

KS. MIROSŁAW KALINOWSKI

WSPIERANIE RODZIN Z PROBLEMEM UZALEŻNIENIA OD SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH PRZEZ WSPÓLNOTY RELIGIJNE

I. TRUDNOŚCI OSÓB FUNKCJONUJĄCYCH W RODZINACH Z PROBLEMEM UZALEŻNIENIA OD SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

Każda rodzina istnieje jako specyficzny i неповtarzalny system, który zmienia swoje funkcjonowanie w wyniku oddziaływania czynników zewnętrznych i wewnętrznych. Dlatego sposób postępowania jednego z członków tego systemu powoduje zmiany u pozostałych jego uczestników. Rodzina z problemem uzależnienia również tworzy swoisty system, ale o zaburzonym charakterze, do którego doprowadzają patologiczne zachowania osoby uzależnionej. Na etapie wstępnym system rodzinny tego typu znajduje się w fazie ostrego konfliktu wynikającego z „wyścigu” o sprawowanie kontroli w systemie między osobą uzależnioną a jej najbliższymi. W szczególnej sytuacji znajduje się żona, która własnymi siłami próbuje rozwiązywać problem uzależnienia męża, jednocześnie przejąć większość obowiązków i zapewnić dzieciom opiekę¹. Patologiczność takiej sytuacji odzwierciedla gra życiowa „Alkoholik”. W cytowanej grze żona może przybierać różne role – o północy jest Kozłem Ofiarnym rozbierającym pijanego męża, rano Oskarżycielem robiącym mu wyrzuty z powodu niewłaściwego postępowania, a wieczorem

Ks. prof. dr hab. MIROSŁAW KALINOWSKI – prorektor KUL, kierownik Katedry Opieki Społecznej Paliatywnej i Hospicyjnej w Instytucie Nauk o Rodzinie KUL; adres do korespondencji: Al. Raławickie 14, 20-950 Lublin; e-mail: miroslaw.kalinowski@kul.lublin.pl

¹ S. B r o w n, *Leczenie alkoholików. Rozwojowy model powrotu do zdrowia*, Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii 1992.

Wybawcą błagającym o zmianę postępowania² Najważniejszym skutkiem gry „Alkoholik” jest nieświadome podtrzymywanie patologicznych form działania, w konsekwencji sprzyjające uzależnieniu przez współuzależnione partnerki³

W uzależnionym systemie pogarszają się relacje interpersonalne, spełnianie ról rodzinnych; często wzrasta ubóstwo i prawdopodobieństwo wystąpienia przemocy⁴ Gdy nasila się dezorganizacja życia rodzinnego będąca wynikiem długotrwałego stresu, braku poczucia bezpieczeństwa związanego z chwilowymi nastrojami uzależnionego, dużego nasilenia negatywnych emocji i bezradności, wówczas dochodzi do wzrostu stabilności rodziny poprzez patologiczne zmiany postawy życiowej określanej jako objawy współuzależnienia⁵ Do charakterystycznych cech tego syndromu należy zaliczyć⁶:

1. W aspekcie intelektualnym – uporczywą koncentrację myśli wokół zachowań osoby używającej substancji psychoaktywnej, budowanie poczucia bezpieczeństwa na ciągłym kontrolowaniu siebie i innych, poczucie niemożności rozstania się z uzależnionym, stosowanie mechanizmów obronnych w postaci zaprzeczania lub usprawiedliwiania zachowań uzależnionego, problemy z odpowiedzialnością (albo nadmierna, albo uchylanie się od niej), niezadowolenie z siebie.

2. W aspekcie emocjonalnym – chaos i zamęt uczuciowy (często jest to mieszanina poczucia krzywdy, wstydu i winy), duże nasilenie emocji negatywnych – przede wszystkim lęku i/lub niepewności, koncentracja życia emocjonalnego wokół oczekiwania na chwilę uśmierzenia bolesnych przeżyć.

3. W aspekcie behawioralnym – bezradność, łagodzenie i ukrywanie skutków używania substancji psychoaktywnej przez osobę uzależnioną, brak zdolności w zakresie obrony własnych praw, unikanie sytuacji konfliktowych, nadmierna koncentracja na zaspokajaniu potrzeb innych ludzi z jednoczesnym

² E. B e r n e, *W co grają ludzie?*, Warszawa: PWN 1987, s. 68-77.

³ W. S z t a n d e r, *Poza kontrolą*, Warszawa: PARPA 1994, s. 39; E. W o y d y ł ł o, *Wybieram wolność*, Warszawa: PTP 1993, s. 87-89.

⁴ Zob. B r o w n, *Leczenie alkoholików*, s. 272-278; A. T o b i s, *Kara ograniczenia wolności za przestępstwa przeciwko rodzinie*, Warszawa: Wydawnictwo Prawnicze 1987, s. 69-71; I. P o s p i s z y ł, *Przemoc w rodzinie*, Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne 1998, s. 179; P K o w a ł i k, *Zagrożenia patologiczne współczesnej rodziny*, [w:] *Współczesna rodzina polska – jej stan i perspektywy*, t. II, red. H. Cudak, H. Marzec, Mysłowice 2005, s. 171-179.

⁵ Por. S z t a n d e r, *Poza kontrolą*, s. 44-45.

⁶ J. M e l l i b r u d a, *Wybrane problemy patologii życia rodzinnego*, [w:] *Psychologia. Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej*, t. III, red. J. Strelau, Gdańsk: GWP 2000, s. 750-758.

pomijaniem zaspokojenia własnych potrzeb, silna zależność od innych osób (rodzina z problemem alkoholowym zacieśnia swe granice poprzez wzajemne uzależnienie od siebie jej członków).

Na podstawie wyników badań empirycznych stwierdzono występowanie trzech najczęściej stosowanych schematów funkcjonowania współuzależnionych kobiet⁷:

1. Nieudane próby zmiany sytuacji: kontrolowanie używania substancji chemicznej przez partnera, próby uzyskania wpływu na zachowania partnera, nadopiekuńczość wobec partnera, wciąganie innych członków rodziny w kontrolowanie osoby uzależnionej.

2. Nieudane próby wycofania się z sytuacji: demonstracyjne odejścia (straszenie odejściem i odgrywanie go), krótkotrwałe ucieczki bez zabezpieczenia i wsparcia, zachowania wzmacniające poczucie bezradności (użalanie się, narzekanie), brak prób zmierzających do usamodzielnienia się.

