

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF INTERETHNIC AND INTERCULTURAL RELATIONS

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-366-8-14>

TRANSGENERATIONAL TRAUMA AND ITS DIMENSIONS

ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНА ТРАВМА ТА ЇЇ ВИМІРИ

Pyrkh A. V.

*Master of Psychology
Kyiv, Ukraine*

Пирх А. В.

*магістр психології
м. Київ, Україна*

Особисті події є частиною більшого історичного формування, яке має значний ефект як на життя окремих людей, так і на життя громад. Такі ефекти зазвичай переплетені та мають складний вплив помноженої сили. Серед індикаторів такого впливу можна назвати відсутність почуття належності до групи, почуття покинутості, незначні знання про свою групу та культуру за народженням, недостатній емоційний зв'язок між членами сімей, знижений соціальний капітал, зокрема відсутність довіри, бажання соціальної взаємодії та взаємодопомоги. Все це веде до культурного та соціального занепаду групи, зниження культурних можливостей, відмови від культурної спадщини та підтримання негативних стереотипів. Крім того, члени таких груп схильні до розвитку алкогольної та наркотичної залежностей, неможливості заводити та підтримувати близькі відносини, сімейного насилля, що веде в свою чергу до підвищення не лише рівня злочинності, а й рівня психічних захворювань та розладів. П. Мензіес вказує зокрема на зростання кількості безпритульних серед представників Перших Народів Канади, а також розвитку у них складних ментальних розладів та залежностей внаслідок розриву зв'язків між чотирма основними доменами – особистістю, сім'єю, громадою та нацією, який спричинила довготривала політика канадського уряду [8, с. 63, 69]. Травма є складним явищем, яке впливає на всі сфери життя, отже і для розуміння її та її наслідків слід звертатися до різних вимірів.

Після геноциду 1994 року у Руанді в результаті пов'язаного із конфліктом сексуального насильства народилося 10–25 тисяч дітей, які

зараз стикаються із маргіналізацією та стигмою щодо їхньої ідентичності та походження. Жінки, які пережили насильство, втрачають соціальні права та можливості. У Руанді за загальноприйнятим розумінням, особистість визначається соціальною взаємодією та відносинами, зокрема між батьками і дітьми, що вступає в конфлікт із державною політикою "однієї національності" [7, с. 42].

Сім'я може бути названа одним із найважливіших засобів трансгенераційної передачі не лише ключових цінностей, міфів та вірувань, але і травми, а з нею – адаптивних чи дезадаптивних стратегій поведінки [6, с. 69]. Вилучення дітей із сімей на довгий час розриває передачу сімейних цінностей, знань про виховання, обмежує можливість передачі культурної спадщини, формування дітьми власної ідентичності та почуття належності до групи. Метою таких дій є асиміляція, сегрегація та інтеграція у суспільство мейнстріму, яке у випадку колоніальної політики є представником культури агресора. [8, с. 66] Таким чином механізми трансгенераційної передачі простягаються від молекулярної генетики то політичних конструктів. Крім того, передача не обмежується одним механізмом, скоріш вони накладаються один на одного [6, с. 75]. Культура, зокрема, може бути посередником у передачі травми. Іронічно, вона може виконати захисну роль у процесі горювання, так і змусити виживших асимілюватися із культурою агресора [6, с. 78]. Культурний матеріал перетворюється на живе втілення травми, зазвичай невидимої та необговорюваної [3, с. 670–671]. Концепт культурної пам'яті також стосується меморіалів та травматичних місць, які блокують позитивне сенсоутворення, адже містять пам'ять, яка стосується табуованої теми або несе психологічний тиск на особистість [1, с. 104–105]. Кон і Моррісон у своєму дослідженні прийшли до висновку, що в Австралії, де державна політика приділяє не так багато уваги висвітленню Голокосту, як у США чи Ізраїлі, онуки виживших все одно асоціюють себе із досвідом своїх предків (але не ідентифікують себе як "виживших"). Крім того, третє покоління (онуки) менш вразливі до "змови мовчання", яке має значний вплив на друге покоління (дітей) [5].

То ж бажання приховати чи захистити дітей від травми, зберігаючи її у таємниці не працює. Травматизація передається не лише спогадами, завернутими у певну прийнятну фавулу. Вона передається і через досвід або сформовані концепції (наприклад, світ – небезпечне місце). Сім'ї стають алекситимічними – вони близькі фізично, але між їх членами немає глибокого емоційного зв'язку [2, с 230; 3]. Невидима

травма є багатим емоційним досвідом, який проявляється у жестах, позах, вокальних змінах, навіть мовчання є достатньо красномовним. [3, с. 674] Мовчання стає невід'ємною частиною історії, і передається від покоління до покоління у своїй невимовній формі, не знаходячи іншого способу повідомити про травму, що відбулася [4, с. 38]. Мовчання є центральною клінічною рисою, яка об'єднує сім'ї, які заперечують, пригнічують чи уникають важливої сімейної історії або травматичного досвіду [2, с. 226].

