

## Recenzje

Bohdan Dudek

„Zaburzenie po stresie traumatycznym”

Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2003, ss. 197

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne wydało nową pracę *Zaburzenie po stresie traumatycznym* autorstwa Bohdana Dudka. Jest to obszerna monografia na temat specyficznego stresu, występującego w wyniku doświadczeń o ekstremalnej sile. Termin „zaburzenie po stresie traumatycznym” (*post-traumatic stress disorder* – PTSD) dotyczy przede wszystkim psychologicznych następstw kataklizmów, katastrof i wypadków. Zaburzenie to kojarzy się z wojennymi przeżyciami urazowymi z okresu II wojny światowej, m.in. u ofiar obozów koncentracyjnych i holocaustu, czy też przeżyciami weteranów wojny wietnamskiej. Ważność problemu w przeszłości i obecnie nie budzi wątpliwości. Zaburzenie po stresie traumatycznym należy do grupy zaburzeń egzogennych. Jest to więc ciekawe i ważne zagadnienie również ze względu na to, że dotyczy osób wcześniej zdrowych psychicznie.

Dotychczas wiedzę dotyczącą zespołu stresu pourazowego polski czytelnik mógł czerpać z podręczników psychopatologii zawierających skrótową charakterystykę tego zaburzenia. W polskich publikacjach tematyka ta była poruszana sporadycznie. Jedyną wcześniej wydaną monografią na ten temat jest praca Marii Lis-Turlejskiej z 1998 roku pt. *Traumatyczny stres. Koncepcje i badania* (Warszawa, Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN). Praca ta mieści się w nurcie badań dotyczących następstw uwięzienia w obozie koncentracyjnym. Zawarte w niej ogólne informacje teoretyczne o zaburzeniu przedstawione są w sposób skrótowy.

Książka Bohdana Dudka jest systematycznie prowadzonym wykładem na temat następstw stresu traumatycznego, który daje czytelnikowi pełny, wnikliwy obraz omawianego zaburzenia. Praca ta została wydana w serii *Psychologia Kliniczna*. Zawiera wszystkie niezbędne treści potrzebne dla zrozumienia klinicznego zagadnienia z zakresu psychopatologii.

W pierwszej części pracy znajdujemy kwestie definicyjne, koncepcje teoretyczne wyjaśniające powstawanie zaburzenia, metody badawcze i przegląd światowych badań, a także informacje o terapii i profilaktyce. W drugiej części autor przedstawia badania własne, które stanowią ważną część omawianego opracowania.

Praca Bohdana Dudka dotyczy innego obszaru występowania zaburzenia po stresie traumatycznym niż wspomniana wcześniej publikacja M. Lis-Turlejskiej. Autor badał pracowników policji jako grupę zawodową szczególnie predysponowaną do tego zaburzenia. Znajduje to oczywiście odzwierciedlenie w części pracy zawierającej opis badań własnych. Tendencja do akcentowania stresu traumatycznego w sytuacjach zawodowych pojawia się w różnych częściach książki. Jednak ogólnych, uniwersalnych treści na temat stresu pourazowego jest w tym opracowaniu tak dużo, że owo sprofilowanie nie jest ograniczaniem problematyki.

Podejście do stresu pourazowego zmieniało się na przestrzeni lat. Autor sukcesywnie, w logiczny sposób wprowadza nas w meandry zmieniających się ustaleń definicyjnych, dzięki czemu czytelnik coraz lepiej rozumie istotę omawianego zaburzenia. Po zapoznaniu się z obrazem klinicznym i fazami jego rozwoju, ostatecznie przekonujemy się, jak interesująca jest to problematyka, a przed nami jeszcze cała książka.

