

DOI: <https://dx.doi.org/10.21784/2021.009>

MARTA WITKOWSKA

Państwowa Uczelnia Zawodowa we Włocławku

## **Powielanie nałogu – trudności w funkcjonowaniu dorosłych dzieci alkoholików**

**Duplication the addiction – difficulties in the functioning of adult  
children of alcoholics**

**Streszczenie:**

W artykule uwypatnione zostały najczęściej wzmiankowane w literaturze przedmiotu trudności jakich doświadczają dorosłe dzieci alkoholików w różnych sferach funkcjonowania na etapie dorosłości. Osobom pochodzącym z rodzin alkoholowych przypisuje się szczególną podatność na uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Wobec przyjętych faktów postawiony problem badawczy skupia się na doświadczeniach respondentów dotyczących obecności alkoholu w ich dorosłym życiu.

**Słowa kluczowe:** alkohol, alkoholizm, rodzina alkoholowa, dorosłe dzieci alkoholików

**Abstract:**

The article highlights the difficulties most frequently mentioned in the literature on the subject that adult children of alcoholics experience in various spheres of functioning at the stage of adulthood. People from alcoholic families are considered to be particularly susceptible to addiction to psychoactive substances. In view of the accepted facts, the presented research problem focuses on the respondents' experiences regarding the presence of alcohol in their adult life.

**Key words:** alcohol, alcoholism, alcoholic family, adult children of alcoholics

## 1. Wprowadzenie

Rodzina jest dla człowieka pierwszym i naturalnym środowiskiem narodzin, egzystencji oraz wszechstronnego rozwoju. I choć wydaje się, że niemal w każdej z funkcjonujących wspólnot mają miejsca elementy wadliwych sytuacji oraz postaw i zachowań jej członków, to w sytuacji, gdy rodzina nie podejmuje zadań, które z natury podejmować powinna, może stać się dla wychowanka zagrożeniem<sup>1</sup>.

W przypadku, w którym wspólnota nie spełnia swoich podstawowych funkcji, główne potrzeby nie są zaspokajane, działania opiekuńczo-wychowawcze i socjalizacyjne ulegają ograniczeniu oraz sytuacje pozbawione więzi emocjonalnej nasilają się, mówi się o rodzinie dysfunkcyjnej<sup>2</sup>. Szczególnie częstym i wyniszczającym spośród różnorodnych dysfunkcji współczesnych rodzin jest alkoholizm, o którym mowa w momencie, gdy co najmniej jeden członek wspólnoty pije w sposób nadmierny, destrukcyjny lub niekontrolowany. Struktura rodziny alkoholowej, zwanej także zablokowaną lub patologiczną, przede wszystkim pomija zaspokajanie indywidualnych potrzeb jej członków. Najważniejszym problemem i celem bliskich alkoholika jest poszukiwanie sposobów na zaprzestanie lub zredukowanie picia osoby uzależnionej oraz jak mimo tego zaadaptować się do obecnej sytuacji, utrzymując stały stan rzeczy<sup>3</sup>.

Głębokie uwikłanie bliskich osoby uzależnionej w chorobę alkoholową świadczy o występowaniu pewnego zjawiska, nazwanego przez specjalistów współuzależnieniem. Jego schemat polega na rozwijaniu dysfunkcyjnego systemu podtrzymującego uzależnienie alkoholowe, dzięki nie zawsze uświadomionym zachowaniom i postawom bliskich osoby uzależnionej od substancji<sup>4</sup>. W tym wypadku najbardziej obciąż-

---

<sup>1</sup> A. Pryba, *Rodzina podstawową instytucją i wspólnotą życia społecznego?*, „Teologia i moralność”, 2012, nr 1 (11), s. 10.

<sup>2</sup> H. Cudak, *Dysfunkcje rodziny i jej zagrożenia opiekuńczo-wychowawcze*, „Pedagogika Rodziny”, 2011, nr 1/2, s. 7-8.

<sup>3</sup> A. Dodziuk van Kooten, E. Spaczyńska, *Rodzina alkoholowa. Jak lepiej ją rozumieć? Tajniki pracy socjalnej. Część 1*, Difin SA, Warszawa 2020, s. 17.

<sup>4</sup> W. Ławska, G. Dębska, H. Kadučáková, *Dzieci w rodzinie alkoholowej*, [w]: G. Dębska, A. Goździalska, J. Jaśkiewicz (red.), *Rodzina w zdrowiu i w chorobie: uwarunkowania środowiskowe zdrowia*, Oficyna Wydawnicza AFM, Kraków 2012, s. 52.

zione alkoholizmem (poza samą osobą uzależnioną) są w pewnym sensie dzielące chorobę alkoholową osoby najbliższe, pozostające w związkach rodzinnych i partnerskich z alkoholikiem. Wszystko to powoduje m.in. uznanie alkoholizmu jako chorobę całej rodziny. Wynika z tego, że symptomy współuzależnienia nie ograniczają się jedynie do funkcjonowania partnerek mężczyzn uzależnionych od alkoholu, o czym przekonywano do pewnego czasu. Obecnie skutki destrukcyjnego picia bliskiego członka rodziny dotyczą również pozostałych członków, w tym przede wszystkim wychowujących się we wspólnocie dzieci<sup>5</sup>.

Dzięki coraz większej liczbie przeprowadzonych badań empirycznych dotyczących sytuacji wychowanków z rodzin alkoholowych, odkryta została grupa społeczna, którą reprezentują dorosłe dzieci alkoholików. Nadały one rodzinie alkoholowej i pojęciu współuzależnienia nowy wymiar i zmieniły jego dotychczasową treść<sup>6</sup>.

Dorosłe dzieci alkoholików doświadczają ciężaru negatywnych wspomnień związanych z przeżywaniami w okresie ich dzieciństwa traumatyzujących przeżyć, nieustannego lęku, samotności i zagubienia<sup>7</sup>. Jako osoby dorosłe wciąż odczuwają negatywne skutki panującego w domu rodzinnym alkoholizmu. Krzywdy wyrządzone w przeszłości ujawniają się w funkcjonowaniu na etapie ich dorosłego życia, przyjmując formę wielu trudności i zaburzeń adaptacyjnych czy przystosowawczych<sup>8</sup>.

Dorosłe dzieci alkoholików są także szczególnie podatne na wczesną inicjację alkoholową, uzależnienia od substancji psychoaktywnych oraz powielanie nałogu swoich rodziców. W związku z powyższym na

<sup>5</sup> D. A. Dolata, *Dorosłość osób wychowanych w rodzinie alkoholowej. Wsparcie społeczne oczekiwane i otrzymywane*, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2019, s. 27-28, 64.

<sup>6</sup> T. Hellsten, *Wsparcie dla dorosłych dzieci alkoholików*, Wydanie II, Wyd. Feeria, Łódź 2018, s. 65.

<sup>7</sup> G. Konieczny, R. Rasińska, *Psychospołeczne aspekty funkcjonowania dziecka w rodzinie alkoholowej oraz możliwości terapii odwykowej osób uzależnionych*, "Pielęgniarstwo Polskie", 2016, nr 1 (59), s. 99.

<sup>8</sup> A. Dodziuk van Kooten, E. Spaczyńska, *Rodzina alkoholowa. Jak lepiej ją rozumieć? Tajniki pracy socjalnej. Część 1*, Difin SA, Warszawa 2020, s. 88.

podstawie napisanej pracy dyplomowej<sup>9</sup> i przeprowadzonego procesu badawczego, na użytek niniejszego artykułu zdecydowano o wyborze szczegółowego wątku, który dotyczyć będzie stosunku dorosłych dzieci alkoholików do spożywania substancji alkoholowych oraz doświadczeń związanych z obecnością alkoholu w ich dorosłym życiu.

## **2. Syndrom Dorosłych Dzieci Alkoholików – najczęściej wzmiankowane w literaturze przedmiotu trudności w sferach funkcjonowania na etapie dorosłości**

Zanim przedstawione zostaną najczęściej wzmiankowane w literaturze przedmiotu trudności w funkcjonowaniu dorosłych dzieci alkoholików, należy zacząć od wyjaśnienia podstawowych pojęć związanych z syndromem dotyczącym osób, których przynajmniej jednego z rodziców dotknął problem alkoholowy.

Termin syndrom Dorosłych Dzieci Alkoholików<sup>10</sup>, w skrócie zwany syndromem DDA<sup>11</sup>, dotyczy osób dorosłych wychowywanych w rodzinach dysfunkcyjnych, w których centralnym problemem był alkoholizm rodzica bądź obojga z nich. Dorastanie w rodzinie alkoholowej zmusza dziecko do przedwczesnego dojrzewania i szybkiego rozwoju o charakterze emocjonalnym, natomiast to faktycznie dorosłe życie przynosi dorosłym dzieciom alkoholików poczucie wewnętrznego dziecka. Paradoksalnie osoby, które w dzieciństwie walczyły o przetrwanie w niecodziennych warunkach, obecnie nie potrafią poradzić sobie w wielu sytuacjach życia codziennego<sup>12</sup>.

