



Šeimos istorinių traumų patirtis, naudojami sunkumų psichologinės įveikos būdai ir jų ryšys su psichologiniu atsparumu

Eglė MAŽULYTĖ¹
Vilniaus universitetas

Santrauka. Klinikinėse imtyse aptinkamas neigiamų traumavimo padarinių perdavimas iš kartos į kartą, tačiau bendrojoje populiacijoje nustatoma, kad nukentėjusių šeimų palikuonys gali pasižymėti netgi didesniu psichologiniu atsparumu. **Tyrimo tikslas.** Šiuo tyrimu siekiama geriau suprasti psichologinį nukentėjusių šeimų palikuonių atsparumą, įvertinant jų naudojamus sunkumų įveikos būdus. **Metodika.** Iš viso tyrimo dalyvavo 746 asmenys (40,8 % vyrų ir 59,2 % moterų). Tyrimo dalyvių buvo prašoma nurodyti, ar jų šeimos nariai yra nukentėję nuo okupacinių režimų, atsakyti į klausimus apie dažniausiai naudojamus sunkumų įveikos būdus, atsparumą, optimizmą ir ateities viltinumą. **Rezultatai.** Asmenys, kilę iš nukentėjusių nuo okupacinių režimų šeimų, dažniau meldžiasi, dažniau stengiasi įveikti sunkumus patys, be kitų pagalbos, tačiau kartu dažniau kreipiasi į šeimos narius ar draugus pagalbos. **Išvados.** Asmenys, kilę iš nukentėjusių šeimų, visomis prasmėmis aktyviau imasi spręsti problemas – ar tai darytų patys, ar kreiptųsi į savo artimuosius pagalbos, ar pasitelktų religinę praktiką.

Pagrindiniai žodžiai. Sunkumų psichologinė įveika, šeimos trauminė patirtis, nukentėjimas nuo okupacinių režimų, atsparumas.

Įvadas

XX a. Lietuvos istoriją žymi ypač skaudūs ir istoriškai reikšmingi įvykiai – šalis išgyveno du pasaulinius karus, Vokietijos nacių bei Sovietų sąjungos okupacijas. Pastarosios, trukusios beveik 50 m., metu dėl politinių priežasčių buvo išstremta, įkalinta ar nužudyta apie 400 tūkst. žmonių (Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimų centras, 2014). Skaičiuojama, kad iš viso nuo okupantų vykdytų represijų nukentėjo maždaug trečdalis Lietuvos gyventojų (Kuodytė, 2004). Dar ir šiandien Lietuvoje gyvena nemažai oficialiai pripažintų nukentėjusiais asmenų, dar daugiau jų šeimos narių, vaikų ir vaikaičių.

Moksliniai tyrimai atskleidžia, kad sunkus traumavimas – politinės represijos, persekiojimai, genocidas – turi ilgalaikių psichologinių padarinių išgyvenusiems asmenims (pvz.: Barel, van IJzendoorn, Sagi-Schwartz, & Bakermans-Kranenburg, 2010; Bichescu et al., 2005; Maercker & Schützwohl, 1997; ir kt.). Traumuojami ne tik patys išgyvenusieji, bet ir jų šeimos, o traumavimo pasekmės gali būti perduodamos iš kartos į kartą. Vis dėlto neigiamų traumavimo padarinių perdavimas ir vėlesnių kartų psichopatologija nustatoma tik klinikinėse imtyse (van IJzendoorn, Bakermans-Kranenburg, & Sagi-Schwartz, 2003). Bendrosios populiacijos tyrimai leidžia įvertinti apsauginius veiksnius ir nepaprastą nukentėjusių asmenų psichologinį atsparumą ir stiprybę šeimos gyvenime, auginant vaikus ir užtikrinant sėkmingą jų raidą, nepaisant to, kad patys nukentėję asmenys gali būti stipriai paveikti sunkios trauminės patirties (Sagi-Schwartz, van IJzendoorn, & Bakermans-Kranenburg, 2008).

Lietuvoje atliktų tyrimų rezultatai taip pat panašūs – politines represijas išgyvenusieji patiria ilgalaikes neigiamas psichologines pasekmes net ir praėjus daugeliui metų po traumavimo (Kazlauskas, 2006), jų vaikai (antroji karta) nurodo ilgalaikes tėvų politinių represijų pasekmes ir sieja kai kuriuos savo gyvenimo ypatumus su šiuo tėvų patyrimu (Vaskelienė, 2013). Vienas naujausių plataus masto Lietuvos bendrosios populiacijos tyrimų atskleidė, kad nuo okupacinių režimų nukentėjusių asmenų palikuonys (antroji ir trečioji karta) savo psichologine savijauta nuo bendraamžių reikšmingai nesiskiria, tačiau pasižymi didesniu psichologiniu atsparumu, optimizmu ir viltingesniu požiūriu į ateitį (Mažulytė ir Skerytė-Kazlauskienė, 2015).