Autor wyjaśnia także zagadnienia teoretyczne związane z zaburzeniem po stresie traumatycznym. Najpierw zajmuje się przyczynami rozwoju zaburzenia. Przedstawia uwarunkowania biologiczne i mechanizmy psychologiczne. Nawet czytelnik nieobeznany ze skomplikowanymi mechanizmami neurohormonalnymi leżącymi u podstaw stresu rozumie je bez większego wysiłku. Natomiast psychologiczne mechanizmy powstawania PTSD poznajemy w oparciu o teorię psychoanalityczną, teorię uczenia się i teorię poznawczą. Następnie są przedstawione czynniki determinujące rozwój zaburzenia, uporządkowane według okresu ich zadziałania, czyli w fazie przedtraumatycznej, traumatycznej i posttraumatycznej.

W ten sposób płynnie przechodzimy od przyczyn do skutków. Opisywane skutki stresu traumatycznego są zwykle negatywne, rzadziej pozytywne, tj. kończące się wyzdrowieniem. Autor rozpatruje je w wymiarze fizjologicznym, psychologicznym i społecznym. Dowiadujemy się, jakim zmianom ulegają procesy fizjologiczne, procesy umysłowe, takie jak: koncentracja uwagi, pamięć i procesy uczenia się. Jednak podkreślany jest zwłaszcza kontekst społeczny, w jakim znalazł się człowiek po przeżyciu stresu traumatycznego. Poznajemy znaczenie wsparcia społecznego. W całości pracy autor przytacza rezultaty wielu wcześniejszych badań, dokonuje ich analizy metodologicznej i próby wyjaśnienia sprzecznych wyników.

Dla dopełnienia ogólnych rozważań na temat PTSD, w omawianej publikacji znajdujemy treści dotyczące nie tylko teorii, lecz również praktyki klinicznej. Rozdział odnoszący się do zapobiegania rozwojowi PTSD zawiera dwa modele oddziaływań profilaktycznych. Pierwszy z nich przeznaczony jest dla służb ratowniczych. Drugi model, bardziej uniwersalny, może być stosowany w środowisku osób mniej narażonych na zdarzenia traumatyczne. Na uwagę zasługuje również rozdział na temat terapii osób z zaburzeniem po stresie traumatycznym, napisany przez Dorotę Merecz. Autorka przedstawia ogólne zasady terapii zaburzenia po stresie traumatycznym, a także metody i konkretne techniki terapii. Jest to unikalne opracowanie tego tematu w polskim piśmiennictwie specjalistycznym.

Tak więc pierwsza część książki ma charakter teoretyczny. Podstawowe zagadnienia związane z zaburzeniem po stresie traumatycznym przedstawione są klarownie, z imponującą logiką wywodu. Autor pokazuje całą złożoność zjawiska, wypowiadając się w sposób przystępny, lecz bez uproszczeń. Przyjemnie i bez wysiłku nabywamy specjalistyczną wiedzę. W drugiej części książki znajdujemy omówienie badań własnych, dotyczących czynników ryzyka rozwoju PTSD, stopnia nasilenia objawów oraz skutków tego zaburzenia dla funkcjonowania zawodowego. Badania te są osadzone w modelu patogenetycznym ukierunkowanym na poszukiwanie psychologicznych uwarunkowań zaburzeń. Jednak w części pracy omawiającej wyniki badań określony poziom czynników ryzyka traktuje się jako wskaźnik „odporności” na zaburzenia. Widać

## RECENZJE

to wyraźnie w odniesieniu do „poczucia koherencji”, które jest przecież centralną kategorią paradygmatu salutogenetycznego, poszukującego psychospołecznych uwarunkowań zdrowia.