---

<sup>9</sup> M. Witkowska, *Trudności w funkcjonowaniu dorosłych dzieci alkoholików – powielanie nałogu i uczestnictwo w terapii DDA*, niepublikowana praca licencjacka napisana pod kierunkiem dr. P. Krzywickiego, Włocławek 2021.

<sup>10</sup> Ze względu na różne formy zapisów w niniejszym artykule zdecydowano się przedstawić termin dorosłe dzieci alkoholików jako syndrom dużymi literami (syndrom Dorosłych Dzieci Alkoholików). Z kolei w pozostałych przypadkach będzie on pisany małymi literami (dorosłe dzieci alkoholików).

<sup>11</sup> W niniejszej pracy zdecydowano się przedstawić skrót syndromu Dorosłych Dzieci Alkoholików dużymi literami (syndrom DDA). W dalszej części pracy sformułowanie to również będzie używane w formie takiego zapisu (DDA).

<sup>12</sup> B. Kałdon, *Wybrane aspekty funkcjonowania DDA w życiu społecznym*, „Seminare. Poszukiwania naukowe”, 2015, nr 3, s. 96.

Z. Sobolewska-Mellibruda w zaprezentowanej definicji określającej syndrom DDA stwierdza, iż jest to wynikający z destrukcyjnych schematów ukształtowanych w dzieciństwie zespół objawów i zaburzeń, który utrudnia przystosowanie się do obecnych warunków. Odczuwanie i interpretacja wszystkich sytuacji są podyktowane przez traumatyczne przeżycia związane z rodziną alkoholową. Dorosłe dzieci alkoholików nie są świadome destrukcyjnych mechanizmów, które mają znaczący wpływ na postrzeganie samego siebie, własnych potrzeb oraz stosunek do innych osób. Schematy te przyczyniają się do wielu trudności w wielu aspektach życia codziennego oraz w relacjach międzyludzkich, szczególnie tych bliskich<sup>13</sup>.

Podsumowując to zagadnienie, syndrom Dorosłych Dzieci Alkoholików w dużym skrócie można określić jako zespół cech, a w jego ramach sposoby zachowań, nabyte w trakcie specyficznego procesu rozwoju, jako strategię umożliwiającą emocjonalne i społeczne przetrwanie<sup>14</sup>. Wykształcone w okresie dzieciństwa mechanizmy były niezbędne do przetrwania w niesprzyjających warunkach, natomiast w dorosłym życiu stały się sposobem naturalnego funkcjonowania. Obecnie przysparzają one dorosłym dzieciom alkoholików wielu trudności w podejmowaniu i realizowaniu zadań rozwojowych, charakteryzujących okres dorosłości. Pojęcie terminu DDA sugeruje również, że dorosłe dzieci alkoholików są jednocześnie osobami dorosłymi i dziećmi, które nie przeszły prawidłowo etapu rozwoju, przez co ich funkcjonowanie w życiu dorosłym naznaczone jest cechami świadczącymi o niedojrzałości emocjonalno-społecznej<sup>15</sup>.

---

<sup>13</sup> Z. Sobolewska-Mellibruda, *Psychoterapia dorosłych dzieci alkoholików. Strategie, procedury i opisy przypadków pracy psychoterapeutycznej*, Wyd. Zielone Drzewo. Instytut Psychologii Zdrowia PTP, Warszawa 2011, s. 11.

<sup>14</sup> J. Dembna, A. M. Seweryńska, A. Środa, *DDA balast czy napęd?*, „Świat Problemów”, 2018, nr 7, s. 3.

<sup>15</sup> L. Bobkowicz-Lewartowska, *Związki partnerskie dorosłych dzieci alkoholików*, „Przeгляд Naukowo-Metodyczny. Edukacja dla Bezpieczeństwa” 2013, nr 3, s. 115-128.

## **2.1. Funkcjonowanie psychospołeczne – osobowość dorosłych dzieci alkoholików**

Najdłuższym procesem rozwoju psychicznego i fizycznego w życiu człowieka jest okres dorosłości. Satysfakcjonująca realizacja istotnych zadań rozwojowych, m.in. takich jak wyprowadzka z domu rodzinnego, przyswajanie i uczenie się nowych ról społecznych, tworzenie związków intymnych i zakładanie własnej rodziny zależą będzie od osobowości oraz nagromadzonego bagażu doświadczeń, które posiada osoba wchodząca w dorosłe życie<sup>16</sup>.

Termin osobowość człowieka jest trudny do jednoznacznego zdefiniowania, jednak najogólniej można przyjąć, że jest to wewnętrzny zespół cech i mechanizmów, które są ze sobą wzajemnie powiązane oraz względnie trwałe. Wywierają one istotny wpływ na interakcję jednostki oraz przystosowanie do życia w różnych środowiskach, w tym fizycznym, społecznym czy intrapsychoicznym. Ogromne znaczenie dla kształtowania się osobowości mają najbliższe relacje rodzinne na etapie wczesnego dzieciństwa oraz adolescencji. Zatem doświadczenia dzieci związane z tym okresem niewątpliwie mają decydujący wpływ na wiele aspektów funkcjonowania w ich dorosłym życiu<sup>17</sup>.

Biorąc pod uwagę dysfunkcyjny charakter rodziny alkoholowej, dzieci alkoholików są grupą osób o zwiększonym ryzyku pojawienia się trudności przystosowawczych związanych z realizacją zadań rozwojowych w okresie dorosłości<sup>18</sup>. Jedną z przeszkód jest przyjmowanie przez nich tak zwanych "fałszywych osobowości", które są efektem nieświadomej reakcji i postawy obronnej wobec zagrożeń i niesprzyjającej sytuacji rodzinnej. Charakteryzując się danym typem "fałszywej osobowości" odgrywają poszczególne role psychologiczne, definiowane jako utrwalone, adaptacyjne i analogiczne mechanizmy. Dorosłe dzieci alko-

---

<sup>16</sup> D. A. Dolata, *Biografie dorosłych dzieci alkoholików (DDA). Wsparcie społeczne oczekiwane i otrzymywane. Studium Psychopedagogiczne*, Wydział Studiów Edukacyjnych UAM, Poznań 2019, s. 225.

<sup>17</sup> D. A. Dolata, *Dorosłość osób wychowanych w rodzinie alkoholowej...*, s. 133-134.

<sup>18</sup> D. A. Dolata, *Biografie dorosłych dzieci alkoholików (DDA)...*, s. 227.

holików w swojej obecnej rzeczywistości wciąż wplątane są w określone schematy i stereotypy, a specyfika poszczególnych ról podejmowanych jako dziecko wiąże się ze strukturą potrzeb osoby już dojrzałej<sup>19</sup>.

Osobowość dorosłych dzieci alkoholików cechuje również zaniżona samoocena wiążąca się z brakiem pewności siebie. Większość z nich doświadcza poczucia odmienności, bezwartościowości, nieatrakcyjności, czemu towarzyszy jednocześnie obawa przed zdemaskowaniem. Dorosłym dzieciom alkoholików towarzyszy wstyd za samego siebie oraz upokarzające przekonanie, że nie zasługują na lepsze traktowanie. Wszystkie te doświadczenia związane bezpośrednio z wychowywaniem się w rodzinie z problemem alkoholowym, nieustanne przeżywanie trudnych sytuacji, poniżenie oraz odrzucenie prowadzą do ukształtowania się ich niskiego poczucia własnej wartości<sup>20</sup>.

Zamykając ten wątek można stwierdzić, że na ukształtowanie określonej osobowości dorosłego dziecka alkoholików wpływa głównie proces socjalizacji. Dlatego też wielu badaczy uważa, że oddziaływania środowiska wychowawczego na etapie wczesnego dzieciństwa mają ogromne znaczenie. Wychowywanie się w systemie rodziny alkoholowej i obserwowanie zaburzonych wzorców nie przystosowuje dziecka do życia w społeczności, nie ułatwia porozumiewania się oraz rozumienia poszczególnych zachowań. Nie uczy w jaki sposób postępować, aby rozwijać się i osiągać cele życiowe. Doświadczenia, schematy poznawcze i dokonania we wszystkich sferach intensywnie rozwijającej się osobowości młodego człowieka są wyznacznikiem funkcjonowania osobowości już dojrzałej<sup>21</sup>.

---

<sup>19</sup> D. A. Dolata, *Dorosłość osób wychowanych w rodzinie alkoholowej...*, s. 134, 140-141.

<sup>20</sup> Ibidem, s. 141-142.

<sup>21</sup> A. Dąbrowska, *Dorośle dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, czyli kilka słów o funkcjonowaniu oraz konsekwencjach życia w nieprawidłowym środowisku wychowawczym*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, 2018, nr 3, s. 11.

