

POSTTRAUMATSKE STRESNE REAKCIJA KOD PROGNANIKA STARIJE ŽIVOTNE DOBI: REZULTATI LONGITUDINALNOG PRAĆENJA

Marina Ajduković

Pravni fakultet Sveučilišta u Zagrebu
Studijski centar socijalnog rada

Izvorni znanstveni članak

UDK 325.254:616.89 (497.5)

Primljeno: studeni 1996.

U radu su prikazani nalazi praćenja posttraumatskih stresnih reakcija prognanika starije životne dobi (N=61). U tu svrhu korištena je skala posttraumatskih stresnih reakcija od 28 čestica koje su sastavljene u skladu s DSM-III-R kriterijem. Tijekom šestomjesečnog razdoblja nije došlo do značajnog smanjivanja intenziteta posttraumatskih stresnih reakcija ($t=1.84$; $p=0.07$). U tom razdoblju posttraumatske stresne reakcije bile su slabo izražene kod 22% ispitanika, umjereno izražene kod 64%, a izrazito prisutne kod 12%. Korelacijska je analiza pokazala da su značajni posrednici u smanjivanju tih reakcija kvaliteta međuljudskih odnosa i socijalne podrške koju imaju starije osobe u progonstvu. U skladu s nalazima učinjene su odgovarajuće promjene u programu pružanja psihosocijalne pomoći starijim prognanicima smještenim u kolektivnom centru.

1. UVOD

Postoji visoko slaganje da su skupine čije je mentalno zdravlje pod posebnim rizikom u kriznim situacijama kao što su rat i progonstvo djeca i mlade te osobe starije životne dobi. Ipak, dok se programima pružanja psihosocijalne podrške djeci, mladeži i njihovim obiteljima posvećuje velika pozornost, slični programi za prognanike i izbjeglice starije životne dobi znatno su malobrojniji. Neke humanitarne organizacije čak su izrazile stav da je, zbog kronološke dobi i narušenog tjelesnog i mentalnog zdravlja, ulaganje u starije osobe gubitak sredstava pomoći koja su uvijek ograničena (Tout, 1989.). U većini organizacija i službi za zbrinjavanje prognanika i izbjeglica prevladava stav da stariji nemaju specifične potrebe koje se ne bi mogle zadovoljiti na način koji se nudi svim ostalim prognanicima i izbjeglicama. Naše iskustvo ne ide u prilog takvim mišljenjima. Pokazalo se da stariji imaju specifične potrebe u progonstvu, da je proces njihove psihosocijalne prilagodbe na prognanički život otežan, ali da se u najvećem broju slučajeva starijim prognanicima može uspješno pomoći da se prilagode novim okolnostima življenja.

Polazeći od neposrednog iskustva u radu sa starijim osobama u progonstvu koje je upućivalo na njihove specifične potrebe, Društvo za psihološku pomoć od početka 1993. godine sustavno razvija različite oblike pružanja psihološke potpore te prati proces prilagodbe na progonstvo ove dobne skupine¹. Početno ispitivanje specifičnih reakcija i

potreba starijih osoba u progonstvu provedeno je u sječnju 1993. godine. Cilj ispitivanja bio je sljedeći:

- * identifikacija specifičnih izvora stresa i posttraumatskih stresnih reakcija kod starijih osoba u progonstvu,
- * identifikacija starijih prognanika koji imaju izrazitije poteškoće u prilagodbi,
- * izrada programa pružanja psihološke pomoći primjerenog specifičnim okolnostima zbjega i potrebama starijih prognanika,
- * prikupljanje podataka koji će omogućiti praćenje učinaka planiranih intervencija.

Ispitivanje je provedeno u okviru programa pružanja psihosocijalne pomoći u zbjegu Dom učenika graditeljske struke u Zagrebu. To je najstariji centar u Hrvatskoj i prognanici u njemu borave od srpnja 1991. godine. Prosječna dob ispitanika je 67.5 godina, a u vrijeme ispitivanja u prosjeku su boravili u prognaničkom centru 18 mjeseci.

