

## Recenzja

Krzysztof Mudyn<sup>1</sup>

*Uniwersytet Rzeszowski, Instytut Psychologii*

<https://orcid.org/0000-0001-6177-7241>

### **Bilewicz, M. (2024). *Traumaland. Polacy w cieniu przeszłości*. Wydawnictwo WAM, ss. 336**

Omawiana praca jest przekonującą próbą opisaną specyfiki polskiej mentalności, wyróżniającej nas na tle innych narodów, poprzez odwoływanie się do pojęcia stresu pourazowego (PTSD – *Post Traumatic Stres Disorder*). Mówiąc najkrócej, Autor – odwołując się do wielu badań porównawczych – stawia tezę, że typowa dla Polaków nieufność (do władzy, instytucji i współobywateli), wysoki poziom stresu w kontekście potencjalnych i faktycznych zagrożeń (np. Covidem), przekonanie, że żyjemy w raczej niesprawiedliwym świecie, a także narzekanie jako bezpieczny (ulubiony) styl komunikacji są wynikiem niewyartykułowanych i nieprzepracowanych traumatycznych wydarzeń historycznych. Wydarzeń i sytuacji, których doświadczali nasi przodkowie, zwłaszcza w ostatnich kilkudziesięciu latach historii. Oczywiście, aby zrozumieć wyjątkową skłonność rodaków do traktowania władzy i wszelkich przepisów jako czegoś obcego i niechętnie akceptowanego, należałoby cofnąć się jeszcze dalej, czyli do czasu rozbiorów Polski.

W świetle współczesnych badań nasila się przekonanie o wielopokoleniowym dziedziczeniu traumy. Okazuje się, że wnukowie przejmują traumy nie tylko rodziców, lecz także od dziadków. Wprawdzie mechanizmy tej transmisji wciąż nie są zbyt jasne, niemniej jednak (niezależnie od orientacji teoretycznej) badacze zgadzają się co do samego faktu takiego przekazu. Ponadto wśród wielu psychologów klinicznych, i nie tylko, panuje zgodność opinii, że nieopowiedziane, niewyrażone (i niejako „sekretnie”) traumy są szczególnie żywotne i destrukcyjne. I – o dziwo – najłatwiej są odziedziczone, niekiedy w sposób spektakularny. Autor przypomina w tym kontekście (co dla starszego pokolenia rodaków jest dość oczywiste), że w okresie po II wojnie światowej wiele traumatycznych wydarzeń i doświadczeń było objętych politycznym (a poniekąd i społecznym) tabu.

---

<sup>1</sup> Adres do korespondencji: [kmudyn@ur.edu.pl](mailto:kmudyn@ur.edu.pl).

Wprawdzie rodzaj i zakres niebezpiecznych tematów ulegał zmianom i ewoluował, lecz wciąż jest obecny. Jeszcze w 2023 roku minister edukacji i nauki (sic!) był uprzejmy oświadczyć publicznie, że badaczom, którzy będą podważać narrację, że (wszyscy) nasi rodacy zachowywali się spokojnie lub heroicznie wobec Żydów w trakcie ostatniej wojny, zostaną cofnięte dotacje na prowadzenie badań.

Pojęcie stresu pourazowego w ciągu ostatnich 30–40 lat bardzo się upowszechniło, rozszerzając zarazem zakres sytuacji, do których bywa odnoszone. Pierwotnie wiązano PTSD przede wszystkim z poważnymi zaburzeniami psychicznymi, obserwowanymi u wielu weteranów (m.in. powracających z wojny w Wietnamie), którzy systematycznie przeżywali tam zagrożenie życia i piekło wojny z wszelkimi jej okropnościami i tragediami. Wojna to także łapanki, rozstrzelania, wysiedlenia, pokusy kolaboracji, partyzanci walczący z okupantem oraz między sobą, sporadyczne akcje podziemia i odwetowe akcje wymierzone w ludność cywilną. Wojna nie jest – oczywiście – jedynym źródłem ekstremalnych stresów i nieszczęść. Potencjalnym źródłem traumy, która dotyka całe społeczeństwa, są też klęski żywiołowe, katastrofy, zamachy terrorystyczne, wypadki drogowe, doświadczanie przemocy i inne nieszczęścia. Jednostkowe rany i blizny psychiczne stają się (przy odrobinie szczęścia) przedmiotem uwagi i oddziaływań terapeutycznych ze strony specjalistów. Powstaje jednak pytanie – jak sobie radzi ze swoimi traumami znakomita większość ofiar (które stanowią zapewne co najmniej 99% populacji osób poszkodowanych)? Wygląda na to, że je tłumią, mniej lub bardziej skutecznie wypierając ze świadomości, a w konsekwencji przechowują je głęboko w sobie i (wbrew swym intencjom) przekazują je w jakiś sposób swoim potomkom. Co więcej, czasami można zaobserwować zadziwiające powtórki traumatycznych indywidualnych zdarzeń w kolejnych pokoleniach (Wolynn, 2021, zob. też Mudyń, 2023).

