

Hva kan vi vite om ekstreme traumer?

Av Sverre Varvin

Innledning

En pasient sa: «Hvis jeg skal snakke om «det», ville jeg oppleve det igjen». «Det» «fylte» rommet. Det følte som om vi enten kunne snakke om «det», eller ingenting. I det felles terapeutiske arbeidet fant vi etterhvert ut mer om hva dette upersonlige pronomen henviste til, men selv etter flere års terapi, slipper «det» fortsatt ut sine «spøkelses» i form av nattlige mareritt, kroppslige symptomer og hallusinatoriske opplevelser.

Ekstrem traumatisering kan lamme både følelseslivet og tankeevnen hos både offeret/overleveren og terapeuten og vanskeliggjøre en helende dialog. Den hjelpeløsheten som terapeuten føler når ordene slipper opp, viser en flik at den massive fornedrelse og u-menneskeliggjøring som organisert vold innebærer. A., den unge kvinnen som ikke kunne snakke om «det», var preget av overgrepene på alle livets områder.

Ekstrem traumatisering forårsaket av organisert vold er endemisk. Bare siden 2. verdenskrig er ufattelig mange mennesker blitt rammet. Ikke bare individuelle liv er ødelagt, men også familier og hele samfunn. Etter 2. verdenskrig tok det lang tid før man kunne snakke om og prøve å bearbeide skadene etter Holocaust. I dag opplever vi igjen at det er vanskelig å snakke om overgrep.

Spørsmålet er ikke bare hvordan overleveren forholder seg til overgrepene, men også hvordan resten av samfunnet gjør det. Bak disse problemene ligger den mer grunnleggende problemstilling: Hvordan er det mulig å ha kunnskap om slike overgrep?

Jeg vil i denne artikkelen diskutere dette spørsmålet slik det viser seg i den terapeutiske situasjon. Jeg vil hevde at det ikke bare dreier seg om

manglende interesse og uvilje mot å vite, men om fundamentale trekk ved traumatiseringsprosessen som vanskeliggjør tenkning. Et uttrykk for dette er at følgetilstander ofte kun viser seg i handlinger, i væremåter og som tegn i kroppen, for eksempel i form av somatisk sykdom.

Integrering og heling i psykoterapi er derfor en sterk utfordring til symboliseringsevnen både hos pasient og terapeut.

Kan vi forstå alvorlige traumer?

Traumer oppleves ikke som enkelthendelser i ens liv, men som noe som definerer livet, noe som former livet etterpå (Bollas 1987). Dette gjelder i høy grad alvorlige eller ekstreme traumatiske påkjenninger. De oppleves ofte som et tidsskille. Det er en tid før, og en tid etter. Forbindelsen blir ofte brutt mellom dette før og etter og hukommelsen; evnen til å huske og å organisere sine livserfaringer kan bli alvorlig skadet. Også minnene fra før tragedien, spesielt de gode, kan ødelegges eller forandres i ens indre. Fortiden kan omskrives, og tidligere hendelser kan framstå som traumatiske brudd på ens integritet. I verste fall blir det som har vært godt i barndommen og oppveksten, lukket til. Som følge av det kan framtiden framstå som meningsløs og uten håp.

Det er noe som ikke kan fattes med det vi kaller alvorlige traumer. Noe som motsetter seg evnen til å sette det i en meningsfylt sammenheng. Det er en viss rimelighet i at man ikke tar inn over seg at mennesker kan gjøre slike alvorlige ting mot andre mennesker. Dessuten vekker det både skyld- og skamfølelser. Mange overleverer har blitt møtt med, eller følt seg møtt med, en ordløs mur som tilsvarer den de har følt i seg selv. En «conspiracy of silence», taushetens konspirasjon, har blitt resultatet. Familier, grupper og

hele samfunn har vært stilltiende enige om at det er bedre å glemme.

Det finnes ikke ord, «det» ligger utenfor det som man kan forestille seg og det er for smertefullt å prøve. Mentale forsvars- eller overlevelsesmekanismer trer i funksjon. Overlevende fra konsentrasjonsleire har sagt at hvis de var der, var der i den forstand at de opplevde eller tok inn over seg hva som hendte, ville de ikke ha overlevd.

