

DE TIBETANSKE KRIGERE

Camilla Bruun & Louise Vinther-Larsen

Tibet har været besat af Kina siden 1949, og siden da er tibetanernes menneskerettigheder kontinuerligt blevet alvorligt krænkede med alvorlige følger for Tibets folk og kultur. En af konsekvenserne er, at mange tibetanere er flygtet til et liv i eksil. I denne artikel præsenterer vi resultater fra vores kvalitative undersøgelse af tibetanske torturoverlevende (Bruun & Vinther-Larsen, 2007). Vi vil vise, hvordan vores informanter synes at excellere i at bevare integritet, anstændighed og styrke under ekstreme omstændigheder som tortur. Vi vil præsentere syv coping-faktorer, som vores informanternes copingstrategier synes at være centreret omkring. Disse faktorer er: kontrol, ansvar, værdier, mening, aktiviteter, socialitet og transcendens. Faktorerne anskueliggøres gennem citater fra vores interviews, og vi vil argumentere for, at disse faktorer synes at beskytte mod offergørelse. Vi knytter vores resultater til en teoretisk diskussion af offergørelse og de syv coping-faktorer. Desuden peger vi på nogle af de vanskeligheder, som vores informanter har, og vi diskuterer perspektiver på intervention.

I den landsby jeg kommer fra, er det mest almindelige erhverv landbrug. Kun få går i skole, fordi det er meget dyrt. Det vigtigste for mig er frihed, og alle vi tibetanere, vi elsker at bede, men i Tibet må vi ikke bede. Det værste er, at vi ikke må have et billede af Hans Hellighed. Kineserne siger, at de giver tibetanerne religionsfrihed, men i virkeligheden er der overhovedet ingen religionsfrihed.

Siden min barndom har jeg altid ønsket at blive nonne, fordi nonner ser så fredfyldte og lykkelige ud. Og jeg følte ikke, at der var mening i alt det der familie-halløj og alle de sædvanlige ting, som folk gør. Så da jeg var sytten, blev jeg nonne, og jeg var i et kloster i fire år. Jeg og syv andre nonner tog af sted for at demonstrere, og til denne demonstration blev vi arresterede og kom i fængsel. Vi blev slået, og alle de elektriske

Camilla Bruun er cand. psych. fra Københavns Universitet. Hun er ansat som klinisk psykolog i OASIS, et tværfagligt behandlingscenter for flygtninge, og arbejder derudover som frivillig rådgiver på »Livslinien«.

Louise Vinther-Larsen er cand. psych. fra Københavns Universitet. Hun arbejder som moderator med kvalitative analyser i The Nielsen Company, og har tidligere været ansat som personundersøger i kriminalforsorgen og som frivillig rådgiver på »Livslinien«.

chok var alt sammen noget almindeligt, noget som alle politiske fanger blev udsat for. Jeg tilbragte seks år af mit liv i fængsel.

I fængslet fik vi udleveret kinesiske aviser og bøger om den kinesiske regering. Nogle gange viste de os deres egne videoer om kinesere, og så spurgte de om vores mening om dem. Og hvis du sagde din mening, var du sikker på at blive slået, for de ville kun høre noget godt om dem selv. Siden vi ikke sagde det, blev vi slået hele tiden. Og det er ikke almindelige slag, det er med elektriske stave. Og i fængslet er der et rum, som man bliver puttet ind i, hvis man siger noget andet end det, de vil høre, så putter de dig ind i et lille mørkt rum. Så jeg måtte sidde i det lille mørke rum i seks måneder.

Jo flere slag, og jo mere de torturerede os, jo mere vred blev jeg. Trangen til at protestere mod dem blev større. De kunne også udspørge mig på en fredelig måde, men de tæskede mig bare, så det gjorde mig mere vred og stærkere. Selv om både den person, der slog mig, og jeg selv var mennesker, så betragtede vedkommende mig ikke som et menneske, de så mig, som om jeg var et dyr. De gav dig ikke status som et medmenneske.

Jeg havde altid den tanke i mit sind, at en dag vil de helt sikkert slå mig ihjel, og jeg følte at selv, hvis jeg blev slået ihjel, så ville min død være gavnlig for den tibetanske sag, min død ville være til nytte. Sådan følte jeg det altid, så jeg blev stærkere, jo mere de slog mig. Hver gang de slog mig, var det med en elektrisk stav. Der var fire slags elektriske stave, en elektrisk stav var ligesom en pen. Så når de torturerede mig, var den alle steder, i min mund, på mit hoved, på mine fødder, på mine bryster, over det hele. Jeg besvimed nogle gange på grund af alle de elektriske chok, så smed de det vand, de drak, på mit ansigt, så jeg vågnede igen. De prøvede også at få mig til at synge kinesiske sange. Alle sangteksterne sagde dårlige ting om Hans Hellighed og gode ting om den kinesiske regering. Og de sagde, hvis du synger den kinesiske sang, vil vi løslade dig fra fængslet, og hvis du ikke synger den sang, bliver din tid i fængslet måske forlænget. De kom med alle mulige trusler. Og det var ikke kun én person, der slog mig, det var fem eller seks personer, der slog én person. Så gennem hele fængselstiden tænkte jeg på døden, døden var sikker, jeg kommer til at dø i fængslet. Men jeg var i stand til at komme ud af fængslet, så jeg føler, at en Gud hjælper mig. Hans Hellighed og den almægtige hjælper mig og er der altid sammen med mig.

Min familie sagde, at jeg ikke skulle tage til Indien, fordi jeg kunne blive slået ihjel på grænsen. Men til sidst besluttede jeg at tage til Indien og rejste. Rejsen tog mig omkring ti dage.

I mine drømme ser jeg det, jeg har været igennem, og næste morgen, når jeg vågner, taler jeg med min ven, men det meste af min smerte må jeg beholde indeni, sådan føler jeg det. Men vi skal altid prøve at gøre

noget mere for den tibetanske sag. Lige nu, er alle vi fire her, og vi taler om alle disse ting. Forestil jer situationen i Tibet, der kan vi ikke tale om disse ting, men herovre kan vi tale frit, udtrykke vores synspunkter og det hele. I Tibet har vi ikke friheden til at gøre dette, så jeg siger til mine venner og andre mennesker, at de altid skal udtrykke sig.

Jeg vil gerne takke jer to, fordi selvom I er udlændinge, interesserer I jer så meget for vores tibetanske sag. Og det jeg har sagt til jer, vær sød at fortælle det til så mange mennesker som I kan.¹

(VIDNESBYRD, DHARAMSALA 2006)

Interessen for den tibetanske befolkningsgruppe opstod, da vi læste en undersøgelse om tibetanske torturoverlevende, af de danske forskere Stephen Mathiasen og Stella Lützer. Undersøgelsen pegede på, at tibetanerne havde en særlig form for resiliens, som forfatterne har kaldt »ukuelighed« (Mathiasen et al. 1992). Vi ville gerne undersøge dette fænomen nærmere i forhold til, om tibetanerne virkelig kan noget særligt, og om vi kunne lære noget af deres håndtering af torturoplevelsen. Der eksisterer en del kvantitative undersøgelser af tibetanske torturoverlevende, der primært fokuserer på posttraumatisk belastningsreaktion (PTSD), og her tegner sig ikke noget entydigt billede af tibetanerne i forhold til hverken symptomatologi eller resiliens (Mills et al., 2005, Holts et al., 1998, Terheggen et al. 2001, Crescenzi et al., 2002). Derudover er der kun enkelte kvalitative undersøgelser, der giver et indblik i tibetanernes måde at håndtere torturoplevelsen på, set i konteksten af deres livsverden, hvorfor vi ønskede at udbygge denne viden. Vi rejste til Dharamsala i november/december 2006 og opholdt os der i 1 ½ måned, hvor vi udførte 11 kvalitative interviews med torturoverlevende, der alle havde været munke og nonner, før de flygtede til et liv i eksil. I eksilsamfundet har nogle af vores informanter beholdt denne position, mens andre har et liv som lægmænd.

1. Syv coping-faktorer

I vores undersøgelse af Tibetanere i eksil har vi søgt en kvalitativ indsigt i det at overleve tortur. Vores mål har været at få indsigt i torturoverlevenes perspektiver og meningsunivers og at lære af deres måde at håndtere deres oplevelser på. Denne indsigt er bl.a. tilvejebragt via en tematisk analyse,

1 Vidnesbyrddet samt citaterne i artiklen er oversat fra engelsk til dansk, og er omskrevet fra tolkens 3.-persons-gengivelse til 1. person. Vi pointerer ved hjælp af 1.-persons-gengivelser, at dette er vores informanters personlige budskaber til os og til læseren, hvilket fremhæver deres personlige »stemme«.

hvor vi har diskuteret og fortolket essentielle temaer. Vores resultater peger på, at interviewpersonerne excellerer i at bibeholde integritet, menneskelig værdighed og styrke under ekstreme omstændigheder, som tortur (Bruun & Vinther-Larsen, 2007).

I nærværende artikel vil vi forklare dette fænomen gennem en præsentation af de syv faktorer, som vi fandt, at informanternes copingstrategier i høj grad centrerede sig omkring. Faktorerne er udledt fra informanternes beskrivelser af deres oplevelser, tanker, buddhistiske trossystem, følelser og handlinger og sociale interaktioner.

Faktorerne er:

- Kontrol
- Ansvar
- Værdier
- Aktivitet
- Mening
- Socialitet
- Transcendens

Inspireret af bl.a. Mathiasen og Lützers undersøgelse (Mathiasen et al., 1992) har vi valgt at forstå disse faktorer i relation til begrebet »offergørelse«. Dette begreb tilbyder et perspektiv til at forstå informanternes forholdemåde. Begrebet tjener som en samlende og uddybende forklaring på, hvorledes samtlige faktorer bidrager til styrken i informanternes coping.

Det at være offer synes at indebære en oplevelse af, at man er hjælpeløs, svag og er blevet skadet eller ødelagt. Offergørelsen synes desuden også at kunne indebære en oplevelse af, at man er udleveret til meningsløse omstændigheder. Når offergørelse giver oplevelsen af at være udleveret og hjælpeløs, må det være nærliggende at forholde sig passivt og opgivende.

