

Vilniaus universitetas
Filosofijos fakultetas
Psichologijos institutas

Dominyka Jankovskienė

Sveikatos psichologijos studijų programa
Magistro darbas

**Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų
vaikų psichologinė gerovė bei santykiai su tėvais**

Darbo vadovė: prof. dr. Laima Bulotaitė

Vilnius 2024

TURINYS

SANTRAUKA	4
SUMMARY	5
SVARBIAUSIOS SĄVOKOS	6
PRATARMĖ	7
1. ĮVADAS	8
1. 1. Nuo alkoholio priklausoma šeima	8
1. 1. 1. Socialinė-psichologinė nuo alkoholio priklausomos šeimos aplinka	8
1.2. Alkoholikų vaikai – nuo vaikystės iki suaugusiojo amžiaus	10
1.2.1. Alkoholikų vaikų vaidmenys šeimoje	10
1.2.2. Alkoholikų vaikų psichologiniai sunkumai bei psichikos sveikatos problemos	11
1.2.3. Suaugę alkoholikų vaikai	13
1.2.4. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologiniai sunkumai bei psichikos sveikatos problemos	14
1.3. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė gerovė	17
1.3.1. Psichologinės gerovės samprata	17
1.3.2. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės tyrimai	19
1.4. Suaugusių alkoholikų vaikų santykiai su tėvais	20
1.5. Suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupės	22
1.5.1. Savitarpio pagalbos grupių istorija ir veikimo principai	22
1.5.2. Suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupių lankymo motyvai ir teikiama nauda	23
2. TYRIMO METODIKA	27
2.1. Tyrimo dalyviai	27
2.2. Tyrimo instrumentai	27
2.3. Tyrimo eiga	31
2.4. Duomenų analizė	31
3. REZULTATAI	33
3.1. Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės ypatumai	33
3.2. Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų santykių su tėvais ypatumai	34
3.3. Psichologinės gerovės ir santykių su tėvais sąsajos lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų grupėse	36
3.4. Svarbiausi suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės prognoziniai veiksniai	38
3.5. SAV savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmės, psichologinės gerovės bei santykių su tėvais sąsajos	39
4. REZULTATŲ APTARIMAS	40
IŠVADOS	45
LITERATŪRA	46
PRIEDAI	55
1 priedas. Psichologinės gerovės, pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, pasitenkinimo santykiais su artimaisiais palyginimas tarp lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupės asmenų	55

2 priedas. Optimizmo, neigiamo emocingumo, pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, fizine sveikata, darbu ir gyvenimu Lietuvoje palyginimas tarp lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupes asmenų.....	55
3 priedas. Psichologinės gerovės rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes bei turinčių skirtingą išsilavinimą SAV.....	56
4 priedas. Psichologinės gerovės rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes bei esančius skirtingos šeiminės padėties SAV	57
5 priedas. Lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupes tiriamųjų santykių su tėvais palyginimas	59
6 priedas. Santykių su tėvais rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes bei skirtingo išsilavinimo SAV	60
7 priedas. Santykių su tėvais rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes bei skirtingos šeiminės padėties SAV	61
8 priedas. SAV psichologinės gerovės bei santykių tėvais koreliacijos.....	62
9 priedas. Psichologinės gerovės palyginimas tarp skirtingo išsilavinimo ir šeiminės padėties SAV	62
10 priedas. Psichologinės gerovės palyginimas tarp skirtingo amžiaus SAV bei pagal tėvų alkoholio vartojimo ypatumus.....	63
11 priedas. Anketa.....	63

SANTRAUKA

Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė gerovė bei santykiai su tėvais, Dominyka Jankovskienė, Vilnius, Vilniaus universitetas, 2024, 66 p.

Šio darbo tikslas - įvertinti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų psichologinę gerovę bei santykius su tėvais. Tyrime dalyvavo 58 asmenys – 52 moterys ir 6 vyrai. Tiriamieji priklausė trimis skirtingoms amžiaus grupėms – 18-29 m., 30-40 m. ir 41-65 m. Tyrimo dalyvių atrankai buvo panaudota tikslinė ir „sniego gniūžtės“ atranka. Šiame darbe vertinome tiriamųjų santykius su tėvais ir psichologinę gerovę. Gauti rezultatai parodė, kad lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė gerovė nesiskiria, tačiau ji yra žemesnė negu bendrosios populiacijos. Taip pat kai kurie suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės aspektai yra susiję su išsilavinimu ir šeimine padėtimi. Tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės priklausomų asmenų vaikų skiriasi tik santykiai su motina, kurie susiję ir su šeimine padėtimi. Įvertinus ryšius tarp suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės ir santykių su tėvais paaiškėjo, kad grupių nelankančių tiriamųjų gerovė yra susijusi su santykiais su abiem tėvais, o lankančių – tik su santykiais su motina. Suaugusių alkoholikų vaikų santykiai su motina leidžia nuspėti ir psichologinę gerovę. Ieškant sąsajų tarp savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmės bei gerovės ir santykių su tėvais nustatyta, kad lankymo trukmė nesusijusi nei su psichologine gerove, nei su tėvų ir vaikų santykiais. Mūsų tyrimas atskleidžia svarbias sąsajas tarp suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupių lankymo, gerovės bei santykių su tėvais, taip pat patvirtina, kad priklausomų asmenų vaikai turi žemesnę psichologinę gerovę. Tai parodo, kad savitarpio pagalbos grupės šiems asmenims gali būti svarbus ir reikalingas pagalbos šaltinis.

Raktiniai žodžiai: *SAV savitarpio pagalbos grupės, suaugę alkoholikų vaikai, psichologinė gerovė, santykiai su tėvais*

SUMMARY

The aim of the present study was to assess the psychological well-being and relationships with parents of adult children of alcoholics who attend and do not attend self-help groups. The study involved 58 subjects, 52 women and 6 men. The subjects belonged to three different age groups - 18-29 years, 30-40 years and 41-65 years old. Targeted and "snowball" sampling was used for the selection of research participants. In this study we assessed the subjects' relationship with parents and psychological well-being. The obtained results showed that the psychological well-being of the adult children of alcoholics who attend and do not attend self-help groups does not differ, but it is lower than that of the general population. Also, some aspects of the psychological well-being of adult children of alcoholics are related to education and family status. Only the relationship with the mother, which is also related to family status, differs between the persons who attend and those who do not attend mutual help groups. After evaluating the relationships between the psychological well-being of adult children of alcoholics and relationships with their parents, it became clear that the well-being of subjects who do not attend groups is related to relationships with both parents, and those who attend - only to relationships with their mother. The relationship between the adult children of alcoholics and their mother also predicts psychological well-being. When looking for links between the duration of attendance at mutual help groups and well-being and relationships with parents, it was found that the duration of attendance is not related to either psychological well-being or parent-child relationships. Our study reveals important links between self-help group attendance of adult children of alcoholics, well-being and relationships with parents. It also confirms that children who grew up in an alcoholic family have lower psychological well-being. It means that mutual help groups can be an important and necessary source of support for these individuals.

Keywords: *adult children of alcoholics' mutual help groups, adult children of alcoholics, psychological well-being, relationships with parents*

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Psichologinė gerovė – asmens išgyvenamas pasitenkinimo ir pilnatvės jausmas tuo, ką jis turi, tuo, kas jis yra ir (ar) kuo gali tapti (Kairys, Bagdonas, Liniauskaitė ir Pakalniškienė, 2013).

PRATARMĖ

Naujausi duomenys rodo, jog Lietuvoje kas antras suaugęs vaikystėje patyrė sunkumų dėl tėvų alkoholio vartojimo ir kas trečio vaiko tėvai vartoja alkoholį nesaikingai (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, [SAM], 2021). Kadangi priklausomybė – šeimos liga, ji daro didelę įtaką kiekvieno šeimos nario psichologinei būklei bei tarpasmeniniams santykiams. Šeimoje itin nukenčia vaikai – jie su psichikos sveikatos problemomis susiduria ne tik vaikystėje, bet ir suaugę. Jie yra labiau linkę sirgti priklausomybės ligomis, dažniau susiduria su depresija, nerimo sutrikimais, taip pat turi žemesnę savivertę (Sawant, 2020; Bush, Ballar, & Fremouw, 1994). Taigi, šie asmenys gali būti mažiau patenkinti gyvenimu, pasižymi mažesne psichologine gerove (Braithwaite & Devine, 1993). Be to, santykiai su šeima gali išlikti sudėtingi visą gyvenimą, mat asmuo, vaikystėje patyręs daugybę šeimos konfliktų, kaltinimų, priešiško, neturėjęs emocinio ryšio su savo artimiausiais žmonėmis, ir suaugęs negali palaikyti artimų santykių su tėvais ar vienu iš jų (Simonič & Osewska, 2023). Tuomet tenka spręsti santykių su tėvais problemas – kai kurie SAV (suaugę alkoholikų vaikai) šeimoje yra linkę atlikti tėvų vaidmenis, prisiimti atsakomybę už šeimos narių emocinę savijautą, kiti SAV nori visiškai nutraukti santykius su tėvais arba turi ambivalentiškų jausmų jų atžvilgiu (Kelley et al., 2007; Jarvinen, 2015). Priklausomybės paliestoje šeimoje užaugę asmenys neretai vengia ieškoti pagalbos, nes yra juntama stigma dėl to, ką teko išgyventi vaikystėje. Be to, disfunkcinėje šeimoje vaikams tenka patirti ir traumuojančių įvykių – juos lydinčios emocijos yra slopinamos, tad SAV nenori prisiminti skaudžios praeities ir apie ją kalbėti (Simonič & Osewska, 2023). Kita vertus, kai kurios suaugusios alkoholikų vaikų atžalos yra linkusios kreiptis pagalbos ir prabilti apie tai, kas vyko šeimoje. Tokie asmenys lanko SAV Dvylikos žingsnių, Dvylikos tradicijų programos susirinkimus arba kreipiasi į Al-Anon – priklausomybe nuo alkoholio sergančių žmonių artimųjų ir draugų bendriją bei prisijungia prie organizuojamų susitikimų.

Nors tyrimuose SAV psichologine charakteristika pradėta domėtis dar prieš kelis dešimtmečius, vis dar nesutariama, ar ši imtis pasižymi mažesne psichologine gerove, ar ji tokia pat kaip žmonių, kurie su priklausomybės problema šeimoje nesusidūrė. Be to, mažai tyrimų, nagrinėjančių SAV santykių su tėvais bruožus, tad nėra aišku, ar priklausomybė nuo alkoholio iš tiesų sutrikdo tėvų ir vaikų santykius visam gyvenimui. Taip pat, nors SAV ir Al-Anon organizacijos aktyviai veikia tiek užsienio šalyse, tiek Lietuvoje, trūksta mokslinio šių grupių lankymo naudos pagrindimo. Taigi, šiame darbe siekiama atskleisti SAV psichologinės gerovės bei santykių su tėvais ypatumus, palyginti juos tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes bei nustatyti šių konstrukto sąsajas.

1. ĮVADAS

1. 1. Nuo alkoholio priklausoma šeima

Kalbant apie priklausomybės ligas yra svarbu pabrėžti, jog jos paveikia ne tik PA (priklausomą asmenį), bet ir visą šeimą. Šeima gali būti apibrėžiama kaip sistema, kurioje visi nariai yra priklausomi vieni nuo kitų, vadinasi, pasikeitus vienai sistemos daliai, yra paveikiama ji visa (Gruber & Floyd Taylor, 2006). Šeimos nariai, gyvenantys su alkoholiu piktnaudžiaujančiu žmogumi, neretai susiduria su daugybe neigiamų emocijų, paveikiamas jų elgesys, santykiai su aplinkiniais, netgi fizinė sveikata, juntamas nerimas ir nežinomybė, galiausiai pakinta vaidmenys šeimoje, šeimos nariai atsisako savo poreikių (Gruber & Floyd Taylor, 2006; Bortolon et al., 2016). Nepaisant to, priklausomybės gydymo proceso metu visas dėmesys yra sutelkiamas į vartojantįjį, o šeimos nariai įtraukiami minimaliai. Atliekant mokslinius tyrimus daugiausiai dėmesio taip pat yra skiriama priklausomybės problemai, alkoholikų artimųjų tyrimų atliekama žymiai mažiau. Taigi, nors priklausomybės liga daro įtaką visai šeimai, specialistai bei tyrėjai neskiria pakankamai dėmesio kitų šeimos narių problemų sprendimui.

Kita svarbi problema kalbant apie šeimą yra ta, jog neretai artimieji neigia šeimoje egzistuojančią priklausomybę, saugo ją kaip paslaptį ir tokiu būdu susiformuoja disfunkcinis šeimos modelis. Šeimos nariai prisitaiko prie situacijos prisiimdami tam tikrus vaidmenis (Nissen, 1997), artimųjų gyvenimas tampa priklausomas nuo alkoholiu piktnaudžiaujančio asmens būsenos. Be to, dėl neigimo bei šeimos gėdos jausmo nesikreipiama į specialistus, kurie galėtų suteikti pagalbą ne tik vartojančiajam, bet ir kitiems šeimos nariams. Taigi, nuo alkoholio priklausoma šeima neigia alkoholio vartojimo problemą ir ją slepia ne tik nuo draugų ir pažįstamų, bet ir nuo specialistų.

Apibrėžus priklausomybę kaip šeimos ligą bei aptarus bendrus nuo alkoholio priklausomų šeimų bruožus, svarbu detaliau išnagrinėti, kokia yra socialinė-psichologinė tokių šeimų aplinka.

1. 1. 1. Socialinė-psichologinė nuo alkoholio priklausomos šeimos aplinka

Pasak Woititz (2020), visi AV (alkoholikų vaikai) auga panašioje psichologinėje aplinkoje – joje tvyro nerimas ir skausmą kelianti įtampa, nuo kurios norisi pabėgti. PA artimiesiems prisitaikant prie disfunkcinės aplinkos, atsiranda tam tikros taisyklės, kurių turi laikytis kiekvienas šeimos narys, kad būtų išsaugota šeimos paslaptis ir nusistovėjusi tvarka. Ruben (cit. iš Hall & Webster, 2007) išskyrė taisykles, kurios vyrauja PA namuose: nekalbėti apie šeimos problemas; atvirai reikšti savo jausmus yra netinkama; reikia riboti bendravimą su kitais; niekas nėra pakankamai geras, bet vis tiek tikimasi tobulumo; stengtis dėl kitų ir nebūti savanaudžiu; tenkinti savo poreikius šioje šeimoje nepriimtina; viską reikia daryti taip, kaip tėvai liepia, o ne taip, kaip jie daro patys; negalima žaisti,

reikia būti rimtam ir negalima atsipalaiduoti; privalu vengti konfliktų. Tokiose šeimose dažniausiai apsimetama, kad situacija normali, vengiama kalbėti apie „dramblį kambaryje“. Žinoma, tokie reikalavimai gali būti būdingi ne tik šeimoms, kuriose tėvai priklausomi nuo alkoholio, tačiau PA šeimos nariai dažniau susiduria su minėtomis taisyklėmis.

Šeimoje vyraujant tokiems bendravimo dėsningumams, PA gali valdyti šeimą. Šeimos nariai taip pat tampa priklausomi, tik ne nuo alkoholio, o nuo juo piktnaudžiaujančio asmens – tai vadinama kopriklausomybe. Artimieji tarsi praranda savo asmenybę, jaučia emocinę, socialinę priklausomybę, paveikiama net jų fizinė savijauta, sprendimų priėmimui didžiausią įtaką daro vartojantysis (Gudžinskienė ir Gedminienė, 2010; Haverfield, 2016). Nepaisant neigiamų pasekmių, kopriklausomi asmenys siekia palaikyti ryšį su PA. Jie neretai turi sunkumų brėždami asmenines ribas, išsakydami savo poreikius, kadangi atsiranda žema savivertė, savęs kaltinimas, prasta emocijų kontrolė. Artimieji perima visas PA atsakomybes bei padeda nuslėpti priklausomybės pasekmes (Bortolon et al., 2016). Toks artimųjų elgesys ir toliau skatina vartojančiojo priklausomybę, jis netenka galimybės susidurti su savo ligos pasekmėmis. Remiantis McCann, Polacsek ir Lubman (2019) atliktu kokybiniu tyrimu galima pastebėti, kad asmenys, bandantys padėti PA, gyvenime netenka stabilumo, juos persekioja baimė dėl ateities bei neviltis. Tokia savijauta prastina asmens gyvenimo kokybę, psichologinę gerovę ir tokiu būdu šeimos narys negali efektyviai padėti PA sveikti. Įdomu tai, kad dėl nepalankių šeimos gyvenimo aplinkybių PA artimieji neretai susiduria ir su sveikatos problemomis. Alkoholikų ar kitus narkotikus vartojančių artimųjų sveikatos priežiūros išlaidos yra didesnės negu asmenų, kurių šeimoje nėra PA (Ray, Mertens, & Weisner, 2007). Be to, jie dažniau susiduria su tokiomis sveikatos problemomis kaip aknė, astma, cukrinis diabetas, galvos skausmai, hipertenzija, nugaros apačios skausmai. Taigi, visi šeimos nariai tampa priklausomi nuo alkoholiu piktnaudžiaujančio asmens taip, kaip šis yra priklausomas nuo alkoholio.

Kalbant apie socialines nuo alkoholio priklausomų šeimų problemas, pirmiausia svarbu paminėti nestabilią finansinę padėtį, nors tyrimų šia tema atliekama nedaug. Šipelės ir Ivanauskienės (2021) atlikto tyrimo dalyvės, alkoholikų žmonos, teigia, jog vartodami alkoholį vyrai nepajėgia susitvarkyti su finansais, kadangi daug pinigų išleidžia alkoholiui. Be to, neretai PA praranda darbą – tuomet už visos šeimos finansinę padėtį lieka atsakingas negeriantis artimasis. Sunkumų sukelia tai, kad šeimos nariai lieka įsipareigoję padengti geriančiojo skolas, gydymo ir reabilitacijos išlaidas, atitaisyti PA padarytą žalą (McCann et al., 2019). Galiausiai alkoholis tampa ir skurdo priežastimi – skurdžiai gyvenantys asmenys neretai piktnaudžiavimą alkoholiu ir narkotikais įvardija kaip pagrindinę skurdo priežastį (World Bank Group, 2005). Kita vertus, kartais PA geba nuslėpti alkoholizmo problemą, dirba, kuria verslus (Šipelė ir Ivanauskienė, 2021). Tokiu atveju šeimos finansinė padėtis nukenčia mažiau, tačiau vis tiek juntama įtampa dėl pinigų trūkumo, jei PA

negebėtų susitvarkyti su savo įsipareigojimais. Galima padaryti išvadą, kad dauguma priklausomybės paliestų šeimų patiria finansinių sunkumų, tačiau kartais pavyksta išlaikyti stabilumą.

Kita didelė priklausomų nuo alkoholio šeimų problema yra smurtas. Nustatyta, kad piktnaudžiavimas PAM (psichoaktyviosiomis medžiagomis) yra susijęs su vaikų nepriežiūra bei smurtu namuose (Gruber & Floyd Taylor, 2006). Kalbant apie netinkamą elgesį su vaikais, Choenni, Hammink ir Mheen (2017) atliktoje sisteminėje literatūros analizėje aptiktas akivaizdus ryšys tiek tarp motinos, tiek tėvo piktnaudžiavimo alkoholiu bei prastos vaiko priežiūros bendrojoje populiacijoje, bet ne klinikinėse imtyse. Motinos alkoholio vartojimas susijęs su griežtu auklėjimu, menka emocine parama vaikui bei žema intelektine vaiko stimuliacija. Ypač šeimoje smurtauja daug ir dažnai geriančios motinos. Ryšys tarp tėvo alkoholizmo bei smurto prieš vaikus yra ne toks akivaizdus, tačiau aptiktas tėvo alkoholio vartojimo ryšys su griežtu auklėjimu (stipria ir negatyvia tėvo kontrole, disfunkcine disciplina). Verta pabrėžti, kad priklausomose šeimose smurtaujama ne tik prieš vaikus. Taip pat nustatytas ryšys tarp alkoholio vartojimo ir fizinio bei seksualinio smurto prieš partnerę (Devries et al., 2013). Be to, alkoholio vartojimas yra ne tik smurto rizikos veiksnys – jis dar ir paskatina jau patiriamą smurtą. Vadinas, egzistuoja ryšys tarp alkoholio vartojimo ir partnerio agresijos stiprumo – vartojantieji alkoholį smurtauja stipriau (Graham, Bernards, Wilsnack, & Gmel, 2011). Smurtas prieš sutuoktinį šeimoje, dėl kurio dažniausiai kenčia moterys, paveikia ir vaikų jausmus, jie lieka psichologiškai pažeidžiami (Šipelė ir Ivanauskienė, 2021). Taigi, smurtas nuo alkoholio priklausomose šeimose neretai paliečia visus su PA gyvenančius asmenis.

Apžvelgus PA šeimų tyrimus galima padaryti išvadą, jog šeimose, kuriose yra bent vienas nuo alkoholio priklausomas žmogus, vyrauja taisyklės, kurios leidžia geriančiajam valdyti šeimą – jis ir jo problemos tampa svarbiausia šeimos gyvenimo dalimi. Nukenčia šeimos narių psichologinė bei fizinė sveikata. Be to, tokioje aplinkoje patiriamas fizinis, psichologinis, seksualinis smurtas dar labiau pagilina PA artimųjų patiriamus sunkumus. Panagrinėjus nuo alkoholio priklausomų šeimų psichologinę bei socialinę aplinką svarbu išsiaiškinti, kokią įtaką minėtos gyvenimo sąlygos daro AV.

1.2. Alkoholikų vaikai – nuo vaikystės iki suaugusiojo amžiaus

1.2.1. Alkoholikų vaikų vaidmenys šeimoje

Kaip jau minėta, priklausomybės nuo alkoholio paliestoje šeimoje vyrauja tam tikros taisyklės, prie kurių šeimos nariai turi prisitaikyti. Adaptuodamiesi alkoholikų artimieji, taip pat ir vaikai, šeimoje prisiima psichologinius vaidmenis, kurie palaiko disfunkcinę PA šeimos sistemą bei padeda asmeniui prisitaikyti prie aplinkos. Atlikdami vaidmenis AV negali išreikšti savo jausmų bei poreikių, elgiasi taip, kad nekeltų nepatogumų ir šeima galėtų sutelkti dėmesį į PA.

