

Krigens sår

Traumatiske erindringer fra Danmarks besættelse

Det er mange år siden, Anden Verdenskrig stoppede, men mange ældre mennesker har stadig erindringer fra den tid. For nogle er disse erindringer traumatiske.

I et forskningsprojekt ved Aarhus Universitet er erindringer fra krigsgenerationen blevet undersøgt. Størstedelen af forskningsprojektet er baseret på svar fra 173 ældre (heraf 93 kvinder) i alderen 68-90 år, med en gennemsnitsalder på 77 år. De ældre besvarede spørgeskemaer, hvor de blev spurgt, om de huskede, hvor de var, og hvad de lavede, da de blev bevidste om besættelsen den 9. april 1940 og befrielsen den 4. maj 1945. De blev spurgt, hvad der var deres følelsesmæssigt mest positive og mest negative erindring fra besættelsesperioden, og endelig fik de stillet en række spørgsmål omkring besættelsestidens indflydelse på deres aktuelle liv. En mere omfattende belysning af forskningsprojektet, herunder gengivelse af 140 ældre danskers erindringer fra besættelsestiden, findes i en dansk bog fra projektet (Berntsen, 2005).

Traumatiske minder og belastningsreaktioner

Anden Verdenskrig var i international sammenhæng en periode præget af ufatteligt blodige begivenheder. I alt skønnes 40 millioner civile at være blevet dræbt, og 20 millioner børn mistede deres forældre (Werner, 2000). Bag disse tørre tal skjuler sig helt uoverskuelige dimensioner af menneskelige tragedier. Set i det lys er det forbløffende, hvor lidt psykologisk forskning, der er udført omkring traumatiske eftervirkninger fra Anden Verdenskrig i *den brede befolkning* af ældre over hele Europa. Med enkelte undtagelser har forskningen koncentreret sig om posttraumatiske belastningsreaktioner blandt krigsveteraner og overlevende fra koncentrationslejre og Holocaust.

Undersøgelser af disse populationer viser, at traumatiske oplevelser kan have overordentlige langvarige eftervirkninger (Bramsen & van der Ploeg 1999). Psykiske eftervirkninger fra traumatiske oplevelser aftager altså ikke nødvendigvis med tiden. I de alvorlige tilfælde ser de snarere ud til at svinge i styrke over livet, sådan at perioder, hvor eftervirkningerne er helt eller delvist fraværende, afløses af andre perioder, hvor symptomerne intensiveres igen. Denne vekslen antages at følge omskiftninger og forandringer i livet som helhed. Overgangen fra et aktivt arbejdsliv til en tilværelse som pensionist kan for eksempel medføre færre gøremål, mere tid til sig selv og for sig selv, og dermed et større spillerum for invaderende minder eller andre former for ubehagelige tanker og følelser relateret til fortiden. Tab af nære personer eller tab af mobilitet eller andre færdigheder kan ligeledes være faktorer, der kan være med til at bringe ubehagelige minder fra fortiden på banen igen. Eftervirkninger fra traumatiske oplevelser kan med andre ord indgå i et kompliceret samspil med de aldringsprocesser og de tab af venner og familie, som uundgåeligt finder sted i et eller andet omfang i den sidste del af livet. Af den grund er det overraskende, at den brede ældrebefolknings ubehagelige minder og eventuelle kroniske belastningsreaktioner i relation til Anden Verdenskrig har fået meget lidt opmærksomhed i såvel dansk som i international sammenhæng.

KZ-syndromet

I Danmark har forskningen i psykiske eftervirkninger fra begivenheder under Anden Verdenskrig hovedsageligt koncentreret sig om overlevende blandt de

knap 6000 danskere, der blev deporteret til tyske koncentrationslejre. De to største grupper var modstandfolk med 2642 deporterede og det danske politi med 1902 deporterede. Blandt disse to grupper var dødeligheden størst blandt modstandsfolkene, som generelt fik den værste behandling i de tyske koncentrationslejre. Hele 265 danske modstandsfolk døde under opholdet i tyske KZ-lejre eller kort efter hjemkomsten. Blandt politiet var dødstallet 82 (Thygesen et al., 1970).

