

**mgr Paweł Brudek**

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

### **System rodzinny jako środowisko integralnej profilaktyki alkoholizmu**

Obraz pijanego człowieka, zataczającego się na ulicy, tak naturalnie wkomponował się w naszą codzienność, iż wydaje się, że coraz trudniej uświadamiamy sobie wagę i skalę problemu, jakim jest plaga alkoholizmu. Tymczasem szacuje się, iż w naszym kraju ok. 2,5 miliona ludzi pije alkohol w nadmiernych ilościach; liczbę alkoholików wymagających leczenia określa się na ponad 700 tysięcy, zaś ilość osób uwikłanych w podkulturę pijacką ocenia się na blisko 30% społeczeństwa<sup>1</sup>. Ktoś powie: „To tylko cyfry!”. Trzeba jednak pamiętać, że za cyframi i analizami stoi zawsze konkretny człowiek. Mając to na uwadze, rodzi się pytanie: Jak zapobiegać problemom związanym z nadużywaniem i uzależnieniem od alkoholu? Wyniki licznych badań, jak również zdroworozsądkowa analiza rzeczywistości wskazują, iż wśród czynników najskuteczniej zapobiegających eskalacji zjawiska alkoholizmu, są czynniki związane z właściwie funkcjonującym systemem rodzinnym<sup>2</sup>. Rodzina bowiem, jak zauważa Satir, jest nie tylko miejscem biologicznych narodzin człowieka, ale także podstawowym środowiskiem jego twórczego rozwoju<sup>3</sup>. W takim ujęciu system rodzinny staje się ważnym obszarem działań w zakresie profilaktyki uzależnień. Celem niniejszego artykułu jest ukazanie specyficznej roli, jaką spełnia grupa rodzinna w ramach integralnego przeciwdziałania problemom alkoholowym wśród młodzieży.

#### **Systemowe rozumienie rodziny**

Na gruncie psychologii istnieje różnorodność podejść teoretycznych, w ramach których rozpatrywana jest problematyka rodziny. Do najbardziej powszechnych Plopa zalicza między innymi: teorię sieci, teorię przywiązania, teorię biegu życia rodzinnego, teorię roli oraz teorię systemu rodzinnego<sup>4</sup>. Ta ostatnia, w opinii wielu współczesnych autorów, stanowi najczęściej preferowaną dziś perspektywę badawczą<sup>5</sup>. Wynika to zapewne z faktu, iż pozwala ona na stworzenie „użytecznego i inspirującego modelu do rozumienia

<sup>1</sup> Por. B. Habrat, *Zaburzenia psychiczne spowodowane przyjmowaniem substancji psychoaktywnych*, w: A. Bilikiewicz, (red.), *Psychiatria. Podręcznik dla studentów medycyny*, Warszawa 2007, s. 242-248.

<sup>2</sup> I. Namysłowska, B. T. Woronowicz, M. Bogulas, A. Beauvare, *Obraz relacji rodzinnych w oczach osób uzależnionych od alkoholu i ich partnerów małżeńskich*, „Alkoholizm i Narkomania” nr 3-4/2004, s. 173-185.

<sup>3</sup> V. Satir, *Rodzina. Tu powstaje człowiek*, Gdańsk 2002, s. 9-11.

<sup>4</sup> M. Plopa, *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Kraków 2007, s. 17-25.

<sup>5</sup> M. Braun-Gałkowska, *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*, Lublin 1992; M. Braun-Gałkowska, *Psychologia domowa*, Lublin 2008; A. Kalus, *Funkcjonowanie systemu rodziny adopcyjnej. Analiza psychologiczna*, Opole 2009; D. Krok, *Systemowe ujęcie rodziny w badaniach dobrostanu psychicznego jej członków*, w: D. Krok, P. Landwójtowicz (red.), *Rodzina w nurcie współczesnych przemian. Studia interdyscyplinarne*, Opole 2010, s. 359; J. Kubitsky, *Vademecum terapeuty rodzinnego*, Warszawa 2010.

zarówno rodziny, uwzględniając jej historię, proces rozwoju, aktualną strukturę i wzory relacji, jak i jej miejsca w hierarchii innych systemów żywych”<sup>6</sup>.

Systemowe rozumienie rodziny ściśle łączy się ideami, które legły u podstaw ogólnej teorii systemów autorstwa Bertalanffyego<sup>7</sup>. Psychologiczna analiza fenomenu rodziny, w ramach tego paradygmatu, każe widzieć w niej złożoną strukturę, którą współtworzą określone grupy osób, pozostających w stosunku do siebie w relacji zależności, dzielących wspólną historię, przeżywających jakiś stopień uczuciowej więzi oraz wprowadzających określone strategie interakcji istotne dla indywidualnych członków rodziny i grupy jako całości<sup>8</sup>. Z definicji tej jasno wynika, iż rodzina nie jest jedynie sumą zupełnie niezależnych – autonomicznych względem siebie jednostek, ale absolutnie nową ich kompozycją, stanowiącą integralną całość, odznaczającą się wysokim stopniem dynamiczności i wzajemnych powiązań. Stąd też wszelkiego rodzaju zmiany dokonujące się bądź w strukturze systemu rodzinnego, bądź w konkretnej osobie, współtworzącej ów system, powodują zmiany w całej rodzinie oraz posiadają wyraźny wpływ na wszystkich jej członków<sup>9</sup>.

Na system rodzinny składają się różne podsystemy. Kubitsky określa je mianem „zależnych od siebie elementów – rodziców, dzieci, krewnych – tworzących określoną całość”<sup>10</sup>. Przynależność do określonego podsystemu nie ma charakteru wyłącznego, bowiem każdy przedstawiciel rodziny może należeć jednocześnie do różnych podsystemów. Najważniejszym subsystemem rodzinnym jest subsystem małżeński, gdyż to on daje początek rodzinie i stanowi o jakości jej funkcjonowania<sup>11</sup>.

