

## Rodzice Alkoholicy

Bardzo wiele dzieci ma rodziców uzależnionych od alkoholu. Pod różnymi względami są one o wiele bardziej zagrożone niż dzieci, których rodzice nie są alkoholikami. Alkoholizm występuje w rodzinach w kolejnych pokoleniach: ocenia się, że dzieci dorastające w rodzinie alkoholików są czterokrotnie bardziej narażone na uzależnienie się od alkoholu niż pozostałe.

### Jakie specyficzne problemy ma dziecko, które wyrasta w rodzinie alkoholików?

- **Poczucie winy.** Dziecko uważa, iż to ono jest główną przyczyną tego, że matka lub ojciec nadużywają alkoholu.
- **Lęk.** Dziecku towarzyszy stała obawa o sytuację w domu. Martwi się, że pijący rodzic zachoruje, zostanie zraniony, ulegnie wypadkowi. Boi się, że między rodzicami dojdzie do awantur, bijatyki, użycia przemocy.
- **Poczucie wstydu.** Dziecko odbiera od rodziców sygnały, że w domu dzieje się coś złego, o czym nikt nie powinien się dowiedzieć. Wstydzi się w związku z tym zapraszać do siebie kolegów, obawia się prosić kogokolwiek o pomoc.
- **Powierzchność wiezi międzyludzkich.** Dziecko wielokrotnie skrzywdzone przez pijących rodziców nie ufa nikomu i nie potrafi nawiązywać bliższych kontaktów.
- **Dezorientacja.** Dziecko nie rozumie reakcji rodziców, ponieważ alkoholicy podlegają częstym i gwałtownym wahaniom nastroju. Rodzice z uzewnętrznianiem miłości łatwo przechodzą do wyrażania nienawiści, niezależnie od tego, jak w danej chwili postępuje dziecko. W domu nie jest przestrzegany porządek dnia, nie ma ustalonej pory posiłków, spoczynku itd.
- **Gniew.** Dziecko ma pretensje zarówno do tego rodzica, który pije, jak i do niepijacego. Kieruje swój gniew przeciwko pijanemu ojcu, gdy ten się awanturuje, i przeciwko trzeźwej matce, ponieważ nie może liczyć na jej wsparcie i ochronę.
- **Depresja.** Dziecko czuje się samotne i bezradne, nie żywi nadziei na zmianę sytuacji.

Chociaż samo dziecko zachowuje w tajemnicy fakt, że jego rodzice nadużywają alkoholu, to jednak jego otoczenie - krewni, nauczyciele, przyjaciele, sąsiedzi - na ogół zauważają, że w danej rodzinie dzieje się coś złego. **Są takie sygnały w zachowaniu dziecka, które mogą wskazywać na problem alkoholowy w domu:**

- niepowodzenia w szkole i wagary,
- brak przyjaciół; izolowanie się od kolegów w szkole,
- zachowania kryminalne, np. kradzieże, wybryki chuliganskie,
- regularne dolegliwości fizyczne, takie jak bóle brzucha, głowy,
- nadużywanie alkoholu, zazywanie narkotyków,
- agresja wobec innych dzieci.

Dzieci alkoholików przyjmują nieraz na siebie obowiązki dorosłych - w domu wchodzi w rolę "odpowiedzialnego ojca" ("odpowiedzialnej matki"). Próbuje poradzić sobie z problemem alkoholu w domu, narzucając sobie rygorystyczną samokontrolę i konsekwentnie dążąc do sukcesu w szkole. Jednocześnie pozostają w emocjonalnej izolacji od pozostałych uczniów i nauczycieli. Negatywne następstwa tego typu problemów emocjonalnych z okresu dzieciństwa ujawniają się często dopiero w życiu dorosłym.

Niezależnie od tego, czy rodzice leczą się z choroby alkoholowej, czy nie, ich dzieci powinny być objęte specjalnymi programami edukacyjnymi i uczestniczyć w grupach wsparcia, jak np. **Al-Anon** lub **Alateen**. Pomoc profesjonalna jest tym skuteczniejsza, im szybciej nadchodzi. Ma to na celu zapobieganie poważnym konsekwencjom, przede wszystkim uchronić dziecko przed popadnięciem w alkoholizm. Psychiatra dziecięco-młodzieżowy pomaga dziecku w przezwyciężaniu problemów i w zrozumieniu, że nie powinno czuć się winne z powodu

alkoholizmu rodziców.

Program pomocy często obejmuje terapię grupową. Kontakty z rówieśnikami w toku terapii są korzystne, gdyż są przeciwwagą dla poczucia izolacji, w jakim żyje dziecko alkoholików. W takich przypadkach, gdy choremu rodzicowi udało się przestać pić, psychiatrzy dziecięco-młodzieżowi obejmują opieką całą rodzinę, by pomóc jej członkom w zbudowaniu zdrowych i konstruktywnych relacji wzajemnych.