

## **Tala för livet.**

*Christina Elisabeth Hagelthorn.*

Sedan hösten 2004 arbetar jag ideellt en kväll i veckan på en läkarmottagning, som drivs av en organisation i Göteborg med namnet Rosengrenska Stiftelsen (RS). RS startades 1998, först som et nätverk av yrkesverksamma inom sjukvården för att stödja och hjälpa gömda flyktingar att få vård inom det existerande sjukvårdssystemet. Nu driver stiftelsen också en egen klinik, som specialiserat sig på att ge sjukvård åt gömda flyktingar. Det finns en liknande organisation i Stockholm I ytterligare ett par andra svenska städer börjar nya nätverk ta form.

Det finns idag uppskattningsvis mellan 10.000 och 20.000 gömda flyktingar i Sverige, eller papperslösa människor, som gömmer sig för myndigheterna. I den här artikeln kommer de att kallas "gömda".

En grupp läkare och sjuksköterskor kommer efter arbetstidens slut för att ge vård till de gömda. Dessa har ofta svårigheter att få offentlig sjukvård eller är rädda för att uppsöka den.

På mottagningen erbjuder jag psykoterapi eller stödsamtal till de gömda. Traditionell psykoterapi skulle inte vara meningsfullt för våra klienter. Deras yttre värld är redan i ett sådant kaos, att det vore för mycket att vänta sig, att de skulle förändra också sin inre värld på djupet.

Jag arbetar huvudsakligen individuella samtal. Vid något tillfälle kan jag träffa en klient tillsammans med en familjemedlem. Eftersom våra klienter kommer från många olika länder i världen, är en också ideellt arbetande tolk nästan alltid närvarande.

Jag ser mitt arbete som ett sätt att hjälpa mina klienter att uthärda sina svåra liv, tills förhoppningsvis deras situation kan förbättras genom att asyl beviljas eller amnesti utfärdas till alla papperslösa flyktingar.

I det här arbetet har jag god användning för min erfarenhet som psykodramatiker liksom av mina erfarenheter av att ha arbetat och levt i internationella centra. Under ytan delar vi alla samma mänskliga känslor och behov. I en krissituation kommer ofta dessa djupare skikt i människor till synes.

Personer, som har tvingats gå under jorden, har förlorat nästan alla sina personliga och sociala roller liksom alla sina tillgångar och ägodelar. Samtidigt blir de ofta en börda för några få människor omkring dem, människor som har gett dem tak över huvudet eller som hjälper dem. De är bokstavligen hjälplösa och maktlösa som nyfödda barn. De är inte önskade här, och de kan inte återvända dit där de kom ifrån. De har lämnat sina hem, arbeten, familjer och vänner liksom sina vanor och kulturella sammanhang och allting annat som ger oss människor våra identiteter.

I ett avseende är de som skådespelare, som lämnats ensamma på den mörka scenen, efter det att föreställningen är slut, och i stort sett alla har gått hem. Det finns inga medspelare längre. Om det överhuvudtaget alls finns någon kvar, är denna person ofta utsliten. Det här är ett tillstånd för att utveckla hallucinationer och vanföreställningar.

Det första jag kan göra i det här arbetet, är att bli en annan människa; en medspelare eller en publik. Jag lyssnar, förhåller mig och interagerar. Jag blir någon som släpper in glimtar ar

verklighet i den övergivna teatern. Mycket ofta säger de gömda, att de är rädda för att bli galna. Den tacksamhet, de också ofta visar för att jag finns där för dem vecka efter vecka, kan tyckas en smula överdriven, jämfört med vad jag tycker att jag faktiskt har gjort. I många fall har dock min lyssnande närvaro utgjort skillnaden mellan liv och död för de gömda. Jag har varit en signifikant andre.

Allt eftersom veckorna går, byggs igenkännande mellan oss. Att mötas igen efter en veckas uppehåll blir ett glädjefyllt ögonblick. Kanske är det enda gången den veckan som någon hälsar dem med glädje över att se dem. Med andra ord, de försäkras om att de lever, är ihågkomna och betyder något för någon annan i den här världen. Åtminstone får de ett leende och en kram i veckan.

