

A trauma értelmezései a pszichiátria kontextusában

Terenyi Zoltán

SZTE kötelező szintentartó tanfolyam

2025.február 4.

Trauma-kaleidoszkóp

a kötetben szereplő pszichoterápiás módszerek
áttekintése – **pszichiátriai relevancia mentén**

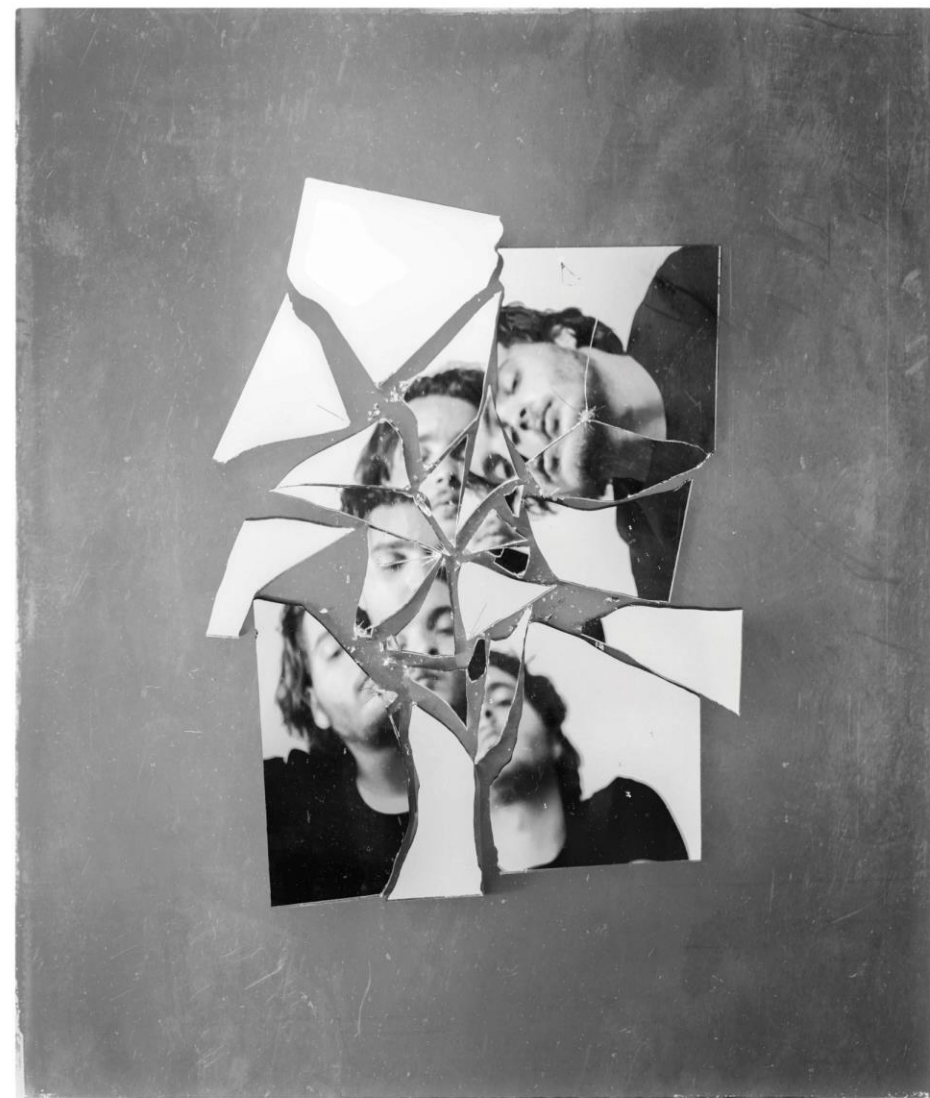
Mottó: „Megmenteni valamit az időből,
amelyben már soha többé nem leszünk.”

(Annie Ernaux: Évek)

„Tapasz a világ a sebre
Sebez a tapasztalat”

(Sziámi – Halandzsa)

A kaleidoszkóp amúgy vásári gyerekjáték. Ez a kötet viszont felnőtt kaleidoszkóp, felnőtt képekkel, de ezeknek a képeknek a jórésze a gyermekkorban jött létre. Talán ez is a sokféleség része, hogy a teljes emberi életpálya benne van, benne lehet, látható benne.



