

***„Palący rodzice widziani oczami dziecka. Analiza skutków palenia tytoniu w rodzinie dla rozwoju i wychowania dziecka.”***

Rodzina jest pierwszą, naturalną grupą społeczną oddziałującą najwcześniej i najdłużej na każdego człowieka. Jej wpływ na rozwój osobowości we wczesnych okresach życia jest największy, kiedy osobowość dziecka jest najbardziej plastyczna i podatna na różnego rodzaju oddziaływanie, a rodzina nie ma jeszcze konkurencji ze strony innych formalnych instytucji wychowania publicznego i grupy rówieśniczej. Rodzina wnosi w życie dziecka zaspokojenie najważniejszych potrzeb: biologicznych i psychologicznych. Poczucie bezpieczeństwa, przynależności i akceptacji dla samego siebie tkwią swoimi korzeniami w doświadczeniach wyniesionych z rodzinnego gruntu. Rodzice są najważniejszymi osobami dla dzieci. Stanowią wzór zachowania. Oddziałują swoim autorytetem, kształtując postawy, wartości i wybory życiowe swoich potomków. Prawidłowo ukształtowana rodzina jest dla dziecka tzw. grupą odniesienia, z którą świadomie i mocno identyfikuje się ono jako jej członek i reprezentant, współtworzy i przyjmuje kultywowane w niej poglądy, wartości, postawy, obyczaje, wzory zachowania i postępowania.

Sytuacja dziecka w rodzinie, w której jedno, lub dwoje rodziców pali może zawierać elementy zakłócające prawidłowy mechanizm i proces wychowania.

Dorosły człowiek niepalący może wymóc na palącym otoczeniu by nie paliło przy nim.

A jak to będzie w przypadku dzieci? Dobrze, jeśli dziecko przebywa w przedszkolu, szkole czy innej instytucji publicznej. Standardem już stało się niepalenie przy dzieciach w instytucjach służących do opieki nad nimi. Sytuacja zmienia się, kiedy dziecko wraca do domu, gdzie jedno, lub dwoje rodziców są palaczami. Uzależnieni od palenia tytoniu nie zawsze ukrywają się z tą czynnością. Wiele dzieci nie tylko nie oddycha czystym powietrzem we własnym domu ale też doświadcza sytuacji życia w cieniu papierosów.

Dziecko może być narażone na kontakt z dymem papierosowym już w życiu płodowym, kiedy matka jest czynnym lub biernym palaczem. Skutki dla jego rozwoju i zdrowia są już dość dobrze rozpoznane. Pojawia się ryzyko przedwczesnego porodu, niskiej wagi urodzeniowej, w przypadku dzieci narodzonych o czasie i śmierci łóżeczkowej.

Bierne palenie jest dobrze znanym zagrożeniem dla zdrowia dzieci. Powiązано je z wyższym ryzykiem astmy, zapalenia oskrzeli, płuc i innymi infekcjami oddechowymi. Badania wykazały również, że istnieje związek między paleniem w czasie ciąży a częstszymi zaburzeniami zachowania u dzieci oraz zespołem nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD). Pojawiły się też doniesienia, że dzieci narażone na dym z papierosów w łonie matki lub w domu mogą pozostawać z tyłu za rówieśnikami pod względem zdolności umysłowych, takich jak wnioskowanie i zapamiętywanie.

## **KONTEKST PSYCHOLOGICZNY**

Palenie tytoniu ma też negatywne oddziaływanie wychowawcze. Nie jest właściwym wzorcem dla własnego dziecka ktoś, kto sam ulega nałogowi, przejawiając w ten sposób całkowitą słabość własnej woli. Jak bowiem może stawiać wymagania i oczekiwać ich realizacji od dzieci ktoś, kto sam nie mobilizuje się do zmiany swych negatywnych przyzwyczajzeń? Stwierdzono, że palenie tytoniu przez rodziców jest główną przyczyną

inicjacji tytoniowej ich dzieci.. Jeśli palą rodzice, prawdopodobieństwo, że dzieci będą palić, jest trzykrotnie większe.

Palący przy dzieciach rodzice ponoszą odpowiedzialność za ryzyko odrzucenia swego dziecka w grupie rówieśniczej z powodu nieprzyjemnego zapachu. Podkopują poczucie bezpieczeństwa. Wzbudzają lek o zdrowie i życie rodzica, kiedy dziecko uzyskuje wiedzę ( np. w przedszkolu) o szkodliwości palenia papierosów. Rozwijają poczucie krzywdy, kiedy dziecko ma świadomość szkodliwości biernego palenia. Kształtują u dziecka poczucie bezradności, kiedy jego prośby „nie pal” nie odnoszą skutku.

Jak dziecko odbiera sytuację, w której rodzic naucza norm, lecz sam ich nie przestrzega ( nawet wtedy jeśli usilnie powtarza, jak być powinno, a narusza zasady trochę w konspiracji)? Żeby stać się autorytetem dla dziecka trzeba podjąć codzienny trud budowania własnego autorytetu. Zdobywanie autorytetu wymaga przestrzegania kilku zasad. Jedną z nich jest wiarygodność. Autorytet rodziców buduje zgodność czynów ze słowami. Dzieci palących rodziców postrzegają rozbieżności pomiędzy wymaganiami rodziców a pobyżaniem sobie. Autorytet słabnie nie tylko w oczach dziecka. Sami rodzice mogą doświadczać swojej słabości i wstydu. Palenie papierosów może stać się rysą na autorytecie wychowawczym rodziców.

Skutki wychowawcze palenia papierosów w rodzinie głównie opisywane są w kontekście modelowania. Palący rodzic dostarcza nieprawidłowych wzorów zachowania w bardzo szerokim spektrum rozwoju:

- model słabej woli
- promowanie zasady przyjemności a nie zasady realizmu
- model niestabilnej hierarchii wartości
- rezygnacja z trudu i odpowiedzialności
- model nieumiejętności radzenia sobie z emocjami, problemem ( potrzebuje zapalić aby dobrze się bawić, czuć).

W rodzinach z problemem uzależnienia dzieci stykają się z sytuacją chaosu ról. Dziecko staje się wobec rodzica wymagającym „dorosłym” a rodzic nieodpowiedzialnym „dzieckiem”, które nie dotrzymuje obietnic. Jedno z rodziców może wykorzystywać dziecko jako pośrednika w rozstrzygnięciu konfliktu na tle palenia jednego z nich. Pomieszczenie ról w rodzinie przyczynia się do osłabienia więzi i siły ich oddziaływania.

Pojawia się też w rodzinie sytuacja wikłania dziecka w utrzymanie „tajemnicy”. Rodzic palący tworzy ze swoim dzieckiem koalicję, szuka w nim sprzymierzeńca w zachowaniu tajemnicy o swoim paleniu przed innymi członkami rodziny. Dziecko doświadcza konfliktu lojalności wobec swoich rodziców. Chciało by sprostać sprzecznym oczekiwaniom swoich rodziców: dochować tajemnicy – powiedzieć prawdę. Uczy się w ten sposób również niespójnej komunikacji, która w długotrwałej konsekwencji będzie rzutowała na jego relacje z innymi.

Wspierając rodziców borykających się z nałogiem palenia tytoniu ważnym czynnikiem jest szeroko rozumiana psychoedukacja. Kiedy rodzice dostrzegą związki pomiędzy swoim paleniem a sytuacją swego dziecka, mają większą szansę na zmianę swoich nawyków.