



Dorastanie

w rodzinie, w której istnieje problem alkoholowy, może mieć znaczący, negatywny, wpływ na funkcjonowanie w wieku dorosłym, co objawia się bardzo często niską samooceną oraz skłonnościami do zachorowania na depresję. Badania prowadzone na grupie 94 osób z rodzin z problemem alkoholowym oraz 96 osób z rodzin, w których ten problem nie występował (tzw. grupa kontrolna), miały na celu określenie różnic między cechami osobowości, samooceną i tendencjami do depresji u osób pochodzących z obydwu tych grup.

Do badania wykorzystana została Skala Samooceny Rosenberga (SES), Inwentarz Osobowości (TIPI-PL) oraz Inwentarz Depresji Becka (BDI). Badanie jednoznacznie wykazało, że osoby dorastające w rodzinach z problemem alkoholowym charakteryzowały się niższym poziomem samooceny oraz większym nasileniem objawów depresji, w porównaniu z grupą kontrolną. Osoby pochodzące z rodzin z problemem alkoholowym nierzadko można określić jako osobowości neurotyczne. Neurotyzm jest natomiast przeciwieństwem stabilności emocjonalnej. Osoby, które osiągają niskie wyniki w zakresie sumienności, stabilności emocjonalnej, ekstrawersji, otwartości na doświadczenia i ugodowości, są narażone na ryzyko niskiej samooceny, co z kolei zwiększa ryzyko depresji.

Czym jest [rodzina z problemem alkoholowym](#)?

Rodzina to przede wszystkim otoczenie, które stanowi podstawowe źródło przywiązania i wychowania. Środowisko rodzinne jest jednym z najważniejszych czynników wpływających na rozwój poczucia własnej wartości. Natomiast rodzina, w której występuje problem alkoholowy, to rodzina, w której ktoś pije nadmiernie, destrukcyjnie lub w sposób niekontrolowany. Choroba alkoholowa choćby jednego z członków rodziny staje się głównym punktem odniesienia dla postaw, zachowań i doświadczeń pozostałych jej członków. Sposób funkcjonowania osoby uzależnionej od alkoholu jest jednym z najbardziej stresujących czynników w całym systemie rodzinnym.

Cechy osób z rodzin z problemem alkoholowym

Osoby, które dorastają w rodzinach z problemem alkoholowym mogą częściej przejawiać charakterystyczne zachowania i przyjmować różnorakie postawy. Przede wszystkim możemy tu wskazać na impulsywność, bierność, depresyjność, lęk przed odrzuceniem oraz nasiloną niestabilność emocjonalną. To natomiast może prowadzić do wielu problemów, takich jak zwiększone skłonności do depresji, lęków, myśli samobójczych, nadużywania substancji psychoaktywnych, a także trudności interpersonalnych.

DDA – Dorosłe Dzieci Alkoholików

W badaniach wyodrębniono trzy grupy tzw. Dorosłych Dzieci Alkoholików:

1. „profil z niskimi objawami” – ta grupa charakteryzuje się prawidłowym poziomem przystosowania ogólnego. Najczęściej występujące objawy u osób z tej grupy to problemy adaptacyjne, podejrzliwość, nieśmiałość i stany depresyjne.
2. „profil depresyjno-lękowy”- w tej grupie często występują tendencje do wyolbrzymiania trudności, introwersji, a także objawy depresyjne i lękowe. Ponadto u osób z tej grupy często można zaobserwować brak pewności siebie i impulsywność.
3. „profil z wysokimi objawami” – osoby z tej grupy charakteryzują się niskim poziomem przystosowania ogólnego oraz głębokimi zaburzeniami afektywnymi.

Depresja często ma związek z niskim poczuciem własnej wartości. Poczucie własnej wartości odnosi się do subiektywnej oceny własnej wartości przez jednostkę. Osoby z niską samooceną częściej odczuwają smutek, samotność i obniżenie nastroju, nierzadko także czują się bezwartościowe i niekompetentne. Poczucie niskiej samooceny w okresie dorastania powoduje większe narażenie na zachorowanie na depresję w wieku dorosłym.

Dorosłe dzieci alkoholików radzą sobie ze swoją niską samooceną, bądź poprzez stawianie sobie wysokich wymagań i celów, bądź poprzez zachowania unikowe, czyli wycofywanie się z trudnych zadań i sytuacji w celu uniknięcia niepowodzenia. Osoby, które dorastały w rodzinach z problemem alkoholowym, często są narażone na przemoc i inne, niekorzystne, doświadczenia.

Podsumowanie

Celem badań było określenie różnic i zależności między cechami osobowości, samooceną, a skłonnościami do [depresji u osób wychowujących się w rodzinach z problemem alkoholowym](#) lub bez nich. Analizy wykazały, że zależności pomiędzy wszystkimi badanymi zmiennymi

były istotne.

Osoby z rodzin z problemem alkoholowym charakteryzują się wyższym nasileniem objawów depresyjnych oraz niższym poziomem stabilności emocjonalnej i poczucia własnej wartości. Na podstawie przeprowadzonych badań można stwierdzić, że osoby wychowujące się w rodzinach z problemem alkoholowym charakteryzować się będą wyższym poziomem neurotyczności niż osoby wychowujące się w rodzinach bez tego problemu. Wyniki badania wykazały także istotne różnice w samoocenie. Osoby z rodzin z problemem alkoholowym charakteryzowały się niższą samooceną niż grupa kontrolna. Może to wynikać z kilku czynników, takich jak przemoc psychiczna i fizyczna, zastraszanie, nieprawidłowe więzi rodzicielskie i niższy status społeczno-ekonomiczny. Ważnym aspektem jest także to, że z powodu nadużywania alkoholu sytuacja materialna w rodzinie jest często niestabilna. Dzieci z rodzin z problemem alkoholowym nierzadko wstydzą się, że mają mniej możliwości od swoich rówieśników. To także sprawia, że czują się gorsze. Poważną konsekwencją dojrzewania w takich warunkach jest także zwiększone ryzyko depresji. Dzieci uzależnionych rodziców są szczególnie narażone na zaburzenia psychiczne.

Źródło:

[„Osobowość, samoocena i depresja u osób pochodzących z rodzin z problemem alkoholowym”](#), Agnieszka Waligórska, Wiktoria Warońska, Joanna Dymecka, Jakub Filipkowski, Alkoholizm i Narkomania, 2022