

Barbara Chojnacka  
ORCID: 0000-0002-5635-3126  
Uniwersytet Szczeciński

# Współzależnienie i relacje zależnościowe w biograficznych doświadczeniach parentyfikacji

Codependency and Dependency Relationships in  
Biographical Experiences of Parentification

## ABSTRACT

The article combines conceptual analysis with research. The research goal was to analyze the possibility of juxtaposing two concepts: codependency and parentification in the family. The subject of analysis was dependent family mechanisms that are activated in crisis situations and serve to maintain family functionality. The article supplements previous research on the phenomenon of role reversal in the family and its strong embedding in dependent family relationships. Analysis of autobiographical narrative interviews conducted using the technique proposed by Fritz Schütze were used as an exemplification of this problem. By using a retrospective and lifelong view of parentification and family processes, we were able to identify symptoms of codependency in reversed family roles: responsibility, dependence and taking over duties. According to the adaptive model, they perform the function of adaptation, but with a dysfunctional and often destructive effect on the individual. The system theory was used as a theoretical background, which also provided the basis for constructing the concept of "parentification". Concluding remarks call for broadening the perspective of recognizing and analyzing the experience of dependency in the family.

## KEYWORDS

parentification,  
dependency  
relationship,  
codependency, roles in  
the family

## SŁOWA KLUCZOWE

parentyfikacja,  
relacja zależnościowa,  
współzależnienie, role  
w rodzinie

SPI Vol. 26, 2023/3  
e-ISSN 2450-5366

DOI: 10.12775/SPI.2023.3.008  
Nadesłano: 28.02.2023  
Zaakceptowano: 21.05.2023

## ABSTRAKT

Artykuł ma charakter koncepcyjno-badawczy. Celem naukowym było przeanalizowanie możliwości zestawienia dwóch konceptów: współuzależnienia oraz parentyfikacji w rodzinie. Przedmiotem rozważań uczyniono zatem zależnościowe mechanizmy rodzinne uruchamiane w sytuacjach problemowych i kryzysowych, a służące utrzymaniu jej funkcjonalności. Artykuł stanowi uzupełnienie dotychczasowych badań nad zjawiskiem odwracania ról w rodzinie oraz silnego ich osadzenia w zależnościowych układach rodzinnych. Egzemplifikacją dla czynionych tu refleksji stanowiły analizy autobiograficznych wywiadów narracyjnych zrealizowanych przy zastosowaniu techniki zaproponowanej przez Fritza Schützego. Retrospektywne i przyjmujące perspektywę całościową postrzeganie parentyfikacji oraz procesów rodzinnych pozwoliło na wskazanie symptomów współuzależnienia obecnych w odwróconym porządku ról rodzinnych: odpowiedzialności, zależności i przyjmowanych obowiązków. Zgodnie z adaptacyjnym modelem, także tutaj pełnią one funkcję adaptacyjną, mającą jednakże charakter dysfunkcyjny i często destrukcyjny dla samej jednostki. Teoretycznym tłem w podjętych rozważaniach uczyniono teorię systemową, która jednocześnie stała u podstaw konstruowania pojęcia „parentyfikacji”. Refleksje i końcowe wnioski prowadzą do postulatu poszerzenia perspektywy rozpoznawania i analizowania doświadczeń zależnościowych w rodzinie.

## Wprowadzenie

Realizowane przez przeze mnie badania zjawiska parentyfikacji prowadzą do wielu istotnych ujęć tego rodzinnego doświadczenia. Osadzenie problematyki w systemowym rozumieniu rodziny kieruje zwykle uwagę badacza w stronę ról, zależności i sprzężeń występujących w jej obrębie. Stąd podjęta tu próba zestawienia dwóch zjawisk: odwrócenia ról w rodzinie oraz współuzależnienia. Wydaje się, że jest to nowe spojrzenie na problemy funkcjonowania systemu rodzinnego oraz relacji pomiędzy jego członkami. Odnajdując egzemplifikacje tych doświadczeń w zrealizowanych autobiograficznych wywiadach narracyjnych, w artykule zaproponowałam poszerzenie perspektywy analizowania relacji zależnościowych w rodzinie.

## Zjawisko parentyfikacji – istota

Termin „parentyfikacja” został zastosowany po raz pierwszy w latach siedemdziesiątych XX wieku przez Salvadora Minuchina i współpracowników (*family systems theorists*) (1967) w celu opisanie zjawiska, polegającego na zamianie ról wewnątrzrodzinnych między dzieckiem a rodzicem/rodzicami. W takich sytuacjach dziecko przyjmuje na siebie lub narzucane są mu zadania i powinności związane z odpowiedzialnością za bezpieczeństwo i dobrostan członków rodziny (głównie rodziców, ale też innych: rodzeństwa, dziadków itp.). Są to zwykle zadania wykraczające poza jego siły i poziom rozwoju, nieprzypisane do roli dziecka (Earley, Cushway 2002).

Zadania te mogą mieć dwojaki charakter: instrumentalny i emocjonalny, co znajduje odzwierciedlenie w definicji parentyfikacji autorstwa Nancy D. Chase: „Parentyfikacja w rodzinie obejmuje funkcjonalną i/lub emocjonalną zamianę ról, w wyniku której dziecko poświęca własne potrzeby uwagi, bezpieczeństwa i uzyskiwania wsparcia w rozwoju, po to, aby dostosować się do instrumentalnych lub emocjonalnych potrzeb rodzica i troszczyć się o nie” (Chase 1999: 5). Stąd rozróżnienie na parentyfikację instrumentalną i emocjonalną (Minuchin i in. 1967). Pierwsza wiąże się z troską o materialny byt rodziny, zaspokojenie jej fizycznych potrzeb. Dziecko jest wykorzystywane do różnych prac domowych (gotowanie, sprząatanie, zakupy, pranie, pielęgnacja chorego członka rodziny) lub sprawowania opieki nad rodzeństwem i innymi członkami rodziny (Di Caccavo 2006). Parentyfikacja emocjonalna to z kolei troska o zaspokajanie emocjonalnych i psychicznych potrzeb rodziców i/lub rodzeństwa. Dziecko doświadczające tego rodzaju parentyfikacji może funkcjonować jako powiernik rodziców, jedyne ich wsparcie, towarzysz, mediator w rodzinnych konfliktach, partner (*mate-like figure*), wychowawca (*providing nurturance*) (Jurkovic i in. 1999; Hooper 2008a; Hooper 2008b; Schier 2015).

W rozumieniu strukturalnej teorii systemu rodzinnego (*structural family system theory*) (Minuchin 1974), w przypadku odwrócenia ról dochodzi do naruszenia granic między subsystemami w rodzinie, co stawia dziecko w pozycji rodzicielskiej. Rozmycie lub zniekształcenie granic między dzieckiem a podsystemem rodzicielskim może być postrzegane jako problematyczne, ponieważ dziecko przestaje

funkcjonować w granicach pokoleniowych (Sang i in. 2013), stając się „dzieckiem rodzicielskim” (Minuchin 1974), przejmującym odpowiedzialność za „dorosłe” obszary funkcjonowania rodziny (Chojnacka 2022). Sytuacja taka niejako zmusza je do opuszczenia dziecięcego świata i przyjęcia na siebie odpowiedzialnych ról opiekuna, decydenta, doradcy, wychowawcy, partnera, służącego, obrońcy, powiernika, pośrednika, organizatora, zarabiającego na rodzinę (Chojnacka 2021).

