|  |
| --- |
| **SYNDROM DDA - Dorosłe Dzieci Alkoholików**  Zespół utrwalonych osobowościowych schematów funkcjonowania psychospołecznego powstałych w dzieciństwie w rodzinie alkoholowej, które utrudniają osobie adekwatny, bezpośredni kontakt z teraźniejszością i powodują psychologiczne zamknięcie się w traumatycznej przeszłości. Powoduje to przeżywanie i interpretowanie aktualnych wydarzeń i relacji przez pryzmat bolesnych doświadczeń z dzieciństwa. Zniekształcenia te nie są przez DDA uświadamiane. Schematy te są destrukcyjne i powodują wiele zaburzeń pacjenta w kontakcie z samym sobą oraz z innymi osobami, szczególnie z tymi, z którymi pacjent jest w bliskich związkach (Zofia Sobolewska-Mellibruda).  **PRZYCZYNY SYNDROMU DDA:**   * duża ilość traumatycznych doświadczeń, * chaos i nieprzewidywalność zdarzeń i zachowań dorosłych, * stałe napięcie, życie w przewlekłym stresie destruktywnych relacji, * dominacja cierpienia, więcej upokorzeń niż radości, * niezaspokojenie potrzeb i zaniedbania rozwojowe, * brak oparcia, odrzucenie, opuszczenie, * zagrożenie i przemoc domowa, * nadużycia seksualne, * brak spójnych norm i wartości, * neurotyczne poczucie winy, wstydu, * niepełny przebieg procesu rozwoju więzi, * brak ukształtowania pojęcia tożsamości „ja”, znaczenia granic; * lekceważenie i ośmieszanie w wychowaniu, doświadczania pogardy; * rozbudowanie systemu iluzji i zaprzeczania, życie w tabu, zaprzeczaniu i iluzji; * izolacja i brak bliskości, * niemożność dotarcia dziecka do prawdziwej osobowości rodziców, kiedy zadaje im pytania na temat swojej egzystencji.   **OBJAWY SYNDROMU DDA: (AJ – obronna struktura narcystyczna, z dominacją „zagrożonego ja”**   * krzywda emocjonalna wynikająca z odrzucenia przez rodziców (rodzice byli albo zajęci piciem alkoholu, albo skupieni na piciu partnera, partnerki); * obarczenie przez rodziców konsekwencjami ich choroby uzależnienia i/lub współuzależnienia; * zakotwiczenie emocjonalne w relacji z rodzicami w roli dziecka; * zależność, trudność w separacji; * problemy w kontakcie ze swoimi uczuciami i potrzebami; * niejasność uczuć i potrzeb, nieadekwatny obraz siebie, niska samoocena i poczucie własnej wartości; * brak świadomości i umiejętności obrony własnych i respektowania cudzych granic; * chaos pojęciowy zrównujący w sferze przekonań strach z szacunkiem, powodujący trudności w budowaniu relacji z autorytetami; * wypieranie poczucia krzywdy doznanego w dzieciństwie; * trudność w budowaniu relacji z innymi (w tym z osobami płci przeciwnej); * brak jasnych wzorców dotyczących ról związanych z płcią; * lęk przed bliskością; * wrogość w relacjach; * nad-odpowiedzialność i nad-kontrola; * nieufność i wzmożona kontrola; * potrzeba akceptacji za wszelką cenę; * lęk przed odrzuceniem skojarzony z doświadczeniami z relacji z rodzicami; * podwyższony poziom lęku, * zwątpienie w siebie, niskie poczucie własnej wartości; * poczucie winy, wstydu i strachu; * zamknięcie w sobie, skrytość; * pesymizm, * samotność, izolacja, * brak równowagi, drażliwość, histeryczność, huśtawki emocjonalne, zalegające uczucia złości, lęku, wstydu, smutku poczucia winy i krzywdy, chroniczne napięcie, * potrzeba mocnych wrażeń, zachowania ryzykowne (sięganie po substancje zmieniające świadomość, agresja, autoagresja itp.; * czarno-białe spostrzeganie świata (mech.obr. prymitywnej idealizacji, mech.obr. omnipotencji i dewaluacji) * perfekcjonizm, skłonność do kompulsywnych zachowań, somatyzacje, impulsywne zachowania, zachowania seksualne; * trudności z określaniem celów życiowych utrata sensu życia, utrata energii; * depresje, zaburzenia jedzenia, snu, mowy   Dorosłe Dzieci...   * zgadują co jest normalne; dominuje brak ukształtowania pojęcia zdrowia/normalności; * mają trudności z przeprowadzeniem swoich zamiarów od początku do końca; * kłamią, gdy równie dobrze mogłyby powiedzieć prawdę; (skłonność do patologicznego kłamstwa) * osądzają siebie bezlitośnie; * mają kłopoty z przeżywaniem radości i z zabawą; * traktują siebie bardzo poważnie; * mają trudności z nawiązywaniem bliskich kontaktów; * przesadnie reagują na zmiany, na które nie mają wpływu; * bezustannie poszukują potwierdzenia i uznania; (kompleksy, obronne nadkompensacje) * myślą, że różnią się od wszystkich innych; * są albo nadmiernie odpowiedzialne albo całkowicie nieodpowiedzialne; * są niezwykle lojalne, nawet w obliczu dowodów, że druga strona na to nie zasługuje; * ulegają impulsom; * czują się winne stając w obronie własnych potrzeb i często ustępują innym; * czują strach przed ludźmi, a zwłaszcza przed wszelkiego rodzaju władzą i zwierzchnikami; (trudności w funkcjonowaniu struktur hierarchicznych); * czują strach przed cudzym gniewem i awanturami; (zamykają się w sobie) * lubią zachowywać się jak ofiary; (masochizm) * bardzo boją się