## **2.2. Trudności w funkcjonowaniu dorosłych dzieci alkoholików w związkach interpersonalnych**

Dziecko swoje pierwsze więzi nawiązuje z rodzicami, obserwuje wzorce zachowań, rozwija się emocjonalnie i buduje poczucie własnej wartości. Bardzo istotnym aspektem jest więc relacja wspólna rodziców. Funkcjonowanie ich związku jest wyjątkowo ważne, przede wszystkim dla budowania i utrzymywania relacji interpersonalnych w okresie dorosłości. W rodzinie alkoholowej, źródłem której jest chroniczny stan zagrożenia, relacje te budzą u dziecka wiele obaw oraz lęk przed porzuceniem<sup>22</sup>.

Budowanie zażytych i głębokich związków partnerskich jest jednym z charakterystycznych i głównych zadań rozwojowych okresu dorosłości, co związane jest z doznawaniem bliskości i intymności. Dorosłe dzieci alkoholików, wychowując się w poczuciu lęku przed opuszczeniem lub odrzuceniem, zwykle nie mają możliwości nauczyć się, czym jest trwały i stabilny związek z drugim człowiekiem. Lęk przed porzuceniem czy też konfliktem jest jedną z charakterystycznych ich cech, tworzących zahamowania i blokady w sferze emocjonalnej. Istotnym elementem w przypadku bliskich relacji interpersonalnych jest deficyt bliskości i intymności wyniesiony z dzieciństwa, który wpływa na seksualność w aspekcie psychicznym oraz fizycznym. Dorosłe dzieci alkoholików nieustannie odczuwają wysoki poziom nieatrakcyjności, gdyż intymność wymaga od człowieka samoakceptacji oraz umiejętności wyrażania swoich uczuć i potrzeb, z czym dorosłe dzieci alkoholików sobie nie radzą<sup>23</sup>.

Obejmując aspekt tworzenia związków bliskich i seksualnych należałoby wspomnieć o wchodzeniu w związek małżeński, zakładaniu rodziny oraz wychowywaniu wspólnego potomstwa. Jak wspomniano

---

<sup>22</sup> M. Jankowska, A. Sadowska, *Kompetencje społeczne i inteligencja emocjonalna u Dorosłych Dzieci Alkoholików*, „Kwartalnik Naukowy Towarzystwa Uniwersyteckiego Fides Et Ratio”, 2011, nr 4 (8), s. 140.

<sup>23</sup> T. Wardzyńska, *Postawy wobec seksualności i zachowań seksualnych u DDA*, „Świat Problemów”, 2019, nr 9, s. 15.



wcześniej, styl przywiązania jaki dorosłe dziecko alkoholików nawiązało w dzieciństwie ze swoimi rodzicami w głównej mierze wpływa na jakość związków bliskich i intymnych w okresie jego dorosłości<sup>24</sup>. Najbliżsi opiekunowie stanowią pierwotny autorytet ról płciowych dla swojego dziecka, w związku z tym powstała między rodzicem a dzieckiem więź uczuciowa będzie wzorem do tworzenia w jego dorosłości związku z osobą najbardziej znacząca w tej kwestii, czyli partnerem<sup>25</sup>. Jeśli styl ten był niezdrowy zaistnieć może szansa, że partner, z którym najprawdopodobniej nieświadomie się zwiąże, będzie przypominać figurę przywiązania z okresu dzieciństwa<sup>26</sup>. Wobec tego dorosłe dzieci alkoholików będące współuzależnione od dzieciństwa mają skłonności do wikłania się w patologiczne związki, m.in. kobiety mogą stać się żonami alkoholików<sup>27</sup>.

Związki małżeńskie osób pochodzących z rodzin zmagających się z problemem alkoholowym są zwykle niestabilne, a posiadanie własnych dzieci naznaczone jest obawą przed niewystarczająco dobrym wywiązaniem się z roli rodzica. Dorosłe dzieci alkoholików często zwlekają bądź całkowicie nie decydują się na posiadanie własnego potomstwa ze względu na towarzyszącą im ciągłą obawę o odzwierciedlenie losu któregoś z rodziców i skrzywdzenie własnego dziecka<sup>28</sup>. Z bagażem doświadczeń, jakie posiadają dorosłe dzieci alkoholików, trudno jest im zbudować bliski związek oraz własną i szczęśliwą rodzinę opartą na zaufaniu, szacunku i miłości. Gdy wchodzą w więź emocjonalną oraz sami stają się rodzicami wiele wspomnień, uczuć i lęków z okresu dzieciństwa ponownie daje o sobie znać<sup>29</sup>.

<sup>24</sup> D. A. Dolata, *Biografie dorosłych dzieci alkoholików (DDA)...*, s. 224-225.

<sup>25</sup> D. A. Dolata, *Dorosłość osób wychowanych w rodzinie alkoholowej...*, s. 150-151.

<sup>26</sup> D. A. Dolata, *Biografie dorosłych dzieci alkoholików (DDA)...*, s. 224-225.

<sup>27</sup> A. Dodziuk van Kooten, E. Spaczyńska, *Rodzina alkoholowa. Jak lepiej ją rozumieć? Tajniki pracy socjalnej. Część 1*, Difin SA, Warszawa 2020, s. 73.

<sup>28</sup> D. A. Dolata, *Dorosłość osób wychowanych w rodzinie alkoholowej...*, s. 160.

<sup>29</sup> M. Figurska, *Pokarani za winy rodziców...*, "Charaktery", 2013, nr 3, s. 57.

### 2.3. Trudności w funkcjonowaniu zawodowym dorosłych dzieci alkoholików

Charakterystycznym i niebywale istotnym zadaniem rozwojowym w okresie dorosłości jest podejmowanie nowych ról społecznych oraz sprawdzanie się w ich pełnieniu<sup>30</sup>. W tym przypadku wydaje się, że pewność siebie oraz świadomość swojej wartości to najbardziej pożądane cechy w spełnionym życiu zawodowym. W tej sferze szczególnie problem mają dorosłe dzieci alkoholików, które już od najmłodszych lat doświadczają odrzucenia emocjonalnego i fizycznego przez najbliższych opiekunów. Negatywnym efektem tych doświadczeń jest wykształtowana z biegiem czasu ich wyjątkowo zaniżona samoocena oraz postrzeganie siebie jako osoby bezwartościowej. W sferze funkcjonowania zawodowego dorosłe dzieci alkoholików próbując radzić sobie z tym przekonaniem wybierają zwykle dwie możliwości<sup>31</sup>.

Pierwszym ze sposobów radzenia sobie z niskim poczuciem własnej wartości jest dążenie do perfekcji. Poprzez branie na siebie wielu zadań i stawianie sobie wysokich poprzeczek, dorosłe dzieci alkoholików starają się podbudować swoją wartość lub udowodniać przed pozostałymi, że ją posiadają oraz są jej świadomi. Drugim rozwiązaniem, przeciwnym do poprzedzającego, jest podejmowanie zachowań unikowych. Dorosłe dzieci alkoholików z wyprzedzeniem rezygnują z proponowanych zadań bądź przyszłych obowiązków z obawy przed poniesieniem porażki<sup>32</sup>.

Obu typom działań towarzyszy skłonność do impulsywności i pomijania innych możliwości. Różnorakie alternatywy oraz konsekwencje podjętych zachowań nie są brane pod uwagę ani analizowane. Z kolei w momencie, gdy dorosłe dzieci alkoholików zrozumieją daną sytuację

---

<sup>30</sup> D. A. Dolata, *Biografie dorosłych dzieci alkoholików (DDA)...*, s. 224.

<sup>31</sup> G. Polok, A. R. Szromek, M. Krannich, K. Wybrańczyk, *Wpływ uzależnienia od pracy, zawodowej, rozpadu rodziny oraz alkoholizmu na współistniejące zachowania wśród osób do 35 roku życia*, "Zeszyty Naukowe. Organizacja i Zarządzanie", 2018, z. 131, s. 461.

<sup>32</sup> Ibidem, s. 461.

i jej skutki, próbują ją naprostować lub zmieniać zdanie używając przy tym ogromną ilość energii<sup>33</sup>.

Funkcjonowanie zawodowe dorosłych dzieci alkoholików bazuje głównie na obawie przed oceną, brakiem akceptacji i poparcia oraz próbie zadowolenia otoczenia. Ich aktywność opiera się na docierających do nich informacjach, plotkach i donosach. Utrudnia to tworzenie poprawnej i miłej atmosfery oraz komunikacji ze środowiskiem pracy. Osoby z tej grupy często nie mają wystarczająco rozwiniętych umiejętności społecznych, co tłumaczy ich trudności w nawiązywaniu kontaktów oraz nawiązaniu współpracy. Poczucie inności oraz brak swobody w towarzystwie innych osób nie pozwala czuć im się członkami grupy<sup>34</sup>.

