

PRZEŻYCIE STRESU ZWIĄZANEGO Z POWODZIĄ I JEGO UWARUNKOWANIA. ANALIZA INDYWIDUAL- NYCH PRZYPADKÓW

BARBARA KAJA

Instytut Psychologii

WSP Bydgoszcz

THE EXPERIENCE OF STRESS ASSOCIATED WITH FLOOD AND ITS CONDITIONS. CASE STUDIES

Summary: The author is interested in the experience of flood in the context of other life events. 9 women were clinically assessed in an interview study. The results show that the degree of experience most of all depends on their material losses and their interpretation of the event against the background of their earlier experiences of stressful events. The degree also depends on their empathic sensitivity, their sense of control over their environment, and the feeling of helplessness. The pattern of response to the experience of flood is given. It may have its psychopreventive value concerning women.

Uwagi wstępne

Badań nad wstrząsem pourazowym nie ma w Polsce wiele. Powódź roku 1997 spowodowała wystąpienie tego zjawiska u wielu osób z terenów południowej Polski. Jego istotą jest utrzymujące się w pamięci przerażenie, niebezpieczne obniżenie nerwowego progu alarmu powodujące, że w normalnych sytuacjach życiowych zaczynamy dostrzegać zagrożenie dla naszego życia (Goleman, 1997). W przypadku powodzi mieliśmy do czynienia z sytuacją, w której człowiek – wobec potęgi żywiołu – okazywał się bezradny. Nie dotyczyło to wszystkich w równym stopniu. Można było, w zależności od stopnia gwałtowności prądu rzek, szukać w mniejszym lub większym stopniu sposobu radzenia sobie w jakimś zakresie ze skutkami powodzi i tym samym zmniejszyć uraz emocjonalny. Stąd między innymi każdy człowiek przeżywał powódź inaczej i inne są w nim ślady przeżycia tego kataklizmu. W badaniach zaprezentowanych w niniejszym artykule postaram się wykazać zło-

żoność uwarunkowań psychospołecznych mających związek ze stopniem przeżycia powodzi. Dane te uzyskałam stosując podejście idiograficzne w badaniu indywidualnym 6 kobiet z miejscowości N....., które wraz z małymi dziećmi przyjechały na wczasy terapeutyczne, organizowane dla nich przez Wydział Pedagogiki i Psychologii WSP w Bydgoszczy w miejscowości położonej nad Zalewem Koronowskim.

Założenia teoretyczne badań

Przedmiotem moich zainteresowań jest zdarzenie życiowe, jakiego doświadczył człowiek w kontekście innych zdarzeń przebiegających w wymiarze indywidualnego życia ludzkiego. W takim ujęciu istotne wydaje się nie tylko wyjaśnienie, ale i zrozumienie przeżycia stresującego wydarzenia przez jednostkę i ocena jego skutków. Skłoniło mnie to do przyjęcia podejścia metodologicznego, w którym uwaga badacza koncentruje się bardziej na osobie (*person – centred*) niż na zmiennych (*variable – centred*) (por. J. Trempała, 1997). Nie oznacza to jednak, że z pola widzenia badacza schodzą zmienne. Analiza zdarzeń życiowych wymaga uwzględnienia złożonego kontekstu środowiskowego, a więc i zmiennych. Wyłączenie człowieka z tego kontekstu utrudniłoby badanie i jak się wydaje – w konsekwencji – zrozumienie jego świata wartości i znaczeń. Tymczasem bez wglądu w świat przeżyć trudno podjąć działania terapeutyczne. Badania prowadzące w konsekwencji do interwencji terapeutycznej muszą odzwierciedlać zarówno wiodące kierunki w nauce, jak i rozumienie ludzkich przeżyć i zmian w zachowaniu (Kendall, Norton-Ford, 1992)¹.

Zrozumienie człowieka, określenie sposobów udzielania mu pomocy, ma bardziej optymalny wymiar nie w badaniach masowych, lecz indywidualnych. Przeżywanie sytuacji stresowych czy nawet urazowych, jakie niewątpliwie spowodowała powódź, zawsze będzie miało swój indywidualny wymiar, stąd przyjęte powyżej założenie: **osoba, jej świat znaczeń w kontekście wzajemnych relacji ze środowiskiem.**

Istotne jest to, jakie są sekwencje zdarzeń w życiu danego człowieka i jakie przypisuje im on znaczenie oraz na ile ze skutkami ostatniego zdarzenia interferują

¹ W artykule pominięty został wątek oddziaływań terapeutycznych.

skutki wcześniejszych zdarzeń. Mogą one – jak się wydaje – wzmacniać, podtrzymywać lub niwelować siłę przeżycia zdarzenia aktualnego (por. Łukaszewski, 1984).

Zrozumienie powiązań między stopniem przeżycia powodzi a innymi zdarzeniami przeszłymi i aktualnymi, determinującymi zdarzenia następne, uczyniłam celem moich badań. Realizacji tego celu służyła synteza złożona z: a) opisu doświadczeń indywidualnej osoby i ich interpretacji, b) wyników zastosowanych metod diagnostycznych.

Zamiarem moim było wykorzystanie uzyskanych rezultatów badań do konstruowania przewidywań związanych z zachowaniem się kobiet, znajdujących się w sytuacji związanej z podobnym traumatyzującym wydarzeniem. Przewidywanie to miało się wiązać z odpowiedzią na pytanie, jakie sposoby reagowania w sytuacji stresowej mogą niwelować, łagodzić siłę przeżycia.

Problemy metodologiczne

Konsekwencją przyjętych założeń teoretycznych było zastosowanie procedury odmiennej od korelacyjnego i eksperymentalnego sposobu zbierania i analizy danych – studium przypadku. Zdając sobie sprawę z krytyki dotyczącej podejścia idiograficznego w badaniach psychologicznych, uzasadnię celowość jego zastosowania w prezentowanych badaniach.

1. Przyjmuję założenia teoretyczne, mieszczące się w problematyce badań nad działaniem zdarzeń życiowych. Przedmiotem moich zainteresowań jest człowiek jako niepowtarzalna jednostka wchodząca w relacje z innymi ludźmi, tworząca indywidualny obraz siebie i świat znaczeń. Zrozumienie jej jest możliwe dzięki metodom idiograficznym, w których przeżycia i stan psychiczny człowieka bada się z jego perspektywy. Zastosowałam więc metodę typowo jakościową, odsłaniającą subiektywny sens ludzkiego doświadczenia (Runyan, 1992).

2. Ponadto posłużyłam się studium przypadku ze względu na:

- przedmiot badań, czyli opis przeżyć, doświadczeń jednostki i ich interpretację,
- cel badań, czyli poszukiwanie podobieństw, różnic pozwalających wyjaśnić i zrozumieć uwarunkowania związane ze stopniem przeżywania stresującego zdarzenia,
- próbę konstruowania przewidywań dotyczących określonego kontekstu (por. Bromley, 1977, za: Runyan, 1992).

Sens tego typu podejścia widzę ponadto w tym, że – w przypadku uzyskania interesujących danych – mogą one służyć formułowaniu hipotez i wskazywać kierunek badań o charakterze nomotetycznym.

Przyjęcie tego założenia implikuje rezygnację ze stawiania hipotez na tym etapie badań. Zostaną one przedstawione w trakcie interpretacji zebranych danych empirycznych. Jakkolwiek orientacja, którą przyjmuję jest wyraźnie orientacją dynamiczną, nie oznacza to jednak ukierunkowania badań na doszukiwanie się patologii. Przeciwnie, osobom badanym nie przedstawiałam żadnych sugestii ani oczekiwań związanych z przeżytym przez nie kataklizmem, jak również nie nalegałam na uzyskiwanie informacji, których badane same nie chciały ujawnić.

Problemy i metody badań

- Problem I Czy z przeżyciem powodzi interferują i w jakim stopniu, wcześniejsze zdarzenia życiowe badanych?
- Problem II Czy uzyskane wyniki badań dają podstawę do przewidywania, jakie warunki i jaki sposób reagowania badanych kobiet mogą przyczyniać się do niwelowania bądź łagodzenia siły przeżycia zdarzenia traumatyzującego?

W celu uzyskania danych służących odpowiedzi związanej z problemem I zastosowałam: wywiad kwestionariuszowy dotyczący percepcji jakości życia ukierunkowany na zdarzenia życiowe, którym osoba badana nadaje ważne znaczenie, badanie poziomu lęku – stanu i lęku – cechy, stylu przywiązania w dzieciństwie, poczucie szczęścia w dzieciństwie oraz ocenę stopnia przeżycia powodzi.

