

RECENZE

Dospělé děti alkoholiků

Janet Geringer Woititz

WOITITZ, Janet Geringer. *Dospělé děti alkoholiků. Překročte bludný kruh minulosti*. Přeložil J. Martínek. Praha: Portál, 2021. 200 s. ISBN 978-80-262-1713-8.

Tomáš Jandáč

e-mail | tomas.jandac@f1.cuni.cz

Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze.

Mgr. Tomáš Jandáč je adiktologem v Ambulanci dětské a dorostové adiktologie Kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze a postgraduálním studentem programu adiktologie.

Na následujících řádcích bych vám chtěl představit knihu, která i přes nedávné vydání není českému čtenáři neznámá. Jedná se totiž o vydání druhé s tím, že se odehrálo u jiného nakladatele a po dlouhých 23 letech. To je také doba, kdy se obměnila celá generace odborné veřejnosti, a proto není na škodu knihu představit. Jedná se o titul *Dospělé děti alkoholiků* americké autorky Janet Geringer Woititz, která své dílo sepsala bezmála před 40 lety v roce 1983. Pro milovníky historie adiktologie není tedy bez zajímavosti uvědomit si souvislosti a srovnání s díly, které v podobné době vycházely v ČSSR. Mám konkrétně na mysli *Až na dno?! doc. Skály* nebo *Zneužívání alkoholu a drog u mládeže* prof. Mečíře. Přestože je kniha *Dospělé děti alkoholiků* v některých ohledech stejně jako jmenované československé knihy poplatná době a kultuře vzniku, na rozdíl od nich si uchovává a přináší aktuálnost také v dnešních dnech.

Janet Geringer Woititz se narodila v roce 1938 a zemřela v polovině 90. let. Povoláním byla psycholožka a výzkumnice, která se již ve své dizertační práci zabývala osobnostmi dětí, jež vyrůstaly s rodiči potýkajícími se se závislostí na alkoholu. Někdy je považována za zakladatelku svépomocné organizace vycházející z principů Anonymních alkoholiků, tedy organizace *Dospělé děti alkoholiků*, ale přestože byla velkou podporovatelkou tohoto hnutí, zakladatelkou ve skutečnosti nebyla. Skutečnost, že autorka znala velmi podrobně svět svépomocných skupin, se také odráží v celkovém podání a vyznění knihy, která pro mě byla reminiscencí na texty *Velké knihy Anonymních alkoholiků*, *Dvanáct kroků a dvanáct tradic*, *Jak to vidí Bill*, apod. Z tohoto důvodu vidím smysl a účel knihy



zejména jako doprovodný a svépomocný nástroj adiktologické terapie některých našich klientů a pacientů. Pro odbornou veřejnost může kniha posloužit jako možnost nahlédnutí charakteristik osobností dětí vyrůstajících s problémovými rodiči, ale hlavní těžiště vnímám v pomoci čtením samotnými pacienty, pro které se může stát text vstupem do svépomocných skupin nebo posunem v jejich terapii. Kniha není svým rozsahem velká (necelých 200 stran). Na rozdíl od prvního vydání má poměrně vkusnou obálku a brožované vydání, které nezatíží kabelku či tašku na cestách, takže si ji čtenář může louskat i při cestách hromadnou dopravou a opakovaně se vracet k pasážím, které ho zaujaly. Ke čtení za každé situace i v nepříznivých psychických rozpoloženích dopomáhá i jazyk knihy, jenž není příliš odborný, ale naopak velmi čtivý. Nás jako odborníky může zneklidňovat jistá návodnost textu. Tu připisuji jisté poradenské funkci knihy, která mi také dala vzpomenout na díla Anonymních alkoholiků. Jako velmi přínosné pro odbornou veřejnost pokládám předložení charakteristik dětí pocházejících z nefunkčních rodin (tedy nejen z rodin alkoholiků, ale i z rodin s jinými disfunkcemi). Autorka tyto charakteristiky předkládá na základě svých dlouholetých výzkumů a dle mé vlastní praxe se s autorkou v mnohém ztotožňuji. Těmto charakteristikám se věnuje první polovina knihy a již názvy kapitol jsou dostatečně výmluvné – 1. Dospělé děti alkoholiků si nejsou jisty tím, jaké chování je normální, 2. (...) mají těžkosti při dotahování úkolů do konce, 3. (...) lžou v situacích, kdy by bylo stejně snadné říci pravdu, 4. (...) posuzují samy sebe bez slitování, 5. (...) mají problém se bavit, 6. (...) berou samy sebe velice vážně, 7. (...) mají problém s důvěrnými vztahy, 8. (...) reagují nepřiměřeně na změny, které nemohou ovlivnit, 9. (...) neustále vyhledávají pochvalu a ujištění, 10. (...) obvykle cítí, že jsou jiné než ostatní lidé, 11. (...) jsou buď mimořádně odpovědné, nebo mimořádně nezodpovědné, 12. (...) jsou extrémně loajální, a to i tehdy, když vidí, že jejich loajalita je nezasloužená, 13. (...) jsou impulzivní.

Jak jsem již předestřel, druhá část je spíše návodná a dle popsaných charakteristik autorka navrhuje řešení a nápravu. Tato část se z mého pohledu blíží mnohé jiné seberozejívací literatuře, ale jistě některým pacientům a klientům může přinést mnohé užitečné. Zvláště když kniha bude využívána jako součást terapie k indikovaným potížím za předpokladu, že paralelně bude probíhat terapie s odborníkem. Také může posloužit jako vstup do svépomocných skupin, jako jsou Dospělé děti alkoholiků nebo Al-Anon, které oproti dobám prvního vydání skutečně minimálně v hlavním městě existují a mají svá pravidelná setkání. Na závěr knihy přidala autorka kapitolu určenou rodičům-alkoholikům, kteří se chtějí vystříhat tomu, aby vchovali charakteristické dospělé dítě alkoholiků.

Poselství knihy tedy bude zřejmě zejména pro některé naše pacienty a klienty, kterým může odpovědět na některé jejich otázky, zrcadlit některé jejich pocity a těžkosti, zároveň jim může dodat naděje a vědomí, že ve svých vnitřních stavech nejsou sami. Jazykem účinných faktorů kniha může přinášet naději, podání informací, univerzality, katarzi. Nám, pracujícím s těmito lidmi, může napomoci k nahlédnutí do osobností a podat nám to stručným a čtivým jazykem. Zároveň nás může oddálit od mýtu, jenž se snad objevuje již jen sporadicky, a to – uzdraví-li se alkoholik, uzdraví se zázračně celá rodina. Pokud bude kniha tyto funkce plnit, není to vůbec málo a má zasloužené místo v edičním plánu nakladatelství Portál.