Potvrdilo se da su starije osobe u progonstvu suočene s brojnim gubicima i kumulativnim djelovanjem različitih stresora. Gubitak doma, uobičajenog načina života, socijalnog kruga i razdvojenost od obitelji često kod starijih prognanika pojačavaju osjećaj straha i nesigurnosti. Za razliku od odraslih prognanika mlade dobi češće su navodili kao stresore gubitak pokretne imovine, osobnu težu bolest ili težu bolest člana obitelji, te smrt bliske osobe. Za razliku od toga odrasli prognanici bili su izloženi neprijateljskim napadima, u većem su broju prisustovali smrti drugih ljudi i češće su odvojeni od članova svoje obitelji. Te razlike u velikoj mjeri možemo pripisati upravo razlici u dobi. Tako su starije osobe bile manje sposobne nositi i spašavati pokretnu imovinu. Također, u njihovoj dobi u stresnim situacijama karakteristično je pogošanje zdravstvenog statusa. Činjenicu da su bili manje izloženi neprijateljskim napadima i nasilju nad drugima možemo pripisati tome da su ranije evakuirani, zajedno s majkama s djecom mladom od 18 godina iz kriznih područja (Ajduković, 1994.).

Najveći broj starijih prognanika procijenio je da se u progonstvu snašao osrednje, a najviše ih je mučila neizvjesna budućnost, zdravstvene poteškoće te prisilna promjena životnih navika. Najčešće posttraumatske stresne reakcije starijih prognanika bile su prisilne slike i sjećanja na ono što im se događalo od početaka rata, psihička napetost, pogoršano zdravlje te poteškoće s pamćenjem i koncentracijom. U odnosu prema odraslim prognanicima mlade dobi češće su očitovali psihosomatske poteškoće, a rjeđe agresiju u međuljudskim odnosima (Ajduković, 1994.). U cjelini, početno ispitivanje potvrdilo je da stariji prognanici imaju specifične potrebe i da su problemi prilagodbe na progonstvo u ovoj životnoj dobi specifični. To je jasno upućivalo na nužnost pružanja odgovarajuće podrške i, po potrebi, stručnu pomoć starijim osobama u progonstvu.

2. CILJ

U ovom radu prikazani su nalazi šestomjesečnog praćenja posttraumatskih stresnih reakcija starijih prognanih osoba smještenih u kolektivnom centru.

1 Podaci prikazani u ovom radu prikupljeni su u okviru programa psihosocijalne pomoći prognanicima koje su podupirali Norwegian Council for Mental Health, Norwegian People's Aid i Caritas Internationalis.

3. METODOLOGIJA

Ispitivanje je provedeno na istovjetan način u dvije vremenske točke:

1. siječanj 1993. godine
2. srpanj 1993. godine.

Pri ispitivanju psihosocijalne prilagodbe starijih osoba i izvora stresa u progonstvu korišten je veći broj instrumenata. To su:

1. Skala stresnih događaja ($k=20$),
2. Skala posttraumatskih stresnih reakcija u pogonstvu ($k=28$),
3. Skala depresije ($k=36$),
4. Skala sintetičkih procjena izvora stresa i teškoća u progonstvu,
5. Strukturirani intervju ($k=35$).

Ispitivanje je provedeno tehnikom strukturiranog intervjua. Svi ispitivači u malim su skupinama dobili uputu o načinu provođenja razgovora. Dobili su i opsežne pisane upute o načinu evidentiranja prikupljenih podataka. Intervjue su provodile dvije studentice i jedan student završnih godina studija socijalnog rada, koji su sa starijim prognanim osobama bili u neposrednom kontaktu kroz različite oblike grupnog rada.

U ovom radu prikazani su nalazi šestomjesečnog praćenja posttraumatskih stresnih reakcija prognanika starije životne dobi. Podaci su prikupljeni skalom posttraumatskih stresnih reakcija koja se sastoji od 28 čestica sastavljenih u skladu s DSM-III-R kriterijem. Na svaku tvrdnju ispitanici su mogli odgovarati na skali od tri stupnja, pri čemu je broj jedan upućivao na nepostojanje reakcije, a broj tri na njeno često javljanje. Mogući raspon rezultata kreće se od 28 do 84.

