



---

## Historia urazu psychicznego

### Od hysterii jako przypadłości kobiet, przez nerwicę frontową u mężczyzn, do przemocy w rodzinie.

#### Wyjawienie sekretu jako czynnik leczący w procesie zdrowienia czyli rzecz o urazie psychicznym.

Osoba, która doświadczyła przemocy najchętniej pogrzebałaby wszystkie okrucieństwa, których doświadczyła w niepamięci. Aby wykluczyć je ze świadomości, zaprzecza wszystkim faktom i milczy zarówno dla dobra własnego, jak i dla społecznego porządku. Jednakże wtedy okazuje się, że milczenie wcale nie pomaga, a nawet szkodzi. Tłumione myśli, uczucia i wspomnienia przebijają się do świadomości i wpływają na nasze całe życie, pracę, szkołę, a nawet przeszkadzają w wykonywaniu codziennych czynności.

Warunkiem pełnego wyzdrowienia jednostki jest opowiedzenie prawdy, której trzeba stawić czoła mimo konfliktu pomiędzy pragnieniem zaprzeczania strasznym wydarzeniom, a potrzebą wykrzyknięcia ich na głos. Konflikt ten jest widoczny w sposobie opowiadania przez osobę doświadczającą przemocy, który jest wysoce emocjonalny, chaotyczny, pełen sprzeczności i luk. Obniża to jej wiarygodność, ale realizuje obie potrzeby naraz, zachowania tajemnicy i wypowiedzenia prawdy. Zbyt często bywa tak, że pragnienie zachowania sekretu przeważa, prawda nie zostaje ujawniona. Historia traumatycznego wydarzenia przejawia się jako syndrom, objawom psychicznego stresu na przemian towarzyszy odrętwienie oraz ponowne przeżywanie traumatycznego wydarzenia. Obecnie ten stan nazywamy dysocjacją, a przed laty nazywano objawami hysterii.

#### Osoby uwikłane w zjawisko przemocy

Jeśli przyczyną urazu jest katastrofa naturalna lub inne „zrządzenie losu” to można z czystym sumieniem badać i wspierać poszkodowanego. Jeśli jednak traumatyczne wydarzenie jest dziełem ludzkich rąk to badacz, obserwator i świadek zostaje uwikłany w konflikt między osobą doświadczającą przemocy, a osobą stosującą przemoc. Tego konfliktu nie da się inaczej rozwiązać niż poprzez zajęcie stanowiska. Najłatwiej stanąć po stronie prześladowcy, który żąda od nas jedynie bezczynności. Osoba doświadczająca przemocy wręcz przeciwnie żąda działania, zaangażowania i pamięci. Dlatego temat przemocy jest tak trudny bo wiąże się z kwestiami natury ludzkiej, zdolnością do zła oraz ludzką bezradnością.

Leo Eitinger, psychiatra i badacz hitlerowskich obozów koncentracyjnych stwierdził: „Społeczeństwo pragnie zapomnieć o wojnie i jej ofiarach, spuścić zasłonę milczenia na wszystko, co bolesne i nieprzyjemne. Obie strony stają ze sobą twarzą w twarz: ofiary, które być może chciałyby zapomnieć, ale nie mogą, a naprzeciwko nich ludzie, którzy – często z nieuświadomionych, ale poważnych powodów- nie tylko pragną zapomnieć, lecz z powodzeniem to czynią. Konflikt ten [...] bywa bardzo bolesny dla obu stron. Słabszy [...] przegrywa w tej niemej, nierównej walce”.

Zwłaszcza osobie stosującej przemoc zależy na tym, aby osoba doświadczająca przemocy zapomniała o zbrodni, których on dokonał, aby w ten sposób mógł nie ponosić za nie odpowiedzialności. Tajemnica i milczenie mu to wszystko ułatwia. Jeśli jednak nie może całkowicie uciszyć osoby doświadczającej przemocy, osoba stosująca przemoc będzie próbować podważyć jej wiarygodność. Do tego może stosować przeróżne metody: np zaprzeczać typu „ona kłamie, przesadza, do niczego nie doszło”, stosować



wyrafinowane racjonalizacje jak „Nie miałem innego wyjścia”, po oskarżenia w jej kierunku jak „Sama jest sobie wina”. W końcu bez wsparcia ze strony innych, obserwator może ulec pokusie i odwrócić się od osoby doświadczającej przemocy, nawet gdy jest cenionym i podziwianym członkiem społeczeństwa. Tak było również w przypadku żołnierzy, którzy wrócili z wojny i mimo, że odznaczeni zostali za bohaterstwo to mówili, że nikt nie chciał poznać prawdy o tym co działo się na wojnie. W momencie, gdy osobą doświadczającą przemocy jest kobieta lub dziecko, to z góry stawia ją na pozycji dyskryminowanej, a nawet przegranej. Osoba doświadczająca przemocy nie ma możliwości opowiedzenia swojej historii, gdy nikt jej nie słucha. Najbardziej dramatyczne wydarzenia z jej życia toczą się, więc poza rzeczywistością uznawaną przez społeczeństwo. Świadomość społeczna pewnych zjawisk jest znikoma bo osoba doświadczająca przemocy, ze swoją historią zazwyczaj zostanie przez nie odrzucona.

