

JAUNUOLIŲ, AUGUSIŲ ALKOHOLIO PAVEIKTOSE ŠEIMOSE, VAIKYSTĖS DISFUNKCIJOS SUPRATIMAS SUAUGYSTĖJE

EDVINAS GURSKAS

ELEKTRŲ SAVIVALDYBĖS ADMINISTRACIJA. SOCIALINĖS PARAMOS SKYRIUS

Anotacija. Jaunuolių, augusių alkoholio paveiktose šeimose, pastebima sudėtinga šeimos dinamika. Trauminės patirtys ir nuolatinis stresas daro neigiamą įtaką vaikų psichosocialinei raidai. Tačiau pastebima, kad dalis jaunuolių demonstruoja atsparumą, taikydami skirtingus įveikos metodus. Empiriniai duomenys rodo, jog socialinė įtrauktis ir bendruomenės palaikymas ypač atsiskleidžia vaikų dienos centruose, tampa lemiančiomis sąlygomis, padedančiomis jaunuoliams įveikti iššūkius, didinti pasitikėjimą savimi ir sėkmingai adaptuotis suaugystės laikotarpiu.

Reikšminiai žodžiai: atsparumas, suaugystė, socialinis darbas, suaugę alkoholikų vaikai.

ĮVADAS

Šeima yra pirmoji ir svarbiausia socialinė aplinka, kurioje konstruojamas vaiko tapatumas, emocinis saugumas ir tarpasmeninių santykių kūrimo įgūdžiai. Vis dėlto jei šeimoje pastebima priklausomybė nuo alkoholio, dažnai šis procesas pažeidžiamas ir tampa neprognozuojamas. Remiantis užsienio statistika, kiekvienas alkoholio vartotojas įvairiais būdais veikia 4–5 aplinkinius žmones (Orford et al., 2013). Dėl žalingo alkoholio vartojimo šeimoje ne tik pažeidžiama jos dinamika, bet ir suardoma emocinė darna, vaikai skatinami prisiimti skirtingus vaidmenis – nuo

globėjo iki juokdario, siekiant išgyventi disfunkciją šeimoje (Zagefka et al., 2020).

Alkoholį vartojančios šeimos yra socialinio darbo profesionalų veiklos lauke. Vis tik pastebima, kad tokių šeimų vaikai dažnai patenka į vadinamąją nematomą rizikos grupę. Dėl šeimos priklausomybės, nesaugumo ar nerimo jie nesiryžta kalbėtis apie situaciją namuose, o institucijų dėmesio sulaukia tik kritiniais atvejais (Hagström, 2019). Nors vaikystėje išgyventas nepastovumas, smurtas ar emocinis aplaidumas neretai lemia pasitikėjimo trūkumą, žemą savivertę, santykių sunkumus suaugystėje, vis tik dalis šių asmenų geba įveikti sunkumus ir susidoroti su traumos patirtimi, kurdami sveikesnius ir konstruktyvius ryšius su aplinka. Toks gebėjimas dažnai apibrėžiamas kaip atsparumas – vidinis ir išorinis resursas, kuris padeda įveikti traumuojančią patirtį (Masten, 2001).

Pasak Vaillant (1993), atsparumas suprantamas kaip psichologinis „imunitetas“. Jis leidžia žmogui prisitaikyti net kai stresas ar traumos užsitęsia. Atsparumo teorija, kuri po ilgo laiko tapo esminė analizuojant pažeidžiamose grupėse augusių vaikų vystymąsi, pažymi, kad sunki vaikystė ne visada sąlygoja disfunkciją suaugystėje (Luthar, 2006). Jei vaikas patiria teigiamų ryšių, socialinę pagalbą ar gyvena saugioje aplinkoje, turi galimybę vystytis teigiamai. Milchelso (2022), remdamasis atsparumo teorija, analizavo, kaip vaikai, atsidūrę sunkiose aplinkybėse, kuria pasakojimus apie gerovę.

Lietuvoje stokojama socialinio darbo srities tyrimų, kurie nagrinėja jaunuolių, augusių alkoholio paveiktose šeimose, patirtis suaugystėje atsparumo teorijos požiūriu. Vis dėlto socialinio darbo praktikoje alkoholio paveiktose šeimose augantys vaikai ir jaunuoliai formuoja ypač socialiai jautrią klientų grupę, su kuria dirbama tiek mikro-, tiek makrolygmenyse. Šios profesijos specialistai stengiasi užtikrinti vaiko ar jaunuolio saugumą, didina jo psichosocialinę raidą, ugdo atsparumą ir motyvuoja naudotis visais galimais socialiniais ištekliais.

Tad šio straipsnio tikslas – parodyti, kaip alkoholio paveiktose šeimose augusių jaunuolių pasakojimuose atsiskleidžia jų vaikystės disfunkcijos supratimas suaugystėje atsparumo teorijos požiūriu.

ŽALINGAI ALKOHOLĮ VARTOJANČIŲ ŠEIMŲ DINAMIKA IR YPATUMAI

Žalingas alkoholio vartojimas dažnai laikomas šeimos liga, nes tai daro įtaką visų jos narių gyvenimui (Schofield et al., 2016). Pasak Jarvinen (2013), priklausomybė nuo alkoholio laikoma liga. Tai reiškia, kad priklausomybė kaip liga elgesį, kuris galėtų būti laikomas „blogu“ ir „tikslingu“, paverčia „nevalingu“ ir „nekaltu“. 2022 m. vienam nuo 15 metų ir vyresniam asmeniui teko 11,2 litro absoliutaus (100 proc.) alkoholio, o daugiau nei 25 000 žmonių buvo nustatyta bent viena diagnozė, tiesiogiai susijusi su alkoholio vartojimu, tai yra daugiau nei prieš pandemiją (Nacionaliniai duomenys, 2022).

Iki XX a. dešimtojo dešimtmečio daugiausia dėmesio buvo skiriama pačiam alkoholio vartotojui, o ne faktui, kad žalingas alkoholio vartojimas yra liga, kuri paveikia ne tik patį asmenį, bet ir jo šeimą bei kitus žmones. Pasak Bulotaitės (2009), „netiesioginė priklausomybė (angl. *co-dependence*) – tai savo individualybės kaip asmens ir asmenybės praradimo liga. Pastebima, kad tai gali būti tiek emocinė, tiek socialinė, o kartais net ir fizinė priklausomybė nuo kito asmens, todėl tai yra ypatinga priklausomybės rūšis. Bulotaitė (2009) teigia, kad „tarpusavio priklausomybės“ sąvoka reiškia tam tikras žmogaus būsenas. Kitaip tariant, adaptacijos prie disfunkcijos rezultatas – tai įsitvirtinusi stresinė reakcija, kuri laikui bėgant tampa gyvenimo būdu.

Šeimos narių gyvenimo būdas, kasdienybė, net maštysena prisitaiko prie vartojančio asmens gyvenimo ir padeda jam išlaikyti destruktivyvų įprotį – pradėdama neigti, nematyti akivaizdžių faktų. Priklausomų nuo alkoholio žmonių vaikai gyvenimą tokioje šeimoje laiko normaliu, nes kitokio tiesiog nėra matė. Toks reiškinys apibūdinamas kaip netiesioginė priklausomybė. Asmuo, turintis problemų dėl alkoholio, priklauso nuo jo vartojimo, o šeima netiesiogiai priklauso nuo jo priklausomybės alkoholiui (Senthil, 2016). Hall ir Webster (2007) teigia, kad dėl žalingo alkoholio vartojimo silpnėja emocinis ryšys, didėja stresas. Poveikis vaikams apibūdinamas kaip emocinis nestabilumas, ribotas atsparumas ir griežtos „šeimos taisyklės“: nekalbėti apie šeimos problemas, nes jos privalo likti šeimoje. Tad tokia aplinka ir modeliuojantis tėvų elgesys yra

labai stipri mokymosi priemonė, ir dažnai vaikai laikosi tokių pačių tėvų elgesio modelių. Alkoholi vartojančių tėvų paaugliams ir suaugusiems sunku atsipalaiduoti ir patirti malonumą užsiimant veikla. Savivertė dažnai priklauso nuo produktyvumo ir pasiekimų, o jau suaugusiems gali būti sunku jaustis vertinamiems ir priimtiems kitų. Vadinasi, vaikai, užaugę tokiose šeimose, nuolat turi įrodinėti savo vertę kitiems ir sau įvairiais pasiekimais ir darbais (Hall ir Webster, 2007).

