

PSYKOLOGISK DEBRIEFING OG NARRATIVITET

Lea Sand og Peter Berliner

Artiklen beskriver baggrunden for, ideen i og rammerne for psykologisk debriefing. Der peges på tre temaer, der er centrale for de historier, FN-politmanden i nogle tilfælde fortæller om de oplevelser, han har haft i forbindelse med tjenesten i et konfliktområde. Det drejer sig om en følelse af at miste kontrol (over såvel ydre som indre omstændigheder), at føle sig ude af stand til at påvirke sin situation, og at opleve sig som værende alene, isoleret med sin oplevelse. Disse oplevelser er ikke dominerende i helhedsindtrykket af og hos de danske FN-politifolk, men ved egentlige efterreaktioner optræder de tre temaer altid i en vis udstrækning. De ligger som mulighed for alle, der involverer sig fredsbevarende FN-opgaver i et konfliktområde. Derfor er det de efterreaktioner, debriefingen er forebyggende overfor.

I forbindelse med debriefingen nævnes tre teoretiske positioner, der er basale i arbejdet med netop at forebygge de tre efterreaktions-temaer. De teoretiske positioner er pointeringen af, at livet er fortsat ændring, at mening opstår i dialoger og at grundlæggende, arbejdsrelaterede dilemmaer kun kan bearbejdes gennem fortsat refleksivitet.

*Different aspects of the same thing
may justify opposite descriptions.
(Kirk & Raven 1977, side 190)*

Indledning

I denne artikel vil vi beskrive, hvordan det narrative aspekt kan indgå i psykologisk debriefing af mennesker, der har deltaget som personale i fredsbevarende opgaver i FN-regi. Konkret drejer det sig om danske politifolk, der har gjort FN-tjeneste i det tidligere Jugoslavien.

Vores sigte her er ikke så meget at beskrive de beretninger, FN-politifolkene giver af deres oplevelser i det tidligere Jugoslavien, men snarere at belyse, hvorledes teoretiske modeller kan supplere hinanden i forståelsen af debriefingen.

Lea Sand er lektor ved Danmarks Forvaltningshøjskole og klinisk psykolog.
Peter Berliner er lektor ved Psykologisk Laboratorium, Københavns Universitet og klinisk psykolog.

Det skal i øvrigt nævnes, at der ved konferencer har været en del diskussion om effekten af psykologisk debriefing gennem de senere år. Manglende påviselige resultater har medført at en vis skepsis er opstået. Denne diskussion vil vi ikke gå egentligt ind på her, men blot påpege, at det (som i al anden effektforskning) er et spørgsmål om, hvilke kriterier man anlægger for at vurdere effekten. Er det en diagnostisk kategorisering (fx PTSD-symptomer), er det antal sygedage i de første to år efter hjemkomst fra FN-tjeneste, er det evne til at indgå i relationer til andre, er det arbejdsmoral og kvalitet i det udførte arbejde, eller vurderes det ud fra den enkelte politimands (m/k) – og/eller hans/hendes ægtefælles – personlige oplevelser af om det var godt eller dårligt at deltage i den psykologiske debriefing. Før man kan diskutere effekten af debriefing, må man gøre disse kriterier klar.

Hvad er psykologisk debriefing?

Opstillet punktvis består den psykologiske debriefing i:

- ♦ En *re-orientering*, der rummer en kollektiv forståelse af den faktiske og symbolske mening af de oplevelser, deltagerne har været udsat for. På den måde sker der en normalisering, en almengørelse. Dette sker gennem en rekonstruktion af såvel de kognitive sider af oplevelserne som de emotionelle.
- ♦ Deltagernes systematiske *genfortælling af oplevelser*. I vores opfattelse af processen er det ikke ubetinget vigtigt at alle fortæller.
- ♦ At deltagerne gennem samtale om deres oplevelser bidrager til en *rekonstruktion af en fælles fortælling i gruppen*. Der opstår en fælles forståelse af oplevelserne – på gruppeniveau. Netop ved at det individuelle bringes ind i gruppen, sker der en korrektion af misforståelser, forvrængninger, overfortolkninger m.v., idet gruppen reflekterer over det, der siges – og på den måde opbygger en kollektiv realitets-testning. Kernen i dette er at gruppen tilvejebringer en atmosfære af tillid, hvor individuelle oplevelser kan bringes frem. At etablere dette som gruppe er essentielt i debriefingen.
- ♦ At gruppen opbygger en *ikke-kritiserende holdning*. Denne holdning rummer neutralitet, ikke som holdningsløshed, men som evnen til refleksivitet (Tomm 1987, Efran & Clarfield 1995, side 207-208). Gruppen bidrager til den enkeltes reformulering og genfortælling af sine oplevelser.
- ♦ At deltagerne vedligeholder eller gendanner deres *følelse af at have kontrol* og aktivt træffe beslutninger om egen situation. Dette sker gennem den direkte »social support«, gruppen giver i selve situationen.
- ♦ At skabe en dialog med fremtiden: hvad kan læres fra oplevelserne og hvad fører det til? Dette kan ske gennem perspektivering og »feed-forward« spørgsmål (Penn 1985).

