

وفي دراسة اجراها (Dawson 2023) هدفت الدراسة الى التحقيق من فعاليات واليات العلاج بالكتابة وكشف فائدها في علاج اضطرابات ما بعد الصدمة اعتمدت الرسالة الحالية نهجاً مختلطاً لتحقيق هذه الأهداف. تم إجراء استعراض منهجي وتحليل ميتا عن فعالية العلاج بالكتابة في الحد من اضطراب ما بعد الصدمة وتحقيق استجابة سريرية. أظهرت النتائج أن العلاجات بالكتابة فعالة عند مقارنتها بالمجموعات الضابطة وشروط الكتابة الوهمية. كانت الأدلة متضاربة بشأن فعالية العلاج بالكتابة مقارنة بالعلاجات النفسية الأخرى. أدت نتائج هذا الاستعراض إلى تشكيل الدراسة التي تلتها، تتغير تعليمات الكتابة اعتماداً على الحالة المخصصة. (1) تقييم فعالية العلاجين الكتابيين المركزيين على الصدمة (TF-WTs) بالمقارنة مع كتابة التجارب الإيجابية (PEW) في الحد من متلازمة ما بعد الصدمة (PTSS) وتحقيق تغيير ذو دلالة سريرية، (2) التحقيق في آليات التغيير التي تؤدي إلى النتائج في هذين العلاجين TF-WTs بالمقارنة مع PEW (وتشمل الآليات المفترضة دور الافتراضات السلبية، و (3) تحليل نوعي لردود فعل المشاركين المكتوبة حول تجربتهم في المشاركة في الدراسة. أظهرت النتائج عدم وجود دليل على أن العلاجين TF-WTs كانا أفضل من PEW في الحد من PTSS أو تحقيق تغيير ذو دلالة سريرية. باستثناء نتيجة أولية من تحليلات الوساطة الفردية، التي أظهرت أن التعاطف مع الذات كان وسيطاً في تحقيق النتائج في شرط TF-WT المتعلق بإعادة معالجة المعرفة للذاكرة الصادمة فقط. وأن معظم المشاركين في الدراسة كانوا قد شاركوا سابقاً في علاج الصدمة. بالإضافة إلى ذلك، وتأثير الكتابة على العوامل الخارجية، يتم تحقيق نتائج مماثلة في المقارنة مع الكتابة عن التجارب الإيجابية، مما يوحي بأن الكتابة عن الصدمات أو الكتابة عن الأحداث الإيجابية قد لا تكون ذات فائدة فريدة في النتائج. بالإضافة إلى ذلك، تشير النتائج إلى أن آليات TF-WTs لا تزال غير مفهومة بشكل جيد.