

Ruser bort traumene

Som barn ble Mustafa kidnappet, dopet ned og tvunget til å være barnesoldat i hjemlandet. I dag ruser han seg for å takle de enorme traumene fra barndommen.

AV: ESPEN FRENG, KORUS - OSLO

FOR KORT TID TILBAKE kom jeg i kontakt med en mann i 30-årene. Et bekjentskap som ikke varte mer enn en halv arbeidsdag, men et møte som allikevel gjorde et uutslettelig sterkt inntrykk. Relasjonen og årsakssammenhengen mellom ubeskrivelig voldelige opplevelser tidlig i livet, mangelen på nære og sunne relasjoner og rusmiddelmisbruk, fikk en forståelig forklaring. Mannen jeg møtte virket å være normalt reflektert og bevisst sin situasjon, men også dypt skadet. Her vil jeg gjens fortelle hans historie knyttet til smertefulle minner, tap og hans egen avhengighetsforståelse.

«Mustafa» er ikke hans virkelig navn. Han ønsker å være anonym, men forteller sin historie i håp om at det kan bidra til å øke fokus på at flyktninger som kommer til Norge må få bedre informasjon om psykiske lidelser. Utgangspunktet for samtalen var å kartlegge hans erfaringer med institusjonslivet, men utviklet seg raskt til å bli en fortelling om en personlig reise. En reise som resulterte i et skadelig amfetaminbruk som er en nødvendighet for at han skal klare å håndtere livet. Ikke som en fysisk nødvendighet, men som et middel for å unngå å komme i kontakt med erindringsbilder fra fortiden. En fortid han desperat forsøker å glemme. En tid som barnesoldat.

Drepte og ble torturert

Mustafa kom alene til Norge i 1999. Han kom til et fremmed land etter å ha vært på reisefot i ni måneder. Etter at han som barn hadde blitt kidnappet av soldater, fått plassert macheter og

maskingevær i fanget og dopet ned, levde han som barnesoldat i mange år. Under et angrep så han en mulighet til å flykte. Han måtte flykte fra livet som barnesoldat hvor han drepte, selv ble torturert, og alltid var ruset. Han var kontinuerlig i ekstrem fare, og klarte å flykte uten annet enn de klærne han hadde på seg.

Etter en lang reise preget av usikkerhet, redsel og sult kom han til Norge. Den største utfordringen han møtte var å håndtere en ukjent og kaotisk tilværelse.

Minnene slapp ikke taket

Mange han kom i kontakt med mente at han hadde vært heldig som kom til Norge, men Mustafa erfarte det ikke slik. Ikke bare var det vanskelig å orientere seg i det nye landet, men minnene ville ikke slippe taket. Mens han slet med store traumelidelser, og manglende kunnskap til å håndtere byråkratiets spilleregler og språk generelt, økte også hans sårbarhet. Han var kontinuerlig i alarmberedskap, og han hadde ikke tillit til noen. Hvorfor skulle han ha det? En tilstand som resulterte i kronisk stress, angst og søvnløshet. På daværende tidspunkt vurderte han egen fortid som barnesoldat som lite relevant i forhold til sin psykiske helse, og fortalte det derfor ikke til noen. Han normaliserte egne minner. Tenkte «alle er som meg», og sier han da ikke forstod hvor syk han var. At han i det hele tatt hadde en lidelse ble først tydelig for ham da norskkunnskapene økte. Med språkbeherskelsen kom lidelsen, og han ble kjent med begreper som beskrev det han slet med.





– Rusmidlene som skjerner meg fra fortidens smerter, fjerner også min frihet til å velge. Jeg er fanget av rusens effekt på min lidelse.

Var blitt vant med rus

Kjennskap til rusmidler var på ingen måte nytt ettersom han som barnesoldat ble tvunget til å bruke forskjellige rusmidler. Hvilken type rusmidler som ble tvunget i ham var avhengig av oppdraget som utføres. Rusmidler var et middel som ble påtvunget barna for å få dem til å adlyde ordre og begå de mest brutale forbrytelser. Forbrytelser som er umulig å begå dersom en er i kontakt med egen empati og medlidenhet.

Rusmidler var altså ikke et fremmed redskap for Mustafa da han kom til Norge. Det var en del av hans barndom, og ble benyttet for å slippe å komme i kontakt med virkelighetens tyranni.

Sover ikke på dagevis

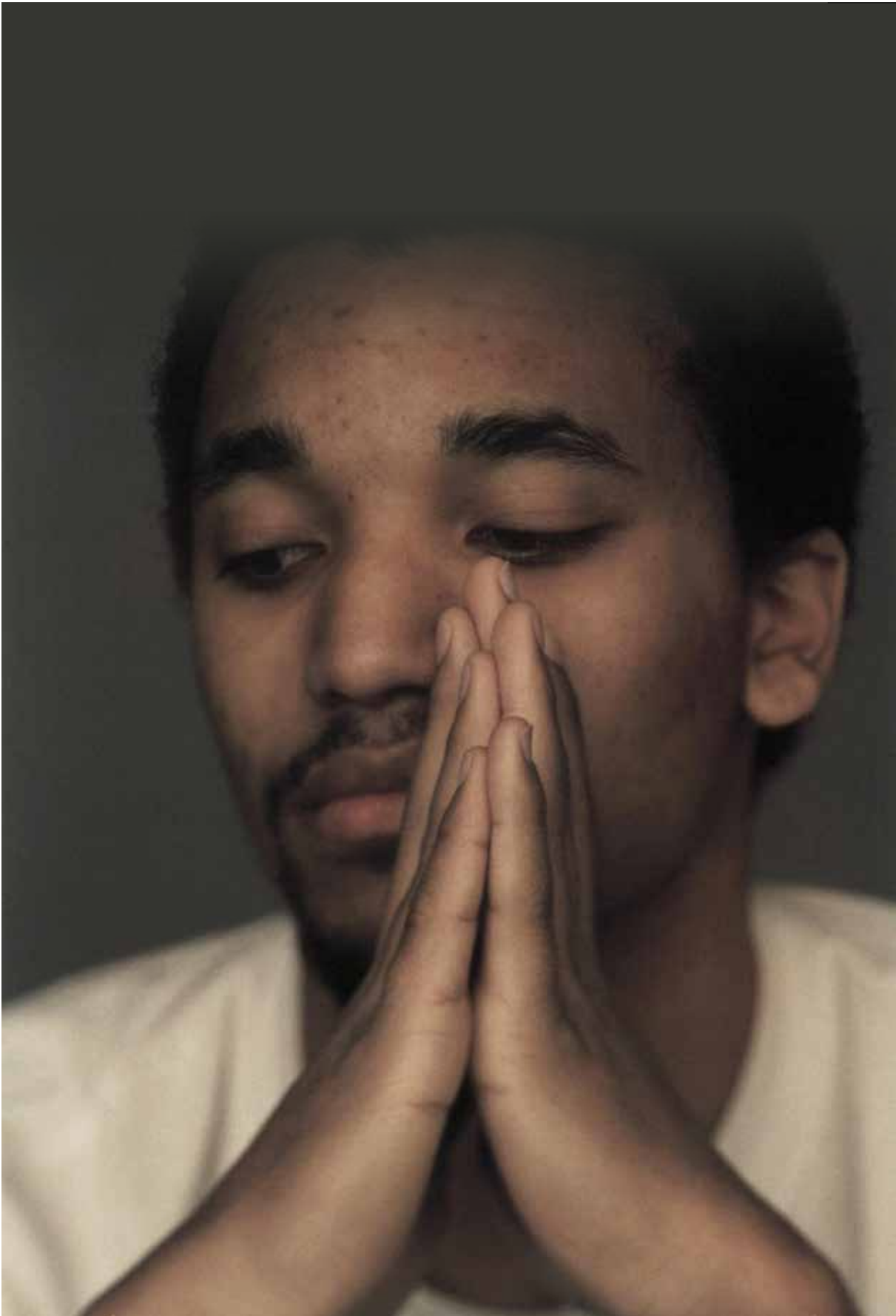
I dag er det rusen som regulerer og styrer livet til Mustafa. Han beskriver en tilværelse hvor rusmidlene benyttes for å ikke komme i kontakt med erindringsbilder fra fortiden og smertefulle minner. Smerter han ikke ønsker å håndtere, og som dukker opp hver gang han lukker øynene. Han bruker amfetamin for å unngå søvn og de tilbakeblikk som drømmen alltid gir. Det kan gå dager mellom hver gang han sover, og han bråvåkner alltid kort tid etter at han har sovnet. Ansiktene, blodet, lidelsene, skrikene, savnet og tapet dukker opp. Erindringsbilder og minner

stjeler hans frihet til å velge, og alt han ønsker å gjøre er å kaste minnene på glemselens hav. «Glemselens hav» er der mange mennesker i enkelte kulturer «kaster» minner de ikke ønsker å bevare.