Michał Bilewicz w swej pracy podejmuje wiele problemów bardziej szczegółowych i przytacza imponującą liczbę badań porównawczych o charakterze międzynarodowym. Wiele z nich zostało przeprowadzonych przy jego współudziale. Pojawia się też problem tzw. mitów założycielskich, na podstawie których przekazywane są historia danego narodu, kultywowana tradycja i budowanie tożsamości narodowej. W tym kontekście, tj. przy budowaniu własnej tożsamości, bardzo przydatna okazuje się idea wroga lub „obcego”. W przypadku Polski kultywowany jest motyw walki narodowo-wyzwoleńczej i celebrowana tradycja martyrologiczna. Skwapliwie świętujemy wszelkie rocznice kolejnych zrywów wyzwoleńczych, z których większość kończyła się tragicznie. Martyrologiczna tonacja pojawia się raz po raz, zarówno w kontekście edukacji, jak i w oficjalnych uroczystościach. „I ci, co dobry mają wzrok i słuch...” mogą w nich usłyszeć także echa romantyczno-mesjanistycznego hasła: „Polska Chrystusem narodów”. Nie zmienia to, oczywiście, faktu, że Adam Mickiewicz wielkim poetą był, a wiersz Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego piękny jest. Przekonanie o wyjątkowości własnego narodu jest wprawdzie czymś powszechnym wśród wszystkich (?) chyba nacji, ale niekoniecznie budowane jest na martyrologii. Z natury rzeczy bowiem każdy z nas stanowi centrum Wszechświata, a jego kraj to Państwo Środka. Jednak za sprawą globalizacji i cyfrowej technologii coraz łatwiej zauważyć, że inni też mają swoje Wszechświaty.

W omawianej pracy, która jest obszerna, bo wraz z przypisami, bibliografią oraz indeksem osób i pojęć liczy 336 stron, pojawia się wiele innych istotnych problemów, np. związek między popularnością teorii spiskowych a poczuciem bezradności, problem historycznych uwarunkowań nieufności społecznej itp. Poprzestanę tu jedynie na zasygnalizowaniu ich obecności. Zatrzymam się natomiast przy pytaniu o charakterze praktyczno-edukacyjnym. Czy młodzież szkolna powinna (np. w związku z lekcjami historii) odwiedzać takie miejsce pamięci jak obóz koncentracyjny w Oświęcimiu? Problem jest złożony i delikatny. Generalnie wydaje się, że raczej tak lub że konieczne. Pojawia się jednak pytanie – poczynając od jakiego wieku lub od której klasy? I czy obowiązkowo, czy z wyboru (lub za zgodą rodziców)? Z badań dotyczących młodzieży licealnej, przytoczonych przez Autora, wynika bowiem, że część młodzieży mocno to przeżywa. Pisz on:

U ponad 13% uczniów, którzy odwiedzili dawny obóz, po miesiącu pojawiły się wszystkie objawy typowe dla stresu pourazowego, czyli PTSD. Dwie trzecie uczniów skarżyło się na powracające wspomnienia dotyczące wizyty w obozie. Co czwarty uczeń unikał wszelkich sytuacji jakkolwiek związanych z doświadczeniem wizyty w obozie. (s. 70)

Wydaje się więc, że wizyty takie powinny być rozważnie i starannie przygotowane. Wymagałoby to, jak sądzę, osobnego spotkania z potencjalnymi uczestnikami „przed” oraz dłuższego spotkania „po” w celu podzielenia się swoimi przeżyciami, porozmawiania o nich i częściowego odreagowania. A już z całą pewnością nie powinno być tak, że wizyta w tym obozie jest elementem oferty turystycznej w stylu „Zwiedzanie Kopalni Soli w Wieliczce i Muzeum w Oświęcimiu w jeden dzień”. Cmentarzy się nie zwiedza, raczej „odwiedza się groby” (najczęściej osób bliskich) wtedy, gdy ma się taką potrzebę.