Aptinkama, kad istorinį traumavimą išgyvenusiųjų palikuonių psichologiniam atsparumui ypač svarbūs su šeima susiję veiksniai – geresnės žinios apie šeimos narių nukentėjimo patirtį, stiprus tapatinimasis su savo šeimos istorija, kai kurie tėvų ir vaikų ryšio aspektai (didesnis tėčio rūpestingumas ir mažesnė mamos perdėta globa), tam tikri šeimoje naudojami komunikacijos apie išgyventas represijas būdai, ypač pasakojimuose juntama stiprybė ir pasididžiavimas (Mažulytė ir Skerytė-Kazlauskienė, 2015).

Manoma, kad palikuonių psichologinei savijautai įtakos gali turėti ir iš kartos į kartą perduodami sunkumų psichologinės įveikos būdai. Su vengimu susiję mažiau adaptyvūs stresinių situacijų įveikos būdai, pavyzdžiui, vengimas reikšti negatyvias emocijas ar polinkis atsiriboti, pasitaikantys politines represijas išgyvenusiųjų šeimose, yra susiję su didesne psichopatologija (Giladi & Bell, 2012; Wu, 2011). Kita vertus, asmenų, nukentėjusių nuo

¹Kontaktinis asmuo: Eglė Mažulytė, Vilniaus universitetas, Universiteto g. 3, LT-01513, Vilnius, Lietuva. El. paštas: egle.mazulyte@fsf.vu.lt

politinių represijų, šeimoje naudojami ir kartu palikuonims perduodami adaptyvūs įveikos būdai (aktyvios strategijos, emocijų raiška, socialinio palaikymo priėmimas ir kt.) gali sustiprinti visos šeimos psichologinį atsparumą (Wu, 2011).

Šio tyrimo tikslas – nustatyti nuo okupacinių režimų nukentėjusių šeimų palikuonių taikomas sunkumų psichologinės įveikos strategijas ir įvertinti jų sąsajas su šių asmenų psichologiniu atsparumu, optimizmu ir viltingumu.

1. Metodika

1.1. Tyrimo dalyviai

Iš viso tyrime dalyvavo 746 asmenys (40,8 % vyrų ir 59,2 % vyrų) nuo 18 iki 81 m. amžiaus ($M = 44,48$; $SD = 17,97$), įvairaus išsimokslinimo (51,7 % vidurinio ar mažesnio ir 48,3 % aukštesniojo ar aukštojo), iš įvairių Lietuvos vietovių (69,7 % iš miestų ir didmiesčių bei 30,3 % iš mažų miestelių ar kaimų).

Tyrimo dalyviai buvo suskirstyti į dvi grupes pagal jų šeimos nukentėjimo nuo okupacinių režimų patirtį. Devyniolika tyrimo dalyvių nepateikė informacijos arba pateikė netikslią informaciją apie savo šeimos nukentėjimo patirtį, dėl to jų duomenys buvo pašalinti iš tolesnės analizės. Asmenimis, kilusiais iš nukentėjusių šeimų, buvo laikomi tie tyrimo dalyviai, kurie pažymėjo, jog bent vienas iš jų šeimos narių (tėvų ar senelių) buvo politinis kalinys, tremtinys, rezistentas arba kitaip nukentėjęs nuo sovietų ir nacių okupacinių režimų Lietuvoje.

Asmenys, kilę iš nukentėjusių šeimų, sudarė 41,5 % visų tyrimo dalyvių ($n = 302$), o iš nenukentėjusių nuo okupacinių režimų šeimų – 58,5 % ($n = 425$). Šios išskirtos grupės tarpusavyje nesiskyrė vyrų ir moterų pasiskirstymu (atitinkamai 39,8 % ir 60,2 % nenukentėjusiųjų grupėje bei 43,4 % ir 56,6 % nukentėjusiųjų, $\chi^2(1, N = 727) = 0,95$; $p = 0,330$), amžiaus vidurkiu ($M (SD) = 43,09 (17,72)$ nenukentėjusiųjų ir $M (SD) = 45,51 (18,28)$ nukentėjusiųjų grupėje, $t(721) = -1,76$; $p = 0,079$), gyvenamąją vietą (atitinkamai 69,6 % ir 30,4 % miesto bei kaimo gyventojų nenukentėjusiųjų grupėje bei 70,1 % ir 29,9 % nukentėjusiųjų, $\chi^2(1, N = 727) = 0,02$; $p = 0,896$). Tačiau šios dvi grupės skyrėsi savo išsimokslinimo lygiu – tarp asmenų, kilusių iš nukentėjusių šeimų, buvo statistiškai reikšmingai daugiau aukštesnį išsimokslinimą įgijusių žmonių (atitinkamai 56,2 % ir 43,8 % turinčių vidurinį ar žemesnį bei aukštesnįjį ar aukštąjį išsimokslinimą nenukentėjusiųjų ir 46,7 % bei 53,3 % nukentėjusiųjų grupėje, $\chi^2(1, N = 727) = 6,45$; $p = 0,011$).

