

ARTYKUŁY POGLĄDOWE (REVIEW PAPERS)

Funkcjonowanie w społeczeństwie osób uzależnionych od alkoholu

(The Functioning of Alcoholics in Society)

A Ryszkowski^{1,A,D}, A Wojciechowska^{1,F}, Z Kopański^{1,2,E}, I Brukwicka^{3,C}, Y Lishchynskyy^{4,B}, M Mazurek^{1,C}

1. Collegium Masoviense – Wyższa Szkoła Nauk o Zdrowiu
2. Wydział Nauk o Zdrowiu Collegium Medicum Uniwersytet Jagielloński
3. Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna w Jarosławiu
4. Lwowski Uniwersytet Narodowy im. Danyła Halyckiego

Abstract— The paper points out the main reasons for drinking alcohol and presents various circumstances which instigate alcohol drinking. The focus is on the impact of alcohol on physicality and mentality of young people and the significance of alcoholism as a disease striking the whole family rather than one addicted individual. The authors analysed the attitudes towards alcohol in workplaces changing throughout ages and the frequency of crimes committed under the influence of alcohol.

Key words — alcoholism, physical and mental ailments.

Streszczenie— Autorzy wskazali główne przyczyny picia alkoholu, omówili różne sytuacje inicjacji picia alkoholu, zwracając uwagę na wpływ alkoholu na sferę fizyczno-psychiczną młodych ludzi, podkreślili znaczenie alkoholizmu jako choroby całej rodziny a nie tylko jednego z jej członków, przeanalizowali zmieniające się na przestrzeni wieków podejście do picia alkoholu w miejscu pracy oraz omówili częstość przestępstw dokonywanych pod wpływem alkoholu.

Słowa kluczowe — alkoholizm, zaburzenia fizyczno-psychiczne

Wkład poszczególnych autorów w powstanie pracy — A-Koncepcja i projekt badania, B-Gromadzenie i/lub zestawianie danych, C-Analiza i interpretacja danych, D-Napisanie artykułu, E-Krytyczne zrecenzowanie artykułu, F-Ostateczne zatwierdzenie artykułu

Adres do korespondencji — Prof. dr Zbigniew Kopański, Collegium Masoviense – Wyższa Szkoła Nauk o Zdrowiu, Żyrardów, ul. G. Narutowicza 35, PL-96-300 Żyrardów, e-mail: zkopanski@o2.pl

Zaakceptowano do druku: 7.01.2015.

DLACZEGO LUDZIE PIJĄ?

Dotychczas nie znaleziono jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, dlaczego jedni ludzie piją mniej, a inni więcej. Dlaczego jedni stają się alkoholikami, a inni nie, mimo że piją w sposób do siebie zbliżony. Podejmowano wiele prób znalezienia odpowiedzi na te pytania. Jeżeli zapyta się reprezentatywną grupę ludzi o to, dlaczego sięgają po alkohol, uzyska się różne odpowiedzi, najczęściej piją [1-5]:

- aby ugasić pragnienie,
- aby się lepiej odprężyć,
- aby się dobrze poczuć,
- ponieważ taki jest zwyczaj towarzyski
- aby się dobrze bawić,
- aby złagodzić stresującą sytuację w domu,
- aby chronić się przed depresją (złagodzić jej objawy),
- aby złagodzić nudę,
- dlatego, że ktoś proponuje,
- ponieważ alkohol pomaga zasnąć,
- aby uzyskać pozycję w grupie rówieśniczej,
- aby wyrazić bunt (przeciwko władzy, rodzinom itp.)
- aby złagodzić kaca,
- z powodu uzależnienia od alkoholu,

- gdyby nie było co pić, to by się nie piło.

Przedstawiona lista jest oczywiście niekompletna. Różnorodność tych odpowiedzi pozwala na podjęcie próby określenia motywów, dla których ludzie sięgają po alkohol. Okazuje się, że ludzie piją m.in. dla poprawy własnej samooceny, lepszej zabawy, zredukowania napięcia, obniżenia poczucia winy, a także w celach manipulacyjnych (otoczenie widzi, że cierpię, więc będzie dla mnie miłsze, zachowania agresywne po alkoholu, czy robienie różnych głupstw, jest prędzej rozgrzeszane niż na trzeźwo itp.). Można zatem powiedzieć, że ludzie sięgają po alkohol głównie z dwóch przyczyn tj. ze względów społecznych (np. uleganie namowom lub różnego rodzaju uroczystości) oraz ze względów indywidualnych tj. w celu odczucia efektu jego działania. Trudno jest jednoznacznie odpowiedzieć na pytania dotyczące przyczyn uzależnienia, ponieważ mechanizmy jego powstawania nie zostały jeszcze wystarczająco dobrze zbadane.[6,7]