Den grundlæggende idé i debriefingen er hentet fra stressteorier (Lazarus & Folkman 1984), nemlig at belastning viser sig ved at den enkelte:

1. har en følelse af at miste kontrol (over såvel ydre som indre omstændigheder),
2. føler sig ude af stand til at påvirke situationen (hvilket er den fremadrettede side af kontroltab).
3. oplever sig marginaliseret (alene, enkeltstående, bundet i en »uniqueness«, der låser ham/hende fast i afsondrethed).

Gennem den gruppe-orienterede debriefing har politimanden (m/k) mulighed for:

- ♦ at genvinde en følelse af kontrol (fx helt basalt at få styr på overvældende tanker, erindringer og følelser). Dette sker blandt andet ved at den handlede politimanden udførte i voldsomt belastende situationer, af gruppen af kolleger opfattes som forståelig og nødvendig – og styret af ønsket om at sikre den bedst mulige løsning af den voldsomme situation.
- ♦ at opleve at der er forskellige måder at påvirke sin situation på – hvilket skyldes dels de andres beretninger, dels det fremadrettede perspektiv.
- ♦ at se sine oplevelser som en del af gruppens fælles erfaringer.

Igennem debriefingen opbygges en kontekst, der lægger vægten på fortsat ændring, på vigtigheden af forskellige synsvinkler, og på refleksivitet, dvs. at kunne indtage en observatørposition i forhold til sig selv.

Debriefing er i sin essens en systematisk og bevidst udforskning og udfordring af fortællinger, beretninger og historier. Ved psykologisk debriefing bruger vi såvel livshistorien som beretninger og fortællinger om enkeltstående hændelser. Debriefing er en proces, hvor der skabes ny indsigt, viden og handlemuligheder. Derfor er debriefing en fælles proces, som man deltager i – og hvor alle kan blive klogere. Det er ikke noget, vi som psykologer gør ved nogle andre, men det er en åben proces, hvor vi sætter vores psykologiske viden i dialog med mennesker med andre professionelle erfaringer, livserfaringer og fremtidsperspektiver. Og i dette møde opstår der en ny fælles viden.

Rammen om debriefingen

Den psykologiske del af forberedelsen og efterbearbejdningen af politifolkenes tjeneste i det tidligere Jugoslavien består dels i en briefing før udsendelsen, dels en debriefing efter hjemkomsten. Til begge dele er politifolkene samlever inviteret med (Sand & Berliner 1996a).

Ved briefing orienteres om mulige reaktioner politifolkene og deres samlever (og familie) kan have i forbindelse med adskillelsen og de oplevelser, man kan møde undervejs i forløbet. Som en del af denne briefing orienteres om metoden i en psykologisk debriefing, således at den kan bruges af politifolkene over for kolleger i tjenesten i det tidligere Jugoslavien. De danske politifolk har ofte lederopgaver dér – og kan i øvrigt anvende debriefingen også som kollegial support.

Briefingen foregår i et tæt samarbejde med erfarne politifolk, der har gjort tjeneste i det tidligere Jugoslavien. Disse deltager i hele den psykologiske briefing, ligesom der i øvrigt generelt i denne forberedelse indgår orientering ved sådanne erfarne politifolk. Tilsvarende deltager der pårørende med erfaringer mht. reaktioner i familien herhjemme, mens partneren er udsendt.

Debriefingen består i en orientering om, hvorledes politifolkene og deres pårørende eventuelt kan reagere på adskillelsen, oplevelserne og genforeningen. Dette er et undervisningsmæssigt tiltag, en pædagogisk debriefing, som går forud for den psykologiske debriefing og som sådan danner et fælles begrebsapparat. Her befinder vi os på sin vis som psykologer uden for gruppen. Vi kommer ikke med antagelser om netop denne gruppe, men præsenterer teori og erfaringer med henblik på at skabe en fælles dialog.

Der næst deles gruppen i to, nemlig pårørende og politifolk. Der finder en erfaringsopsamling sted i de to grupper. Dette sker gennem fortælling om forskellige oplevelser, de enkelte deltagere har haft. Der tilstræbes en kortlægning og bearbejdning på det intellektuelle, det følelsesmæssige og det sociale plan, så der kan sættes ord på tanker, følelser og reaktioner. Psykologens opgave er mangesidet: at etablere og sikre opretholdelse af tryghed blandt deltagerne, at fordele tiden, at sikre en hensigtsmæssig struktur, at stille spørgsmål der bringer processen videre, og at inspirere til dialog og refleksioner.