AV, siekdami prisitaikyti šeimoje, neretai perima tėvų pareigas arba atlieka jiems nebūdingus vaidmenis. Wegscheider-Cruse (cit. iš Vernig, 2011) išskyrė keturis pagrindinius vaidmenis, kuriuos priklausomose šeimose atlieka vaikai: šeimos herojus, atpirkimo ožys, pamirštas vaikas, juokdarys. Toliau pateikiami vaidmenų aprašymai remiantis Bulotaite (1998):

1. „Šeimos herojus“ – dažniausiai vyriausias vaikas šeimoje. Jis gerai mokosi, atlieka savo pareigas, rūpinasi tėvais ir jaunesniais broliais, seserimis. Šeimos nariai ir aplinkiniai juo didžiuojasi, nes toks vaikas sukuria vertę. Jis yra sėkmingas, pareigingas, tačiau neretai jaučia pyktį, vienišumą bei pažeidžiamumą dėl šeimoje susiklosčiusios situacijos.
2. „Atpirkimo ožiu“ dažnai tampa antras vaikas šeimoje. Šis vaikas pasižymi probleminiu elgesiu, taip pat yra linkęs griauti šeimos taisykles, demonstruoti pyktį, priešišumą. Todėl šeimos nariai „atpirkimo ožį“ kaltina dėl visų problemų, ant jo išlieja susikaupusį pyktį tokiu būdu nukreipdami savo dėmesį nuo PA. Iš tiesų toks vaikas jaučiasi pažeidžiamas, jį kamuoja kaltė, baimė.
3. „Pamiršto vaiko“ vaidmuo atitinkamai būdingas trečiajam vaikui šeimoje. „Pamirštas vaikas“ šeimoje ignoruojamas, tarsi neturi jokių poreikių, neprašo pagalbos. Artimieji šį vaiką dažniausiai užmiršta, kadangi per daug rūpinasi PA. Šis vaikas jaučiasi vienišas, menkavertis.
4. „Juokdarys“ – įprastai paskutinis vaikas šeimoje. Jis dažnai juokauja, stengiasi pasišaipyti iš savo bei šeimos negandų. „Juokdarys“ atrodo nesubrendęs ir nesuprantantis situacijos, tačiau iš tiesų nežino konstruktyvių įveikos būdų. Būdingas nesaugumas, baimė, sumišimas.

Alkoholikų šeimos narių skirstymas vaidmenimis gali būti naudingas siekiant suprasti šeimos problemas, tačiau, kaip teigia Vernig (2011), ne visose šeimose priklausomybės problema pasireiškia vienodai. Vadinasi, vaidmenys ir jų ypatybės gali skirtis, o griežtas skirstymas vaidmenimis gali trukdyti specialistams, dirbantiems su PA šeimomis, suprasti unikalų šeimos patyrimą. Taigi, derėtų atkreipti dėmesį ne tiek į bendrus šeimų dėsningumus, kiek į šeimai ir kiekvienam vaikui aktualiausias unikalias problemas.

1.2.2. Alkoholikų vaikų psichologiniai sunkumai bei psichikos sveikatos problemos

Kaip jau minėta, kiekvienos PA šeimos patyrimas gali būti unikalus, taigi nėra vieno bruožo, kuris padėtų atpažinti vaikus, kurių namuose girtaujama – AV susiduria su gausybe skirtingų psichologinių sunkumų bei psichikos sveikatos problemų. Kaip teigia Bulotaitė (1998), tėvų alkoholizmo įtaka vaikui priklauso nuo jo lyties, amžiaus, taip pat nuo to, kuris iš tėvų piktnaudžiauja

alkoholiu, kokie vaiko santykiai su negeriančiu tėvu. Deja, AV sunkumai bei rūpesčiai, patiriami dėl priklausomybės šeimoje, dažnai lieka nepastebėti dėl alkoholikų šeimoje vyraujančio slaptumo. Šie vaikai neišsipasakoja apie patiriamą smurtą bei nepatenkintus poreikius, nes bijo tarnybų įsikišimo, nerimauja dėl pasekmių šeimai (Goštautaitė-Midttun, 2017). AV patiria tiek neigiamų jausmų, jog būna nusilpę tiek fiziškai, tiek psichologiškai. Sunku pastebėti, kad netinkamas vaikų elgesys, dirglumas, įtampa, pasyvumas ir abejingumas yra šeimos problemų pasekmės.

Bene daugiausiai tyrimų atliekama apie tėvų alkoholizmo įtaką vaikų alkoholio vartojimui. Nustatyta, kad 30-50% nuo alkoholio priklausomų asmenų yra iš alkoholikų šeimų, ir AV, palyginus su visa populiacija, turi 4 kartus didesnę tikimybę susirgti alkoholizmu (Bulotaitė, 1998). Tiesa, tokią tendenciją lemia ne tik genai – jie tokį polinkį paaiškina apie 50 % (Schukit, 2009). Padidėjusi AV priklausomybės nuo alkoholio rizika susijusi su genetiniais faktoriais, kurie sąveikauja su kitais veiksniais, tokiais kaip jautri reakcija į alkoholį, asmenybės charakteristikos (impulsyvumas, pojūčių siekimas), psichiatriniai simptomai. Tėvų alkoholio vartojimas savaime nelemia to, kad vaikas taip pat turės priklausomybę. Svarbiau yra tai, kaip vaikas suvokia tėvų požiūrį į vartojimą: jei jis mato, jog tėvai prieštarauja gėrimui, tuomet sumažėja tikimybė, jog vaikas pradės gerti alkoholį (Yu, 2003). Taip pat galima pasakyti, kad kuo griežčiau tėvai žiūri į vaiko alkoholio gėrimą namuose, tuo mažesnė tikimybė, kad vaikas vartos alkoholį. Nepaisant to, nereikėtų nuvertinti ir stebėjimo įtakos, mat tėvų alkoholio vartojimo stebėjimas prognozuoja teigiamus dar nevartojančio vaiko įsitikinimus apie alkoholio poveikį (Smit et al., 2018). Įdomu, kad teigiamus vaiko įsitikinimus apie gėrimą paskatina net ir tai, jog stebimos neigiamos tėvų vartojimo pasekmės, pavyzdžiui, išsivysčiusi priklausomybė. Kalbant apie tai, kas dar paragina vaikus gerti alkoholį, yra žinoma, kad paaugliai iš alkoholikų šeimų yra linkę palaikyti intensyvius santykius su bendraamžiais ir atsiskirti nuo šeimos (Velleman & Templeton, 2007). Tokiose draugų kompanijose paaugliai ima anksti vartoti alkoholį ir (ar) narkotikus. Apskritai vaikai, turėję nepalankių vaikystės patirčių (taip pat ir augę su PA), anksčiau pradeda vartoti alkoholį, dažniau sprendžia problemas gerdami (Rothman, Edwards, Heeren, & Hingson, 2008). Taigi, tėvų alkoholizmo įtaką vaiko vartojimui paaiškina daugelis skirtingų veiksnių, tačiau ji yra akivaizdi.

Kita svarbi tema – AV emociniai ir elgesio sunkumai bei sutrikimai. Remiantis Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerija (2017), vaikai, kurių santykiai šeimoje yra patologiniai, praranda emocinę pusiausvyrą, išgyvena nuolatinę įtampą, tad dėl šių išgyvenimų vaikams galiausiai išsivysto elgesio ir emocijų sunkumų arba sutrikimų. Tiesa, kai kurių sutrikimų, pavyzdžiui, nerimo, depresijos, taip pat elgesio sutrikimų, išsivystymui įtakos turi ir tai, ar jais yra sirgę nuo PAM priklausomi tėvai (Clark, Cornelius, Wood, & Vanyukov, 2004). Pagal Makesh ir kitus (2021), tyrime, kuriame girtaujančio tėvo vaikai stebėti 15 metų nuo gimimo, paaiškėjo, jog tiek mergaitėms,

tiesk berniukams tėvo priklausomybė susijusi su psichikos ir elgesio sutrikimais. Kaip pateikiama Park ir Schepp (2015) atliktoje sisteminėje literatūros analizėje, sunkumus galima pastebėti jau nuo kūdikystės. 12-48 mėn. amžiaus kūdikiams jau gali būti būdingas agresyvus elgesys, žema savireguliacija; 6-12 m. amžiaus vaikams – depresija ir nerimas, taip pat hiperaktyvumo ir dėmesio sutrikimas, įvairios fobijos, nerimo sutrikimai. Be visų minėtų sutrikimų paauglystėje atsiranda rizikingas elgesys, antisocialios pažiūros, delinkventiškumas, suicidiškumas. Apžvelgus dar vieną metaanalizę, kurią atliko Makesh ir kiti (2021), matyti, kad paaugliams, kurių tėvas girtauja, iš tiesų dažniau būdinga depresija (43,8% depresiją turinčių tėvas geria, 24,6% depresijos neturinčių vaikų tėvas geria), agresyvumas, hiperaktyvumo ir dėmesio sutrikimas, taip pat pastebėta, jog tėvo priklausomybė nuo alkoholio susijusi su prastesnėmis vaiko savireguliacijos strategijomis 6-oje klasėje. Panašūs duomenys gauti ir tyrime apie priklausomų motinų vaikus. Atžalos iš šeimų, kuriose motina priklausoma nuo alkoholio, taip pat dažniau susiduria su įvairiomis psichikos sveikatos problemomis – nerimo sutrikimais, hiperaktyvumo ir dėmesio sutrikimu, depresija, elgesio sutrikimais (Hill, Tessner, & McDermott, 2010). Kalbant apie emocinius sunkumus, galima pastebėti, kad AV dažnai nerimauja ir yra įsitempę, turi baimę likti vieni, dažnai galvoja apie nelaimingus atsitikimus (Goštautaitė-Midttun, 2017). Galiausiai svarbu pabrėžti ir kitas AV problemas – vaikystėje jiems gali būti būdingos psichosomatinės ligos, valgymo sutrikimai, didesnė potrauminio streso sutrikimo rizika, mokymosi sunkumai, žemas pažangumas, mokyklos nelankymas, paauglystėje – ir pašalinimas iš mokyklos ir jos nelankymas dėl ankstyvų vedybų, nėštumo (Bulotaitė, 1998; Lander, Howsare, & Byrne, 2013). Apibendrinant tyrimų duomenis galima teigti, kad AV būdingos įvairios psichikos sveikatos problemos – ir emociniai bei elgesio sunkumai, kurie nesiekia sutrikimo lygio, ir sutrikimai, kurie yra nuolat stebimi bent dviejose skirtingose gyvenimo srityse bei gali būti diagnozuojami. Be to, rizika šioms problemoms pasireikšti AV yra didesnė nei vaikams iš alkoholiu nepiktnaudžiaujančių šeimų.

Aptarus PA vaikų padėtį šeimoje bei tėvų girtavimo pasekmes psichikos sveikatai, svarbu pakalbėti ir apie SAV, kadangi net suaugusios priklausomybę turinčių asmenų atžalos neretai susiduria su įvairiomis psichikos sveikatos problemomis.

1.2.3. Suaugę alkoholikų vaikai

Apie SAV literatūroje pradėta rašyti palyginti neseniai. Aštuntajame XX a. dešimtmetyje šia tema egzistavo tik viena knyga – Margaret Cork „Pamiršti vaikai“, kuri buvo išleista 1969 m. Kiek vėliau šia tema ėmė domėtis psichologė Janet Geringer Woititz, kuri 1983 m. išleido knygą „Suaugę alkoholikų vaikai“. Tiesa, susidomėjimo knyga sulaukė ne iškart, mat šia tema visuomenėje kalbėtis būdavo drovu. Nepaisant to, galiausiai knyga tapo bestseleriu, imta pripažinti, jog priklausomybė nuo alkoholio nėra problema, kuri dingsta PA pradėjus gydymą. 1999 m. knyga išleista ir Lietuvoje.

Janet Geringer Woititz yra pasakiusi: „Alkoholiko vaikui amžius neturi reikšmės. Tas pats galioja ir penkerių, ir penkiasdešimt penkerių“ (Woititz, 2020). Knygoje ji paminėjo 13 bruožų, kurie būdingi SAV.

1. Suaugę alkoholikų vaikai dažnai nežino, kas yra normalu.
2. Jiems sunku sumanymus įgyvendinti iki galo.
3. Jie yra linkę meluoti, net jei nesunku pasakyti tiesą.
4. Būdingas savęs smerkimas.
5. Jie nemoka linksmintis.
6. Save vertina labai rimtai.
7. Turi sunkumų palaikydami artimus santykius.
8. Perdėtai reaguoja į nuo jų nepriklausančius pokyčius.
9. Nuolat siekia būti pripažinti ir gerai įvertinti.
10. Dažniausiai jie jaučia, kad labai skiriasi nuo aplinkinių.
11. Yra labai pareigingi arba, priešingai, itin nepareigingi.
12. Labai ištikimi net tada, kai kitas žmogus nėra vertas tokio atsidavimo.
13. Impulsyvūs, imasi veiksmų deramai neapsvarstę pasekmių.

Tyrimai apie SAV, jų bruožus, psichologinę būseną bei psichologinį atsparumą vis dar yra aktualūs. Pabrėžiama, kad SAV iš tiesų yra linkę turėti tam tikrų psichologinių sunkumų bei sutrikimų, tačiau neretai yra atsparūs, psichologiškai prisitaikę (Hebbani, Ruben, Selvam, & Krishnamachari, 2020; Park & Schepp, 2018). Kita vertus, svarbu pabrėžti, jog SAV nėra homogeniška grupė – panašūs minėti bruožai gali būti būdingi ir kitiems asmenims, pavyzdžiui, turėjusiems nepalankių vaikystės patirčių (Fineran, Laux, Seymour, & Thomas, 2010).

1.2.4. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologiniai sunkumai bei psichikos sveikatos problemos

Daugelis tyrimų patvirtina, kad žmonės, augę PA šeimose, turi didesnę riziką susidurti su įvairiais psichologiniais sunkumais bei psichikos sveikatos problemomis (Hall & Webster, 2007; Kashubeck, 1994; Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, [SAM], 2023). Kaip nurodo skirtingi autoriai, SAV susiduria su įvairiomis eksternalizuotomis ir internalizuotomis problemomis, priklausomybėmis, nerimu, nesaugiu vengiančiu prieraišumu, žema saviverte, gėda, žemais akademiniiais pasiekimais bei prastesniais kognityviniais, verbaliniais gebėjimais, asmenybės sutrikimais, (Park & Schepp, 2015; Makesh et al., 2021). Šiame skyriuje plačiau bus aptariami tik kai kurie iš minėtų sunkumų bei problemų.

Visų pirma verta plačiau panagrinėti SAV santykį su alkoholiu. Kaip jau minėta, piktnaudžiavimas alkoholiu tampa aktualia problema dar paauglystėje. Suaugusiojo amžiuje

priklausomybės problema gali išlikti ir toliau vystytis. Svarbu paminėti, jog SAV apskritai pradeda vartoti alkoholį anksčiau nei asmenys, kurių tėvai niekada nepiktnaudžiavo alkoholiu (Braitman et al., 2009). Taip pat, nors ir nepavyko patvirtinti, kad SAV geria dažniau ar daugiau negu kiti, paaiškėjo, jog alkoholio vartojimui įtakos turi geriančio tėvo lytis. SAV, kurių motina arba abu tėvai piktnaudžiavo alkoholiu, buvo labiau linkę gerti negu tie, kurių tėvas buvo PA. Kita vertus, tėvo priklausomybė buvo susijusi su didesniu dienų, kai geriama, skaičiumi. Kalbant apie veiksnius, turinčius įtakos SAV alkoholio vartojimui, pirmiausia galima išskirti asmenybės savybes. Lyvers, Hayatbakhsh, Stalewski ir Thorberg (2018) išsiaiškino, jog jauni SAV pasižymi su piktnaudžiavimu alkoholiu susijusiomis asmenybės savybėmis – aleksitimiškumu, impulsyvumu ir jautrumu atlygiui (angl. *reward sensitivity*). Šiuos ypatumus gali lemti tiek genetika, tiek nuo alkoholio priklausomos šeimos aplinka. Būtent šie bruožai gali būti vienas iš veiksnių, turinčių įtakos SAV piktnaudžiavimui alkoholiu. Kitas svarbus veiksnys yra lytis. Yra žinoma, kad vyrai turi didesnę priklausomybės nuo alkoholio riziką, be to, suaugę alkoholikų sūnūs geria daugiau, pradeda tai daryti anksčiau negu dukros (Jennison & Johnson, 1998). Įdomu tai, jog moterys, kurių motina priklausoma nuo alkoholio, turi didesnę riziką vartoti žalingai nei tos, kurios apskritai neaugo su PA arba priklausomas buvo tik tėvas. Vyrams rizika yra didesnė, jei PA buvo abu tėvai (Pearson, D’Lima, & Kelley, 2012). Aplinka, kurioje SAV augo, taip pat yra labai svarbi. Nepaisant to, kad priklausomos šeimos aplinka įprastai būna nepalanki sveikai vaiko raidai, Ossola ir kiti (2021) pabrėžia, jog rūpestinga aplinka vaikystėje sumažina priklausomybės išsivystymo riziką vaikui suaugus. Nenuspėjama SAV vaikystės aplinka, priešingai, medijuoja ryšį tarp tėvų priklausomybės nuo alkoholio ir suaugusio vaiko vartojimo: gėrimo dažnumas susijęs su didesniu tėvų atstūmimu, per gyvenimą išgeriamo alkoholio kiekis susijęs su didesnėmis smurtinėmis bausmėmis (Ross & Hill, 2001). Taigi, galima padaryti išvadą, kad SAV turi didesnę tikimybę susidurti su alkoholio vartojimu susijusiomis problemomis negu tie asmenys, kurių tėvai priklausomybės nuo alkoholio neturėjo.

Neretai tyrimuose yra nagrinėjimas ir SAV polinkis sirgti depresija bei nerimo sutrikimais. Remiantis tiek naujesniais, tiek senesniais moksliniais šaltiniais galima teigti, jog SAV dažniau susiduria su depresija bei nerimu (Omkarappa & Rentala, 2019; Klostermann et al., 2011; Kelley, Pearson, Trinh, Klostermann, & Krakowski, 2011). Siekiant suprasti šio reiškinių priežastis, atlikta nemažai tyrimų. Klostermann ir kiti (2011) nustatė, jog SAV dažniau naudoja įveikos strategijas, kurios siejamos su depresija – susitelkimą į emocijas ir jų išliejimą, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą, neigimą, atsitraukimą sudėtingose situacijose. SAV grupei nepriklausantys asmenys neefektyvių įveikos strategijų naudoja mažiau. Taip pat pastebėta, jog pozityvi reinterpretacija, augimas ir planavimas yra įveikos strategijos, kurios susijusios su mažiau

depresijos simptomų tiek SAV, tiek ne SAV grupėje. Kalbant apie SAV depresijos simptomų pasireiškimą, geriančio tėvo lytis nėra svarbi. Kelley, Pearson, Trinh ir Klostermann (2011) teigia, jog tiek motinos, tiek tėvo priklausomybė nuo alkoholio nėra tiesiogiai susijusi su suaugusio vaiko depresijos simptomais – pozityvesni santykiai su tėvais silpnina ryšį tarp tėvų ligos bei simptomų. Tai reiškia, kad SAV depresyvumui įtakos turi ne pati priklausomybė, tačiau tai, kokie santykiai yra su geriančiu tėvu. Lee ir Williams (2013) taip pat patvirtina, kad šis ryšys yra netiesioginis. Autoriai tvirtina, jog priklausymo jausmas, socialinė parama bei psichologinis atsparumas yra svarbūs faktoriai, apsaugantys SAV nuo depresijos simptomų. Taip pat sąsają tėvų priklausomybė turi ir su suaugusio vaiko nerimu. Tai svarbu aptarti todėl, kad priklausomybė nuo alkoholio ir nerimo sutrikimai dažnai yra komorbidiški. Harter (2000) apžvelgė tyrimus, kuriuose nagrinėjamas SAV psychosocialinis prisitaikymas, ir padarė išvadą, jog SAV būdingas padidėjęs nerimas tiriant tiek klinikinėse, tiek neklinikinėse imtyse. Apžvelgtuose tyrimuose pastebėtas didesnis fobijų, socialinio nerimo, generalizuoto nerimo ir panikos sutrikimo paplitimas tarp SAV. Tiesa, nėra aišku, ar tėvų priklausomybė tiesiogiai susijusi su didesniu vaikų nerimu, ar ši ryšį lemia kiti veiksniai, tokie kaip tėvų sunkumai ar kiti vaikystėje patirti stresoriai. Kalbant apie kitų autorių atliktus tyrimus, Brown-Rice et al. (2018) pastebėjo, kad studentai, rizikingai vartojantys alkoholį, patiria daugiau ne tik nerimo, bet ir depresijos bei potrauminio streso simptomų nei tie, kurie neturi problemų su alkoholio vartojimu. Apibendrinus SAV depresijos bei nerimo tyrimų duomenis matoma, kad su šiomis psichikos sveikatos problemomis asmenys iš priklausomybės paliestų šeimų susiduria dažniau. Kita vertus, svarbu pabrėžti, kad tėvų priklausomybės nuo alkoholio bei šių sunkumų ryšys yra netiesioginis – jį veikia daugybė asmenybės, šeimos bei socialinių veiksnių.