Na dzień dzisiejszy przyjmuje się, że mamy do czynienia z czynnikami społecznymi, duchowymi oraz psychologicznymi, nakładającymi się na podłoże biologiczne. Jest rzeczą niezaprzeczalną, że na rozległość uszkodzeń narządów i układów oraz na szybkość powstawania uzależnienia znaczny wpływ wywiera stopień dojrzałości organizmu, a w przypadku uzależnienia - szczególnie dojrzałość ośrodkowego układu nerwowego (głównie mózgu). Z badań wynika, że dużą rolę odgrywa tu wiek, w którym rozpoczęło się intensywne picie alkoholu. Zanim już dojdzie do uzależnienia można zaobserwować kilka kolejnych etapów, począwszy od pierwszego kontaktu z alkoholem jeszcze w wieku dziecięcym czy młodzieżowym poprzez używanie eksperymentalne (próbowanie różnych alkoholi czy różnych substancji), socjalne (w ramach określonych grup rówieśniczych, w pracy, w rodzinie), nawykowe (z obecnymi cechami zależności psychicznej) aż do pełnego uzależnienia (z obecnymi objawami fizycznymi i psychologicznymi). Osoby młode, tj. poniżej 20 roku życia, które piją intensywnie mogą uzależnić się już po kilku miesiącach. Między 20 a 25 rokiem życia potrzeba na to średnio ok. 3-4 lata, a powyżej tego wieku okres uzależniania się może trwać kilka, a nawet kilkanaście lat, jednak należy pamiętać o uwarunkowaniach indywidualnych, które mogą te okresy skrócić lub wydłużyć.[8,9]

Można też zidentyfikować różne czynniki powstrzymujące od spożywania alkoholu. Będą to np. ograniczenia finansowe, nieprzyjemne reakcje fizjologiczne na alkohol, zaangażowanie się w inne działania, realiza-

cja innych zainteresowań lub brak aprobaty ze strony najbliższego otoczenia (znajomi, rodzina, współpracownicy), rezygnacja z hedonistycznego stylu życia, udział w grupach religijnych bądź kulturowych, gdzie picie jest źle widziane lub zabronione oraz wiele, wiele innych. Problemy społeczne spowodowane alkoholem dotyczą [1,2,10]:

- pijącej osoby (m.in. bezrobocie, samobójstwa, skrócenie długości życia osób uzależnionych o 10-20 lat, zaburzenia rozwoju psychofizycznego i kariery edukacyjnej nastolatków, bezdomność i włóczęgostwo),
- życia rodzinnego (m.in. klótnie, przemoc, niechciane ciąży, demoralizacja, dewiacje seksualne, zubożenie, rozkład rodziny, zaburzenia emocjonalne i psychosomatyczne u dzieci i innych członków rodziny itp.),
- środowiska pracy (m.in. absencja - większa o ok. 30%, 30-70% spadek wydajności, pogorszenie jakości, 2-3 krotnie większa wypadkowość),
- naruszenia prawa i porządku przez osoby nietrzeźwe (przestępczość - ok. 25% ogólnej liczby, prowadzenie pojazdów - ok. 20% wypadków),
- zachowania w miejscach publicznych - między innymi agresja, wybryki pseudokibiców itp.),
- przestępstw i wykroczeń związanych z obrotami alkoholem (nielegalna produkcja, import, sprzedaż napojów alkoholowych, sprzedaż alkoholu nieletnim i nietrzeźwym, zabroniona prawem reklama, kryptoreklama).

PIERWSZY KONTAKT Z ALKOHOLEM

Alkoholizm to jeden z głównych nałogów w Polsce. Już dzieci są oswajane z różnego rodzaju trunkami przy okazji uroczystości rodzinnych typu urodziny, imieniny czy ślub. Mentalność polskiego społeczeństwa daje przyzwolenie, nawet najmłodszym, dla popijania piwa albo smakowania wina. Zatem nie dziwi nikogo fakt, że po alkohol sięgają coraz młodsze pokolenia, a wiek inicjacji alkoholowej z roku na rok obniża się. Stosunkowo często po alkohol sięgają dzieci w wieku dorastania.

Okres dorastania charakteryzuje się dużymi zmianami fizycznymi i psychicznymi. Nastolatek buduje poczucie własnego „Ja”, poszukuje swojego miejsca w świecie, określa własną tożsamość. Często sposobem demaskowania swojej natury jest ekspery-

townie z różnego typu używkami, między innymi z alkoholem. Dlaczego dzieci zaczynają pić? Dzieje się to z różnych powodów. Piją dla towarzystwa, np. na imprezie u znajomych, na dyskotecę, piją z potrzeby zaimponowania innym, piją z ciekawości lub z chęci poczucia się jak dorośli. Czasem ulegają namowom kolegów, nie potrafią odeprzeć presji otoczenia, trudno jest im odmówić, poza tym zależy im na akceptacji rówieśników.