Efterfølgende arbejdes der i grupper med 4-5 par (politimand samt samlever) samlet. Der arbejdes indholdsmæssigt med forbindelsen mellem de oplevelser, der tilhører de enkelte par eller enkelte personer og gruppen af politifolk »over for« gruppen af pårørende (og vice versa). Vi er to psykologer i denne fase, hvilket muliggør, at den ene kan gå mere ind i det indholdsmæssige i processen, mens den anden er garant for struktur og neutralitet. Vi kan skifte roller og arbejder med direkte supervision og dermed med forandring af konteksten i selve situationen. Erfaringen har vist, at det er nyttigt at der er såvel en mandlig som en kvindelig psykolog i denne proces. Ud over den supervision, vi modtager på dette arbejde, har vi glæde af at være to i hele denne proces, således at vi har mulighed for at veksle mellem de forskellige positioner som vi har i kontakten.

Afslutningsvis arbejdes der i plenum. Her gengives temaer fra arbejdet, dvs. overordnede problemstillinger og emner, der kan være vigtige

for netop denne gruppe mennesker i forbindelse med adskillelsen, oplevelserne undervejs og genforeningen.

Ud over dette forløb har såvel politifolk som pårørende, individuelt eller som par/familie, mulighed for at få psykologisk rådgivning og egentlig behandling (Sand & Berliner 1996a).

Uden at miste vores egen teoretiske og praktiske forankring i denne proces, men netop at bevare neutraliteten ved at forholde os reflektivt også til egne forudsætninger, har vi i vores arbejde ladet os inspirere af følgende citat:

»At være i dialog er at forstå andre og at engagere sig i en fælles udvikling af forståelse og mening. Det forudsætter åbenhed overfor rigtigheden, logikken og gyldigheden i vore klienters ideologier, vurderinger og synspunkter – og en villighed til at sætte spørgsmål ved gyldigheden af vore egne« (Anderson & Goolishian. 1992. side 80).

Vi vil i det følgende samle opmærksomheden omkring de aspekter, der angår det narrative. For os er det dog vigtigt, at dette kun er én synsvinkel. En anden synsvinkel består i en analyse af forholdet mellem oplevelser i FN-tjenesten og PTSD-efterreaktioner. I et større perspektiv er det muligt at skifte mellem de to synsvinkler – den narrativt orienterede og den diagnostisk orienterede. De udgør ikke gensidigt udelukkende modpoler, men kan opfattes som metoder, der kan supplere hinanden. At arbejde i dette perspektiv – at kunne skifte position i dialogen – er begrundet i en videnskabsteoretisk holdning, der siger, at ingen teori er omfattende nok til at rumme alt (Argyris 1990, side 72). I det følgende vil vi igennem en slags citat-mosaik give et indtryk af vores principper for debriefingen.

Vi vil se nærmere på tre aspekter, der opridser fokuseringen i den teori, debriefingens metode bygger på. Det er ændring, dialog og reflektivitet.

Kontinuerlig ændring

Det første aspekt, vi vil fremdrage i det narrative perspektiv, er at livet består i fortsat ændring. Dette aspekt åbner muligheder for at overvinde den fastlåsthed, der ofte er konsekvensen af oplevelsen af kontroltab (jvf. ovenfor).

Kontroltab er en alvorlig og angstprovokerende tilstand for de fleste. Men oplevelsen af kontroltab er for en politimand, som pr. definition skal have overblik og kontrol, fordi det er en del af hans professionelle kompetence, ofte ganske belastende. Vi må endvidere huske på at de politifolk, der er udvalgt til FN-tjeneste, som udgangspunkt er fysisk og psykisk stærke, velintegrerede personer, 35 til 45 år gamle, med 10-20 års

professionel ballast og livskompetence.

Oplevelsen af at have mistet kontrollen i en given situation, fører i en række tilfælde til fastlåsning i et bestemt mønster. Dette mønster kan være forsøg på at hemmeligholde oplevelsen, at søge at fortrænge den eller at søge at genvinde kontrollen ved enten at undgå konfronterende situationer, der ligner den oprindelige situation, eller ved at søge at undgå situationer, der har blot den mindste lighed med den oprindelige situation.

Kendetegnende for løsningsforsøg af de typer er, at de *låser* personen *fast* i et mønster, der opleves som uhensigtsmæssigt, idet det ikke løser, men i stedet fortsætter oplevelsen af kontroltab. Det kan vise sig ved overvældelse af følelser, overreaktioner i sociale samspil, manglende følelse af at kunne slå til ved udførelse af almindelige arbejdsopgaver og en form for indre fredløshed.

