

Zasvojenost kot slika družinskih odnosov

Zasvojenost je človekova strastna odvisnost od nekega sredstva za omamljanje, ki ga zasvojeni mora dobiti v rednih časovnih presledkih, sicer v njem notranja napetost naraste do nevzdržnosti (Rozman 1995, 91). Razvije se postopoma, bolj ali manj hitro, s privajanjem na določeno psihoaktivno snov ali vedenje. Vedno gre torej za proces, ki ne nastane čez noč, pač pa se razvija skozi več faz. Zasvojenost nikoli ni le enodimenzionalen problem, saj se navadno pojavlja v širšem okvirju in povzroča težave na različnih področjih življenja (Carr 2000). Vzrokov za nastanek odvisnosti je več, v tem članku se bova osredotočili na vlogo družine in odnosov v njej.

Raziskave in terapevtsko delo namreč kažejo, da so ena izmed ključnih poti v zasvojenost neustrezni družinski odnosi in čustvena klima v družini. Ozaveščanje in sprememba družinskega funkcioniranja ter odnosov sta neizbežen del uspešne ustavitve zasvojenosti, ki se navadno v eni izmed oblik prenaša iz generacije v generacijo (Carr 2000).

Vloga družine pri razvoju zasvojenosti

Zasvojenost ni le motnja enega člana družine, pač pa celotnega sistema. In vsak v tem sistemu s svojim vedenjem in odzivanjem pripomore k razvoju odvisnosti enega ali več članov. Posamezniki v družini razvijejo bolne individualne in odnosne obrambne mehanizme, ki se kažejo v poškodbah na večini ali v vseh razsežnostih.

Sistemiški pogled na družino, iz katerega izhaja relacijska družinska terapija, družino

razume kot sistem, sestavljen iz različnih pod-sistemov, ki so med seboj v nenehnih odnosih. Sistem, torej tudi družina, vedno stremi k ohranjanju svoje celovitosti, ki jo dosega preko vzdrževanja svojega ravnovesja. V tem smislu so vse dinamike in izmenjave v sistemu usmerjene k temu, da je to značilno družinsko funkcioniranje za vsako ceno ohranjeno, saj drugače družini grozi sprememba, ki bi lahko ogrozila njeno strukturo in s tem obstoj (Gostečnik 2004).

Tako tudi vsak podsistem družine (posameznik, zakonca, otroci ...) ohranja to ravnovesje tako, da vsak član igra svojo vlogo, ki jo narekuje nezavedno prenašanje čustvenih vsebin med člani družine. Če se bo tako v nekem podsistemu ali posamezniku pojavila stiska, ki bi lahko ogrozila družinsko ravnovesje, bo na drugi strani nekdo nezavedno odreagirala na način, ki bo preusmeril pozornost od te stiske in bolečine k simptomu, ki ga je veliko lažje obvladati. Na ta način v družini dobimo t. i. identificiranega pacienta, ki je največkrat samo simptom oz. zunanji izraz stiske ali patologije, ki je nekje drugje v družini (Gostečnik 1998, 2004).

V terapevtskem jeziku je zasvojenost v družini zanesljiv pokazatelj nerazrešenih in neizgovorjenih travm, ki se v družini nezadržno prenašajo iz generacije v generacijo. Družinski odnosi tako med člani družine ustvarjajo določeno napetost in s tem povezano stisko. Ravno pri soočanju s to stisko pa so droge v najširšem pomenu tisto sredstvo, ki omogoča umik in hkrati preusmeri pozornost od resnične bolečine k simptomu, ki ga predstavlja

pojav odvisnosti (Taylor 2002). V tem smislu problem zasvojenosti pri otroku starše rešuje pred soočenjem z resnično stisko, kjer je velikokrat ogromno bolečine, osamljenosti, zavrženosti, praznine in ostalih čutenj, ki bi preveč bolela, če bi prišla na dan. Zato je zasvojenost enega ali več članov družine najbolj funkcionalen regulator intimne, saj partnerja odvrne od njunega resničnega problema, ki leži v zakonskem konfliktu. Gre namreč za primarne in globoko ukoreninjene afektivne odnose, iz katerih je sestavljena psihična struktura posameznika in jih zato posameznik vedno znova išče in na novo ustvarja z namenom, da bi tokrat dokončno doživel razrešitev in odrešenje (Gostečnik 1998, 2004).

