

Ap 26/8-95

Et frigjørings-syndrom

Han bærer fortsatt på en skyldfølelse fra krigens dager – for at han ikke var aktiv i mostandsbevegelsen.

Nesten alle grupper av det norske samfunn er blitt gjenstand for analyse, intervjuer eller forskning når det gjelder deres forhold til okkupasjonstiden og frigjøringen. Bare én gruppe er blitt forbigått i taushet, jeg tenker på den store gruppe som jeg selv tilhører, nemlig alle de nordmenn som på tross av sin antinazistiske innstilling, ikke hadde mot til aktivt å delta i motstandsbevegelsen, og som da frigjøringen kom, satt med følelsen av at de hadde sviktet og innerst inne følte seg som feiginger.

Jeg kan levende huske hvordan jeg hadde det i maidagene 1945. Gode venner dukket plutselig opp i hjemmestyrkeuniformer, andre kom ut fra Grini og litt senere andre fra tysk fangenskap. Selv-

følgelig var jeg glad over at det hele var over, men den helt frigjørende glede var jeg ikke i stand til å føle. Jeg kunne rødme av skam da en venn som kom hjem fra Tyskland, spurte hva jeg hadde bedrevet her hjemme, og jeg ble stående temmelig svarløs. Jeg kunne selvfølgelig rasjonalisere og si til meg selv, hva ville situasjonen vært om vi alle hadde dratt til skogs? Men slike argumenter hjalp liksom ikke. Innerst inne følte jeg meg som taper.

Siden den gang har jeg hatt et rikt og givende liv, og man skulle trodd at taperfølelsen fra 1945 hadde gitt seg, men den sitter fortsatt fast i min underbevissthet. Jeg har ikke behov for hjelp fra psykolog eller psykiater. Jeg har forlenget akseptert at jeg ikke er noen modig mann – ingen helt, og jeg har erfart at dette har slått igjennom også i andre livssituasjoner. Jeg har foretrukket kompromiss fremfor brudd.

Mitt spørsmål til panelet er imidlertid: Har dere i deres praksis

møtt mennesker som tilhører «min» gruppe, men der konflikten har ført til alvorlige psykiske problemer? Tror dere at det er en betydelig del av dem som var unge i 1940, som i likhet med meg nok har greid å akseptere seg selv, men som allikevel i alle disse år har båret på en skyldfølelse? Vil dere karakterisere denne skyldfølelse som overdreven og nærmest som tegn på manglende sjelig robusthet? **En ikke-helt**

Vi som er psykiatere i dette «panelet», kan ikke erindre fra vår praksis at vi har hatt pasienter hvor skyldfølelse for manglende krigstnnsats har ført til senvirkninger i form av alvorlige psykiske problemer. Likevel tror vi at det er mange som i etterkrigstiden har tenkt som deg, og opplevd en følelse av utilstrekkelighet, fordi de ikke våget å «komme på banen» da det gjaldt. Vårt selvbilde og vår selvfølelse er blant annet avhengig av en positiv tilbakemelding fra andre. Når slike referansegrupper utviser et mot, en vilje og en beslutsomhet som en selv ikke er i stand til å mobilisere, blir man hengende etter og vil lett føle seg som en taper.

En krigssituasjon er

alltid en ekstrem situasjon som setter alle impliserte på prøve. I slike situasjoner blir det lett en «svart-hvitt-tenkning». Vi må treffe våre valg i forhold til det som oppfattes som rett eller galt, og det gis lite rom for noe kompromiss eller noen nyansering.

Det er på en måte snakk om å ta standpunkt til det gode eller det onde. Under slike forhold peker det seg ut heller som representerer det gode, og fiender som står for det onde. Men de fleste av oss er ikke beredt til å treffe valg under slike ekstreme forhold, og kan da lett få følelsen av svakhet, svik og utilstrekkelighet, noe som ofte gir grobunn for skyldfølelse.

Du sier i ditt brev at du ikke har hatt behov for hjelp hos psykolog eller psykiater. Det tror jeg er helt greit i ditt tilfelle, med en selverkjenning som sier deg at du ikke er noen modig mann, men en mann som heller vil ha kompromiss enn brudd.

Dette er etter min mening en god selverkjenning, og du viser med dette at du har fine egenskaper som passer godt for sosial mestring i fredstid. Du ble ingen krigshelt. Men kanskje er du en «hverdags-helt»?

HJS