porzucenia i utraty; (jak mnie opuścisz – to sobie „coś zrobię”) * obawiają się ukazywania swoich uczuć; (obojętność / aleksytymia - polega na niezrozumieniu emocji swoich i otoczenia. Osoby cierpiące na to zaburzenie zwykle w dzieciństwie doświadczały chłodu emocjonalnego ze strony rodziców lub były nadmiernie rozpieszczane / dystymia - depresyjne zaburzenie osobowości, przewlekła depresja z lękiem; typ depresji charakteryzujący się przewlekłym (trwającym minimum 2 lata lub dłużej) obniżeniem nastroju o przebiegu łagodniejszym niż w przypadku depresji endogennej; * łatwo popadają w uzależnienia albo znajdują uzależnionych partnerów; * **są impulsywne - mają tendencję do zamykania się w raz obranym kierunku działania bez poważnego rozpatrzenia innych możliwości postępowania i prawdopodobnych konsekwencji podjętych działań, ta impulsywność prowadzi DDA do zamieszania, nienawiści do samych siebie i utraty kontroli nad otoczeniem; w dodatku potem zużywają przesadną ilość energii na oczyszczenie sytuacji**.   **Co pomaga „przetrwać” w rodzinie alkoholowej:**   * wsparcie od niepijącego rodzica, brata/siostry, babci, dziadka; * własne pragnienie ucieczki z „alkoholowego kręgu” i wybudowanie swojego zdrowszego środowiska; * uświadomienie sobie, że jedyną osobą na której mogę polegać to ja sam / sama; * dążenie do odizolowania od uzależnionych rodziców, zdystansowania się od nich; * wyjazd na studia pozwalający zminimalizować interakcje z rodzicami; * dążenie do stanięcia na własnych nogach, samodzielnego zarabiania na życie; * kultywowanie pozytywnych emocji („uśmiechać się pomimo trudności”); * dążenie do oderwania się od tego, co dzieje się w rodzinie, angażowanie się w różne działania poza jej obrębem (muzyka, sport, itp.); * świadomość braku własnej winy za alkoholizm rodziców; * dążenie do patrzenia z humorem na trudną sytuację rodzinną; * formowanie swoich życiowych celów, zadań, programów i ich realizacja (np. zdobycie elitarnego wykształcenia, poszerzanie horyzontów, rozwój osobisty); * chęć do ciekawego życia, pełnego wrażeń, twórczo je wypełniając, itp.   **LECZENIE SYNDROMU DDA - CELE PSYCHOTERAPII:**   * zamierzony powrót i przepracowanie urazów z dzieciństwa i dorastania oraz możliwych sytuacji rewiktymizacji[[1]](#footnote-1) * praca nad uwolnieniem się od cierpienia, wstydu, lęku; * zaopiekowanie krzywdy, uwolnieniu się od poczucia krzywdy i winy za doznaną krzywdę emocjonalną * pogłębienie procesu świadomości źródła kryzysów emocjonalnych i mechanizmów funkcjonowania w relacjach współuzależnienia; * pogodzenie się z przeszłością, dzieciństwem, rodzicami; * odseparowanie od rodziców, budowanie własnej autonomii; * odbudowanie realnego wizerunku siebie i świata, wolnego od fantazji, myślenia życzeniowego; * zbudowanie fundamentów poczucia własnej wartości i akceptacji siebie takim jakim się jest; * odbudowanie zaufanie do siebie; * odzyskiwanie wewnętrznej mocy poprzez stawianie zdrowych granic; * opanowanie umiejętności ekspresji emocjonalnej, wyrażania uczuć, rozumienia uczuć i emocji; * zamiana nastawienie wobec własnego ciała (praca nad postawą, chodem, **podjęcie decyzji o byciu zdrowym**); * nabycie i ugruntowanie umiejętności rozwiązywania osobistych problemów bez „wspomagaczy” typu: alkohol, narkotyki, leki; * dostarczenie innych, niż stosowanie przemocy, strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach domowych i społecznych; * kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów „nie uciekając” i „nie atakując”; * kształtowanie umiejętności radzenia sobie z trudnościami – „umiejętność przetrwania ciosu” (budowa efektywnych strategii radzenia sobie); * wzrost umiejętność budowania satysfakcjonujących związków emocjonalnych; * wzięcie odpowiedzialności za własne życie; * wzrost i ugruntowanie umiejętności wykorzystywania własnych twórczych potencjałów w podejmowaniu aktywności osobistej, społecznej i zawodowej; * budowanie hierarchii życiowych celów (kim i czym chcę zostać); * tworzenie konstruktywnych postaw w odniesieniu do sytuacji życiowych, zdarzeń; * dostarczenie umiejętności psychologicznych i społecznych służących konstruktywnemu i twórczemu rozwojowi, i w ten sposób zapobieganie uzależnieniom, zaburzeniom psychicznym, degradacji społecznej i psychicznej, a wtórnie – bezrobociu; * wybieranie konstruktywnego funkcjonowania w kontaktach z ludźmi w różnych sytuacjach społecznych; * opanowanie umiejętności wypoczynku; * podstawą – terapia analityczna; przydatna na poziomie minimum – terapia behawioralno-poznawcza; * otwarcie się na wymiar duchowy; przemiana duchowa zdarza się, chociaż trudno ją zaplanować… * w Niemczech – utworzono specjalny system terapii behawioralno-poznawczej dla członków rodzin – „jak radzić sobie z trudnymi sytuacjami inicjowanymi przez uzależnionego”; |

