



Dorastanie

w domu z rodzicem nadużywającym alkoholu to problem, który występuje często i w każdym społeczeństwie. Z raportu amerykańskiej instytucji SAMHSA wynika, że około 8,7 mln dzieci w wieku do 17. roku życia mieszka w domu z rodzicem, który w ciągu ostatniego roku nadużywał substancji psychoaktywnych. Fakt ten ma ogromne znaczenie z perspektywy rozwoju jednostki oraz rodziny, ale również kształtowania się poszczególnych społeczeństw. Przeanalizowano, jaki wpływ na rozwój dzieci ma wychowanie przez ojca nadużywającego alkoholu.

Od poczęcia

Od dawna wiadomo, jak bardzo szkodliwe dla płodu jest spożywanie alkoholu przez kobietę w czasie ciąży. Do tej pory mało mówi się, czy picie alkoholu przez mężczyznę ma wpływ na rozwój poczętego przez niego dziecka. Okazuje się, że tak.

Badania wykazują, że dzieci poczęte przez mężczyzn, którzy nadużywają alkoholu, mogą cierpieć z powodu deficytów rozwoju mózgu. Co więcej, obserwuje się, że tego typu problemy mają głównie chłopcy. Zaburzony rozwój w życiu płodowym to początek długiej listy konsekwencji choroby alkoholowej ojca. Dotyczą one zarówno rozwoju społecznego, jak i emocjonalnego i poznawczego.

Mężczyźni, którzy nadużywają alkoholu i dostrzegają problem, często twierdzą, że ich picie nie szkodzi nikomu, poza nimi samymi. Okazuje się, że nawet niemowlęta reagują na depresję, alkoholizm i inne problemy rodziców.

Naukowcy z Instytutu Badań nad Uzależnieniami (RIA) Uniwersytetu w Buffalo zbadali rozwój społeczny, emocjonalny i poznawczy dzieci, których ojcowie nadużywają alkoholu. Obserwowano rozwój dzieci w wieku 12, 18 i 24 miesięcy. Jak się okazało, niemowlęta wychowujące się w rodzinach, w których ojciec nadużywa alkoholu, są bardziej uparte do 12. miesiąca życia, a w wieku 18. miesięcy mają więcej problemów z przyjmowaniem norm i

wartości.

Inne badania potwierdzają te odkrycia i pokazują znaczący wpływ nadużywania alkoholu przez ojca na rozwój dziecka. Chłopcy, których ojcowie piją nałogowo lub ryzykownie, mają kłopot z rozwinięciem prawidłowej samoregulacji, co może ujawnić się już w wieku przedszkolnym. Chodzi o trudności w kontrolowaniu impulsów oraz umiejętność samokontroli, regulowania emocji i asertywnego lecz świadomego wyrażania ich. Tego dzieci uczą się już w młodym wieku, a kłopoty z nauką autoregulacji są często czynnikami przyszłych problemów behawioralnych i uzależnień.

Nadużywanie alkoholu rodzica powoduje również szereg innych skutków psychologicznych u dzieci, w tym poczucie winy, lęk, zakłopotanie, dezorientację, gniew, depresję i niezdolność do nawiązania bliskich relacji.

Poczucie winy

Dzieci, których rodzice nadużywają alkoholu, często obwiniają siebie za picie osoby dorosłej. Wierzą, że gdyby byli inni niż są, to ojciec by nie pił. Choć nigdy nie jest to prawdą, dzieciom nie jest łatwo dojść do takich wniosków.

Niepokój

Kiedy dzieci mieszkają z pijącym ojcem, mogą martwić się o przyszłość, a nawet o to, co przyniesie kolejny dzień. Życie z kimś, kto nadużywa substancji psychoaktywnych, powoduje niepewność i nieprzewidywalność, a jeśli picie alkoholu towarzyszy przemoc fizyczna lub emocjonalna, może zwiększyć się poziom lęku, jaki odczuwa dziecko.

Zakłopotanie

Często nadmierne picie rodzica staje się rodzinną tajemnicą. Dlatego dzieci często czują, że nie mogą rozmawiać o swoim życiu domowym z innymi. Wstydzą się za rodziców i unikają włączania ich w swoje życie.

Gniew

Dla dzieci mieszkających z ojcem nadużywającym alkoholu gniew często staje się mechanizmem obronnym. Złość i bunt są łatwiejsze niż stawienie czoła lękowi i chaosowi. Co więcej, dzieci mogą nie tylko czuć złość na ojca, ale także na rodzica niepijącego, że nie robi więcej, by je chronić.

Jedno z badań wykazało, że nadużywanie alkoholu przez ojca jest bezpośrednio związane ze wzrostem i rozwojem problemów z gniewem u dzieci.

Chaos

Aby dzieci mogły się rozwijać, potrzebują w swoim życiu porządku i przewidywalności. Życie z kimś, kto jest uzależniony, nie jest przewidywalne, a to sprawia, że dzieci żyją w wiecznym poczuciu zagrożenia.

Depresja

Dzieci, których ojcowie nadużywają alkoholu, często czują się bardzo samotne i odizolowane – nawet jeśli mają rodzeństwo. Często są przekonane, że nikt ich nie rozumie i nie przejmuje się tym, przez co przechodzą. Smutek i niepokój mogą przekształcić się w ciężką depresję.

Badania wykazały, że dzieci alkoholików są znacznie bardziej narażone na tę chorobę oraz zaburzenia lękowe. Są również bardziej narażone na niską samoocenę i mogą zmagać się z fobiami społecznymi, zaburzeniami obsesyjno-kompulsywnymi, urazami fizycznymi i lękiem separacyjnym.

Problemy z budowaniem bliskich relacji

Ponieważ ojcowie nadużywający alkoholu nie zawsze są godni zaufania, dzieci często zakładają, że wszyscy są tacy sami i że bycie niesłownym to coś normalnego. Ponieważ wielokrotnie byli zawiedzeni, sami zachowują się w ten sposób i nie potrafią zaufać sobie i innym. Z tego powodu często niechętnie nawiązują relacje z innymi ludźmi.

Jak nadużywanie alkoholu wpływa na rodzicielstwo

Nadużywanie alkoholu ma również znaczący wpływ na ogólne zdolności rodzicielskie ojca. Z badania RIA wynika, że ojcowie niemowlaków, którzy nadużywają alkoholu, mniej rozmawiają z dziećmi, wyrażają mniej zaangażowania, częściej wyrażają negatywne emocje, a w zachowaniu dziecka odnotowuje się gwałtowne zmiany nastroju i reakcje. Ponadto, nadużywanie alkoholu sprawia, że ojcowie nie potrafią odczytywać zachowań swoich dzieci, nie rozumieją ich, nie reagują na dziecięce potrzeby.

Co więcej, alkoholizm rzadko jest jedynym problemem, jaki toczy daną rodzinę. Często picie towarzyszy depresja i współuzależnienie, co jeszcze bardziej obniża zdolności rodzicielskie obojga rodziców.

Czytaj też: „[Córki alkoholików, ich samoocena i poczucie kontroli](#)”

Źródło:

„[Alcoholic Fathers and a Child's Development](#)”