Hva slags kunnskap kan man så ha om slike grusomheter og overgrep? Hva vil det si for oss som vanlige samfunnsborgere og hva vil det si for oss som terapeuter å få vite om eller høre om? Og hva vil det si for den som har vært igjennom overgrepene? Fra en behandlingsmessig synsvinkel stiller vi spørsmål om hvordan og på hvilken måte det er mulig å leve med slike erfaringer, integrere dem slik at det ikke blir et så radikalt brudd i ens livshistorie. Det dreier seg om massive tap; tap av de mennesker som har stått en nær, tap av selvfølelse og selvverd, tap av tro på livet. I siste ende handler det om sorgen og sorgarbeidets muligheter.

Moshe Halevi Spero nevner fem kunnskapsområder relatert til Holocaust som også kan gjelde sosialt eller statlig organiserte overgrep i nyere tid:

- 1 Teoretisk historisk kunnskap eller kronologisk kunnskap; dette er bl.a. historikerens perspektiv. Hilbergs monumentale verk «The Destruction of the European Jews» (Hilberg 1961), er eksempel på dette.
- 2 Kunnskap om resultatene eller virkningen, dvs. hva skjedde etter traumets virkning på psyken. Dette er bl.a. psykiaterens perspektiv. Utformingen av begrepet posttraumatisk stressforstyrrelse er eksempel på dette. Hvilke symptomer får overleveren, hvor lenge varer de, hvilken effekt har traumene på personligheten og på livet til overleveren?

3 En tredje betydning av kunnskap dreier seg om forklaring, eller kausal kunnskap. Er det mulig å forklare Holocaust, eller oppkomsten av genocid og andre statsorganiserte overgrep? Dette er bl.a. sosiologiens og samfunnsvitenskapenes område. Et viktig eksempel er sosiologen Zygmund Baumanns forsøk på å forklare Holocaust ut fra visse premisser og trekk ved det moderne samfunn (Bauman 1991).

4 Kunnskap har også å gjøre med vårt forsøk på å forstå. Hva er betydningen av den kunnskap vi har om Holocaust eller organisert vold? Denne kunnskap kan komme i en spesiell stilling i forhold til annen kunnskap, idet den kan betraktes som kunnskap om noe som det er umulig å forstå eller skape mening i. Holocaust var organisert galskap, noe som unndrar seg enhver sammenligning eller sammenstilling med noe annet – og derfor kan det ikke ha noen betydning eller mening. Vår kultur har ikke begreper eller redskaper til å kunne sette dette inn i noen meningsfull sammenheng. Det er en grense som er overskredet, som gjør at disse fenomener faller utenfor vår felles begreps- og forestillingsverden.

Mange overleverer har denne følelsen, og dette er en av grunnene til at de ikke gjerne vil snakke om det som har hendt dem. Det meningsløse grusomme kan ikke deles med noen fordi ingen vil kunne sette seg inn i hva det handlet om. Ofte har overleveren følelsen av at de selv heller ikke kan. De var der, men overlevde fordi de mentalt lærte å ikke være der, å være utenom eller utenfor ved hjelp av psykologiske fluktmekanismer. Hendelsen er et hull i erfaringen, uten mening. Denne form for kunnskap om Holocaust og andre grusomme situasjoner gjelder oss alle, når vi nærmer oss, eller, som oftest, forsøker å fjerne oss fra denne type erfaringer.

Dette bringer oss over på den femte form for kunnskap som Moshe Halevi Spiro skisserer og som er den jeg vil fokusere på.

5 Å vite som resultat av personlig erfaring. Kan jeg formidle disse

erfaringene? Kan andre forstå min erfaring av Holocaust, eller av torturen og fangenskapet? Og under dette, og viktigere: Hva «vet» jeg om det, hvordan «vet» jeg om det? (Spiro 1992).

Det er de to sistnevnte kunnskapsformer psykoterapeuten og psykoanalytikeren møter i sin praksis, og det er ut fra denne posisjon at psykoanalysens «syn på» eller teori om alvorlige traumer formes. Det er i konsultasjonsrommet, der pasientens ordløse kommunikasjon prøver å nå analytiker eller psykoterapeut, at en forståelse eventuelt kan formes. En forståelse som man av respekt for de som har overlevd og for de døde, aldri kan forme i lettvinde termer. Vi kan aldri late som om vi forstår. Ofte må det å leve sammen med pasienten i det som det ikke er mulig å sette ord på eller forstå, være den hjelp som kan tilbys (Gerzi, personlig meddelelse).

