

Dissociationsfænomener

Psykolog Susan Hart udgivet en bog om dissociation. Hvad sker der i kroppen, når det foregår, og hvad sker der i hjernen?

Hvad sker der egentlig, når du falder i staver? Eller når du er kørt hjem fra arbejde uden at opdage, hvor du har kørt? Eller reagerer med klarhed, uden følelser, i en krisesituation? Vi har vel alle sammen hørt incestpiger beskrive, at "det var, som om jeg var et andet sted, som om det skete for en anden og ikke havde noget med mig at gøre." Eller trafikofre: "Da jeg var blevet kørt ned, var det, som om jeg så min krop ligge der og jeg så den udefra."

Det er alt sammen eksempler på forskellige grader af dissociation.

Dissociation er et fænomen, man ikke har været særlig opmærksom på, men som er en del af PTSD-syndromet, specielt ved voldsomme grader af PTSD. Det beskriver et split mellem bevidstheden og hele eller dele af kroppen, eventuelt i form af amnesi, og det opstår som et (neurologisk?) forsvar mod integrationen af overvældende, ekstremt ubehagelige stimuli.

Nu har psykolog Susan Hart udgivet en bog, der beskriver disse fænomener: Hvad sker der i kroppen, når det foregår, og hvad sker der i hjernen?

Felt af bidragsydere

Først beskriver Susan Hart selv, hvad der sker neurokemisk i hjernen ved traumer og dissociation, og giver en redegørelse for historien bag PTSD, dissociation og tilknytningsforstyrrelser.

Bogen indeholder dernæst en mængde artikler af de forskere, der har arbejdet mest med traumer og dissociation: Onno van der Hart, Robert Scaer, Peter Levine og Nijenhuis beskriver forskning vedrørende dyrs reaktioner på angreb. Stephen Porges, Nijenhuis og Bessel van der Kolk gennemgår, hvad der sker i hjernen ved PTSD, både i nervesystemet, hormonalt og altså i selve hjernen.

I den sammenhæng er jeg begejstret for Bessel van der Kolks redegørelse for sammenhængen mellem traumer og hukommelse: selve den traumatiske oplevelse lagres som sanseoplevelser og fysiske følelsesoplevelser i den implicite hukommelse i amygdala. Samtidig blokeres adgangen over hippocampus op til Brocas område i frontallappens cortex, hvilket betyder, at adgangen til sproget ikke fungerer. Det er derfor, vi ser folk i 'navnløs rædsel', hvor de er ude af stand til at forklare, hvad der er sket.

Hvis dette ikke bliver forarbejdet, kan man hos PTSD-patienter se en reduktion i cellemassen i hippocampus som følge af et kronisk forhøjet niveau af cortisol, hvad der forklarer, at fx Vietnam-veteraner klarer sig dårligere i en verbal hukommelsestest. Så disse menneskers vanskeligheder med at sætte ord på følelser afspejles i faktiske ændringer i hjerneaktiviteten.

Det er på baggrund af disse ændringer, at man i SE-terapi fokuserer på og har held med den metode, hvor man forsigtigt veksler mellem de sensoriske/følelsesmæssige oplevelser i kroppen, hvorved man både sætter ord på disse kropslige fænomener (og ikke hvad der rent faktisk skete ved begivenheden), og samtidig giver plads for en udladning gennem kroppens reaktioner på dette. Hermed skabes der nemlig et samarbejde mellem amygdala og hippocampus, som både kan aflade og 'tømme' amygdala for de oplevelser, der ellers udlades igen og igen i flashbacks, og dermed bringe materialet videre til en mere tryk og langtidsholdbar, narrativt baseret lagring i den eksplicite hukommelse i cortex.

Eksempler fra emnerækken

Men det ville ikke være en bog af Susan Hart, hvis der ikke var et materiale om de udviklingsneurologiske perspektiver på vold i barndommen: Om dette bringer Susan Hart spændende artikler af Bruce Perry, Dorith Harari, Daniel Siegel og flere andre, og igen af Bessel van der Kolk.

Det er selvfølgelig ikke nyt for os som psykologer, at traumer og vold i barndommen påvirker barnets hjerne, og jo tidligere og jo længerevarende den eller de traumatiske begivenheder er, jo større problemer senere. Og at de i denne sammenhæng er korreleret med dissociation. Forfatterne dokumenterer desuden, at fænomenet dissociation er højt korreleret både til grader af borderline-psykopatologi og til intensiteten af barndomstraumer, højest sandsynligt på basis af infantil frygt. Ligesom somatisering, dissociation og overgreb er signifikant forbundet; og at somatisering sjældent forekommer uden en alvorligt traumatiserende baggrund.

Det er også interessant at se, at der er en høj komorbiditet mellem PTSD og ADHD hos traumatiserede børn (fx piger udsat for seksuelle overgreb), og man spørger sig selv: Er disse to

diagnoser så ikke blot to forskellige måder at beskrive de samme fænomener på, med to helt forskellige terapeutiske tilgange?

Men det er nyt for mig som chok-traumeterapeut at læse om forskning, der dokumenterer, at også tilknytningsmønstre kan danne baggrund for dissociation.

Dorith Harari gennemgår forskellige tilknytningsmønstre og giver en spændende vinkel på sammenhængen mellem et desorganiseret tilknytningsmønster og senere dissociation. Hvis forældrene (fx på baggrund af egne traumer, tab eller depression) ikke er i stand til at sætte ord på barnets oplevelser, kan der opstå et split i barnet mellem dets fysiske og emotionelle oplevelser (kroppen) og sproget. Dette mønster er signifikant forbundet med dissociation, når barnet bliver voksent.

Daniel Siegel tilføjer, at en dissocieret tilknytning mellem forældre og barn også kan give en udbredt mangel på mental integration hos barnet senere. Og at en mangel på positivt affektivt engagement, affektstumpning og generelt forstyrret kommunikation mellem forældre og barn påvirker barnet mere i retning af dissociation i voksentilværelsen end tilstedeværelsen af traumer!

Et barn kan nemlig ikke 'kende' sin egen oplevelse, før en anden har set, anerkendt og reflekteret over den. Dette har stor betydning for eventuel senere terapi. Det går også ud over hukommelsen, for som MacLean siger: Uden en integreret selvfor-nemmelse er der ikke noget sted at anbringe en erindring om

den aktuelle oplevelse, hvorfor tidlige traumer ofte giver huller i hukommelsen.

Så: selv om dissociation kan være adaptiv under ekstreme forhold, anses mangelen på integration af traumatiske erindringer for at være en patogen faktor, der fører til udviklingen af komplekse biologiske og adfærdsmæssige forandringer i form af PTSD, og altså dissociation.

En bog at blive klog af

Dette er en bog med en mangfoldighed af væsentlig information om PTSD og dissociation på basis af omfattende forskning. Det er en bog for klinikere, der interesserer sig for en forskningsmæssig baggrund for det mærkelige symptom, som dissociation er, og for de sammenhænge mellem krop og psyke, som den består af.

Hvis man absolut skal være kritisk over for bogen, må man sige, at den er stor og meget omfattende, og man kunne måske efterlyse forfatterens egen sammenfatning af det store materiale. Men det synes jeg egentlig, Bessel van der Kolk gør i bogens afsluttende kapitel. Så jeg synes bare, det er en bog at blive klog af. ■

Bodil Claesson

DISSOCIATIONS FÆNOMENER

Redigeret af

Susan Hart

HANS REITZELS FORLAG

BOGDATA

Susan Hart (udg.): "Dissociationsfænomener".
Hans Reitzels Forlag, 2011, 448 sider, 398 kr.