U prvom ispitivanju sudjelovao je 61 prognanik, a u drugome sudjelovala su 63 prognanika. Od tog broja 35 ispitanika sudjelovalo je u oba ispitivanju. Longitudinalno praćenje posttraumatskih stresnih reakcija izvršeno je za tih 35 ispitanika. Raspon dobi ispitanika je od 60 do 85 godina. Od navedenog broja 63.5% su žene.

4. REZULTATI I RASPRAVA

Samoprocjena snalaženja u progonstvu pružila je opći uvid u to da tijekom šest mjeseci nije došlo do značajnijih promjena i boljeg snalaženja starijih osoba u progonstvu (Tablica 1.).

Tablica 1. Samoprocjena prilagodbe na nove uvjete života starijih prognanika tijekom šest mjeseci. Relativna frekvencija odgovora u siječnju (N=61) i srpnju (N=63) 1993.

U progonstvu smo se snašli:	siječanj %	srpanj %
Sasvim dobro	3.2	2.3
Dosta dobro	32.8	36.4
Osrednje	52.5	54.5
Ne baš dobro	9.8	4.5
Loše, nikako	1.6	2.3

Što se tiče posttraumatskih stresnih reakcija, pri prvoj primjeni prosječni rezultat iznosio je 52.9, uz standardnu devijaciju 12.99 i totalni raspon rezultata od 34 do 80. Tijekom šestomjesečnog razdoblja nije došlo do značajnog smanjivanja intenziteta posttraumatskih stresnih reakcija ($t=1.84$; $p=0.07$). U tom razdoblju posttraumatske stresne reakcije bile su slabo izražene kod 22% ispitanika, umjereno izražene kod 64%, a izrazito prisutne kod 12% (Tablica 2.).

Tablica 2. Procjena intenziteta posttraumatskih stresnih reakcija kod starijih prognanika u razdoblju od šest mjeseci (N=35).

Posttraumatske stresne reakcije	I.	II.
M	52.91	49.62
SD	12.99	9.93
t-test	1.84	
p	0.074	

Zanimljivo je da iako nije došlo do značajne promjene u ukupnom rezultatu na skali posttraumatskih stresnih reakcija, došlo je do promjene u očitovanju pojedinih znakova. Tako su se tijekom šestomjesečnog razdoblja uglavnom smanjile psihosomatske reakcije (npr. poteškoće s probavom, zdravlje općenito), kao i poteškoće pamćenja i koncentracije. Istodobno postale su uočljivije reakcije na planu ponašanja koje su ponajviše vezane uz kontrolu ljutnje. Nakon šest mjeseci stariji su prognanici u većem broju iskazivali da su razdražljivi i da se naljute na svaku sitnicu, da ih spopada nekontroliran bijes, da dolaze u sukobe s okolinom. Najznačajnije promjene ilustrirane su relativnim frekvencijama na 14 od 28 čestica skale posttraumatskih stresnih reakcija (Tablica 3.). Posttraumatske stresne reakcije koje se često javljaju kod najvećeg broja starijih prognanika vezane su uz izbjegavanje razmišljanja o onome što im se dogodilo (52%), popraćeno s poteškoćama sa

spavanjem (46%) i psihičkom napetosti (59%). To pokazuje da i dvije godine nakon dolaska u prognostvo značajan broj starijih prognanika još nije proradio i integrirao svoja traumatska iskustva.

Tablica 3. Intenzitet stresnih reakcija starijih prognanika tijekom šest mjeseci. Relativna frekvencija odgovora u siječnju (N=61) i srpnju (N=63) 1993.

