

ALKOHOLIKŲ VAIKAI. SVARBŪS FAKTAI

Atsakymai į dažniausiai pasitaikančius klausimus apie tėvų alkoholikų vaikus

JAV Piktnaudžiavimo psichiką veikiančiomis medžiagomis ir psichikos sveikatos bei humanitarinių paslaugų administracija SAMHSA (*Substance Abuse and Mental Health Services Administration*)

Informacija peržiūrėta ir atnaujinta 2007 m. rugpjūčio 28 d.

<http://www.athealth.com/consumer/disorders/COAFacts.html>

Visuomeninė organizacija „Tėvai prieš narkotikus“, 2007 m.

1. Alkoholizmas turi įtakos visiems šeimos nariams.

- Gyvenimas su nepagydomu alkoholiku gali sukelti stresą visiems šeimos nariams. Kiekvienas šeimos narys gali būti paveiktas skirtingai. Ne visos alkoholikų šeimos vienodai išgyvena ir reaguoja į patiriamą stresą. Sutuoktinio nealkoholiko nelankstumas ir neveiknumas yra lemiamas faktorius, nusakantis, kaip ši problema paveiks vaikus.
- Vaikai užaugę alkoholikų šeimose įgyja skirtingos patirties, negu vaikai, auginami normaliose (nealkoholikų) šeimose. Vaikai užaugę kitokiomis disfunkcijomis pasižyminčiose šeimose gali turėti panašių vystymosi trūkumų ir stresą sukeliančių veiksnių, kaip ir vaikai, išaugę alkoholikų šeimose.
- Vaikams, kurie gyvena su neišgydomu alkoholiku, sunkiau sekasi vystyti ir palaikyti šeimyninius ryšius, intelektualinę ir kultūrinę orientaciją, aktyvią rekreacinę orientaciją bei savarankiškumą. Taip pat jiems būdingas didesni nesutarimai šeimos viduje.
- Dauguma tėvų alkoholikų vaikų nenoriai bendrauja su kitais šeimos nariais, į juos žiūri kaip į svetimus.
- Tėvų alkoholikų vaikams teisingai vystytis sveikatos požiūriu trukdo netinkamos sąlygos.

2. Daugelis žmonių teigia buvę paveikti alkoholizmo savo šeimose

- Septyniadešimt šeši milijonai amerikiečių, t.y. apie 43% suaugusiųjų, buvo paveikti alkoholizmo šeimose.
- Beveik kas penktas suaugęs amerikietis (18%) beaugdamas gyvena su alkoholiku.
- Apytikriai vienas iš devynių suaugusiųjų geriančių amerikiečių yra alkoholikas arba patiria problemų, susijusių su alkoholio vartojimu. Alkoholio daromi nuostoliai visuomenei yra daugiau kaip 166 milijardai dolerių per metus.
- Alkoholikų vaikai daug dažniau patiria fizinį smurtą ir mato prievartą šeimoje. nustatyta, kad JAV yra 26,8 milijono tėvų alkoholikų vaikų. Preliminariais tyrimais nustatyta, kad iš jų 11 milijonų yra jaunesni negu 18 metų.

3. Galima pateikti tvirtų mokslinių įrodymų, kad alkoholizmas šeimose plinta. Vaikai, augantys alkoholikų šeimose, labiau rizikuoja susirgti alkoholizmu ar įjunkti į narkotinių medžiagų vartojimą negu vaikai, išaugę nealkoholikų šeimose.

- Vaikams, išaugusiems alkoholikų šeimoje, tikimybė susirgti alkoholizmu yra keturis kartus didesnė negu vaikams iš nealkoholikų šeimų.
- Genetiniai veiksniai turi lemiamos įtakos alkoholizmui vystytis. Atsiranda vis daugiau literatūros, patvirtinančios alkoholizmo paveldimumą ir kitus šeimyninius veiksnius, kurie vaiką gali nukreipti alkoholizmo link.
- Vaikai, matydami kiek ir kokiomis sąlygomis tėvai naudoja alkoholinius gėrimus, vėliau patys pasirenka, kaip dažnai girtauti.
- Vaikų alkoholio lūkesčiuose atsispindi alkoholio vartojimo normos ir tėvų girtavimo įpročių suvokimas, kuris atsiranda labai ankstyvame vaiko amžiuje.

