

John D. Sterling, Jonathan S. E. Hellewell, *Psychopatologia*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005, ss. 192.

Człowiek współczesny żyje w świecie, który bardzo często go przerasta, a jeszcze częściej wywołuje w nim szereg zachowań, których sam nie rozumie, a czasami nawet nie jest w stanie sobie ich wyjaśnić. Coraz bardziej jest sfrustrowany, pełen lęku, depresji, zachowań dyssocjalnych i wielu innych opisywanych w naukowych pozycjach z zakresu psychologii klinicznej. Wiele z tych zachowań nie jest zrozumiałych, nie tylko dla osoby im ulegającej, ale także często również dla osób żyjących z takimi osobami w tym samym środowisku. Stąd też, mogą rodzić się jakieś nieporozumienia czy niepotrzebne zatargi. Warto więc dowiedzieć się czegoś więcej z zakresu zachowań lękowych, obsesyjnych czy zaburzeń odżywiania. Niniejsze opracowanie staje się takim narzędziem w rękę czytelnika, który na co dzień nie styka się z chorobami psychicznymi. Jest to pozycja pozwalająca mu więcej zrozumieć i odnaleźć się w gąszczu zagadnień z zakresu psychopatologii. Książka autorstwa J. D. Stirlinga i J. S. E. Hellewella, przetłumaczona z oryginału („Psychopathology”) przez Małgorzatę Trzebiatowską jest ważnym krokiem w przybliżaniu czytelnikowi trudnych, a zarazem interesujących zagadnień. Pozycja ta ukazała się nakładem Gdańskiego Wydawnictwa Psychologicznego w serii „Wprowadzenie do psychologii”, pod tytułem „Psychopatologia”. Omawiana pozycja zawiera wprowadzenie oraz czternaście rozdziałów szeroko związanych z zasygnalizowanym w tytule książki zagadnieniem. Pozycja ta w każdym rozdziale posiada interesujące wskazania dla czytającego polegające na możliwości poszerzenia zdobytej wiedzy z danego rozdziału w oparciu o podaną literaturę uzupełniającą. Książka zawiera ciekawą i coraz powszechniej stosowaną metodę prezentowaną w różnych książkach psychologicznych polegającą na powtórzeniu materiału oraz ćwiczeniach odnoszących się do przeczytanego tekstu. W ten sposób czytelnik może utrwalić sobie zdobytą wiedzę, która mieści się w ramach szeroko rozumianej psychologii klinicznej. Całość pozycji zawiera słowniczek terminów psychologicznych często używanych w omawianej pozycji, bardzo obszerną bibliografię oraz indeks nazwisk i indeks rzeczowy, co pozwala na łatwe odnalezienie się w materiale. Literatura uzupełniająca jest o tyle ciekawa, że zawiera pozycje w języku polskim, a nie tylko obcym. W ten sposób staje się bardziej powszechna i dostępna dla szerszej grupy społecznej.

Pierwszy rozdział, ogólnie mówiąc, dotyczy szeroko rozumianej historii psychopatologii. To szukanie odpowiedzi na to czy choroby psychiczne mają swoje somatyczne, czy psychiczne źródło. Autorzy wskazują, że choroby psychiczne powstają prawdopodobnie w wyniku działania wielu czynników. Najlepiej wyjaśnia to zgodnie zaprezentowana teoria określana jako: „podatność-stres”, która pokazuje, że choroby psychiczne stanowią reakcję na życiowe doświadczenia u osób, które są podatne na urazy lub mają predyspozycje do chorób psychicznych. Predyspozycje mogą mieć charakter genetyczny albo mogą się wiązać z wczesnym uszkodzeniem mózgu lub z wczesnymi doświadczeniami życiowymi. Autorzy podkreślają także, jak trudno jest odróżnić zachowania normalne od nienormalnych. Nawet mówią, że nie ma pewności, co do tego, jak zdefiniować zachowania odbiegające od normy. Stąd też, określenie choroby psychicznej jest tak trudne, nie tylko w jej zdiagnozowaniu i nazwaniu, ale także udzielonej pomocy. Kolejny, drugi rozdział, jest ukazaniem współczesnych badań nad klasyfikacją i paradygmatami zachowania odbiegającymi od normy. W psychopatologii istnieją dwa główne podejścia do myślenia o chorobach psychicznych. W jednym unika się klasyfikacji zachowań odbiegających od normy w grupie diagnostycznej i jest to podejście idiograficzne. Natomiast w drugim podejściu nomotetycznym dokonuje się próby kategoryzacji zaburzenia. Drugie podejście jest bardziej stosowane, gdyż osoby zajmujące się psychopatologią uważają, że jakiś system jest konieczny i użyteczny. Obecnie istnieją dwa główne systemy klasyfikacyjne. Pierwszy system został opracowany przez Światową Organizację Zdrowia i obejmuje zaburzenia psychiczne i somatyczne. Nazywany jest w skrócie ICD – International Classification of Diseases, Injuries and Casues of Death (s. 24). Drugi system został opracowany przez Amerykań-

