

# ISTINA I POVJERENJE NAKON TRAUME

## 10. Europska konferencija o traumatskom stresu Opatija, od 5. do 9. lipnja 2007.

Jubilarna, 10. europska konferencija o traumatskom stresu održana je od 5. do 9. lipnja 2007. u Opatiji. Ovo je prvi put da je ova konferencija održana izvan Europske unije, što je znak priznanja hrvatskim stručnjacima u pristupu i liječenju traumatiziranih osoba. Na njoj se okupilo 660 sudionika, kliničara i vodećih svjetskih istraživača u području psihičke traume. Sudjelovali su stručnjaci iz svih europskih zemalja, Sjeverne Amerike, Azije i Australije. Najviše je bilo psihijatara i psihologa, ali su sudjelovali i socijalni radnici, savjetovatelji i psihoterapeuti, pripadnici hitnih službi spašavanja, vojnog saniteta i policije. Program se odvijao u 10 paralelnih dvorana što je sudionicima olakšalo neposredni kontakt s izlagačima čiji rad ih je posebno privukao. Stručne aktivnosti su uključivale plenarna predavanja, 16 simpozija, 31 radionicu, usmena izlaganja i postere.

Konferenciju su organizirali Društvo za psihološku pomoć (DPP) iz Zagreba i Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, u suradnji s Katedrom za psihijatriju i psihološku medicinu Medicinskog fakulteta u Rijeci.

Traumatski događaji po svojoj su kvaliteti bitno drugačiji od drugih koji izazivaju visoku razinu stresa i uznemirenosti. Ključne osobine traumatizirajuće situacije su da osoba osjeća da joj je ugrožen život, ima izrazito snažan osjećaj bespomoćnosti i preplavljena je užasnim strahom. Po ovim osobinama takav događaj nadilazi uobičajeno čovjekovo iskustvo koje nam svima omogućuje da se više ili manje uspješno nosimo sa stresogenim situacijama. Stoga traumatizirajući događaj praktički kod svih

Ljudi izaziva duboke posljedice. Budući da u svojem prirodnom repertoaru odgovora na prijeteće situacije traumatskog intenziteta ljudi nemaju primjerene tjelesne, emocionalne i kognitivne načine reagiranja, posljedice traumatskog iskustva su višestruke i univerzalne. Stoga se govori o traumatskom pamćenju samog događaja koje se ne može nikada u životu više zaboraviti, trajnim simptomima pobuđenosti, izbjegavanja i nametanja. Jedna od posljedica traumatizacije je suočavanje s do tada nepoznatim iskustvom: da svijet više nije relativno sigurno mjesto za život, da je vlastiti život ili život drugih ljudi vrlo krhak. Osviještena nesigurnost, uz druge uznemirujuće simptome, u prvi plan dovodi pitanje povjerenja u druge ljude. Drugim riječima, psihotraumatizirane osobe žive s pitanjima: Kome mogu vjerovati nakon strahote koja mi se dogodila? Na koga se mogu osloniti, a tko predstavlja prijetnju? Kako mogu biti siguran da mi se takvo što više neće dogoditi? Kad je traumatsko iskustvo posljedica nasilja, dakle namjernog djelovanja drugih ljudi, pitanje povjerenja još snažnije karakterizira subjektivni svijet žrtvi trauma. Kako u nasilnim sukobima sudionici zapravo imaju različita viđenja svoje i tuđe uloge, pitanje »Što je istina o događajima koje smo preživjeli?« dodatno otežava razumijevanje sebe u odnosu na okolni svijet.

Zbog ovih je razloga Europska konferencija o traumatskom stresu (ECOTS) imala za glavnu temu **Istina i povjerenje nakon traume**.

Stručni program je bio izuzetno bogat: izloženo je 384 radova u tematskim područjima: procjenjivanje i dijagnostika traume, novi klinički tretmani i njihova evaluacija, kliničke posljedice rane i kompleksne traumatizacije, neurobiologija trauma i traumatsko pamćenje, veza između fizičkog zdravlja i psihičke traume, intervencije u zajednici, prevencija i rane intervencije nakon traumatizacije, nove teorije i istraživanja traume.

Valja istaknuti nekoliko tema koje su privukle puno pozornosti. Riječ je o ulozi medija u razdoblju nakon masovnih događaja koji traumatiziraju ljude i zajednice, kao što su teroristički napadi, rat, prirodne katastrofe. Vodila se zanimljiva rasprava o posljedicama koje prisustvo i izvještavanje o takvim događajima ostavlja na same novinare, tj. koliko oni sami postaju traumatizirani, kako to djeluje na njihovo zdravlje i profesionalno obavljanje posla. Istodobno, mediji imaju znatan utjecaj na pogođenu populaciju, tako da različiti načini izvještavanja mogu pridonijeti ili otežati oporavak od same traume.