TĖVŲ ŽALINGO ALKOHOLIO VARTOJIMO PROBLEMŲ POVEIKIS VAIKAMS IR JŲ VAIDMENIMS

Mokslinėje literatūroje žalingas alkoholio vartojimas šeimoje apibūdinamas sąvoka „bendroji priklausomybė“. Taip apibūdinama šeima, kurioje vieno nario priklausomybė nuo alkoholio paveikia visą šeimą, todėl ji vadinama priklausoma. Tokiose šeimose augantys vaikai patenka į rizikos grupę – jiems sunku integruotis, o savo vaikystę ir šeimą jie įvardija kaip „nenormalią“ (Legeckaitė ir Pilkauskienė, 2013). Vaikai, augantys alkoholio paveiktose šeimose, dažnai susiduria su gana homogeniškais sunkumais, kuriuos nusako matomas portretas: neigimas ir slaptumas, išsiskyrimas ir praradimas, šeimos griūtis ir konfliktai, smurtas, prievarta ir baimė (Jarvinen, 2013).

Augdami alkoholio vartotojų šeimoje vaikai dažnai nepatiria, ką reiškia būti vaiku (Gedminienė, 2010). Vaikai, kurie patiria stresą dėl tėvų girtavimo, ir toliau laikosi šių šeimos taisyklių: nejausk, nekalbėk, nepasitikėk. Tokie vaikai išmoksta slėpti jausmus, patologiškai spręsti problemas ir perima disfunkcinių šeimų gyvenimo modelius. Užaugę jie dažniau vartoja alkoholį nei vaikai, augantys funkcionaliame šeimoje (Liobikienė, 2010). Žalingai alkoholi vartojančių vaikai nuolat patiria traumų ir stigmatizaciją, todėl atsiduria ypač pažeidžiamoje grupėje. Hagström (2019) pastebi, kad alkoholiu piktnaudžiaujančiose šeimose kiekvienas individas neretai prisiima vieną arba kitą vaidmenį, o jų vaidmenys sąlygoja šeimos dinamiką ir santykius su suaugusiais. Tad tokiose šeimose vaikų vaidmenys būna iškreipti – jie neretai priversti atlikti suaugusiųjų pareigas, kad užtikrintų šeimos stabilumą. Tam pritaria ir Lander, Howsare bei Byrne (2013), kurie įvardija, kad vaikų

vaidmuo gali priklausyti nuo to, kiek tėvai patiria su alkoholio vartojimu susijusių sunkumų, nuo vaikų skaičiaus šeimoje ir tarpusavio santykio su šeima bei aplinka. Remiantis Zagefka ir kt. (2020) tyrimu, vaikai įgyja tam tikrus vaidmenis – „herojaus“, „atpirkimo ožio“, „pamiršto vaiko“ ir „juokdario“. Tai padeda užtikrinti šeimos stabilumą, padeda prisitaikyti prie sudėtingų situacijų. Tokie vaidmenys neretai nėra sąmoningai pasirenkami, o dažnai atspindi šeimos dinamiką, kuri priverčia vaikus prisiimti tam tikrus emocinius ir elgesio modelius (Earleywine, 2010). Bulotaitė (2009) pažymi, kad vaiko pasirinktas vaidmuo gali padėti jam prisitaikyti prie unikalaus gyvenimo alkoholio paveiktoje šeimoje, o pasikeitus šeimos aplinkai, pasikeičia ir vaiko elgesys.

Pasak Hagström (2019), vaikų, augančių nuo alkoholio priklausomoje šeimoje, vaidmenys yra labai sudėtingi ir įvairūs. Toks vaikų vaidmenų prisiėmimas yra ne tik atsakas į šeimos dinamikos disfunkciją, bet ir specifinė atsakomybė, kuri priverčia juos prisiimti skirtingus vaidmenis ir pareigas – tapti globėjais, tarpininkais arba šeimos gynėjais. Remiantis Hagström (2019) tyrimu, tokie vaikai linkę rodyti didelį atsparumą ir prisitaikymą, o tai gali padėti jiems įveikti sunkumus suaugus.

Kaip teigia Aadnanes ir Gulbrandsen (2017), vaikai, augantys šeimoje, kur žalingai vartojamas alkoholis, neretai išgyvena kaltę, gėdą ir bejėgiškumą, kurie sukelia nenumatytų sunkumų, veikia jų savivertę ir emocinę sveikatą. Tuo tarpu Włodarczyk (2017) pabrėžia, kad alkoholio vartojimas šeimoje formuoja nesaugią gyvenamąją vietą, kurioje vaikai patiria ilgalaikį stresą. Tokie vaikai įprastai gyvena emocinėje įtampoje, kuri didina traumų tikimybę ir komplikuoja jų psichologinį prisitaikymą.

Dawson ir Allen (2017) teigia, kad augdami tokioje aplinkoje vaikai neretai susiduria su tėvų nesutarimais, prievarta, emocinės paramos stoka – tokie išgyvenimai gali sąlygoti depresiją, nuolatinį nerimą, žemą savivertę ir iššūkius santykiuose. Pasak Kearns-Bodkin ir Leonard (2008), ankstyvajame amžiuje išgyventa nepriežiūra ar nestabilūs santykiai su tėvais gali sąlygoti sunkumus ir iššūkius vėliau gyvenime kuriant artimus ryšius. Godleski (2020) taip pat išskiria, kad tokie jaunuoliai dažnai jaučiasi emociškai nepriimti ir nepakankamai vertinami, o tai gali turėti įtakos jų pasitikėjimui savimi bei riboti socialinius gebėjimus.

Taip pat Widom (2018) nurodo, kad prieraišumo formavimasis suaugusėje glaudžiai susijęs su vaikystėje išgyventais emociniais ryšiais, o jų nebuvimas gali nepastebimai paveikti gebėjimą kurti intymius ryšius.

ALKOHOLIO PAVEIKTOSE ŠEIMOSE AUGUSIŲ JAUNUOLIŲ ATSPARUMAS IR PRISITAIKYMO STRATEGIJOS

Tėvų žalingas alkoholio vartojimas yra viena iš pagrindinių neigiamų aplinkybių, turinčių tęstinį poveikį vaikų emocinei ir psichosocialinei raidai. Tyrimuose sistemingai pabrėžiama, kad vaikai, augantys šeimose, kuriose dominuoja priklausomybė nuo alkoholio, ne kartą susiduria su didesne emocinio streso rizika, depresijos, nerimo bei sumažėjusios savivertės požymiais (Bickelhaupt, Lohman ir Neppel, 2019).