3. Negatywne (szkodliwe) sposoby przystosowania się do sytuacji: izolowanie się od otoczenia, przyjmowanie nadmiernej odpowiedzialności za rodzinę, zachowanie pozorów idealnej rodziny za wszelką cenę, brak skutecznej samoobrony w sytuacjach przemocy, zaniedbywanie własnych potrzeb na rzecz potrzeb partnera.

Można postawić pytanie: dlaczego dochodzi do zjawiska współuzależnienia? Należy zwrócić uwagę, że życie w chaosie emocjonalnym, długotrwały lęk i niekonsekwencja zachowań powodująca brak bezpieczeństwa prowadzą do przyjmowania defensywnej postawy w sytuacjach trudnych. Gdy skutki uzależnienia są coraz bardziej widoczne i trudno je usunąć, wówczas podstawową strategią zaradczą staje się skrywanie problemów zarówno przed sobą, jak i przed światem zewnętrznym. Taka sytuacja doprowadza do stosowania mechanizmów obronnych (zaprzeczania uzależnieniu i jego racjonalizacji) u członków rodziny i do zamknięcia systemu rodzinnego przed światem zewnętrznym, a tym samym do odcięcia się od zewnętrznych źródeł pomocy. Przedstawione mechanizmy adaptacyjne mają na celu utrzymanie równowagi w zaburzonym systemie⁸. Konsekwencją ucieczki od problemów w mechanizmy obronne jest brak zaufania do własnej oceny faktów i własnych uczuć, trudności w relacjach intymnych i w adekwatnym reagowaniu na zachowania innych oraz problemy w określeniu granic odpowiedzialności za

⁷ Tamże, s. 754-755.

⁸ B r o w n, *Leczenie alkoholików*, s. 261.

własne postępowanie i zachowania drugiego człowieka. Odzwierciedleniem długofalowych zaburzeń u współzależnionych są trudności adaptacyjne w dorosłym życiu tych osób, które pochodzą z uzależnionych systemów rodzinnych – doświadczają one lęku przed utratą kontroli we własnym życiu, a większość z nich interpretuje przeżywanie uczuć jako utratę kontroli, dlatego próbują je tłumaczyć⁹. Poszukując innych długotrwałych skutków funkcjonowania w uzależnionym systemie rodzinnym, można również odwołać się do raportu opracowanego przez Biuro Pełnomocnika Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych¹⁰. W raporcie tym stwierdzono, że młodych ludzi, którzy mają trudności z przystosowaniem się do norm społecznych, charakteryzują następujące cechy¹¹:

- pochodzenie z domów, w których był nadużywany alkohol;
- borykanie się na co dzień ich rodziny z kłopotami materialnymi i mieszkaniowymi;
- wadliwość kontaktów z rodzicami, którzy pochłonięci codziennymi troskami nie okazywali im zainteresowania, a za najlepszy środek wychowawczy uznawali kary fizyczne;
- brak ciepła rodzinnego – badani czuli się niekochani i niepotrzebni;
- impulsywne działania i brak kontroli nad własnymi emocjami;
- frustracja podstawowych potrzeb psychicznych prowadząca do agresji i tendencji niszczyielskich;
- brak umiejętności samodzielnego rozwiązywania występujących problemów;
- chwiejny system wartości – badana młodzież nie spostrzegąca celów, do których warto w życiu dążyć, ponadto brakowało jej wytrwałości w realizacji powziętych zamierzeń;
- niska samoocena, kłopoty z samoakceptacją i tożsamością;
- brak akceptacji w domu rodzinnym i szkole, co często było powodem angażowania się w grupy subkulturowe.

⁹ Por. tamże, s. 269-270; R. A c k e r m a n, *Children of Alcoholics*, New York: Simon & Schuster 1987, s. 63-76; J. Ś l e d z i a n o w s k i, *Uzależnienia wśród młodzieży szkolnej przeniesieniem patologii do rodzin jutra*, [w:] *Współczesna rodzina polska*, s. 180-199.

¹⁰ E. G r u d z i a k S o b c z y k, *Alkohol a polska młodzież. Raport 1992*, Warszawa: Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych 1993.

¹¹ Tamże, s. 26; B. Z i n k i e w i c z, *Postawy rodzicielskie w percepcji dzieci i młodzieży z dysfunkcyjnych środowisk wychowawczych*, [w:] *Współczesna rodzina polska*, s. 227-243.

Wymienione objawy oraz ich nasilenie są reakcjami na długotrwały i bolesny problem uzależnienia w systemie rodzinnym. Nie wszystkie przejawy współuzależnienia muszą występować u osoby funkcjonującej w rodzinie z problemem uzależnienia – ich stopień zależy od wielu czynników, m.in. od odporności psychicznej współuzależnionego oraz od emocjonalnej bliskości z osobą nadużywającą substancji psychoaktywnych. Trzeba sobie jednak uświadomić, że nie można żyć blisko uzależnionego, będąc jego żoną lub mężem, dzieckiem czy przyjacielem, a jednocześnie nie doświadczać głębokich zmian we własnym funkcjonowaniu¹²

II. WSPÓLNOTY RELIGIJNE JAKO SYSTEM WSPARCIA ROZWOJU CZŁOWIEKA

Wewnątrz parafii jako „wspólnoty wspólnot” są możliwości tworzenia różnorodnych grup i wspólnot religijnych wspierających wielowymiarowy rozwój człowieka¹³ „Miłość chrześcijańska – stwierdza dokument soborowy – obejmuje wszystkich ludzi, bez względu na rasę, pochodzenie społeczne czy religię; nie oczekuje też żadnej korzyści czy wdzięczności. Jak bowiem Bóg umiłował nas miłością bezinteresowną, tak wierni powinni z miłością troszczyć się o człowieka, pokazując mu taką samą miłość, z jaką Bóg szukał człowieka” (DM 12). A realizacja diakonii chrześcijańskiej jest najbardziej przekonującą działalnością apostołską, gdyż dowodzi, że każda wspólnota religijna – podobnie jak Kościół – jest wspólnotą miłości¹⁴ Bardzo ważnym aspektem funkcjonowania grup religijnych wspierających rozwój osoby jest urzeczywistnianie zasady solidarności, która zawiera w swojej treści wspólnotę poglądów i współdziałanie w dążeniach¹⁵ Solidarność nie może być splotana i sprowadzana jedynie do płaszczyzny emocjonalnej, to znaczy sympatii i współczucia bez jakichkolwiek zobowiązań i powinności. Jednym

¹² Por. D. O p o z d a, *Patologia w relacjach wewnątrzrodzinnych przedmiotem diagnozy pedagogicznej*, tamże, s. 211-219; A. F i d e l i u s, *Dzieci ulicy – uwarunkowania rodzinne i środowiskowe*, tamże, s. 220-226.