Młodzież sięga po alkohol, ponieważ czuje aprobatę dla picia ze strony dorosłych. Niekiedy sami rodzice modelują postawy akceptujące alkohol, gdyż w domu borykają się z problemem alkoholowym. Alkohol jest też środkiem rozwiązywania problemów rodzinnych. Z wódką czy z piwem można zapomnieć o zwykłej szarej rzeczywistości, lub zapić kłopoty. W wielu sytuacjach dodaje także odwagi, człowiek staje się bardziej towarzyski i rozmowny, co stanowi tzw. lekarstwo dla nieśmiałyłch nastolatków. Picie alkoholu przez dorastającą młodzież jest wyrazem tzw. młodzieńczego buntu, chęci poszerzenia swojej autonomii oraz swobody działania. Duży procent nastolatków sięga po alkohol przed osiągnięciem pełnoletniości. Łatwy dostęp do napoi alkoholowych w dużej mierze wpływa na szerzący się problem alkoholizmu wśród młodzieży, bowiem nikt nie pyta ich w sklepie o dowód osobisty, zatem daje niemą zgodę: Idź i pij. Skutki wczesnej inicjacji alkoholowej to konsekwencje zdrowotne, kłopoty z nauką i patologiczne zachowania. Bez względu na zakaz rodziców dotyczący picia alkoholu, jedynie pobudza fascynację młodzieży piwem czy wódką. Występuje chęć przełamania tabu – zakazany owoc kusi coraz bardziej. Forma i sposób picia prezentowany w młodości ukazuje tendencję do utrwalania lub pogłębiania się w życiu dorosłym. Tworzy się swoisty rytuał i styl picia. Jeśli ktoś spożywał alkohol od czasu do czasu, sporadycznie dla towarzystwa, w granicach akceptowanych norm społecznych, to w życiu dorosłym również odznacza się podobnym stosunkiem do alkoholu – pije okazjonalnie. Jeżeli jednak dziecko piło coraz częściej i coraz więcej, może już w okresie dorastania uzależnić się od alkoholu, a problem choroby alkoholowej będzie wracał w życiu dorosłym. Młodzi ludzie ignorują konsekwencje zdrowotne picia wódki, czy innych trunków. Wydaje się im, że alkoholizm to problem, który ich nie dotyczy. Tymczasem młody człowiek potrzebuje mniejszych dawek, by uzależnić się od alkoholu. Ponadto alkohol ogranicza zdolność logicznego myślenia, zaburza percepcję i możliwości pamięciowe, co przekłada się na negatywne wyniki w nauce. Nadużywanie alkoholu przez

młodzież wyzwala inne patologiczne zachowania takie jak: chuligaństwo, bójki, ryzykowny seks z wieloma partnerami, pobicia, kradzieże itp. Młody człowiek zatracą się powoli, ponieważ nie ma kontroli nad ilością spożywanych trunków. Statystyki wskazują, że inicjacja alkoholowa przypada średnio na wiek 11-15 lat. Wcześniej i znacznie częściej po alkohol sięgają chłopcy niż dziewczęta.[11-13]

Jak więc zapobiegać negatywnym skutkom picia alkoholu przez młodzież? Należy uświadamiać młodzież o skali zjawiska, nie przyzwalać na spożywanie nawet niskoprocentowych alkoholi, jak wino czy piwo i co ważne być wyczulonym na wszelkie przejawy nadużywania alkoholu przez dzieci i dorastającą młodzież. Dobre relacje z rodzicami stanowią skuteczny amortyzator chroniący młodych przed popadnięciem w różnego rodzaju kłopoty.

ALKOHOLIZM A ŻYCIE RODZINNE

Jeżeli ktoś z członków rodziny pije w sposób chorośliwy, to cała rodzina doznaje szkody. Często można spotkać opinię, że alkoholizm jest chorobą całej rodziny i wszyscy zostają wciągnięci w bolesny, uszkadzający wir powstający wokół tego, który pije. Życie rodzinne może być poważnie zaburzone przez alkohol także wtedy, gdy ktoś z członków rodziny jest dopiero na drodze do uzależnienia się - upija się okresowo, ale nie występują u niego jeszcze w pełni objawy choroby. Alkoholizm w rodzinie powoduje [9,10,12,13]:

- niszczenie życia uczuciowego - zamiast poczucia bezpieczeństwa, zaufania i miłości, rodzina przeżywa lęk i zagrożenie, gniew i wstyd, poczucie krzywdy i poczucie winy,
- brak źródeł oparcia i wzajemnej pomocy - życie rodzinne zamiast dostarczać oparcia staje się największym obciążeniem i źródłem problemów,
- utratę kontaktu i zrozumienia - zamiast otwartości i prawdy, pojawia się coraz więcej kłamstw, manipulacji i udawania,
- izolację od świata zewnętrznego.