skie Towarzystwo Psychiatryczne i obejmuje tylko zaburzenia psychiczne. Został nazwany w skrócie DSM – Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (s. 24). Oczywiście, dzisiaj klasyfikacje zaburzeń opracowane przez te dwa ośrodki mają już kolejne wersje. Obie wersje są krytykowane za to, że stosuje się w nich podejście kategorialne. Należy jednak zaznaczyć, że w terapii wyłonił się ostatnio nurt eklektycznego podejścia wykorzystujący i stosujący w leczeniu chorób psychicznych różne paradygmaty. Będą to paradygmaty biologiczne, poznawcze, egzystencjalne, behawioralne, psychoanalityczne, czy humanistyczne, wykorzystywane w terapii w zależności od potrzeb pacjenta, któremu chce się pomóc.

Dwa następne rozdziały dotyczą natury schizofrenii i etiologii schizofrenii. Schizofrenia to poważna choroba psychiczna, która dotyka średnio jeden procent populacji i pojawia się z podobną częstotliwością we wszystkich kulturach. Jest to choroba o charakterze epizodycznym, w której zaburzenia przeplatają się zazwyczaj z okresami normalnego funkcjonowania. Objawy schizofrenii są bardzo różne: od zniekształcenia rzeczywistości, poprzez dezorganizację aż do wycofania społecznego. Jest bardzo trudna do leczenia. Najczęściej leczona farmakologicznie, chociaż dzisiaj stosuje się także odpowiednio dobraną terapię, co powoduje, że leczenie staje się bardziej skuteczne. Przypuszcza się, że takie terapie, jak poznawczo-behawioralna, trening umiejętności społecznych oraz terapia rodzinna, wspomogą, a czasami mogą zmniejszyć ryzyko powrotu choroby. Jeśli chodzi o etiologię tej choroby, to dzisiejszy stan wiedzy wskazuje na czynniki genetyczne, psychologiczne, tj. stresujące wydarzenia życiowe, oraz środowiskowe. Badania wykazały również, że długotrwały przebieg choroby może być modyfikowany zarówno przez czynniki biologiczne, jak i czynniki społeczne.

Kolejne dwa rozdziały dotyczą problematyki zaburzeń nastroju oraz etiologii nastroju. W dzisiejszym społeczeństwie bardzo często mamy do czynienia z nadużywaniem pojęcia depresji. Czasami może nawet zrodzić się przekonanie, że słowo to jest jakąś „mantrą” pozwalającą wytłumaczyć wiele zachowań czy odniesień społecznym. Już nawet małe dzieci uciekają się do fortelu tłumaczenia swoich zachowań stwierdzeniem „mam dzisiaj depresję”. Trzeba jednak umieć rozgraniczyć to wszystko, co w codziennym życiu jest krótkim okresem złego nastroju, prawdopodobnie z powodu stresu, osobistych rozczarowań, czy też nastroju dobrego samopoczucia z powodu dobrej wiadomości, czy udanej transakcji lub kupna ładnego samochodu, od stanu depresji. Chorobę tę odróżniamy od normalnych wahań nastroju na podstawie dwóch kryteriów: poziomu zakłócenia i czasu trwania. Podstawową cechą choroby depresyjnej jest uporczywe obniżenie nastroju, zaburzenie myślenia, uwagi i koncentracji, odczucie lęku, zakłócenie snu i apetytu. Leczenie zaburzeń afektywnych zarówno psychologicznie, jak i farmakologicznie przynosi pożądany efekt. Etiologii zaburzeń nastroju możemy dopatrywać się zarówno w czynnikach biologicznych, jak i psychologicznych oraz społecznych. Wszystkie te czynniki są ważne w rozwoju oraz utrzymywaniu zaburzeń nastroju oraz wszystkie one wzajemnie na siebie oddziałują.