Omgivelserne var uforberedte på og ofte helt uden indsigt i de langvarige eftervirkninger, som mange tidligere koncentrationslejr-fanger viste sig at have fra lejropholdet. For omgivelserne handlede det først og fremmest om at give disse afmagrede mennesker sul på kroppen igen. Det kunne enhver se, at de trængte til. Havregrød kogt på fløde var god solid kost. Den solide kost hjalp hurtigt på vægten, men ikke på de psykiske mén. Det skulle tage adskillige år, før de tidligere koncentrationslejr-fangers psykiske mén for alvor blev anerkendt og taget hånd om. Baggrunden var norske og danske lægers banebrydende forskning i den lidelse, der blev døbt *KZ-syndromet*.

Ud fra omfattende og gentagne undersøgelser af især gruppen af deporterede modstandsfolk fandt den danske læge Paul Thygesen og hans kolleger frem til, at koncentrationslejr-opholdet typisk gav sig udslag i et bestemt sæt af fysiske og psykiske eftervirkninger. Blandt de fysiske eftervirkninger var tidlig ældning, kronisk træthed, hovedpine og muskelsmerter. De psykiske eftervirkninger handlede blandt andet om problemer med at huske og holde sammen på oplysninger, koncentrationsvanskeligheder,



rastløshed, mareridt, drømme, svedetur, diarré, irritabilitet, og nedtrykthed.

Lægerne mente, at disse problemer primært havde deres årsag i den hungertilstand og det massive væggtab, som koncentrationslejropholdet havde forårsaget. Den manglende næring havde skabt en organisk skade på hjernen med en række kroniske eftervirkninger til følge. Til støtte for den forklaring fremførte de resultater fra deres undersøgelser, som viste en tydelig sammenhæng mellem omfanget af væggtab under opholdet og omfanget af de mentale problemer: De, som havde tabt sig mest, havde altså efterfølgende flere problemer end de, som havde tabt sig mindre. Desuden var der det særlige forhold ved syndromet, at tilstanden i mange tilfælde blev værre, ikke bedre, med årene. Ligesom en demenstilstand udviklede syndromet sig gradvist, og mange af de tidligere fanger blev mere og mere nedbrudte, som tiden gik. Lægerne var dog ikke blinde for, at også de psykiske traumer fra koncentrationslejren kunne bidrage til eftervirkningerne (Thygesen et al., 1970).

Krisehjælp

Lægernes forskning var banebrydende og havde den prisværdige (og af lægerne eksplicit ønskede) konsekvens,

at danske overlevende fra tyske koncentrationslejre fik tildelt erstatning og hjælp, længe før den psykologiske krisehjælp så dagens lys. Også modstandsfolk, som ikke havde været interneret, men som havde udført stærkt belastende modstandsarbejde, fik med tiden mulighed for at få kompensation ud fra en lov om erstatning til besættelsestidens ofre. Det samme gjaldt søfolk, som havde sejlet i allieret tjeneste. Men hvad med såkaldt almindelige mennesker? Folk der uforskyldt kom i skudlinien, blev tilbageholdt, truet, var vidner til eksplosioner, nedskydning af andre, oplevede bombeangreb, eller voksede op i et hjem, som var præget af uro og angst gennem de fem år, besættelsen varede. Mange ældre var ude for den slags oplevelser under besættelsen, og en hel del af dem mener faktisk selv, at besættelsestiden i et eller andet omfang har givet dem varige ar på sjælen (Berntsen, 2005).