Bardzo często nadmierne picie staje się źródłem trudności finansowych i ograniczenia perspektyw bytowych całej rodziny. Członkowie rodziny próbują przystosować się do zagrażających sytuacji, tworzonych przez osobę pijącą. Takie przystosowanie pozwala na przetrwanie w trudnych i bolesnych okolicznościach. Staje się jednak pułapką, w której zostają zamknięte pragnienia normalnego i bezpiecznego życia rodzinnego. Małżonkowie i dzieci osoby uzależ-

nionej albo rozpaczliwie próbują powstrzymać jej picie, albo rezygnują z nadziei na lepsze życie. Oznacza to często głębokie uwikłanie w chorobę alkoholową małżonka lub rodzica, które lekarze i psycholodzy nazywają współzależnieniem (współzależniona jest osoba, która pozwala na to, aby zachowanie innej osoby oddziaływało na nią ujemnie oraz która obsesyjnie stara się kontrolować zachowanie oddziałującej na nią w ten sposób osoby). Osoba współzależniona żyje w absurdalnym świecie stworzonej przez siebie iluzji i sama siebie przekonuje, że nie jest aż tak źle jak naprawdę jest. Przeżywa następujące stany emocjonalne [10,12,14]:

- Uporczywa koncentracja myśli, uczuć i postępowania wokół picia współmałżonka.
- Poczucie konieczności kontrolowania jego postępowania i odciągania od alkoholu oraz poczucie odpowiedzialności za jego niewłaściwe postępowanie po wypiciu.
- Próby ochraniać go przed konsekwencjami picia, rezygnacja z własnych potrzeb i pragnień oraz gotowość do poświęcenia siebie.
- Lęk przed porzuceniem i negowanie własnej wartości oraz obsesyjne zamartwianie się o przyszłe wydarzenia.
- Tzw. huśtawka emocjonalna (rozpacz i utrata nadziei, rozczarowania i złudzenia, naiwna wiara w przyrzeczenia poprawy i poczucie skrzywdzenia).
- Próby dominacji i przejmowanie wszystkich obowiązków związanych z domem.
- Problemy seksualne i niechęć do współżycia.
- Złość i kłótnie wybuchające z byle powodu oraz zapadanie w stany letargu, z poczuciem beznadziejności i użalaniem się nad sobą.

Dochodzi do sytuacji, w której najważniejszym spoiwem rodziny staje się alkohol, stając się niejako osią życia domowego. Wielu rodziców jest szczerze zaniepokojonych tym, co dzieje się z dziećmi wobec faktu nadmiernego picia oraz incydentów związanych z piciem alkoholu. Wielu niepijących rodziców w rodzinach z problemem alkoholowym obawia się obciążeń dziedzicznych, złego przykładu osoby pijącej czy wciągania dziecka w imprezy z alkoholem. Niektórzy rodzice są przerażeni możliwością niszczącego wpływu awantur rodzinnych lub rozbicia rodziny, inni zaś sądzą, że dzieci niczego nie dostrzegają. Część tych obaw ma realne uzasadnienie, część nie. Wbrew płytkim i powszechnym przekonaniom dzieci z rodzin alkoholików nie muszą gorzej się uczyć (często są

najlepszymi uczniami), nie muszą mieć mniejszych sukcesów zawodowych i ekonomicznych (wielu z nich naprawdę świetnie sobie radzi), nie muszą być wcale niepewne i wycofane (wielu z nich jest aktywnych i przebojowych, wcześniej wytrenowanych w zaradności i odpowiedzialności). Dzieci z rodzin o problemie alkoholowym przeżywają w zdecydowanie większej proporcji niż inne dzieci zakłócenia w poczuciu swojego bezpieczeństwa. Doświadczają więcej napięć, lęku, dezorientacji i samotności, a ten stan rzeczy sprzyja tworzeniu się obronnej postawy życiowej. Zarówno alkoholik, jak i osoba współzależniona nieświadomie poddają się władzy czegoś lub kogoś z zewnątrz. Oboje udają, że wszystko jest w porządku. Oboje nie zaspokajają potrzeb emocjonalnych swoich dzieci. Oboje nieustannie są sfrustrowani – alkoholik nie może zapanować nad piciem, osoba współzależniona nie potrafi zapanować nad alkoholem, a żadne z nich nie jest w stanie ustrzec potomstwa od skutków tego nałogu.[10,12]