¹³ I. B a u m g a r t n e r, *Heilende Seelsorge in Lebenskrisen*, Düsseldorf 1992, s. 56.

¹⁴ Por. R. K a m i ń s k i, *Funkcja diakonii w Kościele*, „Roczniki Teologiczno-Kanoniczne”, 37(1990), z. 6, s. 1-15; S. O l e j n i k, *Teologia moralna życia osobistego*, Włocławek 1999, s. 394-404.

¹⁵ Por. J. N a g ó r n y, *Postannictwo chrześcijan w świecie*, t. 1: *Świat i wspólnota*, Lublin 1998, s. 193-197.

z najistotniejszych elementów solidarności jest dwubiegunowa odpowiedzialność – jednostki za wspólnotę i wspólnoty za jednostkę¹⁶ Jan Paweł II rozumie solidarność jako wspólne działanie w podobnej sytuacji dla przecięcia niesprawiedliwości i krzywdy doznawanej przez człowieka¹⁷ W świetle wiary chrześcijańskiej postawa solidarności zawiera w sobie uwzględnianie praw jednostki i całej społeczności, troskę o drugą osobę, zdolność przebaczenia oraz postawę autentycznego uczestnictwa w tworzeniu dobra¹⁸

Urzeczywistnianie zasady solidarności we wspólnotach religijnych przekonuje, że jednym z głównych zadań pastoralnych współczesnych parafii powinno być tworzenie dogodnych warunków do powstawania grup, dzięki którym chrześcijaństwo znalazłoby odzwierciedlenie w codziennym życiu osoby. W takim środowisku chrześcijanin może znaleźć wsparcie dla swoich potrzeb życia Ewangelią, ale również pomoc w kształtowaniu przekonań, wartości i wzorów postępowania. To właśnie mała wspólnota religijna może w sposób jedyny i niepowtarzalny wspierać rozwój osoby żyjącej w społeczeństwie charakteryzującym się anomią, anonimowością, brakiem podmiotowych relacji i relatywizmem wartości¹⁹ Warto również zauważyć, że aktywny rozwój małych grup religijnych wewnątrz parafii powinien w konsekwencji wpłynąć na rozszerzenie i odnowę życia parafialnego²⁰

Postulat tworzenia wspólnot religijnych wewnątrz parafii jest tym bardziej znaczący, że jedną z charakterystycznych cech współczesnego człowieka jest sfrustrowana potrzeba uczestnictwa. Osamotnieni ludzie pragną spotykać się w zaprzyjaźnionych wspólnotach, gdzie ich wiara nie będzie kwestionowana, gdzie będą mogli doświadczyć miłości do Boga i bliskości drugiego człowieka oraz zbliżyć swoje życie do Ewangelii²¹ Dla wielu katolików takim

¹⁶ Por. Papieska Komisja Iustitia et Pax, *W służbie na rzecz wspólnoty ludzkiej: etyczne podejście do kwestii zadłużenia międzynarodowego*, [w:] *Dokumenty nauki społecznej Kościoła*, t. 2, red. M. Radwan [i in.], Rzym–Lublin 1996, s. 240-241.

¹⁷ J a n P a w e ł II, *Encyklika „Sollicitudo rei socialis”*, nr 39.

¹⁸ Zob. tamże; por. J. K r u c i n a, *Sumienie społeczne*, Wrocław 1995, s. 10 n.

¹⁹ L. K a r r e r, *Spiritualität gemeindlicher Seelsorge: mit euch und für euch*, [w:] *Handbuch der praktischen Gemeindefarbeit*, red. L. Karrer, Freiburg 1994, s. 312.

²⁰ D. T h o r p, *Doing Evangelization as a Parish*, [w:] *Pope John Paul II and the New Evangelization. How You Can Bring Good News to Others*, red. R. Martin, P. Williamson, San Francisco 1995, s. 236 n.

²¹ J. M ü l l e r, *Pastoraltheologie: ein Handbuch für Studium und Seelsorge*, Graz 1993, s. 93-94.

środowiskiem mogą być małe grupy parafialne, gdzie wymiar biblijno-sakramentalny i wspólnotowy stanowią podstawę rozwoju i przemiany życia osoby²² Postulat tworzenia małych wspólnot parafialnych wynika również z prawidłowości dotyczących socjalizacji człowieka. Funkcjonowanie w określonym społeczeństwie nakłada na jednostkę obowiązek określenia swojego stosunku do zjawisk występujących w świecie społecznym. Do tego typu ocen niezbędny jest układ odniesienia. Często takim układem są jedynie wartości materialne lub koniunkturalne, wystarczające tylko do chwili zdobycia konkretnej wartości. Natomiast warunkiem dla zaistnienia jednoczącej filozofii życiowej jest występowanie naczelných wartości w światopoglądzie człowieka, które określają cele życiowe oraz motywują osobę do zajmowania świadomych postaw w stosunku do otaczającej rzeczywistości²³ Motywacje nadprzyrodzone, osobista refleksja i doświadczenia zdobywane we wspólnocie religijnej mogą prowadzić do autentycznego przeżycia religijnego i bezinteresownej posługi wobec innych, zwłaszcza gdy podejmowane działania nie są społecznie zauważalne i doceniane. To właśnie wspólnoty religijne, stanowiąc formę apostołatu miłości, sprawiają, że w łonie Kościoła „powstają coraz liczniejsze grupy wolontariuszy, które starają się otoczyć opieką osoby pozbawione rodziny, ludzi zmagających się ze szczególnymi problemami oraz tych, którzy muszą się znaleźć w odpowiednim środowisku wychowawczym, aby przewyciężyć zgubne nałogi i odzyskać wiarę w sens życia” (EV 26).

Analizując znaczenie wspólnoty religijnej we wspieraniu rozwoju człowieka, należy jednak zwrócić uwagę, żeby wystrzegać się paradoksów działania grupowego, które mogą utrudniać funkcjonowanie zarówno poszczególnych członków, jak i całej grupy. Zaburzenia we wspólnocie może wywoływać²⁴:

1) paradoks tożsamości – w grupie łączą się ludzie o odmiennych umiejętnościach i poglądach, a poszczególni jej członkowie mają poczucie, że wspólnota ogranicza ich tożsamość;

2) paradoks ujawniania – związany z brakiem zaufania poszczególnych osób do grupy;

²² R. K a m i ń s k i, *Funkcje tradycyjne i nowe parafii terytorialnej*, „Roczniki Teologiczno-Kanoniczne”, 32(1985), z. 6, s. 63.