Дослідники Роб Баум [3, 4] і Річард Шварц [9] говорять про те, що травматичний досвід не має іншого місця зберігання, окрім тіла. Р. Баум порівнює тіло із архівом, що стоїть на межі між пам'яттю, пост-пам'яттю та соматизованою пам'яттю, та зберігає не лише образи та думки, але й відчуття, нездужання та інші тілесні прояви. І як нащадки виживших, наші тіла несуть відбиток травми, яка сталася до нашого народження [3, с. 673–674]. Тіло раз за разом програє зміст травматичної події без контексту, аж поки така реакція не стає автоматичною, включаючи перелаштування хімічних реакцій у клітинах, аби реагувати на подразник швидше і ефективніше [4, с. 35, 39]. У тому, що тіло повторює поведінку, яка колись допомогла йому вижити, з ним погоджується і Р. Шварц порівнює кожну частину внутрішньої сімейної системи із певним захисним механізмом [9, с. 28]. Застраглі у часі, вони не знають про поточний контекст, але намагаються врятувати нас тими механізмами, які спрацювали раніше. Тут може йтися і про надзвичайну пильність, надто сильну реакцію, внутрішнього критика, або навіть нехтування собою заради інших.

Травма перериває почуття часу та нормальності [3, с. 674]. Яель Даніелі називає такий стан "неподвижність" ("fixity"). Вона зазначає, що рівень неподвижності залежить від багатьох факторів, наприклад, від продовжуваності травматичних подій, значення такої травми для особистості, механізмів виживання, які були задіяні, а також травми пост-віктимізації [6, с. 68].

Травматичний досвід впливає на формування самої ідентичності особистості. Як показало дослідження наслідків геноциду в Руанді, діти, народжені внаслідок сексуального насильства, зазначають, що відчувають, наче половина їхньої ідентичності відсутня через те, що вони нічого не знають про батьківську сторону родини [7]. Сімейна терапія як спосіб роботи із зовнішніми подіями (такими як війни, катастрофи, міграції) може бути ускладнена бажанням забути і закрити ці спогади у минулому. Що ж до роботи з травмами всередині сім'ї (інцест, насильство, вбивства чи самовбивства), то на заваді може стати

почуття секретності, сорому та провини [2, с. 227]. Ідентичність особистості є складною організацією вимірів, сфер та систем, то ж для аналізу впливу травми треба зважати на всі з них – біологічні, інтрапсихічні, міжособистісні та матеріальні, освітні, професійні, юридичні, такі, що стосуються середовища, політики, національних та міжнародних відносин, тощо [6, с. 67].

Інтеграція травми має відбуватися у всіх сферах і не може бути виконана людиною самотійно. Необхідно відновлення почуття тяглості та належності [6, с. 68–69]. Знання та розуміння власної історії веде до початку зцілення та відновлення ідентичності. Для корінних народів та народів, що вийшли з-під тягаря колоніальної політики життєво важливо включати у процес зцілення елементи традиційної культури [8, с. 64; 6, с. 79]. Важливо розуміти роль соціальної політики, яка може погіршити фізичний, ментальний та емоційний стан людей, що пережили травматичний досвід [8, с. 82]. Політичні наративи так само можуть не лише запропонувати слова, якими варто описувати історичну травму, а й вести до повторної травматизації виживших та конфлікту між прийнятною поведінкою та реальністю.

Література:

1. Гребенюк Т. Мовчання й говоріння як форми репрезентації історичної травми в українській прозі доби Незалежності. *Синopsis: текст, контекст, медіа*. 2022. 28(3). С. 104–112.
2. Abrams M. S. Intergenerational transmission of trauma: Recent contributions from the literature of family systems approaches to treatment. *American Journal of Psychotherapy*. 1999. 53(2). P. 225–231.
3. Baum R. Transgenerational trauma and repetition in the body: The groove of the wound, Body, Movement and Dance in Psychotherapy. 2013. 8(1). P. 34–42.
4. Baum R. The Body as Archive: The Shoah and the Story (Not) Told. *Poetics Today*. 2017. 38(4). P. 667–693.
5. Cohn I. G., Morrison N. M. V. Echoes of transgenerational trauma in the lived experiences of Jewish Australian grandchildren of Holocaust survivors. *Australian Journal of Psychology*. 2018. 70(3). P. 199–207.
6. Danieli Y. Assessing trauma across cultures from a multigenerational perspective. Cross-cultural assessment of psychological trauma and PTSD. 2007. Springer Science + Business Media. P. 65–89.
7. Denov M., Eramian L., Shevell M. C. “You Feel Like You Belong Nowhere”: Conflict-Related Sexual Violence and Social Identity

in Post-Genocide Rwanda. *Genocide Studies and Prevention: An International Journal*. 2020. 14(1). P. 40–59.

8. Menzies P. Intergenerational Trauma from a Mental Health Perspective *Native Social Work Journal*. 2010. 7. P. 63–85.

9. Schwartz R.C. *No Bad Parts: Healing Trauma and Restoring Wholeness with the Internal Family Systems Model*. Louisville, CO: Sounds True. 2021. 216 p.