Odpowiedź związana z problemem II miała być wynikiem syntezy uzyskanych danych i ich interpretacji.

Opis metod

Percepcję jakości życia (jako ocenę stopnia zadowolenia z różnych sfer życia lub dziedzin aktywności) badałam Skalą Jakości Życia A. Campbella (Kowalik, 1995). Wskaźnikami zmiennej było tu: A. życie towarzyskie, B. zdrowie, C. miejsce, w którym żyjesz, D. czas wolny, E. mieszkanie, F. wolność osobista, G. wyniki w nauce, H. standard życia, I. życie w Polsce, J. posiadane wykształcenie,

K. zadowolenie z siebie, L. zabezpieczenie bytu, M. wykorzystanie lub tworzenie dóbr kultury, N. poszerzanie własnych zainteresowań, O. rozwój duchowy, P. radość życia, Q. praca zawodowa, R. życie rodzinne, S. zarobione pieniądze, T. odnalezienie miejsca w świecie oraz poczucie szczęścia.

Skala ta była podstawą wywiadu kwestionariuszowego, służyła do wywołania tematu rozmowy dotyczącej życia badanych osób. Osoby badane nie były proszone o wypełnienie arkusza SJŻ, lecz odpowiadały na pytania w rozmowie, mając go przed oczami. Stworzyło to możliwość znacznie szerszego wyrażania swoich poglądów niż byłoby to możliwe przy wypełnianiu skali bez indywidualnego kontaktu z prowadzącym badanie. Odpowiedzi dotyczyły aktualnego stopnia zadowolenia z życia, chociaż zamierzałam dokonać pomiaru trzech wymiarów związanych z aspektem temporalnym jakości życia – zadowolenie z danych dziedzin życia: a) w przeszłości, b) teraźniejszości, c) przyszłości. Osoby badane jednak koncentrowały się na teraźniejszości odnosząc swoje interpretacje, osądy zarówno do przeszłości, jak i przyszłości. Trzykrotny pomiar w różnych aspektach temporalnych przeprowadzony tą metodą byłby dla nich nużący i zniechęcający do dalszych badań. (Doświadczenie moje, jakie zdobyłam w tym zakresie badając powodźnian potwierdza tezę H.G. Brose, że „W każdorazowo aktualnej teraźniejszości czas życiowy występuje jako perspektywa wynikająca z powiązania ze sobą przeszłości i przyszłości” (Brose, 1990, s. 309). Skala pomiarowa przyjęta została za Campbellem, wyróżniającym obszary: niezadowolenie (Nz), neutralność (N), zadowolenie (Z) oraz trzy wymiary poczucia szczęścia: bardzo szczęśliwy, trochę szczęśliwy, niezbyt szczęśliwy.

Poziom lęku mierzony był Kwestionariuszem STAI (*State – Trait – Anxiety Inventory*) do pomiaru lęku jako cechy i lęku jako stanu, autorstwa C.D. Spielberga. Obydwie skale zawierające 20 pozycji wypełniane były indywidualnie przez każdą osobę badaną w obecności prowadzącego badanie. Lęk – stan był tu jednym ze wskaźników przeżycia powodzi.

Styl przywiązywania się badany był przy zastosowaniu opisu trzech stylów: a) opartego na bezpieczeństwie, b) lękowo-ambivalentnego, c) unikającego, z których osoba badana wybierała ten, który w jej percepcji pozostał jako występujący w dzieciństwie (por. Aronson, Wilson, Akert, 1997).

Do pomiaru stopnia przeżycia powodzi posłużyłam się następującymi metodami:

- a) *rozmowa*: – spontaniczna, którą osoby badane prowadziły ze mną w różnych okolicznościach w trakcie wspólnego przebywania na wczasach terapeutycznych,
– *ukierunkowana* na ocenę stopnia przeżycia powodzi z uwzględnieniem poniesionych strat, zarówno w wymiarze materialnym, jak i psychologicznym: pojawienie się stanu przerażenia i czas jego trwania, stopień bezradności w radzeniu sobie ze skutkami powodzi, lęk o sprzęty, lęk o życie, lęk o zdrowie swoje i osób bliskich.
- b) *obserwacja uczestnicząca* będąca naturalną konsekwencją codziennego przebywania z osobami badanymi. Dane uzyskane w wyniku obserwacji służyły potwierdzeniu informacji na temat stopnia przeżycia powodzi (wracanie do rozmów na ten temat, pokazywanie zdjęć z miejsca powodzi, reakcje na Zalew Koronowski i korzystanie z kąpieli). W konsekwencji przyjęto 7-punktową skalę pomiarową (podobnie jak w SJŻ) 1, 2, 3 pkt – słabe przeżycie, 4 pkt – przeżycie o średniej sile, 5, 6, 7 pkt – silne przeżycie.

Osoby badane i warunki badania

Na wczasy terapeutyczne przyjechało do miejscowości W. położonej w lesie nad Zalewem Koronowskim 9 matek i 17 dzieci. Wiek dzieci wahał się w granicach od 2-11 roku życia. Najwięcej było matek z dziećmi do 6 roku życia. Wiek matek mieścił się w przedziale od 27 do 49 roku życia. Pięć z nich miało wykształcenie podstawowe bądź zawodowe, cztery – wykształcenie średnie. W badaniach uczestniczyły tylko matki. Przyjechały najczęściej z dwójką dzieci. Dobór osób do badań miał charakter celowy. Wyższa Szkoła Pedagogiczna zgłosiła chęć pomocy powodziarzom, a wyboru matek dokonał Caritas z ich miejscowości. Były to więc kobiety, które zgłosiły do Caritasu chęć wyjazdu i spełniły kryterium ustalone przez tę instytucję: przebywanie w miejscu zalanym w czasie nadejścia fali powodziowej.

Teren, z którego przyjechały, oddalony o 9 godzin jazdy od Bydgoszczy należał do miejsc najbardziej dotkniętych powodzią. Woda wdarła się do miasta w nocy z 8 na 9 lipca. Do miejscowości W. przyjechały w miesiąc później – 12 sierpnia. Badania zostały przeprowadzone w pierwszym tygodniu pobytu trwającego 12 dni,

przy czym zarówno Skala Jakości Życia, jak i Kwestionariusz STAI – w pierwszych dwóch dniach, by zminimalizować wpływ czynnika związanego z przebywaniem na wczasach terapeutycznych. Badania prowadziłam z każdą matką indywidualnie, zapewniając o ich poufności. Wywołałam tym samym w niektórych przypadkach bardzo szczere wypowiedzi odkrywające niezwykle osobiste szczegóły z ich życia. Stąd – ze względów etycznych – nie podaję nazwy miejscowości, a w prezentacji przypadków zmieniam imiona badanych kobiet. Nie nakłaniałam matek do wypowiedzi, jeśli same nie odczuwały potrzeby rozmowy na dany temat, dlatego też opisy różnią się ilością danych w zależności od stopnia otwartości osoby badanej.

Badania odbywały się w pomieszczeniach domku letniskowego w atmosferze spokoju i odczuwanej przez powodzian życzliwości i bezinteresowności zarówno ze strony pracowników i studentów Wydziału Pedagogiki i Psychologii WSP, jak i kierownictwa ośrodka wczasowego i samych wczasowiczów. Dzieci dostały upominki (zabawki, książeczki, słodczyce), matki natomiast otrzymały wynagrodzenie za udział w badaniach.

W prezentacji przypadków pominięte zostały trzy osoby nie spełniające podstawowego kryterium – nie znajdowały się w miejscu, do którego doszła fala powodziowa. Ich domy usytuowane były w części miasta nie zalanej wodą. Stąd wyniki badań tych osób nie mogły służyć odpowiedzi na wyłonione wcześniej problemy. Poniżej przedstawiam studia 6 przypadków dotyczące kobiet, które bezpośrednio zetknęły się z powodzią.

Analiza przypadków

(A) Przypadek 1: ADA

(a) Dane ogólne

Ma 29 lat. Ukończyła Liceum Ogólnokształcące. Ma dwoje dzieci w wieku 8,5 i 11 lat. Nie chorowała. Wychowuje samotnie dzieci. Pracuje w OPEC.

