

# Overmannet av angst - nok en ga

Han satt på en kafé med to venner, 100 meter fra regjeringskvartalet. Så hørte de smellet, skriking, løping. Indre bilder av tortur og smerte veltet opp i ham. Som å være tilbake i landet han flyktet fra for lenge siden.

TEKST

Haldis Hjort

PUBLISERT 5. oktober 2011

---

KOMMENTAR: ETTER 22. JULI



**RETRAUMATISERING:** Han satt på en kafé med to venner, 100 meter

fra regjeringskvartalet. Så hørte de smellet, skriking, løping. Vinduet ved bordet deres ble blåst ut, og han falt ned på gulvet, men fikk ingen alvorlig skade. De tre løp ut. Det han så i gaten, lignet på hva som hendte i landet langt, langt borte. Foto: Vegard Grøtt / Scanpix

Han kom til Norge for 7–8 år siden. Han var flyktning fra et urolig land i Asia. Som barn hadde han lært en glad kristendom, og hva det betyr å være *from*. Dette gammeldagse, rare ordet som sier at Gud har en mening med livet ditt uansett, og du skal ikke hate dem som plager deg, men be for dem.

«Tenk at akkurat *han* var så nær bomben, og på *den* tiden, slik at han enda en gang måtte oppleve så sterk angst i sitt trygge, nye land»

Da han var ti år, fikk han gå på skole i nabolandet, og han fikk mange venner der. Han klarte å lære mye, for han elsket å lære. Men så kom de to landene i krig, og han ble sendt tilbake.

### **Tortur og flukt**

Så ble han stor nok til å bli innkalt til militærtjeneste. Han ville ikke bære gevær og skyte sine brødre i nabolandet. Han kom i militærfengsel, opplevde tortur da han nektet å drepe. På kroppen har han flere arr. Han opplevde bomber og terror. Politiet var korrump. Han klarte å flykte, men ble tatt og torturert igjen.

Igjen klarte han å flykte, flakket rundt i flere land, flink til å overleve, fordi mange fikk lyst til å være snille mot ham. Han hadde hørt om Norge, det snilleste land i verden, og kom seg dit. I asylmottaket bodde han vel og lenge, men var så heldig å få jobber på aldershjem. Og de gamle elsket ham.

### **Terapi var skam**

Psykoterapi er i hans kultur rare vestlige greier, som det er vanskelig å forstå meningen med. Det er anstendig og greit nok å ha mistet et bein eller to. Men å ha angst og depresjon, og – verst av alt – å være i fare for å bli «gal», er skam, skam. Derfor kjempet han alene med tanker og følelser, ba til Gud og arbeidet hardt.

Så kom det første avslaget fra Utlendingsdirektoratet. Der sto det at fengslene i landet han kom fra var «spartanske, men ikke umenneskelige», og at tre års fengsel for militærnekting ikke var «uforholdsmessig». Dette nørte voldsomt opp under angstens bål. Endelig ville han åpne seg og fortelle til den norske psykologen han hadde fått kontakt med. Han ble ansportet til det da advokaten han fant mente at en

helseerklæring om psykiske problemer vedlagt klagen til UDI kunne ha en viss betydning.

Nå veltet fortvilelsen ut av ham, det var flust med posttraumatiske stress-symptomer; indre bilder av torturen, smerter, konsentrasjonsvansker, mareritt. Og det skammeligste av alt; selvmordstanker. Han visste at det var synd, og den største synd av alle er å sette tankene ut i livet. For «God has a meaning with your life» uansett. Men etter avslaget ble han fristet til å tenke at han heller ville dø i Norge enn å sendes tilbake. Når han sto på Nationaltheatret stasjon og så toget komme susende, dukket bildene opp inni ham av torturistene i de «spartanske» fengslene i landet langt, langt borte.