Mam na imię Marta, mam 24 lata i jestem na 5 roku studiów.

Od niedawna zaczęłam bardzo interesować się DDA, z jednej strony dlatego, że sama jestem, a z drugiej strony dlatego, że taki temat pracy magisterskiej wybrałam. I chyba poniekąd to był błąd. Bo nie dość, że mam to wszystko na co dzień, to jeszcze dodatkowo każda moja wolna chwila kręci się teraz wokół tego.

Mieszkam w małej miejscowości w woj. mazowieckim, na studia wyprowadziłam się do Gdańska. Jak najdalej od domu, od ojca. Jednak została tam moja mama i brat. Teraz mój młodszy brat również wyprowadził się na studia, a ja - dziękuję Bogu, że to już ostatnie chwile w Gdańsku - wrócę do domu, do mamy. Żeby w końcu nie była sama w tym horrorze. Żebym w końcu przestała się martwić tym, że jak zadzwonię to nie odbierze, bo ojciec coś jej zrobił.

Mój ojciec nie pije odkąd pamiętam. Mam wspomnienia, kiedy było dobrze, kiedy naprawdę był dla mnie ojcem. Ale te wspomnienia powoli zanikają, a ich miejsce zajmują tylko te złe.

Kiedy miałam 10 lat ojciec miał wypadek i stracił dłoń. Od tego czasu się zaczęło. Zawsze był człowiekiem samowystarczalnym (rodzice mają gospodarstwo). Był naprawdę świetny w tym co robił, jednak po wypadku wszystko się zmieniło. Jedną ręką w gospodarstwie nie wiele już mógł zrobić, więc każde niepowodzenie wynagradzał sobie alkoholem. Z każdym dniem coraz więcej i więcej. Przestaliśmy się liczyć także my.