Dogajanje v družini z otrokom odvisnikom

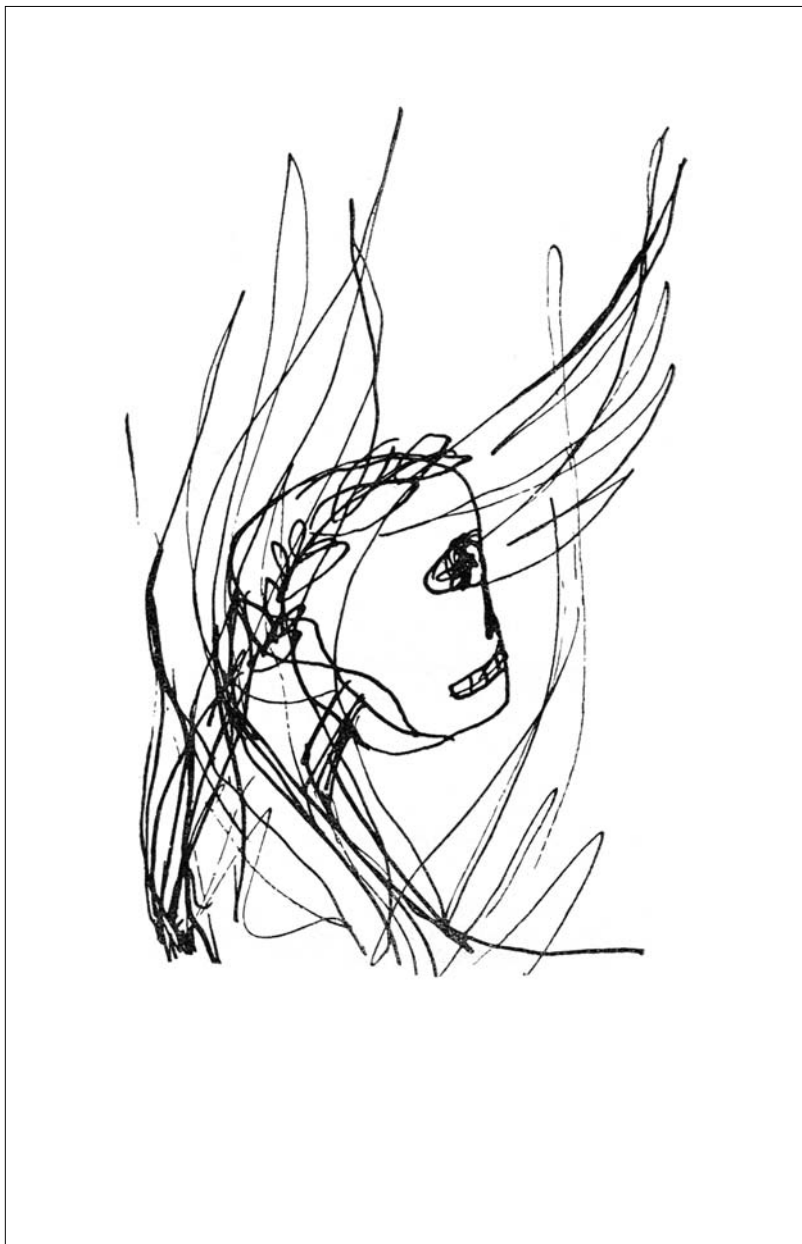
Raziskave in terapevtsko delo z družinami odvisnikov (glej Taylor 2002; Perše, Rahne 2003) kažejo na naslednjo značilno družinsko dinamiko. Pri tem bova osvetlili vlogi staršev v odnosu do otroka in samega sebe ter njun partnerski odnos.