Savivertė taip pat dažnai nagrinėjama šaltiniuose, kuriuose bandoma apibrėžti SAV bruožus bei sunkumus. Sutariama, kad tėvų priklausomybė nuo alkoholio yra susijusi su žema asmens saviverte suaugus, tačiau svarbu paminėti, jog šis ryšys būdingas ir žmonėms iš kitų disfunkcinių šeimų (Harter, 2000). Be to, ryšį tarp tėvo alkoholizmo ir SAV savivertės lemia tėvų ignoravimas – jis taip pat turi įtakos ir ryšiui tarp motinos priklausomybės bei vaiko savivertės (Rangarajan & Kelly, 2006). Dar vienas veiksnys, galintis paaiškinti ryšį tarp tėvo priklausomybės bei atžalos savęs vertinimo, yra komunikacijos šeimoje stilius. Pokalbiais grįstas bendravimas šeimoje padeda ugdyti vaiko savivertę – jis gali išreikšti savo nuomonę, norus bei poreikius, o konformistinis komunikacijos stilius, priešingai, lemia žemesnę savivertę, kadangi vaikas šeimoje skatinamas prisitaikyti prie tėvų, neturi galimybės laisvai kalbėti apie save ir tai, kas vyksta šeimoje. Kita vertus, tėvo girtavimas yra siejamas su konformistiniu bendravimu šeimoje, tad tėvo priklausomybė nuo alkoholio turi reikšmingos įtakos SAV savęs vertinimui.

Haverfield ir Teiss (2016) nustatė, kad žemą SAV savivertę gali lemti ir patiriama stigma. Asmenys, manantys, jog tėvų priklausomybė yra gėdinga, pavojinga bei turi būti slepiama, pasižymi žemesne saviverte. Stigma yra susijusi su tėvų girtavimo stiprumu, taip pat su vengimu kalbėtis apie priklausomybės problemą šeimoje. Taip pat SAV savivertės problemas galima paaiškinti remiantis prieraišumo teorija, kurią sukūrė psichologas John Bowlby. Remiantis šia teorija, vaiką prižiūrinčio žmogaus pasiekiamumas ir jautrumas kūdikystėje bei vaikystėje lemia, kokias reprezentacijas apie save vaikas susikurs. Priklausomybės paliestoje šeimoje tėvų gebėjimas tinkamai reaguoti į vaiką bei atliepti jo poreikius yra sutrikęs, kadangi PA yra sutelkęs dėmesį į alkoholį ir jo vartojimą. Tuomet formuojasi nesaugus prieraišumas – šį teiginį pagrindžia Jaeger, Hahn ir Weinraub (2002) atliktas tyrimas, kuriame nustatyta, jog suaugusių dukterų, kurių tėvas buvo priklausomas nuo alkoholio, prieraišumas yra mažiau saugus negu moterų, kurių tėvas nebuvo PA. Tokiu būdu vaikas susikuria vidinį darbinį modelį kaip nevertingo ir nekompetentingo žmogaus – tai ir lemia žemą savivertę (Rangarajan, 2008). Galima apibendrinti, jog SAV linkę turėti žemesnę savivertę negu asmenys, kurių tėvai neturi problemų su alkoholio vartojimu. Be to, stebima, kad didesnę įtaką žemai vaiko savivertei turi tėvo priklausomybė.

Taigi, SAV susiduria su daugybe įvairių psichikos sveikatos sunkumų bei problemų. Dažniausiai pastebimos ir tyrinėjamos yra tokios problemos kaip priklausomybė nuo alkoholio bei piktnaudžiavimas juo, depresija, nerimas ir nerimo sutrikimai, žema savivertė. Atlikus šių aspektų analizę, svarbu išsiaiškinti, kas yra žinoma apie SAV psichologinę gerovę.

1.3. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė gerovė

1.3.1. Psichologinės gerovės samprata

Psichologinė gerovė moksliniuose šaltiniuose yra nagrinėjama jau kelis dešimtmečius. Nepaisant to, šis reiškinys išlieka sudėtingas ir nėra vieno psichologinės gerovės apibrėžimo. Kalbant apie psichologinę gerovę, literatūroje dažniausiai minimi psichologinės gerovės, subjektyvios gerovės ir gyvenimo kokybės terminai. Šios sąvokos atspindi tą patį konstrukta, bet pabrėžia kiek skirtingus psichologinės gerovės aspektus. Be to, psichologinės gerovės teoriniai modeliai įprastai skirstomi į dvi kryptis – hedoninę ir eudaimoninę (Ryan & Deci, 2001). Šios dvi skirtingos kryptys sudarė sąlygas rasti daugybei įvairių teorijų, kurios ir viena kitai prieštarauja, ir viena kitą papildo.

Hedoninės teorijos asmens psichologinę gerovę apibūdina kaip malonumo siekimą ir skausmo vengimą. Šio požiūrio atstovai dažnai vartoja psichologinės savijautos ir laimingumo sąvokas (Ryan & Deci, 2001). Vienas žinomiausių hedoninės krypties atstovų ir yra Ed Diener, sukūręs subjektyvios gerovės koncepciją. Joje remiamasi trimis pagrindinėmis prielaidomis (Diener, 1984). Visų pirma, svarbiausia yra subjektyvus asmens patyrimas. Antra, asmens gerovei būtinas teigiamų emocijų

buvimas, ne tik neigiamų nebuvimas. Trečia, svarbus ne tiek momentinis žmogaus laimingumo ar tam tikros funkcionavimo srities vertinimas, kiek bendras pasitenkinimas gyvenimu. Galiausiai pabrėžiama, kad subjektyvią gerovę sudaro emocinis ir kognityvinis komponentai (Tov & Diener, 2013). Kognityvinis komponentas reiškia pasitenkinimo gyvenimu vertinimą. Dažniausiai šis vertinimas apima svarbiausias gyvenimo sritis, tokias kaip darbas, šeima, laisvalaikis, sveikata, finansai, tačiau vertinamos sritys priklauso ir nuo kultūros (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Emocinį komponentą apima teigiamo ir neigiamo valentingumo emocijų patyrimas: džiaugsmo, pakilumo, pasitenkinimo, ekstazės, gėdos ir kaltės, liūdesio, nerimo, pykčio ir kitų (Diener et al., 1999). Kaip teigia Tov ir Diener (2013), du minėti komponentai yra iš dalies susiję, nes žmonės, vertindami savo pasitenkinimą gyvenimu, neretai remiasi savo dabartiniu emociniu patyrimu. Ed Diener sukurtą koncepciją iš dalies papildė Kahneman objektyvios gerovės modelis. Šios teorijos autoriaus teigimu, galima išmatuoti ir objektyvų žmogaus laimingumą apskaičiuojant emocinių vertinimų vidurkį per tam tikrą laiko tarpą – tokiu būdu galima įvertinti objektyvų laimingumo lygį (Bagdonas, Kairys, Liniauskaitė ir Pakalniškienė, 2013). Kita vertus, šis požiūris nėra toks populiarus, kadangi laimingumas visgi yra vertinamas subjektyviai, analizuojant savo patirtį. Nemažai dėmesio sulaukė Brickman ir Campbell 1971 m. pristatyta hedoninio bėgtakio teorija. Pasak šios teorijos šalininkų, teigiamai arba neigiamai interpretuojami įvykiai paveikia laimingumą, tačiau žmonės greitai prisitaiko ir grįžta į neutralią būseną. Vadinasi, remiantis šiuo požiūriu galima teigti, jog jokios žmogaus pastangos negali padaryti jo laimingesnio – laimingumas ir nelaimingumas yra tik laikinos reakcijos į tam tikrus įvykius ir aplinkybes. Šiam požiūriui prieštarauja Diener, Lucas ir Scollon (2006), pateikę pastebėjimus šios teorijos tobulinimui. Pirmiausia, būtų neteisinga teigti, kad kiekvieno žmogaus pradinė būsena yra neutrali – kiekvienas turi skirtingą, nuo temperamento priklausančią būseną. Taip pat asmenys turi ne vieną laimingumo „atskaitos tašką“, kadangi psichologinė gerovė susideda iš kelių komponentų. Galiausiai kiekvienas skirtingai vertina tam tikrus išorinius įvykius – tas pats įvykis gali stipriai paveikti vieno žmogaus laimingumą ir prisitaikymas bus sudėtingas, bet kito asmens laimingumui tai įtakos neturės arba adaptacija įvyks labai greitai. Bendrai išnagrinėjus hedonines gerovės teorijas galima teigti, jog šios krypties atstovai psichologinę gerovę supranta kaip malonumą ir laimingumą.

Kiti mokslininkai prieštarauja požiūriui, kad gerovę galima vertinti tik kaip malonius patyrimus bei laimingumą, mat malonumo ir momentinio laimingumo jausmas nebūtinai užtikrina, kad žmogus gerai jausis. Jie vadovaujasi eudaimoniniu požiūriu į gerovę. Aristotelis rašė, kad eudaimonija yra aukščiausia iš visų gėrybių, kurią žmogus gali pasiekti veiksmais (Ruini & Ryff, 2016). Eudaimoninis požiūris nurodo, kad svarbiausia yra susitelkti į prasmę ir savirealizaciją, o gerovė apibrėžiama per tai, kiek žmogus įgyvendina savo potencialą (Ryan & Deci, 2001). Kaip

nurodo Waterman (1993), eudaimonija atsiranda tuomet, kai žmogus yra įsitraukęs į veiklas, kurios dera su svarbiomis jo gyvenimo vertybėmis. Kalbant apie šią kryptį atstovaujančius mokslininkus ir teorijas, visų pirma vertėtų aptarti humanistus. Humanistinėje psichologijoje viena iš svarbiausių sąvokų yra savirealizacija. Svarbu tai, jog žmogus gali prisiimti atsakomybę už savo egzistencijos individualumą, potencialių galimybių aktualizavimą, bei egzistencijos ir savęs aktualizavimo ribotumą (Kočiūnas, 1993). Kai asmuo pasiekia aukščiausią tapsmo lygį, jis tampa pilnavertiškai ir harmoningai gyvenantis, autonomiškas, integruotas, realizuoja save. Tai ir galima vadinti eudaimonija. Vėliau, remdamasi ankstesniais skirtingų mokslininkų darbais, 1982 m. savo gerovės modelį pateikė Carol Ryff. Jame autorė integravo įvairių mokslininkų ir filosofų koncepcijas – Aristotelio, humanistų, Jung, Allport, Erikson ir kitų. Ji išskyrė tokius psichologinės gerovės komponentus kaip savęs priėmimas, šilti santykiai su aplinkiniais, savarankiškumas (autonomija), aplinkos kontrolė, gyvenimo tikslai ir asmeninis augimas (Ryff & Keyes, 1995). Ryff ne tik sukūrė vientisą psichologinės gerovės modelį, bet ir pateikė jo praktinio pritaikymo galimybes. Dar vieni autoriai, pasiūlę eudaimonine tradicija paremtą teoriją, yra Edward L. Deci ir Richard Ryan. Jie sukūrė savideterminacijos teoriją, kurioje teigiama, kad trys pagrindiniai psichologiniai poreikiai, būtini asmens psichologinei gerovei, augimui ir vidinei motyvacijai, yra kompetencija, autonomija ir susietumas (Deci & Ryan, 2000). Kompetencija yra poreikis tikėti, kad žmogus gali sėkmingai atlikti tai, ką daro; autonomija – poreikis pačiam pasirinkti veiksmus, o susietumas – tai bendrumo su kitais, priklausymo poreikis. Remiantis šia teorija, eudaimoninei gerovei pasiekti reikalinga siekti vidine motyvacija pagrįstų tikslų, veikti autonomiškai, sąmoningai bei tokiu būdu, kad būtų patenkinti trys minėti psichologiniai poreikiai (Ryan, Huta, & Deci, 2006). Taigi, eudaimoninės krypties atstovai sutaria, kad psichologinei gerovei vien laimingumo jausmo nepakanka – tam, kad žmogus jaustųsi gerai, jis turi aktyviai veikti ir stengtis.

Išnagrinėjus hedoninio ir eudaimonio požiūrio į gerovę ypatumus bei teorijas, gali atrodyti, kad du požiūriai labai skiriasi ir net apibrėžia skirtingus konstruktus. Kita vertus, šiuo metu nemažai autorių atsisako griežto skirstymo bei į gerovę žvelgia bendrai, remdamiesi abiem požiūriais. Tokia nuostata vadovaujamasi ir šiame darbe nagrinėjant SAV psichologinės gerovės ypatumus. Susipažinus su šio konstrukto samprata kyla klausimas, koks psichologinės gerovės lygis yra būdingas šiame darbe aptariamai žmonių grupei – SAV.

1.3.2. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės tyrimai

SAV psichologinės gerovės tyrimų esama nedaug ir bendro sutarimo, ar šių asmenų psichologinės gerovės lygis yra žemesnis, nerandama. Pavyzdžiui, Hall (2007) nustatė, kad jaunų suaugusių, kurie gyveno su tėvais, priklausomais nuo alkoholio, suvokiamas psichologinės gerovės lygis yra žemesnis nei tų, kurių tėvai dėl alkoholio vartojimo problemų neturėjo. Be to, SAV prasčiau

kontroliuoja savo jausmus, mintis bei elgesį ir, tyrimo duomenimis, per pastaruosius metus patyrė psichikos sveikatos problemų, dėl kurių turėjo kreiptis pagalbos į specialistus. Plescia-Pikus, Long Suter ir Wilson (1988) taip pat nustatė, kad SAV psichologinė gerovė yra žemesnė nei kitų asmenų. Dar minėti mokslininkai išsiaiškino, kad SAV pasiekimai srityse, kuriose svarbus taisyklių laikymasis, disciplina, atsakomybė, yra mažesni. Svarbu tai, kad priklausomybę turėjusių tėvų vaikai, turintys aukštą psichologinę gerovę, vis dėlto pasižymi netgi geresniais pasiekimais negu kontrolinė grupė visose srityse, taip pat ir tose, kuriose svarbi nepriklausomybė, individualumas, autonomija ir kūrybiškumas. Vadinasi, PA vaikai, gebantys išlaikyti aukštą psichologinę gerovę nepaisant nepalankių vaikystės patirčių, gyvenime gali funkcionuoti ne prasčiau negu kiti. Duomenys apie žemesnę SAV gerovę gauti ir Slaski (2016) tyrime. Autorius išsiaiškino, jog asmenys iš priklausomų šeimų yra mažiau patenkinti gyvenimu, tai yra konkrečiomis sritimis: savęs vertinimu, draugystėmis, santuoka arba partneryste, seksualiniu gyvenimu. Kita vertus, SAV labiau patenkinti savo finansine padėtimi bei laisvalaikiu. Ryff ir Tweed (1991) psichologinės gerovės skirtumų tarp SAV ir kontrolinės grupės neaptiko, nors buvo vertinti įvairūs gerovės aspektai. Kita vertus, šios autorės teigia, kad suaugusių PA vaikų depresijos ir nerimo balai yra aukštesni nei žmonių, kurie neaugo disfunkcinėje šeimoje. Galiausiai galima padaryti išvadą, jog SAV psichologinės gerovės tyrimų rezultatai yra skirtingi, mat ir tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu įtaka vaiko gerovei yra netiesioginė. Ryšys tarp tėvų priklausomybės ir psichologinės gerovės yra medijuojamas tokių veiksmų kaip šeimos funkcionavimas, asmens orientacija į augimą ir atsparumas (Robitchek & Kashubeck, 1999). Kaip teigia Dechtiarytė ir Bulotaitė (2022), itin svarbus yra psichologinis atsparumas, nes jis leidžia prognozuoti SAV psichologinę savijautą, tai yra savivertę, pasitenkinimą gyvenimu bei psichologinę gerovę, nerimo ir depresijos lygį. Kuo didesnis psichologinis atsparumas, tuo geresnė SAV psichologinė savijauta. Galima teigti, jog SAV psichologinės gerovės tyrimų rezultatai yra nevienareikšmiai, nors dauguma tyrimų visgi atskleidžia, jog vaikų, augusių PA šeimose, psichologinė gerovė yra žemesnė. Tiesa, reikėtų turėti omenyje, kad tėvų priklausomybės nuo alkoholio ir suaugusio vaiko gerovės ryšys yra netiesioginis – jį medijuoja šeimos, asmeniniai veiksniai bei psichologinis atsparumas.

1.4. Suaugusių alkoholikų vaikų santykiai su tėvais

Per pastaruosius dešimtmečius ilgėjant žmonių gyvenimo trukmei, akivaizdu, kad mūsų dienomis tėvai gerokai ilgiau bendrauja su savo suaugusiais vaikais. Lietuvoje 2021 m. vyrų vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė buvo 69,6 m., moterų – 78,9 m. (Lietuvos statistikos departamentas, 2022). Dėl šių demografinių pokyčių suaugusių vaikų ir tėvų santykiai tapo aktualia tyrimų tema – imta domėtis, kas lemia, ar tėvų ir vaikų santykiai bus prasti, ar, priešingai, artimi ir kupini palaikymo. Aktualu ir tai, kokie veiksniai lemia tėvų ir vaikų santykių dinamiką disfunkcinėse, pavyzdžiui, nuo

alkoholio priklausomų asmenų šeimose. Šie klausimai yra itin svarbūs todėl, kad tiek tėvo, tiek motinos vaidmuo net suaugusio vaiko gyvenime yra svarbus, be to, santykiai su tėvais yra susiję ir su atžalos psichologine gerove (Amato, 1994).

Pirmiausia svarbu paminėti, jog tyrėjų darbuose sutariama, kad suaugusių vaikų ir tėvų santykiams didelę įtaką daro tai, kokie santykiai buvo suformuoti vaikystėje. Vienas iš šių teiginių patvirtinančių darbų yra Lin ir Wu (2019) atliktas tyrimas. Gauta, jog motinos fizinį smurtą patyrę vaikai suaugę praleidžia mažiau laiko su ja. Ryšį tarp motinos fizinio smurto ir vėliau su ja praleidžiamo laiko medijuoja suaugusio vaiko šeiminė padėtis – susituokę vaikai su savo motinomis praleidžia dar mažiau laiko. Kita vertus, egzistuoja ir tiesioginis ryšys – vaikai, kurie buvo psichologiškai artimesni su savo motinomis vaikystėje, suaugę praleidžia daugiau laiko teikdami pagalbą joms negu tie, kurie prie motinų nebuvo psichologiškai prisirišę. Panašūs rezultatai gauti ir tiriant santykius su tėvu – atžalos, vaikystėje dažniau patyrusios tėvo fizinį smurtą, su juo suaugusios praleidžia mažiau laiko negu tos atžalos, kurios tėvo smurtą patyrė rečiau. Agllias (2015) bei Carr, Holman, Abetz, Kellas ir Vagnoni (2015) tyrimuose bandyta išsiaiškinti, kokios vaikų atitolimo nuo tėvų priežastys. Dažnai buvo minimas vaikystėje patirtas smurtas ir nepakankamas dėmesys vaikui augant dėl darbo, ligos, patirtos krizės, taip pat toksiškas tėvų elgesys, palaikymo ir priėmimo stoka, pasirinkto partnerio nepriėmimas. Be to, suaugę vaikai dažniausiai mini nesitikintys, jog savanaudiškas tėvų elgesys ateityje galėtų pasikeisti (Carr, et al., 2015). Kitame Agllias (2018) tyrime nurodyta atitolimo priežastis – palengvėjimas bei poreikis atsigauti po sudėtingų santykių su tėvais. Santykio su tėvais vaikystėje svarba tolesniam vaikų ir tėvų bendravimui yra akivaizdi ir kalbant apie SAV. Asmenys, vaikystėje augę su girtaujančiu tėvu, augdami turi daugiau neigiamų patirčių šeimoje – dažnesnius konfliktus, mažesnę šeimos sutelktumą, jiems dažniau tenka slopinti emocijas. Jų santykiai su tėvu dažnai būna ypač prasti, ypač dukrų (Tweed & Ryff, 1996). Be to, suaugusios PA atžalos vaikystėje neretai yra patyrusios tėvų smurtą (Goštautaitė Midttun, 2017) ir turi mažesnę tikimybę užmegzti glaudų psichologinį ryšį su savo girtaujančiais tėvais dėl chaotiškos ir nenuspėjamos situacijos šeimoje (Woititz, 2020). Be to, didesnė tikimybė, kad vaikai, augantys nuo alkoholio priklausomų tėvų šeimose, negauna pakankamai tėvų dėmesio ir meilės, nes didžiausiu tėvų rūpesčiu tampa alkoholis. Taigi, AV tėvams būdingas elgesys ateityje gali neigiamai paveikti jau suaugusių vaikų ir tėvų santykių kokybę.

Dar vienas veiksnys, kuris gali būti svarbus suaugusių vaikų ir tėvų santykių kokybei, yra tėvų skyrybos, dažnos ir nuo alkoholio priklausomų tėvų šeimose. Pagal Lye (1996), skyrybų atveju tėvas ima mažiau bendrauti su vaiku, yra mažiau emociškai artimas jam ir yra mažiau linkęs padėti rūpintis vaiku. Be to, po skyrybų tėvas yra linkęs mažiau padėti jau suaugusiam jaunam vaikui finansuoti studijas, suteikti pagalbą įsigyjant būstą. Santykiai su motina yra paveikiami mažiau galimai todėl,

kad įvykus skyryboms vaikas dažniausiai lieka su motina, tad ryšys su ja išlieka artimesnis tiek vaikystėje, tiek vaikui jau suaugus. Yu, Pettit, Dodge, Lansford ir Bates (2010) taip pat patvirtina, jog tėvų konfliktai bei skyrybos yra susijusios su tėvų bei suaugusių vaikų santykių kokybe. Šie autoriai išsiaiškino, jog jaunų suaugusiųjų, kurių tėvai liko konfliktiniuose santykiuose, tėvų konfliktai yra susiję su jaunų suaugusiųjų mažesniu artumu bei palaikymu ir daugiau konfliktų bei kontrolės santykiuose su motina. Priešingai, jaunų suaugusiųjų iš išsiskyrusių šeimų tėvų ankstesni konfliktai nesusiję su vėlesniais konfliktais ir kontrole santykiuose su motina. Šiuos rezultatus galima paaiškinti tuo, jog skyrybos tam tikra prasme sumažina neigiamą tėvų konfliktų poveikį vaikui, nors jos savaime yra stresinis įvykis. Vadinasi, nuolat dėl tėvų konfliktų patiriamas stresas yra didesnis negu skyrybų metu patiriamas stresas. Šis teiginys vadinamas streso mažinimo hipoteze (Wheaton, 1990). Remiantis šiais rezultatais galima daryti prielaidą, kad vaikas, užaugęs alkoholiu piktnaudžiaujančių tėvų šeimoje, vėliau palaikys silpnesnius ryšius su savo motina, ypač jei ji nesiskyrė su sutuoktiniu. Taip yra todėl, kad alkoholikų šeimos pasižymi konfliktais, kuriuos dar labiau provokuoja žodinis, fizinis ir seksualinis smurtas prieš vaikus bei sutuoktinį (-ę) (Johnson, 2002). Smurtas taip pat kenkia šeimos narių sveikatai, mažina šeimos sutelktumą, santykių artumą bei rūpinimąsi šeimos nariais. Tai gali būti dar viena priežastis, dėl ko suaugę alkoholikų vaikai linkę mažiau bendrauti su savo tėvais, nejaučia ryšio su jais. Johnson (2002) taip pat patvirtina, jog įvykus tėvų skyryboms vaiko santykiai su jais ateityje būna geresni. Tyrimo autorius pateikia interpretaciją – kuo mažiau laiko geriantis tėvas gyvena šeimoje, tuo geresni išlieka santykiai. Taip pat gali būti, jog negeriantis vienas iš tėvų, su kuriuo lieka vaikas, prisiima didesnę atsakomybę už šeimos gerovę ir tokiu būdu palaiko stipresnį ryšį su vaiku, taip pat galimai padeda parama, kurią šeima gauna iš aplinkos. Taigi, galima daryti išvadą, jog tėvų skyrybos ne visuomet turi neigiamą įtaką tėvų ir suaugusių vaikų santykiams – tais atvejais, kai santykiai šeimoje itin konfliktiški, skyrybos netgi turi daugiau teigiamų padarinių ir gali padėti išlaikyti ryšį.

