

Elżbieta Pietrzyk-Dąbrowska: Traumy powojenne w społeczeństwie polskim

Polacy z II wojny światowej wyszli okaleczeni jak żaden inny naród. Śmierć, głód, doświadczenie niewyobrażalnej przemocy stało się udziałem większości rodzin, a trauma z tym związana zbiera swoje żniwo w kolejnych pokoleniach.

[Holokaust](#) [Martyrologia](#) [Obozy koncentracyjne](#) [Okupacja niemiecka](#) [Okupacja sowiecka](#) [Wysiedlenia](#) [Zbrodnie niemieckie](#) [Zbrodnie sowieckie](#)

08.05

„Gdybym o każdym z siedmiu rozstrzelanych Polakach chciał rozwieszać plakaty, to w Polsce nie starczyłoby lasów na wyprodukowanie papieru na takie plakaty”

– powiedział 6 lutego 1940 r. w wywiadzie dla „Völkischer Beobachter” Hans Frank, gubernator Generalnego Gubernatorstwa. Nie mijał się z faktami. Po wkroczeniu na teren naszego kraju hitlerowcy zaczęli masowo mordować Polaków, by – jak deklarował gubernator Frank –

„Polska nie śmiała nigdy powstać!”.

Obszar II RP w 1939 r. zamieszkiwało 35 mln obywateli, z czego 13 mln na Kresach, na które 17 września wkroczyły sowieckie wojska. Wszystko zgodnie z planem ustalonym 23 sierpnia 1939 r., kiedy to ministrowie spraw zagranicznych III Rzeszy i sowieckiej Rosji, Joachim von Ribbentrop i Władysław Mołotow, podzielili Polskę między oba kraje. Interesy Niemiec i ZSRS miały zostać rozdzielone wzdłuż linii Narwi, Wisły i Sanu.

Celem obu totalitaryzmów, hitlerowskiego i sowieckiego, stało się podporządkowanie sobie okupowanych terenów, by na trwałe zlikwidować naszą państwowość. Zorganizowane akcje eksterminacyjne objęły przede wszystkim inteligencję i warstwę wykształconą. W wyniku działań wojennych zginęło ponad 5,5 mln obywateli polskich, w tym 2,9 mln Żydów. Liczba ludności zmniejszyła się o blisko jedną czwartą w porównaniu z okresem przedwojennym. Leżąca pomiędzy Niemcami, a Związkiem Sowieckim Polska poniosła największe straty ludzkie i materialne spośród państw biorących udział w II wojnie światowej.

Choć od 78 lat II wojna światowa należy już do przeszłości, jednak pamięć o niej jest wciąż w społeczeństwie żywa. Wspomnienia o wojennych losach bliskich są integralną częścią historii rodzinnych, przekazywanych z pokolenia na pokolenie. W ten sposób, pomimo odchodzenia osób bezpośrednio dotkniętych wojennym dramatem, ich przeżycia kształtują naszą wiedzę historyczną, budują świadomość przeszłości. Opowieści o okrucieństwie niemieckich i sowieckich okupantów, przejmującym głodzie i śmierci stały się dziedzictwem wpływającym na młodszą generację. Nawet jeśli reminiscencje te nie są precyzyjnie umocowane w warstwie faktograficznej, to siła ich oddziaływania na psychikę młodszych pokoleń jest niezaprzeczalna. Są świadectwem indywidualnych doświadczeń i przeżyć, pokazują emocje i jednostkowe reakcje na wojenne wydarzenia.

Wojna i wieloletnia okupacja kraju przez Niemców i Sowieców przyniosła zniszczenia

gospodarcze, polityczne i społeczne państwa. Okrucieństwa, których doświadczyli obywatele polscy w czasie okupacji i wynikające z nich cierpienie, w ocenie psychologów predestynowały do występowania u nich, zarówno zbiorowo, jak i indywidualnie, cech zespołu stresu pourazowego (PTSD) będącego zaburzeniem psychiatrycznym pojawiającym się jako reakcja na traumatyczne zdarzenie. Nieustające uczucie strachu determinowało zachowania i postawy ludzi, wprowadzając w stan zbiorowej psychozy. Wpływało na zmianę osobowościową oraz problemy natury psychicznej setek tysięcy poranionych jednostek.

Temat psychicznych i fizycznych konsekwencji przeżyć wojennych jest zagadnieniem szerokim. Zajmują się nim historycy, socjologowie, jak i psychiatrzy oraz psycholodzy. W publikacjach wspomnieniowych można znaleźć dowody na to, że wstrząs, jakim była wojna, wpłynął na zmianę w sferze emocjonalnej i psychicznej ludzi. Przykładem tego niech będą trzy ekstremalne sytuacje, które doprowadziły do powstania głębokich traum nie tylko u uczestników wydarzeń, ale też u ich dzieci i wnuków.