Częstszymi urazami u dzieci z rodzin o problemie alkoholowym są przeżycia, którym towarzyszą piętno niepokoju, chaos i brak oparcia. Doświadczenie dziecka w rodzinie alkoholowej to doświadczenie totalnego zagubienia i chaosu. Nigdy nie wiadomo na co można liczyć, ponieważ wszystko zależy od chwilowego nastroju. Gdy coś zaboli raz mama pocałuje, innym razem skrzyczy. Niektóre obietnice są spełniane, nie wiadomo tylko które, kiedy i dlaczego. Tego rodzaju chaos sprawia, że dziecko odrywa się od rzeczywistości. Rzeczywistość staje się nieprzewidywalna - wystrasza je i odsuwa.

Wówczas dziecko ucieka w książki, muzykę, marzenia czy fantazje. Poza tym stale musi pamiętać o zachowaniu tajemnicy rodzinnej, bo przecież -o tym- się nie mówi. Dzieci w rodzinie z problemem alkoholowym często wcielają się w pewne role, które chociaż niewygodne pozwalają unikać kontaktu z bolesną rzeczywistością. Opisuje się często pięć obronnych wzorów funkcjonowania dzieci z rodzin o problemie alkoholowym [13]:

- Bohater rodzinny – czyli podpora rodziny. Pełni ją zwykle najstarsze dziecko, jego zadaniem jest dostarczanie rodzinie poczucia wartości. Stąd nie sprawia żadnych kłopotów, dobrze się uczy, wykonuje część obowiązków pijącego ojca. Jest nad wiek dorosłe oraz nadmiernie obowiązkowe i odpowiedzialne. Często zaniedbuje własne potrzeby. Dzieci te mają zwykle trudności z wypoczynkiem i odprężeniem się, czego następstwem mogą być schorzenia psychosomatyczne. W przyszłości

wybierają często zawody polegające na pomaganiu innym.

- Wspomagacz czyli dziecko przyjmujące postawę opiekuńczą wobec osoby pijącej. Jego głównym zadaniem jest chronić alkoholika przed przykrymi skutkami picia, przez co nieświadomie sprzyja rozwojowi choroby a nie otrzeźwieniu człowieka. To on wylewa alkohol do zlewu, albo przynosi go do domu, by alkoholik nie dopił się poza domem. Angażuje się w poszukiwanie powodów picia i środków, które sprawią, że alkoholik będzie pił mniej. Picie alkoholika angażuje naprawdę wiele jego energii życiowej. Gdy takie dziecko dorosnie, prawdopodobnie zostanie żoną lub mężem osoby uzależnionej.
- Kozioł ofiarny czyli na ogół dziecko nieco młodsze od bohatera. Nie jest ono w stanie z nim konkurować, czuje się odsunięte i szuka wsparcia poza domem. Stwarza kłopoty w szkole i wiele problemów wychowawczych, bardzo często popada wcześniej w konflikty z prawem, niejednokrotnie uzależnia się od alkoholu lub narkotyków. Nierzadko dzieci te są pierwszymi członkami rodziny alkoholika zgłaszającymi się po pomoc. Często zapadają na schorzenia wymagające pomocy psychiatrycznej.
- Rodzinna maskotka czyli dziecko, które jest w centrum uwagi i zainteresowania rodziny. Po to, aby przetrwać dostarcza jej tematów do zabawy oraz dba o to, aby jak najczęściej było w domu wesoło. Zawsze stara się, aby zwracano na nie uwagę. Ta cecha utrzymuje się na ogół w życiu dorosłym. Dzieci te charakteryzują się małą odpornością na stres, a stając przed trudnymi do rozwiązania problemami, nierzadko sięgają po alkohol lub narkotyki.

Zagubione dziecko jest samotne i zamknięte w sobie. Przed chaosem i awanturami w domu ucieka w świat marzeń. Niewiele wymaga od rodziny i minimalnie korzysta z jej wsparcia. Ma trudności w nawiązywaniu kontaktów z innymi ludźmi. W dorosłym życiu nie potrafi mieć satysfakcjonujących związków uczuciowych. Często popada w uzależnienie od substancji psychoaktywnych lub staje się nadmiernie otyłe.