Kadangi apžvelgus literatūrą yra aišku, jog asmenys, augę su priklausomybę nuo alkoholio turinčiais tėvais, neretai turi santykių su tėvais sunkumų ir suaugę, yra verta panagrinėti pagalbos SAV būdus. Vienas iš jų yra SAV savitarpio pagalbos grupės.

1.5. Suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupės

1.5.1. Savitarpio pagalbos grupių istorija ir veikimo principai

Prieš pradedant nagrinėti SAV savitarpio pagalbos grupių veiksmingumą ir lankymo motyvus, verta pasidomėti jų veiklos istorija ir pagrindiniais principais. Remiantis Lietuvos SAV bendrijos tinklalapio duomenimis, SAV – tai Dvylikos žingsnių, Dvylikos tradicijų programa vyrams ir moterims, kurie užaugo alkoholikų ar kitokioje disfunkcinėje šeimoje. Programa pagrįsta įsitikinimu,

jog šeimos disfunkcija yra liga, veikianti žmogų vaikystėje ir jam suaugus. Lietuvoje SAV grupės pradėtos organizuoti 2014 m. Sveikimo programa yra paremta sėkminga Anoniminių alkoholikų patirtimi. Grupės nariai renkasi pasidalyti gyvenimo ir sveikimo patirtimi išlaikydami pagarbą, išklaudydami.

Užsienyje asociacija įsteigta daug anksčiau – oficialiai ji veiklą pradėjo 1978 m. Niujorke (Adult Children of Alcoholics & Dysfunctional Families World Service Organization, 2023). Asociacijos pirmtakais galima laikyti Alateen grupę, kuri skirta vaikams, ir Tony A., kuris yra ir SAV „Skalbinių sąrašo“ autorius. Grupė atsiskyrė nuo Al-Anon, kuri skirta nuo alkoholio priklausomiems asmenims, ir tapo pirmąja SAV grupe. „Skalbinių sąrašas“ yra pirmasis literatūros kūrinys, skirtas SAV. Tai yra 14 bruožų rinkinys, apibūdinantis padarinius, kilusius augant alkoholizmo paveiktoje arba kitokioje disfunkcinėje šeimoje. Vėliau, 1979-1980 m., Tony A. iškėlė klausimą apie Al-Anon 12 žingsnių pritaikymą SAV programoje. Galiausiai 1984 m. 12 žingsnių bei 12 tradicijų programa buvo adaptuota taip, kad geriausiai atlieptų SAV poreikius. Ta pačia programa SAV grupėse remiamasi iki šiol. 12 žingsnių bei 12 tradicijų sąrašus galima rasti Lietuvos suaugusių alkoholikų vaikų bendrijos tinklalapyje.

Kalbant apie SAV lankymo principus svarbu paminėti, jog norint tapti SAV draugijos nariu žmogus turi atitikti vienintelį kriterijų – norėti sveikti nuo padarinių, kurie atsirado augant alkoholikų ar kitoje disfunkcinėje šeimoje. Lankymas yra nemokamas, pinigine parama yra savanoriška. Žmogus nėra įpareigojamas, tik skatinamas tęsti lankymąsi grupėje.

SAV grupės nėra vienintelis prieinamas pagalbos SAV būdas. Lietuvoje pagalbos alkoholį vartojančių asmenų artimiesiems programas galima rasti ir bendruomenėje „Aš esu“, kuri vienija priklausomybių turinčius žmones ir jų artimuosius. Taip pat pagalbą teikia „Al-Anon“ – tai priklausomybė nuo alkoholio sergančių žmonių artimųjų ir draugų bendrija. Siekdami išspręsti kylančias problemas, bendrijos nariai dalijasi patirtimi ir bendra viltimi pasveikti. Jie remiasi nuostata, jog priklausomybė yra šeimos liga ir kad kitoks požiūris gali padėti pasveikti, vadovaujasi 12 žingsnių programa. Taigi, pagalbos būdai yra keli, bet jų veikimo principas yra panašus – tai dalinimasis patirtimi grupėje su tais, kurie patiria panašias problemas.

Toliau kalbant apie SAV savitarpio pagalbos grupes svarbu panagrinėti, koks yra tokių grupių psichologinis poveikis SAV, dėl kokių priežasčių asmenys pasirenka tokį pagalbos būdą.

1.5.2. Suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupių lankymo motyvai ir teikiama nauda

Šiuo metu psichologinės pagalbos prieinamumas visuomenei didėja, tad kyla klausimas, kokie motyvai lemia būtent SAV savitarpio pagalbos grupių lankymą. Duomenų tam, kad galima būtų

atsakyti į šį klausimą, yra mažai, tačiau pastebėta, jog grupės yra linkę lankyti vyresnio amžiaus ir žemesnę savivertę turintys asmenys. Gali būti, jog asmenys, kurie daugiau laiko išgyvena savo problemas ir turi žemesnę savivertę, jaučia didesnę savitarpio pagalbos grupių lankymo naudą (Kingree, 2000). Kalbant apie Al-Anon grupes, kurias lanko PA artimieji, taip pat ir SAV, pagalbos paieškos grupėje motyvas gali būti noras pašalinti nepageidaujamas pasekmes, atsiradusias dėl to, jog šeimoje gyvena PA (Brendan Young & Timko, 2015). Tai gali būti jaučiamų nemalonių fizinių simptomų sumažinimas, psichikos sveikatos problemų sprendimas, finansinių sunkumų palengvinimas, santykių gerinimas, savo saugumo užtikrinimas esant smurtui namuose. Be to, sprendimui lankyti savitarpio pagalbos grupes įtaką gali daryti ir kai kurie tokių grupių privalumai: anonimiškumas, susirinkimų formatas, socialinė parama, prieinamumas (patogus susirinkimų laikas ir vieta, nario mokesčio nebuvimas). Be to, Al-Anon grupių lankymas gali padėti ne tik pačiam artimajam, bet ir PA – susirinkimuose nariai išmoka, kaip palaikyti piktnaudžiaujantį alkoholiu asmenį, kad jis kreiptųsi profesionalios pagalbos arba pradėtų lankyti AA (anoniminių alkoholikų) grupes. Taigi, galima apibendrinti, jog savitarpio pagalbos grupėse labiau linkę lankytis vyresni ir žemesne saviverte pasižymintys SAV, o lankymo motyvai apima tiek norą padėti sau, tiek pageidavimą geriau suprasti priklausomą artimąjį, jo ligą bei paskatinti jį kreiptis pagalbos.

Kalbant apie SAV grupių lankymo naudą svarbiausia tai, jog tokiuose susirinkimuose disfunkcinėse šeimose augę žmonės turi galimybę dalintis savo patirtimi, atpažinti ir įsisąmoninti žalojančias vaikystės patirtis ir tokiu būdu gerinti dabartinę psichologinę savijautą. Pagal Kingree ir Thompson (2000), dalyvavimas savitarpio pagalbos grupėse padeda SAV atrasti buvimo PA vaiku privalumų ir adaptyviai pažvelgti į šį statusą, o tai padidina šių asmenų psichologinę gerovę. Svarbu pabrėžti, kad SAV grupių lankymas padeda dalyviams sumažinti depresijos simptomus ir spręsti PAM vartojimo problemas. Galima teigti, kad savitarpio pagalbos grupėse aptariant savo sunkumus su kitais žmonėmis, kurie turi panašių patirčių, patenkinamas svarbus psichologinis susietumo poreikis ir tai padeda sveikti po nepalankių vaikystės patirčių. Taip pat dalyvavimas tokiose grupėse padeda sumažinti SAV jaučiamą stigmą bei padeda auginti savivertę (Kingree, 2000), tačiau toks poveikis stebimas tik esant aktyviam ir reguliariam grupių lankomumui. Aprašant Alfredo Adlerio individualiąją psichologiją paremtą SAV grupę pastebėta, jog grupėje dalyviai turi galimybę prisiminti ir patirtį vaikystę tokia, kokia ji buvo iš tikrųjų (Delaney, Phillips, & Chandler, 1989). Tai, pasak grupę organizavusių autorių, padeda žmonėms suvokti sąsajas tarp dabartinių jų jausmų, minčių bei elgesio. Taip pat grupė skatina „išaugti“ iš savo vaikystės patirčių, tai yra atsiriboti nuo poreikio apsaugoti ir išgelbėti geriantį tėvą arba motiną, suprasti, kad SAV negali būti atsakingi už tėvų priklausomybę praeityje ar dabartyje. Reikšminga ir tai, kad tokio pobūdžio grupėse mokoma pripažinti savo poreikių svarbą, taip pat priimti vaikystės patirtis ir visas su jomis susijusias emocijas.

Wheaton (2000) taip pat siekė išsiaiškinti, ar psichoedukacinių SAV grupių lankymas gali turėti teigiamos įtakos pasitenkinimui romantiniais santykiais. Paaiškėjo, jog asmenys, kurie aštuonias savaites lankė minėtas grupes, po užsiėmimų ciklo pasižymėjo žemesniais vengiančio ir nerimastingo prieraišumo įverčiais nei tie, kurie grupių nelankė. Vadinasi, užsiėmimų metu tarp dalyvių užsimezgantis ryšys – bendrumo, priklausymo jausmas ir pasitikėjimas - padeda formuoti saugų prieraišumą. Grupėje sąveikaudami su kitais nariais, SAV mokosi adaptyvesnių bendravimo būdų. Humphreys (1996) savo tyrime nagrinėjo, kaip keičiasi SAV požiūris į pasaulį lankant 12 žingsnių savitarpio pagalbos grupę. Visų pirma pažymima, kad naujokai, atėję į grupę, neretai apibrėžia savo šeimą kaip „normalią“, tačiau vėliau sugeba pripažinti, kad šeimos sistema buvo disfunkcinė, ir dėl to jie net suaugę jaučia neigiamas pasekmes. Net ilgiau susirinkimus lankantys nariai kurį laiką yra linkę dėl tėvų problemų kaltinti save. Kita vertus, laikui bėgant SAV, lankydami grupes, gali atmesti savo kaltę bei atsakomybę už šeimos nelaimes perduoti tėvams, kurių gyvenimus valdo priklausomybės liga. Galiausiai jie išmoksta ne smerkti savo tėvus, bet išjausti liūdesį ir sielvartą, patiriamą dėl tėvų ligos, taip pat priimti tėvų trūkumus. Apibendrinant SAV savitarpio pagalbos grupių lankymo privalumus galima pasakyti, jog grupėse SAV visų pirma išmoksta pripažinti nepalankias vaikystės patirtis, atsakomybę už jas perduoti tėvams ir galiausiai gali pagerinti dabartinius savo gyvenimo aspektus – sumažinti psichikos sveikatos sunkumus bei jaučiamą stigmą, pagerinti santykius, padidinti savivertę.

XXX

Atlikus mokslinės literatūros analizę matyti, jog SAV susiduria su daugybe psichikos sveikatos problemų, taip pat neretai jiems tenka spręsti ir santykių su tėvais sunkumus, kurie atsiranda dar vaikystėje dėl disfunkcinio šeimos modelio. Nepaisant vis dar PA šeimas gaubiančio slaptumo ir stigmatos, dalis SAV ieško pagalbos ir kalba apie tai, kas nutiko vaikystėje. Dėl šios priežasties svarbu išsiaiškinti, kaip SAV savitarpio pagalbos grupių lankymas yra susijęs su psichologine gerove bei santykiais su tėvais.

Šio darbo tikslas – įvertinti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes suaugusių alkoholikų vaikų psichologinę gerovę bei santykius su tėvais.

Tyrimo uždaviniai:

1) Atskleisti ir palyginti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes suaugusių alkoholikų vaikų psichologinę gerovę bei jos sąsajas su kai kuriomis demografinėmis charakteristikomis.

2) Palyginti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes suaugusių alkoholikų vaikų santykių su tėvais ypatumus bei jų sąsajas su kai kuriomis demografinėmis charakteristikomis.

3) Nustatyti, kaip siejasi lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė gerovė bei santykiai su tėvais.

4) Nustatyti svarbiausius suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės prognozinis veiksniai.

5) Nustatyti, kaip siejasi SAV savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmė bei psichologinė gerovė ir santykiai su tėvais.

2. TYRIMO METODIKA

2.1. Tyrimo dalyviai

Tyrimo anketą užpildė 58 asmenys. Tarp jų buvo 52 moterys (87,7 %) ir 6 vyrai (10,3 %). Dauguma tiriamųjų priklauso 18-29 m. amžiaus grupei (53,4 %), kiti - 30-40 m. (29,3 %) ir 41-65 m. (17,2 %) amžiaus grupėms. 63,8 % respondentų nurodė turintys aukštąjį išsilavinimą, 19 % - vidurinį, 15,5 % - aukštesnįjį, 1,7 % - pagrindinį.

Kalbant apie tiriamųjų šeiminių padėtį, 34,5 % turi partnerį (-ę), bet nėra susituokę, 29,3 % yra nesusituokę ir neturi partnerio (-ės), 25,9 % gyvena santuokoje, 8,6 % - išsiskyrę, 1,7 % yra našliai (-ės). 72,4 % respondentų vaikų neturi, 27,6 % - turi.

Apžvelgiant respondentų tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu ypatumus, kai jie buvo vaikai, matoma, jog daugiausia šeimoje alkoholiu piktnaudžiavo tėvas (58,6 %), 25,9 % - abu tėvai, 15,5 % - tik motina. Šiuo metu alkoholiu piktnaudžiauja daugumos tiriamųjų tėvai – 46,9 % nuo alkoholio priklausomas tėvas, 14,3 % - motina, 4,1 % - abu tėvai. 34,7 % respondentų tėvai šiuo metu alkoholiu nepiktnaudžiauja.

51,7 % tiriamųjų nelanko ir niekada nėra lankę SAV savitarpio pagalbos grupių, 39,7 % jas lanko šiuo metu, 8,6 % yra lankę anksčiau, bet dabar nebelanko. Dauguma šių asmenų grupes lanko (-ė) daugiau nei 12 mėnesių (56,7 %), 20 % lanko (-ė) 6-12 mėnesių, 13,3 % - 1-6 mėnesius, 10 % lanko (-ė) mažiau nei mėnesį. Siekiant aiškumo toliau šiame tyrime tiek lankantys grupes dabar, tiek lankę anksčiau tiriamieji bus vadinami lankančiais.

Tiriamiesiems surinkti buvo naudojama netikimybinė tikslinė bei „sniego gniūžtės“ atranka.

2.2. Tyrimo instrumentai

Iš pradžių tyrimo dalyviams buvo pateikiama anketa su demografiniais klausimais bei klausimais apie tėvų piktnaudžiavimą alkoholiu, SAV savitarpio pagalbos grupių lankymą. Toliau pateiktas santykių su tėvais klausimynas (apie santykius su tėvu ir motina atskirai) bei psichologinės gerovės skalė. Anketos pabaigoje respondentams padėkota už dalyvavimą ir pateikta informacija, kur galima ieškoti psichologinės pagalbos: tinklalapio apie pagalbą sau nuoroda, informacija apie SAV savitarpio pagalbos grupes ir emocinės paramos linijų telefono numeriai. Viso anketos pildymo trukmė – 15-20 minučių. Tyrimo anketa yra pateikiama 11priede.

TĖVŲ – SUAUGUSIŲ VAIKŲ SANTYKIŲ KLAUSIMYNAS

Tėvų ir suaugusių vaikų santykiams įvertinti šiame tyrime buvo naudotas Tėvų – suaugusių vaikų santykių klausimynas (*The Parent Adult – Child Relationship Questionnaire (PACQ)*, Peisah,

Brodaty, Luscombe, Kruk, Anstey, 1999). Instrumentą į lietuvių kalbą vertė dvi vertėjos – magistro darbo autorė ir vadovė.

Šis klausimynas įvertina tėvų ir suaugusių vaikų santykius iš vaiko perspektyvos, atsižvelgiant į tokius aspektus kaip pareiga tėvams, abipusiškumas, dėkingumas, pyktis, finansinė nauda bei rūpinimasis fizine ir psichologine tėvų gerove. Yra 2 klausimyno dalys po 13 teiginių – santykiai su motina bei santykiai su tėvu. Viso skalę sudaro 26 teiginiai. Santykių su motina dalį sudaro rūpinimosi bei atsakomybės subskalės. Rūpinimosi subskale yra sudaryta iš 5 teiginių bei matuoja dėkingumą, abipusiškumą ir artimumą. Teiginio pavyzdys: „Aš laikiu, kol pamatysiu savo motiną“. Atsakomybės subskale apima 8 teiginius apie tėvišką elgesį, taip pat kaltę ir patiriamą naštą, norą kompensuoti praeityje tėvų patirtus sunkumus. Teiginio pavyzdys: „Aš jaučiu, kad turiu apsaugoti savo motiną“. Santykių su tėvu dalį sudaro trys subskalės – rūpinimosi, atsakomybės ir kontrolės. Rūpinimosi tėvu subskale yra sudaryta iš 4 teiginių, pavyzdžiui: „Aš žinau, kad mano tėvas man padės, jei man to reikės“. Atsakomybės subskale sudaro 4 teiginiai, pavyzdžiui: „Aš jaučiuosi atsakingas (-a) už savo tėvo laimę“. Kontrolės subskale yra 5 teiginiai, ji atspindi tėvo turimą galią vaiko gyvenime. Teiginio pavyzdys: „Aš jaučiu, kad mano tėvas turi man per daug reikalavimų“. Visus teiginius reikia įvertinti 4 balų skalėje (3 - „visiškai sutinku“, 0 - „visiškai nesutinku“). Rezultatai skaičiuojami sumuojant kiekvienos subskalės balus. Tokiu būdu gaunami keli įverčiai, atspindintys santykių su tėvais ypatumus. Klausimynas yra laisvai prieinamas internete, tačiau gautas ir autorių leidimas jį versti iš anglų į lietuvių kalbą.

Klausimynas pasižymi pakankamai geromis psichometrinėmis charakteristikomis. 1 lentelėje pateikiami visų subskalių patikimumo rodikliai. Galima teigti, kad šio klausimyno subskalių vidinis suderinamumas šio tyrimo imtyje yra pakankamas ir geras. Validumas buvo tikrinamas pasitelkus tiriamąją faktorių analizę su *Varimax* sukiniu. Kalbant apie santykių su motina dalį gauta, kad duomenys tinkami faktorių analizei: $KMO = 0,81$, Bartleto sferiškumo testas reikšmingas ($p < 0,001$). Nustatyti 2 faktoriai paaiškina 58,83 % duomenų sklaidos. Galima teigti, kad faktorių analizės rezultatai didžiąja dalimi atitinka klausimyno autorių numatytą struktūrą, tik kai kurie teiginiai turi panašų svorį abiejuose faktoriuose. Faktorių svoriai 1 faktoriuje svyruoja nuo 0,51 iki 0,88, 2 faktoriuje – nuo 0,42 iki 0,83. Analizuojant santykių su tėvu dalį matoma, kad duomenys analizei taip pat tinkami: $KMO = 0,75$, Bartleto sferiškumo testas reikšmingas ($p < 0,001$). Nustatyti 3 faktoriai paaiškina 64,35 % duomenų sklaidos. Analizės rezultatai iš dalies atitinka instrumento kūrėjų numatytą struktūrą, tik kai kurie teiginiai turi didesnį svorį ne tame faktoriuje. Faktorių svoriai 1 faktoriuje yra nuo 0,65 iki 0,76, 2 faktoriuje – nuo 0,50 iki 0,84, 3 faktoriuje – nuo 0,48 iki 0,87. Kita vertus, interpretuoti šio instrumento validumo rodiklius reikėtų atsargiai, nes tyrimo imtis faktorių analizei yra nepakankama.