**TRAUMA-
KALEIDOSZKÓP**

SZERKESZTETTE
ÁRKOVITS AMARYL
TERENYI ZOLTÁN
VARGA S. KATALIN

pszichoanalitikus modell - Mészáros Judit

- **esemény**, a személyiséget ért fizikai, illetve pszichés **ingerek együttese** az egyén **adott fejlettségi szintjén**/állapotában **meghaladják tűrőképességét** és a megszokott, vagy rendelkezésre álló eszközökkel **nem képes** a pszichés **sérülést okozó behatás elhárítására, megszüntetésére, hatékony feldolgozására, illetve a korábbi pszichés egyensúlyi állapot visszaállítására.** A trauma **interperszonális** szinten is megváltoztatja az egyén korábbi **viszonyrendszereit**, és a környezetéről/a világról alkotott addigi **felfogását**.
- Freud – első traumatan – csábítási elmélet - korai infantilis szexuális traumák, elfojtás
- második traumatan – kóros fantáziák, nem valós esemény
- Ferenczi – A trauma valóságos esemény indukálta élmény. Az élmény szubjektív. A traumatikus élmény intrapszichés és interperszonális elemek ötvözete. Örömeelv érvényesül. Poszt-traumatikus állapot. Reziliencia.

pszichoszociális trauma – Bigazzi Sára, Cs Kormos Anett

- „A traumás események nem azért rendkívüliek, mert ritkán fordulnak elő, hanem azért, mert ellehetetlenítik a mindennapi élethez való emberi alkalmazkodást” (Herman, J., 1992:33).
- Az embereket érintő seb társadalmilag termelődik ki, azaz gyökerei nem az egyénben, hanem a társadalomban keresendők, a trauma természetét pedig az egyén és a társadalom közötti kapcsolat táplálja és tartja fenn, különböző intézményi, csoportos és társadalmi szimbólumok közvetítik. Ez nyilvánvaló, és fontos következményekkel jár annak meghatározására, hogy mit kell tenni e problémák leküzdése érdekében. (Martín-Baró, I., 1990c:10)
- határhelyzetek – felszabadulás – objektív/szubjektív trauma dilemmája
- „Szükséges, hogy új cselekvésekbe vonódjunk be, olyan tevékenységekbe, amelyek átalakítják a valóságot, lehetővé téve számunkra, hogy ne csak megismerjük azt ami, hanem azt is, ami nem, hogy így megpróbáljuk afelé eltolni, aminek lennie kéne.” (Martín-Baró, 1994: 298:299)
- megosztani az elmondhatatlant – kollektív trauma – empowerment

társadalmi trauma – Borbándi János

- klinikai fogalom: poszttraumás zavarok azon együttesét jelöli, amelyeknek oka emberek körülhatárolható csoportja ellen, egy másik csoport által szervezetten elkövetett erőszak vagy népirtás
- szociálpszichológiai megközelítés: a destruktív cselekedet célja nem pusztán az egyén, hanem a komplex társas környezet rombolása – az eredeti trauma családi, csoport- és csoportközi szinten egyaránt megjelenő, hosszú távú következménye

életveszély, amelyben a szeretett szelf (vagyis az én, vagy valamely szeretett személy) léte kerül veszélybe

erőszakkal és fizikai sérüléssel járó traumák, amelyben a társadalmi egyenlőség által garantált biztonságérzet sérül,

személyes láthatósághoz kapcsolódó traumák. Ezek során az egyéniség társadalom általi észlelése sérül, ami az egyén társas többségtől való visszahúzódásához vezet (idézi Hamburger, 2021).

korai trauma és fejlődés – S.Nagy Zita

- nem maga a helyzet dönti el, hogy az valaki számára trauma lesz-e, hanem annak **szubjektív jelentése az egyén számára**, és az, hogy az átélt élmény **menyire elárasztó** valamint, hogy **menyire marad egyedül** a gyermek az élményével (Dierickx és mtsai, 2022).
- korai trauma típus: 1.) egyszeri „T” trauma – gyermekkori PTSD; 2.) hosszú időn keresztül „T” vagy „t” trauma, fejlődési trauma – komplex PTSD; 3.) nehéz szülés „t” trauma
- idegrendszeri hatások(van der Kolk, 2020): amygdala túlműködése – veszélyészlelés fokozódik; thalamusz alulműködése – ingerszűrő működés hiányában elárasztják az ingerek a személyt; medialis- és dorsolateralis prefrontalis lebeny (PFC) alulműködése – a tudatos önszabályozás zavara lép fel (mediális PFC) ill az múlt és a jelen megkülönböztetésének képessége károsodik (dorsolaterális PFC); hippocampus alulműködés – az epizodikus emlékezet sérül, az átélt élmények nem rendeződnek térben is időben a helyükre az önéletrajzi emlékezetben; alulműködés az insula és az anterior cingularis kéreg területén – az éntudat, érzés károsodik

trauma és csoport (Takácsy Márta, Horváth Klára, Sarungi Emőke)

