



Traumer smitter, siger Zahava Solomon, en af verdens førende forskere i det, der sker for folk efter krig eller et terrorangreb. Tilgivelse er god medicin.

Zahava Solomon

Foto: Syddansk Universitet

Af Regner Hansen, *journalist*

# Særligt sårbar resten af livet





Zahava Solomon er ved at afslutte en frokost med fagfolk i kantine på Syddansk Universitet i Odense. Det er dagen efter, hun har modtaget endnu en hædersbevisning. Hæder er den israelske professor i psykiatrisk epidemiologi på Tel Aviv Universitet ikke uvant med. Professoren er traumeforsknings førende kapacitet i verden. Den prominente status er baseret på over 30 års forskning i et laboratorium, som er noget nær perfekt. Hun er hædret med *Israelpriisen*, landets højeste udmærkelse. Og i går modtog hun dette års *H.C. Andersen-forelæserpris* – en ære, som universitetet tildeler en forsker i international særklasse.

Ved frokostbordet sidder også Ask Elklit, professor og leder af Videnscenter for Psykotraumatologi på Syddansk Universitet. Elklit var med til at indstille hende til dansk hæder. Mens selskabet

opløser sig, signalerer hun, at hun er klar til interviewet og søger mod et fjernt hjørne i lokalet.

Zahava Solomons forskning omfatter både soldater i kamp, krigsveteraner og terrortrusler mod civilbefolkningen.

Hun har fulgt soldater over en årrække, der deltog i Israels invasion af Libanon i 1982 – dels krigsveteraner, som fik sammenbrud som følge af krigsdeltagelsen, dels andre soldater fra samme krig, som ikke fik mén.

Hun studerede forskellige grupper, da Israel under Golfkrigen i 1991 var muligt mål for kemiske og biologiske angreb fra Saddam Husseins Irak, hvilket gav ængstelse hos nogle og en generel tilpasning i befolkningen til den usædvanlige situation.

Og hun har set på den psykologiske effekt i Israel af den

anden palæstinensiske opstand, Intifada, fra 2000 til 2005, herunder angreb med selvmordsbomber.

Metoden har i alle tilfælde været et mix af spørgeskemaer, interviews og fokusgrupper med et betydeligt element af brugerdeltagelse. Resultatet er over 500 videnskabelige artikler.

Zahava Solomon siger, at de naturlige menneskelige forsvarsmekanismer i forhold til trusler er hensigtsmæssige. Det kan være at vige bort fra faren, skærpe opmærksomheden og blive generelt mere forsigtig. Men hvis tilpasningerne varer ved, længe efter at den traumatiske begivenhed er overstået, bliver til de symptomer og i værste fald PTSD eller andre psykiske lidelser.

De mulige udtryk er mange: Følelsesmæssig lamelse, tilbagetrukkethed, nedsat aktivitetsniveau, koncentrationsbesvær, svækket opfattelsesevne, søvnløshed og mareridt, angst, uadrettede aggressioner og fysiske sideeffekter.

Meget af Zahava Solomons forskning er såkaldt longitudinelle studier, hvor hun har fulgt samme grupper over lang tid og således har kunnet observere forløb. Hendes måske største internationale forskningsbidrag er at påvise, at de psykiske eftervirkninger ved at have været udsat for store, meget alvorlige trusler kan vare i år, ja årtier.

– Det er på samme måde som med kroniske sygdomme. Det blusser op og svinder hen. Sårbarheden er på livstid. Når en traumatiseret person bliver mindet om en voldsom hændelse, vil den kraftige psykiske reaktion atter blive udløst. Anledningen kan være ret uskyldig. Det kunne være mine røde negle, siger Zahava Solomon og rækker en hånd frem.

– Hvis en tidligere soldat forbinder den røde farve på neglene med krig, så flipper han ud. Anledningen kan også være, hvis hans kone serverer vandmelon for ham. Det har med associationer i forhold til fare at gøre. Reaktionen kan også blive fremkaldt af flammen fra en tændstik, en bestemt lyd, en vis lugt, et skifte i vejret, et grædende spædbarn, siger Solomon.

### Skamfulde krigsveteraner

Krigsveteraner har haft oplevelser, som det er svært at dele med hustruen, resten af familien, venner og arbejdskolleger, som ikke har været i kamp.

Zahava Solomons forskning har på dette punkt stigende dansk relevans, efter at vi fra tidligt i 1990'erne begyndte at sende soldater på internationale missioner, der var regulær krig.

– De forhenværende soldater er ikke stolte af, hvad de udrettede, og ønsker sjældent at fortælle om det. Mange veteraner forstår ikke ændringerne i deres adfærd og sammenkæder dem ikke med

## Hvis traumatiserede personer benytter sig af fornægtelse, kan der til tider være gode grunde til det. Psykologen skal ikke forsøge at rode op i personens fortid, medmindre den ytrer ønske om det. For traumatiserede personer, som er i stand til at holde stressreaktioner på afstand, har højere livskvalitet.

– Zahava Solomon, professor i psykiatrisk epidemiologi på Tel Aviv Universitet

deres oplevelser i krig. Hvad der sker, er tit også usynligt for deres nærmeste, selv hustruen. Desuden er mange veteraner tilbageholdende med at søge hjælp, fordi det antaster deres forestilling om maskulinitet. Andelen af veteraner, som får en diagnose, er kun toppen af isbjerget, siger Solomon.

Hun nævner flere forhold, der kan være med til at afbøde skadevirkningerne blandt krigsveteraner. Det er vigtigt, at folk viser soldaterne deres støtte, uanset om de enige i missionen. Deltagelse i missionen er jo en beslutning, som træffes af politikere, påpeger hun.

Det er også en fordel, hvis militæret er sammensat ved almen værnepligt og består af et repræsentativt udsnit af befolkningen snarere end af professionelle soldater, og hvis den militære indsats tydeligt handler om nationens forsvar, mener hun.

– Lande, der sender soldater i krig, bør tage ansvar for disse menneskers velbefindende efter hjemkomsten og også give dem tryghed resten af livet. Dette med et varigt tilbud om hjælp er vigtigt, for når veteraner bliver ældre, dukker udsatte traumatiske episoder måske op. De er som tidsindstillede bomber, siger Solomon.

Zahava Solomons studier af reaktionerne på bølgen af selvmordsbombere i Israel i de første år i det nye årtusinde er også temmelig relevant i Danmark, hvor advarslerne om terror tog til som følge af den danske deltagelse i Irakkrigen og senere krisen i forhold til den muslimske verden, udløst af Muhammedtegningerne.

– Hvis der sker et terrorangreb, så stiger sårbarheden med hensyn til psykiske mén, jo tættere man er på begivenheden. Folk vil normalt forbinde stedet og tidspunktet med fare og holde sig fra det i nogle uger – for eksempel en bus eller et undergrundstog i myldretiden. Hvis der er en serie angreb, vil folk tegne et mentalt kort over farezoner og farlige tidspunkter og undgå dem, siger Solomon.

Omfanget af varige psykiske følger afhænger af hyppigheden af de voldsomme begivenheder. Solomon bemærker, at selv om terrorangrebet i New York den 11. september 2001 var storstilet og medførte flere tusinde døde og sårede, så har de langvarige stressreaktioner været langt mindre end dengang forventet. Det skyldes, at angrebet ikke blev gentaget.

### Genetisk disposition

Nyere undersøgelser viser, at sårbarheden over for traumatiske begivenheder også er knyttet til gener. Selv har Zahava Solomon studeret børn af holocaust-overlevende, og de har øget risiko for PTSD end andre børn.

– Det er virkelig skræmmende, siger hun.

Solomon har i forskningen videre konstateret, at der er køns-mæssige forskelle med hensyn til traumer. Kvinder er mere sårbare end mænd – tilsyneladende fordi, de er mere optaget af børnenes, familiens og vennernes velbefindende og på den måde tapper af egne psykologiske ressourcer på en "økonomisk" måde.

Hun har også observeret, at traumer "smitter" blandt de nærmeste. Hvis en mand er vendt hjem fra krig med en psykisk lidelse, så er der høj risiko for, at hustruen og børnene får lignende symptomer, om end i mildere grad. Årsagen er formentlig en blanding af identifikation, skyldfølelse og øget forbrug af psykiske ressourcer på at opretholde et "normalt" familieliv på trods.

### Dæmonisering og fornægtelse

Et andet meget væsentligt bidrag fra Zahava Solomons forskning – ud over det kroniske aspekt ved traumer – er, at der kan ske noget med traumatiseredes holdning til konflikter.

– Der er en tendens hos traumatiserede personer til at have en meget negativ opfattelse af fjenden eller gerningsmændene. Problemet er, hvis denne forståelige forsvarsmekanisme udarter sig til en generel fjendtlighed over for fremmede. Det kan føre til



en dæmonisering af andre, hvor vi er de gode, og de er de onde. I så fald er der lang vej til forsoning mellem folk og bilæggelse af konflikter, siger hun.

Professoren mener, at når en psykolog har en traumatiseret person fra krig og terror i behandling, bør psykologen tilskynde til tilgivelse hos offeret. Det vil være godt for personens velbefindende. Det vil også mindske risikoen for, at offeret selv bliver gerningsmand senere.

– Det er meget vigtigt for ofre, at de giver slip på følelsen af hævn og uretfærdighed, siger hun.

Solomon har et andet godt råd til praktiserende psykologer: Respekter klientens psykologiske forsvar:

– Hvis traumatiserede personer benytter sig af fornægtelse, kan der til tider være gode grunde til det. Psykologen skal ikke forsøge at rode op i personens fortid, medmindre denne ytrer ønske om det. For traumatiserede personer, som er i stand til at holde stressreaktioner på afstand, har højere livskvalitet. Og hvis den udsatte reaktion så melder sig, er den altid mildere, end hvis den kom tidligere i livet, siger Zahava Solomon.

Interviewet er slut, og Zahava Solomon kontakter Ask Elklit for at blive ført sikkert videre på den labyrintiske campus på Syddansk Universitet. Ventetiden er en chance for et tillægsspørgsmål om, hvad hun nu vil forske i?

– Det helt store mysterium er, hvorfor nogle mennesker bukker under for chokerende begivenheder, mens andre ikke bliver kronisk påvirket. Det vil jeg gerne tættere på svaret af. Jo mere vi ved om traumer, desto bedre kan vi være med til at lindre smerten hos de udsatte, siger Solomon. ○