Područje biologije akutne stresne reakcije, koja nastupa neposredno nakon traumatskog događaja, bilo je od posebnog interesa zbog traženja radnih markera razvoja posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP). Plenarno predavanje Richarda Bryanta (Australija) pokazalo je da se otvara novo poglavlje kombiniranja postojećih psihoterapija PTSP-a i moduliranja neurotransmitera koji su povezani s procesom učenja, osobito uvjetovanja reakcije straha. Ovo je osobito važno za rane intervencije kojima se nastoji spriječiti razvoj poremećaja.

Zapaženo je bilo plenarno predavanje prof. dr. sc. Dinke Čorkalo Biruški (Hrvatska) o vezama između posttraumatskog oporavka zajednice i njene socijalne rekonstrukcije. U

predavanju su izneseni argumenti zbog kojih je umjesto često korištenog izraza »pomirenja« između strana koje su bile u sukobu, bolje koristiti koncept socijalne rekonstrukcije kao oblika socijalnog oporavka. U procesu socijalne rekonstrukcije izgradnja povjerenja zahtijeva vrijeme i aktivan napor, ali predstavlja temeljnu pretpostavku upravljanja međugrupnim odnosima u traumatiziranoj zajednici.

Na konferenciji je bilo snažno zastupljeno jedno od novijih područja razumijevanja složenosti psihičke traume. Riječ je o »posttraumatskom rastu« koji se odnosi na pozitivne posljedice koje za pojedinca može imati suočavanje s traumom. Premda se radi o pojavi koja je opisana već u Bibliji, istraživanja su tek na početku. Andreas Maercker (Švicarska) je dao izvrstan pregled sadašnjeg stanja spoznaja o posttraumatskom rastu (PTR) koje su često kontradiktorne. Naime, čini se da je PTR povezan s višom razinom simptoma izbjegavanja kod PTSP-a i nižom razinom osobne efikasnosti funkcioniranja. PTRje, čini se, povezan s pozitivnim promjenama u dubokim ljudskim uvjerenjima nakon traumatskog iskustva, a ne s bilo kojim promjenama u načinu viđenja svijeta. Konačno, PTR i visoka razina neugode mogu postojati istodobno, a tek u kasnijim fazama PTR može donijeti i olakšanje.

Znatan dio izlaganja bio je posvećen iskustvima najbolje prakse, farmakološkim i terapijskim protokolima u radu s traumatiziranim populacijama. Na planu iskustava u primjeni psihofarmaka u tretmanu traume nije bilo novih i značajnih spoznaja. Vjerojatno stoga što se već dosta dugo na tržištu nisu pojavili novi lijekovi namijenjeni specifično liječenju psihotraume. No vrlo temeljito provedena istraživanja evaluacije različitih psihoterapijskih terapijskih postupaka, uz korištenje postupaka randomiziranja, učvrstila su ono što je u posljednje tri godine postajalo sve očiglednije: od svih terapijskih intervencija za ublažavanje i smanjivanje simptoma kod posttraumatskog stresnog poremećaja, dva su tipa terapije daleko superiornije drugima. Prvi je kognitivno-bihevioralni tretman usmjeren na traumu s produljenim izlaganjem (KBT-PE), a drugi je EMDR (*Eye Movement Desentization and Reprocessing*). Pri tome ovaj prvi ima vrlo dobru teorijsku podlogu. U radionicama su prezentirani različiti KBT protokoli, a njihova evaluacija je pokazala da u 12 do 16 strukturiranih susreta dolazi do smanjivanja razine simptoma PTSP-a visoke učinkovitosti. Osobito je važno što se to odnosi kako na akutnu, tako i na kroničnu fazu PTSP-a. Naime, u prezentacijama su izneseni uvjerljivi podaci da su čak i nakon dvadesetak godina patnje od kroničnog PTSP-a ovakvi tretmani učinkoviti.

Valja istaknuti dva istraživačka i praktična područja kojima je bio posvećen znatan broj izlaganja. Jedno se odnosi na posljedice, zbrinjavanje i tretman žrtava tsunamija. Primjeri su se odnosili na iskustva skandinavskih zemalja iz kojih je bio i najveći broj žrtava iz razvijenog svijeta. Nažalost, malo je bilo iskustava u zbrinjavanju i pomaganju lokalnog stanovništva. Čini se da će o žrtvama ove masovne prirodne katastrofe iz razvijenih zemalja biti još dugo riječi. Drugo istaknuto područje istraživanja koje će nesumnjivo dobivati sve veći prostor u narednim godinama je sve što je povezano s terorizmom, uključujući i njegovu prevenciju.

