

„ÚGY SZERETTEM VOLNA, HA NEM BÁNTOTTAK VOLNA” – RECENZIO

Kuritárné Szabó Ildikó, Tisljár-Szabó Eszter (szerk.) (2015): *Úgy szerettem volna, ha nem bántottak volna. A családon belüli gyerekkori traumatizáció: elmélet és terápia.*



SZONDY Máté

Sajnálatos módon a trauma és traumatizáció témája rendkívül aktuális: becslések szerint ma Európában mintegy 18 millió (!) bántalmazott gyermek él, illetve az amerikai középosztály tagjainak kétharmada számolt be ártalmas élményekről a gyerekkori családján belül. A Kuritárné Szabó Ildikó és Tisljár-Szabó Eszter által szerkesztett kötet ezt a nehéz és rendkívül fontos témát járja körbe több mint négyszáz oldalon keresztül. A kötet szerzői elsősorban a Debreceni Egyetem Magatartástudományi Intézetben dolgozó oktatók, illetve a Borderline személyiségzavar és trauma munkacsoport tagjai, pszichológusok, klinikai szakpszichológusok, orvosok.

Lássuk be: tudományos munkák ritkán tartoznak a „lehetetlen könyv” kategóriájába. Ez a munka viszont úgy felel meg – maximálisan – a tudományos igényesség kritériumainak, hogy elkerüli a tudományos művekre oly gyakran jellemző száraz stílust: élő bizonyíték arra, hogy az empirikus kutatásokat összegző mű is lehet lebilincselő és érdekfeszítő. A traumatizálólóktól idézett szövegek egyrészt élményszerűbbé és emberközelivé teszik a témát, másrészt hatékonyan lazítják a tudományos szöveg feszességét. A kedves Olvasó tehát egy tudományos, de mégis lehetetlen könyvet vesz a kezébe, aminek olvasását „csak” a téma nehéz és ér-

zelmileg megterhelő hatása nehezítheti – hiszen több száz oldal erről a témáról nem könnyű olvasmány.

A kötet két nagy részre tagolódik: az első rész a trauma és traumatizáció elméleti kérdéseit taglalja, a második rész a traumatizálók terápiájába ad betekintést. A kötet bevezető tanulmányában Kuritárné Szabó Ildikó foglalja össze a téma alapfogalmait, a multiplex traumatizáció témáját, az epidemiológiai adatokat, a rizikófaktorokat és protektív faktorokat, illetve a fejlődési traumatizáció zavar (DTD) diagnosztikai kategóriáját. Ezután olvashatunk a traumakutatás történetéről (a 19. századi vasút-szerencsétlenségek után megjelenő „vasúti gerinc” szindrómától a 20. század harctéri traumáin át a DSM-5-ig), illetve a gyerekkori bántalmazás neurobiológiai és genetikai következményeiről. Külön fejezet foglalkozik az Ártalmas gyerekkori tapasztalatok (ACE) longitudinális kutatás bemutatásával. Ebben az úttörő kutatásban egy 17 000 fős amerikai mintán vizsgálták a gyermekkorban elszenvedett bántalmazás hatásait a felnőttkori egészségi állapotra. Kiderül, hogy a gyerekkori traumák nemcsak a felnőttkori kockázati magatartás (például dohányzás, szerabúzus) és krónikus betegségek (például szívkoszorúér-betegség, depresszió, májbetegség) kockázatát fokozzák,

hanem rontják a felnőttkori életminőséget és emelik a korai halálozás rizikóját is.