²³ J. K o ś c i u c h, *Hierarchie wartości w nerwicach i psychopatii oraz ich zmiany pod wpływem psychoterapii*, Warszawa: ATK 1984, s. 50.

²⁴ J. S t o n e r, E. F r e e m a n, D. G i l b e r t, *Kierowanie*, Warszawa: PWE 1997, s. 501.

3) paradoks indywidualności – polegający na tym, że wspólnota czerpie swoją moc jedynie z indywidualnej siły poszczególnych członków, natomiast nie dostrzega siły działania grupy;

4) paradoks władzy – przystępujący do działania członkowie poddają się bezwolnie władzy innych osób;

5) paradoks regresji – poszczególne osoby, podejmując wspólną aktywność, umniejszają swoje znaczenie w tym celu, aby grupa mogła wykazać się swoim działaniem;

6) paradoks twórczości – wspólnota, poszukując nowych rozwiązań, musi zmienić niektóre zasady, które obowiązywały do tej pory, a niechęć do zmiany zasad ogranicza zdolność funkcjonowania wspólnoty.

Podsumowując zagadnienia dotyczące roli grup religijnych we wspieraniu rozwoju człowieka, należy zwrócić uwagę na dwie podstawowe kwestie. Pierwsza z nich polega na tym, aby inspirować, wspierać i koordynować działania małych wspólnot religijnych. Bardzo ważną funkcję w tym zakresie mogą pełnić instytucje kościelne²⁵. Wiąże się to z uznaniem i wspomaganie udziału wiernych świeckich w misji Kościoła. Natomiast druga kwestia dotyczy możliwości wielowymiarowych oddziaływań wspierających grup religijnych. Wspólnoty tego typu mogą spełniać rolę systemu pomocowego dzięki procesom interakcji społecznej, w wyniku czego dochodzi do wymiany informacji, emocji, instrumentów działania i dóbr materialnych. Tak rozumiany proces wymiany daje podstawę do stwierdzenia, że wspólnoty religijne mogą dawać cztery rodzaje wsparcia²⁶:

1) wsparcie emocjonalne – tworzenie warunków oparcia przez obecność, troskę, stwarzanie bezpieczeństwa i poczucie przynależności;

2) wsparcie informacyjne – wymiana informacji sprzyjająca lepszemu zrozumieniu otaczającej rzeczywistości i doświadczanych problemów, co sprzyja redukowaniu stresu w sytuacjach trudnych i odzyskiwaniu kontroli nad własnym życiem;

3) wsparcie instrumentalne – dostarczanie instrumentów do różnego typu działań, szczególnie w sytuacjach trudnych;

4) wsparcie rzeczowe – pomoc o charakterze finansowym i/lub materialnym.

²⁵ Zob. M. K a l i n o w s k i, *Grupy religijne parafią jutra?*, [w:] *Współczesne problemy Kościoła*, red. M. Rusecki, Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL 1997, s. 177-186.

²⁶ H. S ę k, *Wprowadzenie do psychologii klinicznej*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe „Scholar” 2001, s. 267-268.

Celem interakcji wspierającej jest pomoc w budowaniu zasobów rozwojowych osoby oraz podtrzymywanie na duchu i zmniejszanie stresu w sytuacjach trudnych przez towarzyszenie, tworzenie poczucia przynależności, dawanie nadziei oraz zbliżanie do rozwiązywania problemów.

III. SPECYFIKA POMOCY OSOBOM WSPÓLUZALEŻNIONYM PRZEZ WSPÓLNOTY RELIGIJNE

Głoszenie przez Kościół Ewangelii rodziny poprzez szkołę Nazaretu²⁷ sprzyja temu, aby wspierać szczególnie te systemy rodzinne, które są zagrożone utratą miłości, prawdy, dobra i wolności, w tym również osoby doświadczające syndromu współuzależnienia. Układ socjalizacyjny grupy religijnej może spełniać takie zadanie z tego względu, że wprowadza w świat wartości i kształtuje predyspozycje do wykonywania działań w różnych sferach życia społecznego, prowadzi do afirmacji drugiego człowieka i wspólnoty, kształtuje zdolności do refleksji nad podstawowymi zagadnieniami sensu życia oraz pomaga stworzyć taką hierarchię wartości, aby podstawowe potrzeby były podporządkowane potrzebom i celom wyższym²⁸ Uczestnictwo w grupie religijnej osób współuzależnionych uzasadnia również fakt, że celem rozwoju człowieka nie jest jedynie unikanie czy redukcja objawów patologicznych w funkcjonowaniu człowieka, ale ukierunkowanie w działaniach na optymalizację życia, która jest wynikiem osobistego wzrostu, autonomii w postępowaniu, adekwatnego spostrzegania rzeczywistości, kompetencji w działaniach oraz pozytywnego nastawienia do siebie i do innych ludzi²⁹ Dla osiągnięcia optymalizacji życia konieczna jest nadzieja na przyszłość i znalezienie fundamentu, na którym można opierać sens własnej egzystencji. Zaangażowanie we wspólnotę religijną może stanowić dla osoby współuzależnionej jednoznaczne uznanie prawd wiary chrześcijańskiej jako filozofii określającej linię własnego rozwoju i podstawy poczucia bezpieczeństwa w otaczającym świecie³⁰ Szczególna pomoc grup religijnych we wspieraniu

²⁷ J a n P a w e ł II, *Przemówienie w czasie modlitwy Anioł Pański w dniu 28 grudnia 2003 roku*, „Wiadomości KAI”, 2004, nr 1, s. 20.

²⁸ K. Dąbrowski, *Zdrowie psychiczne a wartości ludzkie*, Warszawa: PTHP 1974.

²⁹ D. Rosenhan, M. Seligman, *Psychopatologia*, t. 1, Warszawa: PTP 1994, s. 23.

³⁰ K. Ostrowska, *Znaczenie kształtowania postaw moralno-światopoglądowych*

rozwoju osób doświadczających objawów współzależnienia powinna polegać z jednej strony na redukowaniu trzech skryptów funkcjonowania: „nie mów”, „nie ufaj” i „nie odczuwaj”, a z drugiej – na budowaniu konstruktywnych zachowań tych osób.