(b) Dane z wywiadu i obserwacji

Ada mówi tylko o powodzi. Powódź zaskoczyła ją. Nikt się nie spodziewał takiego kataklizmu. Przeżyła ją tak bardzo, że nie wierzy, by ktokolwiek mógł to zrozumieć. Płacze. Nie widzi sensu w dalszym życiu. Czuje się stara. Straciła w

powodzi wszystko. Jej mieszkanie zostało zalane w takim stopniu, że nie ma dokąd wracać. Próbowwała ratować meble, ale sąsiedzi zamknęli drzwi i nie przyjęli jej. Mówi, że fakt, iż próbowała coś robić, pomógł jej zmniejszyć strach. W którymś momencie ważne jednak było już tylko ratowanie życia. Zabrał ją brat do Gliwic. Tam przeczekała 10 dni. Po powrocie do domu popadła w depresję. Próbowala sprzątać przez dwa dni. Na nic się to zdało. Załamała się i rozchorowała. Opiekowały się nią dzieci, zwłaszcza córka, która modliła się, by Bóg nie zabierał jej mamusi. Jej rozpacz potęgował fakt, że od kilku lat jest sama z dziećmi (żyje w separacji z mężem) i właśnie zaczęła lepiej zarabiać. W zeszłym roku kupiła meble. Była szczęśliwa i nagle wszystko runęło. Teraz jest zdana na pomoc swojego brata. Powódź była dla niej przerażająca nie tylko z powodu strat, jakich ona doznała, ale i z powodu lęku o to, co przeżywały jej dzieci. Opowiada o dramatycznym wydarzeniu dotyczącym chłopca, który uciekł przed powodzią na drzewo. Siedział tam przez wiele godzin, aż uratowali go piloci śmigłowca. Wyobrażała sobie, co przeżyła jego matka. Mówiąc to – płacze.

Nie sądzi, by mogła kiedyś o tym zapomnieć. Z niechęcią mówi o ludziach, którzy nic nie stracili w powodzi, a podszywają się pod powodzian. „Najwięcej do powiedzenia mają ci, którzy nic nie stracili” – mówi rozżalona. W trakcie rozmowy często płacze. Wie, że może liczyć na pomoc rodziny (brat jest zamożny), ale to nie to samo, co własne mieszkanie. Pokazuje mi dokument z Urzędu (nie prosiłam o to) potwierdzający, że straciła mieszkanie. Najczęściej wyrażane uczucia to: głęboki żal, zgryzota, załamanie.

Przeżycie powodzi ocenia jako najbardziej traumatyzujące w jej życiu zdarzenie. W skali pomiarowej – 7 pkt. O swojej przeszłości mówi niewiele. Miała szczęśliwe dzieciństwo. Jej matka jest nauczycielką. Rodzice stworzyli dom, w którym czuła się bezpiecznie. Zawsze mogła na nich liczyć (styl przywiązania w dzieciństwie oparty na bezpieczeństwie). Niezadowolona ze swoich dawnych osiągnięć szkolnych, choć fakt, że ma średnie wykształcenie jest dla niej wystarczający. Małżeństwo jej nie było udane. Nie mogła porozumieć się z mężem, który nie dawał pieniędzy na życie. Są w separacji. Do chwili powodzi była szczęśliwa. „Wszystko szło ku dobremu”.

(c) Wyniki testów

Skala Jakości Życia. Poziom zadowolenia z życia w 13 jego dziedzinach (A-B-FGIJKLMNOQS) ocenia w wymiarze neutralnym (ani zadowolona, ani niezadowolona). W dziedzinach: D (czas wolny), R (życie rodzinne) wykazuje zadowolenie. W 5 przypadkach – C (miejsce, w którym żyjesz), E (mieszkanie), H (standard życia), P (radość życia) i T (odnalezienie swego miejsca w świecie) – niezadowolenie.

W pomiarze poczucia szczęścia określa je cyfrą 3 – (niezbyt szczęśliwa).

Kwestionariusz STAI. Pomiar lęku jako stanu w skali stenowej odnoszonej do grupy osób z nerwicą WS = 55, sten 5, przeciętny poziom w grupie odniesienia. Pomiar lęku jako cechy WS = 46, sten 4 – poniżej przeciętnego poziomu lęku stwierdzanego u osób z nerwicą.

(d) Omówienie wyników

Przeżycie powodzi jest dla badanej zdarzeniem doniosłym. Wywołało zmiany w jej zachowaniu i zasadnicze zmiany w życiu. Ma cechy zdarzenia urazowego. Świadczą o tym ciągle powroty w rozmowach do tamtego przeżycia, silna potrzeba mówienia o powodzi, płacz, powracające wspomnienia. Obciążenie posytuacyjne powoduje, że czuje się stara. Wiek kalendarzowy i wiek psychologiczny są w asynchronii (Trempała, op.cit.).

Głównym powodem takiego stanu jest utrata dorobku swojego życia. Jej nikiłe zadowolenie z życia zakotwiczone jest prawie wyłącznie w życiu rodzinnym (nie małżeńskim). Ada ma oparcie w rodzinie. Brat udostępnia jej samodzielne mieszkanie, przyznaje, że ma pewne zasoby finansowe pozwalające jej przetrwać na początku nowej drogi życiowej w innym mieście. Możliwość ciągłego, ponownego przeżywania powodzi podczas rozmów terapeutycznych osłabia siłę wpływu tamtego przeżycia. Poddaje się sugestii ponownego spojrzenia na zaistniałą u niej sytuację i zracjonalizowania jej. Podwyższony poziom lęku – stanu, potwierdza fakt silnego przeżycia powodzi.

Ustalenie, czy wystąpił uraz popowodziowy wymagałoby dalszego kontaktu z badaną. Z silnym przeżyciem powodzi współwystępowały: ogólny brak zadowolenia z życia, brak poczucia szczęścia, stan lęku zgodny z przeciętnym dla osób neurotycznych jako skutek tego zdarzenia oraz warunki o pozytywnym znaczeniu,

jak wyniesione z dzieciństwa poczucie bezpieczeństwa (styl przywiązywania się), oparcie w rodzinie i nie podwyższony poziom lęku jako cechy oraz brak wcześniejszych traumatyzujących wydarzeń. Siła, doniosłość tego zdarzenia zależała w dużym stopniu od faktu utraty dorobku całego życia.

(B) Przypadek 2: MAGDA

(a) Dane ogólne

Ma 30 lat. Troje dzieci: 5, 6 i 8 lat. Ukończyła szkołę podstawową. Sprząta blok, w którym mieszka. Mąż jest pracownikiem fizycznym.

(b) Dane z wywiadu i obserwacji

Powódź nie spowodowała w jej mieszkaniu żadnych szkód. Zalane zostało tylko podwórko, piwnice i parter. O powodzi opowiada bez napięcia, raczej z uczuciem mającym odcień zabawy. Rano po obudzeniu słyszała jakieś głośne rozmowy. Myślała, że coś się dzieje u sąsiadów. Kiedy podeszła do okna i ujrzała Odrę na podwórku, a potem na klatce schodowej zobaczyła tyle wody, pomyślała sobie, że nie będzie musiała sprzątać bloku. Przez cały czas obecny był z nią jej mąż i jego kolega. Dawali sobie radę. Nie była zdenerwowana, raczej zdziwiona. Powódź zakłóciła jej funkcjonowanie, lecz nie ma zamiaru udawać, że ją bardzo przeżyła. Było to – jej zdaniem – słabe przeżycie. W skali oceny przeżycia powodzi – 2 punkty. W trakcie dalszych rozmów w żadnych okolicznościach nie wraca do tematu powodzi. Jest zadowolona z małżeństwa i rodziny. Zarabiają razem około 900 zł i to jej starcza na życie. Miała bardzo nieszczęśliwe dzieciństwo (styl przywiązania: lękowo-ambiwalentny). Ojciec był alkoholikiem. Robił straszne awantury, podczas których jej dwie siostry uciekały, ale ona zawsze zostawała z matką gotowa jej bronić. Matka była tak zajęta ojcem, że często nie gotowała obiadu, zaniedbywała dom. Czasami nie było co jeść. Ona jednak zawsze wspierała matkę. Starła się osłonić ją przed uderzeniami pijanego i wściekłego ojca. Uważa, że była i jest silna. A jednak podczas tej rozmowy załamuje się i zaczyna płakać, chociaż do tej pory relacjonowała wszystko z dużym spokojem. Stan ten wywołało wspomnienie, które Magda zalicza do najboleśniejszych w swoim życiu. W wieku 14 lat matka oddała ją do domu dziecka. Przebywała tam do 17 roku życia. „Nie wyobraża sobie Pani, czym był dla mnie dom dziecka, to było więzienie”. Nigdy nie zapytała

matki, dlaczego to zrobiła, ale w jej sercu jest głęboki żal i wspomnienie rozpaczki tamtych lat. Wolała być przy boku matki w dramatycznych warunkach stwarzanych przez ojca, niż w domu dziecka. Nigdy nie zadane pytanie, dlaczego matka to zrobiła, powracało często, ponieważ to właśnie ona była największą podporą matki. Tego jej nie umie wybaczyć. „Moje dzieciństwo było takie straszne, że wszystko, cokolwiek się teraz zdarza wydaje mi się lepsze” – mówi. Uważa, że to nieszczęśliwe dzieciństwo dało jej siły (uodporniło ją). Teraz ma szczęśliwą rodzinę, powódź nie była dla niej straszna.