System rodzinny, podobnie jak każdy inny system biologiczny czy społeczny, posiada swoje granice, które z jednej strony organizują codzienne życie rodziny, z drugiej zaś, strzegą autonomii i prywatności każdego z jej członków<sup>12</sup>. W ramach systemu rodzinnego wyodrębnia się trzy rodzaje granic: pomiędzy rodziną a jej otoczeniem (granice zewnętrzne), między poszczególnymi subsystemami rodzinnymi oraz między konkretnymi osobami współtworzącymi system (granice wewnętrzne)<sup>13</sup>. Dla właściwego funkcjonowania systemu rodzinnego fundamentalne znaczenie posiada jasność i przepuszczalność jego zewnętrznych i wewnętrznych granic. Chodzi tu przede wszystkim o to, aby granice systemu zapewniały członkom rodziny możliwość uczestnictwa w szerszych grupach społecznych i swobodne realizowanie należnych im funkcji bez naruszenia rodzinnej tożsamości<sup>14</sup>.

<sup>6</sup> B. Józefik, *Rozwój myślenia systemowego a terapia rodzin*, w: L. Górniak, B. Józefik (red.), *Ewolucja myślenia systemowego w terapii rodzin. Od metafory cybernetycznej do dialogu i narracji*, Kraków 2003, s. 22.

<sup>7</sup> L. Drożdżowicz, *Ogólna teoria systemów*, w: B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, Kraków 1999, s. 9-11.

<sup>8</sup> M. Płopa, *Psychologia rodziny. Teoria i badania*, Kraków 2008, s. 15.

<sup>9</sup> M. Braun-Gałkowska, *Psychologiczna ...*, dz. cyt., s. 14.

<sup>10</sup> J. Kubitsky, *Vademecum ...*, dz. cyt., s. 15.

<sup>11</sup> M. Braun-Gałkowska, *Poznawanie systemu rodzinnego*, Lublin 2007, 9-11.

<sup>12</sup> J. Kubitsky, *Vademecum ...*, dz. cyt., s. s. 31-35.

<sup>13</sup> M. Braun-Gałkowska, *Profilaktyka życia rodzinnego*, „Małżeństwo i Rodzina” nr 1/2002, s. 14-21.

<sup>14</sup> M. Braun-Gałkowska, *Psychologiczna ...*, dz. cyt., s. 17-19.

Obok granic na jakość życia małżeńskiego i rodzinnego istotny wpływ posiadają także reguły, rządzące funkcjonowaniem systemu rodzinnego. Stanowią one bowiem pewną gwarancję przewidywalności życia rodziny, a tym samym cenne źródło zaspokojenia podstawowych potrzeb jej członków. Ponadto reguły wewnątrzsystemowe jasno określają stopień intymności między członkami rodziny, wytyczają zasady współpracy oraz wskazują na to, co stanowi normę zachowania. Rodzaj reguł, w oparciu o które funkcjonuje dany system rodzinny, wiele mówi o jego specyfice<sup>15</sup>.

Analizując rodzinę w perspektywie systemowej, ważne jest również odwołanie się do kilku najistotniejszych ogólnych właściwości, charakteryzujących system rodzinny. Pierwszą z nich jest homeostaza rodzinna, czyli dynamiczna równowaga systemu rodzinnego, pozwalająca na zachowanie jego tożsamości, a także ułatwiająca mu procesy adaptacyjne, związane z zaistniałymi zmianami. Homeostaza, w takim rozumieniu, stanowi istotny czynnik, wpływający na jakość systemu rodzinnego, głównie poprzez fakt umożliwienia i ułatwienia systemowi rodzinnemu adekwatnego przystosowania się do zmieniających się wymagań czy sytuacji<sup>16</sup>. Drugą z właściwości systemu jest zasada ekwifinalności i ekwipotencjalności. Ekwifinalizm oznacza możliwość pojawienia się podobnych rezultatów końcowych przy zaistnieniu różnych stanów początkowych. Z kolei ekwipotencjalność zakłada, że analogiczne uwarunkowania początkowe mogą doprowadzać do zupełnie odmiennych skutków<sup>17</sup>. Kolejnym elementem, specyfikującym system rodzinny, związany jest z pojęciem sprzężenia zwrotnego. Oznacza ono „oddziaływanie skutków określonego zjawiska (np. zachowania, emocji) na jego przyczynę”<sup>18</sup>. Wskazuje ono również na cyrkularny charakter wzajemnych oddziaływań elementów systemu, dzięki czemu „zachowania poszczególnych osób wzajemnie się modyfikują”<sup>19</sup>. Sprzężenia zwrotne odgrywają istotną rolę w systemie rodzinnym, bowiem, jak zauważają Klein i White, pozwalają ustalić w jakim stopniu przeszłe finalne rezultaty pozostają w zgodności z celami systemu, a w związku z tym dają możliwość wprowadzenia niezbędnych korekt<sup>20</sup>.

Podsumowując warto zauważyć, iż myślenie o małżeństwie i rodzinie w kategoriach systemowych może rodzić pewne trudności. Braun-Gałkowska stwierdza, iż wynikają one z faktu, że nie jest łatwo ująć naraz wszystkie elementy systemu i związku jakie zachodzą między nimi, a cyrkularne wyjaśnienie przyczyn nie pozwala na jednoznaczne interpretacje. Z drugiej jednak strony autorka podkreśla, że całościowe podejście do rodziny wydaje się być znacznie bliższe złożonej rzeczywistości rodzinnej, aniżeli poznawanie wyizolowanych jej elementów, a tym samym pozwala na bardziej właściwe i pełne ujmowanie problematyki rodziny<sup>21</sup>.

<sup>15</sup> J. Kubitsky, *Vademecum* ..., dz. cyt., s. 36-38.

<sup>16</sup> T. Rostowska, *Małżeństwo, rodzina, praca a jakość życia*, Kraków 2009, s. 51-52

<sup>17</sup> M. Ryś, *Systemy rodzinne. Metody badań struktury rodziny pochodzenia i rodziny własnej*, Warszawa 2001, s. 8-9.

<sup>18</sup> J. Kubitsky, *Vademecum* ..., dz. cyt., s. 65.

<sup>19</sup> T. Gosztyła, *Rodzinne uwarunkowania dojrzałej religijności młodzieży*, Lublin 2010, s. 57.

<sup>20</sup> T. Rostowska, *Małżeństwo, rodzina, praca a jakość życia*, Kraków 2009, s. 48.

<sup>21</sup> M. Braun-Gałkowska, *Psychologiczna* ..., dz. cyt., s. 14.