Trauma poobozowa

Choć możemy różnie przeżywać to samo zdarzenie i każdy ma własny filtr emocji i doświadczeń, który zniekształca nieco obraz rzeczywistości, to w sytuacjach ekstremalnych istnieje kilka podstawowych i podobnie odbieranych źródeł silnego stresu, w następstwie którego powstają głębokie traumy. Jednym z takich wydarzeń (stresorów) w czasie okupacji była wszechobecność śmierci i ciągłe zagrożenie życia, czyli niepewność jutra.

Drugim ważnym czynnikiem powodującym szereg trwałych psychicznych i fizycznych urazów stał się głód – zwłaszcza w miastach, gdzie możliwości aprowizacyjne zostały drastycznie ograniczone. Ratunkiem stało się szmuglowanie żywności ze wsi, jednak wymagało to ogromnego wysiłku, a poza tym było to ogromnie niebezpieczne – groziła za to śmierć. Sytuację komplikował obowiązek dostarczania Niemcom przez gospodarstwa rolne produktów rolnych oraz hodowlanych (tzw. kontyngentów). Niewywiązanie się z tych obciążeń zostało obwarowane dotkliwymi karami, nawet karą śmierci.

Kolejnymi stresorami były dla Polaków: utrata domów będąca efektem wojennych zniszczeń, wysiedleń czy ucieczek oraz stałe zagrożenie zatrzymaniem w czasie ulicznych łapanek, aresztowań, co często prowadziło do osadzenia w obozie koncentracyjnym, łagrze czy do zmuszenia do wyjazdu na przymusowe roboty. Niepewność jutra powodowała, że ludzie skupiali się, by żyć „tu i teraz”, czyli na przetrwaniu kolejnego dnia. Codziennie paraliżował ich strach przed utratą kontaktu z bliskimi. Bali się, że wyjdą z domu i nie wrócą, a rodzina nawet nie dowie się o ich uwięzieniu. Martwiono się o współmałżonków, rodziców i dzieci.

Źródłem traum był także rozpad instytucji publicznych i dotychczasowego porządku społecznego. Państwo polskie nie chroniło już swoich obywateli, a działania Polskiego Państwa Podziemnego były w tym zakresie bardzo ograniczone.

Badania nad kondycją psychiczną społeczeństwa rozpoczęto w Polsce tuż po wojnie, już w 1945 r. Podjęła je grupa psychologów pod kierunkiem Stefana Baleya, Stanisława Batawii, Marii Żebrowskiej. Brała w nim udział także Maria Kaczyńska, która analizowała wpływ przeżyć wojennych na psychikę dzieci i młodzieży.

Od połowy lat pięćdziesiątych Antoni Kępiński i Stanisław Kłodziński prowadzili badania wśród byłych więźniów obozów koncentracyjnych. W swoich pracach naukowych poświęconych traumie

wojennej Kępiński opisywał syndrom KZ, nazywany także syndromem poobozowym, zespołem obozu koncentracyjnego lub chorobą drutów kolczastych. Problem traum wojennych systematycznie pojawiał się na łamach pisma medycznego „Przegląd Lekarski”, publikowano opracowania naukowe na ten temat autorstwa m.in. wspomnianych już Stefana Baleya i Antoniego Kępińskiego oraz Marii Orwid, Wandy Póltawskiej i Aleksandra Teutscha.

Część autorów sama doświadczyła obozowego życia i potrafiła zrozumieć emocje byłych więźniów. Najbardziej znanym objawem syndromu KZ był ciągły strach przed głodem, a w efekcie tego ukrywanie chleba w różnych miejscach, np. w butach, noszenie w kieszeniach. Zaobserwowano również, że chorzy bardzo emocjonalnie reagowali na dźwięk syren czy warczenie psa. Fizycznymi objawami choroby były m.in. przedwczesne starzenie się, utrata wagi i zaburzenia naczyniowo-ruchowe, a psychicznymi: stany depresyjne, obniżone poczucie własnej wartości, trudności komunikacyjne, lęk, zaburzenia snu, niepokój ruchowy, fobie, a także poczucie winy względem poległych, że samemu się ocalało (*survivor syndrome*).

Bazując na przeprowadzonych badaniach, Kępiński uznał, że pod wpływem skrajnie brutalnego traktowania zmianie ulegał system wyznawanych wartości, co w późniejszym życiu powodowało w nich uczucie samotności i alienacji oraz problemy adaptacyjne do życia w społeczeństwie. Osoby straumatyzowane często czuły się zrozumiane tylko przez podobnie doświadczone osoby; nawet wśród kochających ich ludzi czuły się wyobcowane.