(c) Wyniki testów

Skala Jakości Życia. W skali pomiarowej jakości życia w 17 jego dziedzinach (ABCDEFGHIJKLMNQRST) podaje ocenę wskazującą na zadowolenie. Niezadowolone dotyczy zabezpieczenia bytu (L), a wynik neutralny – osiągniętych wyników w nauce (G) i posiadanego wykształcenia (J). W pomiarze szczęścia określa je cyfrą 2 (trochę szczęśliwa).

Kwestionariusz STAI. Pomiar lęku jako stanu odnoszony do osób z nerwicą znacznie poniżej przeciętnej. WS – 32, sten 1. Lęk jako cecha, WS = 32, poniżej skali stenowej dla neurotyków.

(d) Omówienie wyników

Słabe przeżycie powodzi. Prawdopodobnie interpretacja przedstawiona przez nią samą jest trafna. Nieszczęśliwe dzieciństwo uodporniło ją. Sprzyjał temu brak predyspozycji do reagowania lękiem. Zdarzeniem życiowym, któremu nadała ważne znaczenie i które wywołało zmianę w jej systemie psychicznym nie była powódź, lecz przebywanie w domu dziecka. Fakt ten zinterpretowała bowiem jako odrzucenie jej przez matkę. Jej życiem jest rodzina, dobre wychowanie dzieci. We własnej rodzinie jest szczęśliwa i bezpieczna. Ma niewysokie wymagania w stosunku do życia. Całkowity brak postawy roszczeniowej (brak braku).

Przeżycie powodzi nie spowodowało niekorzystnych następstw w psychice badanej. Nie występuje podwyższony poziom lęku, badana odczuwa zadowolenie z większości dziedzin życia, jest obecnie szczęśliwa. Ze słabym przeżyciem powodzi interferują zdarzenia wcześniejsze o doniosłym znaczeniu, które przy silnej strukturze psychicznej i wsparciu osoby bliskiej, a także nie zaistnieniu strat materialnych zminimalizowały siłę tego przeżycia.

(C) Przypadek 3: RENATA

(a) Dane ogólne

Ma 29 lat. Troje dzieci w wieku 3, 4 i 5 lat. Jest mężatką. Wykształcenie podstawowe. Pracowała w mleczarni. Po powodzi straciła pracę. Choruje na łuszczycę, tarczycę.

(b) Dane z wywiadu i obserwacji

Przeżyła powódź w swoim mieszkaniu na drugim piętrze, które nie zostało zalane. Była jednak w mieszkaniu z trójką małych dzieci sama. Mąż był w trasie (jest kierowcą). Pamięta przerażenie, jakie odczuwała, gdy w nocy Odra podchodziła pod ich dom. Wyrażała żal, że nikt ich nie uprzedził o nadchodzącej fali powodziowej, została zaskoczona, nie mogła się przygotować do tego, co się stało. Miała jednak pod opieką trójkę dzieci, więc musiała być silna. Nie wie do dzisiaj, dlaczego przez kilka następných dni nie uzyskała żadnej pomocy. Była bezradna. Nikt nie dostarczył jej ani pożywienia, ani też wody pitnej, chociaż nad miastem latały śmigłowce, krążyły amfibie. Trzeciego dnia zrozpaczona postanowiła wyjść z domu, by zdobyć przede wszystkim wodę dla dzieci. Kiedy znalazła się na ulicy, woda podchodziła jej pod szyję. Brnęła więc w tej skażonej wodzie zanurzona po szyję, choć wiedziała, że jej choroba (łuszczycyca) jeszcze bardziej da znać o sobie. Tak też istotnie było. Renata miała całą skórę pokrytą czerwonymi pęcherzykami. Starła się zasłaniać, kiedy rozmawiała ze mną. Była bardzo spokojna, wyczuwałam w niej zagubienie. Mówiła, że nie oczekuje niczego dobrego od życia. Przeżycie powodzi było silnym stresem. Przyglądała się cierpieniu zwierząt. Pozostało to w jej pamięci. W skali pomiarowej dotyczącej przeżycia powodzi – 6 punktów.

Jej dzieciństwo było bardzo nieszczęśliwe. Ojciec – alkoholik awanturował się, bił matkę. W domu było siedmioro rodzeństwa. Byli biedni. Styl przywiązywania się rozpoznaje jako unikający. Nie czuła się kochana przez rodziców. Mimo wszystko jest mocno związana z matką. Bardzo przeżyła operację serca matki, opiekowała się nią. Jej małżeństwo nie jest udane. Sama zajmuje się dziećmi, ponieważ mąż rzadko bywa w domu.

Silnym, pozostawiającym ślad w jej psychice przeżyciem była śmierć nowo narodzonego dziecka. To było gorsze niż powódź – mówi. Przeżyła koszmar w dniu swego ślubu, kiedy to odkryła, że powiesił się w ich mieszkaniu wujek.

W naszej rozmowie skupiona jest bardziej na swoim wcześniejszym życiu niż na powodzi. Martwi się chorobą tarczycy. Ma guzy. Niestety, nie ma pieniędzy na skomplikowaną diagnozę i leczenie poza placówkami państwowej służby zdrowia. W tych ostatnich, oczekiwanie na swoją kolejkę trwa wiele miesięcy, a w konsekwencji i lat. Musi wychować trójkę małych dzieci. Jest zaniepokojona przyszłością, głównie z powodu stanu swojego zdrowia. Mimo wszystko uważa, że nie jest nieszczęśliwa.

(c) Wyniki badań diagnostycznych

Skala Jakości Życia. Badana jest zadowolona z trzech dziedzin życia: I. życie w Polsce, Q. praca, K. zadowolenie z siebie (wyszła za mąż, urodziła trójkę dzieci). Niezadowolenie dotyczy 11 dziedzin życia (ABDEFGJLPRT). Nie satysfakcjonuje jej między innymi standard życia, mieszkanie, zabezpieczenie bytu, zdrowie, a także życie rodzinne i odnalezienie swego miejsca w życiu. W pomiarze poczucia szczęścia określa je cyfrą 2 – trochę szczęśliwa.

Kwestionariusz STAI. Pomiar lęku stanu ($WS = 32$) poniżej przeciętnej dla neurotyków. Pomiar lęku jako cechy ($WS = 60$) wykazuje średni poziom nasilenia lęku u osób z nerwicą (5 sten).

(d) Omówienie wyników

Przeżycie powodzi było zdarzeniem doniosłym. Badana wprawdzie nic nie straciła (poza pracą, przynajmniej na pewien czas, zanim miną skutki powodzi), ale przeżywała to zdarzenie sama bez jakiegokolwiek wsparcia społecznego zarówno ze strony bliskich, jak i obcych ludzi. Nauczyła się liczyć na siebie i nie oczekuje pomocy od innych, a tym bardziej się jej nie domaga. Takiej postawie sprzyjał prawdopodobnie styl przywiązywania się z dzieciństwa, kiedy to nauczyła się nie ujawniać potrzeby bliskiego kontaktu, ponieważ wszystkie jej próby w tym kierunku kończyły się niepowodzeniem.

W kontakcie ze mną ujawnia dużo obaw o swoje zdrowie, troskę o byt rodziny, niezadowolenie z pożycia małżeńskiego, ale jednocześnie nie uważa się za nieszczęśliwą. Jej szczęściem są dzieci i możliwość ich wychowywania. Choruje na łuszczycę i tarczycę, ale zauważalny jest także podwyższony poziom lęku w badaniu lęku jako cechy charakteryzujący osoby neurotyczne.