### **Integralne ujęcie profilaktyki alkoholizmu**

W świetle literatury psychologicznej choroba alkoholowa stanowi poważny czynnik dysfunkcyjności rodziny. Staje się ona bowiem przyczyną konfliktów małżeńskich, trudności wychowawczych, wewnątrzrodzinnej agresji, a nierzadko prowadzi również do rozpadu systemu rodzinnego<sup>22</sup>. Pojawia się zatem konieczność podjęcia konkretnych działań, które zahamują proces rozwoju patologii. W obszarze tych działań pierwszeństwo należy przyznać profilaktyce, czyli, najogólniej rzecz ujmując, odpowiednio wczesnemu zapobieganiu skutkom, jakie generuje alkoholizm<sup>23</sup>. Okazuje się jednak, iż podejmowane dotychczas działania profilaktyczne, nie przyniosły oczekiwanych rezultatów. Dziewiecki postuluje, iż może to być spowodowane aspektowym podejściem do problemu<sup>24</sup>. Dlatego też dzisiaj coraz częściej preferowany jest model działań profilaktycznych, opartych o podstawowe założenia integralnej profilaktyki uzależnień<sup>25</sup>. Za punkt wyjścia przyjmuje się tu kompleksową i realistyczną analizę szeregu czynników i okoliczności, mogących generować i utrwalać w młodym człowieku błędną postawę względem alkoholu. W centrum zainteresowania stawia się nie problem związany z używaniem, nadużywaniem i uzależnieniem od alkoholu, lecz osobę ludzką wraz z całym jej egzystencjalnym kontekstem. Chodzi tu zatem o holistyczne spojrzenie na rozwój młodego człowieka i środowisko jego życia, aby w procesie wychowania i nauczania umiejętnie wspomagać go w zdobywaniu coraz większej dojrzałości osobowej<sup>26</sup>.

Integralne podejście do profilaktyki alkoholizmu odznacza się więc całościowością w zakresie celów i obszarów działania. Ową całościowość należy rozumieć dwojako. Z jednej strony, chodzi tu o osobowe podejście do wychowanka i dostrzeżenie oraz docenienie w nim bogactwa ludzkiej natury, którą konstytuują takie wymiary jak: wymiar fizyczny, intelektualny, emocjonalny, społeczny, moralny, religijny i duchowy. Z drugiej strony, podkreśla się tu konieczność holistycznego ujmowania zagrożeń, pojawiających się na poszczególnych etapach rozwojowych. Stąd też w ramach zintegrowanej profilaktyki uzależnień za nieodzowną uznaje się współpracę z grupami i środowiskami społecznymi, z którymi związany jest młody człowiek<sup>27</sup>.

Model oddziaływań profilaktycznych, bazujący na całościowej wizji człowieka, ma na celu wspierać integralny rozwój osobowości jednostki. Dokonuje się to przede wszystkim poprzez: (1) promowanie i porządkowanie bogactwa pragnień i aspiracji; (2) promowanie dojrzałej wolności; (3) promowanie dojrzałości religijnej<sup>28</sup>.

Promowanie i porządkowanie wielości pragnień oraz aspiracji stanowi bardzo ważny obszar działań profilaktycznych. W ramach tego obszaru dąży się do pogłębienia w młodym człowieku świadomości własnych potrzeb i pragnień oraz efektywnego ich

<sup>22</sup> P. Brudek, *Choroba alkoholowa jako czynnik dysfunkcyjności rodziny*, w: D. Krok, P. Landwójto-wicz (red.), *Rodzina ...*, dz. cyt., s. 309-325.

<sup>23</sup> M. Dziewiecki, *Integralna profilaktyka uzależnień w szkole*, Kraków 2005, s. 4.

<sup>24</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, Kielce 2001, s. 123-133.

<sup>25</sup> M. Dziewiecki, *W kierunku profilaktyki zintegrowanej*, „Wychowawca” nr 11/2011, s. 7-9.

<sup>26</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna ...*, dz. cyt., s. 141-142.

<sup>27</sup> M. Dziewiecki, *W kierunku ...*, dz. cyt., s. 8.

<sup>28</sup> M. Dziewiecki, *Podstawy profilaktyki uzależnień*, w: M. Dziewiecki (red.), *Nowe przesłanie nadziei. Podręcznik duszpasterstwa trzeźwości*, Warszawa 2000, s. 123.



podtrzymania, a także do budzenia w młodzieży ukrytych czy zaniedbanych dotąd pragnień oraz ideałów. Konieczna jest tu umiejętność solidnego ich uporządkowania i zhierarchizowania, wymagająca często od młodej osoby olbrzymiego nakładu pracy. Dlatego w ramach zintegrowanego podejścia do profilaktyki alkoholizmu ważne jest wzbudzanie i podtrzymywanie w wychowanku pozytywnej motywacji do ciągłego pogłębiania wglądu w siebie – we własne potrzeby oraz prawdziwe motywy postępowania<sup>29</sup>.

Kolejnym działaniem, wspierającym rozwój młodego człowieka, jest wychowywanie go do wolności. Chodzi tutaj o umiejętność dokonywania świadomych wyborów, które wiążą się z określonym systemem wartości oraz odnoszą się do hierarchii konkretnych celów, wyznaczających kierunek podejmowanych działań i zamiarów. Umiejętność ta posiada charakter prewencyjny. Pozwala bowiem zrozumieć istotę wolności i dzięki temu w znacznym stopniu ograniczyć to, co stanowi o jej realnym zagrożeniu. Realizacja tego zadania może być wspierana przez takie działania wychowawcze, jak: stawianie wychowankom realistycznych wymagań, uczenie dyscypliny i czujności, egzekwowanie od młodych ponoszenia konsekwencji za swe błędne decyzje<sup>30</sup>. Ostatnią już formą przedsięwzięć profilaktycznych jest promocja dojrzałej religijności. Zdaniem Jaworskiego, dojrzałą religijność należy rozumieć jako pełną zaangażowania formę realizacji kontaktu człowieka z Osobą Boga. W kontakcie tym jednostka, zachowując w pełni status podmiotu, podejmuje partnerski dialog z Bogiem prowadzący ostatecznie do głębokiego przeżycia spotkania z Nim i wprowadzanie wychowanka w taką relację z Bogiem, która staje się dla młodego człowieka źródłem życia w miłości i prawdzie oraz siły do przezwyciężania różnych życiowych kryzysów<sup>31</sup>. W takim ujęciu religijność niesie ze sobą nie tylko redukcję niepokojów i lęków, ale również pomaga odnaleźć sens życia i zapewnia poczucie bezpieczeństwa. Podstawowym celem integralnej profilaktyki uzależnień jest kreowanie w młodym człowieku dojrzałej postawy wobec życia. Tego typu działania, skupiając się nie tyle na alkoholu i jego szkodliwości, lecz na integralnie pojętej osobie ludzkiej, okazują się być bardziej skuteczne.