Długotrwałe odwrócenie ról może mieć dla dziecka występującego w roli rodzica wiele zarówno negatywnych, jak i pozytywnych konsekwencji. W związku z tym Gregory J. Jurkovic (1997) wyróżnił parentyfikację destrukcyjną (patologiczną) oraz konstruktywną (zdrową, adaptacyjną) (Jurkovic 1997). Pierwsza oznacza nadmierne przeciążenie dziecka obowiązkami opieki, poczucie odpowiedzialności za jej trwałość i funkcjonowanie (Hooper 2007), niemożność zaspokojenia własnych potrzeb z powodu koncentracji na potrzebach rodziny (Earley, Cushway 2002). Traktowana jest też jako rodzaj przemocy wobec dziecka, gdyż dochodzi tu swoistego przejścia (mniej lub bardziej gwałtownego, w zależności od sytuacji rodziny) z pozycji dziecka (z założenia potrzebującego wsparcia, opieki i troski) na pozycję dorosłego, co jest doświadczeniem niejednokrotnie traumatycznym. Mechanizm przejmowania przez dziecko odpowiedzialnych zadań w rodzinie bazuje na poczuciu lojalności, współodpowiedzialności za system rodzinny oraz sile rodzinnych więzi, przez co jego konsekwencje mogą i zwykle są tym bardziej dotkliwe (Chojnacka 2018a). Jednakże badacze dostrzegają również adaptacyjny charakter zjawiska parentyfikacji. Podejmowanie zadań wymagających troski o innych członków rodziny sprawia, że parentyfikowane dziecko staje się bardziej kompetentne, samodzielne i skuteczne w działaniu (Schier 2015). Dokonywanie oceny ról w rodzinie oraz procesów ich odwracania możliwe jest właśnie z perspektywy konsekwencji z nich wynikających. Dlatego też analizując to zjawisko należy uwzględniać czynniki takie jak: otwartość w określaniu zadań dziecka, charakter wykonywanej przez dziecko pracy, zakres odpowiedzialności, adekwatność zadań do etapu rozwojowego dziecka, osobę, którą ma się zajmować dziecko, stopień internalizacji potrzeb opiekunów przez dziecko, rodzaj granic w rodzinie oraz zasadność wykonywanych przez dziecko zadań czy podejmowanej odpowiedzialności (Jurkovic 1997).

## Mechanizm zależności i współzależnienia

Ulokowanie rozważań nad doświadczeniem parentyfikacji w kontekście relacji w rodzinie wymaga rozpoznania głównych elementów powstających na tym gruncie mechanizmów współzależnienia i zależności. Poniższe rozważania będą prowadzone w dwóch niejednokrotnie spotykających się ze sobą nurtach. Pierwszy będzie się odnosił do ugruntowanej w nauce definicji współzależnienia, związanej ze współfunkcjonowaniem dziecka w otoczeniu (rodzinie) wraz z osobą uzależnioną od alkoholu, środków psychoaktywnych czy konkretnych zachowań. Według Jerzego Mellibrudy i Hanny Szczepańskiej (1989) współzależnienie od osoby uzależnionej uznawane jest za specyficzną formę uzależnienia, polegającą na zależności zarówno od tej osoby, jak i jej problemu, czyli nadużywania przez nią alkoholu. Wiąże się to zatem z koncentracją uwagi (myśli, uczuć i zachowań) wokół osoby pijącej, odczuwaniem konieczności kontrolowania jej zachowań, przekonaniem o własnym wpływie na utrzymywanie bezpiecznych rozmiarów picia, a także wypracowaniem sztywnych i ograniczonych wzorców zachowania wobec sytuacji picia alkoholu przez członka rodziny. Drugi nurt rozważań będzie szerszym ujęciem współzależnienia rozumianego w kategoriach zależności od innych osób i ich zachowań. Według Melody Beattie „współzależnioną jest osoba, która pozwala na to, by zachowanie innej osoby oddziaływało na nią ujemnie i która obsesyjnie stara się kontrolować zachowanie oddziałujące na nią w ten sposób osoby” (Beattie 2003: 53).

Przywołany wyżej podział koresponduje z wyodrębnionymi w literaturze przedmiotu trzema modelami koncepcji współzależnienia. Są nimi:

1. model biologiczny (psychopatologiczny) – traktuje współzależnienie jako chorobę o podłożu psychicznym, będącą konsekwencją funkcjonowania w najbliższym otoczeniu osoby uzależnionej i wymagającą leczenia (Cermak 1991). W tym ujęciu zakłada się występowanie u osoby współzależnionej co najmniej trzech rodzajów zaburzeń spośród takich jak: trudności w regulowaniu emocji, stanów depresyjnych, funkcjonowanie w nieustannym napięciu i stresie, kompulsywna kontrola, stany lękowe, zaburzenia psychosomatyczne, nadmierne zażywanie środków psychoaktywnych, długotrwałe

- funkcjonowanie w bliskiej relacji z osobą uzależnioną bez poszukiwania pomocy na zewnątrz (Cierpiałkowska 2000);
2. model zaburzeń osobowości – powtarzalne i sztywne wzorce myślenia i działania, będące konsekwencją utrzymującego się stresu psychologicznego u członków rodziny doświadczającej uzależnienia (Sztander 2011); wiąże się z deprivacją potrzeb, której źródeł należy poszukiwać w okresie dzieciństwa i adolescencji (Cierpiałkowska, Ziarko 2010). Wśród objawów współuzależnienia wedle tej koncepcji wymienia się: uporczywą koncentrację myśli na działaniach osoby uzależnionej, przyzwolenie na ponoszenie coraz większych konsekwencji z tego powodu, problemy emocjonalne, nastroje depresyjne, nerwice, zaburzenia psychosomatyczne, poczucie beznadziei i pustki (Sztander 2006);
  3. model adaptacyjny – współuzależnienie traktowane w tym wypadku jako reakcja na stres. Funkcję pierwotnego stresora pełni uzależnienie oraz zachowania osoby uzależnionej w rodzinie, postrzegane przez jej członków jako zagrożenie dla całego systemu (Załużska, Kossowska-Lubowicka 2009). Jerzy Mellibruda i Zofia Sobolewska opisują takie relacje rodzinne w następujący sposób (na przykładzie rodziny alkoholowej): „życie wszystkich członków rodziny alkoholowej związane jest ze stanem chronicznego napięcia i przeciążenia emocjonalnego. Dotyczy to nie tylko sytuacji, gdy w domu obecna jest osoba uzależniona i gdy znajduje się w stanie nietrzeźwości” (Mellibruda, Sobolewska 1997: 421). Można zatem współuzależnienie postrzegać w kategoriach adaptacyjnych – mowa tu o mechanizmach przystosowania członków rodziny do życia w systemie rodzinnym doświadczonym uzależnieniem lub dysfunkcjonalną zależnością od drugiej osoby (Sobolewska-Bala 1996). Jest to zatem utrwalona, długotrwała forma uczestnictwa w trudnej i destrukcyjnej sytuacji życiowej, która w znaczący sposób ogranicza swobodę funkcjonowania członków rodziny, pogarsza jakość ich życia i blokuje zmianę na lepsze (Szczałkiewicz 2019).