Az elméleti áttekintésben számos új és különleges kutatási területet mutatnak be a szerzők. A szülés következtében megjelenő posztpartum poszttraumás stressz zavarról írt tanulmány például azt mutatja be, hogy – bár a „boldog anyaság” mítosza miatt ez nem „szexi” téma, de – egy normális lefolyású szülés is megélhető traumaként a kiszolgáltatottság, illetve az anya saját és gyermeke életben maradásával kapcsolatos félelme miatt. Szintén ritkán olvashatunk a férfiak szexuális traumatizációjáról, a traumatizáció evolúciós pszichológiai értelmezéséről vagy az állami gondozottak traumatizációjáról. Külön fejezet foglalkozik azzal a kérdéssel, hogy a(z) általában biológiai, genetikai okokkal magyarázott) pszichotikus tünetek és a pszichotikus zavarok milyen kapcsolatban állnak az átélt traumatikus eseményekkel (a hanghallások például a pszichotikus betegek 70 százalékánál egy traumatikus esemény után jelentkeznek). A traumatikus gyerekkori élmények a borderline személyiségzavar kialakulása során is egyértelmű oki hatást játszanak.

A trauma rendszerszemléletben történő értelmezését bemutató fejezet foglalkozik a másodlagos, illetve vikariáló traumatizáció fogalmával. Ezt a jelenséget minden olyan segítőnek ismernie kell, aki traumatizált személyekkel dolgozik – hiszen a traumát átélt személyekkel való szoros kapcsolatban lévők könnyen „megfertőződhetnek” a trauma tüneteivel, internalizálhatják a traumatizált személy élményeit.

Az elméleti rész két utolsó tanulmánya a téma pozitív oldalait, a reziliencia és a poszttraumás növekedés kérdését villantja fel. Az utóbbi témával kapcsolatban mindenképp kiemelendő a vikariáló poszttraumás növekedés fogalma: a traumatizálással

való kapcsolat nem csak traumatizáló hatással járhat, de a segítő (illetve családtag) személyiségfejlődéséhez, pozitív irányú változásához is hozzájárulhat.

A könyv mintegy egyharmada a traumatizáció kezelésében alkalmazható pszichoterápiás módszereket mutatja be. A gazdag terápiás anyaggal illusztrált esettanulmányok bemutatják, hogy a (komplex) traumatizáció kezelése során milyen módszerek kerülhetnek előtérbe: a katólim imaginatív pszichoterápia (KIP), a dinamikus orientált integratív pszichoterápia, az ego-state technika, a dialektikus viselkedésterápia. Bármilyen módszert alkalmazunk is, a terápia elengedhetetlen része kell hogy legyen a megfelelő terápiás kapcsolat. A rugalmas, meleg és stabil keretek, illetve az aktív terapeutai magatartás nélkül nem történhet meg a(z) interperszonális) traumára vonatkozó emlékek feldolgozása és az identitás integrációja.

Külön megemlítendő az Újrafeldolgozási terápia bilaterális ingerléssel (EMDR) módszert bemutató tanulmány Havelka Judit tollából. Az EMDR (bár több vitatott konceptuális kérdés is felmerült vele kapcsolatban) a traumaterápia bizonyítékalapú kezelési módszerének számít, és az Amerikai Pszichológiai Társaság a kognitív viselkedésterápia mellett első helyen javasolja a traumafeldolgozásra.

Az egyes fejezeteket irodalomjegyzék zárja. A könyv tartalmi igényességéhez magas fokú formai igényesség társul.

Bár elcsépelet szó, de a kötet mégis hiánypótlónak nevezhető a magyar trauma-irodalomban. Összességében magas színvonalú, kikerülhetetlen és nélkülözhetetlen alpmű született mindazok számára, akiket elméleti vagy gyakorlati szempontból foglalkoztat a trauma, a traumatizáció, illetve a traumaterápia kérdésköre.



FEKETE OLÍVIA
FELE KRISZTINA
GYARMATI ANDREA
KASIK LÁSZLÓ
KURUCZ GYŐZŐ
NÓTIN ÁGNES

SZERZŐINK

PÁSKUNÉ KISS JUDIT
PETKE ZSOLT
SZONDY MÁTÉ
TESSÉNYI JUDIT
W. PEREN, FRANZ