### Znaczenie rodziny w integralnej profilaktyce alkoholizmu

Integralna profilaktyka uzależnień nie jest ideą oderwaną od rzeczywistości, lecz realizuje się w określanych środowiskach życia społecznego<sup>32</sup>. Wśród nich uprzywilejowaną pozycję posiada system rodzinny. Odgrywa on bowiem priorytetową rolę w procesie wychowania<sup>33</sup>. Fakt ten uchodzi za oczywisty, ponieważ to właśnie w kręgu najbliższych osób młody człowiek odkrywa w sobie szlachetne pragnienia oraz ideały, uczy się korzystać z cennego daru wolności oraz kształtuje dojrzałą religijność, wyrażającą się w głębokiej relacji z Bogiem<sup>34</sup>. Mając to na uwadze, warto bliżej przyjrzeć się roli, jaką odgrywa system rodzinny w ramach integralnej profilaktyki alkoholizmu.

<sup>29</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna ...*, dz. cyt., s. 150-155.

<sup>30</sup> M. Dziewiecki, *Wychowanie, a wolność*, www.opoka.org.pl, (18. 11. 2005).

<sup>31</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna ...*, dz. cyt., s. 163.

<sup>32</sup> M. Dziewiecki, *W kierunku ...*, dz. cyt., s. 8.

<sup>33</sup> Por. M. Braun-Gałkowska, *Psychologia ...*, dz. cyt., s. 32-35.

<sup>34</sup> J. Bajda, *Rodzina miejscem Boga i człowieka. Wokół zagadnienia integralnego powołania rodziny*, Lomianki 2005, s. 245-275.

W literaturze przedmiotu właściwie funkcjonujący system rodzinny uchodzi za zasadniczy czynnik, chroniący w zakresie zdrowia psychicznego i fizycznego. Stanowi on bowiem cenne źródło różnorodnych form wsparcia dla swoich członków w sytuacji przeżywanych przez nich kryzysów i trudności<sup>35</sup>. Wyniki wielu badań potwierdzają, iż świadomość możliwości uzyskania adekwatnej pomocy ze strony najbliższych w niesprzyjających okolicznościach życia przyczynia się do efektywniejszego radzenia sobie ze stresem, a w konsekwencji udaremnia nieprawidłowości w stanie zdrowia i rozwój chorób somatycznych<sup>36</sup>. Zdrowie, zarówno w wymiarze fizycznym, jak i psychicznym, stanowi ważny kontekst integralnego rozwoju młodego człowieka. Stanowi ono zatem również ważny aspekt działań profilaktycznych. Okazuje się bowiem, iż wśród predyktorów uzależnienia alkoholowego u młodzieży wyróżnia się coraz częściej zaburzenia w obszarze zdrowia psychicznego, takie jak patologiczny lęk czy depresja. Na gruncie nauki pytanie, czy lęk i depresja są przyczyną nadużywania alkoholu, czy też są jego skutkami, wciąż pozostaje otwarte. Niemniej jednak istnieją badania, które dowodzą, iż problemy alkoholowe są wtórne względem zaistniałych dolegliwości psychicznych. Kushner i Sher, badając studentów cierpiących na zaburzenia lękowe, stwierdzili, iż dwukrotnie częściej, w porównaniu z osobami, u których nie zdiagnozowano tego typu problemów, spełniały one kryteria DSM-III, dotyczące nadużywania lub uzależnienia od alkoholu. Z kolei Deykin wraz ze współpracownikami wykazał blisko czterokrotnie częstsze, aniżeli w grupie kontrolnej, ujawnianie się wielkiego zespołu depresyjnego wśród badanych, którzy nadużywali alkoholu<sup>37</sup>. W opracowaniach poświęconych zaburzeniom okresu dzieciństwa i adolescencji, w celu wyjaśnienia etiopatogenezy choroby psychicznej, obok czynników genetycznych czy neurobiologicznych, wskazuje się wyraźnie także na uwarunkowania rodzinne<sup>38</sup>. Wynika to z faktu, iż „rodzina jest miejscem, w którym dziecko przeżywa podstawowe interakcje międzyludzkie”<sup>39</sup>. Stąd też dysfunkcjonalność systemu rodzinnego, zakłócająca właściwy przebieg tych interakcji, bardzo często ujawnia się w obszarze życia psychicznego dziecka lub adolescenta w postaci różnorodnych zaburzeń. Kępiński, usiłując ukazać związek pomiędzy klimatem rodzinnego domu, a kondycją psychiczną jednostki stwierdza: „Rozmawiając z chorym, często potrafimy odtworzyć atmosferę rodzinną, w której on wzrastał, i widzimy, jak silnie wpłynęła ona na sposób widzenia otaczającego świata i na sposoby reagowania”<sup>40</sup>. Zdrowy system rodzinny w znacznym stopniu warunkuje więc dobrą kondycję psychofizyczną swoich członków<sup>41</sup>.

<sup>35</sup> I. Heszen, H. Sęk, *Psychologia zdrowia*, Warszawa 2008, s. 166-169.

<sup>36</sup> N. Ogińska-Bulik, Z. Juczyński, *Osobowość. Stres a zdrowie*, Warszawa 2008, s. 58-59.

<sup>37</sup> M. Lewicka, *Picie alkoholu przez młodzież: czynniki ryzyka i konsekwencje*, „Alkohol i Nauka” nr 3/1999, [www.psychologia.edu.pl](http://www.psychologia.edu.pl)

<sup>38</sup> P.C. Kendall, *Zaburzenia okresu dzieciństwa i adolescencji. Mechanizmy zaburzeń i techniki terapeutyczne*, Gdańsk 2004; M. Oleś, *Jakość życia młodzieży w zdrowiu i w chorobie*, Lublin 2010; A. Kulik, *Zmęczenie przewlekłe u nastolatków. Charakterystyka psychologiczna*, Lublin 2010.