Pri obeh starših težave otroka z zasvojenostjo prebudijo močno stisko; bolj ko se v družini zasvojenost ukorenini, z večjo bolečino, nemočjo, strahom in jezo se soočata starša. Pri tem starša doživljata močan strah in občutke krivde (Kaj sem/sva naredila narobe?). Krivca za nastalo situacijo iščeta drug v drugem ali v otroku, zato je družinsko ozračje preprejeno z medsebojnim obtoževanjem, grozo ali umikom, pasivnostjo. Starša ne veda, na kakšen način se soočiti s problemom, ki ju straši in ki navidezno presega njuno zmožnost reševanja. Otroka poskušata zavstaviti z ultimati in grožnjami, kar pogosto pripelje do verbalnih ali celo fizičnih obračunov. Starši lahko svoje razočaranje nad otrokom izrazijo prek zaničevanja, podcenjevanja in kritike, s čimer se teža situacije še poglobi. V tem peklu vsak vpleten doživlja izgubo spoštovanja

in od drugega prejema sporočila, da je slab in nevreden. Na drugi strani pa se ravno otrok sooča s temi čutenji in z drogo opozarja na svojo stisko. Z begom v zasvojenost se poskuša rešiti te groze, neprimernosti, krivde, strahu in izgubljenosti, za katero ne ve, kje je njen izvor. Te stiske pa v družino ni prinesel otrok, pač pa so to neprepoznana boleča občutja staršev, ki izhajajo iz travm prejšnjih generacij in so vpete v njun zakonski odnos. Kjer zakonca ohranjata svoj odnos le prek lažne vezi, ki jo vzdržuje strah pred zavrnitvijo in razvrstnotenjem, bosta svoj odnos uporabljala tako, da drug drugega in samega sebe varujeta pred razdiralnimi občutki strahu, sramu in krivde. Otroci v takih zakonih predstavljajo pravo grožnjo staršem, zato se le-ti nanje odzovejo z nezavedno agresijo in sovražnostjo (Kompan-Erzar 2003).

Za dogajanje v družini je torej ključnega pomena odnos med partnerjema. Če sta drug drugemu blizu, se upoštevata in sta v svojih vlogah enakovredna, lahko ohranita enotnost v vzgoji in otroku posredujeta jasna, odkrita sporočila in meje ter ju otrok ne ogroža. Neenotnost v partnerstvu pa se kaže v dominantnosti, pasivnosti ali odsotnosti enega od partnerjev. To lahko vodi v medsebojno poniževanje in kritiko, prenos odgovornosti in krivde ter neodzivnost v starševski vlogi. Pri tem aktivnejši partner prevzame še del starševske vloge drugega, s čimer se v družini čustveno neravnovesje in nesorazmerje moči še poveča.

Rizični družinski faktorji, ki naj bi vodili k pojavu odvisnosti, so slabi odnosi s starši, malo nadzora s strani staršev in nestanovitna disciplina, družinska dezorganiziranost z nejasnimi pravili, vlogami in rutinami (Carr 2000). Otroku, ki se znajde v napetem in grozečem vzdušju, se nauči potlačiti svoje odzive, kot so bes, jeza, bolečina in strah. V takem okolju je namreč nevarno pokazati svoja močna občutja (Frelih-Gorjanc, Simonič