## Cechy relacji zależnej – model adaptacyjny

Podjęmowane w niniejszym artykule rozważania będą się odnosić w znacznej mierze do adaptacyjnego postrzegania współzależnienia. Warto zatem zwrócić uwagę na jego główne cechy i symptomy. W kontekście życia rodzinnego mamy do czynienia z zależnościami od innych, które w istocie wynikają z podstawowych potrzeb ludzkich, czyli potrzeby akceptacji i przynależności (Maslow 2006).

### a) Nadmierna zależność od innych

Rodzina jest przestrzenią, w której lokujemy swoje uczucia, zaangażowanie, poczucie własnej wartości oraz w której otrzymujemy akceptację i doświadczamy świadomości przynależności. Jednocześnie to w rodzinie relacje cechują się największą siłą i intymnością, zaś wzajemna zależność wydaje się jej nieodłącznym atrybutem. Z tego też powodu relacje te mogą się przekształcić w formę patologiczną, której przykładem jest nadmierna zależność od innych. Osoby w relacji zależnej w innych lokują swoją wartość, szczęście, sens życia (Flis 2022). Pojawiają się tu pewne schematy myślenia wynikające z owej zależności od innych i ją utrwalające: uzależnienie poczucia własnej wartości od kontroli sprawowanej nad innymi i sytuacją rodziny, silne poczucie odpowiedzialności za zaspokojenie potrzeb osób w najbliższym otoczeniu, silna identyfikacja z potrzebami innych (zatarte granice między „ja” a „nie ja”), lęk przed odrzuceniem, tendencje do wchodzenia w związki z osobami doświadczającymi zaburzeń, uzależnień lub problemów z samokontrolą (Ciepiałkowska, Ziarko 2010; Flis 2022).

### b) Nadopiekuńczość

Kluczowym aspektem współzależnienia okazują się zachowania nadopiekuńcze przede wszystkim wobec osoby uzależnionej. Wynikają one z przekonania, że nie jest ona zdolna do poradzenia sobie samodzielnie i dlatego należy się o nią zatroszczyć (Flis 2022). Nadmierna troska o innych w przypadku osób współzależnionych przejawia się m.in. wyręczaniem innych, wykonywaniem rzeczy, za które nie jest się odpowiedzialnym, byciem w nieustannej gotowości do zaspokajania potrzeb innych przy jednoczesnym odsunięciu na dalszy plan własnych potrzeb, uznawaniem dobra i potrzeb innych za ważniejsze

niż swoje, usprawiedliwianiem innych – zwłaszcza osoby uzależnionej (budowanie teorii wyjaśniających, tłumaczących), narzucaniem innym pomocy – uzależnianie od niej, przejmowaniem zobowiązań i zadań osoby uzależnionej, naprawianiem szkód przez nią wyrządzonych, ukrywaniem skutków uzależnienia, przejmowaniem całkowitej odpowiedzialności za dzieci czy innych członków rodziny (Beattie 2011; Flis 2022). Zachowania nadopiekuńcze czynią z osoby współuzależnionej „wspólnika nałogu” (Flis 2022), gdyż czyni ona wiele, by chronić rodzinę, a w rzeczywistości podtrzymuje sytuację problemową.

#### c) Odpowiedzialność

Funkcjonowanie w rodzinie z problemem uzależnienia generuje u jej pozostałych członków istotne poczucie odpowiedzialności. „Osoby współuzależnione [...] uważają, że są najsilniejszymi postaciami w rodzinie, co sprawia, że czują wielką presję i przymus do podejmowania roli jedynej odpowiedzialnej osoby w związku, mimo osobistego wyczerpania” (Flis 2022: 89–90). Wiąże się to przejmowaniem kontroli za osobę chorą/uzależnioną, innych domowników, realizowaniem obowiązków i zadań, niekiedy zastępowaniem niewydolnego członka rodziny (Ryś 2008). Można tu mówić o nadodpowiedzialności, czyli skrajnym poczuciu odpowiedzialności za osobę chorą i system rodzinny. Osoba współuzależniona bierze ją na siebie w sposób niejako automatyczny, gdyż chodzi o bliskie i najbardziej intymne relacje. Przejmowanie odpowiedzialności stanowi reakcję lojalnościową wobec systemu rodzinnego, potrzebującego ochrony w chronicznym kryzysie, jakim jest uzależnienie.

#### d) Role dziecka w relacji z osobą uzależnioną

„Stabilne” funkcjonowanie systemu rodzinnego jest dla jego członków tak ważne, że przyjmując (współ)odpowiedzialność także dzieci realizują w nim określone zadania. Sharon Wegscheider-Cruse (2000) wymienia następujące role: wspólnik, bohater rodzinny, kozioł ofiarny, zagubione dziecko oraz maskotka. Każda z nich stanowi odzwierciedlenie patologicznego przystosowania do sytuacji rodziny doświadczonej uzależnieniem. Wspólnik to dziecko chroniące rodzica w nałogu, towarzyszy mu, otacza swoistym parasolem, często pozwalającym uniknąć dotkliwych konsekwencji. Silnie rozwinięte poczucie kontroli czyni z niego dziecko odpowiedzialne za rodzica (Flis 2022).



Bohater rodzinny to dziecko silne, dzielne, dostarczające powodów do dumy i budujące rodzinną wartość, dające sobie radę w niemal każdej sytuacji, stabilizujące sytuację rodzinną (Gąsior 2012). Praca bohatera owocuje pozytywnym obrazem całej rodziny w oczach otoczenia, które nie dostrzega jej problemów (Stanger 2020). Wkłada on w to wiele wysiłku, jest nieustannie w gotowości i napięciu, rezygnuje z własnych potrzeb, planów czy marzeń, by zaspokoić innych, potrafi jedynie dawać (Robinson, Rhoden 2003). Kozioł ofiarny to niepokorna dusza, która tylko pozornie separuje się od sytuacji rodziny, ucieka w rzeczywistość pozarodziną, buntuje się, a wybierane formy buntu prowadzą do destrukcji (wagary, bójki, kradzieże, nałogi itp.). Powoduje ciągłe problemy wychowawcze, które w istocie koncentrują uwagę rodziny i otoczenia na nim, odwracają ją od rzeczywistego źródła trudności systemu rodzinnego (Flis 2022; Stanger 2020; Woronowicz 2001). Zagubione dziecko to niewidzialne dziecko, które stara się nie dostarczać bliskim dodatkowych zmartwień i nie absorbować swoją osobą. Często ucieka w świat marzeń, pasji, wyobrażeń, oddala się od realnego świata, w którym doświadcza cierpienia (Robinson, Rhoden 2003). Maskotka, inaczej błazen lub klaun, to dziecko, które rozładowuje napięcie w rodzinie poprzez żart, śmiech, dostarcza pozytywnych emocji, poprawia nastrój najbliższych. Rola rodzinnego klauna stanowi swego rodzaju maskę, za którą skrywa się niepewność, cierpienie i dzięki której uzyskuje on przynajmniej pozorne poczucie wpływu na sytuację (Flis 2022; Stanger 2020; Ciosek 2011). Wszystkie te role okazują się rolami, w których dziecko w określony sposób bierze na siebie odpowiedzialność (całą lub część) za rodzinę i jej problemy, a co więcej bohater rodzinny z czasem może stać się zagubionym dzieckiem, które nie radzi sobie z sobą samym, z kolei maskotka pod wpływem różnych czynników może zostać bohaterem rodzinnym, który weźmie na siebie obowiązek ratowania rodziny przed całkowitym rozpadem (Krawczyk-Bocian 2013).