Det er bemærkelsesværdigt, at vi hos vores informanter ser en forholdemåde, som er diametralt modsat af ofrets forholdemåde. Nedenstående præsenteres udvalgte citater fra vores interviews, der illustrerer de udledte coping-faktorer. Og vi argumenterer for, på hvilken måde hver af faktorerne kan ses som bidragende til fraværet af offergørelse hos vores informanter. Vi ser dog også problemområder i forhold til nogle af faktorerne, hvilke vi også vil diskutere.

1.1. Kontrol

»En virkelig interessant kvalitet ved det menneskelige sind er, at når sindet er klart, kan man klare mange ting. Når mennesker har en grund til at overleve, når de forventer gode ting, er de selv i meget vanskelige situationer i stand til at overleve og tolerere problemer og vanskelig-

heder. Fysisk tortur er ikke under din egen kontrol, fordi den kommer fra fjenden, men dit eget sind, kan ingen bryde ind i. Det tilhører dig. Så når vi bruger den indsigt, kan vi gøre større ting, mere gavnlige ting. Så med det håb, er folk i mange tilfælde i stand til at overleve» (informant).

Ovenstående fortæller en informant, at der altid er mulighed for at kontrollere sindet, en kontrol, der ikke kan tages fra en. Selvom man ikke har kontrol over den fysiske tortur, der kommer fra fjenden, har man kontrol over sit eget sind. Vores informanter taler generelt om kontrol af sindet som et vigtigt element i den tibetanske buddhisme.

I og med at informanterne mener, at de via sindet har mulighed for selv at gøre noget, bevares oplevelsen af kontrol og handlekraft. Konstellationen »offer« synes ikke at figurere i den buddhistiske diskurs, da man ikke kan blive offer for ydre omstændigheder. Det er ikke de ydre omstændigheder, der tillægges værdi, men tolkningen af disse omstændigheder.

»Det er det, som Buddhismen drejer sig om. At korrigere det indre, korrigere sindet. Buddhismen centrerer sig om at modificere eller korrigere sindet snarere end at skabe ændringer i de ydre omgivelser og omstændigheder« (informant).

Hvis man altid er fri til at tolke, og denne evne aldrig kan tages fra en, er man aldrig hjælpeløst udleveret til ydre omstændigheder. I forhold til princippet om karma, som ligeledes er en del af det buddhistiske trossystem, skaber individet konstant sit eget liv og har altså altid en form for kontrol over dette.

»Ligegyldigt hvor meget smerte du har været igennem, kan du hjælpe dig selv, du kan sige, at det er på grund af karma, på grund af tidligere handlinger, på grund af et tidligere liv. Dette er resultatet. Dalai Lama har fremhævet denne pointe. Tibetanerne har gået igennem en kritisk situation, primært fordi vi har gjort nogle forkerte ting i et tidligere liv, og dette er resultatet. Så nu er fremtiden i vores hænder« (informant).

Karmatanken indebærer, at fremtiden er i ens egne hænder, som informanten ovenfor siger. Dette indebærer et menneskesyn, hvor individet ikke er passivt og hjælpeløst, men konstant er agent for sit eget liv. Også i informanternes forhold til døden, opleves muligheden for kontrol, idet buddhismen foreskriver hensigtsmæssige handlinger og forholdemåder i dødsøjeblikket. Desuden har informanterne forberedt sig på døden og accepteret at dø i fængslet, hvilket ligeledes indebærer, at de ikke er udleveret til deres skæbne, men selv har valgt den og således har kontrol. Når udsigten til døden ikke paralyserer informanterne, kan kineserne ikke bruge dette

kraftfulde repressionsmiddel til at nedbryde dem, og informanterne bevarer dermed noget af kontrollen, hvilket nedenstående citat illustrerer:

»Jeg blev ved med at demonstrere igen og igen, og selvom jeg blev tortureret, blev min kampgejst stærkere og gik aldrig ned. Også de andre politiske fangers kampgejst, gik aldrig ned, men blev stærkere og stærkere. Måske var det fordi vi, lige fra begyndelsen, fra det øjeblik vi kom i fængsel, allerede havde besluttet, at vi ville gå i fængsel og dø for nationen. Så måske var det pga. denne beslutning, som vi i forvejen havde taget. Jeg havde det også sådan, at; nu er jeg allerede i fængsel, så hvad mere kan kineserne gøre mod mig, jeg er allerede i fængsel, så jeg bør prøve at gøre noget mere for min nation nu. For der er ikke mere, som kineserne kan gøre, andet end at sætte mig i fængsel og torturere mig. Så jeg følte, at jeg kunne gøre noget mere, så min kampgejst blev ved med at blive stærkere og stærkere og blev aldrig svækket« (informant).

1.2 Ansvar

»Selv hvis lægmændene gerne ville demonstrere, så har de jo deres børn at tænke på, de har børn at tage sig af. Men jeg, jeg er nonne, så derfor har jeg ikke børn at tænke på, og derfor kunne jeg gå til demonstrationerne, så det var mit ansvar« (informant).

Vi ser, hvordan informanterne tager ansvaret for kampen for Tibet på sig, bl.a. i kraft af deres position som nonne/munk, hvor de ikke har familie og børn at tage sig af. Desuden ser vi, fx i citatet nedenfor, at det at blive munk/nonne betyder, at man forpligter sig til at hjælpe alle levende væsener, hvilket er et stort ansvar.

»Vi har en talemåde, der siger, at hvis du kan dedikere hele dit liv til religionen, så kan du hjælpe ikke blot dig selv, men alle levende væsener, dyr og mennesker, så hvis du kan dedikere din tid, så vil du være i stand til at hjælpe alle« (informant).

Karmatanken indebærer, at man selv er ansvarlig, for den lidelse man oplever, hvor informanterne forsøger ikke at give bødlerne ansvaret, men selv tager det på sig. Her undgår informanterne offergørelse, idet den lidelse, de oplever, ikke ses som uretfærdig og meningsløs, men har en årsag og et formål. Offergørelse undgås også ved, at det traditionelle offer-bøddel-forhold vendes om. De, som udsættes for overgrebene, ses ikke som de virkelige ofre. I stedet er bødlerne de virkelige ofre, da det er dem, der skaber negativ karma for dem selv.

»En person, som virkelig er i stand til at tænke korrekt, vil tænke, at torturbøddlen ikke virkelig har kontrol over sig selv, fordi han er kontrolleret af sine negative emotioner, af sine destruktive emotioner, og af andre faktorer, alle mulige andre faktorer, så den person skaber forfærdelig dårlig karma ved at handle således og skaber årsagen til fremtidig lidelse, og han har ikke kontrol over det. Så derfor er den person, der udsættes for torturen, faktisk i stand til at føle medfølelse med torturbøddlen« (informant).

At være offer synes at kunne indebære at opleve ens egne lidelser som uretfærdige og meningsløse, men i og med at informanterne er forberedt på disse lidelser og har accepteret at lide for et frit Tibet, tager de selv ansvaret for denne lidelse på sig.

Informanterne tager også ansvar for deres eget liv i eksil, hvor de er aktive i forhold til at skabe sig det liv, de ønsker. Evnen til at tage ansvar synes at give magt til informanterne og modvirke hjælpeløshed og passivitet.

1.3. Værdier

»Kineserne prøvede at få os til at råbe det her slogan på kinesisk, men hvis man råbte det slogan, så ville det være det samme som at overgive sig til kineserne, så derfor nægtede vi at råbe det slogan. Vi sagde til kineserne, at vi ville gøre alt andet, arbejde, hvad som helst, et hvilket som helst arbejde de satte os til, men vi vil aldrig råbe det slogan, siden det ville være at sige, at vi havde gjort noget forkert, hvilket vi ikke har. Lige fra begyndelsen, har vi ikke gjort noget forkert, vi har demonstreret og råbt for vores eget land, og så blev vi arresteret. Så vi sagde til kineserne, at siden vi ikke har begået nogen fejl, vil vi ikke råbe det slogan. Så vi blev tortureret meget, fordi vi nægtede at råbe det slogan. Kineserne prøvede at tvinge os til at råbe et slogan, der sagde, at vi ville ændre vores tankegang, vores måde at tænke på« (informant).

Torturbøddlerne forsøger at nedbryde informanternes værdier ved at forsøge at tvinge dem til at erkende sig skyldige i en forbrydelse, sige nedgørende ting om Dalai Lama m.m. Her demonstrerer informanterne, at de ikke passivt er udleveret til bøddlernes vilje, men at de kan modstå denne.

Informanterne formår vedholdende at tro på, at de ikke har gjort noget forkert, eller fortjener at blive behandlet på den umenneskelige måde af kineserne. Det virker, som om informanterne er i besiddelse af nogle nærmest ukrænkelige værdier. En af disse værdier ser ud til at være »kampen for Tibet«, som er bærende for informanternes beslutning om at demonstrere med livet som indsats og blive ved med at kæmpe i fængslet. Ingen af in-

formanterne synes at tvivle på, om denne kamp for et frit Tibet er realistisk eller ønskværdig. Eftersom denne værdi står over alt andet, over deres eget personlige liv og over de uhyrlige torturmetoder, de udsættes for, undgås grundlæggende meningsstab, selv når informanterne stilles over for den meningsløse vold og nedbrydning af liv i fængslet. Skønt buddhistiske værdier generelt synes at spille en betydningsfuld rolle hos informanterne, synes især værdien »Dalai Lama« at være motiverende for informanterne:

»Når kineserne sagde alle de dårlige ting om Dalai Lama, gjorde det mig mere modig, og forstærkede min kampgejst. Der blev holdt møder i fængslerne, hvor kineserne nedgjorde Dalai Lama. Efter møderne, når vi kom tilbage i vores celler, talte vi om det, og om hvor dårligt vi havde det, fordi vi havde hørt så meget dårligt om Dalai Lama, så jeg sagde: »Næste gang der er sådan et møde, og hvis den person igen siger alle disse dårlige ting om Dalai lama, så vil jeg i hvert fald stille mig op og råbe slogans som; Fri Tibet og længe leve Hans Hellighed....alle disse ting. Så det hjalp os og forstærkede vores kampgejst og gjorde os mere modige« (informant).