Traumer i den brede befolkning

En stor del af undersøgelsens deltagere beskrev erindringer om meget ubehagelige oplevelser fra besættelsestiden, som på flere punkter lever op til den amerikanske psykiaterforenings internationalt anvendte definition af traumatiske begivenheder, *nemlig en begivenhed som involverer død, trussel*

Anden Verdenskrig kan forekomme fjern og uvirkelig for de af os, som ikke har oplevet den. Men Anden Verdenskrig lever videre i erindringer på mange ældre, der har gennemlevet den. Et forskningsprojekt ved Psykologisk Institut, Aarhus Universitet har belyst krigsgenerationens erindringer. Denne artikel fortæller om de af resultaterne, der handler om traumatiske erindringer og eftervirkninger fra traumatiske hændelser (note 1).

Dorte Berntsen er professor i psykologi ved Aarhus Universitet, hvor hun forsker i selvbiografisk hukommelse. Hun har skrevet mange internationale artikler om emnet. På dansk foreligger blandt andet bogen *Lidt skydning i gaden tog vi ret roligt ...* En psykologisk tematisering af erindringsbilleder fra Danmarks besættelse 1940-45

dorte@psy.au.dk

Det er forbløffende, hvor lidt psykologisk forskning, der er udført omkring traumatiske eftervirkninger fra 2. Verdenskrig i den brede befolkning af ældre over hele Europa.

om død eller alvorlig lemlæstelse, eller trusler mod egen eller andres fysiske integritet, og som opleves som meget forfærdende (American Psychiatric Association, 1994). Her et levende eksempel fra en mand på 75 år:

Min værste oplevelse under besættelsen var søndag den 7. januar 1945, hvor jeg efter juleferien sammen med tre kammerater var med toget fra Give til Sorø. Mellem klokken 12 og 13 holdt vi på Aarup station, og vi rullede vinduet ned og så fire jagerflyvere kredse over toget. Flyverne forsvandt, og vi kunne se, at de blev beskudt over Lillebæltsbroen. Toget satte i gang, men vi var ikke kørt mere end en kilometer, før flyverne kom tilbage og beskød toget. Vi var i den forreste vogn; 2. kupe som blev ramt, og vinduet blev knust både i kupe og sidegang. En sodavandsflaske på bordet fik halsen skudt af, og hanken på min skoletaske blev skudt over. Selv lå jeg med den ene kammerat i sidegangen og fik ruderne ned over os, og de to andre krøb ind under sæderne i kupeen. Der var dræbte og sårede i 1., 3. og 4. kupe, men bortset fra en glassplint som ramte min ene kammerat, slap vi uskadt. To af flyverne vendte om og skød yderligere to salver, medens vi løb væk fra toget, nok fordi der også var tyskere, som beskød flyverne. I alt blev 50 mennesker såret og 24 dræbt ved aktionen (Berntsen, 2005, p. 135)

Mange har ligeledes erindringer om at blive underrettet om andres død - i flere tilfælde jævnaldrende børn eller unge skudt af tyskerne. En mand på 73 år husker at blive underrettet om tyskernes drab på en skolekammerat:

Min mest negative erindring var den dag, jeg fik at vide, at min skolekammerat, der gik et par klasser under mig på Bagsværd Skole, var blevet skudt af tyskerne/hipoerne på Bagsværd Hovedgade ved den daværende Shell tank, da han var på vej for at hente morgenbrød hos bageren. Han var vel 10 år og døde samme dag, som han blev skudt. Det var en mærkelig følelse, at en jævnaldrende dreng var død på

den måde... (Berntsen, 2005, p. 146)

Belastningsreaktioner

Nogle af undersøgelsens deltagere gav i tilknytning til deres erindringsbeskrivelser spontant udtryk for langvarige eftervirkninger fra besættelsestiden. En kvinde på 81 år skrev for eksempel følgende om den indflydelse, besættelsestiden har på hende i dag:

Jeg kan stadig ikke tale om eller tænke på besættelsen uden at blive rørt og somme tider begynde at græde (Berntsen, 2005, p. 20).