1.2. Tyrime naudoti instrumentai

Šeimos nukentėjimo nuo okupacinių režimų istorija. Tyrimo dalyvių buvo parašoma nurodyti savo tėvų ir senelių nukentėjimo nuo okupacinių režimų Lietuvoje Antrojo pasaulinio karo ir pokario metais patirtį – pažymėti, ar jie yra buvę tremtiniai, politiniai kaliniai, rezistencijos dalyviai ar kitaip nukentėję nuo sovietinių bei nacių režimų vykdytų represijų.

Sunkumų psichologinės įveikos būdai buvo vertinti pagal 5 balų skalę nuo „visai ne“ iki „labai dažnai“, atsižvelgiant į šiuos aspektus: 1) kaip dažnai jų šeimoje yra kalbama apie sukrečiantį jų arba šeimos narių patyrimą; 2) kaip dažnai kalbama apie jausmus ir išgyvenimus; 3) kaip dažnai tyrimo dalyviai sunkumus stengiasi įveikti patys, be kitų pagalbos; 4) kaip dažnai jie imasi darbo ar kitos veiklos, kad nukreiptų mintis nuo sunkumų; 5) kaip dažnai jie vartoja alkoholį kaip jausmų ar minčių sumažinimo priemonę; 6) kaip dažnai jie vartoja antidepressantus, raminamuosius ar migdomuosius vaistus; 7) kaip dažnai, esant sunkumų, galvoja, kad galėtų nusižudyti; 8) kaip dažnai kreipiasi į šeimos narius ar draugus, kai jiems sunku; 9) kaip dažnai meldžiasi, 10) kaip dažnai kreipiasi į psichikos sveikatos specialistus (Grigutyte, 2015).

Psichologinio atsparumo skalės trumpoji versija RS-14 (angl. *The 14-Item Resilience Scale*; Wagnild, 2009) yra sudaryta iš 14 teiginių, kurių kiekvieną prašoma įvertinti pagal skalę nuo 1 iki 7, kai 1 reiškia „visiškai nesutinku“, 7 – „visiškai sutinku“. Psichologinio atsparumo įvertį sudaro visų teiginių atsakymų suma, aukštesnis įvertis žymi didesnę psichologinį atsparumą. Lietuviškos versijos klausimyno vidinis suderintumas Cronbacho $\alpha = 0,87$ (Mažulytė et al., 2014).

Gyvenimo orientacijos testas LOT-R (angl. *Revised Life Orientation Test*; Scheier, Carver, & Bridges, 1994) šiame tyrime buvo naudojamas įvertinti tyrimo dalyvių optimizmą. Šį testą sudaro 6 teiginiai, kuriuos prašoma įvertinti nuo 0 („visiškai nesutinku“) iki 4 („visiškai sutinku“). Originalų variantą sudaro 10 klausimų, iš kurių 4 užpildomi (angl. *filler questions*), bet nėra naudojami skaičiuojant rezultatą, todėl į šį tyrimą jie nebuvo įtraukti. Lietuviškos LOT-R klausimyno versijos vidinis suderintumas Cronbacho $\alpha = 0,71$ (Mažulytė ir kt., 2014).

Ateities viltingumas šiame tyrime buvo įvertinamas pagal skalę nuo 0 iki 5. Tyrimo dalyviai buvo prašomi subjektyviai įvertinti, kiek pastaruoju metu jų ateitis jiems atrodo viltinga (0 – „beviltinga“, 5 – „labai viltinga“) (Grigutyte, 2015).

1.3. Tyrimo eiga

Tyrimo duomenys buvo renkami siekiant sudaryti imtį, kuri kuo labiau atspindėtų Lietuvos populiaciją. Todėl duomenys buvo renkami įvairiose Lietuvos vietovėse, apklausiami įvairaus amžiaus ir išsimokslinimo žmonės. Tyrimo duomenis rinko apmokyti tyrėjai, tyrimas buvo vykdomas vadovaujantis specialiai paruoštomis tyrimo

vykdymo instrukcijomis, siekiant užtikrinti kuo panašnes tyrimo vykdymo sąlygas. Vienu metu apklausos anketas galėjo pildyti ne daugiau kaip penki žmonės. Visi tyrimo dalyviai buvo supažindinti su tyrimo tikslais ir išreiškė informuotą sutikimą dalyvauti šiame tyrime.

Duomenų analizei atlikti buvo naudojamas kompiuterinis statistinės analizės ir duomenų tvarkymo programų paketas SPSS 22.0. Ar duomenų pasiskirstymas atitinka normalųjį pasiskirstymą, buvo vertinta atsižvelgiant į Kolmogorovo ir Smirnovo kriterijų bei asimetrijos ir eksceso koeficientus. Sudarytoms tyrimo dalyvių grupėms palyginti buvo naudojamas chi kvadrato kriterijus. Nukentėjusių ir nenukentėjusių šeimų sunkumų psichologinės įveikos palyginimui buvo pasitelktas Studento *t* kriterijus arba neparametrinis Manno ir Whitney kriterijus, esant statistiškai reikšmingam nuokrypiui nuo normaliojo skirstinio. Ryšiui tarp kintamųjų nustatyti naudotas Pearsono koreliacijos koeficientas. Pasirinktas reikšmingumo lygmuo buvo $\alpha = 0,05$.

2. Rezultatai

Nukentėjusiųjų ir nenukentėjusiųjų grupių naudojamų sunkumų psichologinės įveikos būdų palyginimas pateikiamas 1 lentelėje. Tyrimo rezultatai parodė, kad asmenys, kilę iš nukentėjusių šeimų, panašiai dažnai šeimoje kalba apie sukrečiantį patyrimą ir jausmus. Šios grupės taip pat nesiskiria, kaip dažnai imasi darbo ar kitos veiklos, kad nukreiptų mintis nuo sunkumų, vartoja alkoholį kaip sunkių jausmų ar minčių sumažinimo priemonę, vartoja antidepresantus, raminamuosius ar migdomuosius vaistus ir kreipiasi į psichikos sveikatos specialistus. Tačiau asmenys, kilę iš nukentėjusių šeimų, statistiškai reikšmingai dažniau stengiasi sunkumus įveikti patys, be kitų pagalbos, kreipiasi į šeimos narius ar draugus, kai sunku, ir meldžiasi (žr. lentelę).

1 lentelė. Asmenų, kilusių iš nenukentėjusių ar nukentėjusių šeimų, naudojamos sunkumų psichologinės įveikos palyginimas

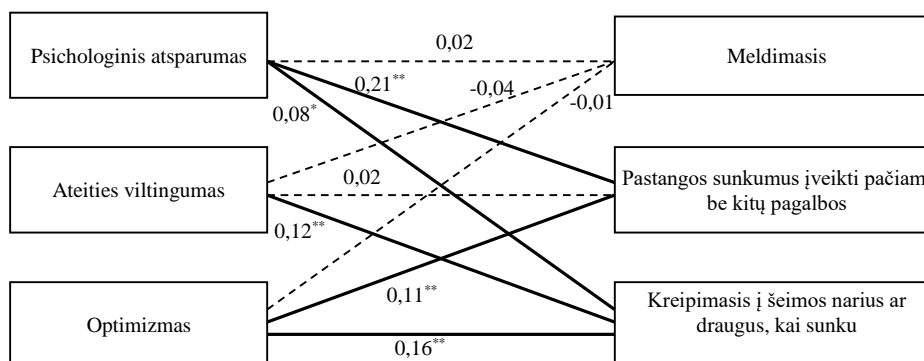
	Šeima		<i>t(df)</i> arba <i>U</i>	<i>p</i>
	nenukentėjo <i>M (SD)</i>	nukentėjo <i>M (SD)</i>		
Šeimos pokalbiai apie sukrečiantį patyrimą	1,38 (1,03)	1,48 (1,08)	-1,32 (709)	0,188
Šeimos pokalbiai apie jausmus	1,93 (1,01)	1,99 (1,06)	-0,70 (708)	0,486
Pastangos sunkumus įveikti pačiam, be pagalbos	2,70 (1,03)	2,86 (1,01)	-2,09 (711)	0,037*
Darbo ar kitos veiklos ėmimasis, kai sunku	2,49 (1,10)	2,61 (1,17)	-1,43 (704)	0,153
Alkoholio vartojimas, kai sunku	0,63 (0,86)	0,60 (0,87)	60 082	0,536
Vaistų vartojimas	0,45 (0,95)	0,47 (0,91)	60 081,5	0,299
Mintys apie savižudybę, kai sunku	0,26 (0,70)	0,22 (0,69)	59 432,5	0,142
Kreipimasis į šeimos narius ar draugus, kai sunku	1,63 (1,10)	1,86 (1,14)	-2,73 (711)	0,007*
Meldimasis	1,45 (1,27)	1,75 (1,43)	-2,92 (593,65)	0,004*
Kreipimasis į psichikos sveikatos specialistus	0,21 (0,66)	0,18 (0,52)	61 756	0,840

Pastaba. *M (SD)* – vidurkis (standartinis nuokrypis), *t(df)* – Studento *t* testo įvertis (laisvės laipsniai), *U* – neparametrinio Manno ir Whitney kriterijaus statistika, *p* – statistinis reikšmingumas, * – statistiškai reikšmingas skirtumas, $p < 0,05$.

Siekiant įvertinti sunkumų psichologinės įveikos strategijų, kurias dažniau taiko iš nukentėjusių šeimų kilę asmenys, galimas sąsajas su psichologiniu atsparumu, optimizmu bei viltungumu, buvo atlikta koreliacinė analizė. Šios analizės rezultatai pateikiami 1 pav. Sunkumų psichologinės įveikos strategija, kai siekiama sunkumus įveikti pačiam, be kitų pagalbos, yra statistiškai reikšmingai teigiamai susijusi su psichologiniu atsparumu ir ateities viltungumu. Tai reiškia, kad psichologiškai atsparesni ir daugiau viltungumo ateities atžvilgiu turintys asmenys dažniau taikė šią strategiją. Savo ruožtu, kreipimasis į šeimos narius ar draugus, kai sunku, statistiškai reikšmingai teigiamai susijęs ne tik su psichologiniu atsparumu ir ateities viltungumu, bet ir optimizmu. Taigi, asmenys, kurie pasižymi didesniu psichologiniu atsparumu, turi daugiau optimizmo ir vilties, dažniau kreipiasi į savo šeimos narius ar draugus, kai būna sunku. Vis dėlto meldimasis nebuvo reikšmingai susijęs nei su psichologiniu atsparumu, nei optimizmu ar ateities viltungumu. Rezultatai taip pat parodė, kad dauguma šių statistiškai reikšmingų ryšių yra silpni. Stipriausias jų yra aptiktas vidutinio stiprumo ryšys tarp psichologinio atsparumo ir pastangų sunkumus įveikti pačiam ($r = 0,21$).

Galiausiai, kadangi nukentėjusių ir nenukentėjusių šeimų atstovų grupės tarpusavyje skyrėsi išsimokslinimo lygiu, buvo įvertintas ryšys tarp išskirtų sunkumų psichologinės įveikos būdų ir išsimokslinimo. Rezultatai neatskleidė reikšmingo ryšio tarp išsimokslinimo ir pastangų sunkumus įveikti pačiam, be kitų pagalbos bei kreipimosi į šeimos narius ar draugus, kai sunku. Skirtingo išsimokslinimo žmonės panašiai dažnai stengėsi sunkumus įveikti patys ($M (SD) = 2,73 (1,09)$ turinčių vidurinį ar žemesnį ir $M (SD) = 2,81 (0,95)$ turinčių aukštesnįjį ar aukštąjį išsimokslinimą, $t(705,684) = -1,09$; $p = 0,274$). Tyrimo dalyviai, kad ir kokio jie būtų išsimokslinimo, taip pat panašiai dažnai kreipėsi į kitus, kai sunku ($M (SD) = 1,71 (1,17)$ turinčių vidurinį ar žemesnį ir $M (SD) = 1,75 (1,08)$ turinčių aukštesnįjį ar aukštąjį išsimokslinimą, $t(708,993) = -0,46$; $p = 0,648$). Tačiau aptikta statistiškai reikšminga sąsaja tarp išsimokslinimo ir meldimosi. Turintys aukštesnįjį arba aukštąjį išsimokslinimą dažniau meldžiasi

($M(SD) = 1,73(1,32)$), nei turintys vidurinę ar žemesnę išsimokslinimą ($M(SD) = 1,43(1,36)$; $t(709) = -2,97$; $p = 0,003$).



1 pav. Atsparumo, optimizmo ir ateities viltigumo ryšys su išskirtais sunkumų psichologinės įveikos būdais. Pastaba. Storesne ištisine linija pažymėtos statistiškai reikšmingos sąsajos; * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,001$

3. Rezultatų aptarimas

Šio tyrimo rezultatai iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti paradoksaliūs. Nukentėjusių šeimų palikuonys dažniau stengiasi sunkumus įveikti patys, be kitų pagalbos, tačiau kartu dažniau kreipiasi ir į šeimos narius ar draugus, kai sunku. Vis dėlto, sunkumų psichologinės įveikos būdai nėra pastovūs, tam tikroje situacijoje asmuo gali imtis vienų įveikos strategijų, kitoje – visai kitų. Taigi, galima kelti prielaidą, kad nukentėjusių šeimų palikuonys apskritai imasi aktyvesnės sunkumų psichologinės įveikos – ar iškilusius sunkumus stengtusi įveikti patys, ar kreiptusi į savo artimuosius pagalbos, ar pasitelktų religinę praktiką. Būtent šios trys sunkumų psichologinės įveikos strategijos buvo dažniau taikomos asmenų, kilusių iš nukentėjusių šeimų, nei tų, kurioms okupacinių režimų vykdytų represijų pavyko išvengti.

Polinkis kreiptis į šeimos narius ar draugus, kai sunku, arba dažnesnis meldimasis ankstesnių tyrimų metu buvo pastebėtas ir tarp pačių nukentėjusių nuo politinių represijų. Kazlauskas (2006) tyrimo rezultatai parodė, kad Lietuvos politinių kalinių ir tremtinių dažniausiai taikyti įveikos būdai buvo tikėjimas Dievu (72 % visų nukentėjusiųjų), šeimos ir artimųjų parama (62 %) bei dvasinė stiprybė (56 %). Be to, net 78% tyrimo dalyvių nurodė, kad trauminio patyrimo metu įgijo naujų įveikos būdų, kurie padėjo ir tebepadeda, susidūrus su sunkumais (Kazlauskas, 2006). Vaskelienės (2012) atliktame kokybiniame tyrime nukentėjusiųjų nuo okupacinių režimų antroji karta taip pat nurodo, kad jų tėvams išgyventi padėjo socialinė parama ir tikėjimas Dievu. Taigi, galima kelti prielaidą, jog šios, ypač sunkiu laikotarpiu išbandytos ir pasiteisinusios, sunkumų psichologinės įveikos strategijos galėjo būti perduodamos iš kartos į kartą nukentėjusiųjų šeimose ir taip prisidėti prie palikuonių psichologinio atsparumo.

Vis dėlto svarbu atkreipti dėmesį, kad šiame tyrime išskirtos nukentėjusių ir nenukentėjusių šeimų grupės reikšmingai skiriasi išsimokslinimo lygiu – nukentėjusių grupėje yra daugiau asmenų, turinčių aukštesnę išsimokslinimą. Tad negalima atmesti galimybės, jog tam tikrų sunkumų psichologinės įveikos būdų naudojimas yra susijęs su aukštesniu išsimokslinimu, o ne su šeimos nukentėjimo nuo okupacinių režimų patirtimi. Tačiau detalesnė tyrimo rezultatų analizė parodė, kad tik meldimosi įveika yra susijusi su išsimokslinimu – aukštesnį išsimokslinimą turintys žmonės yra linkę dažniau melstis.

Ieškant sąsajų tarp sunkumų psichologinės įveikos ir nukentėjusių šeimų palikuonių atsparumo, išryškėjo, kad vis dėlto meldimasis nėra susijęs nei su psichologiniu atsparumu, nei su optimizmu ar viltigumu. Likusios dvi sunkumų įveikos strategijos – pastangos sunkumus įveikti pačiam, be kitų pagalbos ir kreipimasis į šeimos narius ar draugus, kai sunku – reikšmingai susijusios tiek su didesniu psichologiniu atsparumu, tiek optimizmu. Kreipimasis į artimuosius savo ruožtu taip pat yra susijęs su didesniu viltigumu ateities atžvilgiu. Panašūs rezultatai gaunami ir kituose tyrimuose – optimistiškesni asmenys linkę dažniau taikyti adaptyvias sunkumų įveikos strategijas ir sunkiose gyvenimo situacijose siekia daugiau aplinkinių paramos (Brissette, Scheier, & Carver, 2002). Aktyvus problemų sprendimas siejamas su didesne psichologine gerove daugelyje tirtų asmenų grupių: vaikų, studentų, traumas patyrusių ir depresiją išgyvenančiųjų suaugusiųjų, pacientų, sergančių įvairiomis somatinėmis ligomis, ir kt. (Yehuda, Flory, Southwick, & Chamey, 2006).

Šiame tyrime, analizuojant nukentėjusių šeimų palikuonių sunkumų psichologinės įveikos ryšį su psichologiniu atsparumu, išskyla šeimos svarba. Ypatinga šeimos reikšmė aptinkama daugeliu tyrimų, analizuojančių nukentėjusių nuo okupacinių režimų asmenų ir jų palikuonių stiprybę, su traumine patirtimi susijusias pozityvias pasekmes (Braga, Mello, & Fiks, 2012; Giladi & Bell, 2013; Shrira, Palgi, Ben-Ezra, & Shmotkin, 2011). Shrira su kolegomis (2011) geresnę nukentėjusių šeimų palikuonių psichologinę savijautą, optimizmą ir viltį aiškina ypatingu šių žmonių vaidmeniu šeimoje – palikuonys galėjo pratęsti savo tėvų siekį gyventi geriau, socialiai integruotis ir pasiekti savo