Informanterne går under fængslingen ikke på kompromis med nævnte værdier og kan derfor fastholde meningen med, at de kæmper for og giver deres liv til et frit Tibet. Det synes som om, at det at have nogle meget stærke værdier, der kan fastholdes, beskytter informanterne og medvirker til, at de kan bevare deres menneskelige værdighed. Det er begrænset, i hvilket omfang bødlerne kan skade og offergøre informanterne, i og med de ikke kan få informanterne til at forråde deres grundlæggende værdier. Værdier som »kampen for Tibet«, og »Dalai Lama«, synes informanterne aldrig at tvivle på. Desuden forsvarer informanterne aktivt værdierne og kæmper for disse. Aktiv fastholdelse af værdigrundlag synes at modvirke, at informanterne mister sig selv og efterlades uden holdepunkter.

1.4. Aktivitet

»Jeg havde det virkelig godt, fordi der var så mange mennesker, der var samlet for at demonstrere, og også fordi jeg nu er i Indien og har mere frihed til at råbe slogans og gøre, hvad jeg vil. Fordi der var så mange mennesker samlet og alle havde friheden til at demonstrere, følte jeg virkelig, at der ville komme en forandring nu på grund af denne demonstration. Jeg selv og to andre piger sang to fængsels-sange. Normalt er jeg meget genert, men måske fordi jeg blev inspireret af at se så mange mennesker, og fordi jeg tænkte på, at jeg nu gjorde noget for nationen, følte jeg mig overhovedet ikke genert. I fængslet,

fik vi, selvom vi komponerede fængselsange, aldrig muligheden for at synge dem foran nogen, vi kunne kun synge sangene for os selv i vores hjertes, men nu fik vi chancen. Efter jeg havde sunget sangen, fik jeg at vide, at mange af menneskene i forsamlingen havde grædt, fordi de vidste, at vi virkelig havde været igennem denne virkelige tortur, at vi havde oplevet det hele. Så jeg var glad for, at jeg havde været i stand til at inspirere de mennesker, som græd. Jeg følte mig meget inspireret, fordi jeg havde kunnet bringe noget ind i folks hjertes, der fik dem til at græde. Jeg tænkte også på den gang i fængslet, hvem ville dengang have troet, at jeg en dag ville få chancen for at synge foran 3000 mennesker. Dengang var omstændighederne så dårlige, så hvem ville have troet, at jeg en dag ville synge foran så mange mennesker. Så mange mennesker var mødt op, folk fra pressen, journalister, indere, udlændinge, alle var der, så jeg tænkte at nu,...i det mindste prøvede jeg nu at gøre noget for nationen. Protesten var noget, som virkelig bevægede verden. Den blev meget udbredt. Det kom i nyhederne på BBC og på indiske nyhedskanaler, så denne gang blev verden virkelig bevæget en smule» (informant).

Vi ser, at måden informanterne bevarer deres værdier på, er ved aktivt at kæmpe for disse. Værdiernes bevarelse er knyttet til aktivitet, både under fængslingen og i eksilsamfundet. På denne måde modvirker aktivitet of-færgørelse. Når der er mulighed for deltagelse i aktiviteter i eksilsamfundet, der er i overensstemmelse med informanternes værdier, og hvor de har mulighed for samvær med andre, synes dette at indebære oplevelsen af mening og glæde. Især ved aktiviteter, hvor informanterne oplever at spille en central rolle i at skabe forandringer, opleves begejstring. Når meningsfulde aktiviteter i eksilsamfundet er svært tilgængelige, synes konsekvensen at være frustration.

»Jeg føler, at jeg spilder tiden herovre, jeg ville ønske, at der var flere demonstrationer og mere protest, så jeg kunne deltage i det, så selvom jeg studerer, føler jeg, at jeg spilder min tid. Bare der var flere protester og demonstrationer, så jeg kunne deltage i det og føle at jeg havde gjort noget. Det vigtigste, jeg gør herovre, er at øve mig på engelsk, så jeg kan blive bedre til engelsk, og så jeg en dag kan fortælle min historie uden en tolk» (informant).

Skønt rammerne for udfoldelse af meningsfuld aktivitet i eksil ikke er optimale for alle informanterne, søger alle informanterne generelt aktivitet. Ingen af informanterne lader passivt stå til. Gennem aktivitet skaber informanterne deres liv, hvilket står i modsætning til ofrets oplevelse af passivt at være udleveret til omstændighederne.

»I dag er jeg meget lykkelig, fordi nu har jeg skrevet en bog. Alt hvad jeg gør, er succesfuldt, virkelig. Jeg har lavet en cd og har udgivet bøger. Jeg holder taler og foredrag, og det er en succes. I mit liv her, er der ingen problemer, det gør mig meget glad. Når jeg tænker på Tibet, føler jeg mig nogle gange lidt ked af det indeni, men nu må jeg fortsætte. Jeg ved ikke, hvordan mit liv vil blive i fremtiden, men jeg vil aldrig stoppe denne kamp for et frit Tibet« (informant).

1.5. Mening

»Jeg lærte så mange nye ting om den tibetanske sag i fængslet, og jeg så så mange nye ting, fik så meget ny viden, i fængslet. Hvis jeg var blevet sammen med min familie, ville jeg kun have været involveret i det daglige hushold og udføre små huslige gøremål, jeg ville ikke have fået så meget viden. Så det er derfor, at det at komme i fængsel, er det bedste, der er sket i mit liv. Og da jeg kom ud af fængslet, havde jeg lært at respektere den frihed, jeg fik, for hvis jeg ikke havde været i fængsel, ville jeg ikke have lært at respektere den frihed, jeg nu har« (informant).

Fastholdelsen af værdier synes desuden at være sammenhængende med evnen til at skabe mening i oplevelser, da mening skabes på baggrund af værdier. Ud over værdierne »Dalai Lama« og »Kampen for Tibet« så vi, at informanterne, gennem de buddhistiske tænkemåder, synes i stand til at bevare og skabe mening. En vigtig pointe er, at de værdier, der gennemsyrrer meningsskabelsen, netop fokuserer på ikke at lade sig offergøre. Desuden fastholder værdierne sociale kompetencer som fx medfølelse og det at tænke på andre. At informanterne oplever de lidelser, de har gennemgået, som meningsfulde og værdifulde, er også i modsætning til offerrollen, hvor det at føle sig som offer synes at indebære en oplevelse af meningsløshed. Evnen til at skabe mening er udtalt hos informanterne og synes også at være et vigtigt aspekt i deres håndtering af torturoplevelsen. Dog ser vi følelsesmæssige symptomer hos vores informanter i form af især anspændthed, afmagt og bekymringer om andre. I forhold til disse problemer synes nogle af informanterne at udtrykke, at de ikke har tilstrækkelige midler til rådighed for at afhjælpe denne. En hypotese er, at den meningsskabelse, der har baggrund i buddhistiske værdier, som informanterne er dygtige til, primært fungerer på et kognitivt plan, og ikke i fuld udstrækning har effekt i forhold til mere følelsesmæssige symptomer.

1.6. Socialitet

»I den tibetanske religion mener vi, at man ikke bare skal tænke på sig selv, man skal tænke på alle levende væsener, og det hjalp mig meget. Hvis du beder, og du beder om, at dine bønner må gælde for alle levende væsener, så selvom du ikke beder om, at du selv må blive velsignet, så vil velsignelsen naturligt komme til dig. Når du beder for alle levende væsener, vil velsignelsen naturligt komme til dig. Hvis du hele dagen kun beder for dig selv, så vil du, når du går i seng om aftenen, overhovedet ikke føle dig lykkelig. Men hvis du hele dagen beder for alle levende væsener, så vil du kunne ligge dig til at sove med et lykkeligt og fredfyldt hjerte, og du vil være meget tilfreds indeni, fordi du kan tænke, at du har gjort noget i dag, ikke kun for dig selv, men for hvert levende væsen« (informant).

Vi ser socialitetens betydning i forhold til, hvor vigtigt det er at være en del af et fællesskab i eksil. De informanter, som ikke er så integrerede i fællesskaber, lider under dette. Hvis det antages, at socialitet generelt er vigtigt, for at mennesket kan fungere, kan vi dog også forklare noget af informanternes styrke med, at de i deres værdisystem har en stærk socialitetsfølelse. Denne kommer til udtryk i en form for transcendens, hvor informanterne i deres interessefelt overskrider interessen for selvet, og fokuserer på andres lykke. Hermed synes egen lidelse at blive lettere at bære, og en internaliseret socialitet bevares, selv når informanterne bliver isolationsfængslet. Bevarelsen af socialiteten kommer desuden til udtryk i informanternes forhold til Dalai Lama, hvor de under fængslingen og i eksil har bevaret tilliden til det gode i mennesket på trods af kinesernes overgreb og degradering. Dalai Lama repræsenterer det gode menneskelige potentiale, og tilliden til ham bevares. Skaden, som kineserne volder på informanternes socialitet, er altså begrænset. Vi ser hos alle vores informanter, at mødet med Dalai Lama i eksilsamfundet repræsenterer en stærkt helende oplevelse for dem.

»I det øjeblik jeg så ham, følte jeg, at min drøm var gået i opfyldelse. Mine drømme blev virkelige, og det i øjeblik følte jeg, at ethvert håb og enhver drøm i mit liv var gået i opfyldelse, der var ikke mere, jeg kunne ønske i dette liv, end det. Mødet med Hans Hellighed og det han sagde, mens jeg stod ansigt til ansigt med ham, det var det som heled mig inden i. Smerten inden i mig blev helet« (informant).

»Jeg kunne ikke holde op med at græde, og jeg kunne ikke tale ordentligt. Og så tog Hans Hellighed min hånd i sin, og han sagde til mig, at jeg aldrig skulle miste håbet, og at det jeg havde gjort, og som alle tibetanerne har gjort, det vil vi en dag opleve resultatet af. Så jeg var meget lykkelig, og jeg kunne ikke lade være med at græde, jeg græd

det meste af tiden, da jeg stod foran ham, så det var en god oplevelse« (informant).