1 lentelė. Subskalių vidinis suderinamumas (Cronbacho alfa koeficientai)

Subskalė	Cronbacho alfa koeficientai
Rūpinimasis (motina)	0,891
Atsakomybė (motina)	0,809
Rūpinimasis (tėvas)	0,838
Rūpinimasis (tėvas)	0,747
Kontrolė (tėvas)	0,745

LIETUVIŠKOJI PSICHOLOGINĖS GEROVĖS SKALĖ

Tiriamųjų psichologinės gerovės aspektams vertinti buvo naudota Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės suaugusiųjų versija (LPGS-S) (Kairys, Bagdonas, Liniauskaitė ir Pakalniškienė, 2013). Skalė vertina tiek hedoninius, tiek eudaimoninius psichologinės gerovės aspektus. LPGS-S versiją sudaro 59 teiginiai ir 8 subskalės:

- 1) Optimizmas (9 teiginiai). Ši subskalė matuoja du aspektus – žmogaus optimizmą bei įsitikinimą, kad jis geba kontroliuoti savo veiksmus bei aplinką. Vertinami daugiausiai eudaimoniniai gerovės aspektai. Pavyzdys: „Jaučiuosi dvasiškai stiprus (-i).”
- 2) Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu (7 teiginiai). Teiginiai matuoja asmens pasitenkinimą pajamomis ir pragyvenimo lygiu. Pavyzdys: „Pagal pragyvenimo lygį priskiriu save prie neturtingų.“
- 3) Neigiamas emociingumas (8 teiginiai). Šios subskalės teiginiai matuoja nerimastingumą, nuotaikų kaitą, nusivylimą gyvenimu, jaučiamą įtampą. Atskleidžiamas bendras žmogaus neigiamų emocijų patyrimas. Pavyzdys: „Dažnai būnu nervingas (-a).“ Didesnis balas rodo mažesnę neigiamą emociingumą.
- 4) Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais (9 teiginiai). Teiginiai vertina asmens pasitikėjimą šeimos nariais, pasitenkinimą santykiais su jais. Pavyzdys: „Abejoju, ar galiu pasitikėti savo šeima.“
- 5) Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais (6 teiginiai). Vertinamas žmogaus pasitenkinimas santykiais su draugais ir kitais artimais asmenimis, gebėjimas užmegzti artimus santykius, būti suprastam. Pavyzdys: „Yra daug žmonių, su kuriais bet kada galiu atvirai pasikalbėti.“
- 6) Pasitenkinimas fizine sveikata (11 teiginių). Subskalės teiginiai yra susiję su sirgimu bei savo sveikatos vertinimu, taip pat jie parodo asmens nuomonę apie savo darbingumą, energijos turėjimą. Pavyzdys: „Man dažnai ką nors skauda.“

- 7) Pasitenkinimas darbu (7 teiginiai). Vertinamas asmens pasitenkinimas darbu, profesija, jo įsitikinimai apie gebėjimą susidoroti su kasdienėmis pareigomis, nepriklausomumas nuo kitų. Pavyzdys: „Esu patenkintas (-a) darbo sąlygomis.“
- 8) Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje (2 teiginiai). Subskalė nusako bendrą gerą asmens savijautą, susijusią su buvimu Lietuvos piliečiu. Pavyzdys: „Jaučiuosi gerai būdamas (-a) Lietuvos piliečiu (-e).“

Skalės pildymo metu tiriamasis turi įvertinti kiekvieną teiginį 5 balų Likerto skalėje nuo „Tikrai ne“ iki „Tikrai taip“. Didesni visų subskalių balai reiškia aukštesnę gerovę. Skaičiuojant atskirų subskalių įverčius teiginių balai yra sumuojami ir skaičiuojamas vidurkis, o bendras LPGS-S balas skaičiuojamas išvedant subskalių vidurkį.

Instrumentas yra publikuotas Lietuvoje ir išleistas naudotojo vadovas. LPGS-S yra validi ir patikima Lietuvos gyventojams. Visų pirma skalės autoriai užtikrino akivaizdų validumą – teiginių sąrašus sudarė ekspertai, užtikrinę, kad teiginiai iš tikrųjų matuoja asmens gerovę. Turinio validumas užtikrintas teiginių sąrašą formuojant remiantis teorine konstrukto analize bei panašių klausimynų skalių aprašais. Kairys ir kiti (2013) skalės naudotojo vadove pateikia subskalių ir visos skalės vidinio suderinamumo rodiklius, kurie rodo, kad skalė yra patikima, visų subskalių vidinis suderinamumas yra pakankamas arba labai geras (2 lentelė).

Šiame darbe yra tiriama specifinė imtis, neatspindinti bendros populiacijos, todėl 2 lentelėje pateikiami patikimumo rodikliai ir tirtai imčiai. Galima matyti, kad skalės patikimumas tirtoje imtyje yra labai geras.

2 lentelė. Subskalių vidinis suderinamumas standartizacinėje ir tirtoje imtyje (Cronbacho alfa koeficientai)

Subskalė	Standartizacinė imtis	Tyrimo imtis
Optimizmas	0,860	0,885
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,875	0,872
Neigiamas emociingumas	0,852	0,927
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	0,840	0,797
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,797	0,855
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,927	0,912
Pasitenkinimas darbu	0,819	0,870
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,667*	0,789*
Visa skalė (vertinant subskalių suderinamumą)	0,857	0,965

*Kadangi Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalę sudaro tik du klausimai, buvo skaičiuotas ne Cronbacho alfa koeficientas, o Pearsono koreliacijos koeficientas.

2.3. Tyrimo eiga

Tyrimas pradėtas nuo tiriamųjų atrankos. Pirmiausia jų buvo ieškoma socialiniuose tinkluose „Facebook“ bei „Instagram“, anketos nuoroda pasidalinant asmeninėse paskyrose. Lankančių SAV savitarpio pagalbos grupes buvo ieškoma el. paštu bendraujant su SAV bendruomenės atstovais visoje Lietuvoje. Elektroniniai laiškai buvo išsiųsti Lietuvos SAV intergrupės kontaktiniam asmeniui, taip pat Vilniaus, Klaipėdos, Kauno, Jurbarko grupių kontaktiniams asmenims. SAV susirinkimus lankančių asmenų ieškota ir kontaktuojant su kai kuriais dalyvavusiais tyrime asmenimis – jie tyrimo anketos nuoroda dalijosi su draugais ir pažįstamais, lankančiais grupes. Anketa taip pat išsiųsta ir vienai psichikos sveikatos specialistei, kuri dirba su PA ir jų artimaisiais.

Prieš pradėdant tyrimą anketa buvo išsiųsta 6 žmonėms, kurie ją peržiūrėjo ir pateikė pasiūlymų dėl kai kurių klausimų ir teiginių formulavimo. Įvertinus šių asmenų pastabas ir atlikus kai kuriuos siūlomus pakeitimus, pradėtas tyrimas.

Anketą respondentai pildė „Google Forms“ platformoje. Anketos pradžioje buvo pristatytas tyrimo tikslas, dalyvavimo sąlygos, pateiktos instrukcijos, konfidencialumo informacija ir tyrėjos elektroninio pašto adresas. Vėliau buvo prašoma sutikimo dalyvauti tyrime – paspausti nuorodą „Sutinku“ ir tuomet atsakinėti į anketoje pateiktus klausimus.

2.4. Duomenų analizė

Tyrimo duomenys buvo analizuojami SPSS 29 programa. Naudojantis ja atliktas duomenų normalumo tikrinimas, nustatytas naudotų instrumentų patikimumas. Patikimumas buvo vertintas naudojantis vidinio suderintumo metodu, validumas – tiriamąja faktorių analize su *Varimax* sukiniu. Duomenų normalumas buvo tikrinamas remiantis keliais kriterijais: asimetrijos ir eksceso koeficientais, Šapiro ir Vilko testu, atsižvelgiant į histogramą bei tikrinant išskirtis. Nustatyta, kad normaliai pasiskirstę yra psichologinės gerovės (visos skalės), pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, pasitenkinimo santykiais su artimaisiais kintamųjų duomenys, taip pat rūpinimosi tėvu kintamojo duomenys. Nenormaliai pasiskirstę optimizmo, neigiamo emocingumo, pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, pasitenkinimo fizine sveikata, pasitenkinimo darbu, pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje, rūpinimosi mama, atsakomybės mamai, atsakomybės tėvui, tėvo kontrolės subskalių duomenys. Remiantis duomenų sklaidos pobūdžiu, normaliai pasiskirsčiusiems duomenims analizuoti buvo naudojami parametriniai kriterijai – nepriklausomų imčių Student t-testas dviejų vidurkių palyginimui; Student t-testas vienai imčiai siekiant patikrinti vidurkio lygybę

skaičiui; dvifaktorinė dispersinė analizė vidurkių lyginimui, kai grupės sudarytos iš dviejų kintamųjų; vienfaktorinė dispersinė analizė (ANOVA) vidurkių tarp daugiau nei dviejų grupių palyginimui, Pearson koreliacija. Duomenims, kurie neatitinka normaliojo skirstinio, naudoti neparametrinės statistikos kriterijai – Mann-Whitney U testas dviejų vidurkių palyginimui, Spearman koreliacija. Prognozavimui pasitelkta tiesinė regresija. Taip pat kai kurios nenormaliai pasiskirsčiusios subskalės siekiant taikyti parametrinius statistikos metodus buvo transformuotos logaritmine transformacija. Iš santykių su tėvais klausimyno transformuotos rūpinimosi mama, atsakomybės mamai, atsakomybės tėvui, tėvo kontrolės subskalės, o iš psichologinės gerovės skalės – optimizmo, neigiamo emocingumo, pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, fizine sveikata, darbu bei gyvenimu Lietuvoje subskalės. Darbe skaičiuota ir aprašomoji statistika – vidurkiai, standartiniai nuokrypiai.

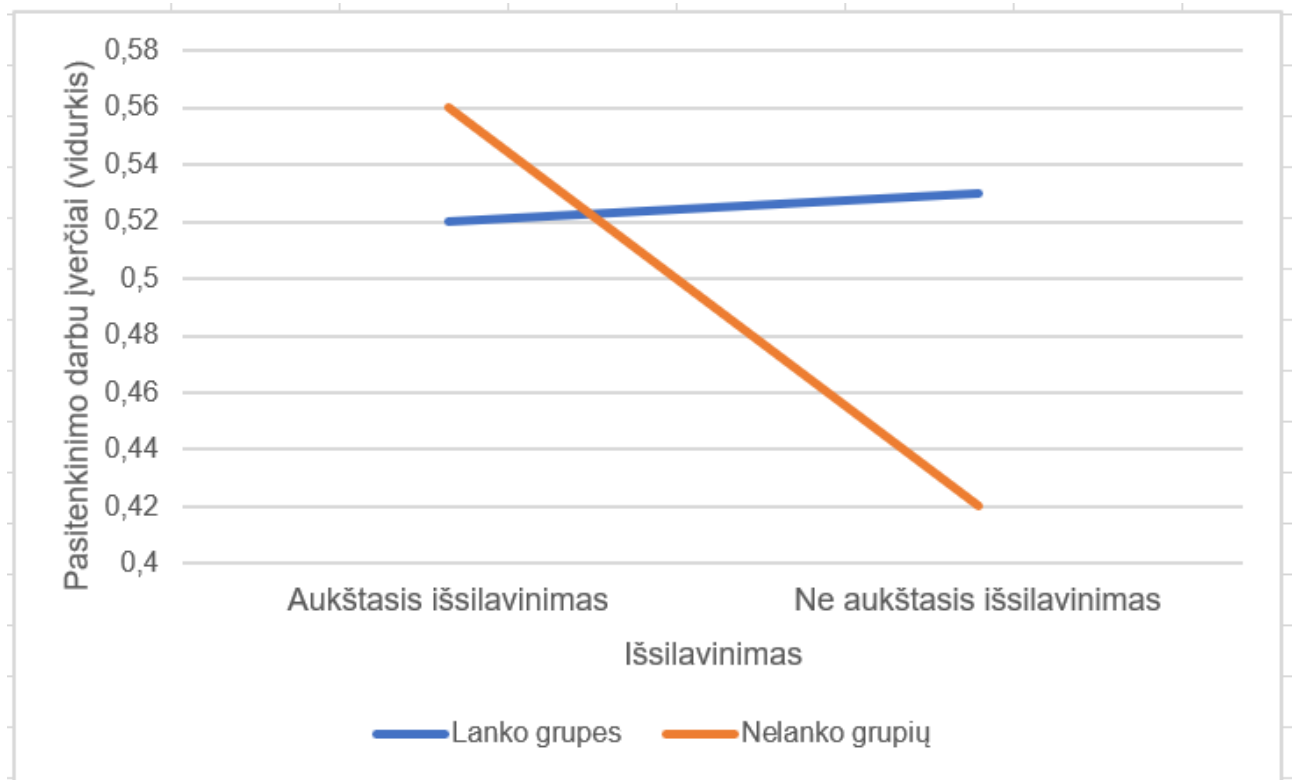
3. REZULTATAI

3.1. Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės ypatumai

Pirmiausia buvo įvertinta bei palyginta lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės SAV psichologinė gerovė. Pritaikius nepriklausomų imčių Student t-testą paaiškėjo, jog lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės SAV bendra psichologinė gerovė nesiskiria, taip pat tarp grupių nesiskiria ir atskiri psichologinės gerovės komponentai – pasitenkinimas pragyvenimo lygiu bei santykiai su artimaisiais (1 priedas). Pasitelkus Mann-Whitney U testą gauta, jog tokie gerovės komponentai kaip optimizmas, neigiamas emocijų, pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais, fizinė sveikata, darbu bei gyvenimu Lietuvoje tarp grupių taip pat nesiskiria (2 priedas). Kita vertus, nors psichologinės gerovės skirtumų tarp lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos nerasta, skiriasi mūsų imties SAV ir bendrosios populiacijos gerovė. Pritaikius Studento kriterijų vienai imčiai pastebėta, kad šio tyrimo imties SAV psichologinės gerovės vidurkis ($M = 3,17$, $SD = 0,71$) statistiškai reikšmingai mažesnis negu bendrosios populiacijos vidurkis ($M = 3,61$, $SD = 0,64$) (Kairys ir kiti, 2013) ($t = -4,69$, $df = 57$, $p < 0,001$). Tai reiškia, kad šiame tyrime dalyvavę SAV pasižymi mažesne psichologine gerove negu bendroji populiacija.

Vėliau buvo skaičiuojamos lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės SAV psichologinės gerovės sąsajos su demografinėmis charakteristikomis – išsilavinimu bei šeimine padėtimi. Šiems skaičiavimams atlikti naudota dvifaktorinė dispersinė analizė. Gauta, kad tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės ir skirtingo išsilavinimo (aukštojo ir žemesnio negu aukštojo) SAV bendra psichologinė gerovė, optimizmas, pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, neigiamas emocijų, pasitenkinimas santykiais su artimaisiais, tarpasmeniniais santykiais, fizinė sveikata bei gyvenimu Lietuvoje nesiskiria (3 priedas). Kita vertus, grupių lankymo ir išsilavinimo sąveika pasitenkinimui darbu yra reikšminga ($F = 6,04$, $p = 0,017$). Kaip matyti 1 paveiksle pavaizduotame sąveikos grafike, tarp aukštąjį išsilavinimą turinčių SAV nežymiai labiau darbu yra patenkinti grupių nelankantys, o tarp žemesnį nei aukštąjį išsilavinimą turinčiųjų pastebimai didesnį pasitenkinimą darbu išreiškia grupės lankantys SAV. 3 priede pateikiama lentelė su vidurkiniais balais ir standartiniais nuokrypiais. Verta paminėti, kad skiriasi skirtingą išsilavinimą turinčių SAV optimizmas ($F = 38$, $p = 0,041$) ir pasitenkinimas darbu ($F = 4,51$, $p = 0,038$). Tiriamiesiems, kurie turi aukštesnį išsilavinimą, būdingas didesnis optimizmas bei pasitenkinimas darbu negu tiems, kurie turi žemesnį išsilavinimą. 3 priede pateikiama lentelė su šių kintamųjų vidurkiniais balais ir standartiniais nuokrypiais. Galiausiai buvo vertinama, kaip šeiminė padėtis susijusi su lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės SAV psichologine gerove. Paaiškėjo, lankančių ir nelankančių grupės SAV šeiminė padėtis nėra susijusi su jų psichologine gerove (4 priedas). Tai

reiškia, kad grupių lankymo ir šeiminės padėties sąveika SAV psichologinei gerovei nėra reikšminga. Galima pastebėti, jog skiriasi tik skirtingos šeiminės padėties SAV pasitenkinimas pragyvenimo lygiu ($F = 4,37, p = 0,041$), santykiais su artimaisiais ($F = 18,47, p < 0,001$) bei tarpasmeniniais santykiais ($F = 4,36, p = 0,041$). Turintys partnerį (-ę) SAV pasižymi didesniu pasitenkinimu pragyvenimo lygiu, santykiais su artimaisiais ir tarpasmeniniais santykiais negu tie, kurie partnerio (-ės) neturi. 4 priede pateikiama lentelė su šių kintamųjų vidurkiniais balais ir standartiniais nuokrypiais.

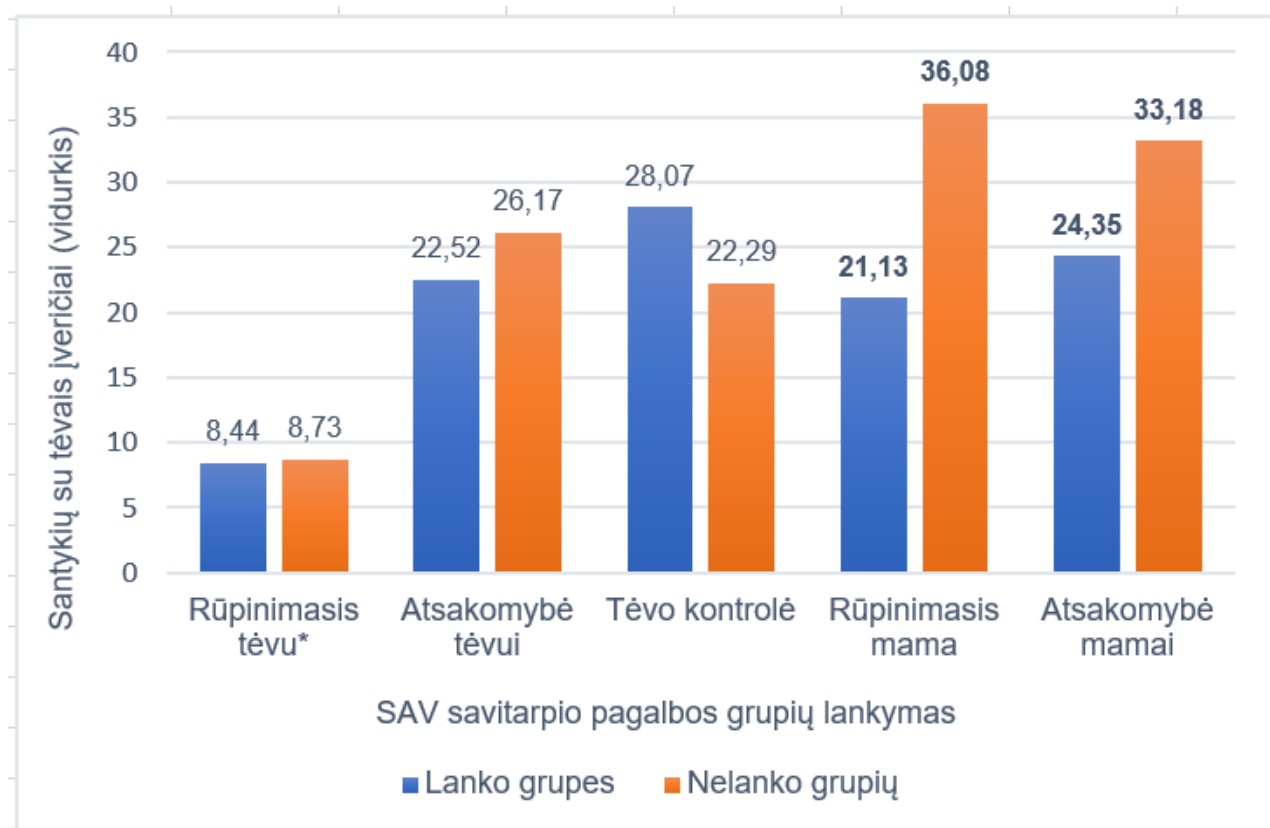


1 pav. Lankančių bei nelankančių savitarpio pagalbos grupes ir skirtingo išsilavinimo SAV pasitenkinimo darbu palyginimas

3.2. Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes suaugusių alkoholikų vaikų santykių su tėvais ypatumai

Atsakant į antrąjį tyrimo klausimą, visų pirma buvo palyginti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes SAV santykių su tėvais ypatumai. 2 paveiksle pateikiami analizės rezultatai. Atlikus nepriklausomų imčių Student-t testą gauta, kad lankantys ir nelankantys SAV grupes tiriamieji rūpinimasi tėvu išreiškia vienodai. Pritaikius Mann-Whitney U testą gauti rezultatai parodė, jog nesiskiria nei lankančių bei nelankančių grupes atsakomybė tėvui, nei lankančių ir nelankančių grupes jaučiama tėvo kontrolė. Nors nesiskiria tiriamųjų santykis su tėvu, skirtumų atrasta vertinant santykius su motina. Gauta, jog skiriasi lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes rūpinimasis mama, taip pat lankančių ir nelankančių atsakomybė mamai. Nelankantys grupių

SAV labiau rūpinasi savo motina ir jaučia jai didesnę atsakomybę nei lankantieji. 5 priede pateikiama ir šios analizės rezultatų lentelė.



2 pav. Lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupes tiriamųjų santykių su tėvais palyginimas

*Pateikiami rūpinimosi tėvu vidurkiai, kitų rodiklių – vidurkiniai rangai.

Vėliau buvo tiriamos lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes SAV santykių su tėvais sąsajos su demografinėmis charakteristikomis – išsilavinimu bei šeimine padėtimi. Naudota dvifaktorinė dispersinė analizė. Paaiškėjo, kad lankančių ir nelankančių grupes ir turinčių skirtingą išsilavinimą SAV santykiai su tėvais nesiskiria. (6 priedas). Nesiskiria ir lankančiųjų bei nelankančiųjų ir skirtingos šeiminės padėties tiriamųjų rodikliai (7 priedas). Vadinasi, nei grupių lankymo ir išsilavinimo, nei grupių lankymo ir šeiminės padėties sąveika SAV santykiams su tėvais nėra reikšminga. Santykių su motina skirtumas pastebėtas tik vertinant du kintamuosius atskirai – skiriasi skirtingos šeiminės padėties SAV rūpinimasis mama ($F = 7,51, p = 0,008$). Partnerį (-ę) turintys SAV rūpinimasi motina išreiškia labiau. 7 priede pateikiama lentelė su šių kintamųjų vidurkiniais balais ir standartiniais nuokrypiais.