Rozdział siódmy i ósmy dotyczy zaburzeń lękowych i stanów obsesyjnych oraz etiologii zaburzeń lękowych. Lęk jest czymś normalnym i odczuwalnym przez każdego człowieka. Pojawia się bardzo często w czasie niepewności, stresu czy bezpośredniego niebezpieczeństwa. Stanowi główną cechę takich zaburzeń, jak: fobie, zespoły uogólnionego lęku, zespoły stresu pourazowego, zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne. Jego nasilenie w tych zaburzeniach jest zróżnicowane, a określenie przyczyn jego powstania jest czasami trudne. Jedno jest pewne w zaburzeniach tych człowiek ma poczucie lęku, od którego trudno mu się uwolnić. Leczenie pacjentów z zaburzeniami lękowymi jest trudne, chociaż stosuje się wiele technik pozwalających pacjentom normalnie funkcjonować. Przyczyny zaburzeń lękowych wielu naukowców dopatruje się w nierozwiązanych nieświadomych konfliktach. Wydaje się także, że są one skutkiem zaburzeń w funkcjonowaniu pewnych systemów neuroprzekazników.

W rozdziale dziewiątym i dziesiątym autorzy poruszają problematykę zaburzeń odżywiania i podatności człowieka na taką dysfunkcję oraz czynniki utrwalające zaburzenie odżywiania. Termin

„zaburzenie odżywiania” odnosi się do anoreksji psychicznej i bulimii psychicznej. W obu zaburzeniach pojawia się niepokój dotyczący pożywienia, sylwetki i wagi. Są to zaburzenia, które w większości dotyczą kobiet. Zaburzenia te pojawiają się coraz częściej już nie tylko w społeczeństwach rozwiniętych, ale również w społeczeństwach ubogich. Rozdział ten polecam szczególnie tym, którzy zajmują się wychowaniem młodego człowieka, aby odnaleźli argumenty na wytłumaczenie wielu młodym dziewczętom, by nie stosowały różnych diet, czy też innych sposobów na lepszy wygląd, gdyż to może doprowadzić do przykrych stanów chorobowych.

W kolejnym rozdziale autorzy ukazują poglądy krytykujące psychopatologię. Wyłania się z tego rozdziału przekonanie, że psychopatologia nie jest nieomylna i może czasami zejść z naukowej ścieżki poszukiwań. Niemniej zawsze będzie zmierzać do tego, by człowiekowi choremu psychicznie ulżyć w jego cierpieniu i pomóc w lepszym funkcjonowaniu przy wykorzystaniu najnowszych zdobyczy nauki. Dlatego też rozdział dwunasty, mimo krytyki, zawiera konkluzję, że psychopatologia ma przed sobą przyszłość, ponieważ coraz większe zrozumienie czynników genetycznych, psychicznych i społecznych pozwoli na coraz lepsze metody leczenia. Warto również sięgnąć do rozdziału trzynastego oraz czternastego. Pierwszy pokazuje przegląd trzech badań, które pomogą czytelnikowi zrozumieć, jak poprzez różne metody leczenia można doprowadzić do redukcji zaburzeń. Rozdział sugeruje, że leczeniem chorób psychicznych mimo wielu poglądów kontrowersyjnych, a często negacji tej dziedziny nauki, należy się nią zajmować i nieustannie rozwijać. Drugi natomiast jest ciekawy metodologicznie dla studentów. Pozwala zobaczyć, jak należy pisać prace semestralne. I chociaż jest to przedstawione na przykładzie esejów, które muszą pisać studenci na uczelniach zachodnich, to warto się z tym materiałem zapoznać, by zobaczyć jak zwięzła i wyczerpująca temat powinna być praca pisana przez studentów na zadany temat.

Omawiana pozycja jest nie tylko bardzo dobrym kompendium wiedzy na temat podstawowych zagadnień z psychologii klinicznej, ale również interesującym i przystępnym podręcznikiem. Sięgnąć do niego mogą nie tylko studiumujący psychologię, psychiatrię, czy medycynę, ale również osoby, dla których ten zakres materiału jest mało znany i obejmuje tylko wiedzę popularną. Jest to pozycja pozwalająca na zrozumienie podstawowych cech głównych chorób psychicznych. Warto polecić tę książkę wszystkim, którzy kształcą się, by pracować i opiekować się innymi ludźmi. Sięgnąć po nią powinni studenci kierunków pielęgniarstwa, socjalnych, nauczycielskich, a także osoby przygotowujące się do pracy w policji, czy też straży pożarnej. Policjanci i strażacy mają dzisiaj do czynienia z wieloma interesującymi przypadkami i często nie wiedzą jak sobie z nimi poradzić, dlatego też taka elementarna wiedza na temat zaburzeń psychicznych będzie dla nich czymś przydatnym. Książkę polecam również kapłanom i duszpasterzom, którzy mają kontakt z drugim człowiekiem nie tylko w codziennej pracy, ale często w pracy formacyjnej: czy to przez konfesjonał czy duchowe prowadzenie.

Ks. Dariusz Buksik SDB  
*UKSW Warszawa*