Dla dzieci alkoholika tzw. polem bitwy bywa ich dom, w którym celem ataku są podstawowe potrzeby człowieka. Niektóre dzieci padają ofiarą nadużyć seksualnych, inne są maltretowane fizycznie, a jeszcze inne nie otrzymują ani odrobiny ciepła. Dzieci te wymagają opieki, troski i ciągłego zapewniania o miłości. W domu alkoholika często nie poświęca się

im uwagi. W niektórych wypadkach role zupełnie się zmieniają i od dziecka oczekuje się roztoczenia opieki nad ojcem lub matką. Dzieci to nie dorośli i po prostu nie są w stanie podjąć ich obowiązków. Kiedy w rodzinie zmieniają się role, dzieci przypominające dziś dorosłych jutro wyrosną na sfrustrowanych ludzi. Wyglądają i mówią jak dorośli, ale wewnątrz są małymi dziećmi, których potrzeby nigdy nie zostały zaspokojone i które ciągle mają uczucie niedosytu emocjonalnego.[9-13]

ALKOHOLIZM A PRACA ZAWODOWA

Miejsce alkoholu w społeczeństwie i nastawienie do niego znacznie się zmieniło na przestrzeni wieków. Istnieje parę przypadków, gdzie ta zmiana jest bardzo widoczna, takie jak np. nastawienie do alkoholu w miejscu pracy. Kiedyś często spotykany w miejscu pracy, obecnie alkohol coraz bardziej przesuwają się w sferę odpoczynku. Ponieważ oczekiwania co do poziomu umiejętności i profesjonalizmu na coraz bardziej skomplikowanych stanowiskach pracy są coraz większe, jest jasne, że konsumpcja alkoholu w pewnych miejscach stała się niestosowna. Wpływ skutków spożycia alkoholu na zdolność do wykonywania różnych czynności został szeroko udokumentowany. W pewnych warunkach i dla pewnych zawodów ryzyko związane z piciem alkoholu i z miejscem pracy może spowodować poważane konsekwencje i potencjalnie wpłynąć na wiele osób – nie tylko na pijącego. W przeszłości alkohol i miejsce pracy były nierozłączne. [1,14]

Na przykład w XVII wieku Angielska Marynarka Królewska wprowadziła tzw. porcję rumu i galon piwa dziennie dla marynarza, a przed bitwą porcja rumu była podwajana. Dienne porcje produktów, które otrzymywali pracownicy browarów i gorzelni nie tylko były zwyczajem, ale oczekiwanym profitem związanym z pracą.

W Afryce Południowej w okolicach Zachodniego Przylądka praktyki płacenia winem za pracę datują się na początek XVII wieku. W ciągu dnia pracy pracownicy farm i winnic w regularnych odstępach czasu otrzymywali porcję wina, często zamiast zapłaty, zwłaszcza od pracodawcy, któremu brakowało gotówki, albo nie chciał udostępnić pieniędzy pracownikom. Takie praktyki stały się symbolem ucisku i stworzyły warstwę biednych i uzależnionych od alkoholu pracowników.

Na przełomie XVIII i XIX wieku rewolucja przemysłowa zapoczątkowała przeniesienie pracy ze środowi-

ska domowego do specjalnie zaprojektowanych pomieszczeń, co stworzyło wyraźny podział pomiędzy pracą a życiem prywatnym.

W coraz większym stopniu alkohol stał się częścią czasu prywatnego, często kojarzył się z zakończeniem pracy i rozpoczęciem czasu wolnego. Sam charakter miejsc pracy się zmienił. Uważa się, że wprowadzenie maszyn zwiększa zagrożenie, a w kombinacji z alkoholem stanowi mieszankę zwiększającą ryzyko zagrożeń i urazów.

W połowie XX wieku następowały kolejne zmiany w stosunku do alkoholu w miejscach pracy. Uznanie uzależnienia od alkoholu raczej za chorobę niż za słabość moralną lub religijną, zmieniło poglądy nie tylko na temat picia w pracy, ale również na temat różnych możliwości reagowania na to. Działania ofiarujące pomoc ludziom uzależnionym lub nadużywającym alkoholu, powstały w Stanach Zjednoczonych. Ponadto zwiększona prawna odpowiedzialność pracodawców za kondycję i bezpieczeństwo pracowników w wielu państwach spowodowała zmianę sposobu postrzegania alkoholu w miejscu pracy.