Šios nepalankios gyvenimo aplinkybės dažnai sąlygoja sunkumus pereinant į suaugusiųjų amžių, kai jaunuoliai turi įveikti patirtas traumas ir kliūtis, siekdami emocinės ir socialinės gerovės (Aadnanes ir Gulbrandsen, 2017). Pastebima, kad, nepaisant šių iššūkių, ne vienas jaunuolis pasižymi dideliu atsparumu – gebėjimu sėkmingai įveikti kilusius sunkumus ir adaptuotis prie nepalankių gyvenimo sąlygų. Atsparumą kaip psichologinę ir socialinę sąvoką plačiau tyrinėjo XX a. septintajame dešimtmetyje Normas Garnezy (1974, cit. iš Rutter, 2012). Jis įvardijo, kad svarbu ne tik suprasti neigiamus veiksmus, bet ir pabrėžti teigiamus individualius asmenybės bruožus bei palaikančią aplinką, kuri skatina asmenį išgyventi ir įveikti sunkias situacijas.

Mokslinėje literatūroje atsparumas ne kartą apibūdinamas kaip „teigiamas prisitaikymas“ prie „nelaimių“ – kitaip tariant, kompleksinių ir nerimą keliančių gyvenimo įvykių ir situacijų. Jackson, Firtko ir Edenborough (2007) nesėkmes apibūdina kaip kančias ir skausmą sukūrusias situacijas, o teigiamą prisiderinimą – kaip gebėjimą būti užtikrintam ir sklandžiai įveikti pagal amžių kilusius iššūkius. Fletcher ir Sarkar (2015) pažymi, kad atsparumas nėra tik išgyvenimas, bet ir dinamiškas vystymasis bei teigiamas augimas, nepaisant kilusių sunkumų ir iššūkių.

Skirtingi tyrimai patvirtina, kad atsparumas aprėpia ne tik asmeninius gebėjimus, bet ir išorinę pagalbą, paramą bei aplinkos veiksnius. Herrman (2011) išryškina kelis atsparumo šaltinius: individualias savybes, biologinius veiksnius, socialinę paramą, struktūrinius komponentus. Jackson, Firtko ir Edenborough (2007) pabrėžia, kad tik aplinkoje, kurioje individas jaučiasi saugus, yra galimybė atvirai ir nuoširdžiai parodyti savo pažeidžiamumą, o tai tampa pagrindu individualiam augimui ir atsparumo vystymuisi. Autorius pabrėžia, kad palanki, skatinanti aplinka, kurioje žmogus auga, būtina stiprinant atsparumą. Masten (2001) pritaria, kad saugi šeima, socialinė parama ir įgūdžių tobulinimo galimybės skatina asmenį adaptuotis ir prisitaikyti prie sunkumų.

Socialinio darbo požiūriu, atsparumas paaiškinamas ne tik kaip asmeninis žmogaus įgūdis adaptuotis prie nepalankių aplinkos sąlygų, bet ir kaip socialinių santykių, paslaugų naudojamumo rezultatas. Socialinio darbo srityje atsparumas skatinamas naudojant įgalinimo ir stiprybių perspektyvas, dėl kurių jaunuoliai atpažįsta jau turimus vidinius ir išorinius išteklius, bei juos naudojant gali kurti saugią ir palaikančią aplinką. Esant tokioje aplinkoje sudaroma prielaida ilgalaikiam atsparumo vystymuisi.

Tyrimai rodo, kad jauni žmonės, augę alkoholio paveiktose šeimose, pasižymi ne tik emociniu, bet ir socialiniu atsparumu. Jackson, Firtko ir Edenborough (2007) pabrėžia, kad tokie žmonės turi išplėtotą gebėjimą įveikti stresą ir išlaikyti emocinį stabilumą komplikuotose situacijose. Johnson (2019) savo tyrime atkreipia dėmesį į tai, kad socialiniai įgūdžiai ir gebėjimas kurti bei palaikyti tvirtus ryšius yra svarbūs atsparumo požiūriui. Tokie socialiniai ryšiai ir paramos sistemos prisideda prie jaunuolių poreikio gauti reikiamą emocinę paramą ir sklandžiai prisitaikyti prie esamos aplinkos. Tyrimai atskleidžia, kad stiprią socialinę paramą turintys jaunuoliai dažniau įveikia psichologinius sunkumus, prisitaiko prie nelaimių ir pasiekia gerovės (Greeson, 2014).

Be vidinių ir socialinių išteklių, svarbi atsparumo dalis yra gebėjimas intensyviai siekti ir priimti aplinkinių pagalbą. Dube ir kt. (2001) tvirtina, kad efektyvus atsparumas neretai remiasi optimizmu ir pozityviu požiūriu į gyvenimą, kuris gali padėti išsaugoti psichologinį atsparumą. Pastebima, kad atsparumas jaunų žmonių, užaugusių alkoholio

paveiktose šeimose, kasdieniame gyvenime yra kompleksiškas, daugialypis procesas. Jis aprėpia tiek vidinius, tiek išorinius veiksmus.

Socialinio darbo kontekste atsparumas susijęs su įgalinimu, kitaip tariant, gebėjimu savarankiškai spręsti kilusius iššūkius, taikant turimus resursus ir socialinę aplinką. Šis būdas pagrįstas žmogaus teisėmis ir socialinio teisingumo principais, leidžiančiais pažeidžiamiems individams įgyti atsparumo per socialinius ryšius ir bendruomenės paramą (Banks, 2012). Tad socialinio darbo specialistai atlieka svarbų vaidmenį formuojant tinkamą aplinką. Jie padeda jaunuoliams atpažinti vidinius ir išorinius išteklius, stiprinti santykį su bendruomenės nariais, o tai ilgainiui tampa atsparumo vystymosi pagrindu (Payne, 2014).

PAGALBOS SISTEMA IR GALIMYBĖS

Vaikų dienos centrai yra nepakeičiamas, itin svarbus pagalbos šaltinis ir socialinio darbo intervencijų forma asmenų, turinčių alkoholio problemų, šeimose augantiems vaikams. Šie centrai suteikia socialinio darbo ir kitas paslaugas, kurios nukreiptos į vaiko ar paauglio gerovę, socialinę integraciją ir emocinio atsparumo stiprinimą. Munn (2020) pabrėžia, kad vaikų dienos centrai gali užtikrinti ne tik vaikų užimtumą, bet ir saugią aplinką. Joje vaikai gali jaustis priimti ir suprasti. Autorius taip pat kalba apie tai, kad tokiose erdvėse jaunuoliai gali atvirai ir laisvai dalintis savo emocijomis, išgyvenimais arba sunkumais, su kuriais susiduria šeimoje, turinčioje priklausomybę nuo alkoholio.

Tyrimai rodo, kad vaikai, augantys alkoholio paveiktose šeimose, dažniau patiria psichologinę kančią, stresą, nerimą, depresiją dėl sunkios situacijos namuose (Hagström, 2019). Emocinis palaikymas yra būtinas, tačiau taip pat svarbu socialinis prisitaikymas, kuris padeda sumažinti šios tikslinės grupės jaučiamą socialinę izoliaciją ir stigmatizaciją. Tad vaikų dienos centruose vykdomos veiklos skatina bendradarbiavimą, draugystę ir įsitraukimą į bendruomenę. Tai suteikia vaikams galimybę ne tik susirasti draugų, bet ir kurti saugią socialinę aplinką, padedančią susidoroti su izoliacija (Munn, 2020). Be to, vaikų dienos centruose rengiamos įvairios tapatybę formuojančios veiklos: meno, amatų, sporto ir muzikos užsiėmimai, bendruomeniniai projektai. Tokios veiklos ne tik

formuoja vaikų ir paauglių gebėjimus, bet ir prisideda prie jų psichosocialinės raidos, stiprina pasitikėjimą savimi, gerina emocijų valdymą ir komunikacijos įgūdžius.