- a trauma társas természete
- nem tud másik ember (csoport) nélkül létrejönni
- nem kizárólag az egyénben keletkezik, a mátrixba is bekerül, az egyének, a csoport és a társadalom közötti interakcióban alakul (Stevenson 2022).
- a traumatikus események pl. fizikai, szexuális abúzus, háború, illetve a sorozatos – kumulatív – traumák az egyénben és csoportjaiban, illetve a társadalom szövetében is nyomot hagynak, melyek csoportspecifikus tényezőkön keresztül, mint az amplifikáció, rezonancia, tükrözés – különösen a malignus tükrözés – illetve a zavar lokációjának jellegzetességei (Foulkes 2000) mutatkoznak meg.

test és trauma, peritraumatikus stresszválaszok – Szemerey Márton

Stresszválasz	Viselkedési funkció	Leginkább érintett testtájak	Arousalszint	Fő idegrendszeri strukt.
Társas érzelem-szabályozás	Komplex szociális és kötődési viselkedések	Arc, szemek, torok	Enyhén megemelkedett	Ventrális vagális komplexum
Menekülés vagy harc	Mobilizálás, aktív megküzdés mozgás megvalósításával	Izomzat, végtagok	Megemelkedett	Szimpatikus idegrendszer
Lefagyás	Tónusos immobilitás, tetszhalott állapot	Zsigerek	Jelentősen megemelkedett	Dorzális vagális komplexum

	Pszichoform disszociatív tünetek	Szomatoform disszociatív tünetek
Negatív disszociatív tünetek	Memória elvesztése: disszociatív amnézia Deperszonalizáció, amely során a tapasztaló és a megfigyelő személyiségrészek szétválnak Érzelmek elvesztése: érzelmi érzéstelenítettség Karaktervonások elvesztése	Érzetek elvesztése: anesztézia, amelyben bármely szenzoros modalitás érintett lehet Fájdalomérzékelés elvesztése: analgézia Motoros cselekvések elvesztése: a mozgás, a beszéd, a nyelés stb. készségének elvesztése, pl. katalepszia
Pozitív disszociatív tünetek	Pszichoform intruzív tünetek, pl. hallucináció, nem sajátként megélt érzelmek, gondolatok	Szomatoform intruzív tünetek, pl. nem sajátként megélt testérzetek és mozdulatok (pl. tic), pszichogén nem epilepsziás rohamok
	A traumatikus esemény újraátélésének pszichoform vonatkozásai, pl. bizonyos vizuális és hallási észleletek, érzelmek	A traumatikus esemény újraátélésének szomatoform vonatkozásai, pl. bizonyos érzetek és mozdulatok, amelyek a traumához köthetők
	A disszociatív személyiségrészek közti alternálás pszichoform vonatkozásai	A disszociatív személyiségrészek közti alternálás szomatoform vonatkozásai
	A disszociatív pszichózis pszichoform vonatkozásai, másszóval valamely pszichotikus disszociatív énrész tartós aktivációja	A disszociatív pszichózis szomatoform vonatkozásai

trauma és kommunikáció

- közvetlen emberi / társadalmi kommunikáció - a megismerés adaptív módja
- traumatikus diszpozíció - kommunikációs szinterek
- természeti katasztrófa - szélsőséges hatásairól való tájékozódás elemi kényszere
- a hozzátartozó - csábító vagy biztató mosolyának megkülönböztetési képessége vagy képtelensége
- az áldozathibáztató vagy empatizáló - attitűd kifejtése
- osztályközösség - érzelmi klímájának érzékelése

kommunikációs zavar - nehéz szóba hozni, szóvá tenni (Zalka 2017), szavakba önteni a traumát, nehéz beszélni róla - érinthetetlenség, rejtettség – érzékenység/elfedés, tabuvá válás – vs. a másik véglet - a burjánzó tematizáció