Mimo tego zawsze starałam się dawać mu powody do dumy. Wiadomo, jako dziecko miałam złudne marzenie, że jak będę się dobrze uczyć, to tata będzie ze mnie zadowolony i może nie pójdzie się napić. Świetnie szło mi w szkole, odnosiłam duże sukcesy poza szkołą – dużo śpiewałam. Jednak ojciec nigdy nie był na moim występie, żadnym konkursie itp.

Kiedy zdałam maturę i zdecydowałam, że jadę do Gdańska, jeszcze nie było tak tragicznie jak teraz. Po drugim roku studiów, kiedy byłam w domu podczas wakacji miał (jak się później dowiedziałam nie pierwszy) napad psychozy alkoholowej, z omamami, halucynacjami, agresją. Wtedy też po raz pierwszy mnie uderzył.

Długo nie mogłam się z tym pogodzić, nie mogłam uwierzyć w to co się stało. Wyzwiska, przykrości z jego strony, poniżanie, przemoc psychiczna - tak. Ale nigdy taka agresja. Wtedy coś we mnie pękło.

Dowiedziałam się, że takie sytuacje już miały miejsce, tylko mama z bratem ukrywali to przede mną. Żebym się nie denerwowała, kiedy byłam z dala od domu. Od tamtej pory takie sytuacje miały miejsce jeszcze kilkakrotnie. Jednak nigdy nie wezwaliśmy policji. Gdybyśmy to zrobili nie mielibyśmy już życia w domu. Nie mielibyśmy gdzie wrócić.

Wielokrotnie prosiłam mamę, żebyśmy się wyprowadzili, zostawili go. Ale mama całe swoje życie pracowała w tym gospodarstwie i mimo, że nie ma z tego nie wiadomo jakich pieniędzy, to ciężko jej to zostawić. Rozumiem to, ale chciałabym lepszego życia, dla niej i dla siebie.

Mam cudownego narzeczonego. Ale nie umiem się oderwać od tego wszystkiego. Ciągle się kłócimy, nic mnie nie cieszy. Żyję w potwornym stresie. Mam lęki. Nieraz budzę się w nocy z koszmarami, że coś zrobił mamie, że coś jej się stało, albo że znowu bije mnie.

Studiuję zdrowie publiczne i tematem mojej pracy mgr jest sprawdzenie, czy terapia dla DDA naprawdę działa. Wybrałam taki temat tylko po to, żeby poznać bliżej tą materię. Sama nigdy nie zdecydowałam się na terapię. Może w końcu to zrobię, bo moje życie nie sprawia mi radości. A za chwilę będę musiała stawić czoła prawdziwym problemom rzeczywistości.

Cieszę się, że przez moją mgr znalazłam to forum. I że na tym świecie nie jestem sama jedyna z takim problemem.

Marta, 24 lata

Marian, 59 lat

Tak się składa, że dopiero od niedawna (trzy-cztery miesiące) zacząłem sobie uświadamiać, że ja także mam syndrom DDA. Słyszałem wcześniej o nim, jednak zawsze odrzucałem myśl, że ja także mogę mieć takie cechy.

To dziwne, i zapewne wyda się wręcz nienaturalne, że mając 59 lat uświadamiam sobie jego istnienie we mnie.

Mam żonę i dwoje dzieci, już dorosłych. Wspaniałych i wspaniałą, ukochaną Żonę. Jednak, mimo że powinienem być szczęśliwy, to nie odczuwam tej sytuacji, mając bardzo często wyrzuty sumienia, że tak jest. To skomplikowane.

Jestem facetem, któremu życie nie poskąpiło przykrości. Studia, w tym podyplomowe – łącznie 3 kierunki kończyłem jako dorosły, zaocznie.

Kiedy czytam cechy DDA, wszystko się zgadza, pomimo kreatywności, dynamiki, sukcesów również zawodowych, coś zawsze było nie tak. To coś zajmowało często dużą, a niekiedy wręcz gigantyczną przestrzeń mojego życia.

Kiedy byłem mały i później dorastałem, dostawałem lanie za wszystko. Za brak pieniędzy, za brak miłości (mama zmarła kiedy miałem 3,5 roku), potem był dom dziecka i powtórne małżeństwo ojca z kobietą, która nigdy mnie nie lubiła.

Byłem zawsze tym gorszym, na marginesie, we wszystkim. Było bardzo biednie (siedmioro dzieci, ja z pierwszego małżeństwa ojca, ojciec nocny stróż i matka niepracująca). Skromne jedzenie, ale często dla mnie brakowało, albo najczęściej było mniej. Za podjadanie byłem bity.