#### **2.4. Skłonności do zaburzeń psychopatologicznych i powielania nałogu przez dorosłe dzieci alkoholików**

Ze względu na obecny w życiu nieustanny stres oraz lęk, osoby pochodzące z rodzin alkoholowych są silnie narażone na doświadczanie wielu traum emocjonalnych, które mogą mieć zarówno charakter incydentalny, jak i przewlekły<sup>35</sup>. Jako źródło traumy definiuje się zwykle śmierć, gwałt, przemoc, napad, katastrofę naturalną. Jednak w kontekście rodziny alkoholowej za traumę należy uznać doświadczenia związane z dorastaniem w systemie dysfunkcyjnym. W tym przypadku traumą emocjonalną o charakterze przewlekłym jest m.in. toksyczna relacja między dzieckiem a rodzicem alkoholikiem oraz zachowania wprost zagrażające wszystkim członkom rodziny alkoholowej<sup>36</sup>.

Dorosłe dzieci alkoholików będące świadkami stresujących wydarzeń przyjmują specyficzną postawę obronną. Wyuczone mechanizmy obronne jako nawykowe sposoby radzenia sobie z frustracją, trwające

<sup>33</sup> Ibidem, s. 461.

<sup>34</sup> T. Wardzyńska, *Co z tą bliskością? Powielanie wzorów relacji z rodziny pierwotnej u DDA*, "Świat Problemów", 2018, nr 7, s. 21.

<sup>35</sup> J. Chodkiewicz, K. Gąsior, *Wybrane zagadnienia psychologii alkoholizmu*, Difin SA, Warszawa 2013, s. 170.

<sup>36</sup> A. Seweryńska, *Doświadczenie traumy, czyli czym jest wzrastanie w rodzinie z problemem alkoholowym*, "Świat Problemów", 2019, nr 9, s. 7.

zbyt długo mogą utrudniać przystosowanie i skutkować pojawieniem się różnych zaburzeń somatycznych i psychicznych. Przewlekły stres, napięcie i lęk są źródłem wielu z tych zaburzeń<sup>37</sup>.

Pierwsze z nich to zaburzenia depresyjne. Związek między ich występowaniem a wychowywaniem się w rodzinie z problemem alkoholowym jest zawiły. Na efekty niewątpliwie składają się uwarunkowanie genetyczne oraz współwystępowanie depresji u rodziców. Jest to również przede wszystkim przeżywanie przez dorosłych dzieci alkoholików wielu traum czy indywidualnego używania alkoholu<sup>38</sup>.

Następnie objawy lęku uogólnionego u osób, u których je rozpoznano, zmagają się z ciągłym uczuciem napięcia, chronicznym zmęczeniem, drażliwością, brakiem koncentracji, nadmiernym zamartwianiem się oraz uczuciem osamotnienia i pustki<sup>39</sup>. Z kolei zaburzenie jakim jest zespół stresu pourazowego wywołuje u dorosłych dzieci alkoholików wzmożony strach i przerażenie, kompletną bezradność w sytuacji, gdy mają oni wprost do czynienia bądź są świadkami wydarzenia będącego zagrożeniem dla ich zdrowia lub/i życia<sup>40</sup>.

Przechodząc do aspektu skłonności do nałogów i ich powielania, w przypadku międzypokoleniowej transmisji alkoholizmu omawiane są dwie podstawowe grupy czynników. Pierwsze z nich, czynniki środowiskowe mają niezwykle istotny, ale też zróżnicowany wpływ. Dysfunkcyjna aktywność rodziny alkoholowej jest genezą wzorców picia alkoholu w przyszłych pokoleniach. Powielanie modeli picia może dotyczyć zarówno zachowań wynikających z używania substancji psychoaktywnej, jak i zachowań w formie odpowiedzi na sposoby picia członków rodziny. W tym wypadku bardziej trafnym byłoby zastosowanie terminu

---

<sup>37</sup> K. R. Petrikowska, *Dorośle Dziecko Alkoholika – zaburzenia lękowe czy już zespół stresu pourazowego?*, "Świat Problemów", 2012, nr 2, s. 23.

<sup>38</sup> K. Gašior, *Funkcjonowanie noo-psychospołeczne i problemy psychiczne dorosłych dzieci alkoholików*, Difin SA, Warszawa 2012, s. 33.

<sup>39</sup> K. R. Petrikowska, *Dorośle Dziecko Alkoholika – zaburzenia lękowe czy już zespół stresu pourazowego?*, "Świat Problemów", 2012, nr 2, s. 24.

<sup>40</sup> D. A. Dolata, *Doroślność osób wychowanych w rodzinie alkoholowej...*, op. cit., s. 148.

współzależnienia i międzypokoleniowej transmisji form picia alkoholu, niżeli samej transmisji alkoholizmu<sup>41</sup>.

Dorośle dzieci alkoholików mają również tendencję do odczuwania negatywnych stanów emocjonalnych, a spożywanie alkoholu jest traktowane jako sposób radzenia sobie z napięciem. W próbie radzenia sobie z silnym stresem oraz traumami, sięgać mogą po substancje chemiczne, gdyż ich właściwości z założenia niwelują uczucie niepokoju. Za pośrednictwem używek wychowankowie rodzin alkoholowych próbują regulować stany emocjonalne, redukować napięcie, pragną się zrelaksować i poczuć doraźną ulgę<sup>42</sup>.

Kolejną z motywacji do zażywania substancji psychoaktywnych mogą być silnie pożądane, z założenia pozytywne efekty ich działania oraz zmienione pod ich wpływem stany świadomości. Dorośle dzieci alkoholików charakteryzuje cecha zwana poszukiwaniem nowości oraz sensacji. Może to wskazywać, że określone zachowania po spożyciu środka są nie tylko specyficzną reakcją na jego działanie, ale mają one również związek ze zmianami w obszarze motywacji i świadomości<sup>43</sup>.

Przechodząc do drugiej grupy czynników wpływających na aspekt skłonności do nałogów i ich powielania, należy wymienić czynniki dziedziczne. Odgrywają one znaczącą rolę w powstawaniu choroby alkoholowej. Ich znaczenie jest większe w kwestii uzależnienia, natomiast niższe w sytuacji picia umiarkowanego czy problemowego. Ich rola jest głównym czynnikiem w momencie ustalania i ustabilizowania się modelu picia umiarkowanego i szkodliwego. Przyjmuje się, że krytycznym etapem dla wyznaczenia się wzoru picia jest wiek około 17-18 życia, kiedy wpływ czynników środowiskowych słabnie na rzecz czynników dziedzicznych<sup>44</sup>.

<sup>41</sup> A. Kacprzak, *Międzypokoleniowa transmisja alkoholizmu (na podstawie narracji „trzeźwiejących” alkoholików)*, „Acta Universitatis Lodziensis. Folia Sociologica”, 2011, nr 38, s. 78-79.

<sup>42</sup> D. A. Dolata, *Dorostłość osób wychowanych w rodzinie alkoholowej...*, op. cit., s. 201-203.

<sup>43</sup> Ibidem, s. 202.

<sup>44</sup> K. Gąsior, *Funkcjonowanie noo-psychospołeczne i problemy psychiczne dorosłych dzieci alkoholików*, Difin SA, Warszawa 2012, s. 30.

Podsumowując, dorosłe dzieci alkoholików napotykać wiele trudności w przystosowaniu się do warunków środowiskowych. Są grupą osób podwyższonego ryzyka pojawienia się zaburzeń depresyjnych, lękowych, cech neurotycznych oraz nieprzyjemnych uczuć jakie niesie za sobą stres. Występujące u nich nasilenie objawów utrudnia zdrową realizację zadań rozwojowych oraz funkcjonowanie w różnych sferach dotyczących okresu dorosłości<sup>45</sup>.

### **3. Założenie przedbadawcze**

Najogólniej rzecz biorąc, metodologia badań pedagogicznych czy społecznych, ma na celu określenie teoretycznych podstaw podjętego procesu badawczego. Wobec tego w dalszej części artykułu określony zostanie cel i przedmiot badań, sformułowana zostanie problematyka badawcza oraz dobrane odpowiednio do niej metoda, narzędzie oraz technika, którymi posłużono się w celach badawczych.

#### **3.1. Przedmiot i cel badań**

W badaniach pedagogicznych istotną rolę pełni określenie przedmiotu oraz celu badań, które przedstawione w sposób sprecyzowany, jasny i realny prowadzą do przeprowadzenia efektywnego procesu badawczego.

Każdy proces badawczy służyć powinien realizacji określonego przez pomysłodawcę celu, czy też rodzaju efektu i osiągnięć, jaki zamierza on uzyskać w toku badań własnych<sup>46</sup>. Głównym celem naukowego badania jest poznanie istot, obiektów lub zjawisk oraz zgromadzenie o nich wiedzy w sposób dokładny, pewny i rzetelny<sup>47</sup>. Zatem przedmiotem uwagi badacza jest określona populacja, innymi słowy poszczegól-

---

<sup>45</sup> Ibidem, s. 35.

<sup>46</sup> K. Bielarczyk, *Dorosłe dzieci alkoholików*, [w:] Ks. J. Dziedzic, Ks. J. Klimek (red.), *Wspomóc uzależnionych od alkoholu. Refleksja psychologiczno-teologiczna*, Kraków 2017, s. 59.