1.7. Transcendens

»Som en dygtig praktiserende vidste han, at det værste fjenden kunne gøre, var at slå ham ihjel, slå hans krop ihjel. Men det er ikke enden på livet, I hvert fald ikke fra et buddhistisk synspunkt. Den mentale energi fortsætter, og siden han ikke gjorde noget forkert, behøver han ikke at bekymre sig« (informant).

Vi ser faktoren transcendens på flere områder i informanternes beskrivelser. Transcendens opstår i informanternes relation til døden, hvor døden ikke ses som slutningen på eksistensen. I og med at døden ikke er enden, ses den ikke som katastrofal, og informanterne lammes ikke af frygt ved tanken om døden. I forhold til informanternes socialitet ser vi også en transcendens af personligheden. Dette tydeliggøres, hvor informanterne sætter sig ud over deres personlige skæbne og personlige liv og fokuserer på andre. Nedenfor hører vi om en munk, der opnår fred i sindet ved at »ofre« sin egen lykke for andre.

»Et andet eksempel er en munk der blev skudt af kineserne for 4-5 år siden. Munken blev skudt foran en masse mennesker. Og så stod munken der, og kineserne gav ham nogle få minutter til at bede i. Folk der observerede ham sagde, at han ikke viste nogen form for angst eller frygt. Der var fred og ro i hans sind. Den bøn, som han bad, er en meget populær tibetansk buddhistisk bøn, der siger: Jeg påkalder mig alle de store væseners, alle mestrene og de store væseners medfølelse og kærlighed. Må alle de negative handlinger som folk har udført og konsekvenserne af alle disse negative handlinger, må alle disse menneskers lidelser, nu modnes i mig, og må jeg være i stand til at give alle disse mennesker alt godt, fred og lykke« (informant).

Transcendens ligger endvidere i dedikationen til et liv som nonne/munk, hvor dette livs tilfredsstillelse ikke ses som det væsentligste.

Begrebet transcendens kan være med til at forklare, hvorfor den skade, som kineserne kan gøre på informanterne, er begrænset. I og med at selvet ikke er det vigtigste, og dette liv ikke er det vigtigste, men objektivet eller målet for informanterne er noget, der rækker ud over deres inkarnerede liv, er informanternes primære interessefelt ikke truet ved udsigten til døden. Fordi informanternes integritet er baseret på andre interesser end den personlige skæbne, kan informanterne bevare deres integritet under torturen. I

og med at informanternes interesse transcenderer deres eget selv, bliver den skade, kineserne formår at forvolde informanterne, ikke altomfattende.

Sammenfattende kan det siges, at vores informanter håndterer oplevelsen af tortur i relation til faktorerne: »kontrol«, »ansvar«, »værdier«, »aktivitet«, »mening«, »socialitet« og »transcendens«, der alle kan siges at bidrage til et fravær af offergørelse hos vores informanter. Desuden ser vi, ved nogle af faktorerne, at informanterne har forskellige udfordringer. Man kan sige, at disse faktorer her indikerer nogle behov hos vores informanter, der, hvis de blev opfyldt, måske ville kunne optimere informanternes håndtering af torturoplevelsen. Der synes at være nogle vanskeligheder forbundet med at få nogle af de behov opfyldt, der knytter sig til faktorerne »aktivitet«, »socialitet« og »mening«. Informanternes udsagn peger på et behov for flere og stærkere fællesskaber og flere meningsfulde aktiviteter i eksilsamfundet. Desuden indikeres et behov for en tilgang til meningsgskabelse, der i højere grad kan påvirke informanternes følelsesmæssige symptomer.

2. Diskussion

At fænomenet »offergørelse« synes relevant for en forståelse af tibetanernes håndtering af torturoplevelsen, bakkes op af Mathiasen og Lützers fremhævelse af dette fænomen i forklaringen af resultaterne fra deres undersøgelse af tibetanske torturoverlevende.

Mathiasen og Lützer forklarer bl.a. offergørelse med Aggers pointe om, at torturoverlevende ofte synes at internalisere bødlernes aggression, hvor individet altså overtager bødlernes måde at behandle vedkommende på (Mathiasen et al.1998, Agger, 1992). At mennesker udsat for tortur kan reagere med en sådan destruktiv internalisering, er i tråd med Victor Frankls forklaring på, hvorfor man som fange kan have svært ved at opretholde følelsen af egen værdi. Victor Frankl er selv tidligere koncentrationslejr fange. Han siger, at man som fange er under kraftig suggestion fra et dehumaniserende miljø, der opfatter og behandler ens eksistens og væsen som værdiløs. Udtrykket suggestion forklarer her den overtalende kraft, som en sådan behandling har (Frankl, 1969).

Mathiasen og Lützers refererer desuden til Frank Ochberg, der skelner mellem symptomer på offergørelse og PTSD. Frank Ochberg har i adskillige år studeret følgerne af offergørelse, i de senere år særligt med fokus på behandling. Afhængigt af om man har været udsat for menneskelig grusomhed eller naturkatastrofer ses, ifølge Ochberg, forskellige symptommønstre. Individet, der udsættes for menneskelig grusomhed, er sårbare over for både symptomer på PTSD og på offergørelse. Individet der udsættes for naturkatastrofer har primært symptomer på PTSD. Symptomerne på offergørelse er ifølge Ochberg: skamfølelse, selvbebrejdelser, håbløshed, sygeligt had samt tabet af de holdepunkter, som tidligere har udgjort individets opfattelse af

verden (Mathiasen 1998, Ochberg 1989). Det, som Mathiasen og Lützer forstår som tibetanernes særlige præstation, som de kalder »ukuelighed«, forklarer de i forhold til, at tibetanerne netop ikke har sådanne symptomer på offergørelse (Mathiasen et al., 1998).

Mathiasen og Lützers brug af Ochbergs skelnen til at belyse deres fund, forklarer, hvordan tibetanerne kan have en normal høj grad af PTSD-symptomer, og alligevel besidde en særlig resiliens. Hermed modsiger fundet af en særlig styrke hos tibetanerne ikke de kvantitative undersøgelser, der viser, at tibetanerne ikke adskiller sig væsentligt fra andre torturoverlevende i forhold til symptomer på PTSD. Ochbergs skelnen kan således også forklare, hvorfor vi har fundet, at tibetanerne synes at besidde en særlig styrke knyttet til de faktorer, vi har udledt, skønt vores interviewmateriale også viser, at informanterne har symptomer som mareridt, anspændthed, bekymring, hukommelsesproblemer m.m, som kan ses som PTSD-symptomer.

Følgende vil vi søge teoretisk at forklare, hvorledes vores informanter undgår at overtage kinesernes undertrykkende diskurser og dermed undgår offergørelse.

Nedenstående behandles faktorerne »kontrol« og »aktivitet« sammen. Ligeledes behandles faktorerne »værdier« og »transcendens« sammen. Dette fordi disse, ud fra vores teoretiske argumentation, ses som tæt sammenhængende faktorer.

2.1. Kontrol og aktivitet

Subjektiviteten eller selvet kan i tråd med den kritiske psykologi defineres gennem oplevelsen af kontrol og handlemuligheder. Individets velbefindende kan ses som afspejlende de handlemuligheder, der er til rådighed; »*Her immediate mental state reflects the degree to which she anticipates being able to have relevant possibilities at her disposal or to be dependent and exposed*« (Dreier, 2000, s. 238). At have relevante handlemuligheder indebærer en følelse af kontrol og er det modsatte af at være udsat og afhængig, altså ikke at være hjælpeløst offer for omstændigheder, men at være kompetent agent.

Ved undertrykkelse og vold er det sandsynligt, at oplevelsen af kontrol og handlemuligheder begrænses, hvormed individets »selv«, som Langer beskriver det i sin kvalitative undersøgelse af Holocaust-overlevende, ligefrem kan »dø« (Langer, 1997). Når man som vores informanter vokser op i et samfund med organiseret vold og konstant undertrykkelse af ens menneskerettigheder, må det ses som meget vanskeligt for individet at opleve kontrol og handlemuligheder. I communitypsykologien ses individets egen opfattelse samt omgivelsernes opfattelse som udgørende et samlet socialt meningsfelt (Berliner et al., 2002). Hermed kan vi forklare vores informanters præstation i forhold til at opleve kontrol og handlemuligheder, idet de i deres eget meningsunivers ejer stærke moddiskurser til kinesernes under-

trykkende diskurser. Diskurser, der netop sætter fokus på muligheden for at opleve kontrol og handlemuligheder, selv i de mest umulige situationer, samt diskurser, der legitimeres ved henvisning til værdier, der transcenderer det enkelte individs skæbne. Her knytter informanternes oplevelse af kontrol og handlemuligheder sig altså også til deres værdier. Tilstedeværelsen af disse diskurser synes dog ikke at være nok i forhold til at bevare subjektivitet, eller i forhold til at opnå oplevelsen af kontrol og handlemuligheder. Det er tydeligt, at det er noget, som informanterne skal kæmpe for, og som altså kræver aktivitet.

