



Maria Sztuka



prof. dr hab. Ewa Syrek
Instytut Pedagogiki
Wydział Nauk Społecznych
Uniwersytet Śląski
ewa.syrek@us.edu.pl

Rys. LineDraw_Pix – Freepik.com



KIEDY PROMIL RZADZI RODZINA

Z najnowszego raportu Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD) wynika, że na jednego mieszkańca kraju należącego do Unii Europejskiej przypada średnio rocznie 11,3 litra czystego alkoholu. Statystyczny Polak (powyżej 15. roku życia) spożywa rocznie więcej, bo aż 11,7 litra czystego alkoholu. Z nałogiem zmagają się blisko milion Polaków. Ta liczba to jednak tylko wierzchołek góry lodowej, ponieważ choroba alkoholowa atakuje wszystkich członków rodziny, powodując czasem nieodwracalne szkody.

Choć od czasu do czasu społeczeństwem wstrząsa tragedia ginących na drodze ofiar pijanych kierowców, dzieci pobitych przez nietrzeźwych rodziców czy drastyczny opis zabójstw dokonanych „pod wpływem”, stereotyp dobrej zabawy nie ulega zmianie. Nadal nieodzownym elementem udanej imprezy pozostają wysokoprocentowe trunki – tego wymagają tradycja i kulturowe przyzwyczajenia. Komunikaty WHO potwierdzające, że żadna dawka alkoholu nie jest bezpieczna dla zdrowia, wysokie mandaty, odbieranie samochodów pijanym kierowcom, ogromne środki przeznaczane na leczenie alkoholizmu i jego skutków nie odstrasza, wciąż brakuje bowiem wiedzy i edukacji.

W katowickich uczelniach od roku krąży monografia pt. *Codziennosc w perspektywie doświadczeń dorosłych dzieci alkoholików. Zarządzanie rozwojem osobistym* autorstwa prof. dr hab. Ewy Syrek (Instytut Pedagogiki na Wydziale Nauk Społecznych Uniwersytetu Śląskiego) oraz ks. dr hab. Grzegorza Poloka, prof. UE (Katedra Badań Rynkowych i Marketingowych Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach). Oboje uczeni mają ogromne doświadczenie i wiedzę. Zainteresowania badawcze prof. Ewy Syrek związane są z obszarami pedagogiki społecznej, pedagogiki zdrowia oraz socjologii zdrowia i choroby, natomiast ks. dr hab. Grzegorz Polok prof. UE oprócz zajęć dydaktycznych od 2001 roku sprawuje także opiekę duchową nad grupą terapeutyczną przy Duszpasterstwie Akademickim „Zawodzie” w Katowicach, w której uczestniczą studenci DDD (dorosłe dzieci z rodzin dysfunkcyjnych) i DDA (dorosłe dzieci alkoholików).

Efektom wieloletnich badań uczonych jest kompendium wiedzy na temat możliwości pokonania demonów wyniesionych z domów dotkniętych skutkami al-

koholizmu. Monografia, której znaczną część stanowią anonimowe zwierzenia studentów, jest swoistą zachętą i pomocą w poskramianiu lęków, nieuzasadnionego poczucia niższości, niedowartościowania i podobnych emocji. Głos DDA oddziałuje silniej niż dane statystyczne, przełamuje także obawy przed podjęciem decyzji „poproszenia” o pomoc, pozwala pokonać niczym nieuzasadniony wstyd.

Alkoholizm zaburza życie rodzinne, co skutkuje m.in. dysfunkcyjnością rodziny, współzależnieniem bliskich osób, przemocą, problemami finansowymi, a także niewłaściwym pojmowaniem ról społecznych czy zawodowych.

W dzieciństwie doświadczyłam bardzo dużo lęku. Z jednej strony bałam się ojca i jego powrotów do domu, z drugiej o życie mojej chorej mamy i o naszą przyszłość. Czasami boję się, że już zawsze będę się bać – w tej wypowiedzi skupia się niczym w soczewce syndrom DDA.

Skutki doświadczeń dziecięcych są bardzo zróżnicowane indywidualnie. Skala syndromu DDA jest rozległa, przejawiać się może w niskiej samoocenie, lęku przed podejmowaniem decyzji, strachem przed nowymi sytuacjami w życiu, nieumiejętnością gospodarowania wolnym czasem, trudnościami w rozpoznawaniu uczuć, obawą przed odrzuceniem, nieumiejętnością nawiązywania kontaktów, wypieraniem własnych potrzeb.

– Współzależnienie – jak wyjaśnia prof. Ewa Syrek – jest pojęciem analizowanym w literaturze przedmiotu, uległo ono zmianom i jego definicja jest uzależniona od podejścia teoretycznego i metodologicznego danej dyscypliny naukowej (np. psychologii, medycyny, pedagogiki, polityki społecznej itd.). W literaturze przedmiotu można spotkać różne modele współzależnienia. Warto jednak podkreślić, że osoba współzależniona cha-

rakteryzuje się m.in. występowaniem różnych zaburzeń (są to np. niepokój, stany lękowe, zaburzenia psychiczne, zaburzenia granic własnego „ja”, problemy emocjonalne i inne). Współzależnienie zaburza dobrostan psychospołeczny – podkreśla pedagog.

Osoby uzależnione i współzależnione mogą korzystać z różnych form pomocy i wsparcia, m.in. w grupach samopomocowych, np. AA (anonimowi alkoholicy), Al-Anon (dla osób współzależnionych), Alateen (dla dzieci współzależnionych), profesjonalnych ośrodków terapeutycznych.

– W literaturze naukowej i praktyce społecznej wyróżnia się różne terapie w zależności od tego, do kogo są skierowane oraz jakie są potrzeby jednostek i grup społecznych, a także jaki specjalista jest terapeutą (terapia psychologiczna, pedagogiczna). Młodzi dorośli w większości mają ambicje i aspiracje zawodowe związane z osiągnięciem sukcesu zawodowego i awansu społecznego, dlatego tak istotne w tym procesie są: autorefleksja, kompetencje i strategie przyszłościowe, a także motywacja i otwartość na rozwój osobisty, efektywne podejmowanie decyzji, inteligencja emocjonalna, umiejętności budowania relacji osobistych i relacji w zbiorowościach. Podejmowanie działań ukierunkowanych na rozwój osobisty pozwala zaspokoić wiele ważnych potrzeb, m.in. potrzebę sensu życia, samorealizacji, uznania, sukcesu i wiele innych. Poddanie się psychoterapii jest świadomym wyborem i – jak wynika z badań – przynosi zamierzone efekty zmieniające jakość życia DDA – podsumowuje prof. Ewa Syrek.

Terapia nie sprawi, że znikną wszystkie życiowe problemy, ale jak zapewnia jedna z uczestniczek wywiadu: *terapia pomoże popatrzeć na problemy pod innym kątem – zdrowo! By żyć świadomie i w pełni.*