Bara Remec: V ognju groze plapolam

2005). To vzdušje pa v družino prehaja ravno preko partnerskega odnosa, ki ga ustvarjata zakonca. Nesorazmerja v partnerskih vlogah močno vplivajo tudi na to, koliko drug drugega podpirata v svojih starševskih vlogah in koliko se v tej vlogi vsak čuti kompetenten in sproščen. Če partnerski odnos ni odnos iskrenosti, zaupanja in sproščenosti, pač pa je vir odkrite ali prikrite nevarnosti in nesoglasij, to nehotе jemlje starševstvo vsakemu izmed njiju, saj preko starševstva poskušata pridobiti izgubljen del občutka lastne vrednosti in potrditve. Vendar pa sta vlogi mame in očeta za otroka enakovredni in nezamenljivi, nihče od njiju namreč ne more drugega nadomestiti. V naslednjih primerih želiva prikazati, kar se je pokazalo pri terapevtskem delu, da nerazrešene in boleče posameznikove izkušnje, ki jih ima iz primarnih odnosov s starši, v temeljih določajo tudi odnose, v katere kasneje vstopa kot partner in starš.

Oče

Za otroka je ključnega pomena, da je ob njem oseba, ki prevzame očetovsko vlogo, mu postavlja meje in ga s svojim vzorom opogumlja za odhod v svet. Pri terapevtskem delu se je pokazalo, da je v družinah z zasvojenim članom oče navadno ali fizično odsoten ali pasiven v svoji vlogi, pri tem oče torej pri vzgoji otroka ne sodeluje enakovredno, lahko se izogiba svojim očetovskim obveznostim. Lahko pa se oče postavi v vodilno vlogo v družini, kjer mami ne dopušča enakovrednosti. Pri tem z dominanco in nevprašljivo avtoriteto ali umikom pred sabo in drugimi zakriva lastne občutke negotovosti, strahu, tesnobe in jeze. S tem ustvarja togo in napeto ozračje strahovlade in negotovosti. Na zunaj se to kaže v napestih pri stiku z ženo in/ali otrokom, saj ima lahko do drugih slabšalen odnos, jih podcenjuje ter verbalno in fizično napada. Lahko pa oče na otroka naslavlja previsoka, nerealna, a hkrati protislovna pričakovanja. Nasprot-

no pa so ravno prevzem ustrezne očetovske vloge, pozitiven odnos do otroka in hkrati postavljanje jasnih, preglednih meja omogočili razreševanje problema.

Mama

Vloga mame v družini z zasvojenim članom se kaže v dveh vidikih. Mame so navadno pretirano skrbne in ljubeče, otroka želijo obvarovati pred "krutostjo" sveta, nase prevzemajo njegovo odgovornost. Svoje čustveno partnerstvo izražajo s tem, da ne priznajo otrokovega postopnega odraščanja in osamosvajanja ter otroku čustveno "ne pustijo oditi". V vlogi matere so negotove: ali s svojo strogostjo in nepopustljivostjo nosijo masko moči in so za otroka čustveno nedostopne ali pa v odnos z otrokom vstopajo z močnim čustvenim nabojem. V otroku iščejo čustvenega partnerja, otroku vzbujajo krivdo in ga s svojo "ljubeznijo" in žrtvijo dušijo.

Kako starši doživljajo otroka

Starši različno doživljajo svoje otroke, vendar pa lahko potegneva določene vzporednice. Najpogostejše te otroke doživljajo kot manipulativne, kar pa se v času zasvojenosti samo še stopnjuje. Starši otroka ali precenjujejo ali podcenjujejo, v obeh primerih pa nanj naslavlja previsoka pričakovanja. Otroci od njih dobivajo dvojna sporočila, saj v svoji starševski vlogi niso dovolj gotovi in konsistentni. Starši nimajo stika z otrokom, otrok se umakne v svoj svet, je poslušen in ubogljiv ali uporniški. Zaradi svoje pretirane skrbnosti prevzemajo odgovornosti otroka nase in ga zato dojemajo kot nedoraslega svojim letom, nezrelega, hkrati pa mu ne dajo možnosti, da bi dokazal nasprotno.