<sup>47</sup> T. Pilch, *Zasady badań pedagogicznych (wydanie drugie poprawione i rozszerzone)*, Wyd. Akademickie „Zak”, 1998, s. 8.

na kategoria osób, następnie zbiór zjawisk bądź przedmiotów, których dotyczy badanie pedagogiczne i psychologiczne<sup>48</sup>.

Przedmiotem moich dociekań badawczych był stosunek dorosłych dzieci alkoholików do spożywania substancji alkoholowych. Celem poznawczym prezentowanych badań było poznanie doświadczeń dorosłych dzieci alkoholików dotyczących obecności alkoholu w ich dorosłym życiu. Z kolei cel praktyczny stanowiła próba uchwycenia zależności między doświadczeniami dorosłych dzieci alkoholików a trudnościami, jakich ewentualnie doświadczają oni na etapie swojego dorosłego życia. Tym samym zamiarem ustaleń badawczych było przyczynienie się do podniesienia świadomości społecznej w tym zakresie oraz uwrażliwienie na konieczność podejmowania działań pomocowych.

### **3.2. Problemy badawcze oraz hipotezy badawcze**

Jak wspomniano wcześniej, proces badawczy zmierza do poznania maksymalnie ścisłej, pewnej, ogólnej i prostej wiedzy o rzeczywistości<sup>49</sup>. Wobec tego w badaniach pedagogicznych podstawowym warunkiem jest określenie problemów badawczych, które odgrywają pierwszorzędą rolę, mają istotne znaczenie dla rozpoczęcia przeprowadzenia badań, w ich trakcie oraz w momencie opracowania otrzymanych wyników<sup>50</sup>.

Odpowiedzi na postawione problemy badawcze dostarczyć ma badaczowi przeprowadzone badanie naukowe<sup>51</sup>. W niniejszym procesie badawczym punktem odniesienia dla sformułowania teoretycznego problemu badawczego, jak i wyróżnionych dla niego problemów szczegółowych oraz przyjętych hipotez roboczych były analiza literatury

---

<sup>48</sup> Z. Skorny, *Prace magisterskie z psychologii i pedagogiki: przewodnik metodyczny dla studiujących nauczycieli*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1984, s. 27.

<sup>49</sup> T. Pilch, *Zasady badań pedagogicznych (wydanie drugie poprawione i rozszerzone)*, Wyd. Akademickie „Żak”, 1998, s. 8.

<sup>50</sup> M. Łobocki, *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2011, s. 23.

<sup>51</sup> M. Łobocki, *Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, 1999, s. 107.

przedmiotu oraz osobiste doświadczenia osoby przeprowadzającej badania, szczególnie związane z tym zagadnieniem.

Problem główny przeprowadzonego procesu badawczego przyjął formę następującego pytania: Jakie są doświadczenia dorosłych dzieci alkoholików dotyczące obecności alkoholu w ich dorosłym życiu?

Dla tak sformułowanego problemu głównego wyróżnione zostały następujące problemy szczególne:

1. Jaki jest stosunek dorosłych dzieci alkoholików do spożywania alkoholu oraz uzależnienia alkoholowego?
2. Czy dorosłe dzieci alkoholików powielają nałóg alkoholowy i dostrzegają w tym udział uwarunkowań genetycznych?

W odniesieniu do tak zarysowanych problemów badawczych przyjęte zostały w postaci stwierdzeń następujące hipotezy robocze:

1. Przypuszcza się, że dorosłe dzieci alkoholików spożywają alkohol, lecz według nich nie jest to picie problemowe. Natomiast w ich odczuciach zauważyć można lęk przed nałogiem alkoholowym, a na myśl o jego powieleniu odczuwają wstyd i złość. Sądzi się, że pierwsza inicjacja alkoholowa respondentów miała miejsce już na etapie dzieciństwa, a w ich opiniach zapoczątkowanie kontaktu ze środkiem psychoaktywnym jest spowodowane wychowywaniem się w rodzinie z problemem alkoholowym.
2. Przypuszcza się, że dorosłe dzieci alkoholików powielają nałóg alkoholowy. Sądzi się, że wiedza badanych na temat występowania alkoholizmu w ich rodzinie w zupełności uświadamia ich o wpływie czynników genetycznych na skłonności do uzależnień. Wobec tego, obawiają się oni również powielenia nałogu alkoholowego w przypadku własnych dzieci.

### **3.3. Metoda, technika i narzędzie badawcze**

Kolejnym etapem jest dobór odpowiedniej metody, techniki i narzędzia badawczego, warunkujących prawidłowy przebieg badań empirycznych. Rozpoczynając od metod, w ogólnym rozumieniu są one pewnym systemem bądź sposobem umożliwiającym dochodzenie



i uporządkowanie wiedzy teoretycznej i działalności praktycznej dla osiągnięcia zamierzonego celu<sup>52</sup>.

Na użytek niniejszych badań zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, której podstawową funkcją jest gromadzenie informacji na temat problemów, które interesują osobę przeprowadzającą badania w wyniku słownych relacji respondentów. Zatem częścią składową takiej metody jest zadawanie pytań, z kolei cechą konstruktywną wypytywanie i sondowanie opinii<sup>53</sup>.

Z kolei każda z metod badawczych stanowi zasadę, wedle której dokonywany jest wybór i uwarunkowanie odpowiedniej techniki badawczej<sup>54</sup>. Najczęściej stosowaną techniką badawczą w metodzie sondażu diagnostycznego jest m.in. ankieta. Jest ona techniką gromadzenia informacji polegającą na wypełnieniu przez badanych kwestionariuszy, zwykle odznaczających się wysokim stopniem standaryzacji w obecności lub nieobecności osoby przeprowadzającej badanie<sup>55</sup>. Zatem ankieta służy do zdobywania informacji przez zadawanie pytań wybranej grupie osób za pośrednictwem listy opisanych pytań. Ankiety cechuje „wypytywanie” respondentów oraz możliwy „dystans” społeczny między badanymi a badaczem<sup>56</sup>.

Kolejnym krokiem jest przygotowanie odpowiedniego narzędzia, będącego przedmiotem przeznaczonym do zrealizowania określonej techniki badawczej. To ono spełniać będzie podstawowe warunki skutecznego postępowania badawczego<sup>57</sup>. W przypadku ankietowania jest to kwestionariusz ankiety. Jego definicja mówi, iż jest on środkiem pomocniczym służącym do rejestrowania odpowiedzi badanych. Kwestio-

<sup>52</sup> J. Sztumski, *Wstęp do metod i technik badań społecznych*, Wyd. Naukowe „Śląsk”, Katowice 2005, s. 68.

<sup>53</sup> M. Łobocki, *Metody i techniki...*, s. 247.

<sup>54</sup> T. Pilch, *Zasady badań pedagogicznych* (wydanie drugie poprawione i rozszerzone), Wyd. Akademickie „Żak”, Warszawa 1998, s. 42.

<sup>55</sup> Ibidem, s. 86-87.

<sup>56</sup> W. Zaczyński, *Praca badawcza nauczyciela*, Wydanie czwarte, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1995, s. 152.

<sup>57</sup> T. Pilch, *Zasady badań pedagogicznych* (wydanie drugie poprawione i rozszerzone), Wyd. Akademickie „Żak”, Warszawa 1998, s. 42.

nariusz ankiety składa się ze świadomej i logicznej kompozycji pytań ułożonych w zwartą i konsekwentną całość<sup>58</sup>.

Dla uzyskania odpowiedzi na postawione uprzednio problemy badawcze przygotowany został kwestionariusz ankiety składający się z 29 pytań. W związku z dokonaniem zawężenia problematyki, która jest przedmiotem niniejszego artykułu, wykorzystano 12 pytań ankiety. Przyjęły one formę zamkniętą zaopatrzoną we wcześniej przygotowane do wyboru możliwe kategorie odpowiedzi.

### 3.4. Charakterystyka badanych

Proces badawczy na rzecz niniejszej pracy został przeprowadzony za pośrednictwem ankiety internetowej. Wybór takiej formy ankietowania podyktowany został obiektywnymi okolicznościami – pandemią koronawirusa.

Kwestionariusz został skierowany do osób identyfikujących się z syndromem DDA, które są uczestnikami jednej z grup samopomocowych działających na portalu społecznościowym. Na zgromadzony materiał składa się 50 kwestionariuszy ankiet.

Poprzedzając właściwą część badania pytania, należące do puli tzw. „metryczki” dostarczyły następujących informacji socjodemograficznych. Odpowiedzi udzieliło 39 kobiet (78%) oraz 11 mężczyzn (22%).

Spośród wszystkich badanych kobiet, blisko połowa jest w wieku od 18 do 26 r. ż. (49%), kolejne 20,5% mieści się w przedziale od 27 do 36 r. ż., taką samą liczbę stanowią kobiety z grupy od 37 do 45 r. ż. (20,5%). Pozostałe 10% z ankietowanych kobiet reprezentuje wiek między 46, a 55 r. ż.

