

AKADEMIA TERAPII TRAUMY

www.kursyzdalne.com

Trauma - definicja pojęcia

Pojęcie traumy, które zazwyczaj jest używane przez lekarzy, zwłaszcza psychiatrów, przenika także do nauk społecznych, takich jak socjologia, psychologia i pedagogika, i jest stosowane do opisu różnych aspektów społecznej rzeczywistości. Trauma jest postrzegana jako rodzaj kryzysu, a twórcy teorii kryzysów rozróżniają kryzysy rozwojowe od sytuacyjnych (traumatycznych). Te ostatnie wynikają z okoliczności, którym jednostka nie jest w stanie sprostać. W takich przypadkach, wcześniej sprawdzone sposoby radzenia sobie przestają działać, a nowe muszą zostać opracowane, aby przywrócić równowagę. Socjologiczna interpretacja traumy, zaproponowana między innymi przez P. Sztompkę, odnosi się do zjawisk wynikających z przemian kulturowych, takich jak rewolucje, radykalne zmiany gospodarcze czy okupacje przez obce państwa. Trauma, według niego, jest specyficzną formą patologii społecznej, która powstaje w określonych warunkach strukturalnych i kulturowych pod wpływem wcześniejszych zmian społecznych. Czy pojęcie traumy może być użyteczne w opisie zjawisk społecznych? Warunki konieczne do doświadczenia traumy w sensie kulturowym obejmują wystąpienie traumatycznego zdarzenia w określonych warunkach strukturalnych i jego interpretację jako przekraczające możliwości społecznych struktur do radzenia sobie z nim. Rozszerzenie metafory traumy może więc stanowić nową koncepcję dla nauk społecznych, o ile różne jej aspekty różnią się jakościowo od tych analizowanych przez inne dziedziny.

Wydarzenia traumatyczne są kluczowym czynnikiem dla tego rodzaju doświadczeń i obejmują sytuacje zawierające potencjalny ładunek traumy. Mogą to być zdarzenia związane z rzeczywistym zagrożeniem życia lub zdrowia, jak również inne wydarzenia o poważnym charakterze, które jednostka interpretuje jako traumatyczne.

Analiza literatury, według K. Kaniasty, wyróżnia trzy główne rodzaje klęsk i katastrof, które mogą prowadzić do traumy: klęski żywiołowe, katastrofy technologiczne oraz akty masowej przemocy. Inne formy przemocy, takie jak przemoc w rodzinie, gwałty i molestowanie seksualne, również mogą prowadzić do trudnych doświadczeń wykraczających poza dotychczasowe sposoby radzenia sobie i wywołujących specyficzne skutki fizyczne, psychiczne i społeczne.

Zdarzenia traumatyczne obejmują także akty masowej przemocy, takie jak rewolucje, zamachy stanu, ludobójstwo, a także inne formy zmian społeczno-kulturowych, jak radykalne reformy gospodarcze czy reformacje religijne. Charakteryzują się one pewnymi wspólnymi cechami, takimi jak szybkość, radykalność i postrzeganie jako narzucone z zewnątrz.

Warto jednak zauważyć, że nie wszystkie zdarzenia traumatyczne muszą być szybkie. Mogą to być także długotrwałe wydarzenia lub sekwencje zdarzeń, które stale oddziałują na zbiorowość. Zdarzenia te mają pochodzenie zewnętrzne i są odbierane jako narzucone jednostce z zewnątrz. Często nie są one rezultatem świadomej wcześniejszej działalności jednostki, lecz mogą być przypadkowe lub niezamierzone.

Według P. Sztompki, przyczyną traumy mogą być także zdarzenia o obiektywnie pozytywnym charakterze, jednakże istotne są tutaj negatywne i nieoczekiwane konsekwencje tych zmian, które mogą prowadzić do traumy.

Traumatyczne wydarzenia mogą dotyczyć nie tylko osób, które bezpośrednio uczestniczą w nich, ale także tych, które są ich świadkami, takich jak pracownicy służb ratowniczych czy osoby związane z mediami. Traumatyczne doświadczenia mogą wynikać również z zdarzeń, w których jednostka nie uczestniczy osobiście, ale otrzymuje informacje na ich temat. Media, coraz częściej, przekazują nie tylko obrazy wypadków, ale także relacjonują wydarzenia, takie jak ataki terrorystyczne czy działania wojenne.

Z jednej strony, to może przyczynić się do rozpowszechnienia doświadczeń traumatycznych, ale z drugiej strony, natłok informacji o tragicznych wydarzeniach może prowadzić do pewnego przyzwyczajenia się do nich. Na przykład, w kulturze zachodnioeuropejskiej, stosunek do śmierci uległ znaczącym zmianom, stając się tematem tabu i przemilczanym w życiu codziennym.

Śmierć, choć naturalna, jest często ukrywana i postrzegana jako wydarzenie, które dotyczy innych. Środki masowego przekazu również mogą przyczynić się do wzmacniania tego przekonania, poprzez pokazywanie obrazów śmierci jako wyniku agresji czy katastrof.
Dodatkowo, zdarzenia, które nie miały miejsca w rzeczywistości, ale zostały rozpowszechnione w wyobraźni publicznej, mogą również być uznane za traumatyczne.