Komunikacija in čustveno vzdušje v družini odvisnika

V družini je komunikacija osiromašena, obstaja zgolj na površini, člani med sabo ni-

Terapevtsko delo

majo stika in zato le predpostavljajo o dogajanju drug v drugem. Med starši in otroci vlada negotovost in ni zaupanja, komunikacija je neiskrena zaradi strahu pred ranjenostjo. Nekje otroka ne slišijo, drugod pa s pretiranim zanimanjem silijo vanj in povzročijo otrokov umik. Določene teme so v družini tabu in se o njih ne govori. Značilnost komuniciranja teh družin je tudi nejasna komunikacija, saj člani dobivajo dvojna sporočila. Kažejo se v neusklajenosti verbalnega in/ali neverbalnega izražanja. Manipulacija tako ni le značilno vedenje odvisnika, pač pa je značilen način delovanja vseh družinskih članov.

Značilno čustveno dogajanje v družinah je neizražanje vseh občutij ali pretirano izražanje le enostranskih občutij. Tu gre za intenzivno izražanje občutij ljubezni in skrbnosti. Pri tem otroci niso deležni nobene graje in kritike, starši ne izražajo nezadovoljstva, žalosti in razočaranja. Lahko pa starši na otroka naslavljajo le negativna občutja jeze, besa, razočaranja, zaničevanja. S tem otroka podcenjujejo in omalovažujejo. Ker ne dobiva nikakršnih pohval in potrditev, ima nizko samopodobo, pridobi si nezaupanje v svoje sposobnosti in je nesiguren v svojih dejanjih.

V družini je stalno prisotno ogromno občutkov strahu. Ta je lahko nedefiniran in se odraža v tesnobi in nemiru, lahko pa gre za strah pred (ponovno) ranjenostjo. V družini navadno ni prisotnega temeljnega zaupanja, ker so se člani soočali že z neštetimi izgubami, prikrajšanji in razočaranji, niso pa zmogli drug drugemu nuditi opore.

Ena od ključnih postaj na poti iz zasvojenosti je soočenje družine z resnico. Starši se pred njim iz strahu zatekajo k zanikanju, ker je resnica preboleča. Slepí so zaradi nepoznavanja droge ali pa minimalizirajo problem zasvojenosti. Do srečanja z resnico starši pridejo ob lastnem zlomu - takrat postopoma sprejmejo svoj delež odgovornosti.

Kot se lahko prepozna iz zgoraj navedenih orisov, se v družini, kamor vstopi otrokova odvisnost, starši resnično soočajo s težkimi občutki groze, besa in nemoči ob poskusu ustavitve le-te. Običajno se starši nevede oprejo ravno na tiste načine reševanja, ki zasvojenost še bolj utrjujejo, saj s čustvenim umikom ali napadom napetost v družini in mladostniku le še stopnjujejo. Starši mladostniku pripisujejo vso krivdo in ga sramotijo, s čimer se le-ta poistoveti. Vendar pa je navadno odziv staršev na grožnjo zasvojenosti sprva tak in nihče zanj noče prevzeti odgovornosti. Vedeti je treba, da starši niso krivi, da je otrok posegel po omamnih sredstvih, vendar pa so odgovorni in edini, ki lahko otroku in sebi pomagajo priti ven iz neustreznih načinov vstopanja v odnose. Ker se družina pri reševanju iz stiske običajno tako močno čustveno zaplete in zasvojenost pri starših in otroku prebudi tako močne in boleče čustvene odzive, vsak od njih popolnoma podvomi v to, kaj je prav in kaj ne in sebe v tem čisto izgubi. Zato je vključitev v proces zdravljenja za razrešitev občutij sramu, krivde in strahu nujen korak za celo družino.

Psihoterapevtsko zdravljenje se lahko začne šele, ko se zaustavi odvisnost, saj je zasvojenost v svoji najhujši obliki grožnja otrokovemu življenju in jo je potrebno jemati zelo resno. S tem lahko zasvojenost razumemo kot zadnji klic staršem po pomoči s strani otroka. Zato mora biti otrok v prvi fazi zdravljenja od odvisnosti pod zdravniškim nadzorom, v primeru eksperimentiranja z drogo (alkoholom, hrano, tabletami ...) pa starši prevzamejo 24-urni nadzor nad njim. Na ta način otrok kljub zunanemu uporju s strani staršev dobi sporočilo, da je za njih prvi in najbolj pomemben. Če starš tukaj lahko verjame sebi in svoji pomembnosti za otroka, bo to starševsko vlogo lahko tudi prevzel in mu nudil odnos, ki bo za oba čustveno varnejši in bolj zadovoljujoč, kot sta ga izkusila do sedaj.