- Alkoholio lūkesčiai – tai vienas iš mechanizmų, paaiškinančių sąryšį tarp tėvų alkoholizmo ir stipraus palikuonių girtavimo koledže.
- Tėvų alkoholizmas ir priklausomybė nuo kitų narkotikų turi įtakos vaiko ankstyvajam supratimui apie alkoholį ir kitas narkotines medžiagas.
- Bendravimo šeimoje būdai taip pat gali turėti įtakos alkoholikų vaikų rizikai įjunkti į alkoholį. Nustatyta, kad šeimose, kuriose nors vienas tėvų yra alkoholikas, būdingas blogesnis tarpusavio bendravimas kai reikia spręsti iškilusias problemas, skirtingai negu nealkoholikų šeimose.
- Beveik vienas trečdalis bet kokios alkoholikų imties turėjo bent vieną tėvų, kuris irgi buvo arba yra alkoholikas.
- Vaikai iš alkoholikų šeimų dažniau negu nealkoholikų vaikai sukuria šeimas, linkusias į alkoholizmą.
- Tėvų alkoholizmas daro įtakos paauglių vartojimui keliais skirtingais būdais, įskaitant stresą, neigiamą afektą ir sumažėjusią tėvų priežiūrą. Neigiamas afektas ir bloga tėvų priežiūra yra susiję su tuo, kad jaunuoliai pradeda bendrauti su bendraamžiais, kurie palaiko narkotinių medžiagų vartojimo elgseną.
- Gerdami alkoholį, alkoholikų tėvų sūnūs patiria daugiau fiziologinių pokyčių, susijusių su malonumo pasireiškimais, negu nealkoholikų tėvų sūnūs, tačiau šis teiginys teisingas tik betarpiškai po išgėrimo.

4. Alkoholizmas dažnai daro stiprią neigiamą įtaką vedybiniams santykiams.

- Išsiskyrę ar atskirai gyvenantys vyrai ir moterys tris kartus dažniau negu susituokę gali pasakyti, kad jų sutuoktinis buvo alkoholikas arba girtuoklis.
- Beveik du trečdaliai išsiskyrusių ir atskirai gyvenančių moterų, ir beveik pusė išsiskyrusių ar atskirai gyvenančių vyrų iki 46 m amžiaus, šeimoje kurį laiką buvo veikiami alkoholizmo.

5. Alkoholis yra dažnai susijęs su smurtavimu, o nusikaltėliai dažnai būna paveikti alkoholio.

- 68% netyčinių žmogžudysčių, 62% užpuolimų, 54% nužudymų ir pasikėsimų nužudyti, 48% plėšikavimų ir 44% įsilaužimų lemiami priežastimi yra laikomas alkoholis.
- Prievartos šeimoje tyrimai patvirtina, kad dažnai su tuo yra susijęs didžiulis suvartotas alkoholio ar kitų narkotinių medžiagų kiekis.
- Alkoholikų vaikai daug dažniau patiria fizinį smurtą ir mato prievartą šeimoje.
- Palyginti su nealkoholikų šeimomis, alkoholikų šeimos sunkiau sprendžia iškilusias problemas – ir tarp tėvų ir vaikų, ir visoje šeimoje. Šie menki bendravimo ir problemų sprendimo įgūdžiai gali būti mechanizmai, dėl kurių alkoholikų šeimose blogėja tarpusavio ryšiai ir padidėja konfliktavimas.
- Tėvų alkoholikų vaikai patiria daug didesnę trikdančiojo elgesio riziką ir daug dažniau negu nealkoholikų tėvų vaikai linkę susijaudinti, būti agresyvūs ar impulsyvūs.

6. Remiantis klinikiniais stebėjimais ir preliminariais tyrimais, ryšys tarp tėvų alkoholizmo ir vaikų prievartavimo būdingas daugeliui vaikų prievartavimo atvejų.

- Didelį šios šalies vaikų skaičių augina priklausomieji tėvai. Iš daugiau kaip vieno milijono kiekvienais metais smurtą patiriančių ir valstybinėse vaikų apsaugos tarnybų agentūrose užregistruojamų vaikų, kaip nurodo valstijų socialinės apsaugos tarnybos, piktnaudžiavimas psichiką veikiančiomis medžiagomis yra viena iš dviejų didžiausių problemų, dėl kurių kenčia šeimos vidutiniškai 81% atvejų.
- Tyrimai liudija didėjančią alkoholizmo paplitimą tarp tėvų, smurtaujančių prieš vaikus.
- Esami tyrimai patvirtina, kad alkoholizmas daug stipriau susijęs su smurtavimu prieš vaikus negu kiti sutrikimai, kaip pavyzdžiui tėvų depresija.
- Nors yra keletas tyrimų patvirtinančių labai didelį alkoholizmo dažnumą kraujomaišos aukų tėvų tarpe, čia vis dėlto reikėtų dar nemažai papildomų tyrimų.

