

Hvordan oppleves det for en 4-åring å bli voldtatt, spør **Torfinn Espedal**.

Traumer

U

tøyamassakren har aktualisert hva det vil si å bli traumatisert. Ofrene fra Utøya har forhåpentligvis fått den hjelp og støtte fra omgivelsene som de har trengt, både fra venner, familie og profesjonelle.

Likevel vil noen fortsatt ha plager i form av angst, uro, depresjon, flashbacks, søvnvansker og ulike somatiske forstyrrelser.

SELV arbeider jeg med en annen gruppe traumatiserte. Denne gruppen har blitt fysisk og psykisk mishandlet som barn. De har blitt utsatt for grove krenkelser, vold og alvorlig omsorgssvikt fra de var små. Som regel er det de nærmeste omsorgspersonene som gjør dette. Dessverre finnes det mer av slikt blant vanlige folk enn vi liker å vite. Ja, vi orker rett og slett ikke å vite det.

HVORDAN KJENNES det for en baby å bli pisket og slått? Eller å bli forlatt uten trøst og nærhet? Hvordan oppleves det for en 4-åring å bli voldtatt? Slike spørsmål sprenger alle forestillinger vi har om smerte. I møte med disse pasientene har jeg som terapeut gang på gang opplevd stemmer i meg som sier: «dette er ikke sant», «slikt skjer ikke» osv. Men det gjør det altså.

DET FINNES voksne omsorgspersoner som fullstendig har mistet evne til innlevelse, det finnes voksne med egne, store psykiske forstyrrelser, ofte kamuflert for omgivelsene, ja til og med for dem selv. Mange av disse har selv som barn blitt utsatt for overgrep eller omsorgssvikt. Forsvarsmekanismene de utviklet for å «leve med» smerten, kan ta form av en indre besettelse av å være i overgrepssposisjon for å slippe unna smerten ved å være avmektig og i bunnløs fortapelse og skrekk. Smerten og skrekken, følelsen av å gå i oppløsning truer hele tiden med å bryte igjen-



nom bevisstheten. Identifisering med overgriper og nye overgrep hindrer at dette skjer.

I LØPET av mine 34 år som psykolog har jeg blitt oppsøkt av mange som har blitt utsatt for overgrep. Men aldri har noen kommet fordi de selv føler seg fristet til, eller utfører slike krenkelser. Vi har åpenbart en lang vei å gå for å skape rom for selverkjennelse for overgriperne. Det er en krevende øvelse å holde tilbake avskyen, raseriet og utstøtelsen av denne gruppen. Det å forsøke å forstå slike handlinger må ikke forveksles med aksept av handlingene. De fleste av disse barna overlever ved å skyve opplevelsene bort fra sitt bevisste minne. Likevel lever smerten, skrekken og skammen i kroppene deres som kraftfulle fysiske og psykiske forstyrrelser.

DISSE OFRENE er en betydelig større gruppe enn Utøya-ofrene. Overgrepene er usynlige for omgivelsene. Og dersom noe blir synlig, er det vanlig å snu ryggen til. Vitner i familie, naboer og helsevesen som «ser», fortrenger, benekter, bagatelliserer, - ofte ubevisst, slik mine indre stemmer av og til prøver seg på. En mer ensom skjebne enn denne gruppen kan knapt tenkes.

HVORDAN går det med disse barna? Noen flykter inn i sitt eget isolerte univers ofte uten bevisst kontakt med egen kropp. Mange søker lindring i rus. En del tar livet sitt. Men flere går faktisk omkring iblant oss og prøver å se helt normale ut. Men det er forstyrrede og strevsomme liv. Det finnes behandling for disse, men behandlingen er tid- og ressurskrevende.

Torfinn Espedal er psykolog, spesialist i klinisk psykologi. Han arbeider i privat praksis ved Dialog Psykologsenter. torfinn@dialogpsykologsenter.no