Den psykoanalytiske forståelse av alvorlige traumer har altså et annet utgangspunkt, et annet erkjennelsesgrunnlag enn f.eks. den sosiologiske eller psykiatriske, og det er en annen type kunnskap som blir resultatet.

Flere har tydd til begreper som et «sorte hull», et «hvitt område» eller lignende metaforer (Cohen 1985, Gerzi, Gampel 1992, Pösteny 1996), for å prøve å fange inn effekten av et traume. Konkret kan dette gi seg uttrykk i hull i hukommelsen, fragmentert erindring av det som skjedde, eller total glemsel.

Den førnevnte pasient A., fortalte, i usammenhengende brokker, og på tidspunkter med lange mellomrom i en flere års terapi, om følgende fenomener:

- 1 Kulde og smerter i bena. Dette ble satt i sammenheng med å måtte stå i kaldt vann gjennom lengre tid. Jeg må alltid gå med varme sokker, likevel fryser jeg.
- 1 Jeg får ikke sove. De satte på lyset hele tiden, av og på.
- 2 Jeg hang i armene, var bundet opp.
- 3 Cellen jeg satt i var bare en meter bred/lang.
- 4 De slo meg og sa jeg skulle dø.

Det tok lang tid før det ble forståelig for pasient og terapeut at alt dette hendte samtidig, men gjentatte ganger.

Hun ble hengt opp, med bena i vann, mens lyset ble slått på og av kontinuerlig, mens hun ble slått, samtidig som hun ble utsatt for alvorlige trusler. Dette ga meg en viss forståelse av hvorfor hun var så redd inntrenging og invadering, slik det neste eksempel viser:

Ved en anledning fikk hun panikk da hun en dag fikk brev fra sosialkontoret om at de ville besøke henne hjemme om to dager. Hun ble søvnløs, fikk sterke magesmerter, kastet opp, ble svimmel. Hun lå livredd hjemme og så for seg torturistene. En sammenheng ble rekonstruert som i alle fall ga noe demping av angsten: At noen kom inn i hennes hjem, ble opplevd som en inntrenging i og et overgrep på hennes private indre. Hennes bolig var, i større grad enn det er for oss andre, blitt et beskyttet område som symboliserte hennes integritet. At det ble varslet på forhånd (vi kommer om to dager) tilsvarte det torturistene gjorde når de sa «vi henter deg i morgon.»

Opplevelsen var konkret, hun kjente det som et pistolskudd i hodet, tilsvarende de hun hadde hørt ved falske henrettelser.

Traumer gjentok seg ved at den aktuelle situasjon ble opplevd konkret som et overgrep. Den ble repetert, ikke husket som noe i fortiden. Den var et «sort hull» eller «hvitt område» i hukommelsen som kun eksisterte når hun følte gjentagelsen i nåtiden.

Den traumatiske erfaringen var ikke symbolisert. Symbolisering er her forstått bredt som den sjelelige aktivitet som omdanner erfaringer til sjelelige representasjoner; til drømmer, tanker og minner. For overleveren er erindringene om traumene ikke lagret i hukommelsen som minner om noe fra fortiden. De oppleves konkret, kommer som invaderende bilder eller eventuelt som hallusinasjoner. Fortiden oppleves som nåtid. Man kan si at det foreligger en realitetsbrist der indre konkrete erindringsspor blir projisert på omverdenen, som dermed blir opplevd som om den var lik fortiden. Hanna Segal har kalt fenomenen «symbolic equation» (Segal 1991) fordi det symboliserte blir lik symbolet. For A. blir besøket fra sosialkontoret lik fangevokternes «besøk», det er ikke bare noe som «minner om».

Dette er sentralt i psykoanalytisk

traumeforståelse, og har den konsekvens for behandlingsteknikken at den ikke-verbale meddelelsen blir sentral; det er hvordan ting sies, hvordan stillheten og pausene føles og hva pasienten gjør, som blir viktig. Det er ofte her meddelelsen om hva de har opplevd og hvilken betydning det har for dem, ligger, og det er dette man må forsøke å få dechiffret i terapien. Avgjørende i dette arbeidet er hvordan det følelsesmessige innhold fanges opp av terapeuten og hvordan dette kan forsøkes formulert i meninger og ord.

