

Charakterystyka sytuacji dzieci w rodzinie wieloproblemowej, a formy pomocy

Rodzina dysfunkcyjna jest zamknięta, zakłamana (chroni „tajemnicę rodzinną”), panuje w niej zaburzona komunikacja i zamieszanie co do ról. Jest nastawiona raczej na sztywne utrzymanie systemu rodzinnego, niż na rozwój swoich członków.

Dysfunkcja rodzinna, której skutki dotyczą dzieci, może przybierać różne formy:

- Alkoholizm, inne uzależnienia lub choroba psychiczna w rodzinie
- Przemoc fizyczna lub psychiczna, maltretowanie i wykorzystywanie seksualne
- Psychiczne opuszczenie dzieci (nieobecność emocjonalna rodziców), chłód emocjonalny
- Czynne odrzucanie i dewaluowanie dziecka
- Nadużycia emocjonalne, czyli używanie dziecka przez dorosłego do zaspokajania swoich potrzeb emocjonalnych (np. czynienie z niego powiernika spraw dorosłych, tworzenia koalicji z dzieckiem przeciw drugiemu rodzicowi)
- Stawianie nieadekwatnych do rozwoju i możliwości dziecka wymagań – infantylizowanie dziecka lub żądanie spełnienia nadmiernych oczekiwań
- Przerost sztywnych wymagań nad okazywaniem miłości i czułości
- Nadopiekuńczość i nadmierna kontrola

Z powodu uzależnienia choruje cała rodzina, dlatego również cała rodzina powinna się leczyć. Udział w terapii wszystkich jej członków daje ok. 80% szansy na wyjście uzależnionego z nałogu i naprawę wzajemnych relacji. Gdy na leczenie zgłasza się tylko uzależniony lub tylko ktoś z jego bliskich, wtedy szanse te spadają o połowę. Leczenie rodzin zwykle wymaga więcej czasu niż terapia dla uzależnionych. Dłuższy jest bowiem proces uświadamiania sobie problemu i trudniejsza motywacja do zmiany zachowania. Osoby współuzależnione często przerywają terapię, ponieważ gdzieś w podświadomości mają zakodowane przekonanie, że nie jest im ona potrzebna. terapia dla rodzin jest taka sama jak dla uzależnionych, chociaż nie prowadzi się jej razem. Poza indywidualnym kontaktem z terapeutą, konieczne są zajęcia w grupie. To bardzo ważne, ponieważ dopiero konfrontacja z innymi pozwala znaleźć dystans potrzebny do wprowadzania zmian. Grupa daje możliwość zidentyfikowania się z własnym problemem. Daje też poczucie siły, dostarcza radości, pomaga przetrwać najtrudniejsze chwile. Bywa, że na pewien czas staje się nawet zastępczą rodziną.

Dziecko wychowujące się w dysfunkcyjnej rodzinie doświadcza:

- Życia w ciągłym stresie i napięciu
- Koncentracji myśli, uczuć i postępowania wokół członków rodziny
- Zaprzeczania na zewnątrz o istnieniu problemów w rodzinie
- Izolacji społecznej rodziny, spowodowanej utrzymywaniem tajemnicy rodzinnej
- Zamiany ról w obrębie rodziny (np. matka przejmuje rolę ojca, starsze dzieci przyjmują rolę rodziców dla młodszego rodzeństwa)
- Trudnych emocji: wstydu, bezradności, niepewności, lęku, strachu, poczucia winy, żalu, tłumionej złości i wściekłości

Dziecko, aby przetrwać w takiej rodzinie musi przystosować się do sposobu jej życia, gdyż jest zbyt słabe, aby coś zmienić w rodzinie. Niedostatecznie wspomaga ona jego w pokonywaniu zadań rozwojowych, dostarcza mu natomiast urazowych doświadczeń:

- Frustracja: niezdolność rodziny do empatycznego rozumienia i zaspakajania potrzeb dziecka, zaniedbywanie, opuszczenie, odrzucenie, nieadekwatność, itp.)
- Inwazyjność: niezdolność rodziny do powstrzymywania się od naruszania granic dziecka (agresja słowna, przemoc fizyczna, seksualna, nieadekwatność, itp.)

Formy pomocy dla uczniów z rodzin dysfunkcyjnych:

Pomaganie dzieciom z rodzin dysfunkcyjnych to przede wszystkim:

- Profilaktyka (pomoc w zapobieganiu destrukcyjnym skutkom i pogłębianiu się urazów), która obejmuje:
 - Zajęcia edukacyjno – rozwojowe
 - Budowanie alternatywnego do środowiska dysfunkcyjnego środowiska
- Pomoc psychologiczna

Profilaktyka powinna polegać przede wszystkim na wyposażeniu ucznia w następujące umiejętności:

- rozpoznawanie, nazywania i wyrażania uczuć
- odróżniania emocji od myśli i działania
- konstruktywnego radzenia sobie ze stresem
- organizowania czasu i planowania wykonywania zadań
- przewidywania konsekwencji własnych zachowań
- skutecznego komunikowania się werbalnego
- aktywnego słuchania

- empatii, rozumienia i wspierania innych ludzi
- korzystania z własnych praw, realizowania własnych obowiązków
- rozpoznawania i kierowania się w działaniu własnymi ważnymi potrzebami i pragnieniami
- panowania nad impulsami, kontroli emocjonalnej, odraczenia, zaspokojenia
- stawiania granic, asertywnego egzekwowania swoich praw
- odmawiania, nie ulegania wpływom presji
- podejmowania dobrych decyzji
- twórczego rozwiązywania problemów i konfliktów
- rozpoznawania stereotypów i uprzedzeń wobec osób odmiennych niż on sam