Utrzymanie w świadomości faktów przemocy wymaga społecznego kontekstu, który ją chroni i afirmuje. Taka rzeczywistość stwarza przymierze również między nią, a świadkiem. Na poziomie indywidualnym kontekst ten budują przyjaciele, partner i rodzina. Na poziomie społecznym taką rolę pełnią ruchy polityczne, które bronią praw słabszego. Jednak dopiero na gruncie polityczno- społecznym możliwe jest zgłębianie niektórych kwestii. Badania nad urazem wojennym były prowadzone, gdy podważono celowość poświęcania i wysyłania na pole bitwy młodych żołnierzy. Aby możliwe było analizowanie urazu w życiu seksualnym i rodzinnym musi zostać zakwestionowana zasada podporządkowania pozycji dzieci i kobiet. Badacze mając poparcie ze strony ruchów politycznych mogą wspólnie przeciwstawić się społecznym tendencjom do zaprzeczania i uciszania.

Takie zjawisko zostało potwierdzone w historii trzykrotnie. W republikańskiej, antyklerykańskiej atmosferze pojawiła się w XIX wiecznej Francji histeria, archetypowo kobiece zaburzenie psychiczne. Po pierwszej wojnie światowej i po wojnie w Wietnamie, gdy w Anglii i Stanach Zjednoczonych pojawiła się kwestia nerwicy frontowej, a załamanie kultu wojny oraz rozwój ruchów antywojennych stanowiło niezbędne tło polityczne. Trzecim ważnym wydarzeniem był problem przemocy seksualnej i rodzinnej, który ujrzał światło dzienne dzięki ruchom feministycznym z Europy Zachodniej i Ameryki Północnej. Wszystko to dało całościowy obraz jaki dziś posiadamy na temat urazu psychicznego.

### **Histeria jako przełomowe i kontrowersyjne odkrycie dolegliwości kobiecych**

Jednakże, aby zrozumieć czym jest uraz psychiczny, należy sięgnąć do przeszłości, w głąb historii. Początki jednakże nie były łatwe, gdyż dialektyka urazu sprawia, że świadkowie zapamiętują jedynie fragmenty obrazu przemocy, który ciężko jest im nazwać i opisać. Zeznając publicznie narażają na szwank swoją wiarygodność i ściągają na siebie to samo piętno, którym naznaczona jest osoba poszkodowana. Gdy rozpoczęto badania na ten temat, nie można było zostawić go bez echa.

Histeria budziła powszechne zainteresowanie, dopóki Freud nie wydał „Etiologii hysterii”, po której wszyscy się od niego odwrócili i pokryli temat znową milczeniem. Społeczna niechęć do wyników badań Freuda przyczyniła się w rezultacie do wycofania się i odwrócenia się samego Freuda. Dziś zachowanie Freuda określa się jako akt tchórzostwa. Jednakże niezależnie od tego jak słuszne i ważne byłyby jego odkrycia, to nie mogły zyskać akceptacji, bez społecznego i politycznego kontekstu wspierającego jego badania nad histerią. W końcu i badacze stracili zainteresowanie tematem i wycofali się ze świata transu, emocji i seksu



---

czyli świata hysterii. Nikt nie spodziewał się, że zainteresowanie histerią zabrnę tak daleko, że będzie trzeba słuchać kobiet znacznie częściej i uważniej niż kiedykolwiek.

Badaczy podziwiano za odwagę i wielkoduszność dopóki ich praca przypominała ideologiczną krucjatę. Gdy tylko polityczny i społeczny aplauz osłabł, badacze poczuli się zażenowani swoim zaangażowaniem w sprawy pacjentek oraz wynikami swojej pracy. Niespodziewano się, że badania nad histerią przyczynią się do odkrycia jej przyczyny- wykorzystywania seksualnego w dzieciństwie. Wykraczało to znacznie poza granicę tego, w co społeczeństwo mogło uwierzyć.

### **Ruch wyzwolenia kobiet jako pierwszy podjął działania w walce z przemocą**

Jednym z najważniejszych momentów w historii było działanie ruchu wyzwolenia kobiet i organizowanie przez nie wieców, dzięki którym do świadomości publicznej zaczęły docierać informacje o powszechnym stosowaniu przemocy wobec kobiet. Stworzyły one bowiem forum dla ukrywających się, załęczonych i niepewnych kobiet, które przekonane o społecznym piętnie z tym związanym, milczały, skrywając ponure sekrety.