#### e) Lustrzane odbicie

Zachowania osoby współuzależnionej okazują się być równoległymi wobec zachowań osoby uzależnionej, kształtują się bowiem niemal równocześnie, dlatego określone zostały jako „lustrzane odbicie”.

- Zarówno osoba uzależniona, jak i współuzależniona koncentrują się na nałogu. Pierwsza poszukuje ujęcia dla swojego

napięcia, druga próbuje go zatrzymać, z czasem zaś zajmuje się jedynie kontrolowaniem uzależnionego.

- Osoba uzależniona wierzy, że potrafi kontrolować swój nałóg, współuzależniona zaś pragnie zapanować nad własnymi tendencjami do kontrolowania i nadopiekuńczości.
- Osoba uzależniona nie jest zdolna zaprzestać nałogu, a uzależniona nie potrafi jej opuścić i przestać na nią oddziaływać (Flis 2022).

Wymienione aspekty wyraźnie wskazują na to, że osoby współuzależnione funkcjonują w ścisłym podporządkowaniu wobec uzależnionego członka rodziny. Relację tę cechuje nie tylko odpowiedzialność, ale i swoiste zniewolenie.

## Metodologia badań własnych

Prezentowane tu rozważania łączące mechanizm współuzależnienia ze zjawiskiem parentyfikacji oparto na przeprowadzonych badaniach biograficznych, zrealizowanych w trakcie przygotowywania mojej rozprawy doktorskiej, która została obroniona w 2019 roku. W badaniach wykorzystano technikę autobiograficznego wywiadu narracyjnego Fritza Schützego (1983). Wzięło w nich udział 25 osób (w wieku od 20 do 67 lat; 8 mężczyzn i 17 kobiet), zrekrutowanych w sposób celowy z grup ryzyka (uzależnienie w rodzinie [zarówno rodziców i rodzeństwa], choroba lub niepełnosprawność, wielodzietność rodziny, samotne rodzicielstwo [trwałe lub czasowe], rodzina w sytuacji konfliktu/rozvodu rodziców), które mogły w dzieciństwie doświadczyć odwrócenia ról w rodzinie (Schier 2015).

W toku badania rozmówcy zostali poproszeni o podzielenie się historią swojego życia, zbudowanie narracji, zwłaszcza o doświadczeniach rodzinnych. Otrzymany materiał stał się podstawą analizy, dzięki której możliwa okazała się rekonstrukcja procesu odwracania ról w systemie rodzinnym oraz poznanie specyfiki relacji między jej członkami (Chojnacka 2021).

Na potrzeby niniejszego artykułu sformułowano następujące pytanie: Jakie symptomy współuzależnienia występują u osób doświadczonych parentyfikacją w dzieciństwie?

Poszukując odpowiedzi na tak postawione pytanie, w narracjach próbowano rozpoznać podobieństwa między mechanizmem

współzależnienia w jego adaptacyjnym wymiarze a relacjami w rodzinie z odwróconym porządkiem ról.

## Współzależnienie w doświadczeniu parentyfikacji

Zjawisko parentyfikacji, jako proces dokonujący się w obrębie bliskich relacji wewnątrzrodzinnych, stanowi pole analiz odnoszących się do wzajemnych zależności członków rodziny. Analiza narracji pozwoliła na powiązanie dwóch przyjętych tu conceptów: odwrócenia ról w rodzinie i współzależnienia. Okazuje się bowiem, że system rodzinny stosuje mechanizmy zależnościowe, by przetrwać, zachować swoją – niekiedy pozorną – funkcjonalność. Systemowe rozumienie rodziny jest zatem główną przyjętą tu koncepcją wspierającą interpretację analizowanych procesów. Oprócz niej zastosowanie znajdują także teorie ról społecznych oraz przywiązania. Poniżej zestawione zostaną poszczególne – wskazane w części teoretycznej – elementy współzależnienia wraz z egzemplifikacjami narracyjnymi.

### Zależność

Rodzina jest naturalną przestrzenią wzajemnych zależności, zaś w sytuacjach trudnych, kryzysowych uruchamiane są w jej obrębie siły dążące do utrzymania więzi. Za takie właśnie należy uznać okoliczności, w których dochodzi do odwrócenia ról. Siła relacji rodzinnych rodzi ową wzajemną zależność, w której członkowie rodziny odczuwają zwykle swoisty przymus ochrony systemu rodzinnego, troski o bliskich, ich dobrostan i bezpieczeństwo. Przejawiało się to zwykle w działaniach podejmowanych z poczucia obowiązku, powinności czy lojalności: „musiałem/musiałam”, „tak trzeba”, „nie było innego wyjścia”. Poniższe fragmenty wywiadów doskonale to odzwierciedlają.

*Bez narzekania, nikt się nie buntował na ten stan, po prostu tak należało robić, tak czuliśmy, że należało robić, bo widzieliśmy, że nie toniemy, że utrzymujemy się na powierzchni (W21, mężczyzna, lat 37).*

*A my, to tak, takie latanie dziur, nie wiem, gdzieś tam... za co byliśmy tam odpowiedzialni. No, rodzina była dysfunkcyjna, więc musieliśmy przejąć jakieś pewne role, żeby to wszystko miało ręce i nogi, więc i tam jej pomagaliśmy. Myślę, że mama nie była dla nas jakaś super miła często, wymagała od*

*nas jakichś w ogóle – ocena niższa niż piątka się nie liczyła, gdzieś tam, nie wiem, skąd to wynikało (W14, mężczyzna, lat 30).*

*Matka była coraz bardziej nieszczęśliwa, a ja musiałam w tej całej sytuacji robić dobrą minę do złej gry, bo to, co wtedy było dla mnie najważniejsze, żeby nikt nie wiedział, że na przykład mój ojciec nie mieszka tak z mamą, to było najważniejsze, żeby absolutnie nikt o tym nie wiedział, żeby się nie kapnął, nie wiem, no żeby ojca pijanego nie widział (W3, kobieta, lat 42).*