- a trauma kezelése, feldolgozása, megelőzése
- pszichoterápia, áldozatsegítés, médiakampány
- érintettek/kommunikációs ágensek – áldozatok, szemtanúk, segítők, terapeuták, médiaszereplők, döntéshozók, beavatkozók, elődök, utódok...

társadalmi beágyazottság

- tágabb kontextus reflexiója, vö. a trauma-történetek egyedisége
- a traumáról való gondolkodás része a társadalmi diskurzusnak
társadalmi intézményekhez kötött (kutatás, terápia, oktatás, média)
tematizációja, dinamikája tükrözi az egyedi, traumatizációt szenvedő
ember mozgásterét, sorsának mezsgyéit
- A társadalmi diskurzusban való részvételünk módja hatással van az
individuális szintre. vö. krízis diszkurzív modell
- trauma mint divat, identitásprotézis, köznapivá válás, tematizáció

krízis – trauma - kommunikáció

- **kompetens ágens** - a probléma felismerésére és megoldására képes – (a valós és kívánt állapot közötti különbség eltűnik)
- **krízisállapotban** - a problémamegoldó kapacitás beszűkül, nem látszódnak a lehetséges megoldási, jelentésadási módok, de az előfeltevésekben léteznek: az ágens rendelkezik azzal a felkészültséggel, hogy a krízis feloldására létezik lehetőség, eszköz, de az ő számára nem elérhető.
- intervenció ennek a felfedése, újrafelfedezése
- **trauma**: a két állapot közötti különbség nem kiegyenlítődik, kompenzálódik – összeolvadnak, egybemosódnak, úgy tűnik el a különbség, hogy átfedésbe kerülnek.

trauma

- „Herman (2011) kiemeli: a traumatikus eseménynek egyik jelentős hatása, hogy szétzúz mindent az áldozat körül. Megkérdőjelezi alapvető emberi kapcsolatait, a világba és az emberekbe vetett hitét, lerombolja az egyén eddig **jól működő vélekedésrendszereit**. »megsemmisíti az áldozat alapfeltételezéseit a világ biztonságosságáról, énjének pozitív értékéről és a teremtés értelméről... alapvető értékek, hitek és bizalom megtörésének élménye az elidegenedés, elszakadás élményéhez vezet: **a túlélő úgy érzi, már nem tartozik ehhez a világhoz.**«” (Pohárnok, Lénárd 2015)
- a trauma során az ágens számára a világ, a sajátvilág, a másik megismerésére, **megértésére irányuló aktivitás, a kommunikáció: lehetetlen** – a kommunikáció lehetősége szűnik meg
- **képtelenség**: a traumát elszenvedő ágens **ágenciájának a megvonása által**
- **lehetetlenség**: a kommunikáció **feltételeinek a hiánya**

két fázis

- a konkrét **traumatikus esemény**, behatás, erőszak, visszaélés, bántalmazás, egyéni szintű következmény:
szégyenérzet, az önutálat, kötődési képesség súlyos sérülése, kapcsolati konfliktusok, elhúzódó esetben strukturális zavarok, mentalizációs kapacitás csökkenése, lefagyás, disszociáció azonosulás az erőszaktevővel, **episztémikus bizalom** elvesztése
(Bokor 2025, Szél, Kóródi 2023)
- az azt követő **értelmező fázis**:
a róla való kommunikáció, a külső reakciók
a magára maradottság megélése
- gyakran magának a traumának a létrejöttét, **élménnyé válását**, ismétlődését
illetve a trauma feldolgozását is magában foglalja
vö. Ferenczi – a fontos személy elutasítása

ágencia megszűnése – szexuális abúzus (Ferenczi, Ritter)

- a gyermekben **elutasítás, undor, gyűlölet**, a hárítás érzése keletkezik,
- a felnőtt **tekintély, erő hatására** a tiltakozás helyett a **némaság** állapota következik
- a szorongás arra kényszeríti az áldozatot mint ágenst, hogy a támadója akaratának **alávesse magát**
- kitalálja és kövesse minden kívánságát, **magáról elfelejtkezve** a támadóval **azonosuljon**
- sokszerű, kómaszerű állapot következik, kiveszik a spontaneitása, a személyiségben a traumát hordozó rész **lehasítódik**, a halott, a hiányzó, elérhetetlen rész árán **a többi életképes marad**.
- ágens állapota: az áldozat/túlélő elveszíti ágens mivoltát, **hiszen az erőszaktevő az ágenciájától fosztja meg,**

attól a képességétől, adottságától, lehetőségétől, felkészültségétől, jogosultságától, hogy az adott helyzetben ágensként jelenjen meg

Ha nincs ágens, nem lehet probléma sem, s lehetetlen a kommunikáció is.

a sajátvilágok drámai viszonya

- Az erőszaktevő aktor **gyengédként mutatkozik** a gyermek aktor felé, ezzel eléri, hogy ő bízson benne, s **elhiggye**, hogy az erőszaktevő mint ágens **sajátvilágában** lévő felkészültségei és **aktor** minőségében mutatkozó motivációja **egy irányba mutatnak, kongruensek**.
- A **gyermek mint ágens sajátvilágában olyan vágy van jelen**, amely diszpozicionálisan az **erőszaktevő mint ágens sajátvilágára** vonatkozna: a gyengéd gondoskodás belső motivációja azonban hiányzik az erőszaktevő mint ágens sajátvilágából, s ellentétes motiváció szerepel, a felnőtt szenvedély vágya.
- Ebben a leírási módban a traumát az okozza, hogy **a gyermek mint ágens sajátvilága megkérdőjeleződik, megsemmisül a kommunikatív kapcsolódás számára**. Ennek a megsemmisülés élménynek a fő tényezője az, hogy a sajátvilágban lévő felkészültségek közül **az emberi méltóság** tudata, a humán identitás **kérdőjeleződik meg és sérül**.

ágenstípusok - nyelvzavar

elkövető

áldozat/túlélő

harmadik fél - tanú, hozzátartozó, segítő

- Ferenczi: a valódi traumát a cselekményt követő, övező tabu, **a valóság megkérdőjelezése** generálja, ebben részes a harmadik ágens is

„A nyelvzavart alapvetően egy olyan – **fokozatosan belsővé váló – kapcsolati zavar**nak tekintem, amely jellemezheti mind a preverbális, mind a verbális világot.” (Lénárd K 2004)

nyelvzavar koncepció: a **kommunikációs zavar** egy kategóriája, kommunikációs konstelláció, **kapcsolódási és reprezentációs átírási torzítás**, összetevője a **valóságtól való elidegenedés**

részjelenségei: a megoszthatóság, lefordíthatóság, elismerés, felismerés, félreismerés, jelentésteliség, idegenség, elidegenedés

a kommunikáció lehetetlensége

- a nyelvzavart már belül viselő gyermek: nem találja a hangot saját magával, magához
- saját belső és testi jeleiből sem érti magát
- idegen és fenyegetett saját otthonában - **nincsen otthona**, „nem hiteles, nem kölcsönösségen alapuló kapcsolatból származik.” (Lénárd 2004)

a gyermek az ágens voltát elveszíti és a kommunikáció lehetetlenné válik számára

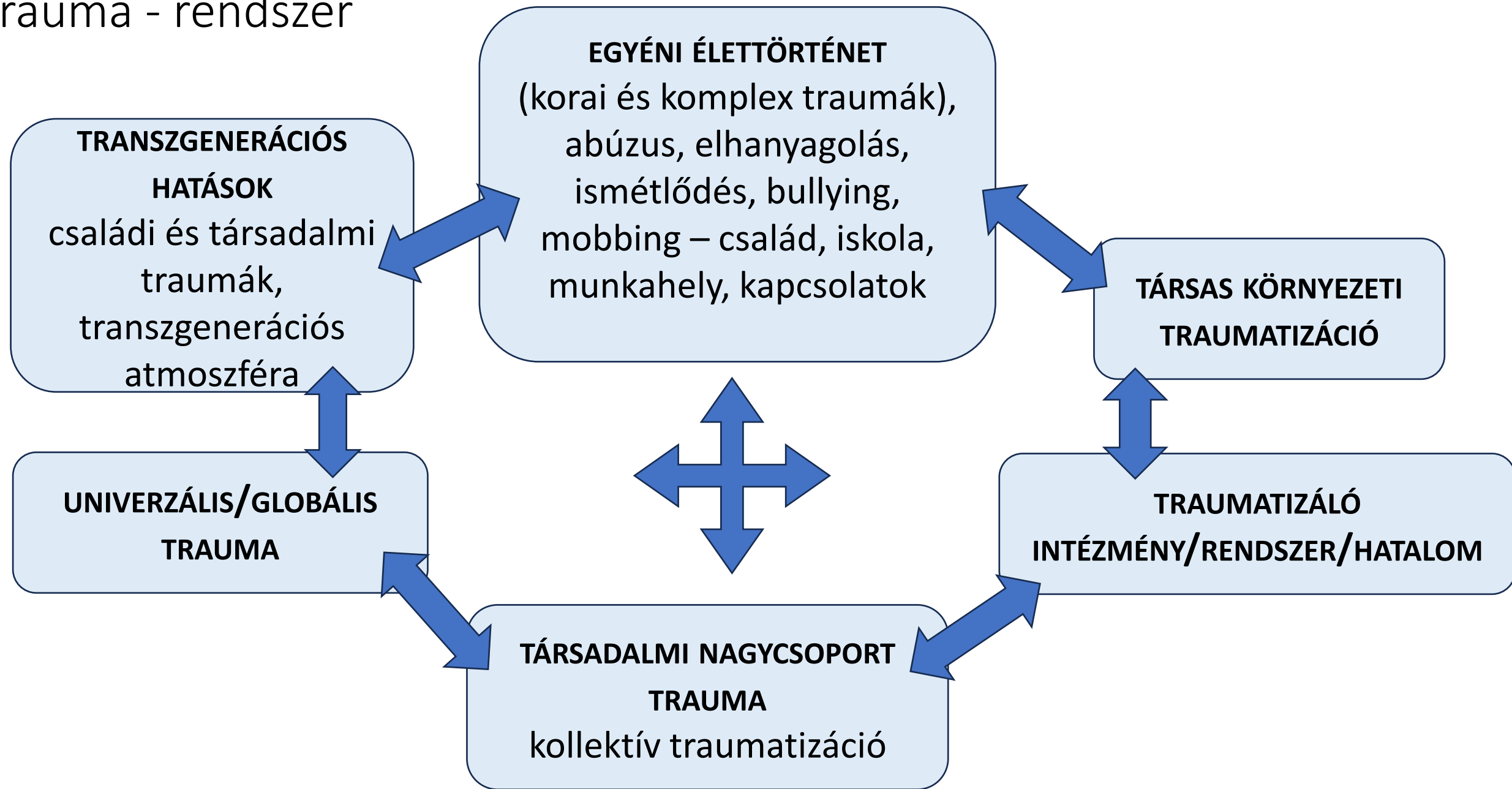
az anya–gyerek kapcsolatban a traumatizáló mozzanat a **folyamatosan félreértő interpretáció** az anya részéről

„A nyelvzavarnak hermeneutikai olvasatban nem a félreértés a megfelelője...”