<sup>39</sup> M. Orwid, *Czynniki psychospołeczne w psychiatrii dzieci i młodzieży*, w: I. Namysłowska (red.), *Psychiatria dzieci i młodzieży*, Warszawa 2007, s. 47.

<sup>40</sup> A. Kępiński, *Poznanie chorego*, Kraków 2002, s. 153.

<sup>41</sup> B. Józefik, *Problematyka więzi w anoreksji i bulimii psychicznej*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010, s. 101-122; Sz. Chrzastowski, *Między nadmierną bliskością a odrzuceniem – rodziny osób z rozpoznaniem zaburzeń osobowości lub*

Z punktu widzenia profilaktyki uzależnień należy zatem podkreślić prewencyjną rolę funkcjonalnej rodziny w zakresie zachowań związanych z używaniem, nadużywaniem i uzależnieniem od alkoholu. Dla młodego człowieka właściwie funkcjonujące środowisko rodzinne stanowi naturalną przestrzeń ochrony zdrowia psychicznego. Przeciwdziała ono w znacznym stopniu powstaniu i eskalacji zaburzeń, które w swoim przebiegu i konsekwencjach, mogą prowadzić do patologicznego picia.

Charakteryzując system rodzinny w aspekcie jakości jego funkcjonowania i związanych z nią oddziaływań profilaktycznych, szczególną uwagę zwraca się na relację małżeńską. Jest to ze wszech miar słuszny sposób myślenia, gdyż kształtowanie klimatu rodzinnego domu przypada w pierwszej kolejności małżonkom jako „architektem rodziny”<sup>42</sup>. Należy jednak pamiętać, iż relacja małżeńska nie wyczerpuje bogactwa rodzinnego życia. W ramach systemu rodzinnego za istotne uznaje się również interakcje zachodzące pomiędzy dziećmi a rodzicami<sup>43</sup>. W świetle najnowszych badań pozytywna więź dziecka z ojcem i matką stanowi jeden z najistotniejszych czynników, decydujących o powodzeniu prowadzonych działań profilaktycznych<sup>44</sup>. Trafnym kontekstem teoretycznym, umożliwiającym pełniejsze zrozumienie znaczenia jakości relacji rodzic-dziecko dla rozwoju i życia człowieka, jest teoria przywiązania Bowlby’ego. Zgodnie z tą koncepcją, więź łącząca dziecko z osobą opiekuna, posiada unikalny charakter. Wynika on przede wszystkim z czasu trwania tej więzi (przywiązanie z zasady trwa całe życie) oraz z silnego zaangażowania emocjonalnego – tworzenie, utrzymanie, zerwanie i odnowienie relacji przywiązania zawsze łączy się z przeżywaniem intensywnych emocji<sup>45</sup>. Autor ten wyróżnił trzy podstawowe wzorce relacji, określane jako style przywiązania: bezpieczny, unikający oraz lękowo ambiwalentny<sup>46</sup>. Bezpieczny wzorzec przywiązania kształtuje się wówczas, gdy dziecko żywi przekonanie, iż opiekun (matka i ojciec) zapewni mu ochronę w sytuacjach zagrożenia oraz zabezpieczy realizację egzystencjalnych potrzeb<sup>47</sup>. Ta postać przywiązania stanowi konieczny warunek właściwego rozwoju emocjonalno-społecznego oraz intelektualnego osoby, a także decyduje o sposobie, w jaki będzie ona budowała intymne relacje z innymi w okresie dorosłości<sup>48</sup>. W tym kontekście adaptacyjna więź, łącząca dziecko z rodzicem, jawi się jako cenne źródło realizacji elementarnych ludzkich potrzeb, takich jak potrzeba miłości, potrzeba przynależności czy potrzeba bezpieczeństwa<sup>49</sup>. Zaspokojenie tych potrzeb pozwala jednostce na rozwój własnych potencjałów,

schizofrenii, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010, s. 123-146.

<sup>42</sup> V. Satir, *Rodzina. Tu powstaje człowiek*, Gdańsk 2002, s. 137.

<sup>43</sup> M. de Barbaro, *Struktura rodziny*, w: B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, Kraków 1999, s. 50-51.

<sup>44</sup> E. Jastrun, *W poszukiwaniu nowych dróg*, „Świat Problemów” nr 12/2001, s. 31.

<sup>45</sup> D. Senator, *Główne tezy teorii przywiązania*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010, s. 19.

<sup>46</sup> M. Kielar-Turska, M. Bialecka-Pikul, *Wczesne dzieciństwo*, w: B. Harwas-Napierała, J. Trempała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, Warszawa 2007, s. 65.

<sup>47</sup> M. Jelińska, *Religijność w ujęciu teorii przywiązania*, w: J. Krokos M., Ryś (red.), *Czy rozum jest w konflikcie z wiarą? W X Rocznice Encykliki Fides et Ratio*, Warszawa 2009, s. 157-173.

<sup>48</sup> H. Liberska, *Teorie rozwoju psychicznego*, w: J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, Warszawa 2011, s. 98.

<sup>49</sup> M. Kaźmierczak, T. Rostowska, *Percepcja relacji małżeńskich i poziom empatii a jakość życia*,

związanych z wiedzą, uzdolnieniami, zainteresowaniami oraz umożliwia jej osiągnięcie zamierzonych celów<sup>50</sup>. Inspiruje tym samym do podejmowania działań transgresyjnych, odznaczających się ekspansywnością, twórczością, ekspresyjnością, dzięki którym zyskuje ona możliwość ciągłego przewyższania własnych ograniczeń i niedoskonałości<sup>51</sup>.