*Jak musiałam tacie załatwić rentę, nie miałam z tym żadnego problemu, żeby porozmawiać z kimś tam, z jakimś dyrektorem, jakimś profesorem, bo zawsze to robiłam od zarwaze, bo musiałam po prostu przetłumaczyć. Tak że ta rola odwrócona rzeczywiście gdzieś tam była z wczesnego dzieciństwa już (...). Po prostu wiedzieliśmy, że rodzice mają taki problem i musimy im pomóc, po prostu ich wesprzeć w tym (W8, kobieta, lat 35).*

Wyeksponowane tu: brak innego wyjścia, poczucie uwikłania w problemową sytuację rodzinną i specyficznego rodzaju zależności od niej stanowiły podstawę uruchamiania innych niż dorosłe podsystemów – dzieci. Rodzina była dla nich najważniejszym środowiskiem, czuły się więc w obowiązku uczynić wszystko, by ją chronić. Dostrzec w tym można silne poczucie obowiązku troski, wspierania, towarzyszenia, ukrywania problemów, które okazują się być istotą omawianego tu mechanizmu zależnościowego (schemat 1).

**Schemat 1.** Mechanizm zależności od systemu rodzinnego w doświadczeniu parentyfikacji



Źródło: Opracowanie własne.

Potrzeba przynależności realizowana w grupie pierwotnej, jaką niewątpliwie jest rodzina, w sytuacji odwrócenia ról przekształca się w mechanizm zależności od systemu rodzinnego. Dziecku przejmującemu zadania dorosłych w rodzinie wydaje się, że nie ma innego wyjścia w sytuacji kryzysu. Silne więzi leżą u podstaw działań, w których dziecko próbuje stawiać na wysokości zadań nieadekwatnych niejednokrotnie do jego etapu rozwojowego, gotowości czy umiejętności. Od trwałości rodziny zależy bowiem jego istnienie, wartość, jego najbliższe otoczenie. Współzależnienie ma tu zatem charakter adaptacyjny. Dziecko parentyfikowane, funkcjonując w całkowitej emocjonalnej i instrumentalnej zależności od rodziny jako systemu, relacji z jej członkami, sytuacji, w której się znajdują, fazy rozwoju rodziny, jej historii i wartości (w znaczeniu rozmaitych przekazów, wzorców, tradycji), staje przed koniecznością przystosowania się do warunków, w których rodzinie przyszło funkcjonować.

### Odpowiedzialność

Dziecko w roli dorosłego w rodzinie, stając się częścią podsystemu rodzicielskiego, przejmuje niejako atrybuty roli rodzica: odpowiedzialność, troskę, wsparcie i opiekę (Chojnacka 2021). Podstawą mechanizmu parentyfikacji okazuje się być poczucie odpowiedzialności za członków rodziny. Staje się ono elementem łączącym dwa typy odwrócenia ról w rodzinie: instrumentalne oraz emocjonalne – zarówno w jednym, jak i w drugim przyjmuje na swoje barki określony zakres zadań. Analizując kategorię odpowiedzialności w relacji dziecka z rodzicami i innymi członkami rodziny, Małgorzata Kościelska wskazała na konkretne jej przejawy: obarczanie dziecka winą za kondycję psychiczną (frustrację, złe samopoczucie itp.) rodzica, przypisywanie dziecku odpowiedzialności za dobrostan i stabilność rodziny, powierzanie dziecku zadań opiekuńczych, postrzeganie dziecka jako partnera rodzica lub osoby go wspierającej (Kościelska 2011). Odpowiedzialność jest, po pierwsze, jednym z głównych motywów odwrócenia ról w rodzinie, po drugie – przejawem tego zjawiska, a po trzecie – także jedną z jego konsekwencji (tabela 1).

Tabela 1. Odpowiedzialność jako motyw, przejaw i konsekwencja parentyfikacji

Odpowiedzialność jako	Fragmenty wywiadów
motyw parentyfikacji	<p>Czułam się odpowiedzialna, ale też raz tata mi powiedział, że to przeze mnie pije, więc ja przez całe życie uważałam, że to jest moja wina kompletnie, bo on mi powiedział, że zaczął pić w momencie, kiedy ja się urodziłam, że zobaczył, że to dziewczynka, że to ja, no i zaczął pić. (...) Całe życie mi wmawiał, że to przeze mnie, więc ja byłam za to odpowiedzialna, uważałam się odpowiedzialna za to, że gdyby mnie nie było, to by ojciec nie pił i by mama miała spokój (W16, kobieta, lat 23).</p> <p>Znaczący, poczucie odpowiedzialności to miałem tak naprawdę od maleńkości, a najbardziej od momentu, kiedy musiałem stawać fizycznie w obronie mojej matki, będąc tak naprawdę jeszcze dzieckiem. Bo jak możesz nie czuć odpowiedzialności, kiedy dorosły facet ci mówi, że któregoś dnia możesz się nie obudzić, ty i twoja mamusia, a ty masz wtedy co najwyżej 10 lat i wiesz, że jak nie staniesz w obronie matki, to po prostu tej matki możesz nie mieć, zostaniesz sama wtedy (W13, mężczyzna, lat 24).</p>
symptom parentyfikacji	<p>To takie bardziej poczucie odpowiedzialności za jego nałóg czy coś, za taką sprawę naszą wspólną, rodzinną. Że to jest coś, co jest taką tajemnicą rodzinną i nigdzie to nie może wyjść, co gdzieś tam też mnie by skreśliło. Bo też wiedziałam, że rodzice moich znajomych różne rzeczy robią, bardziej to wiesz... A za mamę... poczucie odpowiedzialności za mamę... ona dla mnie, ona dla mnie właśnie była zawsze autorytetem, naprawdę takim... pamiętam, że jak opisywałam zawsze jakieś autorytety w podstawówce, to zawsze opisywałam ją (W7, kobieta, lat 29).</p> <p>Tak, ja się czułam bardzo odpowiedzialna, szczególnie z tym moim perfekcjonizmem i z tym poczuciem kontroli. No i z tym byciem dzieckiem-bohaterem. Dziecko-bohater ma chatę na głowie i ja się martwiłam o wszystkich po prostu. Ja się martwiłam o mamę, jak wróci z pracy, czy mój ojciec wróci taki czy siaki, ja już na zaś to rozkminiałam, jak to będzie, co będzie na obiad, czy będzie dobry ten obiad, czy on się przypieprzy czy się nie przypieprzy, jakie są zajęcia na ten dzień, czy trzeba posprzątać dzisiaj, czy nie trzeba posprzątać, jak mój brat sobie w szkole radzi, czy daje radę, czy nie daje rady, czy będzie znowu jazda, bo mój brat był taki „na łajcie” podchodził, trójkowy – przechodził, bo przechodził, ale on się tam nie spinał jakby z tą szkolą (W17, kobieta, lat 33).</p>
konsekwencja parentyfikacji	<p>No i też te relacje z bratem troszeczkę z tego tytułu zostały zniekształcone, ponieważ przejąłem rolę ojca, czyli stałem się odpowiedzialny za brata, wiadomo, pilnowałem, żeby się uczył i tak dalej, żeby też w złe towarzystwo nie popadał i przez to te nasze relacje takie zostały zniekształcone i rzeczywiście te relacje praktycznie trwały, uległy zmianie w wieku 40 lat, jak brat czterdziestkę osiągnął (W20, mężczyzna, lat 46).</p> <p>Dopiero właśnie później, jak mamy zabrakło, a tata już zupełnie był, że tak powiem, no, zależny od nas, ode mnie, no to wtedy odczułam, że trochę jest to życie niesprawiedliwe, że ja muszę poświęcać swoje sprawy, że ja powinnam siebie teraz rozwijać, nie wiem, dążyć do tego, żeby znaleźć dobrą pracę, skończyć studia, jak najlepiej zdać egzaminy i tak dalej, a muszę to wszystko zostawić, poświęcić, żeby pomóc tacie. Po prostu wiedziałam, że on utonie beze mnie, że sobie beze mnie nie poradzi, czyli takie piętno odpowiedzialności, ale to już było później, to się tak w liceum zaczęło, jak byłam na początku liceum, bo on wtedy właśnie zginął z domu. Miałam wtedy lat 15 i to od wtedy pamiętam, że mama zawsze rozkładała ręce i zostawiała to wszystko, że tak powiem, na moich barkach, nie? (W8, kobieta, lat 35).</p>