7. Alkoholikų vaikams labiau būdingi depresijos požymiai ir nerimas, negu normalių šeimų vaikams.

- Apskritai, alkoholikų vaikams būdingas žemesnis savęs vertinimas vaikystėje, jaunystėje ir ankstyvame brandos amžiuje, negu nealkoholikų tėvų vaikams.
- Alkoholikų tėvų vaikams būdingas didesnis psichopatologijos dažnis. Nerimas, depresija ir ryškūs elgesio sutrikimai yra labiau paplitę alkoholikų vaikų tarpe negu tarp vaikų, augusių nealkoholikų šeimose.
- Jauniems alkoholikų vaikams būdingi tokie depresijos ir nerimo simptomai, kaip verkimas, šlapinimasis į lovą, nesugebėjimas susirasti draugų, bijojimas eiti į mokyklą arba košmariški sapnai. Ūgtelėję tokie vaikai gali ilgai tūnoti savo kambaryje ir neužmegzti ryšių su kitais vaikais, teigdami, kad “jiems nėra su kuo pasikalbėti”. Paaugliams depresijos simptomai gali pasireikšti siekių idealizmu arba per dideliu drovumu, užsisklendimu savyje. Tėvų alkoholikų vaikams paauglystėje gali pradėti vystytis įvairios fobijos.

8. Alkoholikų vaikai susiduria su didesnėmis fizinėmis ir psichikos problemomis, jiems reikia didesnių sveikatos priežiūros išlaidų, negu vaikams iš nealkoholikų šeimų.

- Besigydančiųjų stacionaruose dėl piktnaudžiavimo psichiką veikiančiomis medžiagomis alkoholikų vaikų yra trigubai daugiau negu kitų vaikų.
- Besigydančiųjų stacionaruose dėl psichikos sutrikimų alkoholikų vaikų yra beveik dvigubai daugiau negu kitų vaikų.
- Įvairūs sužeidimai alkoholikų vaikams pasitaiko beveik pusantro karto dažniau negu kitiems vaikams.
- Bendrosios sveikatos priežiūros išlaidos alkoholikų vaikams yra 32% didesnės negu nealkoholikų vaikams.

9. Alkoholikų vaikams sunkiau sekasi atlikti verbalinių gebėjimų testus.

- Alkoholikų vaikų rezultatai, atliekant kognityvinių ir verbalinių sugebėjimų testus, yra prastesni. Jų sugebėjimams save išreikšti gali būti pakenkta; tai gali trukdyti jų mokymuisi, santykiams su bendraamžiais bei apsunkinti pokalbius su darbdaviais.
- Tačiau žemesni verbalinių sugebėjimų vertinimai nereiškia, kad alkoholikų vaikai yra intelektualiai atsilikę.

10. Alkoholikų tėvų vaikams dažnai iškyla sunkumų mokykloje.

- Tėvų alkoholikų vaikai dažnai mano, kad net jei jie ir stengsis mokytis, jiems vis tiek nepasiseks. Jie retai save vertina kaip sėkmingas asmenybes.
- Dažnai tėvai alkoholikai, auginantys vaikus, turi žemesnius kognityvinius gebėjimus ir jų vaikams trūksta skatinančios aplinkos. Būtent šiuo skatinimo trūkumu augimo aplinkoje galima iš dalies paaiškinti tai, kad alkoholikų vaikams, dažniau negu nealkoholikų, gresia nesėkmės.
- Ikimokyklinio amžiaus alkoholikų vaikai pasižymi prastesniais kalbos ir loginiais sugebėjimais, negu nealkoholikų vaikai, o prastesnius jų sugebėjimus lemia blogesnė stimuliavimo namuose kokybė.
- Alkoholikų tėvų vaikai dažniau praleidinėja pamokas, dažniau yra išmetami iš mokyklos, dažniau kartoja praeitų metų kursą ar yra kviečiami pas mokyklos konsultantą ir psichologą. Tai mažai susiję su akademiniais gebėjimais; veikiausiai yra tai, kad alkoholikų vaikams sunkiau palaikyti ryšius su mokytojais, kitais mokiniais ir mokykla; jie gali jausti nerimą dėl mokymosi, arba gali bijoti nesėkmės. Tikrąsias priežastis reikia nustatyti.
- Vis daugėja mokslinių duomenų, kad vėliau iškylančių problemų riziką, ir netgi alkoholio nulemtas pasekmes galima išaiškinti ankstyvame, o kartais netgi ikimokykliniame amžiuje.