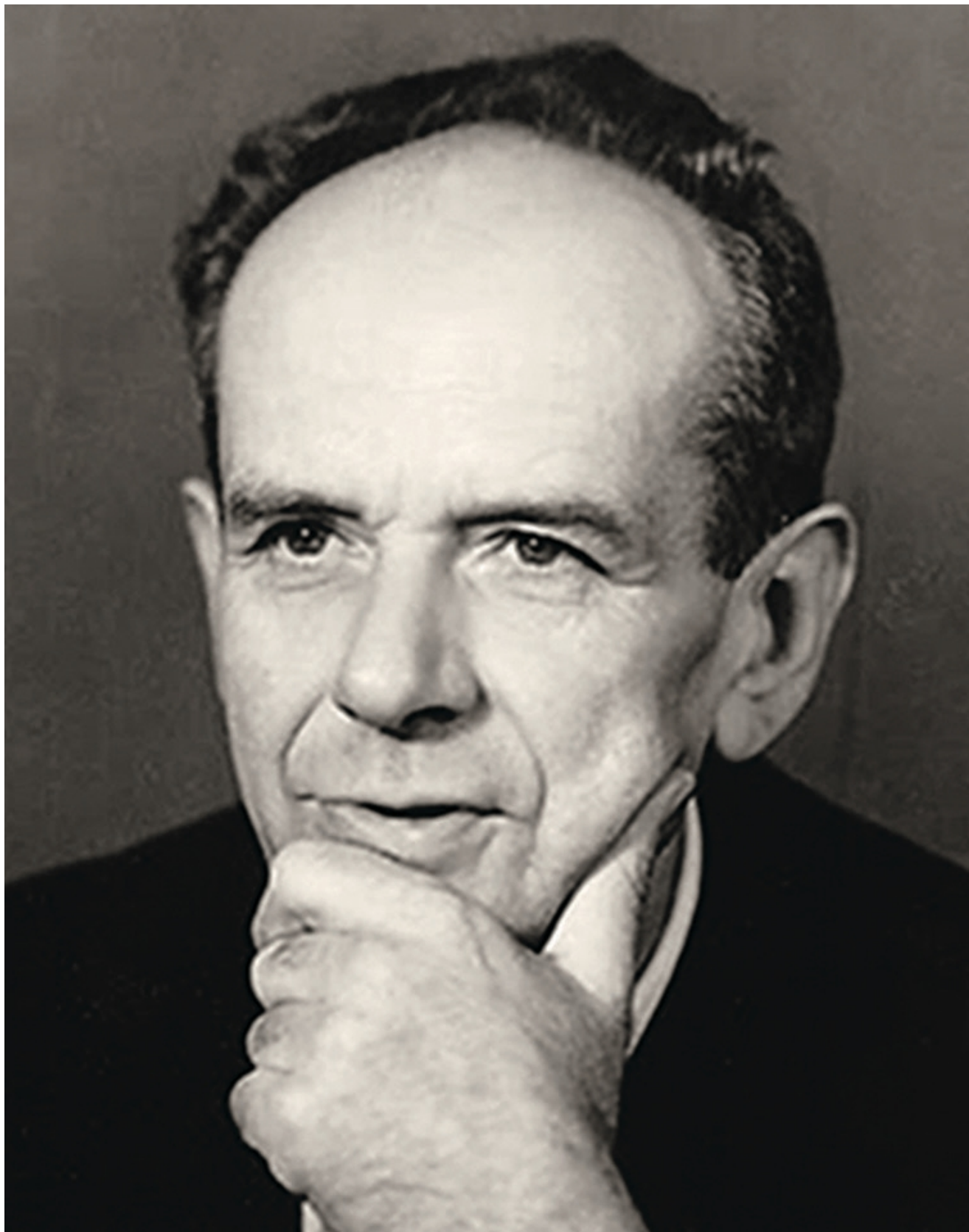
[Czytaj artykuł Elżbiety Pietrzyk-Dąbrowskiej *Traumy powojenne w społeczeństwie polskim* na portalu przystanekhistoria.pl](#)

[Poprzedni Strona](#)

[Następny Strona](#)

Holokaust, Martyrologia, obozy koncentracyjne, Okupacja niemiecka, Okupacja sowiecka, Wysiedlenia, Zbrodnie niemieckie, Zbrodnie sowieckie

Artykuł



Antoni Kępiński (fot. Wikipedia/Tygodnik „Niedziela")