Wydaje się więc, iż trudno przecenić znaczenie prawidłowo ukształtowanej relacji rodzicielskiej dla realizacji podstawowych założeń modelu integralnej profilaktyki uzależnień. Staje się to bardziej zrozumiałe w sytuacji zaistnienia patologicznej- zdezorganizowanej-więzi pomiędzy dzieckiem a opiekunem. Stanowi ona bowiem „czynnik ryzyka zaburzeń psychicznych, zaburzeń zachowania i osobowości zarówno w dzieciństwie, adolescencji, jak i w dorosłości”<sup>52</sup>. Jeden z badaczy tej problematyki J. Bowlby uważa, iż nieprawidłowości w rozwoju więzi przywiązania wiążą się w dużym stopniu z depresją, fobiami, trudnościami w zakresie relacji interpersonalnych oraz skłonnościami samobójczymi<sup>53</sup>. W literaturze przedmiotu odnajdujemy badania, których wyniki potwierdzają, że wśród adolescentów spożywanie alkoholu ściśle koreluje z rozważaniem, planowaniem, usiłowaniem oraz popełnieniem samobójstwa<sup>54</sup>.

Z powyższego wynika, iż jakość relacji między dzieckiem a rodzicem znacząco wpływa na wszechstronny rozwój jednostki oraz rozstrzyga o charakterze tego wpływu. Stąd też na płaszczyźnie szeroko zakrojonych działań profilaktycznych szczególną rolę, w ramach systemu rodzinnego, przypisuje się podsystemowi rodzicielskiemu. W procesie wychowania rodzice pozostają dla dziecka niekwestionowanymi autorytetami w zakresie preferowanych postaw oraz wyznawanych przekonań i wartości. Młody człowiek na drodze obserwacji ich zachowań uczy się rozróżniać to, co dobre, od tego, co złe; to, co wartościowe, od tego, co niegodne uwagi<sup>55</sup>. Fakt ten posiada istotne znaczenie w kwestii kształtowania w młodym człowieku postawy wobec alkoholu oraz innych substancji psychoaktywnych. Wśród niektórych badaczy istnieje przeświadczenie, iż pozytywne zachowania rodziców, odnoszące się do spożywania alkoholu, związane są z inicjowaniem i kontynuowaniem picia przez młodzież<sup>56</sup>. Okazuje się, iż to w dużej mierze od stosunku rodziców do alkoholu zależy późniejsza postawa dziecka wobec substancji uzależniających<sup>57</sup>.

---

w: T. Rostowska, A. Pplińska (red.), *Psychospołeczne aspekty życia rodzinnego*, Warszawa 2010, s. 110-111.

<sup>50</sup> C. Rogers, *On Becoming a Person*, Boston 1961, s. 24.

<sup>51</sup> J. Koziński, *Psychotransgresjonizm – zarys nowego paradygmatu*, w: J. Koziński (red.), *Nowe idee w psychologii*, Gdańsk 2009, s. 333.

<sup>52</sup> D. Senator, *Więź zdezorganizowana jako czynnik ryzyka patologii w dzieciństwie i dorosłości*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzi w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010, s. 43-62.

<sup>53</sup> J. Bowlby, *Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento*, Milano 1989, s. 58-59; za: P. Marchwicki, *Teoria przywiązania Bowlby'ego*, „Seminare” nr 23/2006, s. 375.

<sup>54</sup> M. Lewicka, *Picie alkoholu przez młodzież: czynniki ryzyka i konsekwencje*, „Alkohol i Nauka” nr 3/1999, [www.psychologia.edu.pl](http://www.psychologia.edu.pl).

<sup>55</sup> Por. A. L. Pervin, O. P. John, *Osobowość – teoria i badania*, Kraków 2002, s. 484-492; P. Oleś, *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, Warszawa 2005, s. 210-212.

<sup>56</sup> M. Lewicka, *Picie ...*, dz. cyt.

<sup>57</sup> Europejski Program Badań Ankietowych w szkołach na temat Używania Alkoholu i Narkotyków ESPAD Raport z Badań Ogólnopolskich, Warszawa 1999, [www.parpa.pl](http://www.parpa.pl), (03. 04. 2003).



Dlatego też jednym z najistotniejszych aspektów profilaktyki alkoholowej jest współpraca z rodzicami, która realizuje się na trzech podstawowych poziomach: (1) edukowanie i poszerzanie wiedzy; (2) doskonalenie umiejętności wychowawczych; (3) stymulowanie interakcji rodzinnych. Jeżeli idzie o przekaz wiedzy, to odnosi się on najczęściej do szeroko pojętych zagadnień związanych z alkoholem i chorobą alkoholową oraz rozwoju dziecka i jego relacji z rodzicami. W tej sferze mieści się również informowanie w pierwszej kolejności o destruktywnym wpływie picia jednego lub obojga rodziców na dzieci, następnie zaś o znaczeniu reguł panujących w rodzinie alkoholowej oraz o symptomach mogących wskazywać na zwiększone ryzyko lub nawet pojawienie się już u dziecka problemów alkoholowych. Obok przekazu wiedzy nieocenioną rolę posiada także podjęcie przez rodziców trudu permanentnego rozwoju własnych umiejętności wychowawczych oraz stymulowania relacji rodzinnych. Ów trud ma zmierzać w kierunku budowania otwartej i opartej na szacunku postawy rodzica względem dziecka, uznającej je za autonomiczny element systemu rodzinnego. Niezastąpioną pomocą w realizacji tego celu jest profesjonalna literatura poświęcona temu zagadnieniu. Korzystanie z niej może właściwie ukierunkować działania wychowawcze rodziców, którzy podejmują się tego zadania w duchu odpowiedzialności i z pełną świadomością trudności z nim związanych, jak również znacząco przyczynić się do odpowiedzialnego ustosunkowania się dziecka względem wielu substancji uzależniających, do których dzisiaj posiada coraz swobodniejszy dostęp<sup>58</sup>.