Eriksono (1968) psichosocialinės raidos teorija pabrėžia, kad dalyvavimas įvairiose veiklose yra esminis asmenybės identiteto formavimosi veiksnys. Įgydami naujų gebėjimų, vaikai ir paaugliai geriau supranta savo emocijas, gali efektyviau įveikti sunkumus. Šią idėją papildė Piaget (1954), kuris teigia, kad per veiklą vaikai pažįsta save ir aplinkinį pasaulį. Frazier ir kt. (2020) tyrimas parodė, kad vaikai, aktyviai dalyvaujantys organizuotose veiklose, pasižymi geresniais emocijų reguliavimo įgūdžiais ir gebėjimu susidoroti su stresu, o tai tiesiogiai prisideda prie jų emocinio stabilumo.

Reikšminga pagalbos dalis yra ir vaikų dienos centruose organizuojama tinkama mityba. Ji teigiamai įtakoja vaikų sveikatą, mokymąsi ir dėmesio koncentraciją (Andersen et al., 2015). Pasak Cohen (2021), tinkama mityba didina energijos lygį bei gerina kognityvinius gebėjimus. Alkoholio paveiktose šeimose vaikai dažnai susiduria su maisto trūkumu arba netinkama mityba, todėl dienos centrų veikla tampa svarbia socialinės paramos dalimi, nes padeda mažinti tokią riziką (Smith ir Johnson, 2020). Pasak Black (2017), subalansuota mityba gali padėti sumažinti fizines ir psichines problemas, kurių augdami vaikai patiria alkoholio paveiktose šeimose.

Rushton (2018) atliktas tyrimas rodo, kad subalansuota mityba vaikų dienos centruose gali pagerinti vaikų elgesį ir emocinę būseną. Gerai maitinami vaikai dažniau dalyvauja veiklose ir bendrauja su kitais, kas stiprina jų socialinį integravimą ir emocinį stabilumą. Gupta ir Singh (2017) teigia, kad vaikų dienos centruose gaunamas maitinimas kartu su emocine parama yra vienas iš esminių pagalbos šaltinių, užtikrinant vaikų vystymosi gerovę.

Remiantis atsparumo teorija galima teigti, kad tėvų žalingas alkoholio vartojimas kenkia vaikų emocinei, psichologinei ir socialinei gerovei, kyla depresijos rizika, nerimo ir žemos savivertės grėsmė (Bickelhaupt et al., 2019). Vis dėlto didžioji dalis jaunuolių geba ištraukti iš įvairių pagalbos šaltinių, tarp jų ir vaikų dienos centrų, kad užtikrintų emocinį ir psichologinį stabilumą bei bandytų pasiekti asmeninių tikslų. Dėl to

šios pagalbos sistemos būtinos, norint skatinti jų atsparumą, skatinti socialinę integraciją ir garantuoti geriausią asmeninį vystymąsi.

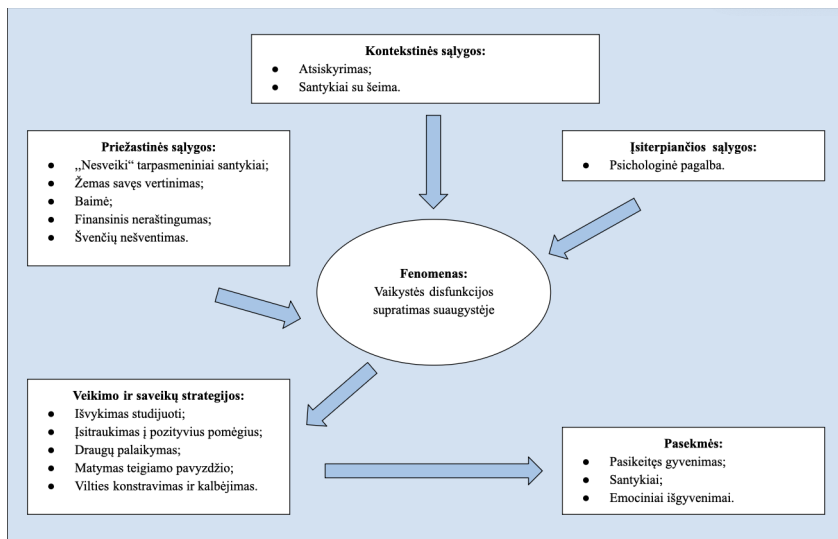
TYRIMO METODOLOGIJA

Siekiant atskleisti, kaip alkoholio paveiktose šeimose augusių jaunuolių pasakojimuose atsiskleidžia vaikystės disfunkcijos supratimas suaugystėje, buvo pasirinktas kokybinis tyrimo metodas. Tyrimo duomenys rinkti pasitelkus pusiau struktūruotą interviu, kas iš esmės suteikė galimybę nevaržomai gilintis į individualias patirtis, remiantis pagrindine tyrimo tema. Tyrimo interviu sudarė šios pagrindinės temos: šeimos dinamika, namų aplinka, išgyventi sunkumai, pagalbos paieška ir šaltiniai, emocinės ir socialinės pasekmės, dabarties būseną bei šiuo metu išgyvenamos kliūtys.

Tyrimas organizuotas 2024 m. sausio–balandžio mėn. Tyrime dalyvavo penki asmenys, sulaukę pilnametystės, kurie vaikystėje augo alkoholio paveiktose šeimose. Pasitelktus tikslinę-kriterinę atranką, tyrimo dalyviai pasirinkti pagal šiuos kriterijus: asmenys tiesiogiai patyrė gyvenimą alkoholio paveiktoje šeimoje ir yra pasirengę atvirai dalintis savo patirtimi. Duomenys analizuoti taikant Strauss ir Corbin (1993, p. 83) grindžiamosios teorijos principus. Kaip teigia autoriai, ši teorija yra apie tai, kaip kas nors gyvenime vyksta ir kaip jame veikiama. Duomenys analizuoti taikant atvirą ir ašinių kodavimą. Tyrimas atliktas vadovaujantis Vytauto Didžiojo universiteto Sociologijos mokslo krypties mokslinių tyrimų atitikties pagrindiniams tyrimų profesionalumo ir etikos principų vertinimo komiteto veiklos reglamento nustatytiems kriterijams. Tyrimo dalyviai buvo informuoti apie tyrimo tikslą ir eigą, o jų sutikimas gautas prieš pradėdant rinkti duomenis.

TYRIMO REZULTATAI

Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno sąlygų rinkinys. Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno sąlygų rinkinys pateikiamas aprašant fenomeno priežastines, kontekstines ir įsiterpiančias sąlygas.



1 PAV. VAIKYSTĖS DISFUNKCIJOS SUPRATIMO SUAUGYSTĖJE FENOMENO PARADIGMINĖ SCHEMA (PAGAL STRAUSS IR CORBIN, 1998)

Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno priežastinės sąlygos. Išanalizavus tyrimo duomenis išryškėjo šios subkategorijos, kurios nusako priežastines fenomeno „vaikystės disfunkcijos supratimas suaugystėje“ sąlygas: „nesveiki“ tarpasmeniniai santykiai, žemas savęs vertinimas, baimė, finansinis neraštingumas, švenčių nešventimas.

Nesveiki tarpasmeniniai santykiai. Tyrimo dalyviai Paulina ir Rokas išgyveno emocinę kovą tarp stabilumo ir naujų patirčių troškimo. Rokas pripažino, kad dažnai prisiriša prie netinkamo partnerio ir kiekvienuose santykiuose ieškodamas saugumo grįžta prie netinkamų santykių modelio.

Šiuo metu turiu gan sveikus santykius, bet jaučiu, kad man jie pabosta, nes tarsi kažkuria dalimi traukia į praeitį (Paulina, 25 m.).

Manau, vienintelis sunkumas mano gyvenime yra santykio kūrimas <...> Visada pasirinkdavau partnerius, kurie lyg ir elgėsi su manimi neteisingai, tačiau aš likdavau toks liguistai prisirišęs (Rokas, 26 m.).

