

“Jestem tym, kim mnie stworzyli”

W ostatnim artykule zwracałam uwagę na fakt, iż nasza osobowość jest kształtowana nie tylko przez nasze geny, ale w znacznej mierze przez doświadczenia, środowisko w którym żyjemy. W genach mamy bowiem zapisaną pewną predyspozycję do reagowania w określony sposób. To czy “podążymy” za nią uzależnione jest od tego gdzie, jak i z kim żyjemy oraz od tego co, kiedy, przez kogo i jak przeżyliśmy. Dzisiaj pragnę poruszyć bardzo trudny temat związany z radzeniem sobie w trudnych sytuacjach, jakimi są uzależnienie jednego z członków rodziny oraz przemoc w rodzinie.

Dzieci żyjące w tzw. rodzinach “dysfunkcyjnych” radzą sobie na różne sposoby z doświadczoną traumą. Rodzina, dom, który w założeniu ma być ostoją, bezpieczną przystanią staje się polem walki, strachu, niepewności, bezsilności. Dla każdego takie emocje są trudne do udźwignięcia a co z dzieckiem, które dopiero wkracza w świat wartości, norm, samorozwoju?

Najczęściej w takich sytuacjach dzieci przyjmują na siebie różne role. To jaka ona będzie w dużej mierze zależy od osobowości dziecka i nieświadomych oczekiwań ze strony bliskich osób. Głównymi rolami obejmowanym przez dzieci są: ratownik, kozioł ofiarny, błazen oraz cień.

Dzieci - Ratownicy, to osoby, które wszystkie swoje siły wkładają w działania mające na celu uchronienie rodziny przed skutkami patologii. Najczęściej są to najstarsze dzieci, które bronią rodzeństwo przed przemocowym rodzicem, robią zakupy, pilnie się uczą, nie sprawiają trudności wychowawczych i edukacyjnych w szkole. W późniejszych latach są to osoby, które potrzeby innych przedkładają nad własne. Takie osoby nie potrafią powiedzieć “nie”, są skłonne do pomocy nawet kosztem własnego zdrowia, czasu, pracy. To osoby perfekcjonistyczne, Mające nadmierne i nieuzasadnione poczucie odpowiedzialności za innych i ich działania.

Dzieci - Kozły Ofiarne. Najczęściej są to dzieci drugie z kolei. Ich zachowanie, tak samo jak działania Bohatera mają na celu odwrócenie uwagi społeczeństwa od problemów w rodzinie. Kozioł Ofiarny jednak podejmuje działania, które zwracają uwagę otoczenia na niego samego. Dziecko z tą rolą jest więc niegrzeczne, sprawia problemy wychowawcze, jest krnąbrne, chodzi własnymi drogami. Niejednokrotnie wpada w “złe” towarzystwo, sięga po używki. W dorosłości ma problemy z nawiązywaniem kontaktów, jest samotnikiem, brakuje mu motywacji w pracy, może mieć problemy z prawem.

Dziecko - Błazen najczęściej jest najmłodszym członkiem rodziny dysfunkcyjnej. Trudna sytuacja panująca w domu sprawia, że jest ono napięte, zestresowane, nie rozumie całej sytuacji, nie wie jak ma się w związku z nią zachować. Ten strach i lęk o przyszłość zostają przez Błazna wyparte i zamiast nich pojawia się potrzeba rozładowania napięcia w rodzinie. Dziecko wygłupia się, próbuje zwrócić uwagę na siebie poprzez żarty, gadatliwość. Jego działania są pozorne i nie przynoszą zamierzonych skutków. W dorosłym życiu osoba ta jest towarzyska, skora do nawiązywania nowych znajomości. W rzeczywistości jednak większość ludzi nie traktuje jej poważnie. Pomimo pokazywanej innym wesołkowatości, u Błazna dominuje smutek, czuje się samotny.

Ostatnią rolą podejmowaną przez dzieci jest rola Cienia. Jest to tzw. “niewidzialne dziecko”. Samo się sobą zajmuje, nie komunikuje swoich potrzeb. Ciągła niepewność, strach powodują, że dziecko zamyka się w sobie, żyje w świecie iluzji, wyobrażeń. Nie jest

absorbujące. Jako dorosły, Cień jest samotnikiem, nie angażuje się w działania, ma problemy w komunikacji. Żyje w świecie marzeń przez co trudno do niego dotrzeć.

Większość z opisanych mechanizmów dzieje się w podświadomości dziecka. Stanowi to jednak przykład na to, że doświadczenia mogą wpływać na naszą osobowość i ją modyfikować. To wszystko nie jest łatwe. To nie jest teoria. To praktyka, to realne osoby żyjące wśród nas.

Psycholog Maria Jamróz

Członek Zespołu Interdyscyplinarnego do spraw przeciwdziałania przemocy w rodzinie.