3.3. Psichologinės gerovės ir santykių su tėvais sąsajos lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų grupėse

Atsakant į trečiąjį tyrimo klausimą buvo skaičiuojamos koreliacijos tarp psichologinės gerovės ir santykių su tėvais rodiklių dviejose grupėse – lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės SAV. Sąsajoms tarp rūpinimosi tėvu bei bendros psichologinės gerovės, taip pat gerovės rodiklių - pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ir pasitenkinimo santykiais su artimaisiais - buvo skaičiuojama Pearson koreliacija, o sąsajoms tarp visų kitų kintamųjų – Spearman koreliacija. 3 lentelėje matyti, kad nelankančių savitarpio pagalbos užsiėmimų SAV grupėje rastos teigiamos vidutinio stiprumo koreliacijos tarp rūpinimosi tėvu ir bendros psichologinės gerovės, optimizmo, neigiamo emociingumo, pasitenkinimo santykiais su artimaisiais, taip pat tarp atsakomybės tėvui ir pasitenkinimo santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais. Teigiamos stiprios koreliacijos užsiėmimų nelankančiųjų grupėje aptiktos tarp rūpinimosi tėvu ir pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais bei pasitenkinimo darbu, taip pat tarp rūpinimosi mama ir pasitenkinimo santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais. Tai reiškia, jog kuo labiau nelankantieji grupės rūpinasi tėvu, tuo aukštesni jų bendros psichologinės gerovės, optimizmo, neigiamo emociingumo (šioje skalėje tai parodo mažesnį neigiamą emociingumą, nes teiginiai apgręžti), pasitenkinimo santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais, pasitenkinimo darbu įverčiai. Kuo didesnę atsakomybę nelankantieji jaučia tėvui, tuo aukštesni jų pasitenkinimo santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais įverčiai. Galiausiai kuo labiau nelankantieji grupių rūpinasi motina, tuo aukštesni ir pasitenkinimo santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais įverčiai. Būtina pabrėžti, kad šiuo atveju ryšys gali būti ir atvirkštinis – kuo aukštesni minėti psichologinės gerovės įverčiai, tuo didesnis rūpinimasis tėvu arba motina, atsakomybė tėvui. Kadangi skaičiuota koreliacija, neįmanoma nusakyti ryšio krypties. Tarp kitų kintamųjų statistiškai reikšmingų sąsajų neaptikta.

3 lentelė. Koreliacijos tarp nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupių psichologinės gerovės bei santykių su tėvais

Kintamieji	Rūpinimasis tėvu	Atsakomybė tėvui	Tėvo kontrolė	Rūpinimasis mama	Atsakomybė mamai
Psichologinė gerovė (bendra)	0,49*	0,33	0,02	0,31	-0,17
Optimizmas	0,42*	0,22	0,07	0,19	-0,09

Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,10	0,21	-0,17	-0,13	-0,15
Neigiamas emocingumas	0,41*	0,26	0,08	0,21	-0,22
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	0,41*	0,45*	0,23	0,62***	0,02
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,51**	0,40*	0,15	0,52**	0,09
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,20	0,17	-0,13	0,20	-0,25
Pasitenkinimas darbu	0,56**	0,25	-0,01	-0,003	-0,07
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,29	0,33	0,16	0,12	0,11

Pastaba. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Vertinant lankančių savitarpio pagalbos grupės psichologinės gerovės bei santykių su tėvais sąsajas matyti, kad, lyginant su grupių nelankančiaisiais, esama skirtumų. Lankančiųjų grupėje rastos stiprios koreliacijos tarp rūpinimosi mama bei bendros psichologinės gerovės, optimizmo, pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, neigiamo emocingumo, pasitenkinimo santykiais su artimaisiais, fizine sveikata ir darbu (4 lentelė). Tai reiškia, kad kuo labiau lankantieji savitarpio pagalbos grupės SAV rūpinasi motina, tuo aukštesni jų bendros psichologinės gerovės, optimizmo, pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, neigiamo emocingumo (šioje skalėje tai parodo mažesnę neigiamą emocingumą, nes teiginiai apgręžti), pasitenkinimo santykiais su artimaisiais, fizine sveikata ir darbu įverčiai. Būtina pabrėžti, kad šiuo atveju ryšys gali būti ir atvirkštinis – kuo aukštesni minėti psichologinės gerovės įverčiai, tuo didesnis rūpinimasis motina. Tarp kitų kintamųjų statistiškai reikšmingų ryšių nerasta.

4 lentelė. Koreliacijos tarp lankančių SAV savitarpio pagalbos grupių psichologinės gerovės bei santykių su tėvais

Kintamieji	Rūpinimasis tėvu	Atsakomybė tėvui	Tėvo kontrolė	Rūpinimasis mama	Atsakomybė mamai
Psichologinė gerovė (bendra)	-0,07	0,23	-0,32	0,66***	0,08
Optimizmas	0,07	0,21	-0,29	0,59***	0,06
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	-0,20	0,23	-0,38	0,49**	0,26
Neigiamas emocijųumas	-0,08	0,19	-0,40	0,65***	0,06
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	-0,001	-0,04	-0,13	0,53**	-0,13
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	-0,29	0,17	-0,32	0,27	-0,02
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,16	0,25	-0,11	0,64***	0,09
Pasitenkinimas darbu	-0,07	0,26	-0,35	0,55**	0,08
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,03	0,02	-0,26	0,25	0,11

Pastaba. *** $p < 0,001$

3.4. Svarbiausi suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės prognoziniai veiksniai

Siekiant išsiaiškinti svarbiausius SAV psichologinės gerovės prognozinis veiksnis, buvo nuspręsta atlikti regresinę analizę. Prieš tai, siekiant išsiaiškinti, kokius nepriklausomus kintamuosius geriausia įtrauktį į modelį, buvo nustatomi ryšiai tarp galimų nepriklausomų ir priklausomo (psichologinės gerovės) kintamojo. Taigi, skaičiuotos SAV psichologinės gerovės ir santykių su tėvais koreliacijos: tarp gerovės ir rūpinimosi tėvu – Pearson, tarp gerovės ir atsakomybės tėvui, tėvo kontrolės, rūpinimosi mama bei atsakomybės mamai – Spearman koreliacijos. Kategoriniams kintamiesiems atliktas vidurkių palyginimas. Skirtingo išsilavinimo (aukštojo ir ne aukštojo),

šeiminės padėties (turinčių arba neturinčių partnerį (-ę)) tiriamųjų psichologinę gerovę palyginta naudojantis Student t-testu, o palyginimams pagal amžiaus grupes, vaikystėje gėrusio ir dabar geriančio tėvo lytį pasitelkta vienfaktorinė dispersinė analizė (ANOVA). Atlikus analizes paaiškėjo, kad su SAV psichologine gerove susijęs tik vienas iš tikrintų kintamųjų – rūpinimasis mama (8 priedas), o kiti – nesusiję (9 ir 10 priedai), todėl nuspręsta atlikti tiesinę regresiją ir išsiaiškinti, kaip rūpinimasis mama prognozuoja SAV psichologinę gerovę.

Tiesinės regresijos rezultatai parodė, kad rūpinimosi motina kintamasis leidžia paaiškinti 10,7 % psichologinės gerovės dispersijos ($R^2 = 0,11$). Nors tai nėra daug, bet gauta regresija reikšminga ($F = 6,60, p = 0,013$). Tai reiškia, jog rūpinimasis mama gali nuspėti SAV psichologinę gerovę ($\beta = 0,33, p = 0,013$) – didesnis rūpinimasis motina prognozuoja didesnę psichologinę gerovę. Tai yra vienintelis nustatytas SAV psichologinės gerovės prognozinis veiksnys.

3.5. SAV savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmės, psichologinės gerovės bei santykių su tėvais sąsajos

Siekiant įgyvendinti penktąjį tyrimo uždavinį, pirmiausia skaičiuota Spearman koreliacija tarp SAV savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmės ir psichologinės gerovės bei tarp lankymo trukmės ir santykių su tėvais. Atlikus analizę galima matyti, kad jokių statistiškai reikšmingų ryšių tarp grupių lankymo trukmės ir bendros psichologinės gerovės ($r_s = -0,11, p = 0,596$), optimizmo ($r_s = -0,08, p = 0,683$), pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ($r_s = 0,04, p = 0,850$), neigiamo emocingumo ($r_s = -0,15, p = 0,442$), pasitenkinimo santykiais su artimaisiais ($r_s = 0,01, p = 0,976$), tarpasmeniniais santykiais ($r_s = -0,08, p = 0,701$), fizine sveikata ($r_s = -0,17, p = 0,400$), darbu ($r_s = -0,03, p = 0,875$), gyvenimu Lietuvoje ($r_s = -0,01, p = 0,968$) nėra. Taip pat užsiėmimo lankymo trukmė nesusijusi su vaikų ir tėvų santykiais – rūpinimusi mama ($r_s = 0,03, p = 0,875$), atsakomybe mamai ($r_s = 0,12, p = 0,546$), rūpinimusi tėvu ($r_s = -0,12, p = 0,576$), atsakomybe tėvui ($r_s = 0,11, p = 0,620$), tėvo kontrole ($r_s = 0,01, p = 0,973$).

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Pirmuoju tyrimo uždaviniu siekta atskleisti ir palyginti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes SAV psichologinę gerovę bei jos sąsajas su kai kuriomis demografinėmis charakteristikomis. Gauti rezultatai parodė, kad lankančių ir nelankančių grupės žmonių psichologinę gerovę nesiskiria, nors šio tyrimo imties SAV pasižymi mažesne psichologine gerove negu bendroji populiacija. Psichologinei gerovei yra reikšminga grupių lankymo ir išsilavinimo sąveika: tarp aukštąjį išsilavinimą turinčių SAV šiek tiek labiau darbu patenkinti grupių nelankantys, o tarp žemesnį nei aukštąjį išsilavinimą turinčių tiriamųjų didesnį pasitenkinimą darbu išreiškia grupės lankantys SAV. Su išsilavinimu yra susijęs optimizmas ir pasitenkinimas darbu – turintys aukštesnį išsilavinimą SAV pasižymi didesniu optimizmu bei pasitenkinimu darbu. Grupių lankymo ir šeiminės padėties sąveika su psichologine gerove nesusijusi, tačiau skiriasi tik skirtingos šeiminės padėties SAV pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais. Tai reiškia, kad turintys partnerį (-ę) PA vaikai yra labiau patenkinti savo pragyvenimo lygiu, santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais. Šie rezultatai iš dalies sutampa su kitų autorių rezultatais. Remiantis Kingree ir Thompson (2000) bei Wheaton (2000), SAV savitarpio pagalbos grupių lankymas turėtų padidinti psichologinę gerovę, kadangi dalyvavimas tokiuose susitikimuose padeda adaptyviau pažvelgti į SAV statusą, formuoti saugų prielaidumą, sumažinti depresijos simptomus ir lengviau įveikti PAM vartojimo problemas, jei jų esama. Mūsų tyrime tai nepasitvirtino. Tokius rezultatus galėjo lemti dabartinė tėvų priklausomybė nuo alkoholio – 65 % tiriamųjų teigia, kad šiuo metu bent vienas iš tėvų vis dar piktnaudžiauja alkoholiu. Tai gali turėti neigiamą įtaką SAV psichologinei gerovei, kadangi tebesitęsianti priklausomybė šeimoje neišvengiamai sukelia sunkumų artimiesiems, net jei suaugę vaikai negyvena kartu su tėvais. Taip pat verta pabrėžti, kad dalies tiriamųjų savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmė nėra ilga, tad šiuo atveju lankymas gali neturėti didesnės įtakos psichologinei gerovei. Be to, tiek šiame, tiek kitų autorių atliktuose tyrimuose (Hall, 2007; Plescia-Pikus et al., 1988; Slaski, 2016) patvirtinta tai, kad SAV psichologinė gerovė yra žemesnė negu žmonių, kurie vaikystėje nesusidūrė su tėvų alkoholio vartojimo problemomis. Svarbu paminėti, kad yra daug kintamųjų, kurie gali būti susiję su lankančių ir nelankančių grupės SAV psichologine gerove, tad įvertinti, kiek įtakos gali daryti vien dalyvavimas grupėse, yra sudėtinga. Aiškinant psichologinės gerovės sąsajas su demografinėmis charakteristikomis svarbu pabrėžti, kad savitarpio pagalbos grupių lankymo ir išsilavinimo sąveika SAV pasitenkinimui darbu galimai svarbi todėl, kad aukštesnis išsilavinimas suteikia galimybę dirbti kvalifikuotą ir geriau apmokamą darbą, tad išauga pasitenkinimas juo, net jei grupės nelankomos. Neturintiesiems aukštojo išsilavinimo SAV grupių lankymas padeda lavinti bendravimo įgūdžius, kurie yra svarbūs ir pasitenkinimui bendravimu su kolegomis darbe. Optimizmo ir išsilavinimo sąsajas galima paaiškinti tuo, jog aukštesnis

išsilavinimas gali lemti didesnę žmogaus pasitenkinimą savimi, įsitikinimą, kad jis gali kontroliuoti savo gyvenimą. Aptariant šeiminės padėties svarbą, viena iš priežasčių, kodėl skiriasi turinčių ir neturinčių partnerį (-ę) SAV pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, gali būti ta, kad turintys partnerį (-ę) SAV jaučiasi finansiškai saugesni, nes šeimoje, tikėtina, yra bent du dirbantys asmenys. Be to, dviese lengviau spręsti finansines problemas, kurias gali sukelti PA. Turinčių ir neturinčių partnerį (-ę) SAV pasitenkinimas santykiais su artimaisiais galimai skiriasi todėl, kad turint partnerį (-ę) daugiau bendraujama su sukurta šeima, pasižyminčia geresniais santykiais negu tėvų šeima, kurioje gyvena PA. Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais skirtumai tarp skirtingos šeiminės padėties tiriamųjų gali būti paaiškinami tuo, kad turint partnerį (-ę) sukuriamas platesnis draugų ir pažįstamų ratas, nes bendraujama ir su partnerio (-ės) artimos aplinkos asmenimis.

Antrajame tyrimo uždavinyje buvo siekiama palyginti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes SAV santykių su tėvais ypatumus bei jų sąsajas su kai kuriomis demografinėmis charakteristikomis. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad nesiskiria lankančių ir nelankančių grupes SAV santykiai su tėvu, tačiau skiriasi santykiai su motina – nelankantieji grupių yra linkę labiau rūpintis mama bei jaučia didesnę atsakomybę jai. Grupių lankymo ir demografinių kintamųjų – išsilavinimo ir šeiminės padėties – sąveika nesusijusi su tėvų ir vaikų santykiais. Skiriasi tik skirtingos šeiminės padėties SAV rūpinimasis mama – turintieji partnerį (-ę) savo motina rūpinasi labiau. Tokius rezultatus galima paaiškinti atsižvelgiant į gėrusio tėvo lytį – dauguma tiriamųjų nurodė, kad šeimoje alkoholiu piktnaudžiavo tėvas. Gali būti, kad nepaisant grupių lankymo SAV santykiai su geriančiu tėvu nesikeičia. Pagal Carr et al. (2015), suaugę vaikai dažniausiai nesitiki, kad netinkamas tėvų elgesys pasikeis, todėl atitolsta nuo jų. Priklausomybė nuo alkoholio – sunkiai gydoma liga, tad tiek lankantiems, tiek nelankantiems grupes SAV kyla panašių iššūkių bendraujant su priklausomu tėvu. Tad nuo vaikystės daugiau bendraujama su negeriančia motina, kuria rūpinamasi ir suaugus, jaučiama atsakomybė jai. Tai patvirtina Lin ir Wu (2019) teiginys, kad vaikai, kurie vaikystėje buvo psichologiškai artimesni su savo motinomis, ir suaugę labiau rūpinasi ja. Tiesa, mūsų tyrimo rezultatai rodo, kad mama labiau rūpinasi ir didesnę atsakomybę jai jaučia nelankantys SAV grupių tiriamieji. Šiuos rezultatus gali paaiškinti Delaney ir kitų (1989) bei Humphreys (1996) išvados – SAV savitarpio pagalbos grupėse mokomasi suprasti, kad vaikai nėra atsakingi nei už tėvų priklausomybę, nei už jos sukeltas pasekmes. Dėl šios priežasties lankantieji grupes gali mažiau rūpintis motina ir jausti mažiau atsakomybės prieš ją, ypač jei mama turi kopriklausomybę – nuolat palaiko ryšį su geriančiu tėvu, padeda nuslėpti jo priklausomybės pasekmes, turi psichologinių sunkumų. Nelankantiems grupių gali būti sunkiau atsiriboti nuo poreikio išgelbėti geriantį tėvą ar kopriklausomą asmenį. SAV šeiminės padėties ir rūpinimosi mama ryšį gali paaiškinti tai, kad susituokę ar partnerį (-ę) turintys asmenys su savo partneriu gali pasidalinti darbus ir atsakomybes,

tad SAV gali skirti daugiau laiko rūpinimuisi motina. Galima daryti išvadą, kad SAV savitarpio pagalbos grupių lankymas yra susijęs tik su motinos ir vaiko, bet ne tėvo, santykiais. Taip pat rūpinimasis motina yra susijęs su SAV šeimine padėtimi.

Trečiajame tyrimo uždavinyje nustatyta, kaip siejasi lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes SAV psichologinė gerovė bei santykiai su tėvais. Atlikus koreliacinę analizę matyti, kad grupių nelankančių SAV psichologinė gerovė yra susijusi su santykiais su abiem tėvais. Kuo labiau grupių nelankantieji rūpinasi tėvu, tuo didesnė jų bendra psichologinė gerovė, optimizmas, pasitenkinimas santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais, pasitenkinimas darbu, mažesnis neigiamas emocingumas. Kuo didesnę atsakomybę nelankantieji jaučia tėvui, tuo labiau jie patenkinti santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais. Galiausiai kuo labiau nelankantieji grupių rūpinasi motina, tuo labiau jie patenkinti santykiais su artimaisiais bei tarpasmeniniais santykiais. Grupės lankančių SAV gerovė yra susijusi tik su santykiais su motina - kuo labiau lankantieji savitarpio pagalbos grupes SAV išreiškia rūpinimąsi motina, tuo didesnė jų bendra psichologinė gerovė, optimizmas, pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, santykiais su artimaisiais, fizine sveikata ir darbu, mažesnis neigiamas emocingumas. Atsižvelgiant į kitų autorių tyrimus, šie rezultatai yra netikėti, ypač kalbant apie nelankančius grupių tiriamuosius. Kaip nurodo Tweed ir Ryff (1996), asmenų, augusių su nuo alkoholio priklausomu tėvu, santykiai su juo vaikystėje būna itin prasti, ypač dukrų. Mūsų tyrime dalyvavo daugiausia moterys, tad jų santykiai su tėvu turėtų būti sudėtingi, tad ir neigiamai susiję su psichologine gerove. Priežastis, kodėl mes gavome teigiamas koreliacijas tarp nelankančiųjų gerovės bei santykių su tėvu, gali būti ta, kad tiriamiesiems visgi pavyksta išlaikyti pozityvius santykius su geriančiu tėvu suaugus, o tai siejasi su didesne psichologine gerove. Svarbu tai, kad 35 % tiriamųjų nė vienas iš tėvų šiuo metu alkoholiu nepiktnaudžiauja. Galimai kai kurie tėvai, piktnaudžiavę alkoholiu vaikams augus, šiuo metu sėkmingai kovoja su priklausomybės liga, tad ir santykiai su jais geresni. Nelankančių savitarpio pagalbos grupių SAV psichologinė gerovė yra susijusi ir su santykiais su motina, tačiau lankančiųjų grupėje santykiai su ja turi daugiau ryšių su skirtingais psichologinės gerovės komponentais. Vadinasi, nors lankantys grupes SAV motina rūpinasi mažiau nei nelankantys, jų psichologinė gerovė labiau susijusi su rūpinimusi mama. Gali būti, kad lankančiųjų grupės rūpinimosi motina pobūdis skiriasi – jie rūpinimąsi išreiškia neprisiimdami atsakomybės už motiną ir jos problemas, kylančias dėl PA alkoholio vartojimo. Kaip teigia Delaney ir kiti (1989), grupėse SAV mokosi pripažinti savų poreikių svarbą, neprisiimti atsakomybės už šeimos problemas. Tikėtina, jog dėl šios priežasties lankantieji savitarpio pagalbos užsiėmimus gali rūpintis motina brėždami ribas, tokiu būdu išlaikydami ir aukštesnę psichologinę gerovę. Taigi, savitarpio pagalbos grupių nelankančių SAV psichologinė

gerovė turi sąsają su santykiais su abiem tėvais, o lankančių grupės gerovė susijusi tik su santykiais su motina.

Ketvirtuoju tyrimo uždaviniu buvo siekiama nustatyti svarbiausius SAV psichologinės gerovės prognozinis veiksnys. Paaiškėjo, kad vienintelis psichologinę gerovę galintis paaiškinti veiksnys yra rūpinimasis motina. Mūsų gautas rezultatas patvirtina Amato (1994) teiginį, kad tiek tėvo, tiek motinos ryšys su suaugusiu vaiku yra svarbus jo psichologinei gerovei. SAV grupėje ypatingą motinos vaidmenį galima paaiškinti tuo, kad, kaip minėta, daugumos mūsų tiriamųjų alkoholiu vaikystėje piktnaudžiavo tėvas. Be to, nors šiame tyrime informacijos apie skyrybas šeimoje nerinkome, svarbus faktas, kad PA šeimoje jos dažnos. Tai gali paaiškinti, kodėl santykiai su tėvu nėra svarbus SAV psichologinės gerovės veiksnys – įvykus skyryboms dažniausiai vaikas lieka su motina, o tėvas yra linkęs mažiau bendrauti su vaiku, teikia jam mažiau paramos, apskritai menkliau dalyvauja vaiko gyvenime (Lye, 1996). Nuo vaikystės užmezgamas glaudesnis ryšys su negeriančia motina, jis nenutrūksta ir vaikui suaugus, tokiu atveju rūpintis motina norima labiau. Dėl šios priežasties santykiai su mama leidžia nuspėti didesnę SAV psichologinę gerovę. Panašu, kad dėl menkesnio tėvo įsitraukimo į suaugusios atžalos gyvenimą tėvo vaidmuo SAV psichologinei gerovei yra mažiau reikšmingas.