Jeśli chodzi o płeć przeciwną, 27% spośród wszystkich mężczyzn jest w wieku od 18 do 26 r. ż., ponad połowa to osoby w przedziale od 27 do 36 r. ż. (55%), oraz 18% mężczyzn reprezentuje wiek od 37 do 45 r. ż. Powyższe wyniki przedstawiają, że wśród badanych, przeważają osoby z grupy reprezentującej wiek od 18 do 26 r. ż.

---

<sup>58</sup> J. Apanowicz, *Metodologiczne elementy procesu poznania naukowego w teorii organizacji i zarządzania*, Wyd. Diecezji Pelplińskiej „BERNARDINUM”, Gdynia 2000, s. 134.

Badani legitymują się wykształceniem na poziomach: podstawowym (6%), zawodowym (6%), średnim (50%) i wyższym (38%). Miejscem zamieszkania respondentów jest zarówno miasto (74%), jak i wieś (26%). 60% ankietowanych stanowią osoby stanu wolnego, w związkach małżeńskich pozostaje 28%, rozwiedzionych jest 10%, a owdowiałych 2%.

Należy zaznaczyć, że niniejsze badania przyniosły w dalszej analizie pewne ograniczenia. Ze względu na nieproporcjonalnie mniejszą grupę badanych mężczyzn odstąpiono od analiz z podziałem na płeć. Mała liczebność badanych mężczyzn (niepełna  $\frac{1}{4}$  wszystkich respondentów) mogłaby wpłynąć na wymowę niektórych przynajmniej wyników badań. Należy jednak w tym miejscu zwrócić uwagę na to, że wiele badań empirycznych potwierdza występowanie takiego właśnie zróżnicowania w obrębie grupy osób z syndromem DDA.

Niezależnie od powyższego, czynnikiem określającym specyfikę takich badań jest podjęta problematyka badawcza, która należy do trudnych i mogących wywoływać wyjątkowo bolesne refleksje wśród osób biorących udział w badaniu. Szczególnie dotkliwym aspektem może stać się wypytywanie o występujące trudności w okresie dorosłości, z ujawnianiem faktów zażywania alkoholu przez bliskich, ale też w wielu przypadkach – z autodeklaracją picia problemowego.

Badanie ankietowe zostało przeprowadzone pod kątem sformułowanych problemów badawczych, a respondenci zostali powiadomieni o jego anonimowości, przeznaczeniu oraz celu. Uzyskane wyniki badań pozwoliły mi na przystąpienie do kolejnego etapu, jakim jest analiza badań własnych. Po uporządkowaniu i opisanie materiału, wysunięciu przypuszczeń oraz wniosków został on poddany głębszemu podsumowaniu oraz wnioskowaniu.

#### **4. Opis i analiza wyników badań własnych**

Problem badawczy niniejszej pracy dotyczył doświadczeń osób wychowujących się w rodzinach z problemem alkoholowym, związanych z obecnością alkoholu w ich dorosłym życiu. Problematyka szczególnie

porusza kwestie stosunku dorosłych dzieci alkoholików do spożywania alkoholu, uzależnienia od substancji alkoholowych oraz powielania nałogu alkoholowego i dostrzegania w jego udziale wpływu uwarunkowań genetycznych.

Krótki opis zasadniczych ustaleń badawczych zaprezentowany jest poniżej. Z premedytacją w tej prezentacji pominięte zostały dane liczbowe, koncentrując uwagę na ustalonych trendach, tendencjach.

- Dzieci wychowujące się w domach z problemem alkoholowym już od najmłodszych lat mają do czynienia z substancją, która jest głównym źródłem problemów rodzinnych. W perspektywie czasu obecność alkoholu w życiu rodzinnym wywołuje określone następstwa, zarówno w zakresie funkcjonowania rodziny, relacji wspólnej jej członków, jak i w subiektywnym postrzeganiu samej substancji psychoaktywnej jaką jest alkohol.
- Dzieci pochodzące z rodzin alkoholowych dokonują pierwszego kontaktu z substancją uzależniającą już na etapie dzieciństwa. Zebrany materiał ukazuje, że zdecydowanie rzadziej pierwsza, świadoma styczność ze środkiem alkoholowym jest legalna i ma miejsce po ukończeniu 18 roku życia.
- Badanie w zupełności nie dowiodło, jakoby rodzina alkoholowa była głównym powodem zapoczątkowania picia alkoholu przez dorosłe dzieci alkoholików. Warto jednak mieć na uwadze, że jedną z wymienianych w literaturze przedmiotu przyczyn zapoczątkowania kontaktu z alkoholem jest właśnie dysfunkcyjny system rodziny alkoholowej. Z pewnością ma on określony wpływ na odtwarzanie destrukcyjnych wzorów zażywania środka chemicznego. Powielanie wzorów może obejmować zachowania w postaci reakcji na picie w rodzinie, modelowanie wzorców zachowań alkoholowych, czy oczekiwania co do skutków zażywania substancji<sup>59</sup>.

---

<sup>59</sup> A. Kacprzak, *Międzypokoleniowa transmisja alkoholizmu (na podstawie narracji „trzeźwiejących” alkoholików)*, „Acta Universitatis Lodziensis. Folia Sociologica”, 2011, nr 38, s. 78-79.

- Obserwowanie alkoholizmu z perspektywy dziecka zapisuje się w określony sposób w jego świadomości, inaczej zaś doświadcza tego stanu sama osoba uzależniona. W związku z tym obawa przed chorobą alkoholową, powieleniem destrukcyjnego modelu oraz wyrządzeniem określonych szkód spowodowanych alkoholizmem może potęgować u dorosłych dzieci alkoholików pewne obawy. Wyniki pokazują, że większość badanych niepokoi się na myśl o alkoholizmie, co oznacza, że odczuwają lęk przed uzależnieniem.
- Dzieci pochodzące z rodzin alkoholowych nieustannie doświadczają negatywnych emocji oraz wielu sytuacji stresowych i niebezpiecznych. Wiąże się to z późniejszym przeżywaniem traum i doświadczaniem urazów psychicznych, dotyczących destrukcyjnego picia członka rodziny, jak i samego alkoholizmu. W związku z tym, w przyszłości na myśl o powieleniu nałogu alkoholowego mogą pojawić się różnorakie odczucia. Są nimi m.in. wstyd, lęk, złość, strach czy poczucie winy, które też najczęściej sugerowali respondenci w niniejszych badaniach.
- Najwięcej badanych uznało, że szkodliwe zażywanie alkoholu ich nie dotyczyło i nie dotyczy również obecnie. Z kolei wszystkie osoby twierdzące, że miały w przeszłości problem z alkoholem nie zaprzestały picia, bowiem deklarują, że obecnie również spożywają alkohol. Warto jednak zwrócić szczególną uwagę, że odpowiedzi respondentów to wyłącznie ich subiektywna opinia. Zażywanie substancji alkoholowych jest powszechnym zjawiskiem, natomiast nie od razu należy identyfikować je z uzależnieniem substancjalnym. Profesjonalna diagnoza uzależnienia od alkoholu wymaga doświadczenia klinicznego oraz odpowiedniej wiedzy na temat zaburzenia<sup>60</sup>.
- Uważa się, że analiza wyników badań ukazała, iż dorosłe dzieci alkoholików powielają nałóg alkoholowy, biorąc pod uwagę liczeb-

<sup>60</sup> L. Cierpiałkowska, J. Chodkiewicz, *Uzależnienie od alkoholu. Oblicza problemu*, Wyd. Naukowe PWN SA, Warszawa 2020, s. 62.

ność uzależnionych dziadków, rodziców, rodzeństwa, jak i samych badanych, choć wyciągnięcie niniejszego wniosku przysporzyło wielu trudności.

- Rodzina jest grupą społeczną, która posiada międzypokoleniowe tradycje. Ma to również związek z obyczajami dotyczącymi zażywania alkoholu. Alkoholizm rodziców wywodzić się może z wyniesionych z ich domu rodzinnego tych samych doświadczeń, z którymi obecnie zmagają się badani respondenci.
- Rodziny alkoholowe są w wielu przypadkach rodzinami wielodzietnymi, a dzieci wychowujące się w dysfunkcyjnym systemie są grupą osób o zwiększonej podatności na używanie substancji psychoaktywnych. W niniejszych badaniach dorosłe dzieci alkoholików w największej części są zgodne co do tego, że ich rodzeństwo nie ma nic wspólnego z alkoholizmem. Podobnie jak w przypadku zażywania alkoholu przez samego badanego, opinia dotycząca rodzeństwa jest tylko wyrażeniem opinii z własnej perspektywy, pod wpływem własnych przekonań i wiedzy na ten temat.
- Najliczniejszą grupą pytaną o strach przed powieleniem nałogu własnego dziecka stanowi blisko połowa badanych, dotychczas nie zastanawiających się nad tym aspektem. Z kolei osobami, które nie obawiają się, iż ich dzieci kiedykolwiek dotknie problem alkoholowy są głównie osoby, które same nie odczuwają lęku przed uzależnieniem.
- Nałóg alkoholowy jest chorobą, do której rozwoju przyczyniają się czynniki genetyczne. Często zamiennie stosuje się słowo „dziedziczny”, natomiast występowanie genu alkoholizmu nie zostało potwierdzone<sup>61</sup>. Prawie połowa badanych wyraża twierdzącą opinię dotyczącą istnienia powiązania między zjawiskiem alkoholizmu a uwarunkowaniami dziedzicznymi człowieka. Niedostateczna wiedza na temat etiologii uzależnienia od substancji psychoaktywnej może wpływać na postrzeganie choroby alkoholowej,

---

<sup>61</sup> Ibidem, s. 84, 89.

w tym także jej uwarunkowań, do których z pewnością należy zaliczyć czynniki biologiczne.