Wychowywałem dzieci, chodziłem na wywiadówki, pożyczałem pieniądze na przeżycie rodziny. Pracowałem mając 14 lat (rąbanie drzewa i prace w polu za jedzenie i ziemniaki na zimę).

Mieszkaliśmy w mieście, ale nie korzystałem z tego co moi rówieśnicy. Byłem dorosły mając 13 – 14 lat.  
Załatwiałem podania, węgiel i sto innych spraw. Mając szesnaście lat zacząłem grać w zespole i przez 10 lat dawałem na dom wszystko co zarobiłem. Ciągle było mało i nigdy nie powiedziano dobrego słowa, nie podziękowano.

Były awantury, straszne. Strach wszechogarniający, kiedy stoisz pod ścianą i jesteś bity, i boisz się, że za chwilę ojciec cię zabije. Masz 11-12-13 lat. Kiedy prosisz, żeby nie bił, kiedy wyjesz z bólu, on bije jeszcze mocniej i każe milczeć. W pokoju stoi „druga” matka i czeka, a czasami przytrzymuje.

Ojca bito, więc sam bił. W więzieniu, po wojnie za walkę z UB. Pił, bo ojciec a mój dziadek też pił.

Ja modliłem się, żeby dziadek zmarł. Miałem 14 lat i Bóg wysłuchał prośby...

Potrafiłem wszystko. Nie było sprawy, problemu, którego bym się bał lub nie załatwił czy nie rozwiązał.  
Śmiałem się w duchu, że moi rówieśnicy mają takie śmieszne problemy i im zazdrościłem. Kiedy posiniaczony, z rozwaloną skórą na nogach czy plecach, szedłem do szkoły, ciekawi nauczyciele pytali się - co się stało Maryś? – „Spadłem ze schodów…”. Odpowiedź zadowalała. Nie ich problem…

Nie bałem się bicia, chociaż było częste i mocne. Gumowy wąż, pejcz skórzany z kilkoma rzemieniami, pięść, otwarta dłoń, miska lub co było „pod ręką”. To arsenał środków. Słowa były bolesne. Przeszywały jak włócznią. Ostre. Sięgały do serca, do wnętrza. Raniły raną, która się nie goi, ropieje i ciągle boli.

Za co? Nigdy nie podniosłem ręki na ojca czy matkę. Ojca kochałem. Jak dorosłem, było mi go żal. Mnie nie chwalono, chwalono się mną (czasami). Miałem „spieprzone życie” i często, tylko wiara w Boga pozwalała przeżyć. Nie wiem jak jest być przytulonym, u mamy czy taty na kolanach, lub słyszeć „dobrze, że jesteś”.

Nikogo nie obchodziło, co robię, byle była kasa i pomoc z mojej strony.

Przyrodnie rodzeństwo, niby coś „kumało”, ale było im wygodnie, mając takiego w domu można było nie pracować. Mama nie pozwoliła, bo jeszcze się napracują. Kiedy miałem 13 lat powiedziała, że nie będzie na moim ślubie i słowa dotrzymała.

Nie umiałem się cieszyć. Po co, dla kogo i z czego? Nie umiem się wielu rzeczy bać. O siebie. Nie o jedzenie, o zdrowie, przyszłość. Tylko o innych, o żonę, dzieci moją rodzinę. To jest autentyczny strach i poczucie winy. Że mogłem lepiej, więcej. Brakuje wyczucia granic…

Mam świadomość, tylko nie wiem jak to zrobić, by było inaczej. Miałem swój świat, książki i swoich bohaterów. I Wujostwo, bogatych, wykształconych, wpływowych ludzi. Zabierali na wakacje i uczyli. To był inny świat. Nieosiągalny, gdzie szczęście i spokój można było dotykać. Smakować. Bułka z kiełbasą i masłem. Gorące mleko, książki, czysto, spokój i ład. Piękna polszczyzną wypowiadane słowa, konwersacje, grzeczność autentyczna, dużo serca i czułości. Za każdym razem obiecywali, że zabiorą, że będę u nich mieszkał. Wierzyłem. Wuj był adwokatem, bratem mojej mamy, i za z każdym razem pakowano mnie do pociągu. Płacz przez cztery godziny i nadzieja przez kolejne miesiące do kolejnych wakacji. Może tym razem? Jak w wojsku „fala”, skreślane kolejne dni do wakacji, i nadzieja, niech boli, jak pojadę to wszystko się odmieni.