A nyelvzavar **ellentéte** ebben a keretben

nem a »nem félreértés«, hanem a **»beszélgetésben lenni«.**

trauma - rendszer

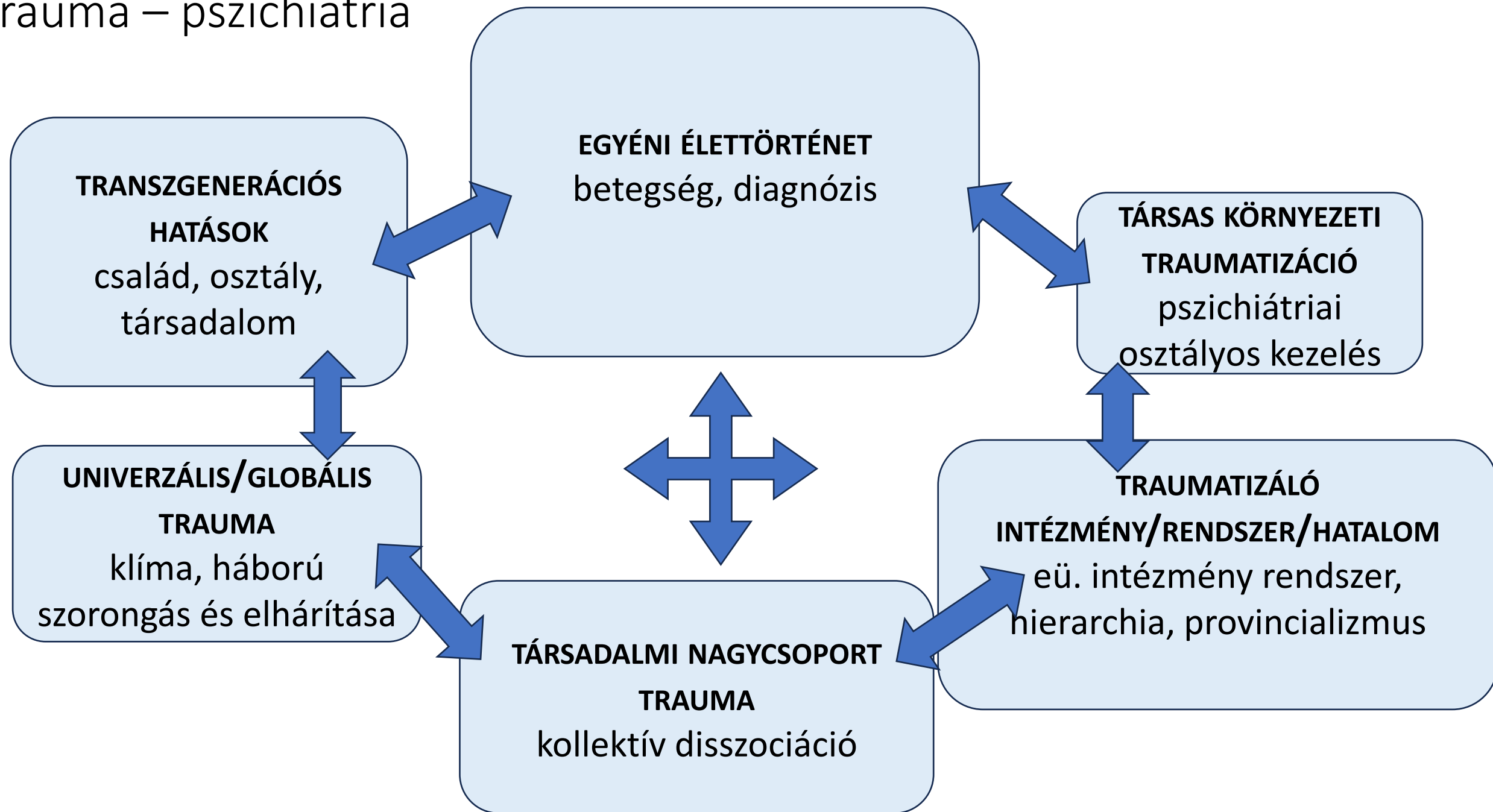








trauma – pszichiátria



kollektív/intézményi traumatizációk a pszichiátriában

- ikonikus osztályok megszűnése, átalakulása – **sebek**

Hidegkút (Goldschmidt, Bódog) – hasznosítás

Tündérhegy épülete – rombolás

Csanyik – Miskolc – Kh

Debrecen Nagyerdő – Kenézy Kh

Szeged – COVID – Makó, I. Belgyógyászat

Lipót

A hatalom leépítése, cinizmusa; a közeg megtartó képességének hiánya; a szakma önmozgása.

Bűntudat, edukáció, emlékezés, feldolgozás.

kollektív/intézményi traumatizációk a pszichiátriában

- társszakmákkal szembeni alárendelődés, hátrányok

COVID

kutatás

intézményi hegemonia

- hierarchizáltság, kuszodiális funkció megtartása
- a pszichiátriával való visszaélés a társadalomban (politika, egyén)

stigmatizáció intézményesülése

pszichiátriai narratívák burjánzása

- erőforrások megvonása

társadalmasodás elmaradása

trauma – példák védőfaktorokra

(0) transzgenerációs hatások – családi és társadalmi traumák, transzgenerációs atmoszféra – érzékenyítés, emlékezés

(1) egyéni – élettörténet (korai és komplex traumák), abúzus, elhanyagolás, ismétlődés, bullying – család, iskola, munkahely, kapcsolatok – komplex terápiás hozzáférés, önreflexió

(2) társas környezeti traumatizáció – reflektív csoport, teammunka

(3) traumatizáló intézmény/rendszer/hatalom – szolidaritás, autonómia, elismerés, nyílt kommunikáció

(4) társadalmi nagycsoport trauma – kollektív traumatizáció
– társadalmi önismeret

(5) univerzális/globális trauma – fact check, online nagycsoport