

Stanowisko psychoterapeutów w sprawie pomocy psychologicznej dla ofiar katastrof

W ostatnich dniach wiele osób zostało dotkniętych katastrofą polskiego autokaru pod Berlinem - zarówno bezpośrednio ofiary, jak ich rodziny i bliscy. Wyrażamy zaniepokojenie rozpowszechnianą przez niektórych psychologów w mediach informacją, że pomoc psychologiczna ma przybrać formę tzw. debriefingu.

Jest to technika polegająca na zorganizowanym, szczegółowym odtwarzaniu tragicznego doświadczenia przez jego uczestników, co ma w założeniu spowodować uodpornienie ich na wystąpienie późniejszych zaburzeń psychicznych.

Rzetelne badania naukowe wskazują, że jest inaczej - że debriefing sam w sobie może spowodować tzw. zespół stresu pourazowego (PTSD) i inne zaburzenia psychiczne. Już w latach 90-tych ubiegłego wieku pojawiły się doniesienia naukowe o szkodliwości debriefingu. Naukowcy amerykańscy umieszczają debriefing na liście technik szkodliwych dla pacjentów.

Badania wskazują na przykład, że ofiary traumy poddane debriefingowi trzykrotnie częściej niż niepoddawane rozwijają później zespół stresu pourazowego.

Pomoc ofiarom musi być zindywidualizowana i nie zawierać technik o wykazanej szkodliwości. Badania mieszkańców Nowego Jorku po ataku na WTC wykazują, że niespełna 2% uczestników traumatycznych zdarzeń rozwija później PTSD. Zatem kluczowa jest ocena kliniczna, czy interwencja w ogóle jest potrzebna. Ponadto z badań wynika, że przedwczesne interwencje szkodzą. Sprawdzanie pomocy do mechanicznego stosowania technik niesie ryzyko powtórnej traumatyzacji poszkodowanych.

Rzeczywista pomoc ofiarom traumy wymaga wszechstronnych kompetencji. Pomagać właściwie to rozpoznać, kto potrzebuje jakiego rodzaju pomocy, a następnie realizować ją z szacunkiem i współczuciem. Wymaga to znacznie większych kwalifikacji, niż wiedza teoretyczna i stosowanie technik. W przygotowaniu do pomagania osobom z problemami psychicznymi i tym, które przeżyły tragedię, kluczowe są kompetencje osobowościowe pomagających. Takie kompetencje mają m.in. psychoterapeuci. Nabywają je w trwającym 4-10 lat specjalistycznym kształceniu, w którym pierwszorzędą rolę odgrywa własna psychoterapia.

Ofiar katastrof naturalnych i spowodowanych przez człowieka może być w naszym kraju coraz więcej. Potrzebujemy w Polsce rozwinąć system kształcenia profesjonalistów i paraprofesjonalistów pomagających ofiarom katastrof, w którym większy nacisk kładziony będzie na kształtowanie osobowościowych kompetencji pomagających.

Jako profesjonaliści zajmujący się ochroną zdrowia psychicznego wysoko cenimy pomoc psychologiczną. Tym niemniej sprzeciwiamy się działaniom na niekorzyść pacjentów. Sprzeciwiamy się także propagowaniu poglądów nie opartych na dowodach naukowych oraz wprowadzaniu w błąd opinii publicznej i decydentów.

Podpisano:

Krakowskie Koło Psychoanalizy Nowej Szkoły Lacanowskiej

Polska Federacja Psychoterapii

Polskie Towarzystwo Psychoterapii Integratywnej

Danuta Golec, prezes Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychoanalitycznej

Polskie Towarzystwo Psychoterapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniu