

En vegg mellom fortid og nåtid



TRAUMEPSYKOLOG Helen Johnsen Christie har sett «Rekonstruksjon Utøya». Foto: Privat

Måten man skiller mellom før og nå i «Rekonstruksjon Utøya» minner om hvordan vi jobber med traumer i behandling, mener Helen Johnsen Christie.

TEKST

Kjersti Gulliksen

PUBLISERT 6. november 2018

Gjennom et helt psykologliv har Helen Johnsen Christie arbeidet med traumer hos barn, ungdom og voksne. Hun var involvert i planlegging og gjennomføring av hjelpetilbudet til overlevende og pårørende etter 22. juli, og til stede på den første pårørendevisningen av «Rekonstruksjon Utøya». Psykologtidsskriftet stilte henne noen spørsmål om filmen og dens relevans for psykologer.

– *Hva slags film om Utøya er dette – hvordan opplevde du denne filmen?*

– Både som interessant og bevegende. Til å begynne med var jeg nok litt usikker på det mer stilistiske i formen. Dette sorte rommet, og den hvite tapen. Jeg hadde jo Poppe-filmen friskt i minne, som jeg også synes var en veldig god film, og som foregår i hendelsenes naturlige miljø. Men filmen ble veldig gripende etter hvert, og mer og mer interessant psykologisk. Med tanke på det terapeutiske potensialet i hvordan disse ungdommene arbeider med de traumatiske minnene.

– *Ser du paralleller mellom metoden de anvender i rekonstruksjonen, og traumebehandling?*

– Når den som «eier» traumet, får mulighet til å ta regi, mens noen andre spiller ut den traumatiske erfaringen, legger dette til rette for en bevegelse bort fra at traumet er noe som skjer med deg, til at du blir en aktør i situasjonen, en som tar tilbake kontrollen over hendelsen. På denne måten illustrerer filmen et viktig poeng i traumebehandling.

– Når man går fra å være en passiv mottaker av traumet til å være en som kan betrakte og bestemme over minnene, er mye gjort. Filmen gir jo også deltagerne muligheten til å betrakte sine erfaringer både innenfra og utenfra. Samtidig. Ved å instruere andre blir de ikke bare klart handlende, de må også reflektere. Og kan komme på ting de ikke husket – som at de faktisk tok valg, og «handlet inne i handlingen» – mens de tidligere kanskje har hatt en opplevelse av at de ikke tok noen valg underveis, at ting bare skjedde.

– *En nokså potent metode, altså. Kunne dette båret galt av sted?*

– Ja. Det kunne blitt en repetisjon og ikke en reparasjon. Mye dårlig traumebehandling har handlet om å fortelle om det vonde på en måte som bare er repetisjon, og som heller øker enn reparerer skaden. Når traumenarrativer skal gjennomgås, må ett nytt element tilføres. Noe som markerer veldig klart at nå er nå, og da er da. Et traume kalles jo ofte for en «time-deficit», fordi man ikke klarer å skjønne at nåtid er nå. Hos traumatiserte invaderer fortiden nåtiden. I filmen gjør de noe veldig viktig – de markerer et klart skille – mellom det å gå inn i hendelser fra fortiden og å være til stede i nåtiden. Skillet mellom det sorte minnerommet og resten av tilværelsen er et gjentakende element under innspillingen. De spiller ikke disse erfaringene ut i peisestua, liksom.

– *Rommet blir en slags vegg mellom fortid og nåtid?*

– Ja. Det minner om det som vi i traumebehandling kaller «å styrke den indre veggen», øve på å lage en solid indre vegg mellom da og nå, som hjelper mot overveldelse. Etter hvert som denne metaforiske veggen er etablert, kan man lage en dør i den, som kan åpnes forsiktig når det kjennes trygt nok å nærme seg de traumatiske erfaringene.

– *Hva kan filmen bidra med? Og for hvem?*

– For de som selv var på Utøya, er nok dette en god film. Den forteller deres historie, og de gjenkjenner den. Og for de fire overlevende som deltok i prosjektet, tror jeg det var en ekstremt nyttig erfaring. For de andre ungdommene som spilte roller i filmen, virker det å ha vært en veldig sterk, men også god opplevelse. Som ga dem en følelse av å virkelig kunne bidra med noe inn i de overlevendes liv. Og uten å røpe for mye, så får jo de medvirkende også en slags «moment-of-relief» mot slutten av filmen. Noe som er viktig i ethvert arbeid med traumer. Så er jeg mer usikker på hvordan filmen oppleves for de etterlatte, de som ikke fikk barna sine hjem igjen. Det er jo en helt annen fortelling.

– Mer overordnet er dette en film om håp. Noe av det jeg syns filmen skildrer på en særlig nydelig måte, er vekslingene mellom det som skjer i det svarte minnerommet, og bilder av ungdommene ute i naturen, og i helt vanlige situasjoner. Det blir så tydelig

hvordan Utøya-identiteten er én bit av dem, mens de på samme tid også er helt vanlige ungdommer.

– *Skal vi bare omfavne denne filmen, eller har du også noen betenkeligheter?*

– Vi kan helt fint omfavne filmen, uten å nødvendigvis propagandere at alle skal se verken denne eller andre filmer om Utøya. Det er lett å bli moralistisk. Og det syns jeg ikke vi skal være her. Det er så mange vonde fortellinger om Utøya, og vi må ha respekt for hver enkelt av dem. Det er det viktigste vi kan gjøre.

– *En siste kommentar?*

– Vi må passe på å ikke presentere Utøya og 22. juli som noe altfor særegent. Det går mange mennesker rundt i dette landet med voldsomme og lignende traumer. Fra andre situasjoner enn Utøya også. Det er et faktum. Som vi må ta inn over oss hver dag.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 11, 2018, side 1048-1049

TEKST

Kjersti Gulliksen, fagredaktør