Žemas savęs vertinimas. Tyrimo dalyviai atskleidė, kad žema jų savivertė ir nepasitikėjimas savimi susiję su naujų pokyčių ir pradžios baime. Jie jaučia vidinį konfliktą tarp troškimo keistis ir stabilumo, kurį užtikrina esama situacija. Savęs lyginimas su kitais dažnai sukelia gėdą dėl savo pasirinkimų ir gebėjimų.

Baimė, savimi nepasitikėjimas. Bijau naujų pokyčių, bijau pradėti kažką naujo, <...> nesugebu žengti to žingsnio. Nesugebu daryti pokyčio, <...>. Man patinka stabilumas, jog tai nebūtų nepavojinga (Greta, 24 m.).

Lyginimas su kitais, kad esu negabi, nemoku užmegzti santykių su kitais žmonėmis <...> Susitikus su kita aplinka ir kalba pasisuka apie tėvus ir tuomet atsiranda gėda (Reda, 27 m.).

Baimė. Tyrimo dalyvių pasakojimuose atsiskleidžia jų išgyvenamos baimės. Tyrimo dalyvė Laima kalbėjo apie baimę patirti praeities įvykius, o Paulina įvardijo baimę prisiimti atsakomybę.

Bijau tos patirties, kurią aš turėjau. Būna, jog sapnuoju košmarus dėl to (Laima, 27 m.).

Bijau gyvendama priimti sprendimus, lyg atsakomybė, nes jos kadaise buvo per daug, tiek už tėvus, tiek už brolius (Paulina, 25 m.).

Tyrimo dalyvė Reda kalbėjo apie baimę „likti vienai“. Paulina – taip pat apie baimę likti viena, kurią siejo su išgyventa buvimo palikta patirtimi, kurią įvardijo kaip „palikimo žaizdą“.

Bijau likti viena. Ne šiaip bijau likti viena kambaryje, bet santykiuose, šeimoje (Reda, 27 m.).

Turiu palikimo žaizdą, tokią traumą, nes sunku būti vienai. Moku būti viena, bet pradėdama santykį ir jei tas žmogus kažkur išeina, tai tiesiog bijau, kad jis negrįš <...> Tas palikimas man reiškia tarsi išdavystę <...> Kadangi turiu palikimo žaizdą, tai man patinka, kad gyvenu ne viena (Paulina, 25 m.).

Tyrimo dalyvės Paulinos pasakojimas apie staigmenas atskleidžia patiriamą pokyčių baimę. Staigmenos jos gyvenime yra nemalonūs dalykai, todėl mergina linkusi planuoti savo veiklas, kad jaustųsi saugiau ir galėtų kontroliuoti aplinkybes.

Staigmenos man siejasi labai su nemaloniais dalykais, todėl stengiuosi planuoti savo veiklas, būti žinojime (Paulina, 25 m.).

Finansinis neraštingumas. Tyrimo dalyvių pasakojimai atskleidė, kad vaikystėje šeimoje neformuoti finansų planavimo gebėjimai turi neigiamų pasekmių jų dabartiniam gyvenimui, jiems sunku tvarkyti savo finansus.

Susiduriu su iššūkiais dėl finansų, kadangi dar nežinau, kaip teisingai juos naudoti. Prisimenu, kad pati mama nemokėjo jais naudotis, nes viskas buvo čia ir dabar (Reda, 27 m.).

Taip pat man yra sunku tvarkingai dėlintis savo finansus, nesuprantu jų vertės, nes mūsų šeimoje to niekas nemokino. Mes matėme, kad jei mama turi pinigų, tai juos reikia visus išleisti (Laima, 27 m.).

Švenčių nešventimas. Greta atskleidžia, kad patiria sumaištį ir susiduria su įvairiomis emocijomis dėl švenčių. Toks pasakojimas rodo vidinį konfliktą, kuris gali būti susijęs su gilesniais emociniais poreikiais.

Dažnai kelias dienas prieš šventes man kyla pyktis, nežinau, kodėl, bet pykstu, jog visi ruošiasi, perka dovanas, planuoja, ką gamins, ir panašiai. Kai ateina šventės diena, suvokiū, jog visai norėčiau būti su visais kartu, tai tokios skirtingos emocijos. Vienu momentu noriu, kitu nenoriu, nes pykstu. Jaučiu, kad dar nesuprantu, kodėl gali būt kitaip <...> Net iki dabar nežinau, kodėl nešvenčiu savo gimtadienio, neįsivaizduoju, neturiu atsakymo. Atėjo tokia mintis, kad noriu to dėmesio ne tik per gimtadienį, tačiau kasdien (Greta, 24 m.).

Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno kontekstinės sąlygos. Tyrimo duomenų analizės metu buvo išskirtos subkategorijos, kurios nusako kontekstinės fenomeno „vaikystės disfunkcijos supratimas suaugystėje“ sąlygas: atsiskyrimas, santykiai su tėvais.

Atsiskyrimas. Tyrimo dalyvės Paulinos patirtis atskleidė, kad tapatybės kūrimo procesas buvo sudėtingas ir daugiaplanis. Persikėlimas į naują miestą padėjo atsiriboti nuo praeities, suteikė laisvės ir galimybę kurti naujus ryšius. Tai padėjo nebesieti skaudžių patirčių su savo tapatybe ir priimti save.

Mokėjau atskirti tai, jog aš nesu to priežastis. Aš suvokiau nuo mažens, nes jutau, kad jie manimi didžiuojasi, girdavo, jog esu šaunuolė ir pan. Ir iš aplinkinių tai girdėjau, todėl man buvo lengviau to netapatinti su saviimi <...> Išvažiavau mokytis į Kauną ir man palengvėjo. Aš pradėjau kurti savo aplinką, savo ritmą. Pajutau laisvę, išsilaisvinimą. Tai buvo nauji žmonės, draugai, aplinka, ir man tikrai labai palengvėjo <...> Manau, jog

pirmi 3 m. po išvažiavimo iš šeimos buvo savęs auginimo metai, ir manau, jog tai buvo pats didžiausias augimas per visą gyvenimą. Tas augimas čia, suvokiant, kad pasaulis yra kiek kitoks, tik kartais reikia pažiūrėti iš šono (Paulina, 25 m.).

Santykiai su šeima. Tyrimo dalyvės Reda ir Paulina nagrinėjo suaugusiųjų santykius su šeimos nariais dėl praeities įvykių. Jos pabrėžė, kad santykis gali keistis, vystytis ir tapti brandesnis. Jos dabar geba reflektuoti praeities daromą įtaką savo santykiams, tačiau pabrėžia ir tai, jog svarbu vienas kitą suprasti, atleisti ir priimti.

Dabar iš esmės viskas kitaip nei vaikystėje. Bendrauju su broliais ir seserimis, nors kartais ir pasipykstu, tačiau tai yra normalus santykis. Su mama labai geras ryšys, ji kaskart man parašo į telefoną „labas rytas“ <...> Esame kaip vienas kumštis (Reda, 27 m.).

Aš suvokiau nuo pat mažens, nes jutau, kad jie manimi didžiuojasi, girdavo, jog esu šaunuolė ir pan. Ir iš aplinkinių tai girdėjau, todėl man buvo lengviau to netapatinti su savimi <...> Taip pat dabar aš nesu tame, todėl man nėra sunku su jais bendrauti, nelaukau ant jų pykčio, esu jiems atleidusi (Paulina, 25 m.).

Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno išiterpiančios sąlygos. Tyrimo duomenų analizės metu buvo išskirta subkategorija, kuri nusako kontekstinės fenomeno „vaikystės disfunkcijos supratimas suaugystėje“ sąlygas, – tai psichologinė pagalba.