Traumeforskeren Basoglu undersøgelser og interventioner kan have en anden type af forklaringsværdi, i forhold til hvorledes oplevelsen af kontrol medvirker til fraværet af offergørelse hos vores informanter. I en kvantitativ undersøgelse af torturoverlevende viste Basoglu, at det ikke i sig selv er den umiddelbare udsættelse for tortur, der medfører traumatisk stress, men at det derimod er, hvad der for torturoverleveren opfattes som ukontrollerbart, der determinerer oplevelsen af stress. Når oplevelsen af kontrol fjernes, induceres en følelse af hjælpeløshed, og det er denne følelse, som er traumatiserende (Basoglu, 2007). Der findes også ikke-traumatiserede torturoverlevende, på trods af at de har oplevet voldsomme overgreb. Disse fortæller for det meste om en fornemmelse af kontrol i situationen. Basoglu beskriver desuden, hvorledes genetableringen af følelsen af kontrol har en helbredende effekt. I en af sine undersøgelser viser han, at en behandlingsform, der fokuserer på at fremhæve en følelse af kontrol hos mennesker udsat for naturkatastrofer, har en stor effekt. Terapien beskrives som »*single-session behavioural treatment*«, hvor deltagerne konfronteres med deres angst, indtil de føler sig i kontrol over den. Samtlige opfølgende målinger viste signifikante behandlingseffekter. Basoglu viser også, at denne interventionsform kan anvendes ved vedvarende og komplekse traumatiseringer, hvor hele den sociale livsverden har ændret sig. Han forklarer effekten af interventionen ved, at den bryder undgåelsesadfærd. Undgåelsesadfærd kan ses som en form for offergørelse. Undgåelsesadfærden indebærer, at torturoverleveren er i fare for at fortsætte undertrykkelsen af sig selv, der hvor bødlerne slap, ved efter torturen at påføre sig selv den isolation og begrænsning, som bødlerne påførte dem. Basoglus interventionsform kan derfor forstås ud fra, at der sættes ind imod offergørelsen. I interventionen præsenteres frygten som en fjende der skal overvindes, for at man kan leve et tilfredsstillende og meningsfyldt liv uden at være knuget af netop denne frygt. Det gælder om at sætte ind over for frygten, da det at give efter for denne, fører til undgåelsesadfærd, der igen fører til hjælpeløshed og ødelæggelse af mulighed for at deltage i aktiviteter og sociale relationer. Man bryder undgåelsesadfærden og sætter oplevelsen af kontrol i stedet for hjælpeløshed (Basoglu, 2005).

Vi ser, at vores informanter ikke synes præget af undgåelsesadfærd, men i høj grad deltager i de sociale og politiske aktiviteter, som for dem udgør et meningsfuldt liv. Kontrol og aktivitet kan siges at forstærke hinanden,

idet oplevelsen af kontrol indebærer, at man er aktiv i forhold til sin livssammenhæng, i stedet for at være passivt undgående. Oplevelsen af kontrol er derfor knyttet til at deltage i aktiviteter, der udgør et meningsfuldt liv for individet. Silove peger i denne forbindelse på en række forskningsresultater, der alle indikerer, at deltagelse i sociale, økonomiske og politiske aktiviteter, medfører lavere traumatiseringsgrad end ved fravær af en sådan deltagelse. Han siger, at selvom lidelsen for traumatiserede er lige så stor, antager den ikke patologiske former, hvis man har mulighed for en sådan deltagelse, og lidelsen bliver ikke et vedvarende træk i måden at møde verden på i form af mistillid, undgåelse, aggression, oplevelse af dødhed og manglende livslyst. Desuden vil det sociale liv ikke være præget af vold, frygt, disrespekt, overgreb, manglende værdier og manglende solidaritet og medfølelse (Silove, 2004). Siloves måde at beskrive de fatale konsekvenser af undertrykkende vold på tegner også her et billede af den offergørelse, som vores informanter synes at undgå. Det er ikke, fordi vores informanter ikke lider, men de er ikke præget af ovenfor beskrevne negative – undgående – måder at møde verden på. Sammenhængende kan man måske sige, at ved at informanterne ikke gentager den begrænsning, som kineserne har påført dem, idet de, ved at bevare en oplevelse af kontrol i stedet for hjælpeløshed og undgåelsesadfærd, kan benytte de kulturelle ressourcer, der eksisterer i eksilsamfundet i form af sociale og politiske aktiviteter. Informanterne giver sig selv lov til, i konfrontation med livets aktuelle situationer, at opleve en virkelighed, der er anderledes end den virkelighed, der afstedkom traumat, hvor sociale og politiske aktiviteter afstedkom straf.

Informanterne oplever, at det ikke er farligt gennem aktiviteter at bruge deres ytringsfrihed, at aflægge vidnesbyrd og fortælle om deres oplevelser under fængslingen, at demonstrere og sige deres mening. Ved at være aktive i eksil og konfrontere sig med situationer, som tidligere repræsenterede undertrykkelse, frigør de sig fra denne. Følelsen af at blive undertrykt og udnyttet må overvindes, og dette gøres ved fx at konfrontere sig med situationer, hvor man kan hævde de menneskerettigheder, som tidligere blev krænket. Man genvinder altså kontrollen i forhold til at sikre sine basale menneskerettigheder (Berliner, 2006). Vi kan altså her se, hvorledes oplevelsen af kontrol i stedet for hjælpeløshed er relateret til aktivitet, i og med at man via aktivitet frigør sig selv fra den undertrykkelse, som var forbundet med traumat.

Ifølge Basuglo, er det at opleve kontrol bare en enkelt gang nok til at opleve, at det kan lade sig gøre, og derved igangsætte kontrolorienteret adfærd (Basuglo, 2005). Vores informanter oplever kontrol på mange forskellige måder under fængslingen. De nægter at svigte eller gå på kompromis med grundlæggende værdier. Desuden formår de, ved at tænke på bestemte måder, at påvirke deres sindstilstand ved fx ikke at bekymre sig om sig selv, men om andre, at bede bønner for alle levende væsener, lave buddhistiske praksisser, visualisere Dalai Lama og tænke på karma. Derudover udøver

de kontrol ved, selv i helt umulige situationer, at forholde sig aktivt ved at blive ved med at gøre oprør i fængslet. Denne konstante parathed til, i enhver given situation, at kunne gøre noget, også selvom det ikke direkte hjælper dem ud af situationen, kan være en stærk medvirkende faktor til at positive selvforstærkende cirkler sættes i gang og bevares i forhold til at indlære kontrol.

2.2. Ansvar

Nedenfor forklarer vi, ved hjælp af Millers perspektiver, hvorledes ansvarlighed kan knyttes til fraværet af offergørelse og til en følelse af kontrol. Miller argumenterer for, at man kan sætte ansvar i modsætning til offergørelse, hvilket gør denne forklaringsramme interessant i forhold til vores informanter (Miller, 2004). Selve begrebet om karma giver vores informanter en oplevelse af ansvarlighed for egne lidelser. I det hele taget ses personlig ansvarlighed som et gennemgående element hos vores informanter, ikke kun i forhold til begrebet karma, men på mange forskellige niveauer. Ofte når vi kommer ud for vanskeligheder, mener Miller, at vores reaktion er negativ og defensiv, og at den diametrale modsætning til personligt ansvar er at træde ind i en offerrolle, og især at indtage den holdning, at nogen anden eller noget andet har ansvaret for problemet eller situationen. Det personlige ansvar handler ifølge Miller om, at vi selv gør os ansvarlige for vores tænkemåde og adfærd og de resultater, disse frembringer. Spørgsmål om »hvorfor« er en del offertankegangen, og derfor ikke produktiv, og han forklarer endvidere *»Når vi vælger at stille et spørgsmål som: »hvorfor skete dette for mig?« føler vi, at vi ikke har nogen kontrol. Dette fører os ind i offertankegangen, som er voldsomt stressende. Selv i tilfælde hvor vi rent faktisk er ofre, og vores følelser ser ud til at være berettigede, forhøjer hvorfor-mig-tænkningen kun vores stress«* (Miller, 2004, s. 34). Vores informanters ansvarlighed kan ses i dette lys. Ingen af vores informanter har en sådan »hvorfor mig«-tænkning, bl.a. i og med at de føler, at de selv har valgt at komme i fængsel. De formår via deres tænkemåde at tage ansvar for de hændelser, de er blevet udsat for. Dermed opnår de kontrol i stedet for hjælpeløshed og kan dermed træde ud af offerrollen.

2.3. Mening

I forhold til betydningen af faktoren »mening« vil vi ved hjælp af Ulrik Jørgensen og Victor Frankls perspektiver forklare, hvorledes torturoplevelsen truer individets oplevelse af mening. Ved hjælp af Horowitz's perspektiver kan vi herefter forklare, hvorfor vores informanter formår at bibeholde og skabe mening i deres oplevelser.

Ulrik Jørgensen, dansk psykolog, som i mange år har arbejdet med traumatiserede flygtninge, siger ligesom Miller – at mange traumatiserede

mennesker kredser om spørgsmålet; »hvorforskede det lige netop for mig?«. Dette indebærer, ifølge Jørgensen, en søgen efter mening med det, som er sket. I denne sammenhæng peger Jørgensen på flere forskeres påstande om, at de personer, der mestrer en svært traumatiserende situation, er dem, der har kunnet finde mening med traumet, fx påtage sig lidelsen for en bestemt politisk eller religiøs sag, hvilket vi ser hos samtlige af vores informanter. (Mathiasen & Jørgensen, 1998).

Et andet kendt eksempel er Victor Frankl, som vi tidligere har introduceret. Han fortæller, hvordan det at finde en mening med sine lidelser er afgørende for overlevelse (Frankl, 1969). Hans perspektiv bliver interessant, fordi det bunder i metarefleksioner omkring ham selv og hans medfangers muligheder for overlevelse under mange års fangenskab og tortur. Han mærker på egen krop, hvordan det at finde en mening gør, at han er i stand til at komme igennem oplevelsen, og han ser det samme hos sine medfanger. Frankls »mening« var bl.a. at skrive en bog om de ting, han blev udsat for. Efterfølgende skabte han logo-terapien, der netop drejer sig om at finde mening i lidelser.