Przeżycie powodzi było zdarzeniem silnie stresującym i współwystępowało z całkowitym brakiem wsparcia społecznego. Badana była sama w zmaganiu się ze skutkami żywiołu. Zarówno niezadowolenie z życia, jak i występowanie objawów nerwicowego funkcjonowania nie można łączyć tylko z przeżyciem powodzi. Złożyły się na to traumatyzujące doświadczenia życiowe z przeszłości. W jej przypadku nie stanowiły one czynnika uodporniającego na przyszłe traumatyzujące wydarzenia, przeciwnie, sprzyjały pojawianiu się bezradności i nastroju depresyjnego, któremu przeciwdziała – jak się wydaje – przede wszystkim silne poczucie odpowiedzialności za wychowanie dzieci.

(D) Przypadek 4: EWA

(a) Dane ogólne

Ma 26 lat. Ukończyła Liceum Ekonomiczne. Mężatka. Dwoje dzieci: 4 i 5 lat.

(b) Dane z wywiadu i obserwacji

W powodzi nie poniosła żadnych strat. Mieszkała w budynku, w którym woda doszła tylko do parteru. Była przestraszona, ponieważ nikt się tego nie spodziewał, ale przez cały czas był przy niej mąż i w końcu nic im się nie stało. Nie mówi o powodzi. Prawdopodobnie dlatego, że znajduje się wśród kobiet, które powódź dotknęła znacznie bardziej niż ją, o czym wszyscy wiedzą, ponieważ pochodzą z tej samej dzielnicy, a niekiedy nawet z tej samej ulicy. Przeżycie powodzi ocenia w przyjętej siedmiopunktowej skali na 5 punktów.

Jej dzieciństwo – jak twierdzi – było dobre. Jednak w dalszej rozmowie okazuje się, że rodzice byli bardzo zapracowani i nie mieli czasu dla dzieci. Miała wątpliwości, czy jest przez nich kochana. Pragnęła, by kontakt ten był bliższy. Styl przywiązywania się: lękowo-ambiwalentny. Niechętnie mówi na temat dzieciństwa. (Jestem przekonana, że nie powiedziała mi całej prawdy o tamtym okresie jej życia). Szybko przechodzi na temat związany z jej obecnym życiem rodzinnym. Jest bardzo nerwowa – oznajmia, ponieważ 5 lat temu straciła nowo narodzone dziecko. Stało się to zaraz po porodzie bliźniąt. Przeżyła dziewczynka (pięcioletnia córeczka, która jest tutaj z nią), natomiast chłopiec w dwa dni po porodzie zmarł. Do dnia dzisiejszego czuje niechęć do swojej córki. „Kiedy na nią patrzę, myślę jak by wyglądał mój synek, gdyby żył”. Niechęć ta jest widoczna dla wszystkich. Pozostałe matki,

a także i obsługa ośrodka wczasowego z przerażeniem patrzą na jej agresywne zachowanie w stosunku do córki. Bije ją przy ludziach, w stołówce, kiedy dziecko nie może zjeść obiadu, bije kiedy jest niegrzeczna. Agresywne zachowanie matki kierowane jest także na młodszą córkę. Inna matka przebywająca z nią w jednym domku opowiada o jej aktach agresji w stosunku do córek. Ewa nie ukrywa, że szczególnie nie lubi starszej córki. Jest jednak zazdrosna, gdy córka przytula się do opiekunek na wczasach. „Ma matkę, a przytula się do p. Ani” – mówi do mnie.

Nigdy nie pogodziła się ze śmiercią synka, chociaż wie, że gdyby przeżył, byłby niepełnosprawny. Kiedyś była bardzo wierząca, teraz religia i wiara w Boga mniej ją interesuje. Jest w niej gniew. Ma bardzo dobrego męża, a jeśli jej życie rodzinne nie jest szczęśliwe, to dużo w tym jej winy. Po tym wyznaniu stara się mnie unikać. Nie rozmawia ze mną. Kontaktuje się natomiast ze studentką, która konsultuje się ze mną. Popada w konflikt z pozostałymi matkami interweniującymi z powodu jej agresji w stosunku do córek. Do końca pobytu nie zmienia jednak swojego zachowania w stosunku do dzieci.

(c) Wyniki badań diagnostycznych

Skala Jakości Życia. Wyraża zadowolenie z 5 dziedzin życia: A (życie towarzyskie), D (czas wolny) F (wolność osobista), H (standard życia), R (życie rodzinne). Niezadowolona jest z 4 dziedzin: L (zabezpieczenie bytu), M (uczestnictwa w kulturze), O (rozwoju duchowego), T (odnalezienia swego miejsca w świecie). W pozostałych 11 dziedzinach – poziom neutralny. Poczucie szczęścia ocenia na 2 pkt.

Kwestionariusz STAI. Lęk na poziomie przeciętnym dla osób neurotycznych (WS = 52, sten 5). Lęk cecha na poziomie przeciętnym dla osób neurotycznych (WS = 58, sten 5).

(d) Omówienie wyników

Skutki przeżycia powodzi nie są widoczne w zachowaniu badanej. Ma osobowość neurotyczną. W stosunku do dzieci ujawnia cechy podwójnego związania. Przez cały czas przeżywa problem śmierci dziecka. Dominującym uczuciem jest gniew i pretensja do Boga, że odebrał jej dziecko. Nie przyjmuje argumentów wyjaśniających tamto traumatyzujące zdarzenie lub stwarza pozory, że ich nie przyjmuje. Powieli uraz z dzieciństwa w odniesieniu do swoich dzieci, kiedy to musiała zabiegać o zainteresowanie rodziców, ponieważ kontakt z nimi był trudny, nie

dawał jej poczucia bezpieczeństwa i nie zaspokajał potrzeby miłości (styl lękowo-ambiwalentny). Dzieci boją się jej (w momencie odjazdu z miejsca ich zamieszkania tuliły się do ojca, nie chciały jechać z matką), co budzi w niej jeszcze większy gniew. Konieczna jest długotrwała psychoterapia.

Przeżycie powodzi współwystępuje ze znacznie silniejszymi, wcześniejszymi dwoma urazami: z dzieciństwa i śmiercią własnego dziecka. Skutki związane z podwyższonym poziomem neurotyzmu nie mogą być łączone z powodzią.

(E) Przypadek 5: ZOFIA

(a) Dane ogólne

Ma 42 lata. Ukończyła Technikum Chemiczne. Nie pracuje. Wychowuje czworo dzieci w wieku: 20, 16, 15, 2,5 lat. Przyjechała z najmłodszym dzieckiem.

(b) Dane z wywiadu i obserwacji

Zofia nie mówi wiele o powodzi, chociaż twierdzi, że przeżyła ją w stopniu średnim w skali oceny siły przeżycia – 5 punktów). Woda nie zalała jej mieszkania. Nie doszła do wysokości parteru, gdzie mieszka, brakowało 20 cm. Jednak potworne zaskoczenie napływającą falą (twierdzi, że przeżyła szok o drugiej w nocy, gdy zobaczyła, co się dzieje, gdy prąd wody wdierał się do domu) i niepokój o to, co mogło zdarzyć się innym ludziom, a także antycypowany lęk co dalej będzie, spowodowało, że z każdą chwilą bała się coraz bardziej, aż do momentu, gdy zobaczyła, że coś się w mieście dzieje. Jako pozytywny odnotowała fakt, że informacje zaczęła przekazywać lokalna stacja radiowa, której – jak twierdzi – mieszkańcy najwięcej zawdzięczają, pojawiły się amfibie itp. To ją trochę uspokoiło. Słuchała komunikatów radiowych. Nie czuła się bezradna. Nie musiała się obawiać, bo nie była sama. Był z nią mąż i dzieci. Uspokajali ją. Jej rodzina jest szczęśliwa. Małżeństwo Zofii trwa już ponad 20 lat. Potrafi się zawsze porozumieć z mężem. Nie kłócą się. Na pytanie – jak to jest możliwe – odpowiada, że obydwójce idą na kompromis. Ma szczęście, ponieważ pomaga jej finansowo siostra, która wyemigrowała do Niemiec.

Jej dzieciństwo nie było szczęśliwe, dlatego bardzo pragnęła udanego małżeństwa i szczęśliwej rodziny. Jest szczęśliwa, że to się jej udało. Bardzo kochają najmłodsze dziecko, które urodziła na krótko przed czterdziestym rokiem życia. Nie chciała, by w jej rodzinie zdarzyło się to, czego doznała w swoim dzieciństwie.

Ojciec był alkoholikiem. Styl przywiązywania się w dzieciństwie określiła jako unikający.

