

MØDET MED DEN TORTEREDE OG EKSILEREDE FLYGTNING

Cand. psych. Nina Foighel

Et flertal af vores klienter har været fængslet og udsat for tortur. De har en lang periode i skjul og en vanskelig og dramatisk flugt bag sig. De har oplevet krig og bombardementer, og de har mistet meget.

De kommer til et land, hvor de aldrig havde tænkt sig at være, og hvor de i mødet med de høje lyse nordboere konstant mindes om deres fremmedhed.

Når vi møder dem i OASIS præsenterer de en række karakteristiske symptomer:

Eksempel: Den sidste klient, jeg havde, var bange for, at der var noget galt med hans hoved, og at han derfor var ved at blive senil. Han kunne hverken huske eller koncentrere sig. Han var konstant træt og kunne ikke sove om natten. Når han endelig faldt i søvn, havde han mareridt.

Han var i dårligt humør, irriteret og usikker på sig selv. Egentlig havde han kun lyst til at være helt alene. Han havde hyppigt angstanfald, voldsom hjertebanken og åndedrætsbesvær. Han klagede over smerter i nakke og ryg og konstant hovedpine.

Tortur er et led i en totalitær strategi udøvet af en statsmagt, som bygger sin magt på et vaklende grundlag. Befolkningen skal terroriseres ved forekomsten af tortur, og den torterede skal tjene som et skræmmende eksempel overfor enhver modstander af systemet (Westin, 1989).

Ikke sjældent ser man eksempler på, at torturen slår tilfældigt ned på betydningsløse oprørere, hvis handling alene har bestået i uddeling af en løbeseddel. Forhøret er ofte bare en skin handling, hvor de oplysninger, man måtte få, har minimal betydning for regimet.

Vi, der lever i en demokratisk verden, kan kun tilnærmelsesvis forsøge at forstå, hvad torturen betyder for det enkelte menneske, der er blevet torteret.

Mange faktorer er bestemmende for, om et menneske, der er traumatiseret, udvikler psykiske symptomer. For de mennesker vi møder, gælder det, at de har været udsat for så voldsomme belastninger, at det på en eller anden måde har indsnævret deres tilværelse.

Tortur er mord på det sociale individ. Det er mordforsøg på den politiske vilje og på den moralske indstilling (Westin, 1989). Den torterede flygtning er blevet tvunget ud til livets grænser. At leve bliver ensbetydende med at over- leve. Ofte med en oplevelse af skyld i forhold til dem, der er døde undervejs. Meningen med livet er ikke længere åbenbar. Som en af mine klienter sagde: "Nu sidder jeg her og trækker vejret. Men at leve er ikke bare at trække vejret."

KONTAKT / ISOLATION

Tillid-Mistillid

Et af formålene med torturen er at gøre mennesket ensomt - ulig andre. Vi mødes med mistillid af de fleste af vores klienter. "Kan jeg stole på dig?" er et evigt tilbage- vendende tema. Vi testes på vores troværdighed, vores forståelse og vores respekt for det, der ligger uden for vores erfaringsverden. Vi må ofte forlade vores faglige neutralitet og stille op som medmennesker og vise, hvem vi er.

Det skyldes ikke alene, at vi repræsenterer en fremmed kultur, men også og måske især, at torturen er foregået i relation til et andet menneske på en sådan måde, at den har rystet ved den fundamentale tillid til medmennesket. Samtidig har torturen med alle midler forsøgt at ødelægge individets tillid til sig selv. Og uden selvtillid ingen tillid til andre.

Eksilet gør ofte kun denne grundlæggende mistillid værre. I Danmark møder vi flygtningene med mistillid. Vi tror ikke på, at de er rigtige flygtninge, og vi skaber offentlige myter om deres egentlige motiver til at være her. Som en klient sagde: "Jeg har opgivet at forklare. Nu siger jeg, at jeg kommer for at få penge". Volden, undertrykkelsen, forfølgelsen benægtes.

Også fremmedheden mellem kulturerne kan forstærke flygtningenes mistillid i de hyppige situationer, hvor de har svært ved at tolke kommunikationen. Vores spørgsmål, der kan være

nok så velmenende, virker fremmedgørende, når alt det, der har været en naturlig del af et tidligere dagligliv, pludselig skal forklares.

Vi benytter os i Danmark i udstrakt grad af den repressive tolerances princip. De, der ikke er direkte fjendtlige over for flygtningen, stiller udtalte betingelser. "OK. Du kan da godt være her, men så skal du også være ligesom os."

Vi har set en del eksempler på den pseudotilpasning et sådant pres kan inspirere til. Flygtningen klæder sig som en dansker, forsøger at opføre sig som en dansker, giver kvikke svar uden at forstå, hvad der bliver sagt. På længere sigt skaber en sådan tilpasningsstrategi en stor indre usikkerhed, som forstærker den grundlæggende mistillid til andre.

Mistilliden er ikke altid uden grund. Danskeren vil jo alligevel ikke helt kendes ved ham, og der er spioner i flygtningegruppen. Ofte eksileres politiske modstandere, der fortsætter forfølgelserne af hinanden i eksilet. Og mistillid skaber ensomhed.

Angst for kontakt

Tortursituationen har været præget af total ensomhed, afsondrethed fra omverdenen og lange perioder uden kontakt med de øvrige fanger. Kontakten til omverdenen forsøges direkte påvirket og ødelagt gennem forstyrrelser af sanseapparatet.

Jeg havde en klient, som havde et meget mærkeligt blik. Det var, som om han så indad, og det var umuligt at fornemme hans blik i kontakt, indtil han havde gennem - arbejdet den lange periode, han havde haft bind for øjnene i fængslet.

Samtidig havde man forsøgt totalt at ødelægge hans biologiske rytme ved at vække ham under søvn, ikke lade ham gå på toilettet, give ham mad på helt uforudsigelige tidspunkter. Han blev fuldstændig afskåret fra sine normale referencepunkter og mistede enhver tidsfornemmelse. Han blev pisket, ophængt og seksuelt misbrugt.

For denne klient betød torturen, at han senere ikke var i stand til at elske med sin kone uden at få kvalme og føle dyb skam. Han ønskede på det tidspunkt, hvor jeg mødte ham, at isolere sig fra sin familie, som han var meget knyttet til, for at undgå den pinefulde begrænsning, han nu oplevede i sin evne til at være tæt på andre. At have nær kontakt betød at være tæt på sine egne uhåndterlige følelser og sin selvforagt.

For nogle kan denne angst for kontakt føre til evige magtkampe i forholdet til de nærmeste, hvor kampen om, hvem der bestemmer de små dagligdags ting, bliver en kamp på liv og død.

Et fængsel af tavshed

Sammenblandingen af smerte, manipulation med menneskets identitet og påførelse af skam fra tortursituationen efterlader flygtningen i et ordløst og øde område. Det er denne tavshed, dette ikke-kommunikerbare, der har gjort størst indtryk på mig i mødet med den torterede flygtning.

Jeg har aldrig talt med nogen om det", siger han. "Jeg er bange for, at folk vil vende mig ryggen, fordi jeg altid er indestængt og lukket", siger en anden. "Mine børn må ikke vide, hvad jeg har været udsat for. Jeg vil bare glemme det og begynde et nyt liv". Bag det usagte ligger skammen og oplevelsen af usselhed. "Jeg troede, jeg var fri", siger hun. "Nu lever jeg i et fængsel af tavshed".

Det er vigtigt, at sagsbehandleren er opmærksom på ovennævnte problematik, så man ikke fejl- vurderer behovet for psykoterapeutisk hjælp.

Vi havde for nylig en klient til visitation i OASIS. Ved visitationen kom hans manglende evne til at udtrykke sin smerte tydeligt frem. Han kunne ikke fortælle ret meget om sit liv. Vi vurderede, at han var stærkt behandlingstrængende og selvmordstruet. Men det var desværre ikke nok for henviser- ren. Man ville have dramatiske fremstillinger af torturens rædsler for at få en bevilling igennem.

Det er positivt og vigtigt, at vi er begyndt at dokumentere torturen. Men det er en meget negativ følge, hvis vi kræver detaljerede beskrivelser af torturerfaringen fra vores flygtninge, før de bliver taget alvorligt.

At leve i en parantes

Eksilsituationen forstærker i sig selv kontaktløsheden. Familien splittes ofte, og brevene hjem censureres af myndighederne eller af flygtningen selv. Han vil ikke skrive hjem om sin ensomhed og sine bekymringer. Det tager årevis at opbygge nye tillidsfulde kontakter, og de

nye kontakter kan ikke erstatte dem, man har haft i et helt liv med slægt og venner (Fernandez, 1986).

Man har bare det tilfælles med andre flygtninge at være flygtning. Mange oplever et omsorgssvigt i det nye land. Omsorgen fra den udvidede kernefamilie er hos os henlagt til en offentlig instans. Flygtningen er blevet påtvunget en individualistisk tankegang, som er ham fremmed.

En klient udtrykker det således: "Nu sidder jeg her og taler med en psykolog og taler om mig, mig, mig. Jeg havde aldrig troet, jeg skulle komme til at tænke så meget på mig selv."