Et eksempel på hvordan slike erfaringer kan omsettes i ord, gir Benjamin Wilkomirski i en biografisk bok der en barndom i konsentrasjonsleirene under 2. verdenskrig blir skildret (Wilkomirski 1996).

Hovedpersonen i boka havnet som liten i leirene. Han mistet sin familie her, og ble etter frigjøringen brakt til Sveits der han etter et opphold på barnehjem kom i fosterfamilie. Han fikk et annet navn og en annen fødselsdato. Man trodde fortiden var glemt, men ubehagelige minner dukket stadig opp hos ham og forårsaket et arbeid i voksenalder med å finne sammenheng og mening i de historiske erfaringene som minnebildene refererte til. Dette dreide seg i realiteten om å forsøke å finne sammenheng i hans egen identitet. Ikke bare beskrives de fragmentariske bildene fra grusomhetene hovedpersonen opplevde, vi får også vite hvordan dette preget og formet ham – hvordan traumene ikke var «hendelser i hans liv», men noe som *definerte* hans senere liv.

Livet i barneleirene hadde på en radikal måte preget hans oppfatning av omverdenen. Den «normale» verden fortonte seg som uvirkelig eller som variant av eller det samme som livet i leiren. Alt ble forstått som om han var i denne andre verden – og alt ble således misforstått. Bildet av helten Wilhelm Tell kunne for eksempel ikke forstås som annet enn en SS-helt i ferd med å drepe et barn. Akkurat slik A. opplevde sosialkontorets brev som en beskjed om at torturistene kommer, opplevde jeg-personen i Wilkomirskis bok at han manglet indre stabile skjemaer for å forstå livet i det fredelige Sveits. Et besøk i en skiheis med skolen ble for eksempel et forsøk på å lokke ham inn i en dødsmaskin.

Holocaust-forskeren Keilson beskriver i sitt første møte med en overlever fra barneleirene etter krigen denne fremmedheten fra den andres synsvinkel. «But it was not until the interview with Ezra that I realised that my language was rooted in another world, which, although we were to some extent fellow-sufferers, was no longer able to reach this boy who came from a different world.» (Keilson 1995, s. 71).

Wilkomirski beskriver en lignende eksistensiell erfaring fra den andre siden i et møte med en av sine medfanger etter krigen:

«Vi levde begge blant de levende, men uten riktig å høre til blant dem –døde der egentlig var på en illegal ferie, der kun var blevet i live ved en feiltagelse.» (Wilkomirski, 1996, s. 78).

Det å forstå og ha kunnskap om ekstrem eller alvorlig traumatisering er således for overleveren, og særlig for den som lytter, slik psykoterapeuten eller psykoanalytikerens gjør, i en viss forstand ikke mulig. Vi bruker språket for å beskrive og fatte virkeligheten. Men språket er en kulturell konvensjon. Det er innvevd i en kultur der det har utviklet seg blant annet ut fra pragmatiske behov. Språkets begreper og språkets struktur er rotfestet i en kulturell og sosial sammenheng, men er også noe som bærer denne sammenhengens oppe. I psykosens univers ser vi hvordan språket bryter sammen og den psykotiske mister sin forankring i vår felles virkelighet. Den traumatiserte har opplevd noe lignende, men her ble galskapen satt i system i den ytre verden. «Alt blir snudd opp ned, og ingenting betyr det samme som tidligere.» Det som tidligere var meningsfylt kunne bli utslettet, og ens indre skjemaer, det som legger grunnen for å forstå hva som er trygt og ikke trygt, kunne bli deformert eller ødelagt.