### **En rettskaffen advokat**

Norske advokater som jobber med asylsaker, er både og. Vår venn var heldig; hans advokat var både skarp og engasjert. Advokaten ba psykologen rette på det første utkastet til helseerklæring, der hun skrev at selvmordstankene var blitt sterkere etter avslaget. Han instruerte psykologen om at UDI absolutt ikke vil høre at psykiske problemer oppstår eller blir sterkere ved deres avslag – *symptomene må mest mulig relateres til hva som har hendt asylsøkeren i landet han flyktet fra*. Psykologen ble også rådet til å understreke at asylsøkeren måtte behandles i Norge, fordi han ikke kunne få adekvat behandling i ørkenlandet han kom fra.

«Men har ikke UDI kunnskap om traumer – om sirkularitet i psykiske reaksjoner?» sa psykologen til advokaten, «folk flest skjønner jo at symptomene blir sterkere når personen står i fare for å oppleve igjen det som var så skremmende». Nei, advokaten mente at vi psykologer har en oppgave i å forklare UDI om traume-mekanismer. Psykologen skrev et nytt utkast, og var fristet til å nevne at asylsøkeren ber for dem som har skrevet avslaget, men fant at det var vel ikke så taktisk.

Så gikk det mange måneder, der vår venn ventet og ventet. Han våknet hver natt og tenkte «UDI ja, UDI nei», og løp hver dag angstfylt til postkassen. «Hope is my bread», sa han. Skulle det verste skje, ville han prøve å tenke at selv om UDI ga ham avslag, ville Gud *aldri* gi ham avslag.

### **Helhjertet norsk**

Psykologen glemmer aldri flyktningens ansikt den dagen han kom løpende: «UDI ja!» Det ble tårer for begge. Å få bo i verdens tryggeste land.

Alt hva han har klart i disse årene! Det er utrolig hva et menneske kan få til når han/hun er trygg, får mulighet for jobb, utdanning, er interessert i å lære norsk, og har et sinnelag som gjør at folk får lyst til å bli venner med ham. Han er den første som lagde en omfattende ordbok, der hans intrikate morsmål vises for oss norskinger, og omvendt; hans landsmenn kan lese, ikke bare høre, alle ord de trenger på norsk. Han har ferdig utdanning som sykepleier, satser på mer utdanning, har ektefelle, en liten hjerteknuser på snart to år, og har spart så mye penger at han kunne kjøpe en treroms leilighet.

I vår kom han løpende igjen, og viftet med et pass. «Nå er jeg blitt norsk statsborger! Kan være trygg. Kan reise til andre land hvor venner fra barndommen er. Jeg har alle rettighetene som andre statsborgere. Jeg er norsk!» Det ble tårer igjen.

### **SMS til psykologen**

23. juli tidlig morgen sendte han tekstmelding om at han hadde sittet på en kafé med to venner dagen før, 100 meter fra regjeringskvartalet. Så hørte de smellet, skriking, løping. Vinduet ved bordet deres ble blåst ut, og han falt ned på gulvet, men fikk ingen alvorlig skade. De tre løp ut. Det han så i gaten, lignet på hva som hendte i landet langt, langt borte.

Psykologen ringte tilbake: «Hva tenkte du da?» «Jeg tenkte at jeg ville løpe bort så fort jeg kunne, eller gjemme meg. Tenkte bare på meg selv». «Du har vel opplevd både bombing og skyting før?» «Selvfølgelig, det var sjokkerende!» «Men du som er sykepleier, tenkte du ikke på at du kunne hjelpe de sårede?» «Nei, jeg klarte ikke det, jeg tenkte bare på at jeg var redd for at politiet eller andre skulle ta meg.» «Men du er jo norsk statsborger og kristen?» «Ja, men jeg er mørkhudet.»

Han er glad for at terroristen ikke var muslim, men en norsk, hvit kristen. Selv er han en *god* kristen, som mener at flyktninger fra alle kulturer, og fredelige muslimer, må møtes med *respekt*. Det ordet nevner han ofte.

Men tenk at akkurat *han* var så nær bomben, og på *den* tiden, slik at han enda en gang måtte oppleve så sterk angst i sitt trygge, nye land.

[haldis.hjort@sintef.no](mailto:haldis.hjort@sintef.no)

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 48, nummer 10, 2011, side*

#### **TEKST**

**Haldis Hjort**, Privat praksis/SINTEF Helse, Oslo