Penktajame tyrimo uždavinyje siekta nustatyti, kaip siejasi SAV savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmė bei psichologinė gerovė ir santykiai su tėvais. Atlikus tyrimą paaiškėjo, kad jokių grupių lankymo trukmės ir psichologinės gerovės, santykių su tėvais sąsajų nėra. Galima būtų tikėtis priešingų rezultatų, kadangi kiti autoriai (Kingree, 2000; Kingree & Thompson, 2000; Delaney, et al., 1989; Wheaton, 2000; Humphreys, 1996) teigia, jog SAV savitarpio pagalbos grupių lankymas didina psichologinę gerovę, tad ir ilgėjant lankymo trukmei sąsajos turėtų atsiskleisti. Viena iš priežasčių, kodėl šiame tyrime tokių ryšių neatrasta, galimai yra ta, jog nėra aiškios tiriamųjų grupių lankymo charakteristikos. Neklausėme, koks yra mūsų tyrimo dalyvių grupių lankymo reguliarumas, kiek jie grupėse aktyvūs. Kingree (2000) teigia, kad teigiamas lankymo poveikis psichologinei gerovei matomas tada, kai į susirinkimus ateinama reguliariai bei į juos įsitraukiama. Gali būti, jog nepaisant to, kad dauguma tiriamųjų grupės lanko daugiau negu metus, kai kurie SAV jose nedalyvauja pakankamai reguliariai ir aktyviai. SAV bendruomenė neįpareigoja savo narių, o tik skatina ir toliau lankytis grupėse, tad lankymo pobūdis lieka neaiškus. Be to, sveikstant nuo vaikystės disfunkcinėje šeimoje padarinių gali prireikti ir ne vienerių metų. Tam, kad galima būtų stebėti ryškų psichologinės gerovės pokytį, turi keistis visos psichologinę gerovę apimančios sritys, taip pat ir santykiai su tėvais. Jie taip pat nesusiję su savitarpio pagalbos grupių lankymo trukme, nors SAV susirinkimuose daug kalbama apie santykius su šeimos nariais, ypač PA. Gali būti, kad lankant grupes santykiai su tėvais nesikeičia, kadangi pokyčiui įvykti reikalingas ilgesnis laiko tarpas. Be to, svarbu

paminėti ir PA artimiesiems skirtų savitarpio pagalbos grupių lankymo motyvus – Brendan Young ir Timko (2015) mini, kad vienas iš motyvų yra noras pašalinti neigiamas gyvenimo su PA pasekmes ir pagerinti psichologinę savijautą. Panašu, kad SAV ši grupių lankymo priežastis gali būti pagrindinė, tad jų tikslas nėra pagerinti santykius su tėvais ar padėti girtaujančiam tėvui ar motinai sveikti. Mūsų tyrimo rezultatai atskleidė, kad ilgėjant SAV grupių lankymo trukmei nesikeičia nei psichologinė gerovė, nei santykiai su tėvais.

Tyrimo ribotumai ir pasiūlymai ateities tyrimams

Šiame tyrime esama ribotumų, kurie gali turėti įtakos šio tyrimo rezultatams bei jų patikimumui. Visų pirma, tėvų ir vaikų santykių klausimynas šiame tyrime nebuvo visiškai validus. Nors patikrinus instrumento validumą gauta, kad mūsų tyrime klausimynas didžiąja dalimi atitinka autorių numatytą struktūrą, kai kurie teiginiai turi didesnę svarbą nei tame faktoriuje. Be to, dėl mažos imties nederėtų pasitikėti ir atliktos faktorių analizės rezultatais. Jei tyrime dalyvautų daugiau žmonių, galima būtų geriau ištirti klausimyno validumą – tai leistų labiau pasitikėti šio tyrimo rezultatais. Antra, mūsų darbe tirta imtis nereprezentuoja SAV grupės, kadangi ji yra per maža, be to, tyrime dalyvavo daugiausia moterys. Dėl šios priežasties mūsų gautų rezultatų negalima pritaikyti visiems SAV. Tyrimą būtų prasminga pakartoti su daugiau tiriamųjų, taip pat surinkus panašų vyrų ir moterų skaičių. Esant pakankamam imties dydžiui galbūt galima būtų pastebėti lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupes SAV psichologinės gerovės skirtumus, patikimiau įvertinti grupių lankymo trukmės ir gerovės bei santykių su tėvais sąsajas. Taip pat galima būtų tikėtis gauti patikimesnius duomenis apie lankančių ir nelankančių grupes SAV demografinių charakteristikų ir gerovės bei santykių su tėvais ryšius. Didesnė imtis padėtų tiksliau įvertinti ir svarbiausius SAV psichologinės gerovės prognozinis veiksniai – esant ryšiams tarp kintamųjų, kurių galbūt nepavyko aptikti šiame tyrime, į analizę būtų įmanoma įtraukti daugiau galimų gerovę paaiškinančių veiksnių. Tikslėsius palyginimus tarp grupių galima būtų gauti užtikrinus panašų tiriamųjų skaičių grupėse. Kalbant apie tolimesnius tyrimus, vertėtų sąsajas tarp SAV grupių lankymo, psichologinės gerovės bei santykių su tėvais patikrinti atsižvelgiant į vaikystėje alkoholiu piktnaudžiavusio tėvo lytį. Šiame tyrime to nepavyko padaryti dėl imties ypatumų – daugumoje šeimų priklausomybės problemą turėjo ir vis dar tebeturi tėvas, tad nebuvo galimybės atlikti tinkamų palyginimų tarp grupių. Tai, kuris iš tėvų buvo arba yra priklausomas nuo alkoholio, yra svarbu, nes geriančio tėvo lytis gali būti susijusi ir su SAV psichologine gerove, ir su santykių šeimoje ypatumais.

IŠVADOS

1. Lankančių ir nelankančių suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupės asmenų psichologinė gerovė nesiskiria, bet mūsų tyrime dalyvavę priklausomų asmenų vaikai pasižymi mažesne psichologine gerove negu bendroji populiacija. Tarp aukštąjį išsilavinimą turinčių SAV nežymiai labiau darbu yra patenkinti grupių nelankantys, o tarp žemesnį nei aukštąjį išsilavinimą turinčiųjų didesnę pasitenkinimą darbu išreiškia grupės lankantys SAV. Taip pat turintys aukštąjį išsilavinimą SAV apskritai yra labiau patenkinti darbu ir pasižymi didesniu optimizmu negu neturintieji aukštojo išsilavinimo. Turintys partnerį (-ę) SAV yra labiau patenkinti savo pragyvenimo lygiu, santykiais su artimaisiais ir tarpasmeniniais santykiais negu tie, kurie partnerio (-ės) neturi.
2. Lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų santykiai su tėvu nesiskiria, tačiau skiriasi santykiai su motina – nelankantieji grupių yra linkę labiau rūpintis mama bei jaučia didesnę atsakomybę jai. Grupių lankymas ir išsilavinimas bei šeiminė padėtis kartu yra nesusijusi su tėvų ir vaikų santykiais, bet savo motina labiau rūpinasi partnerį (-ę) turintys SAV negu jo (jos) neturintys.
3. Grupių nelankančių suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė gerovė yra susijusi su santykiais su abiem tėvais – kuo didesnis rūpinimasis tėvu, atsakomybė jam bei rūpinimasis mama, tuo aukštesnė psichologinė gerovė. Grupės lankančių suaugusių alkoholikų vaikų gerovė yra susijusi tik su santykiais su motina – kuo daugiau rūpinamasi mama, tuo aukštesnis psichologinės gerovės lygis.
4. Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinę gerovę prognozuoja tik rūpinimasis motina. Nei demografiniai veiksniai, nei tėvų alkoholio vartojimo ypatumai, nei santykiai su tėvu gerovei nėra svarbūs.
5. Suaugusių alkoholikų vaikų savitarpio pagalbos grupių lankymo trukmė nesusijusi nei su psichologine gerove, nei su santykiais su tėvais.

Rekomendacijos

SAV savitarpio pagalbos grupės – efektyvi pagalbos suaugusiems priklausomų asmenų vaikams priemonė. SAV priklauso psichikos sveikatos sunkumų ir sutrikimų rizikos grupei dėl nepalankių vaikystės patirčių, įgytų gyvenant nuo alkoholio priklausomoje šeimoje. Net būdami jau suaugę ir negyvendami kartu su tėvais šie žmonės pasižymi žemesne psichologine gerove, todėl svarbu suteikti jiems pagalbą, padėti suprasti savo jausmus, įvertinti vaikystės patyrimą ir jo įtaką dabartiniam gyvenimui. SAV grupėse analizuojamos ir santykių su tėvais problemos, kurios priklausomybę turinčių tėvų vaikams yra aktualios, todėl svarbu skatinti SAV lankyti tas grupes. Siūlome ir psichologams, dirbantiems su SAV, rekomenduoti savo klientams jas lankyti.

LITERATŪRA

Adult Children of Alcoholics & Dysfunctional Families World Service Organization (2023). Adult children of alcoholics and its beginnings. An interview about the early history of ACA. Paimta iš <https://adultchildren.org/literature/early-history/>

Agllias, K. (2015). Difference, choice, and punishment: Parental beliefs and understandings about adult child estrangement. *Australian Social Work*, 68(1), 115-129.

Agllias, K. (2018). Missing family: The adult child's experience of parental estrangement. *Journal of Social Work Practice*, 32(1), 59-72. <https://doi.org/10.1080/02650533.2017.1326471>

Amato, P. R. (1994). Father-child relations, mother-child relations, and offspring psychological well-being in early adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 56(4), 1031-1042. <https://doi.org/10.2307/353611>

Asociacija Lietuvos suaugusių alkoholikų vaikų bendrija (2014). Suaugę alkoholikų vaikai. Paimta iš <https://www.suaugevaikai.lt/literatura>

Bagdonas, A., Kairys, A., Liniauskaitė, A. ir Pakalniškienė, V. (2013). *Lietuvos gyventojų psichologinė gerovė ir jos veiksniai*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.

Bortolon, C. B., Signor, L., Moreira, C., Figueiro, L. R., Benchaya, M. C., Machado, C. A., ... Barros, H. M. T. (2016). Family functioning and health issues associated with codependency in families of drug users. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(1), 101–107. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015211.20662014>

Braithwaite, V., & Devine, C. (1993). Life satisfaction and adjustment of children of alcoholics: the effects of parental drinking, family disorganization and survival roles. *British Journal of Clinical Psychology*, 32(4), 417-429. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1993.tb01076.x>

Braitman, A. L., Kelley, M. L., Ladage, J., Schroeder, V., Gumienny, L. A., Morrow, J. A., & Klostermann, K. (2009). Alcohol and drug use among college student adult children of alcoholics. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 53(1), 69-88. Paimta iš <https://www.jstor.org/stable/45091828>

Brendan Young, L., & Timko, C. (2015). Benefits and costs of alcoholic relationships and recovery through al-anon. *Substance Use & Misuse*, 50, 62-71. DOI: 10.3109/10826084.2014.957773

Brown-Rice, K. A., Scholl, J. L., Fercho, K. A., Pearson, K., Kallsen, N. A., Davies, G. E., ... Forster, G. L. (2018). Neural and psychological characteristics of college students with alcoholic parents differ depending on current alcohol use. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 81, 284-296. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pnpbp.2017.09.010>

Bulotaitė, L. (1998). *Priklausomybių psichologiniai aspektai*. Vilnius: Lietuvos informacijos instituto spaustuvė.

Bush, S. I., Ballar, M. E., & Fremouw, W. (1994). Attributional style, depressive features, and self esteem of adult children of alcoholic and nonalcoholic parents. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(2), 177-185. <https://doi.org/10.1007/BF01537148>

Carr, K., Holman, A., Abetz, J., Kellas, J. K., & Vagnoni, E. (2015). Giving voice to the silence of family estrangement: Comparing reasons of estranged parents and adult children in a nonmatched sample. *Journal of Family Communication*, 15(2), 130-140. <https://doi.org/10.1080/15267431.2015.1013106>

Choenni, V., Hammink, A., & van de Mheen, D. (2016). Association between substance use and the perpetration of family violence in industrialized countries: a systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 18(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/1524838015589253>

Clark, D. B., Cornelius, J., Wood, D. S., & Vanyukov, M. (2004). Psychopathology risk transmission in children of parents with substance use disorders. *The American Journal of Psychiatry*, 161, 685-691. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.161.4.685>

Dechtiarytė, D. ir Bulotaitė, L. (2022). Suaugusių alkoholikų vaikų psichologinė savijauta ir psichologinis atsparumas. *Visuomenės sveikata*, 4(99), 72-80.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Delaney, E. S., Phillips, P., & Chandler, C. K. (1989). Leading an Adlerian group for adult children of alcoholics. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 45(4), 490-499.

Devries, K. M., Child, J. C., Bacchys, L. J., Mak, J., Falder, G., Graham, K., ... Heise, L. (2013). Intimate partner violence victimization and alcohol consumption in women: a systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 109, 379-391. <https://doi.org/10.1111/add.12393>

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>

Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being. *American Psychologist*, 61, 305-314. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305>

Fineran, K. , Laux, J. M., Seymour, J., & Thomas, T. (2010). The Barnum Effect and Chaos Theory: Exploring College Student ACOA Traits. *Journal of College Student Psychotherapy*, 24, 17-31. DOI: 10.1080/87568220903400096

Goštautaitė Midttun, N. (2017). *Pagalba vaikams, kurių šeimos nariai alkoholi vartoja žalingai. Infomacinis leidinys.* Vilnius: Sorre. Paimta iš https://vpssc.lrv.lt/uploads/vpsc/documents/files/Leidiniai/pagalba%20vaikams_internetui.pdf

Graham, K., Bernards, S., Wilsnack, S. C., & Gmel, G. (2011). Alcohol may not cause partner violence but it seems to make It worse: a cross national comparison of the relationship between alcohol and severity of partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(8), 1503-1523. <https://doi.org/10.1177/0886260510370596>

Gruber, K. J., & Floyd Taylor, M. (2006). A family perspective for substance abuse: implications from the literature. *Journal of Social Work Practice in the Addictions* 6(1-2), 1-29. https://doi.org/10.1300/J160v06n01_01

Gudžinskienė, V., ir Gedminienė, R. (2010). Understanding of alcoholism as family disease. *Socialinis ugdymas*, 14(25), 163-172. Paimta iš https://cris6.vdu.lt/cris/bitstream/20.500.12259/109722/1/ISSN2351-6011_2010_V_25.PG_163-172.pdf

Hall, A. E. (2007). Coping resources and self-perceived well-being of college students who report a parental drinking problem. *Journal of American College Health*, 45(4), 159-164. : <http://dx.doi.org/10.1080/07448481.1997.9936876>

Hall, C. W., & Webster, R. E. (2007). Risk factors among adult children of alcoholics. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 3(4), 494-511. <http://dx.doi.org/10.1037/h0100819>

Harter, S. L. (2000). Psychosocial adjustment of adult children of alcoholics: a review of the recent empirical literature. *Clinical Psychology Review*, 20(3), 311-337. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(98\)00084-1](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(98)00084-1)

Haverfield, M. C. (2016). “We just pretended as if everything was good”: Communication about alcohol in families of nonalcoholic and alcoholic patients. *Atlantic Journal of Communication*, 24(5), 276-288. <https://doi.org/10.1080/15456870.2016.1232260>

Haverfield, M. C., & Theiss, J. A. (2016). Parent's alcoholism severity and family topic avoidance about alcohol as predictors of perceived stigma among adult children of alcoholics: implications for emotional and psychological resilience. *Health Communication*, 31(5), 606-616. <https://doi.org/10.1080/10410236.2014.981665>

Hebbani, S., Ruben, J. P., Selvam, S., & Krishnamachari, S. (2020). A study of resilience among young adult children of alcoholics in Southern India. *Journal of Addictive Diseases*, 38(3), 339-347. <https://doi.org/10.1080/10550887.2020.1765716>

Hill, S. Y, Tessner, K., & McDermott, M. D. (2010). Psychopathology in offspring from families of alcohol dependent female probands: A prospective study. *Journal of Psychiatric Research*, 45, 285-294. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2010.08.005>

Humphreys, K. (1996). World view change in adult children of alcoholics/al-anon self-help groups: reconstructing the alcoholic family. *International Journal of Group Psychotherapy*, 46(2), 255-263. <http://dx.doi.org/10.1080/00207284.1996.11491497>

Yu, J. (2003). The association between parental alcohol-related behaviors and children's drinking. *Drug and Alcohol Dependence*, 69, 253-262. [https://doi.org/10.1016/S0376-8716\(02\)00324-1](https://doi.org/10.1016/S0376-8716(02)00324-1)

Yu, T., Pettit, G., Lansford, J., Dodge, K., & Bates, J. E. (2010). The interactive effects of marital conflict and divorce on parent – adult children's relationships. *Journal of Marriage and Family*, 72, 282-292. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00699.x>

Jaeger, E., Hahn, N. B., & Weinraub, M. (2002). Attachment in adult daughters of alcoholic fathers. *Addiction*, 95(2), 267-276. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.2000.95226713.x>

Jarvinen, M. (2015). Understanding addiction: adult children of alcoholics describing their parents' drinking problems. *Journal of Family Issues*, 36(6), 805-825. <https://doi.org/10.1177/0192513X1351302>

Jennison, K. M., & Johnson, K. A. (1998). Alcohol dependence in adult children of alcoholics: longitudinal evidence of early risk. *Journal of Drug Education*, 28(1), 19-37. doi: 10.2190/BRRQ-W96E-UGJN-GA9R

Kairys, A., Bagdonas, A., Liniauskaitė, A. ir Pakalniškienė, V. (2013). *Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė. Naudojimo vadovas*. Vilnius: Viliaus universiteto leidykla.

Kashubeck, S. (1994). Adult children of alcoholics and psychological distress. *Journal of Counseling & Development*, 72, 538-543. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1994.tb00988.x>

Kelley, M. L., French, A., Bountress, K., Keefe, H. A., Schroeder, V., Steer, K., ... Gumienny, L. (2007). Parentification and family responsibility in the family of origin of adult children of alcoholics. *Addictive Behaviors*, 32(4), 675-685. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2006.06.010>

Kelley, M. L., Pearson, M. R., Trinh, S., Klostermann, K., & Krakowski, K. (2011). Maternal and paternal alcoholism and depressive mood in college students: parental relationships as mediators of ACOA-depressive mood link. *Addictive Behaviors*, 36, 700-706. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.01.028>

Kingree, J. B. (2000). Predictors and by-products of participation in mutual help group for adult children of alcoholics. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 18(2), 83-94. https://doi.org/10.1300/J020v18n02_06

Kingree, J. B., & Thompson, M. (2000). Mutual help groups, perceived status benefits, and well-being: a test with adult children of alcoholics with personal substance abuse problems. *American Journal of Community Psychology*, 28(3), 325-342. DOI: [10.1023/A:1005153304710](https://doi.org/10.1023/A:1005153304710)

Klostermann, K., Chen, R., Kelley, M. L., Schroeder, V. M., Braitman, A. L., & Mignone, T. (2011). Coping behavior and depressive symptoms in adult children of alcoholics. *Substance Use & Misuse*, 46(9), 1162-1168. <https://doi.org/10.1080/16066350701261865>

Kočiūnas, R. (1993). Humanistinė psichologija: nuo protesto link transcendencijos. *Psichologija*, 12, 3-18. <https://doi.org/10.15388/Psichol.1993.12.9046>

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), 194-205. <https://doi.org/10.1080/19371918.2013.759005>

Lee, H., & Williams, R. A. (2013). Effects of parental alcoholism, sense of belonging, and resilience on depressive symptoms: a path model. *Substance Use & Misuse*, 48(3), 265-273. <https://doi.org/10.3109/10826084.2012.754899>

Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2023). *Pagalba sau*. Prieiga per internetą: <https://pagalbasau.lt/priklausomybes/priklausomybe-nuo-alkoholio/suaugusiems-kuriu-tevai-vartoja/>

Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerija (2017). Elgesio ar (ir) emocijų sunkumų arba sutrikimų turintys vaikai: ugdymo ir pagalbos teikimo specifika. *Švietimo problemos analizė*, 5(161), 1-8. Paimta iš https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/07/Elgesio-ir-emociju-sunkumu_GALUTINIS.pdf

Lietuvos statistikos departamentas (2022). *Lietuvos gyventojai (2022 m. leidimas). Vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė*. Paimta iš <https://osp.stat.gov.lt/lietuvas-gyventojai-2022/mirtingumas/vidutine-tiketina-gyvenimo-trukme>

Lin, I. F., & Wu, H. S. (2019). Early-life parent–child relationships and adult children’s support of unpartnered parents in later life. *The Journals of Gerontology: Social Sciences*, 74(5), 869-880. <https://doi.org/10.1093/geronb/gby020>

Lye, D. N. (1996). Adult child – parent relationships. *Annual Review of Sociology*, 22, 79-102. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.22.1.79>

Lyvers, M., Nayatbakhsh, N., Stalewski, J., & Thorberg, F. A. (2019). Alexithymia, impulsivity, and reward sensitivity in young adult university student children of alcoholics. *Substance Use & Misuse*, 54(2), 340-344. <https://doi.org/10.1080/10826084.2018.1512628>

Makeesh, P. K. B., Leung, J., Senananayake, S., Kumarapeli, V., Ferdinando, R., Jayawickrama, W. I. U. ... McLaughlin, D. (2021). Effects of paternal alcoholism on the psycho-behavioural outcomes of the offspring: a systematic review and meta-analysis. *Journal of the College of Community Physicians of Sri Lanka*, 27(3), 442-461, <https://doi.org/10.4038/jccpsl.v27i3.8398>

McCann, T. V., Polacsek, M., & Lubman, D. I. (2019). Experiences of family members supporting a relative with substance use problems: a qualitative study. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 33, 902-911. <https://doi.org/10.1111/scs.12688>

Nissen, J. F. (1997). *Nematomas dramblys. Alkoholis, alkoholizmas, alternatyvos*. Denmark: Central-Trykkeriet. Nykøbing F ApS.