Psichologinė pagalba. Tyrimo dalyviai pasakojo apie psichologinės pagalbos gavimo patirtį, kuri padėjo išspręsti vidinius konfliktus ir išgyvenimus. Jie pabrėžia, kad ši pagalba padėjo sukurti sveiką santykį su savimi ir taip prisidėjo prie jų emocinės gerovės.

Po paskaitos priėjau prie vedėjos ir norėjau paklausti dėl savo mamos, nors norėjau paklausti apie save, tačiau nediršau. Ji paklausė mano vardo ir pasakė, jog paskambink man, mes pasišnekėsime. Pokalbio metu ji man pasakė, jog veda terapiją ir gali ją atlikti nemokamai, kadangi tai yra projektinės lėšos. Aš apsilankiau ir jau 5 m. ją lankau. Nuo tada pradėjau kurti sveikus santykius su savimi, atėjo sveika meilė į mano gyvenimą. Tai didelis pokytis ir nežinau, kas būtų dabar, jei ne ta lemtinga akimirka, kai priėjau prie jos, nors žadėjau išeiti anksčiau. Ieškau aš tos pagalbos (Paulina, 25 m.).

Visada kalbuosi su žmonėmis, nes visada reikia išsikalbėti, nors galiu tai ir išrašyti. Jei matau, kad tai nepadeda, tuomet kreipiuosi į terapeutę. Bandau reflektuoti klausdama savęs, kodėl aš tai jaučiu (Laima, 27 m.).

Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno veikimo strategijos. Tyrimo duomenų analizės metu buvo išskirtos tokios fenomeno subkategorijos, kurios nusako veikimo sąveikų strategijas: išvykimas studijuoti, įsitraukimas į pozityvius pomėgius, draugų palaikymas, teigiamo pavyzdžio matymas, vilties konstravimas ir kalbėjimas.

Išvykimas studijuoti. Tyrimo duomenys atskleidžia, jog išvykimas studijuoti Paulinai leido pasijusti laisvai ir išsilaisvinusiai. Persikraustymas suteikė galimybę susipažinti su naujais žmonėmis, o tai lėmė jos gesnę emocinę būseną. Persikėlimas buvo svarbus žingsnis asmeniniam augimui.

Išvažiavau mokytis į Kauną ir man palengvėjo. Aš pradėjau kurti savo aplinką, savo ritmą. Pajutau laisvę, išsilaisvinimą. Tai buvo nauji žmonės, draugai, aplinka, ir man tikrai labai palengvėjo (Paulina, 25 m.).

Įsitraukimas į pozityvius pomėgius. Tyrimo dalyviai pasakojo apie laisvalaikio užsiėmimus, kurie tapo jų emocinės ir fizinės sveikatos palaikymo priemonėmis. Pabrėžiamas aktyvus laiko leidimas sportuojant, susitikimai su draugais, skaitymas, meninė veikla ir apmąstymai. Nors veiklos skirtingos, visi teigė, kad pomėgiai suteikia džiaugsmo ir padeda atsipalaiduoti.

Laisvalaikiu užsiimu futbolu, susitinku su draugais. Neturiu jokių žalingų įpročių. Tiesiog aktyviai gyvenu (Reda, 27 m.).

Dirbu ne pilnu etatu, kad turėčiau laiko sau, savo poreikiams, sportui, muzikai, kūrybai, menui, savirefleksijai (Paulina, 25 m.).

Draugų palaikymas. Tyrimo dalyvė Reda pabrėžė, kad draugų supratimas ir palaikymas yra svarbi emocinės gerovės dalis. Draugai ne tik suteikia jai džiaugsmo, bet ir leidžia nuoširdžiai dalytis išgyvenimais, net retkarčiais juokauti dėl praeities sunkumų.

Draugai, su kuriais užaugau panašiomis sąlygomis, todėl kartais tenka ir apie praeitį pajuokauti (Reda, 27 m.).

Matymas teigiamo pavyzdžio. Tyrimo dalyvis Rokas atskleidė, jog susikūrė tokį savivaizdį, kokį save norėjo matyti, tai tapo jo tikslu.

Sąmoningumas padėjo jam pasiekti šį tikslą, taip pat žmonės, tinkama draugija bei teigiamų pavyzdžių matymas.

Buvau susidaręs savo vaizdą, kaip norėčiau save matyti, todėl tai buvo tikslas. Dėl buvimo čia ir dabar, tai manau, jog man padėjo sąmoningumas, suvokimas, kad aš nesu šeima, kaip to pasiekiau – nežinau. Manau per žmones, per teisingas draugystes, gerus pavyzdžius (Rokas, 26 m.).

Vilties konstravimas. Tyrimo dalyvė Paulina pažymėjo vilties konstravimą ir teigiamą mąstymą kaip svarbius veiksnius. Išvykusi iš šeimos Paulina išgyveno svarbų vidinį pokytį, kuris leido suvokti, kad tolesnis gyvenimas gali būti kitoks nei ankstesnės patirtys.

Manau, jog pirmi 3 m. po išvažiavimo iš šeimos buvo savęs augimo metai, ir manau, jog tai buvo pats didžiausias augimas per visą gyvenimą. Augimas čia, galvoje, suvokiant, kad pasaulis yra kiek kitoks, tik kartais reikia pažiūrėti iš šono (Paulina, 25 m.).

Kalbėjimas. Tyrimo dalyvė Laima manė, kad bendravimas padeda siekti emocinės pusiausvyros. Ji pabrėžė, kad vien pokalbio su artimaisiais nepakanka, sprendžiant vidinius iššūkius reikia kreiptis pagalbos į specialistus. Pabrėžė refleksijos svarbą norint suprasti save.

Jei anksčiau greitai priimdavau sprendimus, tai dabar bandau pratępti laiką, jog suvokčiau, kas vyksta. Jei būna tam tikra problema, daug klausinėju aplinkinių. Prašau kitų pagalbos ir nesistengiu dėl praeities patirčių būti (Laima, 27 m.).

Vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje pasekmės. Tyrimo duomenų analizės metu buvo išskirtos tokios subkategorijos, kurios nuskaido vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje fenomeno pasekmes: pasikeitęs gyvenimas, santykiai, emociniai išgyvenimai.

Pasikeitęs gyvenimas. Tyrimo dalyviai atskleidė, kad vaikystės patirtis suaugystėje buvo esminis kaitos veiksnys. Dabartinį savo gyvenimą jie įvardijo kaip ramų, visavertį ir prasmingą, pažymėdami, kad praeities patirtys tapo jų augimo ir stiprybės šaltiniu. Rokas ir Reda jaučia didesnę gyvenimo pilnatvę, o Reda prisiminė, kaip pagalba tapo lemiamu lūžio tašku.

Turiu pasakyti, jog gyvenimas dabar yra ramus, tuo tikrai galiu pasidžiaugti. Pastebiu, jog niekada ir nebuvo geriau nei šiandien, kasdien tik

geriau. Šiuo metu baiginėju magistro studijas, tuo pačiu ir dirbu, tad jaučiu šiek tiek įtampos, bet overall viskas gerai (Rokas, 26 m.).

Taip, kadangi gyvenimas pasikeitęs, todėl dabar galima apie tai ir pasijuokauti. Smagu, jog gebu iš to pasijuokti <...> Dabar gyvenu labai gerai <...> Aš esu gyvas įrodymas, nes tam tikroje vietoje ir tam tikru laiku man suteikė pagalbą, kuri iš esmės mane ir išgelbėjo. Manau, jog 8 kl. buvo svarbiausias momentas, santykis su mokytoja (Reda, 27 m.).