En anden kvinde på 70 år besvarede spørgsmålet om, hvad der var hendes følelsesmæssigt mest negative erindring fra besættelsestiden på denne måde:

Bombardementerne og luftalarmen. Jeg kan stadig vågne om natten og tro, at det er som dengang (Berntsen, 2005, p. 20).

For at få et mere samlet billede af omfanget af sådanne eftervirkninger, stillede vi de ældre en række spørgsmål (Tabel 1). Som det fremgår, spørges der blandt andet til genoplevelses- og undgåelsessymptomer – to centrale træk ved diagnosen Post-traumatic Stress Disorder (PTSD; jf. American Psychiatric Association, 1994). De ældre svarede ved at sætte et kryds ved én af fem svarmuligheder (antallet af personer, som besvarede spørgsmålene, svingede fra 147-149).

Som det fremgår af Tabel 1, er det et betydeligt mindretal på 30% (44 ud af 149 personer), der tilsluttede sig, at besættelsestiden havde givet dem ar på sjælen. Ligeledes svarede en tredjedel (33%), at de *summe tider* eller *ofte* eller *meget ofte* havde ufrivillige erindringer fra besættelsestiden, som de hellere ville være fri for at tænke på. Det var ligeledes cirka en tredjedel (31%), som erklærede sig *enig* eller *meget enig* i, at der var ting fra besættelsestiden, som de aktivt forsøgte at undgå at tænke på. En opfølgende undersøgelse med et repræsentativt udsnit af ældre danskere gav lidt lavere tal (se Tabel 5.2 i Berntsen, 2005), men tegnede samme billede af, at forholdsvis mange ældre danskere over 70 år stadig er berørte af

TABEL 1
DEN PROCENTVISE FORDELING AF SVAR PÅ SPØRGSMÅL OM PSYKISKE EFTERVIRKNINGER FRA BESÆTTELSESTIDEN

MAN KAN GODT SIGE, AT BESÆTTELSESTIDEN GAV MIG AR PÅ SJÆLEN

Helt enig:	6%
Enig:	24%
Neutral:	23%
Uenig:	20%
Helt uenig:	28%

MINDER FRA BESÆTTELSESTIDEN HAR DET MED AT DUKKE OP I MIT HOVED AF SIG SELV, SKØNT JEG HELST VIL VÆRE FRI FOR AT TÆNKE PÅ DEM

Meget ofte:	1%
Ofte:	7%
Somme tider:	25%
Sjældent:	38%
Aldrig:	30%

DER ER MINDER FRA DEN TID, SOM JEG FORSØGER AT UNDGÅ AT TÆNKE PÅ

Helt enig:	5%
Enig:	25%
Neutral:	32%
Uenig:	21%
Helt uenig:	18%

OM NATTEN KAN JEG STADIG VÆK DRØMME OM TING FRA BESÆTTELSEN

Meget ofte:	1%
Ofte:	1%
Somme tider:	1%
Sjældent:	25%
Aldrig:	63%

oplevelser fra besættelsestiden (Berntsen & Rubin, 2006).

Alderens betydning

En opfølgende undersøgelse involverede en deltagergruppe med en større aldersspændvidde (59-90 år) og

viste en sammenhæng mellem personens alder og nuværende eftervirkninger. Omfanget af eftervirkninger var størst hos de personer, som havde været over syv år under deres mest traumatiske oplevelse fra besættelsestiden. For personer, som havde været mellem 0 og 7 år under deres værste oplevelse, var der sammenhæng mellem alder under begivenheden og omfanget af nuværende belastningsreaktioner. Jo ældre, desto flere. En tilsvarende aldersrelateret sammenhæng fandtes ikke hos personer, som havde været over 7 år gamle under deres mest belastende oplevelse. Resultaterne tyder derfor på, at risikoen for at udvikle langvarige belastningsreaktioner (sådan som disse beskrives i PTSD-diagnosen) er betinget af en række kognitive og sociale faktorer (herunder erindringsevnen), som udvikler sig op igennem førskoleårene (Berntsen & Rubin, 2006).

