

Czasem związek mężczyzny i kobiety istnieje, ponieważ partnerzy wybierają wygodę i stabilizację odnalezioną w wypełnianiu wyznaczonych sobie nawzajem ról. Wspólne życie ogranicza się wówczas do wykonywania obowiązków i sprawowania kontroli nad organizacją rodziny. Przystosowanie się do takiego stylu bycia ze sobą, gdzie nie ma miejsca na własne potrzeby, a od własnych uczuć trzeba się odciąć, nazywane jest współzależnością. Taki związek staje się nudny, ponieważ nie ma w nim miejsca na realizację marzeń i wspieranie się partnerów we wzajemnym rozwoju.

W takim związku była Jolanta kiedy zgłosiła się na terapię. W jej małżeństwie nie było radości, chęć do zbliżeń już dawno zanikła, a lęk, ból i cierpienie to jedyne co czuła. Pierwszy raz pozwoliła sobie odczuć gniew kiedy Marian został zaarrestowany za jazdę samochodem pod wpływem alkoholu. Na wiadomość o aresztowaniu straciła przytomność w pracy skąd pogotowie zabrało ją do szpitala. Szczęśliwie trafiła na lekarza, który rozpoznał, że jej zaburzenia pracy serca miały podłoże emocjonalne i skierował ją na terapię. Jolanta obsesyjnie starała się ratować Mariana latami zaniedbując siebie.

Wyszła za mąż w wieku 21 lat. Choć była zbyt młoda, żeby wiedzieć czego powinna oczekiwać od mężczyzny, w małżeństwie szukała ucieczki z domu rodzinnego. Jej rodzice żyli w przekonaniu, że rolą mężczyzny jest pracować na rodzinę, a rolą kobiety jest wychowywać dzieci i dbać o dom. Ojciec Jolanty rzadko bywał w domu, wolał alkohol i rozrywki. Matka Jolanty przyzwyczaiła się do ciągłych wymagań, krytyki i awantur wywoływanych przez męża. Strach i chłód kojarzył się Jolancie z rodzinnym domem.

Przyrzekła sobie, że jej własna rodzina będzie inna. Kiedy poznała Mariana nie miała wątpliwości, że jego spokój, skromność i opanowanie zapewnią jej bezpieczeństwo. Szybko wzięli ślub i w ciągu pięciu lat urodziło im się dwoje dzieci. Wszystko wskazywało na to, że jej pragnienie się spełniło. Miała rodzinę, nie zastanawiała się nad tym czy miała miłość. Była zbyt zajęta. Im bardziej pochłaniała ją wychowywanie dzieci i organizowanie życia domowego tym bardziej Marian angażował się w pracę zawodową. Kiedy urodziło się trzecie dziecko podjęli decyzję wyjazdu do Stanów. Marian wyjechał pierwszy, po czterech latach dołączyła Jolanta z dziećmi.

Jolanta odczuła rozłąkę bardziej dotkliwie niż Marian. Stęskniona, zmęczona rolą samotnej żony i matki, wyobrażała sobie że mąż czuje tak samo. Była zaskoczona chłodnym przywitaniem męża ale starała się zrozumieć jego „nowy styl życia”. Mariana późne powroty do domu tłumaczyła koniecznością pracy, a weekendy spędzane przy alkoholu potrzebą

zrelaksowania się. Chciała wierzyć, że alkohol pomagał Marianowi pokonać tęsknotą za rodziną. Wkrótce okazało się, że Marian nie ma oszczędności i zalega z płatnościami za wynajem mieszkania. Jolanta czuła się coraz bardziej samotna i zagubiona, zwłaszcza że każda próba rozmowy kończyła się awanturą, którą Marian coraz częściej przerywał gwałtownym wyjściem z domu. Czasem wracał po kilku dniach, nie próbując niczego wyjaśniać.

Przyjęcie posady sprzątaczkii hotelowej dało Jolancie chwilową ulgę finansową. Jednak zachowania Mariana przerażały ją coraz bardziej. Wiedziała, że lubi alkohol ale nie myślała, że picie kiedykolwiek stanie się ważniejsze od rodziny. Nie mogła uwierzyć, że to ten sam mężczyzna którego poślubiła. Niechęć do rozmowy tłumaczyła małomówną naturą męża, myślała że dużo wyrzeczeń kosztował go pobyt z dala od rodziny i teraz musi odreagować napięcie. Opuszczanie dni pracy spowodowane chorowaniem po dniach picia usprawiedliwiała brakiem urlopu. Ukrywała przed znajomymi i rodziną dramat, którego świadkiem były tylko dzieci.

Cierpiała w milczeniu uważając, że jej rolą jest dźwigać obowiązki rodzinne za dwoje. Tak bardzo próbowała przystosować się do nowej sytuacji, że zapomniała o własnych potrzebach. Jedyną ulgą były chwile kiedy Marian trzeźwiał. Wtedy jej potrzebował, obiecywał, że to był ostatni raz. A ona wierzyła, choć przerwy w picu były coraz krótsze. Nie miała ani emocjonalnej ani finansowej stabilizacji. Nawet nie zdawała sobie sprawy kiedy ją straciła, nie miała jej przecież nawet we własnym domu. „Uzależniła” się od dbania o męża - zaniedbując siebie.

Aby nie czuć wewnętrznego chaosu, zabiegała o ład w domu. Chciała być doskonała we wszystkim co robi, aby nie czuć jak bardzo jej życie było niedoskonałe. Myślała, że im więcej będzie rozumieć i kochać, tym bardziej Marian ją zauważy i doceni. Myślała, że jej dbałość i miłość uratują go przed nim samym. Pomyliła miłość z uzależnieniem od drugiego człowieka.

Terapia uwolniła Jolantę od brania odpowiedzialności za jakość życia jej męża i nauczyła ją nazywania własnych uczuć i rozpoznawania własnych potrzeb. Najtrudniej było jej zrozumieć, że dbając o Mariana przeszkadzała mu w nauczaniu się jak zadbać o siebie samemu. Jolanta musiała nauczyć się odróżniać rolę kobiety od roli matki i kochać mężczyznę miłością kobiety, a nie matki.

Małgorzata Żolek

*Zarówno imiona osób jak i przedstawione w tej rubryce historie zostały zmienione tak aby ochronić prywatność ich bohaterów. Na każdą z opowieści złożyło się wiele przypadków, zaczerpniętych z lat pracy klinicznej.

Artykuł opublikowany 16 lipca, 2011 r. w tygodniku Kurier Plus na stronie 13.