Skrypt „nie mów” dotyczy bezwzględnego milczenia na temat istniejącego problemu uzależnienia zarówno we własnym gronie, jak i na zewnątrz. Skutki obowiązywania tej zasady są niebezpieczne, ponieważ członkowie rodziny nie wiedzą nawzajem o swoich odczuciach, otoczenie zaś nie może przyjść ze skuteczną pomocą. Możliwość przełamania skryptu „nie mów” w grupie religijnej wynika z faktu przeorganizowania uzależnionego systemu rodzinnego w układ otwarty na inne grupy społeczne, co nierozzerwalnie wiąże się z uelastycznieniem ról społecznych, większą obiektywizacją otaczającej rzeczywistości, własnej rodziny jako całości, jej poszczególnych członków oraz obrazu własnej osoby³¹ Warto podkreślić, że dla człowieka otaczająca rzeczywistość jest wynikiem subiektywnego postrzegania i definiowania sytuacji, które kształtują się w procesie interakcji ze światem zewnętrznym. Rezultatem tego procesu jest stabilizacja lub modyfikacja własnego zachowania zgodnie z normami grupowymi, w tym wypadku z normami wspólnoty religijnej³² Dlatego obecność w grupie tego typu może w znacznym stopniu przyczynić się do bardziej adekwatnego spostrzegania otaczającej rzeczywistości i doświadczanych problemów, a tym samym do redukowania mechanizmów obronnych zaprzeczania i racjonalizacji, będących wynikiem trudności w rozumieniu siebie i lękowego nastawienia wobec świata zewnętrznego. Przełamaniu skryptu „nie mów” służy również wzajemne porozumienie i aktywne (życzliwe) słuchanie, co skutkuje wzajemnym otwarciem się członków grupy na poglądy, zachowania i doświadczenia drugiego człowieka. Wzajemne porozumienie między ludźmi oraz ich wiarygodność są wynikiem długotrwałego procesu, w którym partnerzy dostrzegają swoją uczciwość, bezstronność i dobre intencje. Warto podkreślić, że wzajemne porozumienie i aktywne słuchanie może doprowadzić u osoby współzależnionej do zmiany poglądów i nowej interpretacji własnych doświadczeń. Jeśli natomiast taka osoba będzie

w profilaktyce przestępczości nieletnich, [w:] *Zapobieganie demoralizacji nieletnich*, red. Z. Sobolewski, F. Kozaczuk, Rzeszów: Wyd. WSP 1990, s. 159-173.

³¹ P. K a r p o w i c z, *Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie?*, Białystok: Instytut Wydawniczy „Kreator” 2002, s. 164-187.

³² A. S i e m a s z k o, *Granice tolerancji. O teoriach zachowań dewiacyjnych*, Warszawa: PWN 1993.

wielokrotnie spotykała się z niechęcią czy z niedotrzymywaniem obietnic ze strony członków grupy, to nadawane przez nich komunikaty nie będą przyjmowane z zaufaniem i nie doprowadzą do zamiany skryptu „nie mów”³³

Skrypt „nie ufaj” oznacza brak zaufania zarówno do siebie, jak i do otoczenia. Jego skutkiem jest zgeneralizowany brak poczucia bezpieczeństwa, wynikający z minionych i/lub teraźniejszych zachowań zagrażających ze strony uzależnionego. W przełamywaniu skryptu „nie ufaj” ważne jest przebaczenie doznanych krzywd i bólu. Przebaczenie to trudny, ale bardzo ważny proces, ponieważ dzięki niemu wzrasta zdolność porozumiewania się i pojawia się szansa na budowanie relacji interpersonalnych opartych na zaufaniu. Dlatego w procesie przebaczenia niezwykle ważne jest doświadczenie religijne, które gwarantuje poczucie bezpieczeństwa w wyniku tego, że Bóg darzy człowieka zaufaniem, szanuje jego godność, akceptuje w sposób stały i nieodwołalny oraz daje możliwość przekraczania własnego „ja” Zrozumienie siebie w perspektywie prawd religijnych umożliwia również człowiekowi obronę przed zatrzymaniem cyklu przemocy we własnym życiu, ponieważ może zniwelować zależność między doświadczaniem przemocy w dzieciństwie a jej stosowaniem w życiu dorosłym³⁴ Ważne jest również to, że klimat zaufania, wspólne działania oraz wzajemne okazywanie akceptacji i szacunku we wspólnocie religijnej dostarczają okazji do tego, aby budować zaufanie do siebie. Jeżeli w grupie religijnej znajdują się osoby, które są obdarzane zaufaniem przez jednostki współzależnione, to mogą one skutecznie udzielać rad, które stanowią wsparcie informacyjne dla współzależnionych. Należy jednak zwrócić uwagę, że w procesie służenia radą nie można narzucać lub zmuszać do przyjęcia własnego punktu widzenia, ponieważ prowadzi to do pozbawienia drugiej osoby własnego zdania. Rada będzie miała charakter wsparcia informacyjnego, jeżeli będzie służyła rozwiewaniu wątpliwości i większemu rozumieniu zaistniałej sytuacji, ale jednocześnie osobie doświadczającej problemów zostanie pozostawiona swoboda własnego sposobu działania³⁵ Dzięki takiemu postępowaniu współzależniony może ponadto wykorzystywać lub kształtować umiejętność podejmowania odpowiedzialnych decyzji.

³³ S t o n e r, F r e e m a n, G i l b e r t, *Kierowanie*, s. 515.

³⁴ E. K u b e, *Przestępczość młodocianych z użyciem przemocy. Możliwości i szanse jej zapobiegania*, [w:] *Przemoc w życiu codziennym*, red. B. Hołyst, Warszawa: Agencja Wydawnicza CB 1997, s. 178.

³⁵ Z. G a ś, *Rodzina wobec uzależnień*, Marki-Struga: Michalineum 1993, s. 68.

Skrypt „nie odczuwaj” wyraża fakt tłumienia własnych emocji³⁶ Tak sformułowana zasada postępowania w znacznym stopniu hamuje rozwój osobisty i doprowadza do problemów z uzyskiwaniem autonomii emocjonalnej przez współuzależnionych. Nawet ci, którzy fizycznie odeszli od rodziny, doświadczają dużych trudności emocjonalnych, co staje się główną przeszkodą w tworzeniu bliskich stosunków z innymi ludźmi. Dorosłe dzieci alkoholików mają tendencję do powielania swojego związku z uzależnionym rodzicem, wybierając często za życiowego partnera osobę zależną od siebie lub od substancji psychoaktywnej. Niektóre z tych dzieci w ogóle unikają bliskich związków, a te, które zawierają związki małżeńskie i mają dzieci, czują się bardzo niepewnie w spełnianiu ról rodzinnych³⁷ Ważnym wsparciem wspólnoty w tym aspekcie są działania wzmacniające umiejętność rozpoznawania, nazywania i wyrażania uczuć przez osoby współuzależnione. Grupa powinna stwarzać okazje do tego, aby osoba współuzależniona mogła ujawniać, nazywać i okazywać swoje emocje, kształtować umiejętności komunikacyjne oraz poszerzać kompetencje związane z rozstrzygnięciem konfliktów za pomocą dialogu, negocjacji i kompromisu. Ważnymi przyczynami zaburzeń w funkcjonowaniu człowieka są niezaspokojone potrzeby psychiczne. U osób współuzależnionych często występuje frustracja potrzeb: miłości i przynależności, która uzewnętrznia się poprzez dotkliwie przeżywanie negatywnych emocji³⁸ Dlatego grupa religijna może być bardzo ważnym systemem wspierającym w redukowaniu skryptu „nie odczuwaj”, szczególnie wtedy, gdy kontakty we wspólnocie pozwalają na przeżywanie pozytywnych uczuć związanych z doświadczaniem bliskości, miłości, braterstwa czy przyjaźni.