Źródło: Opracowanie własne.

Takie trójaspektowe ujęcie odpowiedzialności w doświadczeniu parentyfikacji ukazuje złożoność tego procesu opartego na sile relacji i zależności wewnątrzrodzinnych. Owa odpowiedzialność uwidacznia się w przyjmowanych przez dziecko rolach w rodzinie, normatywnie przypisanym dorosłym.

## Role

Doświadczenie parentyfikacji do proces, który w narracjach ukazujący jest w historii życia rozmówców: od okresu dzieciństwa, opisywanego zwykle jako bezproblemowe, jeszcze beztrudne (dzieciństwo właściwe), przez fazę przejściową związaną z kryzysem rodzinnym (chronicznym lub nagłym) i wynikające z tej sytuacji postawy rodziców oczekujących wsparcia od dzieci i zlecających im konkretne zadania emocjonalne i instrumentalne po realizowane i zinternalizowane role dziecka w rodzinie (Chojnacka 2021). W kontekście podejmowanych tu rozważań warto zwrócić uwagę na to, jak wiele wspólnego mają ze sobą role dziecka w rodzinie z problemem alkoholowym i role dziecka parentyfikowanego w rodzinie (tabela 2).

**Tabela 2.** Role dziecka w rodzinie z problemem alkoholowym a role dziecka parentyfikowanego

<b>Role dziecka w rodzinie z problemem alkoholowym</b>	<b>Cechy</b>	<b>Role dziecka parentyfikowanego w rodzinie</b>
wspólnik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rodzina, jej funkcjonalność i trwałość stawiane są na pierwszym miejscu</li> <li>• w sytuacji kryzysu dziecko mobilizuje się, by rodzinę wspierać</li> <li>• dziecko na dalszy plan odsuwa swoje potrzeby</li> <li>• dziecko staje się emocjonalnym i instrumentalnym oparciem rodziny</li> </ul>	opiekun
bohater rodzinny		wychowawca
koziół ofiarny		służący
zagubione dziecko/ maskotka		obrońca
		doradca
		decydent
		partner
		powiernik
		pośrednik
		winny
		organizator
		zarabiający

**Źródło:** Opracowanie własne na podstawie: Wegscheider-Cruse (2000).

Przedstawione w powyższej tabeli role stanowią swoiste odzwierciedlenie wspólnych cech, które pojawiają się zarówno w przypadku rodzin z problemem alkoholowym, jak i w przypadku parentyfikacji. W obu sytuacjach zestaw zadań i odpowiedzialności ukierunkowany jest na dobro systemu rodzinnego. Okoliczności, w których znalazła się rodzina narratorów, wymusiły na jej członkach, w tym przypadku dzieciach, podjęcie działania. W obu przypadkach były to działania intuicyjne, odzwierciedlające aktualną ocenę sytuacji rodziny oraz wykorzystujące dostępne dziecku zasoby. Wydawać by się mogło, że dziecko parentyfikowane to wyłącznie bohater rodziny. Okazuje się jednak, że zadania dorosłych przejmują także dzieci występujące w rolach maskotki, kozła ofiarnego, współnika czy zagubionego dziecka (kolumna 1 w tabeli 2). Każde z nich na swój sposób próbuje odciążyc podsystem rodziców, ulżyć ich cierpieniom i troską, wesprzeć, realizując zadania opiekuna, wychowawcy, służącego, obrońcy, doradcy, decydenta, partnera, powiernika, pośrednika, winnego, organizatora oraz zarabiającego (kolumna 3 w tabeli 2). Dawalo to im poczucie sprawstwa, wpływu na sytuację, ale jednocześnie skutkowało osamotnieniem i przeciążeniem odpowiedzialnością (Chojnacka 2020). Poniższe fragmenty wywiadów stanowią tego odzwierciedlenie.

*Natomiast wiedziałam, że nie mogę liczyć już na nikogo nie? Na niczyją pomoc. Więc tątą się musiałam zająć i do dzisiaj mam wyrzuty sumienia, że się niewystarczająco nim zajęłam, bo tata zmarł w tym roku w marcu (W8, kobieta, lat 35).*

*Wszystko praktycznie musiałam robić sama (W10, kobieta, lat 35).*

*Za jednego i za drugiego czulał się odpowiedzialna. Obarczali tak naprawdę mnie, miałam, musiałam się nimi praktycznie zajmować (W10, kobieta, lat 35).*

*Czulał, że mam wpływ na to, że mogę dać rozejm, że tu nie będzie awantur, że nikt się nie pobije, że wchodzę i zapanowuje ten spokój i cisza, bo nie wiem, nie wiem, czym to było spowodowane (W4, kobieta, lat 37).*

*I przez to, że on (brat – przyp. B.Ch.) tak angażował zainteresowanie rodziców, ja musiałam sobie radzić sama, zawsze słyszałam, że P. (imię narratorki – przyp. B.Ch.) sobie poradzi, da radę, jest dzielna. A ja chciałam być po prostu dzieckiem, które nie musi martwić się o to, czy brat dzisiaj wróci pijany do domu, nie musi podejmować decyzji za matkę czy wezwać tę policję, czy przytrzymać go, czy odciągnąć, czy w ogóle jeździć po wsi przez kilka godzin i go szukać, a potem błagać policję, żeby nie wystawiała mandatu, bo zostało nam 20 minut na dowiezienie go do ośrodka (W12, kobieta, lat 25).*



Wypowiedzi te pozwalają na uznanie procesu parentyfikacji za adaptacyjny mechanizm współzależnienia. Łącząc bowiem w sobie zależność dziecka od członków rodziny i funkcjonalności całego systemu, odpowiedzialność za rodzinę oraz przyjmowanie konkretnych ról, powyższe sytuacje wymuszały na parentyfikowanym konieczność przystosowania się, chronienia najbliższych przed konsekwencjami doświadczanych problemów. Z jednej strony mówimy tu o zależności dziecka od rodziny, która uruchamia takie a nie inne mechanizmy, z drugiej zaś – o uzależnieniu rodziców/rodziny od podejmowanych przez parentyfikowanego działań. Silne więzi rodzinne, potrzeby bliskości, bezpieczeństwa umacniają zależnościowy układ rodzinny. W sytuacjach kryzysowych problemowych, niewydolności rodzicielskiej sprawia to, że jest to w istocie dysfunkcyjne przystosowanie członków rodziny, zwłaszcza dziecka parentyfikowanego.