I forhold til ovennævnte forståelser kan vi forklare det, som Mathiasen og Lützer kalder tibetanernes ukuelighed, med, at vores informanter er utrolig dygtige til at finde mening i deres oplevelser. Selvom de lider under forskellige symptomer, er det ikke lidelsen, der synes at være i fokus hos dem, men meningen med den. Måske kan man i tråd med Frankl foreslå, at de, i og med at de kan værdisætte lidelsen og gøre den meningsfuld, har kunnet omforme den til en acceptabel livsomstændighed og derfor kan fortsætte deres liv med værdighed og uden at være ofre. Mathiasen og Lützer henviser i deres undersøgelse til Horowitz, der særligt i sit arbejde har haft fokus på personer udsat for traumatiske begivenheder og meningsskabelse i relation til disse. Horowitz siger, at det særligt er konflikten mellem livets faktiske hændelser og værdierne i ofrets verdensbillede, som er traumatiserende, fordi begivenhederne på afgørende vis udfordrer ofrets livssyn (Mathiasen et al., 1998, Horowitz, 1976). Mathiasen og Lützer foreslår, at tibetanerne kan noget særligt i forhold til at imødegå, hvad de kommer ud for på livets vej, da det er et grundlæggende princip i tibetansk buddhisme at bringe livets lidelser ind som udfordringer på den åndelige udviklings vej. Informanternes kulturelle og religiøse ressourcer kan hermed forebygge den konflikt, som Horowitz taler om (Mathiasen et al., 1998). De kan møde deres lidelser med en holdning, der harmonerer med deres egen verdensopfattelse, frem for at bukke under for bødlens forsøg på at dehumanisere dem. Dette giver mening i forhold til, hvordan vi ser, at informanterne skaber mening i det, de udsættes for bl.a. via deres forståelse af karma. Informanterne er således måske i besiddelse af et meningssystem, der, i hvert fald i en vis udstrækning, sørger for, at de kan begribe stimuli i overensstemmelse med dette. Deres buddhistiske meningssystem kan inkorporere de voldsomme

stimuli, som tortur og fængsling udgør, og deres meningssystem kan derfor overleve.

2.4. Værdier og transcendens

Her vil vi i forlængelse af ovenstående afsnit uddybe, hvilken rolle informanternes værdier spiller i forhold til at undgå offergørelse. Vi har her især hæftet os ved Mathiasen og Lützers pointe om, hvorledes værdier, der transcenderer selvet, synes at beskytte tibetanerne (Mathiasen et al., 1998).

Betydningen af faktoren »værdier« i informanternes forholdemåde kan altså forstås ud fra, at informanternes værdier er i stand til at inkorporere selv meget smertefulde oplevelser. Derudover kan betydningen af deres værdier forstås i forhold til, at disse værdier sætter muligheden for kontrol og ansvar i højsædet og dermed opmuntrer til aktivitet og handling og mindsker hjælpeløshed og offergørelse. Desuden faciliterer informanternes værdier medmenneskelighed og socialitet. Her er værdien »Dalai Lama« central som inspiration og fast holdepunkt, hvor bevarelsen af tilliden til det gode i mennesket muliggøres. Socialiteten faciliteres desuden gennem transcendens af selvet, og kan herved medvirke til, at isolationsfølelser mindskes. Mathiasen og Lützer har ligeledes peget på betydningen af en form for transcendens hos tibetanerne, hvor de i deres meningsskabelse er i stand til at overskride oplevelsen af at være personligt ramt. »*Det ser ud som om, der træder en særlig beskyttende kraft mod personlig opløsning til, når der kommer værdier ind i billedet som overskrider personens interesse for hans/hendes personlige skæbne*«, og »*Det er vores indtryk, at disse værdier var en afgørende faktor i forbindelse med de interviewedes evne til at bevare en fortrøstning og integritet*« (Mathiasen et al., 1998, s.138).

Det synes vanskeligt at give en præcis forklaring af elementet transcendens i forhold til vestligt forankrede psykologiske teorier. Det nærmeste, vi kommer en sådan forklaring, er informanternes egne udsagn om, at det at give slip på ønsket om egen lykke, og fokusere på andres, faktisk medfører, at man vinder egen lykke. Vi kan dog perspektivere dette med Victor Frankls konceptualisering »selvoverskridelse«, hvor han taler om, at selvet kun virkelig finder mening ved at overskride sig selv, overskride sine egne snævre cirkler og rette sig om opgaver og mennesker omkring en (Frankl, 1969).

Informanternes værdier synes derudover at få sin styrke ved at henvise til ultimative religiøse sandheder, som der ikke sættes spørgsmålstejn ved. Her er det interessant at se på en undersøgelse af Staub et al. om folkedrab i Rwanda. Undersøgelsen viser, at de grupper, der havde et religiøst fokus, havde et lavere gennemsnit for traumatisering (Staub et al., 2005). Det at henvise til overordnede værdier og principper som spirituelt eller religiøst begrundet synes i denne undersøgelse at føre til lavere traumatiseringsgrad.

2.5. Socialitet

Endeligt vil vi fremdrage forskellige perspektiver, der fremhæver den rolle, som socialitet spiller for beskyttelse mod traumatisering og offergørelse. Vi vil forklare informanternes bevarelse af socialitet i forhold til bl.a. Hastrups forståelse af traumatisering som potentielt hyper-individuerende (Hastrup i Pedersen, 2003). En del undersøgelser peger på, at social støtte har en markant rolle i forhold til fysisk og psykisk helbred og til sandsynligheden for stressrelaterede sygdomme (Cohen et al., 1985, Holahan et al., 1981, King et al., 1998, Norris et al., 1990). Både kvaliteten og kvantiteten af social støtte, støtter healing efter traumatiske oplevelser og er, ifølge Gerrity et al.'s gennemgang af undersøgelser om torturoverleveres tilpasning, den vigtigste dokumenterede beskyttende faktor, der både har indflydelse før, under og efter traumatet (Gerrity et al., 2001).

Vi ser betydningen af socialitet i communitybaserede tilgange, der retter sig mod fællesskabet i den førnævnte undersøgelse fra Rwanda, hvor communityrettede programmer blev sammenlignet med healingsorienterede programmer af Staub et al. I undersøgelsen viste det sig, at communitybaserede tilgange havde signifikant lavere tal for traumatiseringsgrad end de healingsorienterede. Dette er tankevækkende, da de healingsorienterede programmer decideret fokuserede på at sænke traumatiseringsgraden. Det ser derfor ud til, ud fra denne undersøgelse, at programmer, der retter sig mod fællesskabet har en sammenhæng med lavere traumatiseringsgrad (Staub et al., 2005).

Traumatisering kan forstås som en ødelæggelse af båndet mellem individ og fællesskab, hvor man under torturoplevelsen isoleres fra de ressourcer, der er i fællesskabet (Berliner et al., 2003). Kirsten Hastrup, der gennem mange år har forsket i overgreb på menneskerettigheder, udtrykker dette med »*Violence hyper-individualizes the victim because pain cannot be shared*« (Hastrup citeret i Pedersen s. 37, 2003). Hvis man ser vores informanter i dette lys, kan man måske forklare, at de faktisk ikke er blevet hyper-individuerede. Båndende mellem dem og fællesskabet er ikke blevet ødelagt, fordi de hele tiden, i deres psykiske konstitution, har bevaret båndet til fællesskabet og til fællesskabets leder, Dalai Lama. Vi kan forstå funktionen af de konstante og mange bønner for alle levende væsener i fængslet i dette lys. Desuden kan det, at informanterne ikke har centreret al deres tankevirkosomhed og bekymring om selvet, men overskrider det ved at tænke på andre, samt ved at forberede sig på døden og forvente en eksistens efter denne, indebære, at de ikke isoleres i »selvet«, og dermed kan imødegå hyper-individuation. Informanternes styrke kan hermed forklares i kraft af en internaliseret konstant rettedhed mod fællesskabet. Dog må den konkrete sociale støtte, som informanterne oplever fra deres medfanger i fængslet og efterfølgende i eksilsamfundet, også ses som betydningsfuld for deres evne til at håndtere torturoplevelsen. Det i sig selv at kunne flygte til et eksilsamfund synes at indebære en uundværlig social støtte.

3. Intervention

I ovenstående diskussion har vi haft fokus på tibetanernes fravær af offergørelse. Følgende vil vi sætte fokus på nogle af de ting, som synes vanskelige for informanterne. Vi vil tilbyde forskellige teoretiske perspektiver på disse vanskeligheder, hvorefter vi vil diskutere relevante interventionsmuligheder. Vi vil beskæftige os med faktorerne »mening«, herunder forholdet mellem tanker og følelser i informanternes forholdemåde, samt »aktivitet« og »socialitet«. Vi vil i diskussionen inddrage kognitions/emotionsteoretikerne Lazarus, Beck og LeDoux, hvis pointer vi vil relatere til diskussionen om interventionsmuligheder. Ligeledes inddrages Ketzer et al.s undersøgelse af tibetanske torturoverleverere samt Langers synspunkter i diskussionen om intervention. Nødvendigheden af en socialt forankret intervention vil bl.a. blive belyst gennem Berthelsen og Siloves betragtninger.

3.1. Forholdet mellem tanker og følelser

Ketzer og Crescenzi skriver i forbindelse med deres både kvalitative og kvantitative undersøgelser af tibetanske torturoverleverere, at tibetanerne er stolte af deres kollektive copingstrategier, som hjælper mange tibetanere, men ikke alle (Ketzer et al. 2002, Crescenzi et al. 2002). Disse copingstrategier definerer Crescenzi et al. som primært kognitive og spirituelle: recitering af mantra, visualisering af Dalai Lama, fokusering på karma, tålmodighed, medfølelse og fokus på andres lidelse. Disse strategier egner sig, ifølge forfatterne, særligt godt til håndtering af tab, døden og andre hændelser inden for den normale grad af lidelse. Men ifølge Crescenzi et al. kan denne form for coping ikke altid »nå« torturofrene, da deres høje niveau af emotionel »arousal« kan blokere for adgangen til de kognitive og spirituelle copingmekanismer. Undersøgelsen påpeger endvidere, at uden adgang til det kollektive copingsystem bliver den tibetanske flygtning ladet isoleret, især fordi udtryk af følelser ikke bliver opmuntret inden for den sociale ramme. De mener derfor, at der skal bygges bro mellem de følelsesmæssige oplevelser og de kulturelle copingstrategier, der er til rådighed (Crescenzi et al., 2002). Disse perspektiver kunne måske være med til at forklare vores informanternes vanskeligheder i forhold til følelsesmæssige symptomer som fx »anspændthed«. En anspændthed, de ikke altid synes at kunne transformere via deres buddhistiske tænkemåder. Dette synspunkt begrundes inden for den vestligt orienterede psykologiske referenceramme, som Crescenzi et al. trækker på. Følgende vil vi diskutere denne indgangsvinkel til at forstå informanternes situation og foreslå interventionsmuligheder på baggrund af diskussionen.