Kształtowanie konstruktywnych zachowań. W parafiach funkcjonują grupy liturgiczne, zespoły zadaniowe (działalność kulturalna, społeczna lub charytatywna), formacyjne (służące rozwojowi osobowościowemu i wzrostowi duchowemu wiernych), terapeutyczne (ułatwianie uczestnikom rozwiązywania problemów psychicznych – od doradztwa przez wsparcie do psychoterapii), grupy samopomocowe (służenie osobom zagrożonym patologią społeczną, chorym, starym i niepełnosprawnym). Zaangażowanie w działalność powyższych zespołów sprzyja zarówno harmonijnemu rozwojowi człowieka, jak

³⁶ B r o w n, *Leczenie alkoholików*, s. 261.

³⁷ Tamże, s. 277.

³⁸ A. M a s l o w, *Motywacja i osobowość*, Warszawa: PAX 1990.

i konstruktywnemu zagospodarowaniu czasu wolnego³⁹ Istnienie na terenie parafii grup ukierunkowanych na realizację wielorakich celów może spełniać wobec uczestników różne funkcje, m.in.⁴⁰:

- 1) edukacyjne – zaspokajanie potrzeb poznawczych;
- 2) wychowawcze – zaspokajanie potrzeby informowania innych, potrzeby tworzenia, potrzeby doznawania aprobaty i uznania ze strony innych, potrzeby opiekowania się;
- 3) integracyjne – zaspokajanie potrzeby przynależności, uznania, osiągnięć;
- 4) rekreacyjne – zaspokajanie potrzeby zabawy, tworzenia, wyczynu;
- 5) kulturalne – tworzenie i/lub przyswajanie wartości kulturowych.

Spędzanie czasu wolnego we wspólnocie sprzyja przyjmowaniu elastycznych ról społecznych i uczeniu się zachowań związanych z działaniem grupowym, które polega na wspólnych działaniach nakierowanych na realizację wspólnych celów. Inicjowaniu i realizowaniu różnych przedsięwzięć we wspólnocie towarzyszy ponadto wymiana argumentów i uczuć, wspólne podejmowanie decyzji, gotowość wypełniania przydzielonych zadań i przyjmowanie odpowiedzialności za osiągnięty skutek. Doświadczenia tego typu są szczególnie ważne w przypadku osób funkcjonujących w rodzinach z problemem uzależnienia, gdzie występuje usztywnienie w pełnieniu ról, bierność, trudności w podejmowaniu decyzji i zaburzenia dotyczące poczucia odpowiedzialności.

Należy również podkreślić znaczenie wsparcia grupy religijnej dla osób współuzależnionych w rozwiązywaniu przez nich sytuacji trudnych – przede wszystkim deprivacji potrzeb, stanów przeciążenia, zagrożenia dla ważnych wartości, konfliktów i/lub frustracji. Istotą sytuacji trudnej jest to, że zaistniały stan jest zaskoczeniem, osoba nie wie, jak się zachować, a dotychczas stosowane sposoby radzenia sobie z problemami są niewystarczające. Człowiek staje się bezradny wobec trudności, które wymagają zmiany zachowania. Postępowanie w takiej sytuacji organizuje zasada prób i błędów, ponieważ osoba nie może skorzystać z wypracowanych rozwiązań⁴¹ Wspólno-

³⁹ W P r z y g o d a, *Wspieranie rozwoju człowieka – wsparcie pastoralne*, [w:] *Wzrastanie człowieka w godności, miłości i miłosierdziu*, red. M. Kalinowski, Lublin: Wydawnictwo KUL 2005, s. 147-164.

⁴⁰ A. R o y k i e w i c z, *Psychohygieniczne funkcje czasu wolnego*, [w:] *Zdrowie psychiczne*, red. K. Dąbrowski, Warszawa: PWN 1979, s. 234-262.

⁴¹ A. J a c y n i a k, Z. P ł u ż e k, *Świat ludzkich kryzysów*, Kraków: Wydawnictwo WAM 1996, s. 108.

towe stawanie w obliczu problemów powoduje wzrost zdolności do dzielenia się wartościami i uczuciami, większe współodczuwanie przeżyć drugiego człowieka, zwiększenie otwartości na informacje płynące ze świata zewnętrznego, dojrzewanie do samodzielności w podejmowaniu decyzji oraz większą elastyczność w podejmowaniu rozwiązań⁴² Nieformalne związki między członkami grupy doprowadzają też do tego, że w sytuacji problemowej występuje również motywacja do wspólnego podejmowania działań, ponieważ takie osoby przebywają blisko siebie i rozwiązują problemy w miarę ich powstawania, przy tym wrażliwość na zagrożenie dobra osoby lub dobra wspólnego wywołuje dążenie do czynnego działania i dostrzegania własnych uzdolnień, które pomagają rozwiązać istniejący problem. W związku z przedstawionymi zależnościami można stwierdzić, że wspólnota religijna może z wyjątkową siłą i z dużą skutecznością działać w sytuacjach kryzysowych⁴³ Należy jednak podkreślić, że konstruktywne rozwiązywanie problemów przez osoby współzależnione we wspólnocie religijnej wymaga przełamania skryptów „nie mów”, „nie ufaj”, „nie odczuwaj” oraz podejmowania zachowań nakierowanych na konstruktywne rozwiązanie problemu. Przedstawione warunki powinny być spełnione w możliwie największym stopniu, ponieważ tylko zaufanie i poczucie bezpieczeństwa, wyrażanie własnych odczuć i sądów na temat problemu, osiągnięcie porozumienia i chęć współdziałania między członkami wspólnoty umożliwia pozytywne rozwiązanie zaistniałego problemu⁴⁴