Judith Lewis Herman wraz Lisą Hirshman 1976 roku stworzyły pracę na temat kaziroctwa, która początkowo krążyła nielegalnie w postaci rękopisu. Zaczęły dostawać listy od kobiet, które po raz pierwszy opowiedziały komuś swoją historię. W ten sposób kobiety doświadczające przemocy mogły podzielić się swoją historią z zachowaniem anonimowości. Jednakże do późnych lat wieku dziewiętnastego organizacje kobiece nie miały prawa do zwoływania publicznych zgromadzeń, ani publikowania własnej literatury. Mimo, że 1878 roku w Paryżu odbył się pierwszy Międzynarodowy Kongres Praw Kobiet to zwolennicy sufrażystek nie zostali dopuszczeni do głosu. Uznano, że ich głosy były zbyt rewolucyjne. Zwolennicy feministek wiedząc, że ich losy zależą od tego czy demokracja się utrzyma musieli wybrać podporządkowanie interesów swojego ugrupowania i zachować konsensus w republikańskiej koalicji.

### **Uraz psychiczny jako dolegliwość nie tylko kobieca, ale i dotykająca weteranów wojennych.**

Temat urazu na wiele lat zniknął z zainteresowania badaczy, aby powrócić wraz z wydarzeniami pierwszej wojny światowej. W ciągu czterech lat zabitych zostało ponad osiem milionów ludzi. Wraz z nimi legły w gruzach morale, wartości, przekonania i cała podstawa zachodniej cywilizacji. Wojna rozwiała wszelkie złudzenia o wojskowej chwale i męstwie podczas boju. Stres emocjonalny spowodowany długotrwałym wystawieniem na ryzyko nagłej śmierci, miesiące spędzone w okopach, bezradność i obserwowanie okrucieństw związanych z wojną sprawiły, że żołnierze załamywali się w zastraszającej liczbie. Niektórzy zachowywali się jak rozhisteryzowane kobiety i nie potrafili opanować szlochu ani krzyku. Inni zastygali, nie odzywali się, nie odczuwali emocji, nie reagowali na bodźce, a nawet tracili pamięć. Liczba zaburzeń była tak ogromna, że zapotrzebowanie na szpitale psychiatryczne przerosło wszelkie oczekiwania. Według badań brytyjskich, załamania nerwowe stanowiły 40% strat na polu walki. Dane te były zatrważające na czas, gdy każdy był przekonany o tym, że żołnierz powinien chlubić się walką, nie poddawać się przerażeniu i nie okazywać żadnej emocji. Mówiono, że ten, który przejawia objawy nerwicy wojennej ma słabszy organizm, jest symulantem, a nawet tchórzem. W środowisku wojskowym można było spotkać się z przekonaniem władz, że tzw. „moralni inwalidzi” nie zasługują na leczenie i powinni zostać postawieni przed sądem. Lewis Yealland w 1918 roku wydał rozprawę „zaburzenie histeryczne”, w której uznał kary, groźby i różne metody zawstydzania, wraz z użyciem elektrowstrząsów, za skuteczną metodę leczenia hysterika.



Obok wojskowych metod leczenia rozwijali się również postępowi przedstawiciele świata medycyny, którzy opowiadali się za humanitarnym leczeniem nerwicy wojennej. W. H. Rivers swoich pacjentów traktował z należyтым szacunkiem, zachęcał do rozmowy i dzielenia się trudnościami, z jakimi się zmagają. Jego najślawniejszy pacjent, Siegfried Sasson wyróżniał się niezwykłą odwagą na polu bitwy. Jednakże jeszcze nosząc mundur wstąpił do ruchu pacyfistycznego i głosił antywojenne poglądy. Po terapii z Riversem postanowił wrócić na pole bitwy mimo, że nie zmienił poglądów politycznych. Nie patriotyzm, nienawiść do wroga czy abstrakcyjne zasady były motywacją do pokonania strachu i powrotu na pole bitwy, a lojalność wobec współtowarzyszy. Jego historia pokazała światu, że ludzie o bohaterskich czynach i niekwestionowanej odwadze mogą zostać opanowani przez strach.