FN-politifolkenes seks til tolv måneders fravær fra hjemmet og virke under ekstreme forhold giver anledning til mange refleksioner. Mange af de udsendte har tilpasningsvanskeligheder i et kortere eller længere tidsrum, når de vender hjem efter missionen. Der er nogle, der midt i glæden over at være kommet hjem igen, oplever ugerne efter hjemkomsten meget belastende. Dette kan vise sig i de mange forskellige situationer, der stiller store krav til ens forandringsparathed. Det kan også vise sig som et bevidst eller ubevidst ønske om at kunne fortsætte livet fra det punkt, hvor man slap. De hjemvendte politifolk konfronteres med, at livet er gået videre, og hverken de selv, deres partner eller børn er de samme som før. De konfronteres meget tydeligt med livets foranderlighed og forgængelighed som et eksistensvilkår. Også overfor denne oplevelse, kan reaktionen være en fastlåsning af et mønster, der vedligeholder det svære i situationen.

Vi har i dialogen i debriefingen ladet os inspirere af flg. citat, der beskriver den reaktion af ekstrem fastlåsthed, der på langt sigt kan blive en konsekvens af de løsningsmetoder, der af nogle iværksættes overfor meget store krav om tilpasning til vanskelige situationer:

En »taber« er ifølge Brøndums Encyklopædi:

Et menneske, der ikke længere deltager i den meningsfulde udveksling mellem modgang og medgang. Som har trukket slutstregen og udregnet facit, eller har ladet andre gøre det. (side 283).

Fastlåsning kan indtræde såvel på individniveau som gruppeniveau. På gruppe-niveauet (familien eller arbejdsgruppen) ytrer det sig ved:

- »... *narratives, which conveys:*
1. *no hope or perspective,*
 2. *splitting,*

3. *tiredness and resignation,*
 4. *avoidance of contact,*
 5. *destructive dynamics.*
 6. *dualism*
- (Sand og Berliner 1996b)

Dette mønster fastholdes gennem en proces, der henviser til sig selv.

Overfor denne fastlåsning (der jo er en aktiv vedligeholdelsesproces) kan man i debriefingen tage udgangspunkt i en anden opfattelse. Man kan nemlig bevidst arbejde ud fra – og markere – det perspektiv, der træder frem i følgende citat fra Karen Blixens fortælling »The Monkey (fra Seven Gothic Tales):

The real difference between God and human beings, he thought, was, that God cannot stand continuance. No sooner has he created a season of a year, or a time of the day, that he wishes for something quite different, and sweeps it all away. No sooner was one a young man, and happy at that, than the nature of things would rush one into marriage, martyrdom or old age. And human beings cleave to the existing state of things. All their lives they are striving to hold the moment fast, and are up against a force majeure. Their art is nothing but the attempt, to catch by all means, the one particular moment, one mood, one light, the momentary beauty of one woman or one flower, and make it everlasting. It is all wrong, he thought, to imagine paradise as a never-changing state of bliss. It will probably, on the contrary, turn out to be, in the true spirit of God, an incessant up and down, a whirlpool of change.

Et lignende proces-orienteret synspunkt findes i Nietzsches filosofi:

»I modsætning til opfattelsen af verden som bestandig vedvaren (substans) eller som fornuften som dens grundlag og som historiens drivkraft (eller -magt), hævder Nietzsche en opfattelse af verden som et spil mellem kræfter (med et fjernt forbillede i Heraklit), og tilbivelse, vækst, og forandring (Werden) som dens væsen.« (Hass 1979, side 108).

Det er muligt, at der gemmer sig et ønske om »perfektionering« i den aktive forholder sig til foranderligheden. Dette har Hegel fremhævet som et kendetegn ved menneskelivet – aktualiseret i den konkrete situation, som det enkelte menneske befinder sig i:

»In der Natur geschieht nichts Neues unter der Sonne, und insofern führt das vielförmige Spiel ihrer Gestaltungen eine Langeweile mit sich. Nur in den veränderungen, die auf den geistigen Boden vorge-

hen, kommt neues hervor. Diese Erscheinung am Geistigen liess in dem Menschen eine andere Bestimmung überhaupt, sehen als in den bloss natürlichen Dingen – in welchen sich immer ein und derselbe stabile Charakter kundgibt, in den alle Veränderung zurückgeht –, nämlich eine wirkliche Veränderungsfähigkeit, und zwar zum Besseren – eine Trieb der Perfektibilität.» (Hegel 1830/1973, side 71).

I denne opfattelse ligger en historie-filosofi, der opfatter historien som en udvikling, der ikke er en forlængelse af nutiden ind i fremtiden. Der sker brud, ændringer og overskridelser (Kojève 1975). Det fraværende – det, som ikke er, – er dynamikken i en social udviklingsproces.

Tillad os også dette citat:

At mennesker lever i en tidsmæssig dimension medfører, at det i den psykologiske synsvinkel er lige så vigtigt at beskæftige sig med det kommende, det fremtidige, mulighederne, som det er at beskæftige sig med det fortidige.