Relacijska družinska terapija tukaj daje možnost, da zakonca poskrbita za varnost v svojem odnosu, v luči katerega bo družinsko življenje lahko funkcionalno, sproščeno, ustvarjalno, pristno in spontano, ne pa zastrupljeno s tesnobo, strahom, negotovostjo, agresijo ali osamljenostjo. Ob tem otrokom ne bo treba oditi v svet odvisnosti. V procesu psihoterapije starša lahko prideta do bolečine, ki je velikokrat še globlja in samo njuna: seže celo do odnosov, ki sta jih starša doživljala v svojih družinah. Razsulo odnosov se je velikokrat začelo že v njihovih primarnih družinah, kjer je bila zaznamovanost z zavrženostjo, neslišnostjo, zlorabo, nezaupanjem in nevarnostjo (Frelih-Gorjanc, Simonič 2005).

Vloga vere

Zasvojenost je po svoji naravi tista, ki tako otroku kot vsem vpletenim jemlje vero, pa naj bo to vera vase, v drugega, v odnose in v uspeh zdravljenja ali celo v smisel življenja in Božje pomoči. Ob njej človek pade najgloblje, saj se mu odpirajo najhujše bolečine nesprejetosti, poraza, zavrženosti, osamljenosti in praznine. Pot iz odvisnosti je ravno zaradi soočanja s prej nezavednimi in neizgovorjenimi vsebinami, ki se v družinskih odnosih prebujajo, polna resničnega trpljenja. Nihče namreč v tem ne ostane neprizadet in tukaj vsak doseže svojo mejo, lastno dno. Ravno vera in zaupanje v Boga pa družini ponuja zdravilno moč, da se lahko sooči z bolečimi občutki in odnosi ter ob tem ohrani svojo edinstvenost. Vendar pa vera posamez-

nika ne sme razbremeniti odgovornosti, da na svoje ali življenje njemu ljubih oseb nima vpliva (Taylor 2002). V procesu zdravljenja družina lahko prek sprememb neustreznih vzorcev (znova) pridobi vero in s tem vzpostavlja varen odnos, najprej med partnerjema, nato pa še z otroki, kjer se ponovno začne graditi medsebojno zaupanje. Varen in sproščen dom, ki ga taki odnosi omogočajo, življenju vrne upanje, veselje in vero. Milost odpuščanja pa daje vrednost prehojeni poti, saj le-ta ne razdira, ampak prinaša novo povezanost in bližino.

Literatura:

- Carr, A. (2000). *Family Therapy: Concepts, Process and Practice*. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd.
- Frelih-Gorjanc, J., Simonič, B. (2006). Zasvojenost v družini. V: Hrovat-žnidaršič, Z. (ur.), *Droga in moja odgovornost*. Vol. 1. Ljubljana: Zavod Pelikan - Karitas, 32-39.
- Gostečnik, C. (1998). *Ne grenite svojih otrok*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2004). *Relacijska družinska terapija*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Kompan-Erzar, K. (2003). *Skrita moč družine*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Perše, M., Rahne, T. (2003). *Prikaz strukture in dinamike družin z zasvojenim članom, vključenih v terapevtsko skupino staršev Skupnost Srečanje*. Diplomaska naloga. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Rozman, S. (1995). *Zaljubljeni v sanje*. Ljubljana: Dan.
- Taylor, C. Z. (2002). Religious Addiction: Obsession with spirituality. *Pastoral Psychology*, 50 (4), 291-315.