Analizując podsystem rodzicielski w kontekście jego znaczenia dla prowadzonych działań profilaktycznych, należy również zwrócić uwagę na rolę, jaką odgrywa on w kwestii wspierania rozwoju moralnego i religijnego młodego człowieka. Braun-Galkowska przez wychowanie rozumie „pomoc w rozwoju, czyli w zbliżaniu się do wartości najważniejszych, takich jak dobro, prawda, miłość”<sup>59</sup>. W takim ujęciu wychowanie zakłada troskę rodziców o wzrost dziecka w aksjologicznym i religijnym wymiarze jego funkcjonowania. Kohlberg, uchodzący za jednego z najwybitniejszych badaczy rozwoju moralnego, stwierdza, iż osiągnięcie odpowiednio wysokiego stadium rozumowania moralnego, stanowi warunek konieczny wysoce moralnego postępowania<sup>60</sup>. Dojrzała moralność staje się zatem podstawą właściwej oceny podejmowanych działań. Ocena ta w znacznym stopniu zależy od przyjętego uprzednio systemu wartości. Badania nad skutecznością programów profilaktycznych wykazały, iż w dużej mierze jest ona uwarunkowana zdolnością wychowanków do interioryzacji podstawowych norm moralnych oraz wartości duchowych<sup>61</sup>. Interioryzacja ta staje się możliwa dopiero w żywym kontakcie z rodzicem czy wychowawcą, których zadaniem jest wprowadzenie dziecka w świat wartości<sup>62</sup>. Preferencje aksjologiczne rodziców określają zatem sposób wartościowania dziecka. Stąd ważne jest, aby wyznawali oni takie wartości, które pozwolą młodemu człowiekowi na integralny rozwój osobowy, chroniąc jednocześnie przed ryzykownymi zachowaniami, związanymi z używaniem oraz nadużywaniem alkoholu. Trafne wydaje się być w tym

<sup>58</sup> L. Cierpiałkowska, *Alkoholizm. Przyczyny, leczenie profilaktyka*, Poznań 2001, s. 223.

<sup>59</sup> M. Braun-Galkowska, *Psychologia ...*, dz. cyt., s. 214.

<sup>60</sup> P. O. Żylicz, *Psychologia moralności. Wybrane zagadnienia*, Warszawa 2010, s. 16.

<sup>61</sup> E. Jastrun, *W poszukiwaniu nowych dróg*, „Świat Problemów” nr 12/2001, s. 31.

<sup>62</sup> Por. B. Żurkowski, *Wychowanie do wyboru wartości*, w: F. Adamski (red.), *Wychowanie osobowe*, Kraków 2011, s. 197-208.

kontekście spostrzeżenie Popielskiego, który uznaje, iż „znaczenie wartości w życiu i dla życia ludzi jest nieusuwalne, niezbywalne i niezastępowane (...), gdyż w pełni żyć można tylko w relacji do świata wartości”<sup>63</sup>.

W podsumowaniu zaprezentowanych treści należy stwierdzić, iż system rodzinny stanowi podstawowe środowisko dla działań prewencyjnych, związanych z używaniem, nadużywaniem i uzależnieniem od alkoholu, realizowanych w oparciu o podstawowe założenia integralnej profilaktyki uzależnień. Rodzina bowiem, stwarzając młodemu człowiekowi optymalne warunki wszechstronnego rozwoju, przeciwdziała powstawaniu i eskalacji zaburzeń psychicznych, które w swoim przebiegu i skutkach, mogą prowadzić do patologicznego picia. Ponadto, właściwie funkcjonujący system rodzinny, umożliwiając zawiązanie i utrzymanie adaptacyjnej więzi między rodzicem a dzieckiem, pozwala młodemu człowiekowi na realizację egzystencjalnych potrzeb oraz przyczynia się do interioryzacji podstawowych norm moralnych i religijnych. Wspiera tym samym proces integracji osobowej, który warunkuje zajęcie dojrzałej postawy względem alkoholu. Powyższe wnioski mogą stać się cenną inspiracją do prowadzenia bardziej skutecznych działań profilaktycznych oraz podejmowania dalszych badań nad znaczeniem funkcjonalnego środowiska rodzinnego w przeciwdziałaniu problemom alkoholowym wśród młodzieży.

#### **Bibliografia:**

- Adamski F., *Małżeństwo i rodzina – instytucja społeczna i wspólnota miłości*, w: F. Adamski (red.), *Miłość. Małżeństwo. Rodzina*, Kraków 2009.
- Bajda J., *Rodzina miejscem Boga i człowieka. Wokół zagadnienia integralnego powołania rodziny*, Łomianki 2005.
- Barbaro de M., *Struktura rodziny*, w: B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, Kraków 1999.
- Braun-Gałkowska M., *Poznawanie systemu rodzinnego*, Lublin 2007.
- Braun-Gałkowska M., *Profilaktyka życia rodzinnego*, „Małżeństwo i Rodzina” nr 1/2002.
- Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, Lublin 2008.
- Braun-Gałkowska M., *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*, Lublin 1992.
- Brudek P., *Choroba alkoholowa jako czynnik dysfunkcyjności rodziny*, w: D. Krok, P. Landwójtowicz (red.), *Rodzina w nurcie współczesnych przemian. Studia interdyscyplinarne*, Opole 2010.
- Chrzastowski SZ., *Między nadmierną bliskością a odrzuceniem – rodziny osób z rozpoznaniem zaburzeń osobowości lub schizofrenii*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010.
- Cierpiałkowska L., *Alkoholizm. Przyczyny, leczenie profilaktyka*, Poznań 2001.
- Drożdżowicz L., *Ogólna teoria systemów*, w: B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, Kraków 1999.
- Dziewiecki M., *Integralna profilaktyka uzależnień w szkole*, Kraków 2005.
- Dziewiecki M., *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, Kielce 2001.
- Dziewiecki M., *Podstawy profilaktyki uzależnień*, w: M. Dziewiecki (red.), *Nowe przesłanie nadziei. Podręcznik duszpasterstwa trzeźwości*, Warszawa 2000.

<sup>63</sup> K. Popielski, *Psychologia egzystencji. Wartości w życiu*, Lublin 2008, s. 23.