tikslus gyvenime. Šiame tyrime būtent kreipimasis į šeimos narius, kai sunku, pasirodė reikšmingai susijęs su psichologinėmis charakteristikomis, kuriomis pasižymi nukentėjusių šeimų palikuonys: atsparumu, optimizmu ir viltungumu. Vis dėlto psichologinis atsparumas iš visų sunkumų įveikos strategijų labiausiai buvo susijęs su pastangomis sunkumus įveikti pačiam, be kitų pagalbos. Šios sąsajos svarbą galbūt būtų galima paaiškinti tuo, kad psichologinis atsparumas iš esmės atspindi asmens turimus vidinius išteklius įveikti iškilančius sunkumus (Wagnild, 2009). Geresniam šios sunkumų psichologinės įveikos strategijos supratimui ir jos ryšiui su traumine šeimos istorija reikia tolesnių tyrimų.

Vertinant gautus rezultatus, svarbu atsižvelgti į šio tyrimo ribotumus. Visų pirma, apie iš kartos į kartą perduodamus sunkumų psichologinės įveikos būdus galima tik kelti prielaidas, nes šiame tyrime buvo vertinta tik palikuonių sunkumų įveika, bet ne jų tėvų ar senelių. Taigi nėra aišku, ar šios įveikos strategijos yra tikrai perimtos iš politines represijas išgyvenusių šeimos narių. Tam nustatyti reikėtų išsamesnių tyrimų. Antra, šiame tyrime aptikti ryšiai tarp kintamųjų, nors ir reikšmingi, yra gana silpni. Galiausiai koreliacinio pobūdžio tyrimas neleidžia daryti prielaidų apie priežastinius ryšius. Taigi, negalima vertinti išskirtos sunkumų psichologinės įveikos, kurią dažniau naudoja nukentėjusių šeimų palikuonys, kaip nulemiančios jų didesnę psichologinę atsparumą, optimizmą ir viltungumą. Sunkumų psichologinė įveika gali būti vertinama tik kaip vienas veiksnių, susijusių su ilgalaikėmis traumavimo psichologinėmis pasekmėmis. Nepaisant ribotumų, šio tyrimo rezultatai leidžia geriau suprasti veiksnius, susijusius su nukentėjusių šeimų palikuonių didesniu psichologiniu atsparumu ir suteikia postūmį tolesniems šios srities tyrimams.

Išvados

Nukentėjusių nuo okupacinių režimų vykdytų politinių represijų šeimų palikuonys dažniau imasi aktyvių sunkumų psichologinės įveikos strategijų – stengiasi sunkumus įveikti patys, be kitų pagalbos ar kreipiasi į savo šeimos narius ir draugus, kai sunku, daugiau meldžiasi. Aptiktos reikšmingos sąsajos tarp dviejų iš šių įveikos strategijų – pastangų įveikti sunkumus patiems ir kreipimosi į artimuosius, kai sunku – ir psichologinio atsparumo bei optimizmo. Kreipimasis į šeimos narius ar draugus, kai sunku, taip pat buvo reikšmingai susijęs su didesniu viltungumu dėl ateities. Tai leidžia geriau suprasti nukentėjusių šeimų palikuonių psichologinę atsparumą, siejant su jų dažniau naudojama aktyvia sunkumų psichologine įveika.

Padėka

Ši publikacija parengta remiantis tyrimo, vykdomo įgyvendinant platesnio masto mokslinę studiją „Sunkių traumų ir socialinių transformacijų psichologiniai padariniai ir jų įveika“, finansuojamą Europos socialinio fondo lėšomis pagal visuotinės dotacijos programą (projektas Nr. VP1-3.1-ŠMM-07-K-02-023), duomenimis. Nuoširdžiai dėkoju projekto vadovei prof. habil. dr. D. Gailienei ir kitiems tyrėjų grupės nariams, daug prisidėjusiems prie projekto vykdymo ir padėjusiems rengti šią publikaciją.

Family historical trauma experience, coping strategies and their relationship with psychological resilience

Egle MAZULYTE

Vilnius University

Corresponding author: egle.mazulyte@fsf.vu.lt

Abstract. Negative effects of trauma transmission from generation to generation are observed in clinical samples; however, general population studies show that the offspring of victim families may have even greater psychological resilience. This study aims to achieve a better understanding of psychological resilience among the offspring of the victim families, considering their use of coping skills. **Methodology.** A total of 746 people (40.8% men and 59.2% women) participated in the current study. Participants were asked to indicate whether their family members are victims of occupational regimes, to answer questions about their coping strategies, resilience, optimism and hopefulness for the future. **Results.** Individuals who come from victim families more often than those with no historical trauma experiences in their family pray and try to overcome the difficulties themselves without the help of others, but at the same time, are more likely to turn to family members or friends for help. **Conclusions.** People of the affected families take more active problem solving - do so themselves or seek help from their loved ones, or use their religious practices.