		siječanj	srpanj
Naviru mi slike i sjećanja na ono što mi se dogodilo.	Uopće ne	3.2	11.4
	Rijetko	27.9	45.5
	Često	68.9	43.2
Imam glavobolje.	Uopće ne	45.0	52.3
	Rijetko	31.7	34.1
	Često	23.3	13.6
Izbjegavam misliti o onome što mi se događalo.	Uopće ne	16.4	36.4
	Rijetko	55.7	40.9
	Često	27.9	52.3
Osjećam bojažljivost, zaplašenost, strah.	Uopće ne	46.7	46.6
	Rijetko	20.0	20.9
	Često	33.3	32.8
Gubim interes za ono što se oko mene događa.	Uopće ne	43.3	48.5
	Rijetko	35.0	30.3
	Često	21.7	19.4
Imam smetnje s probavom.	Uopće ne	59.0	56.1
	Rijetko	8.2	22.7
	Često	32.8	21.2
Čini mi se kao da su mi osjećaji zatupjeli	Uopće ne	62.7	29.7
	Rijetko	25.4	37.5
	Često	11.9	32.8
Imam problema sa spavanjem.	Uopće ne	35.0	24.6
	Rijetko	26.7	29.2
	Često	38.3	46.2
Spopadne me bijes koji teško mogu kontrolirati.	Uopće ne	52.5	31.3
	Rijetko	23.7	31.3
	Često	23.7	37.3
Razdražljiv sam i naljutim se zbog sitnice.	Uopće ne	33.9	18.5
	Rijetko	37.3	41.5
	Često	28.8	40.0
Dolazim u sukobe s okolinom.	Uopće ne	74.1	50.0
	Rijetko	20.7	25.4
	Često	5.2	17.2

Nervozan sam i napet.	Uopće ne	16.7	15.6
	Rijetko	36.7	25.0
	Često	46.7	59.4
Teže pamtim, brzo zaboravljam.	Uopće ne	30.0	44.8
	Rijetko	26.7	28.4
	Često	43.3	26.9
Zdravlje mi je pogoršano.	Uopće ne	31.7	32.8
	Rijetko	23.3	29.9
	Često	45.0	37.3

U prvom ispitivanju intenzitet posttraumatskih stresnih reakcija bio je značajno prisutniji kod žena ($r=0.29$) i kod onih ispitanika koji su napustili svoja mjesta prije neposredne opasnosti ($r=0.32$). Također je bio značajno povezan s dobi ($r=0.46$), razdvojenošću obitelji ($r=0.22$) i doživljajem međuljudskih odnosa u prognaničkom centru kao loših ($r=0.32$). Pri drugom mjerenju intenzitet posttraumatskih stresnih reakcija bio je značajno povezan s općom samoprocjenom snalaženja u progonstvu kao slabijom ($r=0.29$), nezadovoljstvom organizacijom života u prognaničkom centru ($r=0.45$), doživljajem odnosa u zbjegu kao loših ($r=0.45$) te procjenom intervjuera da je socijalna podrška koju imaju slaba i nedostatna ($r=0.36$). Ovi nalazi upućuju na to da su značajan posrednik u smanjivanju posttraumatskih stresnih reakcija kvaliteta međuljudskih odnosa i socijalne podrške koju imaju starije osobe u progonstvu.

Pogledajmo u kojoj je mjeri program bio djelotvoran u pružanju socijalne podrške i olakšavanju prilagodbe na život u progonstvu tim starijim osobama. Naime, u vrijeme drugog ispitivanja u centru je djelovala grupa za duhovnu podršku starijima u kojoj se okupljalo 18 prognanika (Vidojević, Cesar i Leutar, 1995.). Starije osobe koje nisu bile u nju uključene su bile upitane za razlog nesudjelovanja. Te razloge navelo je 30 ispitanika. Od njih:

- * 14 je iskazalo da nije bilo informirano (47%)
- * 10 je iskazalo da su prebolesni ili prestari da bi izlazili iz sobe (33%)
- * 4 su osjećala da muškarci nisu dobrodošli (13.5%)
- * 2 su bila na početku u grupi, ali im ona nije bila zanimljiva (6.5%).

Ovi nalazi, kao i uvid u korelate posttraumatskih stresnih reakcija, iskoristili su se za unapređivanje neposrednog rada na sljedeći način:

- * Iako su voditelji grupnih aktivnosti prije započinjanja rada obišli sve starije osobe i kroz kraći ih razgovor informirali o mogućnosti okupljanja u grupu, očito je da su bile potrebne dodatne odnosno ponovljenje informacije. To je potvrdilo spoznaju da je motiviranje za sudjelovanje u grupnim aktivnostima proces koji je pogotovo osjetljiv kada se radi o starijim ljudima, to više ako se nalaze u progonstvu. Polazeći od njihovog općeg osjećaja nesnalaženja, očito je bilo potrebno više puta ponuditi im istu informaciju, pojašnjenje i dati mogućnost izbora. Dodatno je informiranje i povećalo zanimanje za grupe tako da su od rujna 1993. godine u centru djelovale tri grupe za podršku starijima.