Od naših stručnjaka, uz već spomenuto plenarno izlaganje Dinke Čorkalo Biruški, izdvojili bismo sudjelovanje Damira Ljubotina s Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu i Zdenke Pantić, voditeljice IRCTV-a iz Zagreba, kao suautora većeg broja radova vezanih uz međunarodni projekt STOP »*Treatment seeking and treatment outcomes in people suffering from posttraumatic stress following war and migration in the Balkans*«. Cilj projekta bio je ispitati traženje stručne pomoći, ishode tretmana i kvalitetu života ljudi koji pate od posttraumatskog stresnog poremećaja zbog izloženosti traumatskim događajima tijekom rata na području bivše Jugoslavije. U ovom je longitudinalnom istraživanju sudjelovalo 526 ljudi s područja Hrvatske, Bosne i Hercegovine i Srbije. Pokazalo da izbjeglice koje žive u Zapadnoj Europi pokazuju veću razinu PTSP-a i psihopatologije u odnosu na izbjeglice i civile koji i dalje žive u područjima pogođenim ratom. Rezultati su pokazali da se nakon tri mjeseca terapije mogu uočiti značajni znaci poboljšanja, ali samo kod prognanika, dok kod ratnih veterana nije uočen napredak. Također se pokazalo da na ishode terapije mogu utjecati društveno prihvaćanje i priznanje, materijalni uvjeti, pravni status, socijalna politika. Čak 38,1% veterana i 16,9% izbjeglica percipira da njihova obitelj ne razumije njihove probleme i ono što su proživjeli. To isto smatra čak 95% veterana i 88,2% izbjeglica kad govore o odnosu države prema njima. Dakle, pokazalo se da stresori nakon rata imaju značajnu povezanost s mjerama posttraumatskog oporavka i prilagodbe. Ovaj projekt je vodio Stefan Priebe s londonskog medicinskog fakulteta.

S. Priebe je vodio još jednu grupu hrvatskih stručnjaka okupljenu oko međunarodnog projekta CONNECT čiji je cilj epidemiološko istraživanje učinaka ratne traumatizacije i izbjeglištva na mentalno zdravlje. Tijekom konferencije su stručnjaci s Odsjeka za psihologiju - Dean Ajduković, Radojka Kraljević, Sanja Macura, Tomislava Bunjevac te Linda Rajhvajn sa Studijskog centra socijalnog rada pokazali prve rezultate vezane uz ishode ovog projekta, dobivene na 454 osoba koji se odnose na valjanost procjenjivanja izloženosti traumama tijekom rata, te na prikaz intervencija u zajednici koje su dostupne traumatiziranim osobama. Analiza metrijskih osobina i valjanosti pet indikatora izloženosti traumatizaciji pokazala je da je subjektivna percepcija stresnosti najgoreg traumatskog doživljenog događaja najbolji prediktor sadašnjeg mentalnog zdravlja.

Još jedan rad naših stručnjaka govorio je o dugoročnim ishodima rata. Olja Dužić Ljubotina sa Studijskog centra socijalnog rada je izlagala o percepciji socijalne nepravde i vrijednostima mladih u područjima Hrvatske različito pogođenima ratom. Pokazala je da mladi koji žive u područjima pogođenim ratom u odnosu na svoje vršnjake iz ostalih dijelova Hrvatske (10 godina nakon rata) imaju veću razinu optimizma u vezi budućnosti, te iskazuju više spiritualne religioznosti. Njihove vrijednosti su tradicionalnije i spremniji su se držati moralnih načela u ostvarivanju osobnih vrednota.

Zanimljivo je bilo i izlaganje stručnjakinja Poliklinike za zaštitu djece grada Zagreba, Brune Proface, Sene Puhovski i Gordane Buljan Flander koje su analizirale uzorak od 255 djece koja su bila izložena traumatskim događajima, ali nisu iskazala posttraumatske

## Istina i povjerenje nakon traume

simptome mjereno poznatim upitnikom »*Trauma Symptoms Checklist for Children*« (Briere, 1996.) To su uglavnom djeca koja su očevici nasilja u obitelji za razliku od djece koja su bila tjelesno ili seksualno zlostavljana i iskazuju visoki rezultat na toj skali. Rezultate su analizirale pod vidom razvoja otpornosti na traumu u djetinjstvu.

U novom obliku rada na konferenciji, polemičkim diskusijama »Ključne kontroverze« među pet tema se našla i ona o tretmanu počinitelja nasilja u obitelji. Zanimljivu raspravu o temi »Obavezni tretman žena počiniteljica nasilja u partnerskim odnosima - rodna jednakost ili nepravda« su vodile Rosa Logar iz Intervencijskog centra za žene žrtva nasilja i Studija za socijalni rad u Beču i Marina Ajduković sa Studijskog centra socijalnog rada u Zagrebu temeljem svog iskustva u radu s počiniteljima nasilja u obitelji koji se provodi u okviru Društva za psihološku pomoć.

Na kraju valja naglasiti još nekoliko značajnih aspekata konferencije. Pod vidom značaja socijalnog rada istaknuli bismo kako su brojni radovi naglasili i potvrdili značaj zajednice u traumatskom oporavku što je nedvojbeno u domeni socijalnog rada. Nadalje, značajna istraživanja o dugoročnim ishodima ratne traumatizacije u nas se provode zahvaljujući međunarodno vođenim i financiranim projektima kao što je već spomenuti STOP ili CONNECT.

**Priredili: Dean Ajduković i Marina Ajduković**

