

Anna Seredyńska • Anna Skoczek

Problematyka zaburzeń posttraumatycznych odzwierciedlona w literaturze i filmie

Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Ignatianum w Krakowie

Kraków 2025

Spis treści

Wstęp	7
Rozdział 1. Zaburzenia związane ze stresem	11
Zespół stresu pourazowego PTSD	12
ASD – Ostre Zaburzenie Stresowe	14
Zaburzenia adaptacyjne	15
Reaktywne zaburzenia przywiązania oraz rozhamowane nawiązywanie relacji społecznych	16
Zaburzenie ocalałego	18
Complex PTSD	20
Zaburzenia dysocjacyjne jako zaburzenia posttraumatyczne	22
Trauma i jej wpływ na działanie „tu i teraz” – film <i>Utoya. 22 lipca</i>	25
Rozdział 2. Rozwój zaburzeń posttraumatycznych	29
Rozwój zaburzenia posttraumatycznego i jego uwarunkowania	29
Rozwój zaburzenia posttraumatycznego przedstawiony w wybranych książkach i filmie	33
Rozdział 3. Diagnoza zaburzeń posttraumatycznych	67
Historia poszukiwań diagnostycznych	67
Metody diagnozy psychopedagogicznej	70
Diagnoza zaburzeń u dzieci	78
Rozdział 4. Geneza i skutki zaburzeń posttraumatycznych	121
Geneza zaburzeń posttraumatycznych	121
Skutki rozwoju zaburzenia	124
Rozdział 5. Radzenie sobie ze stresem posttraumatycznym	129
Zapobieganie i leczenie	129
Leczenie, wychodzenie z traumy – książka <i>I boję się snów</i> oraz film <i>Droga do zapomnienia</i>	133

Studium traumy i jej wypierania – książka Johna Herseya <i>Hiroszima</i> i film <i>Hiroshima</i>	142
Wprowadzenie do interwencji kryzysowej	154
Interwencja – studium zaprzeczania w interweniowaniu (serial <i>Czarnobyl</i>)	158
Podsumowanie: Trauma jako wyzwanie	163
Zakończenie	169
Bibliografia	171
Spis tabel	177
Spis rysunków	178
Aneks: Materiały do zajęć	179
Indeks osób	191
Summary: Post-traumatic Disorders as Reflected in Literature and Film	195

Wstęp

Wybitny psychiatra Bessel van der Kolk w książce *Strach ucieleśniony. Mózg, umysł i ciało w terapii traumy* pisał: „trauma to z definicji coś nie do zniesienia i nie do zaakceptowania” (Van der Kolk 2014: 9). Ta bardzo szeroko zakreślona definicja traumy pozwala zauważyć, że trauma jest postrzegana jako coś nie do zniesienia, choć zależy to od konkretnej osoby. To, co dla jednego jest traumą, dla innego nie musi nią być. Psychiatrzy i psycholodzy wyróżniają różne rodzaje traumy (Draczyńska 2024). Trauma typu I wiąże się z pojedynczymi, ekstremalnymi wydarzeniami spowodowanymi przez katastrofy naturalne oraz nieintencjonalne lub intencjonalne działanie człowieka. Określa się ją jako typ prosty i jednorazowy. Trauma typu II jest związana z powtarzającymi się wydarzeniami, występującymi w bliskiej relacji. Określa się ją jako chroniczną, złożoną i kompleksową. Niektórzy wprowadzają definicję traumy przez duże „T” dla przeciążających doświadczeń jednorazowych, a dla zapisu doświadczania traumy relacyjnej używają małego „t”. Rozumieją ją jako złe doświadczenia, obiektywnie mniej dojmujące, ale mogące wywoływać poważne skutki, jeśli się powtarzają. Jak widać, określenie traumy jest rzeczywiście bardzo szerokie. Równie złożone jest pojęcie zaburzeń posttraumatycznych. Trauma nie stanowi przyczyny wystarczającej dla tego rodzaju zaburzeń. Nie u każdego człowieka dochodzi do zaburzeń po obiektywnie występującej traumie, jaką jest np. katastrofa naturalna, nie każdego więc trzeba leczyć. Zaburzenia także mają różny charakter i przynoszą różne skutki w dalszym życiu.

Celem teoretycznym, jaki postawiły przed sobą autorki niniejszej książki, jest pokazanie różnorodności zaburzeń posttraumatycznych i ich odzwierciedlenia w filmach i literaturze. Celem praktycznym zaś jest

wzbogacenie dydaktyki akademickiej. Książka prezentuje same zaburzenia, ich przyczyny, skutki oraz metody diagnozy. Sposób ich prezentacji pozwala na przybliżenie przyszłemu pedagogowi lub pracownikowi socjalnemu realiów konkretnych zaburzeń. Psychologowie i psychoterapeuci spotykają się z konkretnymi przypadkami zaburzeń w praktyce zawodowej, ale dotyczy to również pedagogów czy pracowników socjalnych, którzy często nie mają dostępu do dokumentacji psychologicznej i nie uświadamiają sobie wagi problemu. Wiele książek beletrystycznych i filmów fabularnych bardzo profesjonalnie pokazuje konkretne zaburzenia. Z tych właśnie przykładów skorzystały autorki, aby przybliżyć materiał.