*Przepraszam, rozpisałem się. Chyba, pierwszy raz. Tak jakoś wyszło. To tylko mała część opowieści…*

Marian, 59 lat

**Claudia Black**, charakteryzując role społeczne pełnione przez dzieci, w celu poradzenia sobie z alkoholizmem rodziców, wyróżnia **trzy typy** dzieci:  
  
• dziecko odpowiedzialne - przejmujące ster i opiekujące się bezradnymi rodzicami i rodzeństwem;  
  
• dziecko dostosowujące się - bacznie obserwujące co się dzieje po to, aby szybko dostosować swój sposób myślenia i zachowania do wymogów danej sytuacji;  
  
• dziecko łagodzące sytuację - starające się zadowolić innych lub odwrócić uwagę od tego co się dzieje w rodzinie - w tym dzieci błaznujące i stwarzające problemy.  
  
**Inni badacze** tego problemu zwracają uwagę na to, że każde dziecko funkcjonuje w którejś z ról umożliwiających utrzymanie patologicznego systemu rodzinnego. Najczęściej spotykane są role:  
  
• „ratownika” - wyciągającego alkoholika z opresji i chroniącego tym samym przed konsekwencjami picia;  
  
• „prowokatora” - konfrontującego alkoholika z rzeczywistością, ale nie jest to na ogół działanie konstruktywne, lecz pogłębiające poczucie winy i małej wartości;  
  
• „ofiary” - przejmującej na siebie coraz większy zakres obowiązków alkoholika.

Obserwacja jakości życia rodzin z problemem alkoholowym pozwala również na **wychwycenie trzech zasad**, które determinują funkcjonowanie dzieci:  
  
• zasada „**nie mów**” - nakazuje zachowanie milczenia na temat tego co dzieje się w rodzinie;  
  
• zasada „**nie ufaj**” - nakazuje, aby nie ufać zarówno członkom własnej rodziny jak i obcym, bowiem ufność może narazić na doznanie krzywdy (konsekwencją jest brak poczucia bezpieczeństwa);  
  
• zasada „**nie odczuwaj**” - nakazuje, aby nie zagłębiać się we własne emocje (trzeba być „twardym”).  
  
Dzieci z rodzin z problemem alkoholowym, **poza podatnością na uzależnienia, przejawiają w życiu dorosłym szereg charakterystycznych cech**, z których najczęściej spotykane to:  
  
• trudności w rozumieniu tego co jest normalne, a co nie;  
• krytyczna samoocena i bardzo poważne traktowanie siebie samego;  
• ignorowanie własnych potrzeb emocjonalnych;  
• funkcjonowanie wg zasady "wszystko albo nic";  
• trudności w realizowaniu do samego końca swoich planów życiowych i częste uleganie impulsom;  
• branie odpowiedzialności za wszystko i za wszystkich oraz pracoholizm;  
• reagowanie niepokojem, gdy sprawy życiowe wymykają się spod kontroli;  
• brak zaufania i obawy przed nawiązywaniem bliskich związków z innymi ludźmi;  
• poczucie, że jest się ignorowanym, atakowanym;  
• stałe poszukiwanie aprobaty dla swojej osoby i brak umiejętności cieszenia się życiem;  
• poczucie odmienności;  
• nadmierna wrażliwość lub nadmierna obojętność ("znieczulenie emocjonalne").  
  
Dzieci te bardzo **często znajdują sobie partnerów, którzy są uzależnieni** od substancji psychoaktywnych, a jednocześnie gotowe są zrobić wszystko, aby nie dopuścić do rozpadu tego związku.   
  
**Perspektywa osamotnienia** jest dla nich zbyt bolesna, bowiem stanowi powrót do przykrych przeżyć z dzieciństwa. Badania wykazały na przykład, że synowie ojców - alkoholików są czterokrotnie bardziej narażeni na alkoholizm niż inni, a córki matek - alkoholiczek trzykrotnie częściej stają się alkoholiczkami niż inne kobiety oraz, że znacznie częściej wychodzą za mąż za alkoholików.

1. Wiktymizacja – proces stawania się ofiarą; wtórna wiktymizacja – stawanie się ofiarą w procesie sądowym, np. w sprawie o zgwałcenie (AJ – np. ofiary wolą przemilczeć, aby nie doświadczyć stygmatyzacji - *spójrz, to… ona…*) [↑](#footnote-ref-1)