Jej rodzice rozeszli się. Bardzo ciężko im się żyło. Straciła na wiele lat kontakt z ojcem, ale jednak kiedy umierał, zajęła się nim. Przed śmiercią wybaczyła mu wszystkie krzywdy, które zgotował swojej rodzinie. Powiedziała do mnie, że „alkoholik jest bardziej chory niż chory na raka”. Jest ciepła, wyrozumiała i zainteresowana życzliwie losem innych ludzi. Mówi, że nie może znieść agresywnego stosunku Ewy (przypadek 4) do swojej córki, próbuje jej tłumaczyć niewłaściwość tego zachowania. Martwi się o wszystko i o wszystkich, wykazując zapewne (nie badałam tego) wyższą niż przeciętną wrażliwość empatyczną. Mówi, że ufa ludziom, wierzy im, lecz gdy się zawiedzie, jest niezadowolona z siebie, ze swojej łatwości.

(c) Wyniki badań diagnostycznych

Skala Jakości Życia. Poziom zadowolenia z życia jest neutralny tylko w trzech dziedzinach: życie towarzyskie (A), posiadane wykształcenie (J) i związane z tym wyniki w nauce w młodych latach (G).

Niezadowolenie z życia dotyczy tylko jednej dziedziny – poszerzania własnych zainteresowań (N). Pozostałe dziedziny życia dają jej zadowolenie, zwłaszcza życie rodzinne (R), standard życia (H), a także życie w Polsce (I) oraz odnalezienie swojego miejsca w świecie (T). Jest szczęśliwa. Nie potrzebuje, jak twierdzi – niczego więcej w życiu.

Kwestionariusz STAI. Pomiar lęku jako stanu odnoszony do osób z nerwicą znacznie poniżej przeciętnej (WS = 30, sten 1), lęk jako cecha – podwyższony (WS = 59, sten 5).

(d) Omówienie wyników

Zofia przeżyła powódź w średnim stopniu. Bardziej martwiła się o innych niż o siebie i swoją rodzinę. Lęk jako stan nie jest podwyższony, natomiast jako cecha osiąga poziom przeciętny dla neurotyków. Jest osobą wrażliwą na cudzy los. W życiu jej widoczne są cechy osób wrażliwych, a zwłaszcza umiejętność zrozumienia drugiego człowieka i wybaczenia mu. Była jedyną z rodziny, która zajęła się umierającym ojcem, choć miała powody, by żywić do niego urazę. Jej wrażliwość

widoczna jest w podwyższonym poziomie lęku jako cechy, jednak nie można tego faktu kojarzyć z powodzią. Można natomiast przypuszczać, że dotychczasowe zdarzenia życiowe, zwłaszcza w obecnym życiu rodzinnym umacniały jej poczucie bezpieczeństwa. Podwyższony poziom lęku jako cechy i wrażliwość mogą wiązać się z jednej strony z genetyczną predyspozycją do reagowania lękiem (Eysenck, 1995) i doświadczeniami z dzieciństwa. Cechy te spowodowały, że przeżyła sytuację powodziową, która bezpośrednio nie zagroziła jej bezpieczeństwu bardziej, niż osoba o przeciętnym poziomie wrażliwości (por. przypadek 2).

(F) Przypadek 6: ANNA

(a) Dane ogólne

Ma 44 lata. Dwoje dzieci: córka: 22 lata i syn – 5 lat. Ukończyła Liceum Ogólnokształcące. Pracuje jako urzędniczka.

(b) Dane z wywiadu i obserwacji

Powódź nie zniszczyła jej mieszkania, woda nie doszła do piętra. Zaskoczenie potężną falą powodziową, która nadeszła w nocy wywołało jednak u niej przerażenie, które utrzymywało się aż do kontaktu z osobami bliskimi, zwłaszcza z córką. Wcześniej kontaktowała się z sąsiadami, rozmowy te trochę pomagały zmniejszyć lęk. Była sama z małym synkiem (z nim przyjechała na wczasy). Twierdzi, że przeżyła powódź, ale jednocześnie zdaje sobie sprawę, że jej przeżycie w porównaniu z tym, co przeżyła Ada (przypadek 1), której relacje były wstrząsające, było słabsze (5 punktów w siedmiostopniowej skali). W końcu nic się nie stało ani jej, ani dziecku, niczego też nie straciła.

W jej życiu tylko jedno zdarzenie miało niezwykle ważne znaczenie. Była to operacja raka sutka, którą przeżyła 1,5 roku temu. Nie była to, niestety, początkowa faza choroby. Czopy komórek rakowych znajdowały się w naczyniach limfatycznych. Została poddana radioterapii i chemioterapii. Nie opowiada o cierpieniach związanych z chorobą. Wyraża tylko niepokój, czy zdąży wychować swojego synka. Jest bardzo spokojna i zrównowazona. Pyta łagodnym tonem i spojrzeniem, czy mogę jej potwierdzić, że ma szansę przeżycia. Potwierdzam. Uważa, że osiągnęła spokój wewnętrzny tylko dlatego, że z jednej strony może liczyć na pomoc córki

(pielęgniarki) oraz matki, z drugiej strony natomiast znalazła ukojenie w wierze. „Cenię każdy przeżyty dzień – mówi. Choroba spowodowała, że nauczyłam się cieszyć życiem. Bardzo mi w tym pomaga wiara”.

Od kilku lat żyje w separacji z mężem. Nie boleje nad tym, ponieważ mąż (pracownik fizyczny) z powodu swojego skąpstwa i trudności w porozumiewaniu się był tylko uciążliwy. Nie dawał jej pieniędzy na życie, więc i tak żyła za zarobione przez siebie pieniądze. Nie była szczęśliwa w małżeństwie. Szczęśliwe było natomiast jej dzieciństwo. Rodzice byli ze sobą w bliskim kontakcie. Wiedziała, że zawsze może na nich liczyć. Czuła się kochana i wartościowa. Żałuje, że nie udało jej się stworzyć własnej szczęśliwej rodziny.

Podczas pobytu na wczasach Anna wraca do rozmów na temat swojej choroby włączając w to inne osoby pełniące funkcje opiekunów, zwłaszcza pielęgniarkę. Nie jest to jednak ani skarga na nieszczęśliwy los, ani chęć obciążania swoim cierpieniem innych, lecz szukanie potwierdzenia swojej nadziei na przeżycie. W rozmowie ze mną w znacznie większym stopniu koncentruje się na chorobie niż powodzi.

(c) Wyniki badań diagnostycznych

Skala Jakości Życia. W skali pomiarowej jakości życia wykazuje niezadowolenie z posiadanego wykształcenia (J) i z samej siebie (K). Wynik neutralny dotyczy 6 dziedzin życia (AELMRS), dotyczących głównie zabezpieczenia bytu, mieszkania, życia rodzinnego i towarzyskiego.

Zadowolona jest natomiast z miejsca, w którym żyje (CI), towarzyszącej jej radości życia (P) i pracy zawodowej (Q).

Kwestionariusz STAI. Pomiar lęku jako stanu – WS = 45, sten 4, poniżej przeciętnego poziomu dla osób neurotycznych. Lęk jako cecha WS = 49, sten 3, poniżej przeciętnego poziomu dla osób neurotycznych.

(d) Omówienie wyników

Anna przeżyła powódź w średnim stopniu. W zmniejszeniu przerażenia pomógł jej kontakt z bliskimi osobami. Przeżycie to było jednak znacznie słabsze, niż wcześniejsze związane z operacją raka sutka. Mimo to zachowała radość życia. Jest zadowolona lub traktuje neutralnie wiele dziedzin życia. Niezadowolona jest

głównie z tego, że nie osiągnęła w życiu więcej rezygnując z dalszej nauki po szkole średniej. Lęk jako stan jest nieco wyższy niż lęk jako cecha, choć w obu przypadkach poziom jego jest niższy, niż przeciętny w grupie odniesienia złożonej z osób neurotycznych. Nieznacznie wyższy poziom lęku jako stanu jest tu jednak bardziej związany z niepokojem o swoje życie, niż z przeżyciem powodzi. Miała szczęśliwe dzieciństwo, do dziś zachowała dobry kontakt z matką. Ma również oddaną córkę i synka, za którego los czuje się odpowiedzialna. Prawdopodobnie te czynniki, jak i głęboka wiara pomagają jej utrzymać radość życia i zadowolenie z niego, mimo śmiertelnego zagrożenia.