Situationen i eksilet genkendes fra fængslet. At være fremmed, isoleret, leve i en parentes har noget til fælles med at være taget til fange. Man kan ikke påvirke sin situation, og følelsen af magtesløshed bliver overvældende. Som en klient sagde: "Når jeg er ude blandt mennesker, overvældes jeg af et ubestemmeligt savn efter noget, jeg ikke ved, hvad er. Jeg længes hjem til mit værelse og til min egen kendte hverdagsagtige isolation".

IDENTITET

Tortur er en krænkelse af det ukrænkelige, af et menneskes integritet og af selve menneskeværdet (Westin, 1989). Respekten for menneskets mulighed for at være sand over for sig selv og fri for skyld over for andre krænkes. Integritet er først og fremmest et relationelt begreb, der viser sig i relation til andre, og det er et moralsk begreb.

Integritet er kompromisløs. Der er tale om menneskets eksistentielle selvstændighed og uafhængighed. Den uindskrænkede magt over egne tanker og krop. Når et menneskes integritet angribes under torturen, går man til angreb på forestillingen om helheden. Der er i grunden tale om en voldtægt af individets identitet.

Den torterede udsættes for ekstrem fysisk og psykisk smerte. Han trues på livet og overvældes af dødsangst. Ligesom det talte ord tilhører bøddlen, tager denne herredømmet over fangens krop. For psykisk at overleve må forsvar træde i kraft. Forsvaret må ske der, hvor bøddelen ikke kan komme ind.

Andre har bemægtiget sig min krop - min kontaktflade med omverdenen. Det, jeg kan gøre, er på det psykiske plan at gøre min krop fremmed for mig selv, trække mig længere ind i mit eget rum. Sætte grænserne længere ind. Ødelægge forbindelsen til min krop.

De forsvar, som torterede mennesker udviser lang tid efter fangenskab, er på mange måder paradoksale og modsætningsfulde. De fleste af vores klienter klager over upåviselige intense fysiske smerter, som de har levet med i mange år efter torturen.

Torturens instrumenter er blevet internaliserede. Intensiv smerte påvirker identiteten. Verden kan trække sig sammen til kroppens umiddelbare nærhed, eller kroppen fylder hele verdenen.

Den psykiske korrespondance til den fysiske smerte er selvforagt, manglende selvtillid og tomhedsfølelse. Angsten holdes i ave på denne måde, og man kan se eksempler på, at angsten bryder løs, når smerten formindskes.

Smerten forbinder kroppen med sjælen. Den minder om, at kroppen stadig findes. Man ved meget lidt om torturens langtidseffekter, men meget tyder på, at der er tale om svære forstyrrelser i balancen mellem krop og sjæl.

Vi oplever således i OASIS, at vores klienter er meget sårbare overfor enhver oplevet krænkelse og mangel på respekt fra omgivelsernes side. De har samtidig svært ved at beskytte sig. At kunne sætte grænser kræver respekt for sin egen personlige integritet.

I tortursituationen er grænserne konstant blevet overskredet. Sårbarheden lever nu videre i dagligdagen. En brudt aftale kan sætte en lavine af krænkede følelser i skred, og det kan ikke mindst de racistiske krænkelse, flygtningene oplever.

Som regel internaliserer flygtningen på velkendt vis smerten, når han føler sig krænkede. Han isolerer sig, bliver bange for at gå på gaden og bekræftes i sin følelse af, at han ikke har noget at gøre her. Også langt mere fredelige situationer aktualiserer undertiden et kompliceret følelsesregister.

Eksempel: En kvinde, som havde en datter i puberteten, fik smerter i hele kroppen hver gang, hun skulle sætte grænser over for hende. Datterens uskyldige grænse-prøvninger vakte et enormt had til live i hende. Al den fortrængte vrede fra tortursituationen kunne ikke finde et naturligt udtryk. I fængslet mærkede hun ikke sit had så meget.

Nu bliver hun ofte så vred i helt andre situationer, at hun bliver bange for at slå ihjel. Og hun får skyldfølelse over enhver mishagsytring. Vreden fra tortursituationen forskydes, fører til selvstraf og skyldfølelse.

KAMPBEREDSKAB

Mange af vores klienter befinder sig i et konstant kampberedskab, som kommer til udtryk på mange områder. Især de iranske klienter har et meget højt ambitionsniveau og presser sig selv langt ud over deres egne grænser for at opnå gode resultater. Ofte ser man, at f.eks. en eksamen opleves som en kamp på liv og død, en kamp om overlevelse.

Ekstrem selvdisciplin er en anden måde at forholde sig til følgerne af tortur på og til at holde smerten på afstand. Det er et forsvar mod angsten, som kræver stor fysisk og psykisk energi. Men ligevægten er ustabil, og på trods af ihærdige forsøg kommer man let ud af balance.