Keywords. Psychological coping strategies, family traumatic history, victims of occupational regimes, resilience

Literatūra

- Barel, E., van IJzendoorn, M. H., Sagi-Schwartz, A., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2010). Surviving the Holocaust: A meta-analysis of the long-term sequelae of a genocide. *Psychological Bulletin*, *136* (5), 677–698. doi:10.1037/a0020339.
- Bichescu, D., Schauer, M., Saleptsi, E., Neculau, A., Elbert, T., & Neuner, F. (2005). Long-term consequences of traumatic experiences: An assessment of former political detainees in Romania. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, *1* (1), 17. doi:10.1186/1745-0179-1-17.
- Braga, L. L., Mello, M. F., & Fiks, J. P. (2012). Transgenerational transmission of trauma and resilience: A qualitative study with Brazilian offspring of Holocaust survivors. *BMC Psychiatry*, *12* (1), 134.
- Brisette, I., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*, 102–111. doi: 10.1037//0022-3514.82.1.102.
- Giladi, L., & Bell, T. S. (2012). Protective factors for intergenerational transmission of trauma among second and third generation Holocaust survivors. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *5* (4), 384–391. doi:10.1037/a0028455.
- Grigutytė, N. (2015). Tyrimo metodologija. Iš D. Gailienė (sud.), *Gyvenimas po lūžio: kultūrinių traumų psichologiniai padariniai* (pp. 24–35). Vilnius: Eugrimas.
- Yehuda, R., Flory, J. D., Southwick, S., & Charney, D. S. (2006). Developing an agenda for translational studies of resilience and vulnerability following trauma exposure. *Annals of the New York Academy of Science*, *1071*, 379–196. doi: 10.1196/annals.1364.028.
- Kazlauskas E. (2006). *Politinių represijų ilgalaikės psichologinės pasekmės*. Daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus universitetas.
- Kuodytė D. (2004). Traumuojanti istorija. Iš D. Gailienė (sud.), *Stunčių traumų psichologija. Politinių represijų padariniai* (pp. 13–27). Vilnius: Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimų centras.
- Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimų centras (2014). Lietuvos gyventojų netektys okupacijų metais (statistika). Paimta iš: <http://www.genocid.lt/centras/lt/147/c/>
- Maercker, A., & Schützwohl, M. (1997). Long-term effects of political imprisonment: A group comparison study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *32* (8), 435–442.
- Mažulytė, E., Skerytė-Kazlauskienė, M. (2015). Šeimų stiprybė: istorinių traumų patirties poveikis vėlesnėms kartoms. Iš D. Gailienė (sud.), *Gyvenimas po lūžio: kultūrinių traumų psichologiniai padariniai* (pp. 86–107). Vilnius: Eugrimas.
- Mažulytė, E., Skerytė-Kazlauskienė, M., Eimontas, J., Gailienė, D., Grigutytė, N., Kazlauskas, E. (2014). Trauma experience, psychological resilience and dispositional optimism: Three adult generations in Lithuania. *Psichologija*, *49*, 20–33.
- Sagi-Schwartz, A., van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2008). Does intergenerational transmission of trauma skip a generation? No meta-analytic evidence for tertiary traumatization with third generation of Holocaust survivors. *Attachment & Human Development*, *10* (2), 105–121. doi:10.1080/14616730802113661.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67* (6), 1063.
- Shrira, A., Palgi, Y., Ben-Ezra, M., & Shmotkin, D. (2011). Transgenerational effects of trauma in midlife: Evidence for resilience and vulnerability in offspring of Holocaust survivors. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *3* (4), 394–402. doi:10.1037/a0020608.
- Van IJzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Sagi-Schwartz, A. (2003). Are children of Holocaust survivors less well-adapted? A meta-analytic investigation of secondary traumatization. *Journal of Traumatic Stress*, *16* (5), 459–469. doi:10.1023/A:1025706427300.
- Vaskelienė, I. (2012). *Politinių represijų Lietuvoje ilgalaikės psichologinės pasekmės antrajai kartai*. Daktaro disertacija. Vilniaus universitetas, Vilnius.
- Wagnild, G. (2009). The Resilience Scale user's guide for the US English version of the Resilience Scale and the 14-Item Resilience Scale (RS-14). Worden, MT: The Resilience Center.
- Wu, H.-C. (2011). The protective effects of resilience and hope on quality of life of the families coping with the criminal traumatization of one of its members. *Journal of Clinical Nursing*, *20*, 1906–1915. doi:10.1111/j.1365-2702.2010.03664.x.