Badania przeprowadzone wśród uczestników grupy samopomocowej pozwoliły na poznanie tych doświadczeń, a dokonany opis oraz analiza wyników badań własnych umożliwiła weryfikację założonych uprzednio hipotez.

### ***Hipoteza pierwsza***

Pierwszy obszar doświadczeń respondentów dotyczył ich stosunku do spożywania alkoholu, jak i samego uzależnienia od substancji psychoaktywnej. Pierwszym zagadnieniem poddanym analizie był temat inicjacji alkoholowej. Z danych wynika, iż pierwszy kontakt ankietowanych z alkoholem dokonuje się bardzo często już w okresie dzieciństwa, a już na pewno przed uzyskaniem pełnoletniości.

Potwierdziło się przypuszczenie, że dorosłe dzieci alkoholików po raz pierwszy sięgnęły po środek alkoholowy już na etapie dzieciństwa, a z pewnością przed uzyskaniem 18 roku życia. Warto zwrócić uwagę, iż inne badania empiryczne dostarczają informacji o tym, że ustabilizowanie się wzoru destrukcyjnego zażywania substancji alkoholowej zależy szczególnie od wieku, w którym ów kontakt został podjęty. Takowym okresem, określanym jako etap krytyczny dla ustalania się wzoru nałogowego picia jest 17 rok życia<sup>62</sup>.

Co do okoliczności pierwszego kontaktu z substancją alkoholową wykazano, iż większość respondentów uważa, że wychowywanie się w rodzinie alkoholowej nie było powodem sięgnięcia przez nich po alkohol. Wobec powyższego przypuszczenia, jakoby dorosłe dzieci alkoholików uznawały, że do sięgnięcia przez nich po alkohol przyczyniła się ich rodzina, badanie nie dowiodło.

Kolejny temat – uzyskane wyniki pokazują, że znaczna większość badanych odczuwa lęk przed uzależnieniem. Potwierdza się to również w pytaniu o uczucia, których dorosłe dzieci alkoholików doświadczają na myśl o powieleniu nałogu alkoholowego. Wobec tego przypuszcze-

<sup>62</sup> K. Gąsior, *Funkcjonowanie noo-psycho społeczne i problemy psychiczne dorosłych dzieci alkoholików*, Difin SA, Warszawa 2012, s. 26.

nie, jakoby na pozostałe z tych uczuć składały się wstyd oraz złość odnalazło swoje potwierdzenie. Ponadto, należy dodać do nich również uczucie strachu, na który zwraca uwagę równie wysoka liczba respondentów.

Równie ciekawym wnioskiem wypływającym z badań jest to, że pomimo wczesnej inicjacji alkoholowej badani w większości odpowiadają, iż nie mieli i obecnie również nie mają problemu z substancją uzależniającą. Ponadto deklarują, że całkowicie stronią od spożywania środków alkoholowych. Pojawiają się również osoby, które uważają, że były uzależnione od substancji psychoaktywnej lub zmagają się z problemem obecnie, pomimo to nadal kontynuują picie. Przypuszczenie, że dorosłe dzieci alkoholików spożywają alkohol, tym samym deklarując, iż jest to picie kontrolowane, potwierdza się.

W świetle przedstawionych dotychczas wyników hipotezę pierwszą uważa się za częściowo potwierdzoną.

### ***Hipoteza druga***

Następny aspekt przeprowadzonych badań empirycznych obejmował zagadnienie powielania nałogu alkoholowego oraz czynników biologicznych, które są lub mogą być istotne dla etiologii uzależnienia. Ponieważ na bazie literatury przedmiotu można było założyć, że jest związek czynników środowiska rodzinnego z przekazem alkoholizmu, istotną kwestią w tym przypadku było przeanalizowanie międzypokoleniowej transmisji alkoholizmu.

Uzyskane wyniki pokazują, że problem alkoholowy pojawia się w rodzinach respondentów dość często, a uzależnienie od alkoholu w głównej mierze dotyczy mężczyzn (ojca i dziadka). W związku z tym, że badani w zdecydowanej większości posiadają rodzeństwo, podjęto interpretację także w tym obszarze.

Osoby nie będące jedynymi dziećmi swoich rodziców w większości uważają, że ich rodzeństwo nie miało i nie ma problemu z alkoholem. Z kolei pozostała część respondentów uważa, że choroba alkoholowa obecnie dotyczy ich najbliższych, bądź mają pewne wątpliwości czy należy to nazwać picciem problemowym. Wobec tego warto zwrócić uwa-



gę, iż do obaw o destrukcyjne zażywanie alkoholu przez rodzeństwo osób badanych mogły przyczynić się pewne sygnały przemawiające za tym, że jest to picie wychodzące poza normy i być może należy je zakwalifikować do uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Trzeba wziąć jednak pod uwagę to, iż jest to wyłącznie subiektywna opinia respondentów.

Podsumowując powyższe zagadnienie, uważa się, że analiza ukazała, iż dorosłe dzieci alkoholików powielają nałóg alkoholowy, biorąc pod uwagę liczebność uzależnionych dziadków, rodziców, rodzeństwa, jak i samych osób badanych.

Interesującym faktem jest, że dorosłe dzieci alkoholików w większości nie zastanawiają się nad powieleniem nałogu przez własne potomstwo, bądź wcale się tego nie obawiają. Jeśli chodzi o świadomość udziału czynników genetycznych w powielanie nałogu, zdania są podzielone. Okazuje się, że badani w największej liczbie są skłonni twierdzić, że mają one swój udział w etiologii uzależnienia, jednak tylko nieliczna, tym samym najmniejsza grupa respondentów, jest tego zupełnie pewna.

Zaprzecząc założonym przypuszczeniom, duży procent badanych wyklucza wpływ uwarunkowań genetycznych w powielanie nałogu, bądź stwierdza, że nie posiada na ten temat wiedzy. Wobec tego hipotezę drugą również uważa się za częściowo potwierdzoną, gdyż założono, że dorosłe dzieci alkoholików są bezwzględnie pewne wpływów uwarunkowań genetycznych na dziedziczenie uzależnienia alkoholowego, a posiadając tę świadomość obawiają się powielenia nałogu przez własne dzieci.

Po raz kolejny warto wspomnieć o obiektywnym ograniczeniu niniejszych badań z uwagi na dysproporcje w liczbie badanych kobiet i mężczyzn. Jest to równocześnie rekomendacja na przyszłość, by poszerzyć grupę badawczą, a proces badawczy przeprowadzić z uwzględnieniem właściwych proporcji w zakresie płci oraz warunków panujących w rodzinie pochodzenia. Inną rekomendacją, płynącą z analizy tych badań, jest zwrócenie uwagi na uwzględnienie w takich projektach badawczych grupy kontrolnej – osób nie będących członkami rodzin alkoholowych oraz osób nie będących w procesie terapii.

## **Zakończenie**

Przedmiotem przedstawionych badań empirycznych był stosunek dorosłych dzieci alkoholików do spożywania substancji alkoholowych. Biorąc pod uwagę temat oraz tytuł niniejszego artykułu można kierować się przekonaniem, iż osoby z syndromem DDA takowych trudności doświadczają. Dorosłe dzieci alkoholików to grupa społeczna, która już od najmłodszych lat obserwuje destrukcyjne picie uzależnionego rodzica. Ten obraz budzi u nich wiele obaw i lęków, co stanowi swego rodzaju kontynuację w okresie ich dorosłego życia.

Wykształtowany obraz alkoholizmu, lęk przed uzależnieniem, odczuwanie wstydu, złości i strachu na myśl o powieleniu nałogu okazuje się być niewystarczającym powodem do uniknięcia kontaktu między dzieckiem osoby uzależnionej a substancją psychoaktywną. Relacja ta bywa zapoczątkowana już w okresie dzieciństwa, z czasem ulega zerwaniu, w innych przypadkach jest kontrolowana lub niestety pogłębia się.

Dorosłym dzieciom alkoholików przypisuje się zwiększoną podatność na uzależnienia, co w pewnym stopniu pokazują zebrane wyniki badań, dotyczące występowania alkoholizmu w ich rodzinach. Z kolei wydaje się, iż pomimo to badani nie posiadają odpowiedniej wiedzy na temat uzależnienia, o czym mówi ich brak świadomości na temat udziału uwarunkowań genetycznych w powielanie nałogu alkoholowego.