Relacjonowana praca Michała Bilewicza podejmuje wiele bardzo ważnych społecznie i trudnych tematów. Autor łączy w swojej opowieści wiedzę historyczną i zainteresowanie bieżącymi procesami społeczno-politycznymi z empirycznym warsztatem i doświadczeniem psychologa społecznego. Tak szerokie pasmo zainteresowań jest obecnie rzadkością w kręgach akademickich. Staje się ono bowiem obciążeniem (a niekiedy wręcz nietaktem) w wyścigach szczurów, rozgrywanych w wąskich alejkach społeczno-instytucjonalnego labiryntu.

Generalnie wywody i wnioski Autora są dla mnie przekonujące. W szczególności jak najbardziej zgadzam się w kwestii podobieństwa mentalności Polaków i Greków, jeśli chodzi o stosunek do władzy. Jest tylko jedna kwestia, która skłania mnie do polemiki. Otóż Autor stwierdza w pewnym miejscu, iż: „Myślenie o pamięci jako grze o sumie zerowej jest pułapką. [...] Niezrozumienie, że wspólnota ofiar może być lepszą drogą do uznania cierpień niż rywalizacja między nimi, prowadzi do sytuacji, w której wszystkie strony konfliktu o pamięć *de facto* przegrywają” (s. 248).

Po pierwsze, myślenie o pamięci społecznej w kategoriach gry nie bardzo mi odpowiada, lecz jeśli już, to broniłbym tezy, że w krótkim i średnim horyzoncie czasowym jest to jednak „gra o sumie zerowej”. Innymi słowy, jest dla mnie sprawą ewidentną, że pamięć jednostkowa (zwłaszcza krótkoterminowa oraz operacyjna),

podobnie jak zasoby uwagi, ma charakter ograniczony, pojemność jednostkowej pamięci ma dość jednoznaczne limity. To samo dotyczy też tzw. pamięci społecznej, której okienko (pod naporem nowych informacji i pseudoinformacji) zawęża się coraz bardziej (dzisiejsze gorące newsy wypierają te przedwczorajsze). Krótko mówiąc, uważam, że potomkowie dawnego Konga Belgijskiego słusznie się oburzają, iż celebrowanie zbrodni z II wojny światowej przez Belgów skutecznie (i poniekąd zastępczo) przysłania niegdysiejsze zbrodnie belgijskich kolonistów na ich przodkach. Postulat Autora „o wspólnocie ofiar” może i jest słuszny, lecz dopiero w bardzo, bardzo długiej perspektywie czasowej, być może zmierzającej ku nieskończoności. Dużo tu zależy od klimatu politycznego i zaangażowania wpływowych osób.

Recenzowaną pracę polecam wszystkim Czytelnikom, których pociągają tzw. problemy istotne. Mam też cichą nadzieję, iż poruszane w niej problemy będą jakoś przenikać do powszechnej edukacji, raczej w drodze osmozy niż odgórnych regulacji.

## Bibliografia

- Mudyń, K. (2023). Recenzja książki Marka Wolynna *Nie zaczęło się od ciebie. Jak dziedziczona trauma wpływa na to, kim jesteśmy i jak zakończyć ten proces*. *Psychiatria i Psychologia Kliniczna*, 23(2), 124–125. [https://www.researchgate.net/publication/374813353\\_Nie\\_zaczelo\\_sie\\_od\\_ciebie](https://www.researchgate.net/publication/374813353_Nie_zaczelo_sie_od_ciebie)
- Wolynn, M. (2021). *Nie zaczęło się od ciebie. Jak dziedziczona trauma wpływa na to, kim jesteśmy i jak zakończyć ten proces*, tłum. M. Reimann. Wydawnictwo Czarna Owca.