W roku 1970 w najgorętszym okresie wojny w Wietnamie uwagę psychiatrów oraz samej społeczności, przykuli zrazeni do wojny weterani z organizacji Vietnam Veteran Against the War. Powstały nieformalne grupy samopomocy, na których mężczyźni opowiadali sobie traumatyczne doświadczenia wojenne. Dzięki działaniom weteranów, Biuro do Spraw Weteranów wydał oficjalną decyzję o przeprowadzeniu programu leczenia psychologicznego. Dzięki temu możliwe było przeprowadzenie bardziej systematycznych badań psychiatrycznych i utworzenie pięcioletniego opracowania na temat skutków wojny, gdzie opisany został syndrom wstrząsu pourazowego. Dziesięć lat później systematycznie zapominany- pourazowy zespół stresu doczekał się w końcu oficjalnego miejsca w diagnostycznym kanonie psychiatrycznym. Pourazowy zespół stresu uznany został za zaburzenie i włączony przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne do oficjalnego podręcznika diagnostycznego. W końcu powstał wspólny obraz zaburzeń występujący u żołnierzy, ofiar gwałtu, osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz kazirodztwa.

### **Uświadomienie społeczeństwa o skali urazu psychicznego wśród ofiar domowych tyranów.**

Badania nad weteranami wojennymi doprowadziły do rozwoju wiedzy o traumatycznych wydarzeniach, lecz to ruch wyzwolenia kobiet uświadomił społeczeństwu, że zespół stresu pourazowego najczęściej występuje u kobiet w życiu codziennym. Nowina ta nie spotkała się ze społecznym uznaniem, gdyż mówienie o doświadczeniach seksualnych i rodzinnych wywołało powszechną pogardę, niedowierzenie i drwiny. Kobiety ze strachu i wstydu milczały, a ich milczenie pozwalało na każdą formę wykorzystywania seksualnego i rodzinnego. Wysoce rozwinięta demokracja równocześnie koegzystowała z tyranią w prywatnych domach. Aby zmienić taką rzeczywistość, ruch feministyczny Betty Friedan skoncentrował się na poszerzaniu świadomości społecznej. Kobiety spotykały się podobnie jak w grupach samopomocy weteranów wojennych, gdzie dzieliły się swoimi doświadczeniami z innymi kobietami.

Na początku lat 80, Diane Russel przeprowadziła wywiady z 900 kobietami na zasadzie losowego doboru grupy. Z badań wynikało, że jedna kobieta na cztery, przynajmniej raz w życiu została zgwałcona, a jedna na trzy była wykorzystywana seksualnie w dzieciństwie. W wyniku działań feministek nie tylko świat dowiedział się o gwałcie, ale i można było go w końcu zdefiniować jako akt przemocy, a nie jako akt seksualny. To stwierdzenie pokazało, że gwałt nie jest spełnieniem ukrytych kobiecych pragnień. Feministki zwróciły uwagę społeczeństwa również na to, że gwałt jest metodą męskiej dominacji i kontroli politycznej. Wymusza podporządkowanie się kobiet, poprzez ich zastraszenie, dzięki czemu wszyscy mężczyźni trzymają w szachu wszystkie kobiety.



Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy  
w Rodzinie „Niebieska Linia” na zlecenie Państwowej  
Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  
801 12-00-02 (płatny pierwszy impuls)



Ruch kobiet zmienił podejście opinii publicznej do gwałtu, ale i osób doświadczających przemocy. W 1971 roku utworzono pierwsze centrum kryzysowe. Po 10 latach były ich już setki na całym terenie Stanów Zjednoczonych. Kobiety w tych placówkach mogły dostać emocjonalne, prawne oraz praktyczne wsparcie. Ochotniczki z centrów towarzyszyły ofiarom gwałtów w trakcie rozpraw sądowych, na których domagały się sprawiedliwego i równego traktowania. Ochotniczki były również inspiracją dla kobiet zatrudnionych w sądownictwie czy klinikach.

Wraz z poszerzaniem się świadomości społeczeństwa na temat przestępstw dokonywanych w czterech ścianach, ruch feministyczny zaczął podejmować pierwsze działania w walce z przemocą w rodzinie i wykorzystywaniem seksualnym dzieci. Badania pokazały, że gwałt nie jest powiązany wyłącznie z napadami i formą przemocy dokonaną przez obcych, ale również najbliższych, męża, chłopaka, znajomego. Zarówno w domu, jak i na randce, wobec dorosłych i wobec dzieci. Podporządkowanie kobiet jest utrzymywane i wzmacniane przez mężczyzn przy pomocy ukrytej przemocy. Jej skutki to ofiary gwałtu, maltretowane kobiety i wykorzystywane seksualnie dzieci. Wirginia Woolf napisała 50 lat temu: „światy-publiczny i prywatny- są ze sobą nieodłącznie związane [...]tyrania i służalność jednego z nich jest tyranią i służalczością drugiego.”

Agnieszka Kosińska

Judith Lewis Herman- Przemoc. Uraz psychiczny i powrót do równowagi. Wyd. GWP. Gdańsk 1998r.