For sent å få hjelp

På spørsmål om han har fått hjelp til å fungere med disse plagene, svarer han at han har forsøkt å snakke med flere hjelpere - både psykologer, leger og miljøterapeuter. Videre forteller han at det for ham ikke har noen hensikt å snakke med personer som selv ikke har opplevd brutal smerte. Ut fra hans perspektiv er det ikke mulig å lære på skolen hvordan en håndterer andres dype sår, andres psykiske lidelse. Skolen kan gi forståelse for hvor smertefullt tap kan være, men ikke empatien/følelsen. Mustafa snakket ikke da bare om tap av familie, venner, barndom, et hjem, mening, men også tap av frihet. Det å snakke om noe han jobber så hardt for å glemme, virker totalt uforståelig for ham. Han ønsker å glemme tapet av friheten han kunne hatt som barn og å kamuflere lidelsen, og ser ingen god grunn til å røske opp i minner som gir så mye smerte. Erindringer som dukker opp straks han har sovnet. Han ser ingen andre løsninger enn å unngå drømmene, og sier han ikke ønsker hjelp.





- Ejerner jeg rusen, kommer smerten, forteller Mustafa. Han er avhengig av amfetaminens funksjon for sin psykiske helse, og ikke rusen i seg selv. Illustrasjonsfoto: Colourbox.

Det er for sent. Kun rusen gir hans psykiske helse en form for stabilitet.

Tap av frihet

Videre forteller han at tap av frihet er det største tapet, og noe som har forfulgt ham hele livet. Helt siden soldatene tok ham fra landsbyen og familien og fram til i dag. Fra det sekundet begynte et liv uten frihet. Han er ikke lenger barnesoldat, men har ikke friheten til å velge bort rusen. «Rusmidlene som skjerner meg fra fortidens smerter, fjerner også min frihet til å velge. Jeg er fanget av rusens effekt på min lidelse. Fjerner jeg rusen, kommer smerten. Jeg er avhengig av amfetaminens funksjon for min psykiske helse, og ikke rusmiddelet i seg selv. Selve opplevelsen av å være ruset er ikke drivkraften, avhengigheten består i å fjerne minnene. Friheten til å velge bort denne effekten eksisterer ikke for meg.»

Mustafa benytter rusen for å unngå å gjenoppleve påtrengende minner og marerittene som drømmene gir. Han bruker rusen som et verktøy for å eliminere minner. Han gir uttrykk for å være kontinuerlig på vakt, har ett ekstremt høyt angstnivå og store søvnvansker. Det er med andre ord ikke amfetaminbruken som definerer Mustafas avhengighet, men hans forhold til den effekten bruken gir.

Under samtalen med Mustafa melder det seg flere sentrale spørsmål. Jeg blir blant annet enormt nysgjerrig på om han har noen råd om hvordan slike historier kan avdekkes tidligere. Er det mange av flykningene som kommer til Norge som har slike erfaringer, og vil disse da håndtere det annerledes?

Mustafa sitt klare råd er mer informasjon om psykiske lidelser. En må fjerne normalforståelsen av brutalitet, og kanskje gjennomgå en psykologisk vurdering ved ankomst. «Jeg vet ikke», sier han, «kanskje ville ting ha vært annerledes om jeg hadde visst at min barndom og de minnene jeg sliter med ikke er normale, men svært skadelige.»

Artikkelforfatterens kommentarer:

En stabilisering av Mustafas mentale helse på et anstendig nivå er ekstremt vanskelig. Han har ikke bare mistet friheten, men evnene til å mestre hverdagen uten eksterne hjelpemidler. Det er mange terapeutiske retninger i dag som mener å ha gode teknikker/metoder for å hjelpe Mustafa. I løpet av de siste 30 årene er det utviklet svært mange terapeutiske metoder, og dersom en for eksempel søker på «therapy and PTSD» i PsycINFO, vil en få mer enn 1700 treff. Med andre ord er det lite hensiktsmessig i denne artikkelen å se på likheter og forskjeller i hvordan de forskjellige metodene kunne ha hjulpet Mustafa. Slike framgangsmåter reflekterer terapeutens vitenskapelige syn, og er derfor ikke objektive. Det som er essensielt er Mustafas evne til å forholde seg til og mestre vanskelig følelser, hans evne til være sammen med andre, og hans behov for å trekke seg tilbake. Hans strategi er å gjøre alt som står i hans makt for å unngå tanker, minner og følelser assosiert med traumene, barndommens traumer. Det er kanskje dette som er hans største tap, hans frarøvede frihet. ❌