Ostatnia zmiana polityki odnośnie alkoholu w miejscu pracy jest rezultatem rozprzestrzeniającej się koncepcji szeroko rozumianej odpowiedzialności firm za społeczeństwo w różnych aspektach, począwszy od dbałości o środowisko naturalne, po tworzenie programów na rzecz pracowników i ich rodzin. Podjęto pewne działania, które mają na celu zapobieganie powstawaniu krzywd na skutek spożycia alkoholu w miejscu pracy. Są to m.in. ograniczenie dostępu do alkoholu, programy edukacyjne o alkoholu i o nadużywaniu alkoholu, indywidualne traktowanie pracowników z problemem alkoholowym, programy wsparcia dla pracowników, jak również wczesne identyfikowanie pracowników z problemem alkoholowym. Jakkolwiek większość działań prewencyjnych została skierowana na pracowników z problemem alkoholowym, zagadnienie relacji alkoholu a miejsca pracy jest dużo szersze. Alkohol może zmniejszyć wydajność pracy i szybkość reakcji, w niektórych przypadkach znacznie zwiększa ryzyko spowodowania krzywdy sobie i innym. [9, 10, 12,15,16,17]

Według raportu Międzynarodowej Organizacji Pracy „tylko ze względu na swoją liczbę (wysoką) ci co piją umiarkowanie lub okazjonalnie powodują największy odsetek problemów związanych z alkoholem w miejscu pracy” [16].

Żadna branża nie jest wolna od spraw związanych z alkoholem w miejscu pracy. Potencjalnie zagrożenie dotyczy zarówno pracowników budowlanych, kierow-

ców autobusów, jak i lekarzy czy prawników. Przypisać jednak należy, że niektóre miejsca pracy są, ze względu na swój charakter, bardziej niebezpieczne niż inne i tam częściej zdarzają się wypadki. Problemy te nie zawsze mają bezpośredni związek ze spożyciem alkoholu, ale mogą powstać z uwagi na to, że pracownicy przychodzą do pracy pod wpływem alkoholu lub na kacu, włączając w to absencję, gorsze wykonywanie obowiązków, spóźnienia oraz spadek produkcji.

W krajach rozwiniętych prawie we wszystkich branżach istnieje formalna lub nieformalna polityka dotycząca alkoholu w miejscu pracy. Wchodzą w to między innymi bardzo konkretne regulacje dotyczące konsumpcji alkoholu, regulacje zachowań po spożyciu alkoholu oraz wytyczne odnośnie rozpoznania sytuacji w których należy lub nie należy interweniować. Normy dotyczące spożycia alkoholu w miejscu pracy wskazują co jest, a co nie jest do przyjęcia.

Stopień przyzwalania, jak również stopień aprobaty lub dezaprobaty w odniesieniu do konsumpcji alkoholu w miejscu pracy, czy to wśród kadry kierowniczej czy to wśród innych pracowników, definiuje kulturę spożycia alkoholu i wytycza sposób zachowań. Normy spożycia alkoholu w poszczególnych miejscach pracy wskazują pracownikom do jakiego stopnia istniejące regulacje będą przestrzegane i jakie mogą być skutki ich łamania i jest to zgodne z Ustawą z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (z późniejszymi zmianami) – art.14, 16, 17, 43, 44, 47 [9,10,18,19].

PRZESTĘPSTWA POPEŁNIANE POD WPŁYWEM ALKOHOLU

Co roku Wydział ds. Patologii Społecznej Biura Służby Prewencyjnej Komendy Głównej Policji analizuje charakter i dynamikę przestępstw popełnianych pod wpływem alkoholu i w związku z alkoholem. Istnieje prawdopodobieństwo, że spożycie alkoholu stanie się jedną z przyczyn, być może główną, dla której przestępstwo zostanie popełnione. Alkohol może zadziałać dwojako - albo bezpośrednio, albo pośrednio. Pierwsza możliwość to popełnienie przestępstwa pod wpływem alkoholu, druga - kiedy mamy do czynienia osobą zdegenerowaną i zdemoralizowaną przez alkohol [20].

Prawdziwą plagą na polskich drogach są pijani kierowcy. Pomimo grożących konsekwencji nadal wiele osób siada za kierownicą, będąc pod wpływem alko-

holu. Media prowadzą kampanie mające na celu uświadamiać społeczeństwo i zapobiegać pladze nietrzeźwości na drogach. Nikt nie wspomina o pijanych pieszych, a to właśnie ich najczęściej potracają samochody. Osoba nietrzeźwa, zataczając się, najczęściej sama wchodzi pod koła samochodu. Poniżej policyjne statystyki wypadków drogowych spowodowanych przez nietrzeźwych kierowców oraz odebrane prawa jazdy za jazdę pod wpływem alkoholu w roku 2002:

- Wypadki z winy nietrzeźwego kierującego: 4056
- Wypadki z winy nietrzeźwego pieszego: 2009
- Ranni z udziałem nietrzeźwych kierowców: 5634
- Zabici w wypadkach spowodowanych przez pijanych kierowców: 479
- Wypadki z udziałem nietrzeźwych: 6230
- Zabici z udziałem osób nietrzeźwych: 1175
- Ujawnione przypadki jazdy pod wpływem alkoholu: 145431
- Liczba odebranych praw jazdy za jazdę pod wpływem alkoholu: 59635 [13].