Uzyskane wyniki są różnorodne, co z pewnością ma związek z heterogenicznością populacji badawczej dotyczącej płci, wieku, miejsca zamieszkania, stanu cywilnego czy też wykształcenia. W związku z tym zaprezentowane badania pokazały, że nie należy definiować wszystkich dorosłych dzieci alkoholików jednakowo oraz przypisywać im wszystkich charakterystycznych cech wynikających z syndromu DDA. I choć ów syndrom dotyka ich wszystkich, a środowisko rodziny alkoholowej jest z reguły podobne ze względu na problem uzależnienia od alkoholu, to warunki w takowej rodzinie bywają różnorakie. Dorosłe dzieci alkoholików to ofiary wielu nadużyć – zdarza się, że jedne są ofiarami przemocy psychicznej, inne fizycznej czy seksualnej, co z pewnością znacząco wpływa na proces ich rozwoju oraz funkcjonowanie w okresie dorosłości. Ponad-

to, należy wziąć pod uwagę również odporność psychiczną osób z rodzin zmagających się z problemem alkoholowym na tego typu wydarzenia.

W związku z powyższym, bycie dorosłym dzieckiem alkoholików nie musi negatywnie determinować całego życia, w tym poziomu satysfakcji z niego, postrzegania oraz stosunku do świata i przyszłości, jak i samego poczucia własnej wartości. Odczucia osób, których dotyka syndrom DDA nie muszą być podyktowane podwyższonym poziomem lęku oraz brakiem bezpieczeństwa. Dorosłe dzieci alkoholików nie muszą mieć problemu z kontrolą własnych emocji czy przede wszystkim uzależnieniem od alkoholu.

Niniejszy artykuł oraz przeprowadzony na jego użytek proces badawczy ma na celu zachęcenie do rozpowszechnienia wiedzy na temat dorosłych dzieci alkoholików, o których w momencie ich odseparowania się od rodzin alkoholowych zwykle się zapomina. Alkoholizm, rodziny alkoholowe oraz dzieci wychowujące się w dysfunkcyjnych warunkach są zjawiskiem powszechnie znanym. Jednak w momencie, gdy wychowankowie środowisk dysfunkcyjnych stają się dorośli, zwykle przestaje się o nich mówić. Ponadto, wiele osób, których dotyka syndrom DDA nie jest świadomych jego istnienia.

### **Bibliografia:**

- Apanowicz J., *Metodologiczne elementy procesu poznania naukowego w teorii organizacji i zarządzania*, Wyd. Diecezji Pelplińskiej „BERNARDINUM”, Gdynia 2000.
- Bielarczyk K., *Dorosłe dzieci alkoholików*, [w]: Ks. J. Dziedzic, Ks. K. Klimek (red.), *Wspomóc uzależnionych od alkoholu. Refleksja psychologiczno-teologiczna*, Kraków 2017, s. 40-71.
- Bobkowicz-Lewartowska L., *Związki partnerskie dorosłych dzieci alkoholików*, „Przegląd Naukowo-Metodyczny. Edukacja dla Bezpieczeństwa” 2013, nr 3, s. 115-128.
- Chodkiewicz, J., Gąsior, K., *Wybrane zagadnienia psychologii alkoholizmu*, Difin SA, Warszawa 2013.
- Cierpiałkowska L., Chodkiewicz J., *Uzależnienie od alkoholu. Oblicza problemu*, PWN SA, Warszawa 2020.

- Cudak H., *Dysfunkcje rodziny i jej zagrożenia opiekuńczo-wychowawcze*, „Pedagogika Rodziny” 2011, nr 1/2, s. 7-14.
- Dąbrowska A., *Dorośle dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, czyli kilka słów o funkcjonowaniu oraz konsekwencjach życia w nieprawidłowym środowisku wychowawczym*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze” 2018, nr 3, s. 3-15.
- Dembna J., Seweryńska A. M., Środa A., *DDA balast czy napęd?*, „Świat Problemów” 2018, nr 7, s. 3-6.
- Dodziuk van Kooten A., Spaczyńska E., *Rodzina alkoholowa. Jak lepiej ją rozumieć? Tajniki pracy socjalnej. Część 1*, Difin SA, Warszawa 2020.
- Dolata D. A., *Biografie dorosłych dzieci alkoholików (DDA). Wsparcie społeczne oczekiwane i otrzymywane. Studium Psychopedagogiczne*, Wydział Studiów Edukacyjnych UAM, Poznań 2019.
- Dolata D. A., *Doroślność osób wychowanych w rodzinie alkoholowej. Wsparcie społeczne oczekiwane i otrzymywane*, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2019.
- Figurowska M., *Pokarani za winy rodziców...*, „Charaktery” 2013, nr 3, s. 54-57.
- Gąsior K., *Funkcjonowanie noo-psychospołeczne i problemy psychiczne dorosłych dzieci alkoholików*, Difin SA, Warszawa 2012.
- Hellsten T., *Wsparcie dla dorosłych dzieci alkoholików*, Wydanie II, Wyd. Feeria, Łódź 2018.
- Jankowska M., Sadowska A., *Kompetencje społeczne i inteligencja emocjonalna u Dorosłych Dzieci Alkoholików*, „Kwartalnik Naukowy Towarzystwa Uniwersyteckiego Fides Et Ratio”, 2011, nr 4 (8), s. 131-160.
- Kacprzak A., *Międzypokoleniowa transmisja alkoholizmu (na podstawie narracji „trzeźwiejących” alkoholików)*, „Acta Universitatis Lodzianensis. Folia Sociologica” 2011, nr 38, s. 73-89.
- Kałdon S., *Wybrane aspekty funkcjonowania dorosłych dzieci alkoholików*, „Seminare. Poszukiwania naukowe” 2015, nr 3, s. 95-106.
- Konieczny G., Rasińska R., *Psychospołeczne aspekty funkcjonowania dziecka w rodzinie alkoholowej oraz możliwości terapii odwykowej osób uzależnionych*, „Pielęgniarstwo Polskie” 2016, nr 1 (59), s. 98-103.
- Ławska W., Dębska G., Kadučáková H., *Dzieci w rodzinie alkoholowej*, [w]: G. Dębska, A. Goździalska, J. Jaśkiewicz (red.), *Rodzina w zdrowiu i w chorobie: uwarunkowania środowiskowe zdrowia*, Oficyna Wydawnicza AFM, Kraków 2012, s. 51-60.

- Łobocki, M., *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2011.
- Łobocki M., *Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 1999.
- Petrikowska K. R., *Dorośle Dziecko Alkoholika – zaburzenia lękowe czy już zespół stresu pourazowego?*, „Świat Problemów” 2012, nr 2, s. 23-26.
- Pilch T., *Zasady badań pedagogicznych (wydanie drugie poprawione i rozszerzone)*, Wyd. Akademickie „Żak”, Warszawa 1998.
- Polok G., Szromek A. R., Krannich M., Wybrańczyk K., *Wpływ uzależnienia od pracy, zawodowej, rozpadu rodziny oraz alkoholizmu na współistniejące zachowania wśród osób do 35 roku życia*, „Zeszyty Naukowe. Organizacja i Zarządzanie” 2018, z. 131, s. 453-465.
- Pryba A., *Rodzina podstawową instytucją i wspólnotą życia społecznego?*, „Teologia i moralność” 2012, nr 1 (11), s. 7-18.
- Seweryńska, A., *Doświadczenie traumy, czyli czym jest wzrastanie w rodzinie z problemem alkoholowym*, „Świat Problemów” 2019, nr 9, s. 7-10.
- Skorny Z., *Prace magisterskie z psychologii i pedagogiki: przewodnik metodyczny dla studiujących nauczycieli*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1984.
- Sobolewska-Mellibruda Z., *Psychoterapia dorosłych dzieci alkoholików. Strategie, procedury i opisy przypadków pracy psychoterapeutycznej*, Wyd. Zielone Drzewo. Instytut Psychologii Zdrowia PTP, Warszawa 2011.
- Sztumski J., *Wstęp do metod i technik badań społecznych*, Wyd. Naukowe „Śląsk”, Katowice 2005.
- Wardzyńska T., *Postawy wobec seksualności i zachowań seksualnych u DDA*, „Świat Problemów” 2019, nr 9, s. 14-17.
- Wardzyńska T., *Co z tą bliskością? Powielanie wzorów relacji z rodziny pierwotnej u DDA*, „Świat Problemów” 2018, nr 7, s. 18-21.
- Witkowska M., *Trudności w funkcjonowaniu dorosłych dzieci alkoholików – powielanie nałogu i uczestnictwo w terapii DDA*, niepublikowana praca licencjacka napisana pod kierunkiem dr. P. Krzywickiego, Włocławek 2021.
- Zaczyński W., *Praca badawcza nauczyciela*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1995.