Przedmiotem badań stały się opisy zaburzeń posttraumatycznych, ich przyczyn i skutków w literaturze beletrystycznej oraz filmach. Problemem badawczym było pytanie: Jakie zaburzenia posttraumatyczne mają bohaterowie wybranych książek i filmów? Pytania szczegółowe to:

- Jakie symptomy zaburzeń posttraumatycznych można dostrzec u bohaterów filmów i książek?
- Jak bohaterzy filmów i książek radzili sobie ze stresem i traumą?

W swej pracy autorki wykorzystały metodę badania niereaktywnego (Babbie 2008), związanego z analizą zachowań społecznych. Analiza ta sama w sobie nie wpływa na te zachowania. Techniką zastosowaną była analiza treści książek i filmów pod wybranym przez autorki kątem. Jednostki analizy zostały dobrane przez autorki celowo, były to konkretne książki i filmy. Oczywiście nie wyczerpują one wszystkich pozycji, które mogłyby służyć jako przykłady. Głównym sposobem weryfikacji była odpowiedź na pytanie, na ile profesjonalnie konkretny film czy książka prezentuje dany temat. W analizie zastosowano narzędzia w postaci tabel, przygotowanych w taki sposób, aby były pomocne w pracy dydaktycznej (wszystkie tabele w formie surowej zostały zamieszczone w aneksie książki).

Według definicji zaczerpniętej z Encyklopedii PWN, literatura to „ogół wypowiedzi utrwalonych w piśmie, związanych funkcjonalnie z różnymi zakresami życia zbiorowego” (Encyklopedia PWN 2025a). Film zaś stanowi

[...] serię następujących po sobie obrazów, z dźwiękiem lub bez dźwięku, wyrażających określone treści, utrwalonych na nośniku umożliwiającym wielokrotne odtwarzanie i wywołującym wrażenie ruchu. Głównym środkiem wyrazu w filmie jest ruch w róż-

nych formach: ruch w obrazie, ruch samego obrazu (czyli kamery w czasie dokonywania zdjęć) i ruch pomiędzy poszczególnymi obrazami uzyskany poprzez montaż, będący właściwym filmowym sposobem opowiadania (Encyklopedia PWN 2025b).

Zarówno film, jak i książkę beletrystyczną czy reportaż autorki włączyły w grupę analizowanych dzieł, korzystając z osiągnięć teoretyków filmoterapii i biblioterapii w działalności dydaktycznej (Warmuz-Warmużńska 2013; Wedding, Boyd i Niemiec 2014). Pomocne były też liczne książki z dziedziny psychologii oraz psychiatrii (m.in. Antonovsky 2005; Kępiński 2001; Pilecka 2004; Dudek 2003; Briere i Scott 2010), podręczniki statystyki chorób psychicznych (APA 2015) oraz ich omówienia (Sitkowska 2022; Morrison 2016). Wiedzę dotyczącą zaburzeń posttraumatycznych uzupełniały artykuły naukowe; szczególnie warto podkreślić opisy badań przeprowadzonych przez psycholog Ninę Ogińską-Bulik.

Książka składa się z pięciu rozdziałów. Pierwszy z nich jest opisem zaburzeń związanych ze stresem. W następnym rozdziale omówiono rozwój takich zaburzeń oraz ich dynamikę. W rozdziale trzecim zaprezentowano diagnozę zaburzeń posttraumatycznych. Przedstawiono też narzędzia do tej diagnozy, stosowane do diagnozy zarówno osób dorosłych, jak i dzieci. W kolejnym rozdziale omówiono genezę zaburzeń posttraumatycznych oraz ich skutki. W rozdziale piątym ukazano sposoby radzenia sobie z zaburzeniami posttraumatycznymi, wybrane metody terapii oraz interwencji kryzysowej. Poszczególne tematy poruszane w rozdziałach zostały zobrazowane przykładami z filmów i książek. W podsumowaniu ukazano doświadczenie traumy jako wyzwanie oraz szansę na wzrost potraumatyczny.

Książka jest owocem pracy dwóch autorek. Anna Skoczek zajęła się tematyką zaburzeń posttraumatycznych u dzieci i młodzieży, zaś Anna Seredyńska – u dorosłych. Obie autorki są nauczycielami akademickimi, od wielu lat związanymi z dydaktyką, są też praktykami: Anna Skoczek w dziedzinie logopedii, a Anna Seredyńska w dziedzinie psychoterapii dorosłych.

Publikacja ta w żadnym wypadku nie jest całościowym podręcznikiem dotyczącym zaburzeń posttraumatycznych. Jej celem jest pomoc studentom pedagogiki, pracy socjalnej, psychologii i medycyny w zrozumieniu osób, które doświadczyły traumy. Trauma jest czymś, z czym większość z nas pośrednio lub bezpośrednio styka się w życiu, a już na

pewno spotykają się z nią pracownicy zawodów pomocowych. Dlatego bardzo ważne jest budowanie ich wrażliwości na tematy związane z jej przeżywaniem. Auorki mają więc nadzieję, że ich praca będzie przydatna w codziennej praktyce.