Dabar aš turiu pakankamai daug veiklos, sakyčiau, jog kuriu save kaip žmogų <...> Dabar dirbu vaikų dienos centre, dirbu ne pilnu etatu, kad turėčiau laiko sau, savo poreikiams, sportui, muzikai, kūrybai, menui, laiko savirefleksijai, nes suprantu, kad aš negaliu pamiršti to, iš kur aš kilau. Kad tapimas tuo, kuo aš noriu tapti, kuo save matau, turi būti atsakingas, nes labai lengva paslysti (Paulina, 25 m.).

Santykiai. Tyrimo dalyvė atskleidė, kaip vaikystės disfunkcija padarė ilgalaikę įtaką emociniams poreikiams ir santykių procesui suaugusiųjų gyvenime. Ji dabar geba kurti sveikus ir saugius santykius bei ieško emocinio vystymosi, keisdama savo praeities patirtis.

Sakykime, šiuo metu turiu gan sveikus santykius, bet jaučiu, kad man jie pabosta, nes tarsi kažkuria dalimi traukia į praeitį. Norisi daugiau „surprise“, kažkokio nestabilumo tam tikra prasme <...> Stengiuosi gyventi laisva, neleidžiu niekam savęs skriausti dabar ir tai intuityviai gaunasi, kad labai gerai veikia mano vidiniai dirgikliai, nes jei jaučiu, jog su mani mi elgiasi neteisingai, tai stengiuosi greitai pasišalinti nuo tų aplinkybių (Paulina, 25 m.).

Emociniai išgyvenimai. Tyrimo dalyvė atskleidė, kad vaikystėje išgyventas meilės ir rūpesčio nebuvimas smarkiai veikia suaugusiojo emocinę būseną ir tėvystės patirtį. Tokia patirtis sukelia baimę dėl vaikų gerovės, pasireiškiančią nerimu, košmarais ar didesniu dėmesiu įprastai rūpinantis vaikais.

Manau, jog man dar daug reikės dirbti su savimi, nes pati auginu vaikus. Jaučiu, jog dažnai sugrįžtu į vaikystę, tačiau ta patirtis davė gyvenimo suvokimo, daiktų, darbo vertinimą. Rūpestį, meilę, kurios nemačiau vaikystėje, stengiuosi to nekartoti su savo vaikais. Turiu baimę, kai išleidžiu vaikus į mokyklą, jog iš jų gali ten tyčiotis, nes tai darė ir su mumis. Taip pat turiu baimę, jog visada privalau valyti daiktus, visada perku naujus rūbus, jog vaikai būtų švarūs, ištiesai kiekvieną rytą valaus ausis, kerpu

nagus. Bijau tos patirties, kurią aš turėjau. Būna, jog sapnuoju košmarus dėl to (Laima, 27 m.).

Apibendrinant galima teigti, kad vaikystės disfunkcijos supratimo suaugystėje pasekmės reiškiasi pakitusiu gyvenimu, santykiams ir emociniais išgyvenimais. Tyrimo dalyvių pasakojimų analizėje atkreipiamas dėmesys į tai, kad jų dabartinis gyvenimas yra reikšmingai pasikeitęs – tapo ramesnis, stabilesnis, jie gali realizuoti save įvairiose gyvenimo srityse. Teigiami pokyčiai tapatinami su asmeniniu augimu, savirefleksija, pagalbos gavimu reikšmingu gyvenimo metu. Taip pat tyrimo rezultatai atskleidžia ilgalaikį disfunkcijos patyrimą, kuris turi įtakos jaunuolių socialiniams santykiams, savivertei ir gebėjimui priimti sprendimus. Todėl socialinio darbo lauke ypač svarbi ankstyvoji intervencija, ilgalaikė emocinė parama ir sistemingas darbas su šeima ir vaiku, kad būtų sumažintos neigiamos vaikystės patirties pasekmės suaugystėje.

IŠVADOS

Tyrimo duomenys atskleidė, kad dalyviai analizuoja savo praeities patirtis ir suvokia, kaip vaikystėje išgyventi sunkumai ir šeimos disfunkcija formuoja jų dabartinį gyvenimą. Toks supratimas tampa lūžio taško pradžia ir leidžia jaunuoliams efektyviai ieškoti pokyčių. Vienas iš pagrindinių fenomeno aspektų – tyrimo dalyvių išsakyta mintis: „Esu žmogus, kuriam reikia pokyčio.“ Ji rodo motyvaciją ir troškimą įveikti praeities iššūkius.

Suaugystėje jaunuoliai neretai išgyvena vidinį konfliktą tarp praeities skausmo ir dabartinių tikslų, tačiau toks sąmoningas supratimas ir noras keistis svarbus atsparumo mechanizmui. Tyrimas atskleidė, kad, supratę vaikystėje išgyventus sunkumus, tyrimo dalyviai imasi aktyvių veiksmų – ieško paramos, mokosi naujų įgūdžių ir keičia savo elgesio modelius, kas iš esmės stiprina jų gebėjimą prisitaikyti.

Tyrimo duomenys rodo, jog poreikis keistis neretai susijęs su socialinių ir emocinių paramos tinklų paieška, kurie prisideda prie pokyčių. Šis mechanizmas – savianalizė, pokyčių pripažinimas ir jų siekimas tampa esminiais atsparumo aspektais, kurie leidžia įveikti vaikystės disfunkcijos pasekmes ir gebėti konstruoti sveikesnį savęs ir gyvenimo

suvokimą. Vis dėlto svarbi ir išorinė pagalba bei parama, atskleidžianti tikslingos socialinio darbo vaidmens pagalbos poreikio svarbą. Socialinio darbo intervencijos – vaikų dienos centrai, bendruomenės pagalba, individualus darbas ir emocinės paramos teikimas yra svarbus veiksnys, padedantis stiprinti jaunuolių atsparumą suaugystėje.

LITERATŪRA

1. Aadnanes, M., Gulbrandsen, L.M. (2017). Young people and young adults' experiences with child abuse and maltreatment: Meaning making, conceptualizations, and dealing with violence. *Qualitative Social Work*, 17(4), 594-610. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/1473325016683245>
2. Andersen, R., Biloft-Jensen, A., Christensen, T., Andersen, E. W., Ege, M., Thorsen, A. V., ... Tetens, I. (2015). Dietary effects of introducing school meals based on the New Nordic Diet – a randomised controlled trial in Danish children. *British Journal of Nutrition*, 113(8), 1280–1291. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1017/S0007114515002299>
3. Bickelhaupt, S. E., Lohman, B. J., Nepl, T. K. (2019). The influence of parental alcoholism on parent–adolescent relationships from adolescence into emerging adulthood: A qualitative inquiry. *Emerging Adulthood*, 9(2), 117–131. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/2167696818824186>
4. Black, M. M. (2017). Early nutrition and psychosocial development: Insights and opportunities. *Journal of Pediatrics*, 181, 14–17. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2016.11.045>
5. Bulotaitė, L. (2009). Žalingas alkoholio vartojimas ir jo poveikis šeimai [Alcohol abuse and its impact on the family]. *Psichologija*, 39(2), 45–58.
6. Cohen, J. F. W., Hecht, A. A., McLoughlin, G. M., Turner, L., Schwartz, M. B. (2021). Universal school meals and associations with student participation, attendance, academic performance, diet quality, food security, and body mass index: A systematic review. *Nutrients*, 13(3), 911. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/nu13030911>
7. Dawson, A. E., Allen, J. P. (2017). The role of childhood abuse, parent-adolescent conflict, and familial support in adolescent trauma symptoms. *Child Abuse & Neglect*, 67, 47–58.
8. Dube, S. R., Anda, R. F., Felitti, V. J., Chapman, D. P., Williamson, D. F., Giles, W. H. (2001). Childhood abuse, household dysfunction, and the risk of attempted suicide throughout the life span. *JAMA*, 286(24), 3089. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1001/jama.286.24.3089>