*

Podsumowując zagadnienia dotyczące znaczenia wspólnot religijnych we wspieraniu rozwoju osób współzależnionych należy podkreślić, że wspólnoty tego typu mogą stanowić dla wielu pogubionych osób szkołę przemiany życia, gdyż człowiek wzrasta z innymi, przez innych i dla innych⁴⁵ Proces

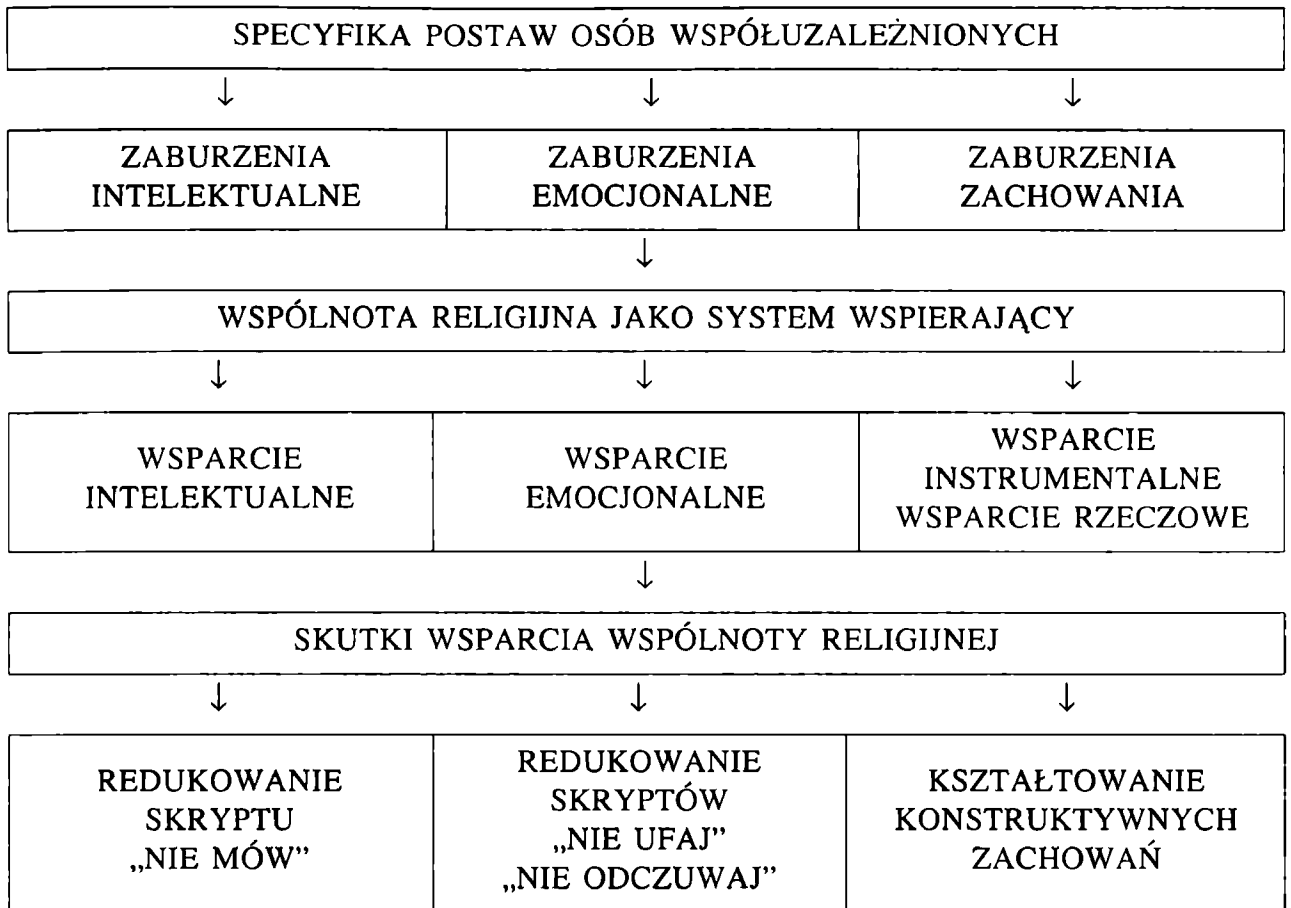
⁴² Cz. W a l e s a, *Psychologiczna analiza decyzji życiowo doniosłych*, [w:] *Wykłady z psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim w roku akademickim 1985/1986*, red. A. Biela, Z. Uchnast, T. Witkowski, Lublin: RW KUL 1988, s. 345.

⁴³ M. B r a u n - G a ł k o w s k a, *Mieć dziecko czy być matką*, [w:] *Oblicza macierzyństwa*, red. D. Kornas-Biela, Lublin: RW KUL 1999, s. 71.

⁴⁴ D a b r o w s k i, *Zdrowie psychiczne a wartości ludzkie*, s. 105-108.

⁴⁵ K a m i ń s k i, *Funkcje tradycyjne i nowe parafii terytorialnej*, s. 63.

wzrastania osoby współuzależnionej dzięki obecności we wspólnocie religijnej przedstawia poniższy schemat.



Należy podkreślić, że przemiana osoby dokonuje się przede wszystkim na drodze miłości, solidarności i miłosierdzia. Siła zmian nie zależy tylko od samej wspólnoty, ale również od osoby doświadczającej problemów współuzależnienia. Stąd niezwykle istotne jest odkrywanie własnej tożsamości i rozwiązywanie istniejących problemów w perspektywie religijnej.

BIBLIOGRAFIA

- A c k e r m a n R.: Children of Alcoholics, New York: Simon & Schuster 1987.
 B a u m g a r t n e r I.: Heilende Seelsorge in Lebenskrisen, Düsseldorf 1992.
 B e r n e E.: W co grają ludzie? Warszawa: PWN 1987.

