

Den 11. september og oss alle

Psykolog, dr. philos Atle Dyregrov, Senter for Krisepsykologi

For familier som opplever plutselige dødsfall og andre traumatiske hendelser har årsdager alltid en spesiell betydning. Den første årsdagen har sterkest symbolsk kraft, da er alle merkedager, høytider og årstider passert for første gang etter at det skjedde. Når årsdagen nærmer seg er det mange som lang tid i forveien merker den psykologiske kraften i datoen og de begynner å bruke psykisk energi på å forberede seg. For noen passerer hendelsesdagen revy minutt for minutt og de tenker på hva som skjedde akkurat da for et år siden. Har en mistet en kjær på en dramatisk måte, er årsdagen nesten alltid en vanskelig dag også i årene som følger.

Den 11. september 2001 er en spesiell årsdag, den tilhører vårt kollektive minne, den har "brent" seg fast i vår bevissthet, godt hjulpet av de sterke bildene som fylte (og kanskje på ny vil fylle) TV-skjermene. Terroren rammet i hjertet av USA og berørte hjerter langt utenfor. I etterkant kom amtrax-trusselen som forsterket bildet av hendelser utenfor vår kontroll, og sammen med andre dramatiske hendelser som har skjedd og stadig skjer, har det vært vanskeligere for oss å gjenvinne den følelse av trygghet vi ønsker i vår tilværelse.

Fra et psykologisk synspunkt antar vi at mennesker gjennom barndommen gradvis utvikler noen viktige antagelser eller skjema om hvordan verden, andre mennesker og vi selv skal være. Vi tror verden er trygg og rettferdig, at andre mennesker vil oss vel og at vi selv har verdi. Disse antagelsene er delvis illusjoner, men viktige illusjoner som hjelper oss til å leve uten store bekymringer. Selv om vi hører om hendelser som rammer andre, er vi raskt i stand til å gjenopprette likevekt og skyve hendelsene unna med tanken om at slikt skjer med andre og ikke med oss. Illusjonen av usårbarhet rives ned når noe rammer oss eller våre kjære direkte, og kan midlertidig mørklegges av verdenshendelser. Imidlertid er vi, når hendelsen ikke er alt for nær oss, i stand til å benytte mentale mekanismer for å stenge hendelsen ute. Vi glemmer og kan la være å tenke på det som har skjedd. Selv når nære venner og familie rammes trer slike mekanismer inn, og vi som ikke er direkte rammet unnlater å samtale om eller ta kontakt med de rammede etter en tid. Dette er ikke bare fordi vi ikke vet hva vi skal si, det er også fordi hendelsen skyves ut av minnet for å gi oss sjelefred.

Den 11. september er det vanskelig å glemme av flere grunner: 1) Vi vet at bildene vi ser er opptakten til at tusenvis av mennesker dør – vi kan identifisere oss med den skrekk og gru de mange opplever i situasjonen, det er som vårt verste mareritt direkte transporteres inn i vår stue og inn i vårt sinn, 2) Terroren rammer sterke symboler for vår tidsepoke, vårt

levesett og vår tid. Det presser oss til å reflektere over våre verdier og våre politiske standpunkt, 3) Når det ”rikeste” og mektigste landet på kloden ikke kan forsvare seg mot slik terror, kan ingen. Vår sårbarhet blottlegges og vår frykt aktiveres, 4) Terroren utnytter moderne transportmidler for å nå sitt mål – flyet er blitt forlengelsen av vår identitet, det er ikke lenger bare bilen som er symbol på frihet, opplevelsesmennesket beveger seg på kloden via fly. Terroren rammer i hjertet av vår tilværelse, 5) Selv om Bjørneboe skrev ”Vi som elsket Amerika” så er det nok ikke i fortid for mange. USA har en stor plass i manges hjerte, og det er sterke emosjonelle, familiære og symbolske bånd til mennesker og kultur over Atlanterhavet, 6) Det er en hendelse som ”offentligheten” ikke vil la oss glemme. Det er USAs holocaust i mindre målestokk. Politikerne vil nytte terroren i uoverskuelig fremtid for at vi ikke skal glemme og for å mobilisere støtte for sin politikk. Og fordi den mediadramaturgisk ”hadde alt” er det stor grunn til å tro at det kollektive minnet vil bli godt understøttet av bilderepetisjoner i ”all” fremtid..

I vår forskning over barn og krig har vi sett at deres reaksjoner forsterkes rundt årsdagen for det som skjedde slik vi f.eks. fant i vår studie av barns reaksjoner etter bombingene av et tilfluktsrom i Bagdad, Irak. I USA er det samme vist i tilknytning til bombeeksplosjonen i Oklahoma city. Det er derfor å forvente at vi nå i forbindelse med årsdagen for 11. september vil oppleve at vi berøres på ny av bilder og omtale. Og det er også godt at vi lar oss berøre av de menneskelige aspektene, uansett hva vi måtte mene om de politiske konsekvensene terroren har avstedkommet.

Fra et mentalhygienisk utgangspunkt er det kanskje å foretrekke at hendelsen får mindre oppmerksomhet fordi akkumuleringen av omtale av denne hendelsen, sammen med stadige reportasjer fra naturkatastrofer, flyulykker, krig m.m. opprettholder en u hensiktsmessig følelse av sårbarhet hos mange. Samtidig kan mange andre utvikle indifferens eller likegyldighet fordi vi rett og slett overstimuleres av katastrofereportasjer. Dessverre er det vel ikke hensynet til vår mentale helse og velvære som styrer hva som vises på TV eller skrives om i aviser.

Uansett er det kanskje godt for mange å stoppe opp denne dagen å reflektere over hva som er viktig for dem, hvilke verdier som styrer deres liv og om de tar godt nok vare på dem de er glad i. For noen har denne dagen en enda større betydning. De mistet sine i skyggen av en verdenshendelse og deres tap ble kanskje ”lite” i andres øyne. Uansett beveggrunner vet vi at mange har stor nytte av ritualer i forbindelse med slike årsdager. Enten dette skjer ved et besøk i kirken, en stille kontemplativ stund alene eller sammen med ens nærmeste, kan en

rituell handling gi orden og struktur til tankene, og samtidig gå utenom ord for å uttrykke hva en føler.