Psykologiens genstand er således defineret som det øjeblik, der til stadighed trækker nutiden ind i fremtiden. (Berliner 1988, side 66).

I denne proces bliver dialogen central. Man er ikke blot offer for forandringsprocesserne, men man har mulighed for at forme dem, ligesom man har mulighed for at forme den mening, der kan skabes i refleksionen over oplevelser og hændelser. Det sker gennem refleksion. Denne refleksion er – for at være bevidst – formet i sprog. Og sproget ytrer sig i en social proces, der i debriefingen består i en udveksling af fortællinger.

Historier fortælles til nogen

Historier fortælles altid til nogen. Et vigtigt kendetegn ved historier er at de indgår i en dialog. Adressaten er indbygget i historierne. De fortælles til nogle andre mennesker – og dermed er de i dialog med andre historier. Denne udsigelsesproces binder historierne til et socialt felt.

Et aspekt ved dette er, at historierne i sig selv er væsentlige, men at det også er væsentligt, hvordan bestemte historier relaterer sig til bestemte kontekster. Det er ikke samme historier, der fortælles i forskellige kontekster. Historierne er på den måde i sig selv også kontekstmarkører.

Der er en relation mellem historie og kontekst. Bruddene mellem hvad der fortælles om og hvordan det samme fortælles forskelligt i forskellige sammenhænge er centrale for begribelsen af historierne. Historier henvender sig til nogen:

*Footfalls echo in the memory
Down the passage which we did not take
Towards the door we never opened
Into the rose-garden. My words echo
Thus in your mind.*

(T.S. Eliot: »Burnt Norton«, The Four Quartets, citeret fra Waite 1995)

Inspireret af socialkonstruktionisme og teorier om narrativitet (McNamee and Gergen 1995, Bruner 1986, Schafer 1992) kan meningsfuldhed opfattes som et fænomen, der opstår i dialogen, i det sociale samspil, hvor samtalen begribes som *udsigelser*, der i sig bærer muligheden for en række åbninger mod meningsfuldhed. Mening skabes i selve dialogen.

Dette synspunkt henter inspiration i genopdagelsen af den russiske lingvist Bakhtin, der for nylig er blevet præsenteret for den psykologiske offentlighed af både Wertsch (1991) og Shazer (1994). Pointen hos Bakhtin er, at dialogen er den basale genstand eller »enhed«, der kan studeres i sproget.

»... meaning develops or takes form in the process of interacting. A message is not transmitted from one to the other but constructed between them, like an ideological bridge; it is constructed in the process of their interaction.« (de Shazer 1994, side 52).

»... Bakhtin actually used the term »bridge« as a metaphor for meaning, for making sense happen or being constructed in dialogue – between people« (de Shazer 1994, side 54).

Ordet »ideologisk« er i citatet at opfatte som den fælles synsvinkel, der kan opstå i dialogen. Shazer kritiserer Bateson (1972) for at være for upræcis i brugen af ordet »epistemologi«, der kan fortolkes som en verdensanskuelse (nærmest en teologi), en videnskabsteoretisk position, en bevidsthedstilstand og et sæt regler, man lader sig styre af. I stedet for ordet »epistemologi« foreslår Shazer at vi bruger ordet »ideologi«. Ideologi er da ikke udtryk for en falsk bevidsthed, men for de præmisser, vi begriber vores liv – og dermed også konkrete oplevelser – ud fra. Denne »ideologi« er de præmisser, vi slutter ud fra. Disse præmisser opretholdes ikke mindst ved at blive delt med en række andre personer i den gruppe, man er en del af. Præmisserne udgør fundamentet i den »bro«, der omtales i citatet. »Broen« opfatter vi som den mening, der *opstår i samspillet* og dernæst eventuelt i den enkelte:

»A social or dialogue view suggests that language and speech originate and develop through use, through social interaction and com-

munication. From this perspective, mind can be seen as a condition of language.» (de Shazer 1994, side 51).

Som en alternativ – og dermed supplerende – synsvinkel til den udbredte opfattelse af kommunikation som opbygget således:

afsender – kodning – meddelelse – afkodning – modtager

kan såvel afsender som modtager opfattes som implicit i udsigelsen og udsagnet. Igennem dialogen opbygges og skabes de to positioner (Wertsch 1991, side 72).

»Utterances are not indifferent to one another, and are not self-sufficient; they are aware of and mutually reflect one another.« (Bakhtin citeret i Wertsch 1991, side 52).

»... a voice responds in some way to the previous utterances and anticipates the responses of other, succeeding ones.« (Wertsch 1991, side 53).