Traumets lammende karakter er et resultat av dette. Noe skjer som det ikke var mulig å forutse fordi det ikke fantes begreper eller indre skjemaer eller modeller for å forstå det som skjer. Overleverens beskrivelse av ankomsten til Auschwitz er eksempler på dette; den totale lammelse av evnen til å orientere seg i et ytre vanvidd. Primo Levi (1992) beskriver hvordan

de helt utmattet, utsultet, forfrosne etter fire dagers transport, uten adekvate perseptuelle stimuli i denne tiden, ankom til et inferno av skrik, flombelysning og slag. Ego's evne til å fungere ble satt ut av funksjon, bortsett fra noen få basale funksjoner. De Wind (1968) observerte at ingen av de tidligere fangene han undersøkte hadde noe minne av de første dagene i leirene. Han Groen-Prakken (1995), mener at dette muligvis kan være en medvirkende årsak til at så mange lot seg drepe uten motstand. Traumatiseringens lammelse av perseptuelle og kognitive funksjoner gjorde folk handlingslammede.

A. hadde opplevd tilsvarende vanvidd i et fengsel der hun ble anbrakt som ung pike etter å ha kommet med farlige meninger på skolen. Til sammen to år i enecelle uten besøk og med jevnlig tortur, gjorde at verden aldri kunne bli den samme etterpå. Det var ikke bare det at redselen overveldet henne, at hennes evne til å tenke ble lammet, men det var også det at det var ingen der til å fortelle henne hva alt betydde. Det ble tvert i mot hele tiden gjort forsøk på å forvrengte det som hendte, gjøre godt til ondt og ondt til godt. Det ble på en måte en verden som lukket seg om seg selv og som det var vanskelig å komme ut av, kanskje spesielt fordi bånd til tidligere gode objekter ble revet over, eller ødelagt. Tortur og mishandling er nettopp innrettet på å ødelegge det som er godt i den indre verden.

Mange Holocaust-overleverere har beskrevet redselen for å komme ut av den verden de havnet i. Wilkomirski beskriver hvor vanskelig det var å forlate barneleiren ved befrielsen, fordi det som var utenfor var ukjent og fortonte seg som farlig. Mange overleverere av tortur har et fengsel med seg i sin indre verden der de lever i en skrekk som på en vanvittig måte er forutsigbar; det er «tryggest å forvente det verste». Følelsen av å ha blitt forandret gjennom den alvorlige traumatisering er således en dyptgripende prosess. Ens basale tillit til andre kan bli skadet, og ens grunnleggende syn på verden, seg selv og andre mennesker kan gjennomgå en katastrofal forandring.

Avslutning

Ekstrem traumatisering setter sine røtter i sjel livet. Sandler (1989) har undersøkt hvordan sansing og persepsjon er grunnleggende for å skape en basal trygghet i tilværelsen. «The background of safety», en bakgrunn av trygghet, er resultat av en aktiv utsøking og organisering gjennom persepsjonen av det som er trygt i omgivelsene. De opplevelser man har, det man observerer og sanser, forsøkes hele tiden å bli organisert på en slik måte at det som er nytt eller ukjent, kan bli opplevd på en bakgrunn av noe som er trygt og kjent. Slik kan vi se nye ting, oppleve dem som annerledes, få nye erfaringer. Denne grunnleggende trygghetsskapende prosess etableres tidlig i barndommen og en vilje, men nødvendig, bakgrunn for å kunne oppleve livet som noenlunde stabilt selv under nye og varierende forhold.

Gampel (1999) har beskrevet hvordan dette kan svikte hos dem som har erfart ekstreme traumer. Disse mennesker har, ofte i lang tid, levd i omgivelser som har vært ekstremt utrygge og farlige. Det «tryggeste» var å se alt som skjedde som potensielt farlig. Man kan si at et skjema for å oppleve virkeligheten ble etablert som et dialektalt motsatt av det trygge bakgrunnsskjemaet som ble etablert i barndommen. Dette har den følge at den annen «virkelighet» når som helst kan bryte gjennom og farge deler eller hele ens oppfatning av virkeligheten. Det er etablert «en bakgrunn av trygghet» som gjør at man hele tiden må være på vakt. Den kan når som helst bli «forgrunn». Denne kan utløses av inntrykk fra alle sansekanaler (luk, syn, hørsel etc) og gir en grunnleggende følelse av trygghet. Dette vil prege ens måte å organisere inntrykk på, slik at alt som skjer, kan tolkes i lys av noe uhyggelig.

For A. ble denne følelsen blant annet utløst av å snakke om «det» i terapitimen. For mange er det uforutregbart hva som utløser opplevelsen av basal trygghet, og livet kan derfor fortone seg som generelt utrygt. Psykoterapi blir derfor ikke bare det å «sette ord på» vanskelige erfaringer, men også et arbeid med å skape eller gjenskape en basal trygghet.