Mange af flygtningene har tidligere haft en identitet som oprørere. Nu føler de sig kun levende i kampen. Og kampen kan udvikle sig til et martyrium. Flygtningen arbejder hårdt for at glemme. Han kan ikke hvile og vil heller ikke give sig selv lov. Han presser konstant sig selv og kommer til at hade sig selv, selvom han ude fra set klarer sig udmærket. Han er altid i opposition, selvom han ikke mener det, han siger. Enhver diskussion bliver til en kamp for at ydmyge de andre, og sejren giver ham ingen tilfredsstillelse.

Eksilet og oplevelserne fra fortiden betyder, at identiteten er så fragmenteret og den indre usikkerhed så stor, at det kan være svært at leve op til de krav, kampen for at finde en plads i et fremmed samfund stiller.

Samtidig er der meget lidt personlig støtte at hente inden for gruppen af landsmænd. Ikke alene på grund af de politiske splittelser, men også på grund af fjernheden fra den dagligdag, der udgjorde en naturlig ramme omkring det tidligere livsmønster. Presset på landsmændene bliver stort. De skal være kulturen, familien, landskaberne. Ofte minder de kun om opløsningen.

Kampen føres ofte over på de sociale myndigheder, hvor visse flygtningegrupper viser en stor ambivalens ved på den ene side at føle skam over at modtage socialhjælp og på den anden side vedbliver at stille krav, som forekommer helt urimelige. Denne adfærd kan være

udtryk for en ubearbejdet sorg over alt det, der er mistet, og som de sociale ydelser skal erstatte.

AFSKED

Arbejdet med flygtninge indebærer meget sorgarbejde. Der er megen definitiv afsked med myrdede slægtninge og venner. Og der er en anden form for afsked med den kulturelle selvfølgelighed.

Afskeden med kulturen drejer sig efter min mening ikke om et totalt farvel, men snarere om et stykke integrationsarbejde, som handler om, hvordan man kan bruge sine tidligere erfaringer i en fremmed sammenhæng.

Det gælder om at være opmærksom på ikke at smide det væk, som kan bruges til at bygge op. Det gælder om at finde en balance, hvor savnet fra fortiden ikke blokerer for nutiden, og hvor håbet om at kunne vende hjem i fremtiden ikke slukkes helt.

Det kan samtidig være svært at vurdere, hvornår og i hvilket omfang, man skal arbejde med det, der er mistet, inden et nyt fundament er bygget op.

Sorgarbejdet kan undertiden opleves som et sisyfosarbejde. Når tabet over personer fra fortiden er nogenlunde på plads, sker der pludselig noget i hjemlandet, der afstedkommer nye tab. Endnu et familiemedlem myrdes, eller en barndomsby bliver til ruiner.

MENING

Megen psykoterapi med flygtninge drejer sig om meningsløshed og om det at finde en ny mening. I det systematiske forsøg på at nedbryde fangens psykologiske forsvar tilstræbes et kaos af selvmodsigende oplevelser - måske ud fra en viden om, at mennesker på et helt fundamentalt plan er afhængige af at kunne tolke det oplevede inden for et meningsfuldt mønster". (Westin, 1989).

Det er ofte sværere at finde mening med eksilet end med selve kampen derhjemme. Man er blevet fri for at dø, men man er stadig ufri i forhold til sig selv og sine oplevelser. Man drømmer om frihed, men friheden ligger altid et andet sted.

Noget tyder på, at politiske flygtninge, der inden fængslingen havde en solid og grundfæstet politisk holdning, klarer sig bedst igennem. Deres politiske holdninger og vilje giver de barske konsekvenser af deres modstand mening.

Helbredelsen kan i disse tilfælde fremmes gennem genopbygningen af viljen og meningen med tilværelsen via den politiske ideologi.

Men det er samtidig vigtigt at respektere, hvis det politiske engagement ikke længere ønskes af klienten. Nogle er gået ind i den politiske kamp med mindre overbevisning end andre. Vi ved, det er torturens hensigt at ødelægge det politiske engagement. Vi kan godt gøre vore klienter opmærksomme på det samtidig med, at vi giver rum for, at de kan finde en ny mening med livet, hvis det er det, de virkelig ønsker.

Litteratur:

FERNANDEZ, Manuel: Bland hjältar och offer - (Invandrare & Minoriteter, 1986, vol. 13(4-5)). -s. 74-76

WESTIN, Charles: Tortyr och existens. Göteborg, Korpen, 1989. - 205 s.

Artiklen er udgivet af Mellemløst Samvirke i serien "Dokumentation om indvandrere", nr. 3/1990 med temaet "Psykosociale arbejdsmetoder i rådgivning og behandling af flygtninge".