Dette synspunkt er om ikke identisk med, så dog sammenligneligt med Ricoeurs beskrivelse af taleakten:

»Taleaktens sidste træk: begivenheden, valget, nydannelsen, referencen indebærer også en særlig måde at angive subjektet, der taler. En eller anden taler til en eller anden; det er det væsentlige i kommunikationshandlingen. Ved dette træk adskiller talevirksomhed sig fra systemets anonymitet; ... Talevirksomhedens subjektivitet har fra begyndelsen tiltalens intersubjektivitet.« (Ricoeur 1970, side 36-37).

I dialogen vedligeholdes og udfordres en – i fællesskab frembragt mening. Denne samskaben af mening i en oplevet virkelighed vil hænge snævert sammen med den sprogbrug, man bruger i samtalen:

»Noget, der hele tiden føres frem i sprogfilosofiske arbejder, er, at grænserne for det talte sprogs struktur, for vore genrer og for vore historier er bestemmende for vores evne til at forstå og forklare. Vores almindelige talesprog stiller det ordforråd til rådighed, som giver vores virkelighed. Der bliver åbnet op for eller lukket i for vore skæbner med de historier, som vi konstruerer for at forstå vore erfaringer.

Dette syn på talesprog og ordforråd har selvfølgelig store konsekvenser for vores arbejde indenfor psykologi, psykoterapi og socialvidenskab. Inden for disse felter har vi, ud fra tankerne om det talte

sprog, kun vore beskrivelser. Disse beskrivelser i sproget udgør vores forståelse af mennesket natur. Beskrivelserne og historierne er i stadig udvikling og forandring. Når vi drager den slutning, at disse måder at se menneskets natur på kun er et spørgsmål om, hvorledes vores historier og fortælleformer gengiver erfaring, så siger vi, at vore fiktioner er den eneste natur, som vi kender til. Det er en tanke, der kan gøre én nøgtern.

(...) Uden ord til at beskrive vor adfærd ville dette og mange andre vigtige ritualer og sociale organisationer være uden mening. Det ville være umuligt at tænke på lov, samarbejde, magt eller forelskelse uden det rette sprog til at beskrive disse handlinger. Vi kunne ikke leve, som vi gør, hvis vi ikke talte, som vi gør. Uden kærlighedens ordforråd ville det simpelt hen være umuligt at gå ind i et romantisk forhold. Uden magtens sprog ville vi ikke kunne undertrykke hinanden. Uden hadets sprog ville vi ikke kunne såre hinanden.» (H. Goolishian, citeret i Tom Andersen 1994, side 116-117).

Dette bastant konstruktivistiske synspunkt kan suppleres med det synspunkt, at sprogbrugen udvikles i dialogen. Dialogen bruger – men er ikke låst i – på forhånd givne matrixer for sprogbrug. Sproget kan i interaktionen skabe ny mening. Sproget er måske også til for legens skyld, for udvidelsen af perspektivet, for skabelse af nye muligheder (Chomsky 1974). I hvert fald kan der argumenteres for, at der er to aspekter ved sproganvendelse i kommunikativt øjemed. Ifølge Wertsch har den russiske sociolingvist Yuri Lotman fremsat en teori, hvor en tekst eller en udsigelse har to funktioner: *»to convey meanings adequately, and to generate new meanings.«* (Wertsch 1991, side 73-74).

Når udsagn – i dialogen – skaber ny mening, er sproget ikke mere et middel til en passiv overflytning af viden, synspunkter eller følelser, der var før sproghandlingen. I stedet skabes der *ny* mening.

Denne mening giver i nogle tilfælde sammenhæng imellem ellers fragmenterede tanker, følelser og handlinger – eller forebygger at en sådan fragmentering finder sted (jf. Berliner 1995a, side 148). Samskaben af en sådan mening er kernen i den psykologiske debriefing. I denne proces kan gruppen skabe en meningsfuldhed, der modvirker oplevelsen af at være uden indflydelse på egen situation.

Dette sker i selve dialogen. Der skabes mening, der ikke var der før. Udtalelserne er ikke en form for beholdere, der »bærer« mening i sig, men de er snarere skabere, »generatorer« af mening. Det er under denne synsvinkel ikke vigtigt om en meddelelse forstås rigtigt, dvs. at der af modtageren høres det samme, som senderen mente. Det væsentlige er den aktive proces, der består i at fortolke og bygge videre på det, der høres.

Muligheden for at konstruere sammenhængende, gode, spændende beretninger rummer en vigtig forebyggende effekt overfor efterreaktioner på FN-tjenesten. Vi har gjort den iagttagelse, at de, der isolerer sig og de, der har et udækket talebehov, er mere sårbare, bl.a. fordi deres historie ikke udvikler sig og ikke påvirkes i en positiv retning af gruppefortællinger. Nysgerrighed, fordomsfrihed og undren er måder, hvorved lytterne kan blive medproducenter af historierne. Refleksive spørgsmål, metaforer, metaspørgsmål og nysgerrighed er med til at forme den fælles historie.