När jag lyssnar på deras berättelser, accepterar jag den stora smärta och sorg som de flesta av dem bär med sig. Hittills har de varit tvungna att bära denna tunga börda ensamma. Då kan det förefalla som om denna börda inte existerade. Det är bara det, att de känner sig så illa till mods. I mig får de ett vittne, någon som kan återskapa deras självrespekt och –tillit. Deras berättelser kan förstås och får därför en mening.

Att uttrycka instängd smärta tar bort bedövning och energiblockeringar. Livskraften kan komma fram igen. I en situation, som är fylld med oändliga problem, behöver den gömda flyktingen kreativ energi mer än de flesta andra människor. Jag är ofta imponerad av hur de lyckas överleva och skapa något slags liv åt sig.

När en gömd har funnit en bra lösning på ett problem (och för det mesta är problemen överväldigande stora), berömmar jag honom eller henne och gör mitt bästa för att stärka deras självförtroende.

Osynligheten och isoleringen som de gömda lever i, innebär en stor påfrestning för relationerna inom deras familjer, om de har någon. Det är också en del av mitt arbete att stärka relationer och uppmuntra positiva känslor och kärlek mellan makarna, inte minst för deras barns skull.

I den här situationen av rollförluster ser jag efter positiva roller, som den gömde har haft eller vill ha. Där kan jag göra en kort möte i fantasin med denna positiva roll för ge den nytt liv eller för att lägga grunden för att den ska uppstå.

Ofta bär flyktingen på känslor av skuld, självanklagelser, underlägsenhet, eftersom han eller hon valde eller var tvungen att fly från sitt land. När den gömde berättar sin historia, letar jag efter facetter av den som han eller hon kanske inte ser, facetter som kan förändra hela bilden till det bättre, när de lyfts fram och betonas. Mild humor kan vara ett bra verktyg för att uppnå detta liksom en icke-dömande överblick över hela situationen, där både det onda och det goda får finnas med.

I de fall, när flyktingen verkligen har blivit indragen i förfärliga handlingar, eftersom han eller hon kommer från ett land i krig, och lider av skuld och självhat, har jag funnit det verksamt att ta en roll som dubbeljag för honom eller henne och tala om hur det känns, när man upptäcker att man har begått gräsliga och omoraliska handlingar.

Många flyktingar lider av rädslan, att de håller på att förlora förståndet. De lider i själva verket ofta av posttraumatiskt stressyndrom (PTSS). Det har då varit hjälpsamt att förklara i

detalj, vad som händer i hjärnan och i resten av kroppen, när en person har erfarit ett tungt trauma. När de förstår, att det som de upplever är en normal reaktion på en onormal situation, känner de sig lättade.

En annan del av mitt arbete är att vara en informatör och verklighetstestare för de gömda. Han eller hon befinner sig plötsligt inuti i ett samhälle, som de vet mycket litet om och där de ofta behandlas illa och känner sig maktlösa. Då är det lätt att utveckla en paranoid attityd eller en känsla av att vara utsatt för en konspiration. Sådana idéer gör inte de gömdas liv lättare. Information om vårt samhälles politiska och kulturella fakta kan då hjälpa.

Som en följd av att lida av PTSS, är de gömda ofta mycket spända, och de klagar över smärta i kroppen eller svårigheter att sova. Det kan då vara bra att lära ut några enkla avslappningstekniker, som de gömda kan utöva var han eller hon än kommer att hamna i världen.

Sedan jag började arbeta på RS, har vi börjat bygga upp en grupp terapeuter, massörer och sjukgymnaster. Vi kan fråga varandra om råd och stöd, och vi träffas som grupp en gång i månaden för få handledning av en erfaren terapeut, som tidigare har arbetat med traumatiserade flyktingar.

#### *Referenser.*

För en mer sammanhängande förklaring av rollteori hänvisar jag till min artikel: "*Krig och fred. Om psykodramatisk rollteori och flyktingens livssituation.*" Psykisk Hälsa. 2/88.