9. Earleywine, M. (2010). Family roles and substance use. In M. Earleywine (Ed.), *Mind-altering drugs: The science of subjective experience* (pp. 183–197). Oxford University Press.
10. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
11. Fletcher, D., Sarkar, M. (2015). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist, 18*(1), 12–23. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000245>
12. Frazier, S. L., Rusch, D., Coxe, S., Stout, T. J., Helseth, S. A., Dirks, M. A., et al. (2020). After-school programs and children's mental health: Organizational social context, program quality, and children's social behavior. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 50*(2), 215–228. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/15374416.2019.1683849>
13. Gedminienė, R. (2010). Alkoholizmo šeimoje poveikis vaikui. *Socialinis darbas: mokslo darbai, 9*(1), 95–101.
14. Godleski, S. A., Eiden, R. D., Shisler, S., Livingston, J. A. (2020). Parent socialization of emotion in a high-risk sample. *Developmental Psychology, 56*(3), 489–502. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1037/dev0000793>
15. Greeson, J. K. P. (2014). Social support and resilience among youth: Pathways to well-being. *Child and Youth Services Review, 44*, 201–209. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2014.05.001>
16. Gupta, A., Singh, R. (2017). Role of nutritional support and emotional care in child development. *Journal of Pediatric Health Care, 31*(4), 382–388. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2017.03.005>
17. Hagström, A. S. (2019). Childhood narratives about the experience of growing up with alcoholic parents. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs, 36*(3), 299–301. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/1455072519847024>
18. Hall, C. E., & Webster, R. E. (2007). Risk factors among adult children of alcoholics. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy, 3*(4), 495–506. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1037/h0100819>
19. Herrman, H. (2011). What is resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry, 56*(5), 258–265. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>
20. Jackson, D., Firtko, A., & Edenborough, M. (2007). Personal resilience as a strategy for surviving and thriving in the face of workplace adversity: A literature review. *Journal of Advanced Nursing, 60*(1), 1–9. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04412.x>
21. Jarvinen, M. (2013). Understanding addiction: Adult children of alcoholics describing their parents' drinking problems. *Journal of Family Issues, 36*(6), 805–825. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0192513X13513027>
22. Johnson, A. B. (2019). Community engagement and emotional support in children's day centers. *Journal of Social Services Research, 45*(3), 245–260. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/01488376.2019.1571234>

23. Kearns-Bodkin, J. N., Leonard, K. E. (2008). Relationship functioning among adult children of alcoholics. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 69(6), 941–950. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.15288/jsad.2008.69.941>
24. Lander, L., Howsare, J., Byrne, M. (2013). The impact of substance use disorders on families and children: From theory to practice. *Social Work in Public Health*, 28(3–4), 194–205. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/19371918.2013.759005>
25. Legeckaitė, J., Pilkauskienė, L. (2013). Vaikų iš alkoholių vartojančių šeimų patirtys. *Socialinis darbas*, 12(1), 96–105.
26. Liobikienė, I. (2010). Alkoholikų šeimose augusių suaugusiųjų vaikų adaptacinės problemos. *Socialinis darbas: mokslo darbai*, 9(1), 117–124.
27. Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti, D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (2nd ed., Vol. 3, pp. 739–795). Wiley. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1002/9780470939406.ch20>
28. Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
29. Michelson, S. (2022). Children’s narratives about well-being in the face of difficult life experiences: Renegotiated self-understandings as turning points. *Qualitative Social Work*, 0(0), 1–16. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/14733250221133755>
30. Munn, P. (2020). Children’s participation and emotional well-being in early childhood education and care. *Early Child Development and Care*, 190(7–8), 1120–1131. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/03004430.2018.1513924>
31. Orford, J., Natera, G., Copello, A., Atkinson, C., Mora, J., Velleman, R., Crundall, I., Tiburcio, M., Templeton, L., Walley, G. (2013). *Coping with alcohol and drug problems: The experiences of family members in three contrasting cultures*. Routledge. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.4324/9780203759608>
32. Piaget, J. (1954). *The construction of reality in the child*. Basic Books.
33. Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
34. Rushton, S. (2018). The impact of balanced nutrition on children’s behavior and emotional wellbeing in daycare settings. *Journal of Child Psychology and Nutrition*, 12(3), 145–157. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1234/jcpn.2018.01234>
35. Schofield, T. P., Parke, M., Coltrane, S., Weaver, S. R. (2016). The impact of harmful alcohol use on family functioning: A systematic review. *Journal of*

- Family Studies*, 22(4), 450–467. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/13229400.2016.1190305>
36. Senthil, M. (2016). Family interaction pattern and co-dependency in spouses of alcohol dependence in comparison with normal control. *International Journal of Research – Granthaalayah*, 4(2), 121–128. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v4.i2.2016.2822>
 37. Smith, L. M., Johnson, R. K. (2020). Social support interventions and nutritional outcomes in vulnerable children: A systematic review. *Journal of Community Health*, 45(4), 755–765. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00830-1>
 38. Strauss, A., Corbin, J. (1993). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory*. SAGE Publications.
 39. Vaillant, G. E. (1993). *The wisdom of the ego*. Harvard University Press.
 40. Widom, C. S., Czaja, S. J., Bentley, T., Johnson, M. S. (2018). The long-term effects of childhood maltreatment on adult attachment styles and intimate relationships. *Development and Psychopathology*, 30(5), 1529–1544. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1017/S0954579418001160>
 41. Wlodarczyk, A., Cortés, M. I., de Dios, M., Hasin, D. S. (2017). Family alcohol use and its impact on children’s psychological adjustment: A longitudinal study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58(6), 720–729. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/jcpp.12664>
 42. Zagefka, H., Jones, J., Caglar, A., Girish, R., Matos, C. (2020). Family roles, family dysfunction, and depressive symptoms. *The Family Journal*, 29(3), 346–353. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/1066480720973418>

EDVINAS GURSKAS

SOCIAL SUPPORT DEPARTMENT, ADMINISTRATION OF THE MUNICIPALITY OF ELEKTRĖNAI, LITHUANIA

UNDERSTANDING CHILDHOOD DYSFUNCTION IN ADULTHOOD AMONG YOUNG ADULTS RAISED IN ALCOHOL AFFECTED FAMILIES

SUMMARY

This paper examines how young adults who were raised in alcohol-affected families perceive and understand the impact of childhood dysfunction on their adult lives. The study aims to explore the roles these individuals adopt as coping mechanisms, alongside their resilience strategies to

manage and overcome the challenges associated with a troubled upbringing. Particular attention is given to the significance of social inclusion, community support networks, and daycare centers, which collectively contribute to the emotional and psychological well-being of these young adults. Additionally, the research considers how differing socio-economic backgrounds influence the development of resilience and adaptive capacities in this population. Findings reveal that adverse childhood experiences, including poverty, exposure to violence, family conflicts, and a lack of trust, have lasting repercussions on emotional health and social functioning in adulthood. Many young adults report feelings of insecurity, mistrust, and ongoing difficulties in forming stable interpersonal relationships, which complicate identity development. Despite these challenges, the presence of social support networks and community-based resources, such as daycare centers, play a pivotal role in fostering resilience. These institutions not only offer practical assistance but also provide crucial emotional support, helping young adults feel understood and less isolated in their struggles. The paper emphasizes the need for comprehensive support systems that facilitate social integration and strengthen emotional resilience. By promoting these networks, young adults who have experienced childhood dysfunction are better equipped to navigate the complex process of rebuilding their lives and achieving psychological, social, and emotional well-being. Ultimately, the study highlights the transformative potential of community and social support in mitigating the long-term negative effects of growing up in alcohol-affected families.

Keywords: *resilience, adulthood, social work, adult children of alcoholics.*