På den måde kan gruppens deltagere støtte hinanden i at give beretningerne form. Ved vores mellemkomst og ikke mindst ved de andre gruppedeltagernes fortællinger lykkes det ofte for den enkelte at udvikle sin historie i en retning, så den bliver sammenhængende, meningsfyldt og konstruktiv.

Når deltagerne og vi lytter til beretningerne, kan vi identificere os med forskellige dele af dem. I den proces kan vi – gennem at lytte og deltage – opleve håb, mening og fællesskab, og via dette kan deltagerne og vi forme og bearbejde egne historier.

Det bemærkes, at bearbejdningsprocessen i debriefingen ikke kun er indsigtsorienteret. Det drejer sig også om at opbygge støtte til gruppen og den enkelte. Støtten ses fortrinsvis som en gruppefunktion – social support –, dels i selve debriefingsgruppen, dels i det sociale netværk omkring den enkelte (familien, kollegerne, m.v. – se evt. også Berliner 1995b, side 120-126).

Der kan godt opstå en følelse af sammenhæng og forståelighed mht. oplevelser i FN-tjenesten, uden at hver enkelt absolut skal verbalisere netop sine oplevelser. Debriefing er en gruppe-proces, ikke en »talking cure«. Det er ikke under alle omstændigheder helende at åbne for alle følelser og erindringer (Berliner 1993, side 192).

Debriefing er en styret proces, hvor relationen til fælles erfaringer hele tiden indgår som klangbund. Det betyder, at en mening godt kan opstå i gruppen – uden at alle behøver verbalt at deltage. At lytte og dermed støtte er også en vigtig funktion i en gruppeproces.

Refleksivitet

Refleksion er en måde at kunne forholde sig aktivt formende overfor sin situation, i stedet for at være uden kontrol og indflydelse i en isoleret, marginaliseret position.

At fortælle sin historie giver grundlag for at kunne forholde sig til de oplevelser, man har haft – og til den måde, man fortæller om dem på. Det er i vores perspektiv ikke særligt interessant om det er oplevelserne, der skaber historierne, eller om det omvendt er historierne der (gen)skaber oplevelserne. Det væsentlige er, at historierne tematiserer et bestemt ind-

hold. Det er nogle bestemte temaer, der dukker op i beretningerne om oplevelserne i en krigszone.

Her vil vi fremdrage det aspekt, at historierne både søger at finde mening i helt grundlæggende reaktioner i mødet med død, lemlæstelse, krig, meningsløshed og eventuel egen angst, magtesløshed og desillusionering – og samtidigt drejer sig om grundlæggende, fælles dilemmaer for personale i fredsbevarende opgaver i et krigsområde.

*»In peace-keeping operations the police-officer has to live with **dilemmas**, which must be balanced:*

<i>Neutrality</i>	—	<i>involvement.</i>
<i>To provide humanitarian aid</i>	—	<i>to monitor the militia.</i>
<i>To judge or condemn</i>	—	<i>to maintain contact with all parts</i>
<i>To be secure</i>	—	<i>to protect people in danger</i>
<i>To keep a distance</i>	—	<i>to use human contact in mediation</i>
<i>To be efficient as a person</i>	—	<i>to be part of a bureaucracy</i>
<i>To help others</i>	—	<i>to help oneself«</i>

(Sand og Berliner 1996b)

De historier, der fortælles, tematiserer disse dilemmaer. Dilemmaer er, i vores definition, kendetegnet ved ikke at kunne løses én gang for alle. Man kan søge at balancere de to sider i dilemmaet, ligesom man kan forsøge at flytte synsvinklen ud af de dualismer, der udgør det enkelte dilemma. I stedet kan man se på processen – at siderne hænger sammen i et tidsmæssigt forløb, hvor de fremhæves på forskellige tidspunkter. Man kan også se det enkelte dilemma som del af et større system eller mønster – således at fx at beskytte sig selv (blive ved med at være stærk nok til at kunne hjælpe andre) og at være en del af et bureaukrati kunne hænge sammen som en del af ét sådant mønster.

Kendetegnet ved dilemmaer er at man kan forholde sig til dem – ved i dialogen at nævne dem og opleve at de er fælles, om end løsningerne overfor dem varierer fra person til person, alt efter situation og muligheder (Se Argyris 1990, side 303–304 og 312).

Debriefingen giver mulighed for i fællesskab at forholde sig til dilemmaerne – og til at de ikke kan løses én gang for alle af den enkelte FN-politimand (m/k).

