



# D

## Dzieciństwo bez przemocy

W poniższym tekście wyjaśnimy dlaczego tak kluczowe jest zapewnienie dzieciństwa bez przemocy.

Osobowość jest wynikiem interakcji między biologicznymi cechami organizmu, a środowiskiem, wydarzeniami i normami społecznymi otaczającymi człowieka. Kształtuje się ona przez całe życie, ale najbardziej intensywnie rozwija się od wczesnego dzieciństwa, aż po adolescencję, która w dzisiejszych czasach może trwać nawet do 20 roku życia.<sup>[1][2]</sup> Przez ten czas dziecko przechodzi przez kilka etapów/kryzysów rozwojowych, które są uniwersalne dla wszystkich ludzi. Każde stadium musi zostać rozwiązane w sposób adaptacyjny, by móc przejść do kolejnego etapu, a w konsekwencji zbudować spójną dojrzałą osobowość.<sup>[3][4]</sup>

Jednym z czynników mających kluczowy wpływ na proces kształtowania się osobowości są *ACE's* – *adverse childhood experiences*. W tłumaczeniu na polski są to negatywne/traumatyczne doświadczenia z dzieciństwa, czyli z okresu sprzed 18. roku życia. Zasadniczo obejmują 10 różnych zakresów: przemoc fizyczną, emocjonalną i seksualną, zaniedbanie fizyczne i emocjonalne, separację rodziców, przemoc domową, choroby psychiczne rodziców, nadużywanie substancji przez rodziców lub posiadanie rodzica osadzonego w więzieniu. Osoby, które w dzieciństwie doświadczyły czterech lub więcej ACE, mają większe ryzyko rozwoju poważnych objawów zdrowia psychicznego w późniejszym życiu, w tym zespołu stresu pourazowego (PTSD), depresji wraz z podejmowaniem licznych prób samobójczych, skłonności do samookaleczeń czy problematycznego używania alkoholu i narkotyków. Istnieją pewne różnice w zakresie diagnozowanych problemów w zależności od płci: dziewczęta częściej cierpią z powodu zaburzeń lękowych i depresyjnych, PTSD lub współwystępowania wielu problemów, podczas gdy u chłopców częściej stwierdza się zachowania agresywne i przestępcze czy nadużywanie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych. Co ciekawe, niektóre badania obserwują korelację między doświadczaniem ACE w dzieciństwie, a późniejszym nasileniem objawów ADHD (zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi). Jest to szczególnie widoczne w przypadku osób z liczbą ACE równą 3 lub więcej. Jednocześnie, wzrost liczby ACE o 1 wiąże się z ponad 20-procentowym wzrostem ryzyka ADHD. Dodatkowo, doświadczanie silnego stresu w postaci przemocy, zarówno pośredniej jak i bezpośredniej, przekłada się także na podwyższone ryzyko wykształcenia u małego dziecka zaburzenia osobowości.<sup>[5][6][7]</sup>

## Dzieciństwo bez przemocy

Wyniki większości badań empirycznych wykazują, że istnieje ścisły związek między traumą wczesnodziecięcą, a objawami osobowości borderline. Czynniki ryzyka, które wyróżniają osoby z tym zaburzeniem to m. in.: doświadczenie przemocy fizycznej oraz seksualnej, bycie świadkiem przemocy w rodzinie oraz nadużywanie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych przez rodziców. Szczególnie silny związek obserwuje się między molestowaniem seksualnym w dzieciństwie, a zaburzeniem osobowości z pogranicza. Dziecko z takim bagażem doświadczeń, jest obarczone wyższym ryzykiem zachowań parasamobójczych oraz ma nikłe szanse na zbudowanie satysfakcjonującego związku w przyszłości.<sup>[8]</sup>

Ponadto, doświadczenie z grupy ACE może grozić rozwinięciem antyspołecznego zaburzenia osobowości. W momencie, gdy rodzice wykorzystują agresję do rozwiązywania swoich problemów i regulacji emocji, dziecko poprzez obserwację buduje nieadaptacyjne schematy. Następnie wynosi negatywne wzorce z domu do szkoły i swojego najbliższego otoczenia. Jednocześnie nie okazuje zrozumienia i współczucia, ponieważ nie zostało nauczone tego w domu. Początkowo dziecko wychodzi z przemocą na zewnątrz, może stosować agresję wobec swoich kolegów, lecz z czasem może dojść do stopniowej eskalacji i dziecko zacznie być agresywne w stosunku do nieznajomych na ulicy. Z czasem stosowanie przemocy, by osiągnąć swój cel stanie się dla niego „normalne”, a małe dziecko przestanie przestrzegać ogólnie przyjętych norm społecznych.<sup>[9][10]</sup>

Niektóre z badań wykazują także istnienie powiązań między doświadczeniem ACE, a narcystycznym zaburzeniem osobowości. Tutaj kluczową rolę odgrywają przemoc emocjonalna lub zaniedbanie w dzieciństwie.<sup>[7]</sup> Pogardliwy stosunek rodzica do dziecka uniemożliwia wykształcenie w sposób poprawny poczucia własnej wartości u podopiecznego. W obliczu doświadczania przemocy psychicznej dziecko jest bezsilne, więc sięga po mechanizmy obronne, utożsamiając się ze swoim „ja idealne” – wyobrażoną, idealną wersją siebie.

**TIP:** Podczas ubiegłorocznej kampanii „Dzieciństwo bez Przemocy” były zrealizowane liczne warsztaty, podczas których prowadzący przekazywali kompleksową wiedzę dotyczącą wpływu przemocy na rozwój dziecka. Jeden z webinarów został nagrany i udostępniony na stronie Centrum Wiedzy NFZ.