Interpretacja przedstawionych przypadków

Interpretacja zebranego materiału musi być dokonana na tle kontekstu czasowo-przestrzennego, w jakim znalazły się matki w momencie badania. Po pierwsze – minął miesiąc od tamtego stresującego zdarzenia, po drugie – były oddalone od swojego miejsca zamieszkania o wiele kilometrów, cieszył ich zapach lasu i świeżego powietrza (wyjeżdżały z miasta cuchnącego zgnilizną), a nade wszystko były zdumione napotykaną życzliwością ludzi z północy.

Już w momencie przyjazdu do miejscowości W. przeżyły pierwszą sytuację terapeutyczną (zdają sobie sprawę, że była ona ryzykowna). Jej istotę stanowiła przeprawa promem przez Zalew Koronowski, by dostać się do miejsca zakwaterowania. Czas trwania całkowicie bezpiecznego przejazdu przez wąski pas wody wynosił 4 minuty. (Prom kursuje tam w sezonie przez cały dzień. Jest swego rodzaju atrakcją turystyczną). Przed wejściem na prom zastosowane zostało skojarzenie nadchodzącej sytuacji lękowej z nagrodą².

W ośrodku wczasowym spotkały się zarówno z dużą serdecznością, jak i wysokim standardem zajmowanych pomieszczeń.

Badania indywidualne matek rozpoczęłam już następnego dnia po uprzedniej, długiej rozmowie prowadzonej z całą grupą kobiet na leśnej polanie przy pięknej,

² Kiedy matki z dziećmi dotarły autokarem do promu, podszedł do nich wczasowicz, który zapytał: „Skąd jesteście, z terenu powodzi?” „Nie umiem pomagać, ale chciałbym coś dla was zrobić”. Wyjął z portfela 100 zł i wręczył je matkom. „Kupcie coś dzieciom” – powiedział. Zdarzenie to odwróciło uwagę od czekającej ich przeprawy promem. Potem kilkakrotnie przeprowały się z dziećmi promem przez zalew przy okazji organizowanych wycieczek. Nie wykazywały oznak lęku.

słonecznej pogodzie. Rozmowa ta dotyczyła wyłącznie powodzi. Kobiety głośno i często jedna przez drugą relacjonowały przebieg zdarzeń w swoim mieście.

Wymienione wyżej warunki: *czas, jaki upłynął od momentu powodzi, zmiana miejsca pobytu, możliwości wypowiedzenia, a nawet wykrzyczenia swoich przeżyć, związanych z powodzią podczas grupowego spotkania, a także bezpieczna przeprawa promem przez zalew* mogły prawdopodobnie złagodzić siłę przeżycia powodzi, a tym samym wywrzeć wpływ na wyniki badań, a zwłaszcza pomiar lęku jako stanu. Można z dużym prawdopodobieństwem przypuszczać, że miesiąc wcześniej, wyniki dotyczące zarówno stopnia przeżycia powodzi, jak i lęku jako stanu byłyby zapewne wyższe.

Prezentowane badania muszą być zatem rozpatrywane w świetle wyżej wymienionych składników sieci kauzalnej. Wszelka zmiana warunków mogłaby również zmienić niektóre wyniki badania. Najbardziej nie podatne na zmianę warunków byłyby prawdopodobnie wspomnienia z dzieciństwa i znaczenia, jakie osoby badane nadały wcześniejszym zdarzeniom.

Zanim przejdę do przedstawienia odpowiedzi na postawione problemy badawcze, dokonam krótkiego podsumowania prezentowanych tu studiów przypadku.

Z przeprowadzonych badań klinicznych wynika, że:

1. Z 6 badanych matek przeżycie powodzi miało znamiona urazu w jednym przypadku. Badana (Ada) podkreślała utratę dorobku całego życia jako najistotniejszego czynnika jej ostrej reakcji na stres popowodziowy w pierwszych dniach po tym zdarzeniu. Przeżyciu powodzi nadaje wyjątkowe znaczenie, jako najbardziej doniosłemu w jej życiu zdarzeniu. Podwyższony poziom lęku stanu w miesiąc później świadczy o reakcji przewlekłej na stres popowodziowy, tym bardziej, że lęk jako cecha nie jest podwyższony.

2. Tylko jedna matka (Magda) uznała, że przeżycie powodzi nie było zdarzeniem stresującym. Zrozumienie różnic w stopniu przeżycia powodzi przez dwie kobiety (Adę i Magdę), pochodzące z tego samego obszaru dotkniętego powodzią (z tej samej ulicy) wymaga wniknięcia w ich świat znaczeń, doświadczeń i wartości, a także typu osobowości, struktury psychicznej. Magda nie straciła niczego w powodzi. Dla Ady dobra materialne, standard życia były bardzo ważne. To istotna różnica. Czy jednak tylko dlatego, że nic nie straciła nie nadaje znaczenia przeżyciu powodzi? Zapewne, nie. W jej życiu znaczenie miały inne, głęboko nią wstrząsające zdarzenia z dzieciństwa, przy których powódź była tylko chwilowym zakłóceniem funkcjonowania. Natomiast Ada żadnemu z wcześniejszych zdarzeń nie nadała ta-

kiego znaczenia (nawet rozejściu się z mężem). Powódź była zatem dla niej pierwszym urazowym przeżyciem.

3. Przeżycie powodzi o znaczeniu mniej doniosłym, niż w przypadku Ady, ale pozostawiające w pamięci ślad przerażenia występuje u Renaty. Siła tego przeżycia wynikała w dużym stopniu z lęku o dzieci przy braku obecności osoby bliskiej. Nie straciła dorobku swojego życia, ale straciła chwilowo pracę. Nie wie, czy będzie po powodzi dalej zatrudniona. W przeciwieństwie do Ady, nie eksponuje swojej osoby i doznanych cierpień, choć wykazała dużo odwagi, by brnąć w wodzie po szyję ulicą, gdzie były miejsca, w których mogła stracić grunt pod nogami. W przypadku Renaty powódź była kolejnym zdarzeniem osłabiającym jej system nerwowy, zdarzeniem interferowanym z przeżyciami z dzieciństwa, z nieudanym pożyciem małżeńskim i doświadczeniami związanymi ze złym stanem zdrowia. W tym znaczeniu powódź wzmocniła jej nerwicowe, lękowe funkcjonowanie.

4. Zofia, której bezpieczeństwo zapewnia szczęśliwe życie rodzinne, udane małżeństwo, przeżyła powódź w średnim stopniu. Jest jednak osobą o podwyższonym poziomie lęku i prawdopodobnie brak wspomnianego wyżej uwarunkowania (poczucia bezpieczeństwa), znacznie zwiększyłby stopień przeżycia powodzi. W jej życiu pojawiały się wcześniej zdarzenia stresujące o dużej doniosłości, trudno jednak powiedzieć, na ile interferowane one były z ostatnim zdarzeniem. Przypuszczać jedynie można, że nieszczęśliwe dzieciństwo przyczyniło się do lęklivego funkcjonowania w dorosłym życiu, a oparcie we własnej rodzinie, odczuwane bezpieczeństwo – lękliwość tę łagodziło. W tym znaczeniu i tu mamy do czynienia z interferowaniem się zdarzeń.

5. Zdecydowanie innym, w porównaniu z poprzednimi, przypadkiem jest Ewa. Nadała znaczenie tylko jednemu zdarzeniu traumatyzującemu w jej życiu – śmierci dziecka. Uraz ten daje ciągle znać o sobie. Jakkolwiek mamy tu do czynienia z urazem, który zmienił jej zachowanie, nie jest on wynikiem powodzi. Przeżycie powodzi jest interferowane z wcześniejszym, znacznie bardziej doniosłym przeżyciem urazowym.

Podobnie można interpretować studium przypadku Anny. I tu przeżycie powodzi interferowane jest z wcześniejszym – operacja raka, któremu badana nadała ważne znaczenie.

W pozostałych 3 przypadkach, których opisów nie zamieściłam ze względu na to, że badane osoby nie spełniały kryterium bezpośredniego zetknięcia się z

powodzią (mieszkały w suchej części miasta), przeżycie powodzi określone było jako zdarzenie o średniej lub słabej sile, o którym pamięć powoli się zaciera. Żadna z tych osób nie miała zalanego mieszkania i nie poniosła strat materialnych. Dwie kobiety nie podały żadnych ważnych przeżyć przeszłości. Podczas powodzi miały wsparcie osób bliskich. Jedna – najstarsza z nich – przeżywała znacznie silniej niż powódź, śmierć swojego 20-letniego syna w wypadku samochodowym. Przypadków tych nie omówiłam, żeby uniknąć tendencyjności w interpretowaniu zebranych danych.