Afslutning

I denne artikel har vi beskrevet baggrunden for psykologisk debriefing. Vi har ligeledes skitseret ideen i og rammerne omkring en sådan debriefing. Vi pegede på tre temaer, der er centrale for, hvorledes FN-politmanden reagerer på de oplevelser, han har haft i forbindelse med tjenesten i et konfliktområde. Det drejede sig om en følelse af at miste kontrol (over såvel ydre som indre omstændigheder), at føle sig ude af stand til at påvirke sin situation, og at opleve sig som værende alene, isoleret med sin oplevelse. Disse oplevelser er ikke dominerende i helhedsindtrykket af og hos de danske FN-politifolk, men ved egentlige efterreaktioner optræder de tre temaer altid i en vis udstrækning. De ligger som mulighed for alle, der involverer sig i fredsbevarende FN-opgaver i et konfliktområde. Derfor er det de efterreaktioner, debriefingen er forebyggende overfor.

I forbindelse med debriefingen nævnte vi tre teoretiske positioner, der er basale i arbejdet med netop at forebygge de tre efterreaktions-temaer. De teoretiske positioner er pointeringen af, at livet er kontinuerlig ændring, at mening opstår i dialog og at de grundlæggende, arbejdsrelaterede dilemmaer kun kan bearbejdes gennem fortsat refleksivitet.

LITTERATUR

- ANDERSEN, TOM (1994): *Reflekterende processer. Samtaler og samtaler om samtalerne*. København; Dansk psykologisk Forlag.
- ANDERSON, H. & GOOLISHIAN, H.A. (1992): *Från påverkan till medverkan*. Stockholm; Marelid.
- ARGYRIS, C., PUTNAM, R., & MCLAIN SMITH, D. (1990): *Action Science*. San Francisco; Jossey-Bass Publishers.
- BATESON, G. (1972): *Steps to an Ecology of Mind*. New York; Ballantine Books.
- BERLINER, P. (1995a): Psykoterapi og interkulturel kommunikation. I Jensen & Løngreen (red.): *Kultur og kommunikation*. København; Samfundslitteratur.
- BERLINER, P. (1995b): *Vold og trusler på arbejdet*. København; G.E.C. Gad.
- BERLINER, P. (1988): Mulighederne for udviklingen af en fungibel tværkulturel psykologi. *Psyke og Logos*. nr. 1, side 60–91.
- BERLINER, P. (1993): Angst og masse. I *Psyke og Logos*. nr. 1, side 181–194.
- BLIXEN, K. (1963): The Monkey. In: *Seven Gothic Tales*. London; Penguin Books.
- BRUNER, J. (1986): *Actual Minds, Possible Worlds*. Harvard University Press.
- BRØNDUMS ENCYKLOPÆDI (uå). København; Brøndum & Aschehoug.
- CHOMSKY, N. (1974): *Sprog og bevidsthed*. København; Gyldendal.
- EFRAN, J.S. & CLARFIELD, L.E. (1995): Constructionist Therapy: Sense and Nonsense. I McNamee & Gergen (eds.): *Therapy as Social Construction*. London; Sage.
- HASS, J. (1979): Friedrich Nietzsche. I J. Bukdahl mfl. (red.): *Filosofien efter Hegel*. København; Gyldendal.
- HEGEL, G.W.F. (1830/1973): *Vorlesungen über die Philosophie der Geschichte*. Frankfurt aM; Suhrkamp.
- KIRK, G.S. & RAVEN, J.E. (1977): *The Presocratic Philosophers*. Cambridge University Press.

- KOJEVE, A. (1975): *Hegel*. Frankfurt aM: Suhrkamp.
- LAZARUS, R.S. & FOLKMAN, S. (1984): *Stress, Appraisal and Coping*. New York; Springer Publishing Company.
- McNAMEE, S. & GERGEN, K.J. (eds.)(1995): *Therapy as Social Construction*. London; Sage.
- PENN, P. (1985): Feed-forward: Future questions, future maps. *Family Process*, 24, 299–311.
- RICOEUR, P. (1970): *Sprogfilosofi*. København: Vinten.
- SAND, L. & BERLINER, P. (1996a): At vide sammen med – frem for at vide om. *Psykolog Nyt*. nr. 4., side 6–8.
- SAND, L. & BERLINER, P. (1996b): UN police service and post traumatic symptoms. Paper presented at The 2nd European Conference on Traumatic Stress In Emergency Services, Peacekeeping Operations & Humanitarian Aid Organisations. Sheffield, England. Marts 1996.
- SHAFER, R. (1992): *Retelling a Life*. New York; Basic Books.
- SHAZER, S. de (1994): *Words were originally Magic*. New York; W.W.Norton & Company.
- TOMM, K. (1987): Interventive interviewing: Part II. Reflexive Questioning as a means to enable self-healing. *Family Process*. nr. 26, side 167–183.
- WAITE, T. (1995): *Footfalls in Memory*. London; Hodder & Stoughton.
- WERTSCH, J. (1991): *Voices of the Mind*. Harvard University Press.