- B r o w n S.: Leczenie alkoholików. Rozwojowy model powrotu do zdrowia, Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii, Komisja Edukacji w dziedzinie Alkoholizmu i innych Uzależnień 1992.
- D ą b r o w s k i K.: Zdrowie psychiczne a wartości ludzkie, Warszawa: PTHP 1974.
- F i d e l i u s A.: Dzieci ulicy – uwarunkowania rodzinne i środowiskowe, [w:] Współczesna rodzina polska – jej stan i perspektywy, t. II, red. H. Cudak, H. Marzec, Mysłowice 2005, s. 220-226.
- G a ś Z.: Rodzina wobec uzależnień, Marki-Struga: Michalineum 1993.
- G r u d z i a k S o b c z y k E.: Alkohol a polska młodzież. Raport 1992. Warszawa: Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych 1993.
- J a c y n i a k A., Płużek Z.: Świat ludzkich kryzysów, Kraków: Wydawnictwo WAM 1996.
- J a n P a w e ł II: Encyklika „Sollicitudo rei socialis”, nr 39.
- J a n P a w e ł II: Przemówienie w czasie modlitwy Anioł Pański w dniu 28 grudnia 2003 roku, „Wiadomości KAI”, 2004, nr 1, s. 20.
- K a l i n o w s k i M.: Grupy religijne parafią jutra?, [w:] Współczesne problemy Kościoła, red. M. Rusecki, Lublin 1997, s. 177-186.
- K a m i ń s k i R.: Funkcja diakonii w Kościele, „Roczniki Teologiczno-Kanoniczne”, 37(1990), z. 6, s. 1-15.
- K a m i ń s k i R.: Funkcje tradycyjne i nowe parafii terytorialnej, „Roczniki Teologiczno-Kanoniczne”, 32(1985), z. 6, s. 63-72.
- K a r p o w i ć z P Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie? Białystok: Instytut Wydawniczy „Kreator” 2002.
- K a r r e r L.: Spiritualität gemeindlicher Seelsorge: mit euch und für euch, [w:] Handbuch der praktischen Gemeindefarbeit, Hrsg. L. Karrer, Freiburg 1994, s. 312-343.
- K o ś c i u c h J.: Hierarchie wartości w nerwicach i psychopatii oraz ich zmiany pod wpływem psychoterapii, Warszawa: ATK 1984.
- K o w a l i k P.: Zagrożenia patologiczne współczesnej rodziny, [w:] Współczesna rodzina polska – jej stan i perspektywy, s. 171-179.
- K r u c i n a J.: Sumienie społeczne, Wrocław 1995.
- K u b e E.: Przestępczość młodocianych z użyciem przemocy. Możliwości i szanse jej zapobiegania, [w:] Przemoc w życiu codziennym, red. B. Hołyst, Warszawa: Agencja Wydawnicza CB 1997.
- M a s l o w A.: Motywacja i osobowość, Warszawa: PAX 1990.
- M e l l i b r u d a J.: Wybrane problemy patologii życia rodzinnego, [w:] Psychologia. Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej, t. III, red. J. Strelau, Gdańsk: GWP 2000, s. 750-758.
- M ü l l e r J.: Pastoraltheologie: ein Handbuch für Studium und Seelsorge, Graz 1993, s. 93-94.
- N a g ó r n y J.: Posłannictwo chrześcijan w świecie, t 1: Świat i wspólnota, Lublin 1998.
- O l e j n i k S.: Teologia moralna życia osobistego, Włocławek 1999.

- O p o z d a D.: Patologia w relacjach wewnątrzrodzinnych przedmiotem diagnozy pedagogicznej, [w:] Współczesna rodzina polska, s. 211-219.
- O s t r o w s k a K.: Znaczenie kształtowania postaw moralno-światopoglądowych w profilaktyce przestępczości nieletnich, [w:] Zapobieganie demoralizacji nieletnich, red. Z. Sobolewski, F. Kozaczuk, Rzeszów: Wyd. WSP 1990, s. 159-173.
- Papieska Komisja Iustitia et Pax. W służbie na rzecz wspólnoty ludzkiej: etyczne podejście do kwestii zadłużenia międzynarodowego, [w:] Dokumenty nauki społecznej Kościoła, t. 2, red. M. Radwan, Rzym-Lublin 1996, s. 240-241.
- P o s p i s z y ł I.: Przemoc w rodzinie, Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne 1998.
- P r z y g o d a W Wsparanie rozwoju człowieka – wsparcie pastoralne, [w:] Wzrastanie człowieka w godności, miłości i miłosierdziu, red. M. Kalinowski, Lublin: Wydawnictwo KUL 2005, s. 147-164.
- R o s e n h a n D., S e l i g m a n M.: Psychopatologia, t. 1, Warszawa: PTP 1994.
- R o y k i e w i c z A.: Psychohigieniczne funkcje czasu wolnego, [w:] Zdrowie psychiczne, red. K. Dąbrowski, Warszawa: PWN 1979, s. 234-262.
- S ę k H.: Wprowadzenie do psychologii klinicznej, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe „Scholar” 2001.
- S t o n e r J., F r e e m a n E., G i l b e r t D.: Kierowanie, Warszawa: PWE 1997.
- S z t a n d e r W Poza kontrolą, Warszawa: PARPA 1994.
- Ś l e d z i a n o w s k i J.: Uzależnienia wśród młodzieży szkolnej przeniesieniem patologii do rodzin jutra, [w:] Współczesna rodzina polska, s. 180-199.
- T h o r p D.: Doing Evangelization as a Parish, [w:] Pope John Paul II and the New Evangelization. How You Can Bring Good News to Others, Eds. R. Martin, P. Williamson, San Francisco 1995, s. 236-249.
- T o b i s A.: Kara ograniczenia wolności za przestępstwa przeciwko rodzinie, Warszawa: Wydawnictwo Prawnicze 1987.
- W a l e s a Cz.: Psychologiczna analiza decyzji życiowo doniosłych, [w:] Wykłady z psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim w roku akademickim 1985/1986, red. A. Biela, Z. Uchnast, T. Witkowski, Lublin: RW KUL 1988, s. 277-350.
- W o y d y ł ł o E.: Wybieram wolność, Warszawa: PTP 1993.
- Z i n k i e w i c z B.: Postawy rodzicielskie w percepcji dzieci i młodzieży z dysfunkcyjnych środowisk wychowawczych, [w:] Współczesna rodzina polska, s. 227-243.

RELIGIOUS COMMUNITIES SUPPORT FAMILIES WITH THE PROBLEM
OF ADDICTION TO PSYCHOACTIVE SUBSTANCES

S u m m a r y

The paper seeks to show the role of religious communities as regards their support for the persons who experience the syndrome of co-addiction. The first part of the paper shows the dynamism of the family system with the problem of addiction and mental, emotional, and behavioural symptoms of co-addiction. The second part seeks to show the religious community as a system supporting the development of man due to intellectual, emotional, instrumental, and material support. The third part presents the specific character of the support given by religious communities to those who experience co-addiction. In this kind of support the stress is laid on the reduction of scripts: "do not talk," "do not trust," "do not feel" and the formation of behaviours that are designed to help a constructive solution of difficult situations.

Translated by Jan Kłós

Słowa kluczowe: rodzina z problemem uzależnienia, współuzależnienie, wspólnota religijna, system wsparcia, wspieranie rozwoju, wspieranie w sytuacjach trudnych

Key words: family with the problem of addiction, co-addiction, religious community, system of support, support of development, support in difficult situations.