Przeprowadzone badania dają podstawy do odpowiedzi twierdzącej na pytanie zawarte w problemie I. Wcześniejsze zdarzenia życiowe, którym osoby badane nadają znaczenie ważnych, interferują przeżycie powodzi. Nie ma jednak jednoznacznych danych pozwalających na ustalenie, jakie konsekwencje może wywołać interferowanie się zdarzeń. W niektórych przypadkach, jak to wykazałam, zjawisko to prowadzi do osłabienia siły ostatniego przeżycia, w niektórych przyczynia się do zintensyfikowania jego siły. Porównanie przypadku Magdy i Zofii wskazuje, że urazowe przeżycie z dzieciństwa – pierwszą z nich uodporniło na przyszłe traumatyzujące wydarzenia – drugiej nie dało takiej odporności. Trzeba tu jednak zauważyć, że były to różne przeżycia urazowe. Obydwie kobiety wychowywały się w rodzinie z problemem alkoholowym ojca, ale tylko jedna z nich znalazła się w domu dziecka. Istotne jest także przypomnienie, że nie wszystko da się wyjaśnić w kategoriach wpływów środowiskowych.

Prawdopodobnie w analizowanym problemie istotną rolę odgrywać może nie tylko siła zdarzeń poprzedzających ostatnie wydarzenie, ale i czas, w którym one wystąpiły. Osoby takie, jak Ewa (śmierć dziecka), Anna (operacja raka) przeżyły traumatyzujące wydarzenia o dużej sile w ostatnich kilku latach. W tych przypadkach zdarzenie, które bezpośrednio nie zagroziło życiu czy zdrowiu nie zostaje zinterpretowane jako doniosłe, ważniejsze od poprzednich.

Na pytanie zawarte w problemie II odpowiadam również twierdząco. Uzyskane wyniki badań dają podstawę do przewidywania jakie warunki i jaki sposób reagowania badanych kobiet może przyczyniać się do niwelowania, bądź łagodzenia siły przeżycia zdarzenia traumatyzującego³.

³ Odpowiedź ta, oczywiście nie oznacza, że problem zostaje rozwiązany. Przeciwnie, tego typu wypowiedź może jedynie wskazywać kierunek badań z uwzględnieniem podejścia nomotetycznego.

Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzić mogę, że przeżycie powodzi jako zdarzenia krytycznego przebiegało u badanych matek według następującego wzorca: *percepcja zdarzenia* (zaskoczenie jego rozmiarami i przerażenie) – *szukanie wsparcia społecznego* u osób bliskich w celu przewycięzania skutków zdarzenia (uzyskanie, bądź nie uzyskanie wsparcia) – *podejmowanie aktywności w celu radzenia sobie z jego skutkami* (w zależności od rozmiarów zdarzenia i jego następstw, w indywidualnych przypadkach albo aktywność o różnym stopniu skuteczności, albo bezradność) – *nadanie mu znaczenia* (ocena, jakich cenionych wartości dotyczą skutki zdarzenia) – *reakcja na wydarzenie* (zakłócenie przystosowania, załamanie, reakcje fizjologiczne, wzrost poziomu lęku uwarunkowanego sytuacyjnie, bądź przeczekanie ze świadomością utrudnienia życia przez jakiś czas), *ponowne, posytuacyjne szukanie wsparcia społecznego* u instytucji.

Ponieważ skutki przeżycia powodzi u badanych kobiet miały znamiona odwracalności (nie wykazywały lęku przed wodą, przeprowały się promem, uczestniczyły w wycieczce statkiem), można przewidywać, że podany tu wzorzec reagowania przy skuteczności w zakresie jego trzech elementów: *uzyskania wsparcia społecznego od osób bliskich, następnie podejmowanie jakichkolwiek skutecznych prób radzenia sobie ze skutkami zdarzenia (aktywność) oraz uzyskanie pomocy od instytucji* (w tym przypadku uzyskanie zgody Caritasu na wyjazd z terenu zalanego, wyjazd zapewniający odpoczynek i możliwość odreagowania silnych przeżyć), spełnia wymogi psychoprofilaktyki w przypadku kobiet uczestniczących w traumatyzującym wydarzeniu. Stwierdzenie to traktuję jako hipotezę wymagającą dalszych badań.

Wnioski

1. Zastosowana procedura diagnostyczna pozwala ustalić, że stopień przeżycia powodzi przez badane kobiety zależał od:

- poniesionych strat materialnych, stanu zagrożenia życia i zdrowia,
- wrażliwości empatycznej (reakcja na spostrzegane cierpienie innych ludzi i zwierząt),
- własnej interpretacji zdarzenia (waga zdarzenia na tle wcześniejszych wydarzeń),

- obecności (lub jej braku) osób bliskich, wspierających,
- możliwości kontroli nad otoczeniem, poczucia, że nie jest się bezradnym.

2. Skutki przeżycia powodzi mające znamiona urazu popowodziowego pojawiały się przy: utracie najbardziej cenionych wartości (tu: dorobku całego życia), wrażliwości na cierpienie innych, braku wcześniejszych przeżyć o ważnym emocjonalnie znaczeniu oraz braku wsparcia społecznego w początkowej fazie wystąpienia zdarzenia⁴.

3. Z podwyższonym poziomem lęku jako stanu i cechy u badanych kobiet częściej współwystępowały wcześniejsze urazy niż przeżycie powodzi, względnie interferowane z powodzią zdarzenia traumatyzujące. *Ważne jest całe życie człowieka, jego przebieg i nadawane przeżyciom znaczenia.* Powódź jest tylko umiejscowiona w hierarchii innych zdarzeń, które czasami – jak wynika z badań – hartują, uodporniają, czasami wzmacniają siłę urazowego przeżycia. Pytanie, od czego to zależy może być problemem dalszych badań.

Przeprowadzone badania stwarzają więcej możliwości interpretacyjnych, które tu pominęłam z uwagi na ograniczone ramy artykułu.

Wszystkie przedstawione wnioski odnoszą się do kobiet biorących udział w badaniu. Pamiętać jednak należy o tym, że one same zgłosiły chęć wyjazdu na wezwanie Caritasu. Poważniejszym problemem jest natomiast – jak sądzę – dotarcie do tych ludzi, którzy przeżyli powódź i nie zgłaszali się po żadną pomoc. Z relacji badanych matek wiadomo mi, że tacy ludzie znajdowali się w ich miejscu zamieszkania.

LITERATURA CYTOWANA

- Aronson, E., Wilson, T. i Akert, R.M. (1977). *Psychologia społeczna*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Brose, H.G. (1990). Czas życiowy i czas w życiu. W: J. Włodarek i M. Ziółkowski (red.) *Metoda biograficzna w socjologii*. Warszawa-Poznań: PWN.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Ecological factors in human development in retrospect and prospect. W: H. McGurk (red.) *Ecological factors in human development*. Amsterdam, New York, Oxford, North-Holland Publishing Company.

⁴ Wniosek ten wyprowadzony jest tylko na podstawie jednego przypadku urazowego przeżycia powodzi, jaki stwierdziłam wśród 9 matek.

- Everly, G.H. i Rosenfeld, R. (1992). *Stres. Przyczyny, terapia i autoterapia*. Warszawa: PWN.
- Goleman, D. (1997). *Inteligencja emocjonalna*. Poznań: Media Rodzina of Poznań.
- Kaja, B. (1998). Lęk przed niepowodzeniem i wyuczona bezradność. *Forum Psychologiczne* II, 2, 63-74.
- Kendall, P.C. i Norton-Ford, J.D. (1992). Therapy outcome research methods. W: P.C. Kendall, J.N. Butcher (red.) *Handbook of research in clinical psychology*. New York: John Wiley i Sons.
- Łukaszewski, W. (1984). *Szanse rozwoju osobowości*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Sęk, H. (1993). Wybrane zagadnienia z psychoprofilaktyki. W: H. Sęk (red.) *Społeczna psychologia kliniczna*. Warszawa: PWN.
- Straś-Romanowska, M. (1995). *Na tropach psychologii jako nauki humanistycznej*. Warszawa-Wrocław: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Runyan, W.M. (1992). *Historie życia a psychobiografia*. Warszawa: PWN.
- Trempała, J. (1997). Koncepcje rozwoju psychicznego. Wiele czy jedna psychologia rozwoju? *Forum Psychologiczne*, II, 2, 3-21.