- Dziewiecki M., *W kierunku profilaktyki zintegrowanej*, „Wychowawca” nr 11/2011.
- Dziewiecki M., *Wychowanie a wolność*, [www.opoka.org.pl](http://www.opoka.org.pl).
- Europejski Program Badań Ankietowych w szkołach na temat Używania Alkoholu i Narkotyków ESPAD Raport z Badań Ogólnopolskich*, Warszawa 1999.
- Gosztyła T., *Rodzinne uwarunkowania dojrzałej religijności młodzieży*, Lublin 2010.
- Habrat B., *Zaburzenia psychiczne spowodowane przyjmowaniem substancji psychoaktywnych*, w: A. Bilikiewicz, (red.), *Psychiatria. Podręcznik dla studentów medycyny*, Warszawa 2007.
- Heszen I., Sęk H., *Psychologia zdrowia*, Warszawa 2008.
- Jastrun E., *W poszukiwaniu nowych dróg*, „Świat Problemów” nr 12/2001.
- Jaworski R., *Typologie religijności*, w: S. Głąz (red.), *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*, Kraków 2006.
- Jelińska M., *Religijność w ujęciu teorii przywiązania*. w: J. Krokos, M. Ryś (red.), *Czy rozum jest w konflikcie z wiarą? W X Rocznice Encykliki Fides et Ratio*, Warszawa 2009.
- Józefik B., *Problematyka więzi w anoreksji i bulimii psychicznej*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010.
- Józefik B., *Rozwój myślenia systemowego a terapia rodzin*, w: L. Górniak, B. Józefik, (red.), *Ewolucja myślenia systemowego w terapii rodzin. Od metafory cybernetycznej do dialogu i narracji*, Kraków 2003.
- Kalus A., *Funkcjonowanie systemu rodziny adopcyjnej. Analiza psychologiczna*, Opole 2009.
- Kaźmierczak M., Rostowska T., *Percepcja relacji małżeńskich i poziom empatii a jakość życia*, w: T. Rostowska, A. Pplińska (red.), *Psychospołeczne aspekty życia rodzinnego*, Warszawa 2010.
- Kendall P., *Zaburzenia okresu dzieciństwa i adolescencji. Mechanizmy zaburzeń i techniki terapeutyczne*, Gdańsk 2004.
- Kępiński A., *Poznanie chorego*, Kraków 2002.
- Kielar-Turska M., Białecka-Pikul M., *Wczesne dzieciństwo*, w: B. Harwas-Napierała, J. Trempała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, Warszawa 2007.
- Kozielecki J., *Psychotransgresjonizm – zarys nowego paradygmatu*, w: J. Kozielecki (red.), *Nowe idee w psychologii*, Gdańsk 2009.
- Krok D., *Systemowe ujęcie rodziny w badaniach dobrostanu psychicznego jej członków*, w: D. Krok, P. Landwójtowicz (red.), *Rodzina w nurcie współczesnych przemian. Studia interdyscyplinarne*, Opole 2010.
- Kubitsky J., *Vademecum terapeuty rodzinnego*, Warszawa 2010.
- Lewicka M., *Picie alkoholu przez młodzież: czynniki ryzyka i konsekwencje*, „Alkohol i Nauka” nr 3/1999.
- Liberska H., *Teorie rozwoju psychicznego*, w: J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, Warszawa 2011.
- Marchwicki P., *Teoria przywiązania Bowlby’ego*, „Seminare” nr 23/2006.
- Mariański J., *Między nadzieją a zwątpieniem. Sens życia w świadomości młodzieży szkolnej*, Lublin 1998.

- Nagórny J., *Nauczyciel wobec współczesnych wyzwań moralno-społecznych*, [www.wychowawca.pl](http://www.wychowawca.pl).
- Namysłowska I., Woronowicz B., Bogulas M., Beauvale A., *Obraz relacji rodzinnych w oczach osób uzależnionych od alkoholu i ich partnerów małżeńskich*, „Alkoholizm i Narkomania” nr 3-4/2004.
- Ogińska-Bulik N., Juczyński Z., *Osobowość. Stres a zdrowie*, Warszawa 2008.
- Oleś M., *Jakość życia młodzieży w zdrowiu i w chorobie*, Lublin 2010. Kulik A., *Zmęczenie przewlekłe u nastolatków. Charakterystyka psychologiczna*, Lublin 2010.
- Oleś P., *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, Warszawa 2005.
- Orwid M., *Czynniki psychospołeczne w psychiatrii dzieci i młodzieży*, w: I. Namysłowska (red.), *Psychiatria dzieci i młodzieży*, Warszawa 2007.
- Płopa M., *Psychologia rodziny. Teoria i badania*, Kraków 2008.
- Płopa M., *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Kraków 2007.
- Popielski K., *Psychologia egzystencji. Wartości w życiu*, Lublin 2008.
- Rostowska T., *Małżeństwo, rodzina, praca a jakość życia*, Kraków 2009.
- Ryś M., *Systemy rodzinne. Metody badań struktury rodziny pochodzenia i rodziny własnej*, Warszawa 2001.
- Satir V., *Rodzina. Tu powstaje człowiek*, Gdańsk 2002.
- Senator D., *Główne tezy teorii przywiązania*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzi w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010.
- Senator D., *Więź dezorganizowana jako czynnik kryzysu patologii w dzieciństwie i dorosłości*, w: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzi w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, Warszawa 2010.
- Żurkowski B., *Wychowanie do wyboru wartości*, w: F. Adamski (red.), *Wychowanie osobowe*, Kraków 2011.
- Żylicz P., *Psychologia moralności. Wybrane zagadnienia*, Warszawa 2010.

**mgr Paweł Brudek** - kapłan diecezji opolskiej. W roku 2000 rozpoczął studia na Wydziale Teologicznym Uniwersytetu Opolskiego oraz w Wyższym Seminarium Duchownym w Opolu. W roku 2006 przyjął święcenia kapłańskie i uzyskał tytuł magistra teologii na podstawie pracy zatytułowanej *Choroba alkoholowa jako czynnik dysfunkcyjności rodziny*. W latach 2007-2011 odbył studia magisterskie z zakresu psychologii na KUL, które ukończył z wyróżnieniem prezentując pracę zatytułowaną *Religijność a jakość relacji małżeńskiej*. Obecnie jest doktorantem w Katedrze Psychologii Klinicznej Dorosłych Instytutu Psychologii KUL. Jego zainteresowania naukowe koncentrują się wokół zagadnień związanych z satysfakcją z małżeństwa, starością, religijnością, uzależnieniami oraz psychoterapią. Współpracuje z dwumiesięcznikiem *Trzeźwymi bądźcie*. Czynnie uczestniczy w konferencjach naukowych organizowanych przez krajowe ośrodki akademickie. Jest autorem artykułów naukowych i popularno naukowych między innymi takich jak: *Choroba alkoholowa jako czynnik dysfunkcyjności rodziny*; *Pełny rozwój osobowy u podstaw nauczania i wychowania w Niższym Seminarium Duchownym Archidiecezji Częstochowskiej*; *Uwarunkowania szczęścia małżonków*; *Wyphłyn na głębię. Jan Paweł II o małżeństwie i rodzinie*.