*Czułam się za niego odpowiedzialna, za to, co robi, i w pewnym momencie też sobie sama zdałam sprawę z tego, że ja byłam też w jakiś sposób współuzależniona od niego, zaczęłam się robić, od tego jego nałogu bardzo, bo go tłumaczyłam wiesz, próbowałam go jakoś ratować, wiesz, dla mnie to było ratowanie jego. Ale to w głowie, to było w głowie, to nie był ratunek tylko to jest pograżanie (W7, kobieta, lat 29).*

## Konsekwencje zależnościowego układu relacji rodzinnych

Dzieciństwo i okres adolescencji przeżywane w poczuciu odpowiedzialności za bliskich przestają być beztrudne. Stają się źródłem indywidualnych trudności i konsekwencji dostrzeganych w bliższej lub dalszej perspektywie czasowej. Mimo że w badaniach nad doświadczeniem parentyfikacji wskazuje się na pozytywne aspekty odwrócenia ról w rodzinie, tutaj jednak szczególny akcent pada na te destrukcyjne, czyli niekorzystne oddziaływanie sytuacji rodzinnej na dziecko oraz jego późniejsze dorosłe życie. Dziecko przejmujące rolę rodzica nie jest zwykle gotowe do tego, by być odpowiedzialne za innych. Okazuje się jednak, że od tego, czy tę rolę podejmie, mimo poczucia niesprawiedliwości i nieadekwatności, zależy wiele. Brak odpowiedzi rodzica na jego (dziecka) potrzeby emocjonalne skutkuje tym, że ono samo zaczyna się zajmować wszystkimi wokół i samym sobą. Wielość i różnorodność podejmowanych zadań sprawia, że brakuje mu czasu na naukę, zabawę i kontakty z rówieśnikami. Dostrzec

można poczucie osamotnienia i izolacji. Troska o rodzinę i jej byt mogą się przyczyniać do ukształtowania postawy określanej jako destrukcyjne poczucie odpowiedzialności, która oznacza rezygnację przez dziecko w roli rodzica z własnych marzeń, planów i szans rozwoju na rzecz wspierania i towarzyszenia bliskim w ich problemach (Chojnacka 2018b). Oznacza to nie tylko relację zależności, lecz wręcz zniewolenia. Osoba parentyfikowana zostaje niejako uwięziona w rodzinnych problemach, tkwiąc w przekonaniu, że bez niej bliscy sobie nie poradzą, a ona bez nich (Chojnacka 2021).

Osoby dorosłe, które doświadczyły parentyfikacji w dzieciństwie, podobnie jak Dorosłe Dzieci Alkoholików (DDA), przejawiają tendencję do przyjmowania postaw ukształtowanych przez dom rodzinny, opartych na mechanizmach współzależnienia. Należą do nich: wysoka wrażliwość na potrzeby i emocje innych oraz koncentracja na ich dobrostanie, lokowanie własnej satysfakcji w osiągnięciu szczęścia przez innych (Ackerman 2020; Flis 2022), często wręcz kompulsywna potrzeba opiekowania się innymi i posiadania kontroli, brak umiejętności odmawiania – podatność na wykorzystanie (Chojnacka 2021), skłonność do budowania skomplikowanych relacji partnerskich lub związków z osobami dysfunkcyjnymi (Ackerman 2020). Wskazane konsekwencje stanowią swoiste echa doświadczeń rodzinnych w życiu osoby parentyfikowanej, wybrzmiewające zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości.

## Podsumowanie

System rodzinny jest z zasady układem naczyń połączonych, opartym na sprzężonych relacjach elementów zależnych od siebie nawzajem. Jego głównym zadaniem jest trwałość i funkcjonalność, co oznacza, że będzie uruchamiał wszelkie swoje potencjały, by utrzymać ów stan względnej homeostazy (Kim, Rose 2014). Na tym gruncie można odnaleźć przestrzeń do kształtowania się i rozwoju adaptacyjnych i jednocześnie dysfunkcyjnych relacji zależności i współzależnienia. Jak można wnioskować na podstawie poczynionych tu ustaleń, na takich właśnie mechanizmach opiera się odwrócenie ról w rodzinie (parentyfikacja), a osoby, które można określić mianem „parentyfikowanych” w dzieciństwie, przejawiają główne symptomy współzależnienia: bycie zależnym od bliskich i poczucie, że bliscy są od nich

zależni, odpowiedzialność za system rodzinny oraz podejmowanie istotnych ról, w tym ról opiekuńczych. Pełnią one funkcję adaptacyjną, gdyż pozwalają systemowi rodzinnemu przetrwać. Jednakże jest to adaptacja dysfunkcyjna czy wręcz destrukcyjna, gdyż – jak wykazano – prowadzi do wielu negatywnych konsekwencji doświadczanych przez parentyfikowane osoby zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości.

Biorąc pod uwagę powyższe wnioski, należy wysunąć postulat poszerzenia perspektywy rozpoznawania i analizowania doświadczeń zależnościowych w rodzinie. Okazuje się, że sprowadzanie ich wyłącznie do problemu uzależnienia może prowadzić do przeoczenia istotnych symptomów, ważnych w pracy pedagogicznej i terapeutycznej z rodziną, bądź też do ograniczenia zakresu projektowanych działań profilaktycznych.

## Bibliografia

- Ackerman R.J. (2020). *Wyrosnąć z DDA. Wsparcie dla dorosłych córek alkoholików*, przeł. D. Rossowski, Łódź: Wydawnictwo Feeria.
- Beattie M. (2003). *Koniec współuzależnienia. Jak przestać kontrolować życie innych i zacząć troszczyć się o siebie*, przeł. A. Jankowski, Poznań: Media Rodzina.
- Beattie M. (2011). *Współuzależnienie. Przewodnik dla nowego pokolenia*, przeł. Z. Bosacka, Poznań: Media Rodzina.
- Böszörményi-Nagy I., Spark G. (1973), *Invisible Loyalties: Reciprocity in Intergenerational Family Therapy*, Hagerstown, MD: Harper & Row.
- Cermak T. (1991). *Co-Addiction as a Disease*, „Psychiatric Annals”, t. 21, nr 5, s. 266–272.
- Chase N.D. (1999). *Parentification: An Overview of Theory, Research, and Societal Issues*, [w:] N.D. Chase (red.), *Burdened Children*, New York: The Guilford Press, s. 3–34.
- Chojnacka B. (2018a). *Destrukcyjne odwrócenie ról w rodzinie jako forma przemocy utajonej*, [w:] E. Borys, J. Frankowiak, L. Willan-Horla (red.), *W poszukiwaniu sposobów przeciwdziałania przemocy domowej*, Olsztyn: Centrum Badań Społecznych UWM, s. 125–134.
- Chojnacka B. (2018b). *Destructive Sense of Responsibility in Individuals With Experience of Parentification: A Biographical Perspective*, [w:] D. Keller, K. O’Neil, H. Nicolaisen, D. Schungurensky, J. Villaseñor (red.), *Social Pedagogy and Social Education: Bridging Traditions and Innovations*, Phoenix, AZ: Social Pedagogy Association, s. 33–39.
- Chojnacka B. (2020). *The Loneliness and Isolation of the Parentified Child in the Family*, „Paedagogia Christiana”, t. 45, nr 1, s. 83–99.