Inden for den kognitive psykologi argumenterer Beck for, på baggrund af omfattende undersøgelser af terapiforløb med depressive patienter, at følelserne kan ændres via kognitiv omstrukturering. Beck anser kognitioner

som primære kausale faktorer, hvorimod emotioner og adfærd ansues som postkognitive følgevirkninger (Beck, 1999). Lazarus, der står bag en række anerkendte copingteorier, og i flere eksperimenter har påvist vurderingens betydning for affekt, bakker dette synspunkt op og siger, at emotioner er et resultat af en kognitiv evaluerende perception af forholdet mellem individ og omgivelser, og at kognitionen således har primat i forhold til emotionerne (Lazarus, 1971, Lazarus, 1982).

I denne forbindelse synes vores informanternes buddhistiske diskurser at fremhæve det samme som den kognitive teori. Flere af vores informanter siger, at det handler om at tænke på en bestemt måde, og dermed kan man udøve kontrol over sine følelser. Adskillige af vores informanter udmærker sig inden for denne disciplin og formår ofte at tænke på de måder, som de mener, gavner dem. De fortæller dog også, at det ikke altid hjælper, og at det ikke altid kan lade sig gøre at tænke på disse måder. Denne betragtning sætter spørgsmålstejn ved de buddhistiske diskurser om, at det primært gælder om at tænke på den rette måde. Betragtningen om, at det ikke altid kan lade sig gøre at tænke på den rette måde, kan desuden ses som værende i favør for de teoretikere, der modsiger Beck og Lazarus teorier om, at kognition altid kan styre eller korrigere emotioner. Fx argumenterer LeDoux for, på baggrund af flere neuropsykologiske undersøgelser, at »appraisal-teoretikere«, som Lazarus, overser det skel, som faktisk er mellem kognitive og affektive processer. LeDoux taler om to parallelt forløbende procesringssystemer i hjernen. Et implicit eller ubevidst system, som er ansvarlig for følelsens oplevelseskvalitet, hvor amygdala er den centrale anatomiske struktur. Og et eksplicit bevidst system, der varetager de elaborerende kognitive funktioner, og som primært styres af kortikale områder. Disse systemer er interagerende, men dybest set adskilte. I og med at systemerne er interagerende, kan kognitionen påvirke emotionerne, men ikke altid, og særligt ikke når det gælder emotionen frygt. LeDoux viser, at neuronernes forbindelser fra kortikale områder til Amygdala, hvor frygtbetingning opstår, er meget svagere end forbindelser fra amygdala til cortex. Input fra det kognitive system til det affektive system er altså svagere end input fra det affektive til det kognitive system (LeDoux, 1999). Dette indebærer, ifølge LeDoux, at vi fx ikke bare kan fortælle os selv, at vi ikke skal være bange, og at kognitiv »reframing«, som metode til at kontrollere frygt, ikke kan stå alene. LeDoux bygger dog hovedsageligt sin teori på forsøg med rotter, og vi må derfor tage et vist forbehold i forhold til at overføre disse resultater til mennesker. Dog har han en forklaringsmodel i forhold til, hvorfor vores informanter ikke fuldstændigt formår at ændre deres emotioner via den kognitive kontrol.

At arbejde med det ubevidste og følelser, der ikke er tilgængelige på et bevidst, kognitivt plan, er i høj grad et fokus inden for det vestlige psykologiske paradigme, og vi kan forstå Ketzer et al.s konklusioner og interventionsforslag i kraft af dette. Ketzer et al. skriver i deres kvalitative

undersøgelse af tibetanere i eksil at »*In general they (tibetanerne) tend to face stressful situations by first solving their problems in a practical way while avoiding expression of their feelings. This implies that they often do not allow themselves to recognize and elaborate their feelings related to stressful situations*« (Ketzer et al. 2002, s. 311). De antager endvidere, at erkendelse af følelserne gennem terapi er effektiv i forhold til at eliminere tibetanernes symptomer på psykisk lidelse. På den ene side støtter vores fund denne pointe, da flere af vores informanter gav udtryk for, at det med at tale om følelser og psykologiske problemer ikke er noget, de bruger så meget i deres kultur, og at det også i visse sammenhænge virkede som om, at negative følelser ikke er legitime at have og udtrykke. På den anden side er der andre situationer, hvor det syntes legitimt for informanterne at udtrykke emotioner, fx i forbindelse med andres lidelser og i forbindelse med mødet med Dalai Lama, hvor samtlige informanter græder, og det forklares, at de derved kommer af med ophobet negativ energi. Derfor kan vores informanters følelsesudtryk måske anskues i forhold til, at det blot finder sted i andre kontekster end i vores vestlige kontekster, og ikke nødvendigvis på en mindre hensigtsmæssig måde. Der eksisterer altså legitime rum for følelsesudtryk i kulturen, og i og med at tibetanerne ikke er bekendt med vestlig psykologi og terapi, kan det synes problematisk at overføre denne referenceramme for intervention til dem, sådan som Ketzer et al. advokerer for. Ketzer et al. har udført forskellige terapeutiske interventioner med tibetanerne, og de har arbejdet med tibetanske torturoverlevende, som, de mener, har psykiatriske lidelser, hvilket adskiller sig fra vores erfaringer og undersøgelse. Det er således muligt, at Ketzer, et al.s konklusioner er relevante i forhold til den kontekst, de har opereret i. I forhold til vores informanter synes psykoterapi og et eventuelt arbejde med ikke anerkendte følelser imidlertid ikke at være relevant. I stedet synes det relevant at tage udgangspunkt i strategier, som allerede eksisterer i informanternes eget meningsunivers, og som allerede er et inkorporeret aspekt i deres forholdemåde og i tråd med deres egen kultur. Strategier, som faktisk også synes at kunne begribes inden for vores vestlige psykologiske referenceramme. Nedenstående vil vi diskutere sådanne strategier og sundhedsfremmende perspektiver.

3.2. Aktivitet

Vi har i tidligere afsnit om fravær af offergørelse bl.a. vist hvorledes forskellige aktiviteter beskrives af vores informanter som tilfredsstillende. Dette aspekt kan også finde forklaringsgrundlag inden for kognitions/emotionsforskningen. LeDoux pointe er nemlig, at når kognitive strategier ikke kan nå det affektive system, må man in vivo opleve, at der ikke er nogen grund til at være bange, for at frygtbetingningsmekanismer kan udslukkes (LeDoux, 1999). Vores vesterlandske kognitive adfærdsterapi tager netop højde for dette, idet exposure-elementet i den kognitive adfærdsterapi indebærer

den oplevelsesmæssige komponent. Her kan man i livets aktuelle situationer opleve en virkelighed, der er anderledes end den virkelighed, der afstedkom traumet (Basoglu, 2005). Når informanterne udfører meningsfulde aktiviteter og på denne måde får den oplevelsesmæssige komponent med sig, kan de i høj grad opleve en anden virkelighed end den, der afstedkom traumet. Det er i denne forbindelse interessant, at Holtz et al. konkluderede i deres kvantitative undersøgelse af tibetanske torturoverlevende, at bidraget fra den buddhistiske spiritualitet, samt politisk aktivitet, så ud til at spille en aktiv rolle i forhold til resiliensfaktorer (Holtz, 1998). Hvis vi antager, at informanternes buddhistiske principper opererer på et kognitivt plan, kan vi altså sige, at vi her har den sammenstilling af kognitive og aktivitets- eller adfærdsmæssige faktorer, som vi også i vores vesterlandske terapeutiske kontekst anerkender i form af den kognitive adfærdsterapi. I forhold til diagnosen PTSD er der fx i dag konsensus blandt eksperter omkring, at kognitiv adfærdsterapi er den mest effektive behandling af PTSD (Basoglu, 2006). Betydningen af aktivitet, handling og den oplevelsesmæssige komponent, som LeDoux fremhæver i udslukningen af frygtbetingningsmekanismer, kan være med til at forklare, hvorfor nogle af vores informanter, nemlig dem, der i høj grad har mulighed for udførelse af meningsfulde aktiviteter i eksil, virker mere tilfredse end dem, der ikke i så høj grad har mulighed for sådanne aktiviteter. Derfor synes en højere grad af meningsfulde aktiviteter at være et mere relevant indsatsområde for vores informanter end at fokusere på anerkendelse og bearbejdning af emotioner. Vi kan således begribe vores informanters strategier og forholdemåder inden for vores vesterlandske psykologiske paradigme og pege på, at healingsprocesser kunne optimeres i forhold til fx etableringen af flere meningsfulde aktiviteter for vores informanter. Deres ønsker synes primært at handle om fællesskab og aktiviteter centreret omkring den politiske kamp, ønsker, som eksilsamfundet ikke altid kan levere. Fokus for eventuel intervention synes altså at måtte være socialt forankret, snarere end individfokuseret.

3.3. Socialitet

Det sociale aspekt kan yderligere belyses med Berthelsens teori om tilværelsesprojektet. Berthelsen beskriver, hvordan et individ hele tiden bestræber sig på at være aktør i sin egen tilværelse og have en særlig rettethed, hvis omdrejningspunkt er det tilværelsesprojekt, man har for med sit liv. Han beskriver dog også, at det ikke kun er ens egen rettethed, der har betydning, men at det i lige så høj grad er vigtigt, hvorvidt der er sociale betingelser til rådighed for ens rettethed (Berthelsen, 1994). For de af vores informanter, der primært har kampen om et frit Tibet som tilværelsesprojekt, har vi erfaret, at de har utrolig meget personlig rettethed og handlekraft, men de sociale betingelser for meningsfulde aktiviteter i dette regi synes ikke i så høj grad, som hos de andre, at være til stede. Informanterne, der ikke tilhører

et kloster, skal hele tiden selv opsøge og skabe for at udfolde deres rettedhed, og det er kun enkelte gange, at fællesskabet sætter en dagsorden, hvor deres position kan udfolde sig. De gange, fællesskabet støtter positionen, fx ved politiske demonstrationer, føler vores informanter, at de har værdi, status og en meningsfuld rolle i fællesskabet. Også Silove, som vi introducerede i diskussionen om »Fravær af offergørelse«, taler om, at graden af sundhedsproblemer knyttet til overlevelse af folkedrab og organiseret vold er direkte proportionelt med fraværet af støttende sociale forhold, der omfatter mulighed for deltagelse i sociale fællesskaber og i produktive aktiviteter (Silove, 2004). De informanter, der tilhører et kloster, har et veldefineret fællesskab og derved sandsynligvis en højere grad af social støtte end de informanter, der ikke er en del af et sådan givent fællesskab. Som Silove henviser til, er det måske en kombination af enten eksistensen af eller fraværet af de to forhold fællesskab og aktivitet, som kan forklare forskelligheden i vores informanters tilfredshed. Som vi også har set det i ovenstående diskussion af »fravær af offergørelse«, er den sociale støtte essentiel for torturoverleverens tilpasning. Har man ikke den sociale støtte, eller mister man social status og beskæftigelsesmuligheder i eksil, kan dette resultere i sociale og psykologiske problemer (Gerrity et al. 2001). Kulturelle trossystemer, kulturelle objekter og de sociale rolleforventninger har stor betydning i forhold til den psykosociale tilpasning for individet. En vurdering eller intervention rettet mod individet kan ikke stå alene, da det er af særlig vigtighed, at den sociale og kulturelle kontekst bliver taget i betragtning i en hvilken som helst form for intervention.

