

# Moje dziecko pije. Jak je ratować?

O drodze, jaką musi przejść uzależniony nastolatek i jego rodzice opowiadają psychoterapeuci z Wojewódzkiego Ośrodka Terapii Uzależnień w Rzeszowie

Na co dzień pracują z osobami uzależnionymi - alkoholikami, narkomanami, hazardzistami i niewolnikami komputera. Wśród ich pacjentów są także dzieci. Psychoterapeuci: Lucyna Szela, Renata Tejkowska, Beata Boratyn, Jolanta Janusz-Wnuk i Jan Gosztyła mówią, że trafiają do nich już 12-letnie dzieci, które wpadły w nałóg.

- Uzależnienia idą w parze. Kiedy młodzi zaczynają pić, to równoległe eksperymentują z innymi, odurzającymi substancjami. Bardzo popularne są dopalacze, które łatwo zdobyć. Są tanie i niebezpieczne. Niektórzy odurzają się także lekami - zauważają terapeuci. - Dlatego podstawowym warunkiem, jaki musi spełnić pacjent, który do nas trafia, jest całkowita abstynencja. Nie może być tak, że odstawia jeden środek odurzający, a używa drugiego. Musi zrezygnować i z dopalaczy, i z narkotyków, i z alkoholu. Czasem to budzi sprzeciw. My jednak wszystkie te substancje traktujemy jako odbierające zdolność do trzeźwego widzenia rzeczywistości i mierzenia się ze wszystkim zadaniami.

Drugim ważnym elementem

terapii jest kontakt z rodziną. Jeden terapeuta pracuje z dzieckiem, inny - z rodzicami.

- Od czasu do czasu spotykamy się na sesjach rodzinnych, by ustalić szczegółowe warunki leczenia, funkcjonowania w domu, szkole itd. Chcąc pomóc młodemu człowiekowi, podchodzimy kompleksowo do całej rodziny - podkreśla Lucyna Szela, a Renata Tejkowska dodaje, że rodzice bardziej tolerują u dzieci próbowanie alkoholu niż narkotyków. Bywa, że pozwalają na picie w swojej obecności nieletniemu synowi czy córce, stawiają piwo, lampkę wina. Sądzą, że zakazany owoc przestanie nastolatka wtedy kusić. Ale mechanizm jest inny - młody człowiek rozumie, że dostał zielone światło do zażywania odurzających substancji.

- Dlatego od razu trzeba wyciągać konsekwencje, kiedy nieletni wróci do domu pijany lub kiedy znajdziemy w jego rzeczach ślady narkotyków, dopalaczy. Niedopuszczalne jest np. mówienie: „Tym razem nie powiem ojcu, ale zrób to jeszcze raz, a się dowie”. Rodzice muszą od początku współpracować ze sobą - radzi Beata Boratyn. - Dziecko powie, że to pierwszy raz albo, że luflka należy do kolegi. To powinien być także sygnał do bycia nieufnym i czujnym, bo ten pierwszy sygnał zazwyczaj jest czubkiem góry lodowej. Zawsze warto



Fot. Psychoterapeuci z Wojewódzkiego Ośrodka Terapii Uzależnień w Rzeszowie.

skontaktować się psychoterapeutą ośrodka terapii uzależnień, by podpowiedział, jak dalej postępować.

Psychoterapeuci odradzają także przeprowadzanie na własną rękę testów na obecność narkotyków w moczu. - Młodzi znają setki sposobów na oszukanie testu - przypominają.

## Późno zauważamy

Do ośrodka terapii uzależnień rodzice trafiają z dzieckiem zazwyczaj wtedy, kiedy nałóg jest już mocno zaawansowany. Najpierw rodzice próbują sami opanować sytuację. - Często ją też ukrywają - dodaje Jan Gosztyła. - Dopiero, kiedy zaczynają się kłopoty w szkole, z policją, jakieś sprawy sądowe, przychodzi do nas. Z wywiadu wtedy się okazuje, że problem zaczął się parę lat wstecz.

- Ostatnio trafiła do mnie

mama, która walczy z nałogiem dziecka od dłuższego czasu, zdobyła nawet dla niego przymus sądowy leczenie odwykowego i dopiero po tym wszystkim trafiła do nas - opowiada Lucyna Szela.

- Przyznanie się do nałogu dziecka mocno uderza w autorytet rodzicielski - mówi Jolanta Janusz-Wnuk. - Uzależnienie następuje w wieku, kiedy dziecko dorasta, separuje się, buntuje.

Stawianie wyraźnych granic i wyciąganie konsekwencji, kiedy są one przekraczane są ogromnie ważnym elementem wychowania dziecka. Kiedy rodzice odpuszczają, to najczęściej niczym dobrym się nie kończy.

## Pod opieką ośrodka

Terapia w ośrodku nie polega na straszaniu konsekwencjami, bo to nie przynosi efektu. Chodzi ra-

czej o to, by uzależniony odnalazł w swoim życiu zdrowe, rozwojowe cele. Zazwyczaj trzeba też pomóc całej rodzinie, bo pewne środowiska sprzyjają uzależnieniom. - Przykładowo, ojciec jest apodyktyczny, emocjonalnie niedostępny albo nieobecny, natomiast matka - niestała emocjonalnie, raz nadopiekuńczyca, raz odpychająca i dziecko zastępuje jej nieobecnego partnera. Terapia w takiej rodzinie trwa o wiele dłużej, ponieważ matka często bojkotuje ustalenia z kontraktu - tłumaczy Renata Tejkowska.

Czym jest kontrakt? Zawiera się go na początku terapii na rodzinnym spotkaniu. Zapisane są w nim zasady, jakich ma dziecko przestrzegać w domu - na przykład godzina, o której ma wracać do domu, obowiązek abstynencji itd. W kontrakcie zapisuje się także konsekwencje, jakie nastąpią w przypadku złamania zasad.

- Jeśli rodzice są zaangażowani i współpracują, troszcząc się o przestrzeganie zasad kontraktu, terapia trwa od roku do dwóch, trzech lat

## Tu możesz zwrócić się o pomoc:

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Leczenia Uzależnień, Rzeszów, ul. Kochanowskiego 17, tel. 17 85 81 181, 17 86 240 18.
- Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień w Rzeszowie, ul. Siemieńskiego 17, tel. 17 861 17 44.

i polega na cotygodniowych spotkaniach - mówią psychoterapeuci. - Jeśli dziecko nie jest w stanie utrzymać abstynencji w leczeniu ambulatoryjnym, może się okazać, że konieczne będzie umieszczenie go w ośrodku zamkniętym, gdzie leczenie trwa nawet do półtora roku. Przy głębszym uzależnieniu izolacja od dotychczasowego środowiska może się bowiem okazać jedynym ratunkiem. Jedno jest pewne, żadnego dziecka nie spuszczamy na starty, bo wiemy, że nie ma przypadków beznadziejnych.

**Projekt „Zapobiegaj zanim się uzależnisz” realizowany przez Stowarzyszenie Rodzin „Otwarty Umysł”, współfinansowany przez Wydział Zdrowia Urzędu Miasta Rzeszowa**  
[www.otwartyumysl.org](http://www.otwartyumysl.org)