Erindringerne lange holdbarhed

Tallene i Tabel 1 skal hverken overfortolkes eller undervurderes. Tallene skal for det første sættes i relation til det forhold, at 44% af et repræsentativt udsnit af Danmarks befolkning under 59 år erklærer sig enig i, at en eller flere belastende oplevelser i deres liv har givet dem ar på sjælen. Cirka en tredjedel har invaderende erindringer om en eller flere belastende oplevelser i deres liv, og ligeledes en tredjedel udviser undgåelsesreaktioner (Berntsen & Rubin 2006). At have visse symptomer på traumatisering er altså et ret almindeligt fænomen, som også udenlandske undersøgelser viser (Kessler et al., 1995). De ældre i vores undersøgelse var således ikke mere belastede af oplevelser fra besættelsen end yngre mennesker er af andre hændelser i deres liv som helhed.

Tallene skal dog samtidig ses i lyset af, at der er tale om belastningsreaktioner, som er til stede på cirka 60 års afstand af begivenhederne, og som hidrører fra fem ganske bestemte år af personernes liv. Den lange holdbarhed og den høje frekvens af belastningsreaktioner fra en fem-årig periode antyder tilsammen en baggrund af meget alvorlige oplevelser,

som har gjort et dybt indtryk, og som i perioder af livet kan have været en stor belastning for nogle af de ældre. Nok var Danmarks besættelse "fredelig" sammenlignet med andre lande, men mange enkeltpersoner var alligevel ude for voldsomme oplevelser, der næsten en menneskealder senere spiller en rolle i deres tanke- og følelsesliv. Blandt disse mennesker vil der sandsynligvis være nogle, der rent faktisk er så mærket af oplevelserne, at de selv i dag lider af PTSD. Præcist hvor mange det er, kan vores undersøgelse ikke sige, men der synes at være brug for at undersøge det nærmere.

Referencer

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistic manual of mental disorders (4th ed)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Berntsen, D. (2005). *Lidt skydning i gaderne tog vi ret roligt ... En psykologisk tematisering af erindringsbilleder fra Danmarks besættelse 1940-45*. Århus: Klim.
- Berntsen, D. & Rubin, D.C. (2006) Flashbulb Memories and Posttraumatic Stress Reactions Across the Life-Span: Age-related effects of the German Occupation of Denmark during WWII, *Psychology and Aging*, vol. 21, pp. 127-139.
- Berntsen, D. & Thomsen, D.K. (2005). Personal memories for remote historical events. Accuracy and clarity for flashbulb memories related to WWII. *Journal of Experimental Psychology: General*, vol. 134, pp. 242-257.
- Bramsen, I. & van der Ploeg, H.M. (1999). Fifty years later: the long-term psychological adjustment of ageing World War II survivors. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, vol. 100, pp. 350-358.
- Kessler, R.C., Sonnega, A., Bromet, E., Hughes, M. & Nelson, C.B. (1995). Posttraumatic Stress Disorder in the National Comorbidity Survey. *Archives of general Psychiatry*, vol. 52, pp. 1048-1060.
- Thygesen, P., Hermann, K. & Willanger, R. (1970). Concentration camp survivors in Denmark. Persecution, disease, disability, compensation. *Danish Medical Bulletin*, vol. 17, pp. 65-108.
- Werner, E. E. (2000). *Through the eyes of inno-*

cents. Children witness World War II. Boulder: Westview Press.

Note 1

En grundig belysning af forskningsresultaterne findes hos Berntsen og Thomsen (2005). En opfølgende undersøgelse er beskrevet i Berntsen og Rubin (2006 in press). Artiklen bygger især på Berntsen 2005, kapitel 5.

For omgivelserne handlede det først og fremmest om at give disse afmagrede mennesker sul på kroppen igen. Det kunne enhver se, at de trængte til. Havregrød kogt på fløde var god solid kost. Den solide kost hjalp hurtigt på vægten, men ikke på de psykiske mén.