Badania opierają się na złożonym, jasno opisanym modelu badawczym. Badany jest zbiór zmiennych, na który składają się: neurotyczność i ekstrawersja, sposoby radzenia sobie ze stresem, poczucie stresu zawodowego, zaburzenie po stresie urazowym, wsparcie społeczne i postawa wobec ujawniania uczuć. W przeprowadzonych badaniach poddano weryfikacji nowe czynniki ryzyka PTSD o charakterze osobowym (nie uwzględniane we wcześniejszych badaniach), takie jak: temperament, poczucie własnej skuteczności i – wspomniane wcześniej – poczucie koherencji. Wymienione zmienne badane są w różnorodnych zależnościach. Proponowany model badawczy traktuje PTSD jako skutek działania powyżej wymienionych zmiennych, a także jako przyczynę zmiany sposobu i / lub poziomu funkcjonowania zawodowego uczestników tych zdarzeń. Tak więc badane są zmiany sposobu spostrzegania pracy i różnych jej elementów, zmiany dotyczące zadowolenia z pracy, motywacji do jej wykonywania i gotowości do zmiany pracy.

Badania zostały przeprowadzone w grupie badawczej pracowników policji, gdyż ta grupa zawodowa jest szczególnie narażona na zdarzenia traumatyczne. Od pierwszych stron książki towarzyszyła mi pewna refleksja. Policjanci są z pewnością szczególnie narażeni na stres traumatyczny, jednak podejmując tę rolę zawodową, przewidują sytuacje stresowe niejako w nią wpisane. Zupełnie inaczej jest z osobami bezpośrednio poszkodowanymi, którym służby policyjne pomagają, dla których interweniują w sytuacjach zagrożeń i katastrof. Dla nich to zdarzenie jest nieoczekiwane, nieprzewidywalne, nie mają oni żadnych kompetencji i umiejętności zawodowych potrzebnych do poradzenia sobie z taką sytuacją. Czy w jednym i w drugim wypadku mamy do czynienia z tą samą formą stresu – stresem traumatycznym!? Wybór grupy badawczej policjantów z pewnością wynika z zainteresowań badawczych autora dotyczących stresu zawodowego i stanowi istotny wkład w wiedzę z zakresu szeroko rozumianej medycyny pracy.

Nie sposób nie docenić faktu, iż badania zostały przeprowadzone według procedury prospektywnej. Projekt przewidywał badania trzyetapowe, co jednak w pełni nie powiodło się, gdyż okazało się to zbyt trudne technicznie, również ze względu na dość hermetyczną grupę badawczą. Ostatecznie przeprowadzono badanie w dwóch etapach. Uzyskano wyniki badania przekrojowego 80-osobowej grupy policjantów, badanych w pierwszym etapie, a także wyniki badania prospektywnego 399 osób, badanych zarówno w pierwszym, jak i drugim etapie (tj. po zdarzeniu traumatycznym). Rezultaty badań są przedstawione w sposób systematyczny, zgodnie z logiką problemów badawczych.

Wśród wielu interesujących i ważnych wyników zwraca uwagę m.in. zjawisko nakładania się skutków stresu traumatycznego u osób, które nie uporały się jeszcze z emocjami wywołanymi poprzednim zdarzeniem. Fakt ten nabiera szczególnego znaczenia właśnie w odniesieniu do pracy policjantów, którzy – jak potwierdziły badania – wielokrotnie uczestniczą w zdarzeniach traumatycznych. Omówienie uzyskanych wyników badań przekracza niestety ramy tej recenzji.

Z przeprowadzonych badań wynikają ważne wnioski zarówno dla teorii, jak i praktyki klinicznej. Sposób przedstawienia rezultatów badań, ich interpretacja i komentarze psychologiczne sprawiają, że druga część pracy jest równie ciekawa i z przyjemnością czytana.

Książka zainteresuje psychologów i psychiatrów, lecz także lekarzy rodzinnych, którzy jako pierwsi mogą mieć kontakt z osobami zagrożonymi stresem traumatycznym, jak i z osobami już poszkodowanymi w wyniku zdarzenia traumatycznego. Jej odbiorcami powinni być również studenci psychologii, gdyż pierwsza, teoretyczna część pracy dostarcza unikalnej wiedzy na temat zaburzenia po stresie traumatycznym.

*Sonia Kędziora  
Instytut Psychologii, Uniwersytet Śląski*