Jedną z form działalności profilaktycznej są spotkania policjantów z młodzieżą szkolną, podczas których omawiane są konsekwencje prawne oraz inne negatywne skutki spożywania napojów alkoholowych. Organizowane są również akcje, imprezy i festyny promujące życie bez alkoholu, na przykład pod nazwą: Pasażer, Rezerwa czy Nietrzeźwy nieletni. Terenowe jednostki policji włączają się w realizację programów profilaktycznych, na przykład: Alkohol kradnie wolność czy Stop patologiom. Wszelkie materiały edukacyjno-informacyjne otrzymują w ramach współpracy międzyinstytucjonalnej.

Upojony alkoholem człowiek staje się często potencjalną ofiarą przestępstwa. Zdarza się, że takie osoby prowokują zachowania agresywne, ale stają się również łatwym łupem dla oprawców. Człowiek pod wpływem alkoholu jest odważniejszy, może być agresywny i to może prowokować do bójek. Alkohol spowalnia reakcję, ogranicza zdolność racjonalnego oceny sytuacji, co może spowodować na osobę nietrzeźwą nieszczęście.

Ofiarom pobić pobiera się krew do badania, po to aby sprawdzić zawartość alkoholu we krwi. Wyniki tych badań często zmieniają sposób patrzenia na wydarzenie [20,21].

PIŚMIENNICTWO

1. Lindenmeyer J. Alkoholabhängigkeit. Göttingen; Hogrefe, 2005.
2. Lindenmeyer J. Ile możesz wypić. Gdańsk; Wydawnictwo GWP, 2007.
3. Castonguay LG, Beutler LE. Principles of therapeutic change that work. Oxford; Oxford University Press, 2005.
4. Chodkiewicz J. Zapobieganie nawrotom w chorobie alkoholowej - przegląd piśmiennictwa. *Psychiatria* 2006; 3:105-112.
5. Cierpiałkowska L. Alkoholizm. Przyczyny – leczenie – profilaktyka. Poznań; Wydawnictwo Naukowe UAM, 2000.
6. Cierpiałkowska L, Ziarko M. Psychologia uzależnień: alkoholizm. Warszawa; Wydawnictwo Szkolne i Profesjonalne, 2010.
7. Miller WR, Rollnik S. Motivational interviewing. New York; Guilford Press, 2013.
8. Błachut J, Gaberze A, Krajewski K. Kryminologia. Warszawa; Wydawnictwo Arche 2007.
9. Zieliński A. Ewolucja wzorów używania alkoholu wśród dorastającej młodzieży
10. w Polsce w XX wieku. Warszawa; Wydawnictwo Edukacyjne PARPA, 2006.
11. Mikuła J. Gdy picie staje się problemem. Warszawa; Wydawnictwo Edukacyjne Państwowej
12. Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, 2006.
13. Klimat C. Dzieci nocy. Dyskoteki, ecstasy i alkohol. Nowe rodzaje samotności
14. czy ciemność wymagająca rozjaśnienia?, Jedność, Kielce 2003
15. Mikuła J. Konsekwencje związku z osobą uzależnioną od alkoholu, współuzależnienie, Wydawnictwo Edukacyjne PARPA, Warszawa 2006
16. Grzegorzewska I. Dorastanie w rodzinach z problemem alkoholowym. Warszawa; Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2011.
17. Kalat JW. Biologiczne podstawy psychologii. Warszawa; Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006.
18. Raport ICAP (Międzynarodowe Centrum Polityki Alkoholowej) Lipiec 2003
20. Dąbrowska K, Fudała J. Profilaktyka oraz regulacje prawne, dotyczące
21. problemów alkoholowych w miejscu pracy. Warszawa; Wydawnictwo Edukacyjne PARPA Media, 2010.
22. Osiatyński W. Alkoholizm. I grzech i choroba, i.... Warszawa; Wydawnictwo Iskry, 2009.
23. Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (z późniejszymi zmianami), Dz. Ustaw z 2006 roku poz. nr 170, 171 i 220
24. Allsop S, Saunders B. Nawroty i problemy związane z nadużywaniem alkoholu W: Gossop M (red.) Nawroty w uzależnieniach. Warszawa; Wydawnictwo Edukacyjne PARPA Media 2007:15-39.
25. Dane Komendy Głównej Policji (<http://www.statystyka.policja.pl/st/raporty/roczneraporty-statyst>), Warszawa 2011
26. MON, Alkohol świadome ryzyko - uzupełnienie programu „KOREKTA”. Warszawa;2005.