- Chojnacka B. (2021). *Doświadczenie parentyfikacji. Perspektywa biograficzna*, Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Chojnacka B. (2022). *Przekraczanie granic subsystemowych w rodzinie – analiza doświadczeń młodych opiekunów (young carers) w kontekście praw dziecka*, „Paedagogia Christiana”, t. 50, nr 2, s. 143–163.
- Cierpiałkowska L. (2000). *Alkoholizm. Przyczyny – leczenie – profilaktyka*, Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Cierpiałkowska L., Ziarko M. (2010). *Psychologia uzależnień – alkoholizm*, Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Ciosek M. (2011). *Sekretny świat rodziny z problemem alkoholowym*, „Studia Gdańskie. Wzjęcie i rzeczywistość”, t. 8, s. 270–282.
- Di Caccavo A. (2006). *Working With Parentification: Implications for Clients and Counselling Psychologists*, „Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice”, t. 79, nr 3, s. 469–478.
- Earley L., Cushway D. (2002). *Parentified Child*, „Clinical Child Psychology and Psychiatry”, t. 7, nr 2, s. 163–178.
- Flis J. (2022). *Współuzależnieni. Jak zatroszczyć się o siebie i budować zdrowe relacje z osobami uzależnionymi*, Kraków: Znak.
- Gaśior K. (2012). *Funkcjonowanie noo-psychospołeczne i problemy psychiczne Dorosłych Dzieci Alkoholików*, Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Hooper L. (2007). *Expanding the Discussion Regarding Parentification and Its Varied Outcomes: Implications for Mental Health Research and Practice*, „Journal of Mental Health Counseling”, t. 29, nr 4, s. 322–337.
- Hooper L. (2008a). *Defining and Understanding Parentification: Implications for All Counselors*, „The Alabama Counselling Association Journal”, t. 34, nr 1, s. 34–43.
- Hooper L. (2008b). *The Application of Attachment Theory and Family Systems Theory to the Phenomena of Parentification*, „The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families”, t. 15, nr 3, s. 217–233.
- Jurkovic G.J. (1997). *Lost Childhoods: The Plight of the Parentified Child*, New York: Routledge.
- Jurkovic G.J., Morrell R., Thirkield A. (1999). *Assessing Childhood Parentification: Guidelines for Researchers and Clinicians*, [w:] N. Chase (red.), *Burdened Children: Theory, Research, and Treatment of Parentification*, New York: The Guilford Press, s. 92–113.
- Kim H., Rose K.M. (2014). *Concept Analysis of Family Homeostasis*, „Journal of Advanced Nursing”, t. 70, nr 11, s. 2450–2468.
- Kościelska M. (2011). *Odpowiedzialni rodzice. Z doświadczeń psychologa*, Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Krawczyk-Bocian A. (2013). *Doświadczenie zdarzeń krytycznych. Narracje biograficzne dorosłych dzieci alkoholików*, Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Maslow A. (2006). *Motywacja i osobowość*, przeł. J. Radzicki, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Mellibruda J., Szczepańska H. (1989). *Psychologiczne problemy żon alkoholików. Sprawozdanie z II fazy badań*, Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii Zdrowia PTP.
- Mellibruda J., Sobolewska Z. (1997). *Koncepcja i terapia współuzależnienia*, „Alkoholizm i Narkomania”, t. 10, nr 3, s. 421–430.
- Minuchin S. (1974). *Families and Family Therapy*, Cambridge, MA–London: Harvard University Press; Tavistock.
- Minuchin S., Montalvo B., Guerney B., Schumer F. (1967). *Families of the Slums*, New York: Basic Books.
- Robinson B.E., Rhoden J.L. (2003). *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*, przeł. M. Szymankiewicz i in., Warszawa: Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
- Ryś M. (2008). *Rodzinne uwarunkowania psychospołecznego funkcjonowania Dorosłych Dzieci Alkoholików*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sang J., Cederbaum J.A., Hurlburt M.S. (2013). *Parentification, Substance Use, and Sex Among Adolescent Daughters from Ethnic Minority Families: The Moderating Role of Monitoring*, „Family Process”, t. 53, nr 2, s. 252–266.
- Schier K. (2015). *Doroście dzieci. Psychologiczna problematyka odwrócenia ról w rodzinie*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Schütze F. (1983). *Biographieforschung und narratives Interview*, „Neue Praxis”, t. 13, nr 3, s. 283–293.
- Sobolewska-Bala Z. (1996). *W poszukiwaniu koncepcji współuzależnienia*, „Świat Problemów”, nr 1–2(36–37), s. 6–7.
- Stanger L. (2020). *Uzależnienie w rodzinie. Wsparcie dla bliskich – rozpoznanie problemu, emocje, zdrowienie*, przeł. P. Kielan, Poznań: Wydawnictwo Publicat.
- Szczulkiewicz P. (2019). *Zjawisko współuzależnienia jako dysfunkcjonalne przystosowanie do związku z osobą uzależnioną*, [w:] P. Landwójtowicz (red.), *Rodzina z problemem uzależnienia. Stare i nowe spojrzenie*, Opole: Wydawnictwo VIP4U, s. 67–75.
- Sztander W. (2006). *Dzieci w rodzinie z problemem alkoholowym*, Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Sztander W. (2011). *Rodzina z problemem alkoholowym*, Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Wegscheider-Cruse S. (2000). *Norwa szansa. Nadzieja dla rodziny alkoholowej*, przeł. M. Ślósarska, Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Woronowicz B.T. (2001). *Bez tajemnic. O uzależnieniach i ich leczeniu*, Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Żałuska M., Kossowska-Lubowicka A. (2009). *Współuzależnienie i zespół stresu pourazowego w rodzinie alkoholowej*, „Studia nad Rodziną”, t. 13, nr 1–2(24–25), s. 311–322.



## ADRES DO KORESPONDENCJI:

Dr Barbara Chojnacka  
Uniwersytet Szczeciński  
Instytut Pedagogiki  
e-mail: [barbara.chojnacka@usz.edu.pl](mailto:barbara.chojnacka@usz.edu.pl)