- * Značajan broj starijih nije se uključio u rad grupe zbog zdravstvenih poteškoća. To je upozorilo na to da dijelu starijih, onih koji su bolesniji i nepokretniji, valja pružiti individualnu potporu. U taj su se rad uključile dvije prognanice mlađe dobi koje su sudjelovale u radu tima koji je pružao podršku starijim osobama.
- * Napomena dijela starijih muškaraca da se ne osjećaju dobrodošlima u grupama jer su tamo samo žene potaknula je osnivanje jedne grupe muškaraca koja je ubrzo prerasla u klub starijih muškaraca koji su uz malu podršku voditelja vodili sami prognanici.
- * Također su uvedene i neke promjene u sadržaju rada. Više pozornosti se temama vezanim uz razvijanje tolerancije u svakodnevnim situacijama².

5. ZAKLJUČAK

Stariji su u progonstvu suočeni s brojnim gubitcima i izvrgnuti kumulativnom djelovanju različitih stresora. Gubitak doma, dosadašnjeg načina života, socijalnog kruga i razdvojenost od obitelji pojačavaju osjećaj straha od neizvjesne budućnosti. Prisilne slike i dosjećanje na sve što su doživjeli od početka rata, pogoršano zdravlje i psihička napetost dodatno otežavaju prilagodbu na progonstvo, to više ako nemaju kvalitetnu socijalnu podršku.

Specifični problemi prilagodbe starijih na progonstvo proizlaze odatle što se radi o neočekivanom događaju u toj životnoj dobi, koji je povezan sa svim ostalim problemima vezanim uz starenje (zdravstvenim, psihičkim i socijalnim) i situacijom koja zahtijeva suočavanje s nekim stresorima kroz dulje vrijeme, a možda i do kraja života (gubitak obitelji i doma). To sve jasno upućuje na to da je starijima u progonstvu nužno pružiti odgovarajuću podršku i stručnu pomoć. Kako su pokazala naša iskustva, najdjelotvornija pomoć sastoji se u širenju socijalne mreže starijih osoba u progonstvu kroz različite oblike grupnog rada. Pri tome su se posebno djelotvornima pokazale grupe za dosjećanje (Ajduković, Čevizović i Kontak, 1995.). Također je važno osigurati starijim prognanicima odgovarajuću socijalnu skrb i pravodobne informacije koje će umanjiti njihov osjećaj neizvjesnosti u budućnost vezan uz proces povratka.

LITERATURA:

1. Ajduković, M. (1994) Psihosocijalna prilagodba na progonstvo u starijoj životnoj dobi. **Ljetopis Studijskog centra socijalnog rada**, 67-78.
2. Ajduković, M., Čevizović, M. i Kontak, K. (1995) Group work in Croatia: Experiences with older refugees. **Group Work**, 8 (1), 236-247.
3. Tout, K. (1989) **Aging in developing countries**. New York: Oxford Press.
4. Vidojević, I., Cesar, S. i Leutar, Z. (1995) Iskustvo psihosocijalne podrške prognanicima starije životne dobi. **Ljetopis Studijskog centra socijalnog rada**, 239-244.

2 Razvoj tih oblika podrške starijim osobama u prognaničkom centru Dom učenika graditeljske struke detaljno su opisali Vidojević, Cesar i Leutar (1995.).

*Summary***POSTTRAUMATIC STRESS REACTIONS OF DISPLACED ELDERLY PEOPLE:
LONGITUDINAL RESEARCH RESULTS***Marina Ajduković*

This article gives results of the follow - up research research on posttraumatic stress reactions of displaced elderly people (N=61). Scale of posttraumatic stress reactions was constructed with 28 items according to DSM-III-R criteria. During the six months period intensity of posttraumatic stress reactions did not significantly lowered. Posttraumatic stress reactions were slightly present at 22%, moderately present at 64% and strongly present at 12% of the population. Correlation analysis showed that important elements for diminishing those reactions were quality of interpersonal relations and social support. In regard to those results modification of psychosocial program with elderly displaced people living in collective center took place.