Omkarappa, D. B., & Rentala, S. (2019). Anxiety, depression, self-esteem among children of alcoholic and nonalcoholic parents. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(2), 604-609. DOI: [10.4103/jfmmpc.jfmmpc_282_18](https://doi.org/10.4103/jfmmpc.jfmmpc_282_18)

Ossola, P., Gerra, M. C., Gerra, M. L., Milano, G., Zatti, M., Zavan, V., ... Di Gennaro, C. (2021). Alcohol use disorders among adult children of alcoholics (ACOAs): gene-environment resilience factors. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 108, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110167>

Park, S., & Schepp, K. G. (2015). A systematic review of research on children of alcoholics: their inherent resilience and vulnerability. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1222-1231. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9930-7>

Park, S., & Schepp, K. G. (2018). A theoretical model of resilience capacity: drawn from the words of adult children of alcoholics. *Nursing Forum*, 53(3), 314-323. <https://doi.org/10.1111/nuf.12255>

Pearson, M. R., D'Lima, G. M., & Kelley, M. L. (2012). Maternal and paternal alcohol misuse and alcohol-related outcomes among college students. *Substance Use & Misuse*, 47(6), 708-717. <https://doi.org/10.3109/10826084.2012.664237>

Peisah, C., Brodaty, H., Luscombe, G., Kruk, J., & Anstey, K. (1999). The Parent Adult-Child Relationship Questionnaire (PACQ): The assessment of the relationship of adult children to their parents. *Aging & Mental Health*, 3(1), 28–38. <https://doi.org/10.1080/13607869956415>

Plescica-Pikus, M., Long-Suter, E., & Wilson, J. P. (1988). Achievement, well-being, intelligence, and stress reaction in adult children of alcoholics. *Psychological Reports*, 62, 603-609. DOI: [10.2466/pr0.1988.62.2.603](https://doi.org/10.2466/pr0.1988.62.2.603)

Rangarajan, S., & Kelly, L. (2006). Family communication patterns, family environment, and the impact of parental alcoholism on offspring self-esteem. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(4), 655-671. DOI: 10.1177/0265407506065990

Rangarajan, S. (2008). Mediators and moderators of parental alcoholism effects on offspring self-esteem. *Alcohol & Alcoholism*, 43(4), 481-491. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agn034>

Ray, G. T., Mertens, J. R., & Weisner, C. (2007). The excess medical cost and health problems of family members of persons diagnosed with alcohol or drugs problems. *Medical Care*, 45(2), 116-122. DOI: 10.1097/01.mlr.0000241109.55054.04

Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2006). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 139-170. DOI:10.1007/s10902-006-9023-4

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Robitschek, C., & Kashubeck, S. (1999). A structural model of parental alcoholism, family functioning, and psychological health: the mediating effects of hardiness and personal growth orientation. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 159-172. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.46.2.159>

Ross, L. T., & Hill, E. M. (2001). Drinking and parental unpredictability among adult children of alcoholics: a pilot study. *Substance Use & Misuse*, 36(5), 609-638. <http://dx.doi.org/10.1081/JA-100103563>

Rothman, E. G., Edwards, E. M., Heeren, T., & Hingson, R. W. (2008). Adverse childhood experiences predict earlier age of drinking onset: results from a representative US sample of current or former drinkers. *Pediatrics*, 122(2), 298-304. doi: 10.1542/peds.2007-3412

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

Ruini, C., & Ryff, C. D. (2016). Using eudaimonic well-being to improve lives. In A. M. Wood & J. Johnson (Eds.), *The Wiley handbook of positive clinical psychology* (pp. 153–166). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118468197.ch11>

Sawant, N. S. (2020). Children of alcoholics: Are they vulnerable or resilient? *Annals of Indian Psychiatry*, 4(2), 111-114. https://doi.org/10.4103/aip.aip_122_20

Schukit, M. A. (2009). An overview of genetic influences in alcoholism. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 36(1), 5-14. doi:10.1016/j.jsat.2008.05.012

Slaski, M. (2016). Aggression and life satisfaction in adult children of alcoholics. *Sveikatos mokslai*, 26(1), 58-64. DOI: <http://doi.org/10.5200/sm-hs.2016.009>

Smit, K., Voogt, C., Hiemstra, M., Kleinjan, M., Otten, R., & Kuntsche, E. (2018). Development of alcohol expectancies and early alcohol use in children and adolescents: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 60, 136-146. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.02.002>

Šipelė, N., ir Ivanauskienė, V. (2021). Situoktinės išgyvenimai šeimoje gyvenant su alkoholizmu sergančiu vyru. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*, 27(1), 93-110. <https://doi.org/10.7220/2029-5820.27.1.5>

Tov, W., & Diener, E. (2013). Subjective well-being. In D. Keith (Ed.), *The Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology: Subjective well-being* (pp. 1-7). New York: Wiley.

Tweed, S. H., & Ryff, C. D. (1991). Adult children of alcoholics: profiles of wellness amidst stress. *Journal of Studies on Alcohol*, 52(2), 133-141. DOI: [10.15288/jsa.1991.52.133](https://doi.org/10.15288/jsa.1991.52.133)

Velleman, R., & Templeton, L. (2007). Understanding and modifying the impact of parents' substance misuse on children. *Advances in Psychiatric Treatment*, 13, 79-89. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.106.002386>

Vernig, P. M. (2011). Family roles in homes with alcohol-dependent parents: an evidence-based review. *Substance Use & Misuse*, 46(4), 535-542. <https://doi.org/10.3109/10826084.2010.501676>

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678–691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>

Wheaton, P. (2000). *The purpose of this study is: With Adult Children of Alcoholics (ACOA); Do psychoeducational group sessions have an impact on relationship satisfaction?* Doctoral dissertation, Liberty University, Lynchburg, VA. Paimta iš <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=3822&context=doctoral>

Wheaton, B. (1990). Life transitions, role histories, and mental health. *American Sociological Review*, 55, 209 – 223. <https://doi.org/10.2307/2095627>

Woititz, J. G. (2020). *Suaugę alkoholikų vaikai*. Papildytas leidimas. Vilnius: Vaga.

World Bank Group (2005). *Dying for change: poor people's experience of health and ill-health (English)*. Washington: D. C. Paimta iš <http://documents.worldbank.org/curated/en/123521468332446432/Dying-for-change-Poor-peoples-experience-of-health-and-ill-health>

PRIEDAI

1 priedas. Psichologinės gerovės, pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, pasitenkinimo santykiais su artimaisiais palyginimas tarp lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupės asmenų

Kintamasis	Lankantys grupės (n=28)	Nelankantys grupių (n=30)	F	df	p
	M (SD)	M (SD)			
Psichologinė gerovė	3,25 (0,72)	3,10 (0,71)	0,16	56	0,45
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	3,15 (0,88)	3,03 (0,90)	0,12	56	0,61
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	3,01 (0,83)	3,33 (0,74)	0,34	56	0,12

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, F – Fisher testo koeficientas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo.

2 priedas. Optimizmo, neigiamo emocijų, pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, fizine sveikata, darbu ir gyvenimu Lietuvoje palyginimas tarp lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupės asmenų

Kintamasis	Lankantys grupės (n=28)	Nelankantys grupių (n=30)	U	Z	p
	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas			
Optimizmas	31,34	27,78	368,50	-0,80	0,422
Neigiamas emocijų	32,73	26,48	329,50	-1,41	0,159
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	31,89	27,27	353	-1,04	0,296
Pasitenkinimas fizine sveikata	31,93	27,23	352	-1,06	0,290
Pasitenkinimas darbu	29,80	29,22	411,50	-0,13	0,895
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	30,61	28,47	389	-0,50	0,620

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, U – U testo koeficientas, Z – Z testo koeficientas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo.

3 priedas. Psichologinės gerovės rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės bei turinčių skirtingą išsilavinimą SAV

		Psichologinės gerovės rodiklių rezultatai			
Psichologinės gerovės rodikliai		<i>M (SD)</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Psichologinė gerovė (bendra)	Nelanko, aukštasis (n=20)	3,29 (0,72)	2,10	1	0,153
	Lanko, aukštasis (n=17)	3,25 (0,70)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	2,72 (0,56)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	3,23 (0,78)			
Optimizmas	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,51 (0,12)	2,39	1	0,128
	Lanko, aukštasis (n=17)	0,51 (0,11)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,40 (0,11)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,49 (0,12)			
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Nelanko, aukštasis (n=20)	3,30 (0,84)	3,61	1	0,063
	Lanko, aukštasis (n=17)	3,12 (0,90)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	2,49 (0,79)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	3,19 (0,89)			
Neigiamas emocijųumas	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,40 (0,22)	0,49	1	0,486
	Lanko, aukštasis (n=17)	0,46 (0,15)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,34 (0,18)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,47 (0,18)			
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	Nelanko, aukštasis (n=20)	3,37 (0,74)	0,06	1	0,813
	Lanko, aukštasis (n=17)	3,01 (0,85)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	3,27 (0,76)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	3,01 (0,82)			
	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,47 (0,15)			
	Lanko, aukštasis (n=17)	0,54 (0,12)			

Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,41 (0,21)	0,06	1	0,808
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,46 (0,16)			
Pasitenkinimas fizine sveikata	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,49 (0,13)	2,12	1	0,152
	Lanko, aukštasis (n=17)	0,49 (0,14)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,40 (0,11)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,50 (0,14)			
	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,56 (0,11)			
	Lanko, aukštasis (n=17)	0,52 (0,10)			
Pasitenkinimas darbu	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,42 (0,12)	6,04	1	0,017
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,53 (0,09)			
	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,55 (0,17)			
	Lanko, aukštasis (n=17)	0,57 (0,15)			
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,52 (0,15)	0,23	1	0,631
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,57 (0,09)			

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, *F* – Fisher testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo. Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu.

4 priedas. Psichologinės gerovės rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės bei esančius skirtingos šeiminės padėties SAV

		Psichologinės gerovės rodiklių rezultatai			
Psichologinės gerovės rodikliai		<i>M (SD)</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Psichologinė gerovė (bendra)	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	2,91 (0,72)	0,01	1	0,909
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	3,23 (0,71)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	3,03 (0,65)			
	Lanko, turi partnerį (n=17)	3,39 (0,74)			
Optimizmas	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,48 (0,12)			

	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,47 (0,14)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	0,49 (0,12)			
	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,51 (0,11)	0,29	1	0,593
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	2,60 (0,89)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	3,32 (0,79)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	3 (1,03)			
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Lanko, turi partnerį (n=17)	3,24 (0,79)	1,07	1	0,305
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,40 (0,20)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,37 (0,22)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	0,45 (0,13)			
Neigiamas emocingumas	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,48 (0,18)	0,26	1	0,612
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	2,88 (0,65)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	3,64 (0,64)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	2,51 (0,59)			
Pasitenkinimas santykiiais su artimaisiais	Lanko, turi partnerį (n=17)	3,33 (0,81)	0,04	1	0,846
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,39 (0,19)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,50 (0,14)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	0,47 (0,14)			
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiiais	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,53 (0,13)	0,25	1	0,619
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,46 (0,11)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,47 (0,15)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	0,46 (0,14)			
Pasitenkinimas fizine sveikata	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,52 (0,13)	0,59	1	0,447
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,48 (0,15)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,53 (0,11)			
	Lanko, neturi partnerio (n=11)	0,52 (0,08)			
Pasitenkinimas darbu	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,53 (0,10)	0,31	1	0,579

	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,51 (0,14)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,55 (0,18)			
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Lanko, neturi partnerio (n=11)	0,59 (0,12)			
	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,56 (0,14)	0,83	1	0,367

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, *F* – Fisher testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo.

5 priedas. Lankančių ir nelankančių SAV savitarpio pagalbos grupės tiriamųjų santykių su tėvais palyginimas

Santykių su tėvais ypatumai					
		<i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Rūpinimasis tėvu	Lanko grupės	8,44 (3,75)			
	Nelanko grupių	8,73 (3,40)	0,29	47	0,773
		<i>vidurkinis rangas</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Atsakomybė tėvui	Lanko grupės	22,52			
	Nelanko grupių	26,17	242,50	-0,94	0,349
Tėvo kontrolė	Lanko grupės	28,07			
	Nelanko grupių	22,29	228,50	-1,42	0,154
Rūpinimasis mama	Lanko grupės	21,13			
	Nelanko grupių	36,08	192,50	-3,41	<0,001
Atsakomybė mamai	Lanko grupės	24,35			
	Nelanko grupių	33,18	279,50	-2,01	0,044

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartinis nuokrypis, *t* – t testo koeficientas, *U* – U testo koeficientas, *Z* – Z testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo. Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu.

6 priedas. Santykių su tėvais rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės bei skirtingo išsilavinimo SAV

		Santykių su tėvais rodiklių rezultatai			
Santykių su tėvais rodikliai		<i>M (SD)</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Rūpinimasis tėvu	Nelanko, aukštasis (n=16)	8,81 (3,43)	0,71	1	0,404
	Lanko, aukštasis (n=15)	9,13 (3,36)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	8,60 (3,53)			
	Lanko, ne aukštasis (n=8)	7,13 (4,32)			
Atsakomybė tėvui	Nelanko, aukštasis (n=16)	0,28 (0,33)	0,93	1	0,339
	Lanko, aukštasis (n=15)	0,24 (0,25)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,23 (0,26)			
	Lanko, ne aukštasis (n=8)	0,04 (0,11)			
Tėvo kontrolė	Nelanko, aukštasis (n=16)	0,44 (0,39)	3,49	1	0,068
	Lanko, aukštasis (n=15)	0,71 (0,37)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,61 (0,35)			
	Lanko, ne aukštasis (n=8)	0,44 (0,48)			
Rūpinimasis mama	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,81 (0,34)	0,14	1	0,715
	Lanko, aukštasis (n=16)	0,51 (0,39)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,96 (0,21)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,60 (0,30)			
Atsakomybė mamai	Nelanko, aukštasis (n=20)	0,88 (0,32)	2,77	1	0,102
	Lanko, aukštasis (n=16)	0,83 (0,31)			
	Nelanko, ne aukštasis (n=10)	0,96 (0,40)			
	Lanko, ne aukštasis (n=11)	0,60 (0,38)			

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, *F* – Fisher testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo.

7 priedas. Santykių su tėvais rodiklių palyginimas tarp lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės bei skirtingos šeiminės padėties SAV

		Santykių su tėvais rodiklių rezultatai			
Santykių su tėvais rodikliai		<i>M (SD)</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Rūpinimasis tėvu	Nelanko, neturi partnerio (n=9)	7,78 (2,65)	0,43	1	0,515
	Nelanko, turi partnerį (n=17)	9,24 (3,71)			
	Lanko, neturi partnerio (n=10)	8,40 (3,27)			
	Lanko, turi partnerį (n=13)	8,46 (4,22)			
Atsakomybė tėvui	Nelanko, neturi partnerio (n=9)	0,12 (0,19)	1,66	1	0,204
	Nelanko, turi partnerį (n=17)	0,34 (0,32)			
	Lanko, neturi partnerio (n=10)	0,16 (0,21)			
	Lanko, turi partnerį (n=13)	0,18 (0,25)			
Tėvo kontrolė	Nelanko, neturi partnerio (n=9)	0,56 (0,35)	0,20	1	0,659
	Nelanko, turi partnerį (n=17)	0,48 (0,39)			
	Lanko, neturi partnerio (n=10)	0,61 (0,43)			
	Lanko, turi partnerį (n=13)	0,62 (0,43)			
Rūpinimasis mama	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,71 (0,37)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,96 (0,22)			
	Lanko, neturi partnerio (n=10)	0,40 (0,30)			

	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,63 (0,37)	0,26	1	0,926
	Nelanko, neturi partnerio (n=12)	0,86 (0,39)			
	Nelanko, turi partnerį (n=18)	0,94 (0,32)			
	Lanko, neturi partnerio (n=10)	0,88 (0,35)			
Atsakomybė mamai	Lanko, turi partnerį (n=17)	0,66 (0,33)	2,62	1	0,111

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, F – Fisher testo koeficientas, df – laisvės laipsniai, p – reikšmingumo lygmuo.

8 priedas. SAV psichologinės gerovės bei santykių tėvais koreliacijos

Kintamieji	Rūpinimasis tėvu	Atsakomybė tėvui	Tėvo kontrolė	Rūpinimasis mama	Atsakomybė mamai
Psichologinė gerovė (bendra)	0,20	0,26	-0,12	0,35**	-0,06

Pastaba. * p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

9 priedas. Psichologinės gerovės palyginimas tarp skirtingo išsilavinimo ir šeiminės padėties SAV

		Psichologinė gerovė			
Demografinės charakteristikos		M (SD)	t	df	p
Išsilavinimas	Ne aukštasis (n = 21)	2,99 (0,72)			
	Aukštasis (n = 37)	3,28 (0,70)	-1,50	56	0,140
	Neturi partnerio (-ės) (n = 23)	2,97 (0,67)			
Šeiminė padėtis	Turi partnerį (-ę) (n = 35)	3,31 (0,72)	-1,80	56	0,078

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartinis nuokrypis, t– t testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo.

10 priedas. Psichologinės gerovės palyginimas tarp skirtingo amžiaus SAV bei pagal tėvų alkoholio vartojimo ypatumus

		Psichologinė gerovė			
Amžius ir tėvų alkoholio vartojimo ypatumai		<i>M (SD)</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Amžius	18 – 29 m. (n = 31)	3,06 (0,71)	0,80	2	0,453
	30 – 40 m. (n = 17)	3,32 (0,78)			
	41 – 65 m. (n = 10)	3,27 (0,62)			
Gėrusio tėvo lytis	Tėvas (n = 34)	3,29 (0,71)	1,20	2	0,309
	Motina (= 9)	3,03 (0,74)			
	Abu tėvai (n = 15)	2,98 (0,70)			
	Tėvas (n = 23)	3,26 (0,68)			
	Motina (n = 7)	2,67 (0,53)			
	Abu tėvai (n = 2)	2,74 (0,06)			
Dabar geriančio tėvo lytis	Nė vienas (n = 17)	3,17 (0,71)	1,78	3	0,164

Pastaba. M – vidurkis, SD – standartiniai nuokrypiai, *F* – Fisher testo koeficientas, *df* – laisvės laipsniai, *p* – reikšmingumo lygmuo. Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu.

11 priedas. Anketa

Laba diena,

Esu Vilniaus universiteto sveikatos psichologijos studijų programos studentė Dominyka Jankovskienė. Šiuo metu atlieku magistro baigiamojo darbo tyrimą, kuriame siekiu išsiaiškinti

lankančių ir nelankančių savitarpio pagalbos grupės suaugusių alkoholikų vaikų psichologinės gerovės bei santykių su tėvais ypatumus.

Kviečiu dalyvauti šiame tyrime ir atsakyti į anketos klausimus, jeigu Jūs augote su vienu ar abiem nuo alkoholio priklausomais tėvais.

Garantuojau Jūsų atsakymų konfidencialumą. Tyrimo metu nebus prašoma Jūsų nurodyti jokių asmeninių duomenų, kurie leistų Jus identifikuoti kaip asmenį, o Jūsų pateikti atsakymai bus analizuojami tik apibendrintai. Galite bet kuriuo metu atsisakyti dalyvauti šiame tyrime, sustoti ir nepildyti anketos, bet būsiu labai dėkinga, jei anketą užpildysite iki galo.

Anketos pildymas gali užtrukti 15-20 minučių. Labai prašau atsakyti į visus klausimus kaip galima nuoširdžiau.

Iš anksto dėkoju, kad savo laiko skirsite mano tyrimui!

Jei turite klausimų, kviečiu su manimi susisiekti elektroniniu paštu: dominyka.dechtiaryte@fsf.stud.vu.lt

Klausimai apie Jus ir Jūsų vaikystę

1. Kokia Jūsų lytis?*

- ☐ Vyras
- ☐ Moteris
- ☐ Kita

2. Koks Jūsų amžius?*

- ☐ 18-29 m.
- ☐ 30-40 m.
- ☐ 41-65 m.
- ☐ 66 m. ir daugiau

3. Koks Jūsų išsilavinimas?*

- ☐ Pradinis
- ☐ Pagrindinis
- ☐ Vidurinis
- ☐ Aukštesnysis
- ☐ Aukštasis

4. Jūsų šeiminė padėtis:*

- ☐ Vedęs/ištekėjusi

- Turiu partnerį (-ę), nesame susituokę
- Nevedęs/netekėjusi ir neturiu partnerio (-ės)
- Išsiskyręs (-usi)
- Našlys (-ė)

5. Ar turite vaikų?*

- Taip
- Ne

6. Alkoholiu Jūsų šeimoje, kai buvote vaikas, piktnaudžiavo...*

- Tėvas
- Motina
- Abu tėvai

7. Ar šiuo metu Jūsų tėvai yra gyvi? *

- Taip, gyvi abu tėvai
- Gyva tik motina
- Gyvas tik tėvas
- Abu tėvai mirę

8. Ar šiuo metu Jūsų tėvas/motina ar abu tėvai piktnaudžiauja alkoholiu? (atsakykite, jei jie yra gyvi)

- Taip, piktnaudžiauja tėvas
- Taip, piktnaudžiauja motina
- Taip, piktnaudžiauja abu tėvai
- Ne, nepiktnaudžiauja nei vienas

9. Ar Jūs lankote suaugusių alkoholikų vaikų (SAV) savitarpio pagalbos grupes gyvai arba nuotoliniu būdu?*

- Taip, lankau
- Ne, nelankau
- Lankiau anksčiau, šiuo metu nebelankau

10. Kiek laiko lankote (-ėte) suaugusių alkoholikų vaikų (SAV) savitarpio pagalbos grupes? (atsakykite, jei lankote (-ėte))

- iki 1 mėn.
- 1-6 mėn.
- 6-12 mėn.

- daugiau nei 12 mėn.