb, żyją misją. Taki styl życia powoduje, że *bohaterzy* są nieustannie napięci, nieustępliwi w dążeniu do wypełniania swoich nierealistycznie postawionych celów.

Mimo wielu umiejętności związanych z zaspakajaniem potrzeb innych, *bohaterzy* mają problemy z funkcjonowaniem w związkach małżeńskich i rolach rodzicielskich. Nieświadomie bowiem poszukują takich partnerek, z którymi będą mogli postępować według znanych im dotychczas reguł. W związkach brak im otwartości i autentycznej (nie wyuczony) pewności siebie, dzieciom natomiast nie potrafią stawiać i utrzymywać właściwych ograniczeń.

• Kozioł ofiarny

Kozłem ofiarnym zwykle staje się drugie dziecko w rodzinie. Rola ta jest przeciwieństwem roli *bohatera*. Kozioł ofiarny rywalizuje o uwagę, stara się skupić na sobie uwagę rodziny, dostarczając jej wielu problemów i frustracji. Jest nieodpowiedzialny, agresywny, opryskliwy, niechętny do współpracy, nauki, ucieka z domu, wchodzi w konflikty, bójki, używa substancji psychoaktywnych – jednym słowem – łamie wszystkie reguły społecznie akceptowanego sposobu zachowania. Jego niechęć do pełnionej roli jest jeszcze silniejsza niż *bohatera*. (...) *W głębi serca wcale nie chce*

*być złym dzieckiem. Czuje, że w złym kierunku popycha go jakaś nieznaną, niezrozumiałą siła.*³ Trudne zachowania *kozła ofiarnego* szybko odwracają uwagę rodziny od problemu alkoholizmu i skupiają ją na dziecku, które stanowi źródło zasadniczych trudności. Uważa się nawet, że to ono ponosi winę za fakt picia alkoholu przez rodzica.

Negatywne zachowania *kozła ofiarnego* wynikają najczęściej z maskowania jego bolesnych uczuć związanych z samotnością i odrzuceniem oraz typowym dla niego poczuciem winy. Mimo iż notorycznie przekracza on normy i zakazy, w rzeczywistości rozumie ich zasadność i szanuje je. Jednak doznając od dzieciństwa braku oparcia w rodzinie, zrozumienia, spokoju i radości (...) *niešťczesny kozioł ofiarny nie znajduje w sobie wielu pozytywnych uczuć, aby zrównoważyć ciężar negatywnych emocji, jaki musi dźwigać. (...) Wcześniej uczy się w rodzinie, że alkohol i inne środki mają moc uśmierzenia bólu, zaczyna więc eksperymentować z substancjami psychoaktywnymi. (...) Stwierdza ponadto, że środki chemiczne nie tylko uwalniają od bólu, ale także dają siłę i sposobność do przeciwstawienia się rodzicom i innym autorytetom, a to kusząca możliwość odplacenia się im.*⁴ *Kozły ofiarnie* szybko więc odsuwają się od rodziny nawiązując powierzchowne i głównie skoncentrowane na sobie kontakty z rówieśnikami, które służą mu do manipulacji i wykorzystywania innych.

W życiu dorosłym *kozły ofiarnie* cierpią na chroniczne niskie poczucie własnej wartości, nie potrafią okazywać pozytywnych uczuć, nie wiedzą, czym jest troska o innych, jak budować kontakty oparte na miłości. W pracy zawodowej rzadko kiedy zaspakajają oczekiwania szefa, nie umieją zgodnie współżyć z innymi, wdają się w kłótnie, doświadczają nieustannych niepowodzeń z powodu swych autodestrukcyjnych skłonności. Z czasem stają się samotnymi pełnymi lęku i złości outsiderami.

W następnym odcinku *ABC* scharakteryzujemy skutki pełnienia roli *zagubionego dziecka* i *maskotki*, przedstawimy również siedem charakterystycznych cech, dających dzieciom alkoholików odporność niezbędną do przetrwania bolesnych doświadczeń, które zostały ukształtowane i wzmocnione w życiu dorosłych dzieci alkoholików.

Oprac. Janina Węgrecka-Giluf

¹ Bryan E. Robinson, J.Lyn Rhoden *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*, PAR-PA 2001.

² Sharon Wegscheider-Cruse *Nowa szansa* IPZ, 2000.

³ Tamże, str. 120

⁴ Tamże, str. 118