11. Alkoholikų tėvų vaikams yra sunkiau abstrakčiai ir konceptualiai mąstyti.

- Abstraktusis ir konceptualusis mąstymas yra svarbus problemoms spręsti, nesvarbu ar jos būtų akademinės, ar gyvenimiškos situacijos. Todėl alkoholikų vaikams gali prireikti labai konkrečių paaiškinimų.

12. Alkoholikų vaikams būtų naudinga suaugusiųjų parama:

- Išsiugdyti savarankiškumą ir nepriklausomumą;
- Išvystyti stiprią socialinę orientaciją ir socialinius įgūdžius;
- Dalyvauti teikiant “reikalingą pagalbą”;
- Išsiugdyti glaudžius tarpusavio ryšius su žmogumi, kuris vaiku rūpinasi;
- Sėkmingai susidoroti su rizikinga emociniu patirtimi;
- Konstruktyviai suvokti patyrimus, net jei jie ir sukelia skausmą, ir vėliau gyvenime užsitarnauti teigiamą kitų žmonių požiūrį;
- Išsiugdyti kasdienio tvarkymosi strategijas.

13. Vaikus galima apsaugoti nuo daugelio problemų jiems augant alkoholikų šeimoje.

- Jeigu sveikoje šeimoje apeigos ir tradicijos, tokios kaip atostogos, šventės ir bendri pietūs yra labai vertinamos ir stengiamasi jas išlaikyti, jeigu aktyvus alkoholikas stengiasi susidoroti su savo problema, jei vaiko gyvenime yra kitų tvirtų jam svarbių žmonių, ir jeigu nuosaikiai ar stipriai laikomasi religinių įsitikinimų, vaikai gali būti apsaugoti nuo tėvų alkoholizmo pasekmių.

14. Jei būsimoji motina bet kuriuo nėštumo laikotarpiu vartoja alkoholį, tai gali sukelti gimdymo komplikacijas ar su alkoholiu susijusius neurologinius trūkumus.

- Tyrimais nustatyta, kad girtavimo nėštumo metu daugėja.
- Nustatyta, kad jei moteris nealkoholikė nėštumo metu vartoja nors ir nedidelius alkoholio kiekius, pakitimai atsiranda dar prieš gimdymą. Net jei motina yra nealkoholikė, jos vaikas gali būti neapsaugotas nuo priešgimdyvinio alkoholio poveikio.
- Kūdikių ir vaikų kognityviniai gebėjimai yra mažiau paveikiami alkoholio, jei motina nustojo girtauti ankstyvuojant nėštumo laikotarpiu, nepaisant to, kad ji vėl pradės gerti po gimdymo.
- Tyrimu šešiamečių vaikų, kurių motinos antrajame nėštumo trečdalyje vartojo alkoholį, buvo nustatyta, kad tokie vaikai pasižymi blogesniais mokymosi pasiekimais, jiems kyla skaitymo, gramatikos ir matematikos problemų.
- Maždaug 6 proc. motinų alkoholikų palikuonių turi vaisiaus alkoholinį sindromą (VAS); rizika gimti palikuoniui su VAS, jeigu prieš tai tikras brolis ar sesuo gimė su VAS, yra lygi net 70%.
- Asmenys, kuriems gimus buvo diagnozuotas VAS, turėjo intelekto koeficientą IQ nuo 20 iki 105, vidurkis 68. Šiems subjektams taip pat būdingas prastas sugebėjimas susikaupti ir išlaikyti dėmesį.
- Žmonėms su VAS būdingi augimo sutrikimai, morfologiniai nukrypimai, psichikos atsilikimas, elgsenos sutrikimai. Antrinė VAS įtaka paauglių ir suaugusiųjų tarpe apima psichikos sveikatos problemas, mokymosi mokykloje nutraukimą (iškrenta arba paliekami kartoti, arba išmetami), susidūrimus su teisėtvara, priklausomą gyvenimą suaugus ir įsidarbinimo problemas.