

---

## Wstęp

---

Zagadnienie współzależnienia funkcjonuje na gruncie literatury światowej od blisko 40 lat. Jak wynika z badań oraz doświadczeń terapeutycznych praktyków, dotyczy ono głównie kobiet (Norwood 2004; Sztander 2016), co wynika przede wszystkim z przypisywanej kobietom w naszej kulturze roli opiekunki i strażniczki domowego ogniska (Rich 1977; Milner 1993). Opisywane jest także w odniesieniu do dorosłych osób wychowujących się w rodzinie alkoholowej (Dorosłych Dzieci Alkoholików, w skrócie DDA) (Woititz 1992; Sztander 2006; Wegscheider-Cruse 2001; Bradshaw 1999).

Inspirację do napisania niniejszego opracowania stanowiły własne doświadczenia autorki oraz prowadzenie wieloletniej praktyki w pracy terapeutycznej z osobami pochodzącymi z podobnych rodzin z problemem alkoholowym, czyli z osobami uzależnionymi, ich bliskimi, dorosłymi i dziećmi. Poznając historie tych osób, pojawiały się pytania i wątpliwości dotyczące tego, jak to się dzieje i co sprawia, że niektóre kobiety w swoim dorosłym życiu tak bardzo angażują się w toksyczną relację z alkoholikiem, że zupełnie zapominają o sobie, własnych potrzebach i pragnieniach, podporządkowując swoje życie osobie uzależnionej. Wydawać by się mogło, że aby odnaleźć odpowiedź na te pytania, wystarczy sięgnąć do literatury fachowej, jednak studiując literaturę przedmiotu, zamiast rozwiązać wątpliwości, można je jedynie pogłębić. W obliczu braku zgodności autorów podejmujących się badań i opisu problemu współzależnienia, jego genezy i uwarunkowań podjęto próbę dokonania analizy i własnego opisu tego zagadnienia.

Mimo zgody badaczy co do symptomów pozwalających na stwierdzenie cech charakteryzujących współzależnienie wieloznaczność terminologiczna tego pojęcia oraz brak konsensusu badaczy spowodowały, że zagadnienie to definiowane jest w odniesieniu do odmiennych czynników stanowiących podłoże dla jego kształtowania.

W pierwszej części książki przedstawiono psychologiczną perspektywę współzależnienia wraz z opisem jego symptomów. Szczegółowej analizie zostały poddane koncepcje współzależnienia zarówno w ujęciu choroby, jak i zaburzenia osobowości,

czy adaptacji do stresującej sytuacji. W kolejnym rozdziale przedstawiono rodzaje, formy i cele pomocy psychologicznej udzielanej osobom współuzależnionym dodatkowo uzupełnione o szczegółowy wykaz placówek rekomendowanych przez Polską Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych świadczących pomoc psychologiczną na terenie kraju.

Ponieważ w dostępnej literaturze przedmiotu uwidaczniają się deficyty w zakresie badań odnoszących się do takiego opisu współuzależnienia, które ukazywałyby biografie osób współuzależnionych na przestrzeni ich życia, właśnie to zagadnienie zostało poddane analizie badawczej, której cel i przebieg wraz z charakterystyką badanej grupy przedstawiono w rozdziale trzecim.

Z kolei część czwarta poświęcona jest opisowi przebiegu badań i prezentacji ich wyników.

Celem niniejszego opracowania jest przybliżenie problematyki współuzależnienia kobiet w odniesieniu do ich życiowych doświadczeń.

Zadaniem poszukiwań badawczych było poznanie doświadczeń życiowych, które aktualizują się we wspomnieniach autobiograficznych, i zrozumienie znaczenia tych wydarzeń jako procesu tworzącego historię życia osób współuzależnionych. Zamierzenia badawcze odnosiły się także do głębszego poznania podmiotowego ustosunkowania się osób współuzależnionych w procesie tworzenia przekonań o sobie, interpretowania własnego życia i nadawania mu sensu, wartościowania innych ludzi i relacji z nimi. Narzędziem zbierania materiału badawczego był wywiad narracyjny skonstruowany dla potrzeb realizowanych celów badawczych. W badaniach uczestniczyły trzydzieści dwie kobiety, które podjęły terapię ze względu na swoje trudności życiowe. Przeprowadzone badania pozwoliły poznać ich subiektywnie odtwarzane doświadczenia oraz zrozumieć zależności pomiędzy tymi doświadczeniami a kształtowaniem się symptomów współuzależnienia, co zostało poddane szczegółowemu opisowi w końcowej części niniejszej pracy.

Niniejsza książka stanowi rozwiniętą i pogłębioną wersję rozprawy magisterskiej przygotowanej i obronionej przez autorkę z wyróżnieniem (Klimczak 2018b). Prezentowane wyniki badań zostały także opisane w wersji skróconej w kwartalniku „Alcoholism & Drug Addiction”/„Alkoholizm i Narkomania” (Klimczak, Kiejna 2018a).

\* \* \*

Pragnę podziękować osobom, które przyczyniły się do powstania tej książki.

Dziękuję wszystkim kobietom, które uczestniczyły w długich rozmowach, dzieląc się ze mną swoimi życiowymi historiami, doświadczeniami i przeżyciami oraz wynikającymi z nich przemyśleniami.

Pragnę także podziękować mojej rodzinie za cierpliwość i wsparcie stanowiące źródło mojej siły oraz Dorocie Dyjakon za wszelkie bezcenne drogowskazy, okazaną przyjaźń i wsparcie, których doświadczyłam na drodze mojego terapeutycznego i naukowego rozwoju.