«Kunnskapen» om overgrep er innvevd i overleverens liv. Terapeutisk arbeid sikter mot i størst mulig grad å gjøre den til historie, til noe i fortiden. På den måten kan muligheter åpnes og framtida fortone seg som noe annet enn gjentakelser.

Referanser:

Anzieu, D. (1985) *Le Moi-peau*. Paris: Dunod.

Bauman, Z. (1989), *Modernity and Holocaust*. Cambridge: Polity Press.

Bollas, C. (1987). *The Shadow of the Object*. London: Free Association Books.

Cohen, J. (1985) Trauma and repression. *Psychoanal. Inquiry*, 5, 131.

Dahl, C.I., Varvin, S. (1997). Psykoanalytisk orientert tilnærming. Hauff, E. & Sveaass, N. *Flukt og Fremtid. Psykososialt arbeid og terapi med flyktninger*. Oslo. . Ad Notam, Gyldendal Forlag.

De Wind, E. (1968). The Confrontation with Death. *Int. J. Psycho-Anal.*, 49:302–305

Freud, S. (1916–17): Vorlesungen zur einföhrung in die Psychoanalyse. *Gesammelte Werke*, XI. p. 284.

Freud, S. (1920): Jenseits des Lustprinzips. *Gesammelte Werke* XIII. p.1–69.

Freud, S. (1893 (1971)). Über den psychischen Mechanismus hysterische Phänomene. *Freud Studienausgabe*. Frankfurt am Main. Fischer Verlag

Freud, S. (1974 (1939)). Der Mann Moses und die monotheistischen Religion. *Freud Studienausgabe*. Frankfurt am Main. Fischer Verlag.

Freud, S & Breuer, J. (1974). *Studies on hysteria*. London: Penguin Books.

Freud, S. (1926 (1971)) Hemmung, Symptom und Angst. *Freud Studienausgabe*. Frankfurt am Main. Fischer Verlag.

Gampel, Y. (1999). Between the background of safety and the background of the uncanny in the context of social violence. In Fonagy, P., Cooper, A. And Wallerstein, R.S. (1999). *Psychoanalysis on the move*.

The work of Joseph Sandler. London and New York; Routledge.

Gerzi, S. (1998). Personal communication.

Groen-Prakken, H. (1995). Traumatic and non-traumatic damage to psychic structure. I Ladan, A., Groen-Prakken, H. & Stufkens A. (red.) (1995) *The Dutch Annual of Psychoanalysis. (Traumatisation and war)*. Swets & Zeitlinger bv. Publishers. Vol. 2, p. 50–65.

Hilberg, R. (1961). *The Destruction of the European Jews* (3 vols), New York London: Holmes and Meyer, 1985.

Keilson, H (1995). Beyond the reach of language.. I Ladan, A., Groen-Prakken, H. & Stufkens A. (red.) (1995) *The Dutch Annual of Psychoanalysis, (Traumatisation and war)* Swets & Zeitlinger bv. Publishers. Vol. 2 P. 66–75..

Laub D. & Auerhahn, N. (1993). Knowing and not Knowing Massive Psychic Trauma. Forms of Traumatic memory. *Int. J. of Psychoanal* 74, 287–303.

Laub, D. & Podell, D. (1995). Art and Trauma. *Int. J. of Psychoanal*, 76, 991–1006.

Levi, P. (1987). *If this is a man*. London: Abacus.

Pöstenyi, A. (1996). Hitom lustprincipen. Dröm, trauma, dödsdrift., *Divan*, 3: 4–16.

Sandler, J. (1989). *From Safety to Superego*. London: Karnac Books.

Segal, H. (1991). *Dream Phantasy and Art*. London and New York; Tavistock and Routledge.

Spero, MH. (1992). Can psychoanalytic insight reveal knowability and the aesthetics of the Holocaust. *Journal of Social Work and Policy in Israel*. 5–6, 123.

Tustin, F. (1990). *The protective Shell in Children and Adults*. London; Karnac Books.

Wilkomirski, B. (1996), *Bruddstykker. Af en Barndom 1939–1948*. Danmark: Forum