Sammenfattende kan det foreslås, at en styrkelse af fællesskab og meningsfulde aktiviteter virker som værende indsatsområder, der ville blive meningsfulde for informanterne, og som er i tråd med deres egne kulturelle forcer og værdisystemer. Dog forekommer det os i relation til eventuelle interventioner nødvendigt, respektfuldt at aflægge vores vestlige behandlingstilgang. Vores informanter synes ikke optaget af individuel personlig behandling eller healing for den sags skyld. Deres fokus var den politiske kamp. Dette forhold synes Langer, i hans undersøgelse af Holocaust ofre, at give et brugbart perspektiv på. Om en af sine informanter skriver han: »...(she) knows that what she has survived is an event to be endured, not a trauma to be healed« (Langer, 1997, s. 58), og han skriver endvidere: »Suffering« seems a futile term, since its traditional association with healing or a process for gaining moral maturity, to say nothing of conventional theological ideas like salvation and redemption, consign it to a lexicon of outmoded vocabulary. Any thought of legitimizing such »suffering« through treatment becomes an offense to the witness« (Langer, 1997, s. 56). På denne måde mener han ikke, at fx vidnesbyrd har, eller at det er meningen, at det skal have, et healende perspektiv. I stedet skal man lytte respektfuldt til selve fortællingen, så den kan blive en læring, der kan føre til et engagement i at hindre fremtidige folkedrab, organiseret vold og undertrykkelse.

Behandlings- og healingsterminologien synes at trække fokus væk fra det, der var vores indtryk, at informanterne ønskede.

Vi har udledt syv faktorer, der syntes særligt væsentlige for en forståelse af tibetanernes håndtering af torturoplevelsen: »kontrol«, »ansvar«, »værdier«, »aktivitet«, »mening«, »socialitet«, »transcendens«. Disse faktorer repræsenterer alle forskellige måder at forholde sig på i forhold til torturoplevelsen, og konsekvenserne af denne. Faktorenes betydning kan forstås i forhold til, at de faciliterer et fravær af offergørelse. Dette indebærer, at vores informanter bibeholder integritet, værdighed og styrke under den mest nedbrydende form for oplevelse, som mennesker kan udsættes for, tortur. Både mens torturen står på, og også efterfølgende, er vores informanter i stand til at frigøre sig fra den undertrykkelse, som kineserne lagde på dem. Vores informanter udmærker sig ved, at de er i stand til at skabe mening i torturoplevelsen og kan fastholde deres grundlæggende værdier. De opsøger og udfører meningsfulde aktiviteter, formår at bevare socialitet under ekstreme omstændigheder, kan sætte sig ud over deres egen situation, har en grundlæggende oplevelse af kontrol og påtager sig en høj grad af ansvar for deres valg, handlinger og andres velbefindende.

I vores forståelse af de faktorer, vi har udledt, har vi fundet, at visse psykologiske teorier på udmærket vis forklarer dem. Når vi har fundet, at oplevelsen af kontrol er vigtig for vores informanter, har vi vesterlandske forskere som fx Basoglu, der viser, hvordan kontrol generelt er en vigtig faktor i forhold til forståelsen af traumer og healing. Dette indebærer, at vi kan foreslå, at nogle af de faktorer, vi har fundet hos informanterne, kan forstås som gældende for andre end blot tibetanske torturoverlevende, og måske er mere universelle fænomener.

Spørgsmålet om det indbyrdes forhold mellem disse faktorer står stadig tilbage at blive besvaret. Er der fx nogle faktorer, der er mere centrale end andre? Er der nogle af faktorerne, der kan stå alene og i sig selv tilvejebringe effektiv coping? Eller skal alle komponenter være til stede for at opnå fraværet af offergørelse? Vi kan i dette kapitel ikke svare fyldestgørende på disse spørgsmål, da vi ikke i undersøgelsen forsøgte at måle eller observere et forhold mellem faktorerne. Dog har vi vist adskillige overlap og sammenhænge mellem dem bl.a. i vores teoretiske diskussion. Fx har vi set, at kontrol og aktivitet synes at være sammenhængende og positivt forstærkende hinanden. Oplevelsen af kontrol gør, at man handler, og handlingen kan omvendt også give oplevelsen af kontrol. I forhold til hvorvidt de udledte faktorer kan stå alene, er det tvivlsomt, at de to faktorer »ansvar« og »transcendens« i sig selv ville kunne tilvejebringe hensigtsmæssig coping og intervention. Dette set i forhold til at den store ansvarsfølelse, som informanterne oplevede, ikke kun var positiv, men også syntes at kunne resultere i afmagtsfølelser. Faktoren transcendens, har en religiøs betydning, der handler om at sætte sig ud over sig selv og det konkrete liv. Når den personlige skæbne fratages noget af sin betydning, synes smerten ved denne

at kunne formindskes. Dog kunne man forestille sig, at denne strategi, under visse omstændigheder, kunne være problematisk, da den kunne føre til passivitet og legitimere den undgåelsesadfærd, der ofte følger i kølvandet på traumer. Individet kunne forholde sig passivt, negligerende og opgivende over for sin konkrete livssituation, fordi det enkelte konkrete liv ikke ansås som vigtigt. Det er dog kendetegnende for vores informanter, at de religiøse diskurser, de trækker på, synes at fremme aktivitet og konfrontation og ikke foranlediger passivitet. Desuden har vi i vores diskussion af informanternes meningsskabelse set, at deres religiøse diskurser ikke altid kan afhjælpe de følelsesmæssige symptomer på torturoplevelsen, men netop synes at måtte kombineres med faktoren »aktivitet« for at være effektive.

Det synes tydeligt, at især politisk aktivitet er vigtig for informanternes håndtering af torturoplevelsen, og politiske handlinger ser ud til at have en styrkende funktion. Vi har desuden fundet, at det i det tibetanske eksilsamfund til tider er svært for nogle af informanterne at skabe et rum, hvor de kan udfolde de aktiviteter, der er meningsfulde for dem. Dette aspekt skal ses i sammenhæng med, at der for de samme informanter ikke er en tydelig tilknytning til et fællesskab, hvor disse aktiviteter kan udføres.

REFERENCER

- AGGER, I. (1992): *Det blå værelse*. København, Hans Reitzels Forlag.
- BASOGLU, M. (2006): *Rehabilitation of traumatised refugees and survivors of torture*. Institute of Psychiatry, King's College, London.
- BASOGLU, M. et al. (2007): Torture vs. other cruel, inhuman and degrading treatment. *Arch. Gen. Psychiatry*, Vol. 64.
- BASOGLU, M. et al. (2005): Single-session behavioral treatment of earthquake-related posttraumatic stress disorder: A randomized waiting list controlled trial. *Journal of traumatic stress*, Vol. 18, No. 1.
- BECK, A. et al. (1999): *Scientific foundations of cognitive therapy and theory*. New York, Wiley.
- BERLINER, P. et al. (2002): Selvet i et kulturelt perspektiv. I: Bertelsen, P. (ed.) (2002): *Vinkler på Selvet*. Klims forlag, Århus.
- BERLINER, P. et al. (2003): *Rehabilitering og Communitypsykologi*. Den Ny Verden 1.
- BERLINER, P. et al. (2006): Evidens, praksis og forandring. *Nordisk Udkast*, årgang 34, nr.1.
- BERTHELSEN, P. (1994): *Tilværelsesprojektet: Det menneskelige niveauer belyst i den terapeutiske proces*. Dansk psykologisk Forlag.
- BOWLING, A. et al. (2005): *Handbook of health research and methods*. Maidenhead, Open University Press.
- BRUUN, C & VINTHER-LARSEN, L. (2007): *De tibetanske krigere – et kvalitativt studie af torturoverlever i eksil*. Københavns Universitet, institut for psykologi.
- CAREY, M. et al. (2003): Outsider-witness practices: Some answers to commonly asked questions. *The international Journal of Narrative Therapy and Community Work*, No. 1.
- COHEN, S. et al. (1985): *Stress, social support, and the buffering hypothesis*. *Psychological Bulletin*, 98.

- CRESCENZI, A. et al. (2002): Effect of political imprisonment and trauma history on recent Tibetan refugees in India. *Journal of Traumatic stress*, Vol. 15, No. 5.
- DALLAS, R. et al. (2000): *An introduction to family therapy*. Maidenhead, Open University Press.
- DREIER, O. (2000): Psychotherapy in Clients Trajectories across contexts. I: Mattingly, C. et al. (ed.): *Narratives and the cultural construction of Illness and Healing*. University of California Press.
- GERRITY, E. et al. (ed.) (2001): *The mental health consequences of torture*. New York, Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- GIORGI, A. (1985): Sketch of a Psychological Phenomenological Method. I: Giorgi, A. (ed.): *Phenomenology and Psychological Research*. Pittsburgh. Duquesne University Press.
- FANON, F. (1967): *Jordens fordømte*. København, Rhodos.
- FRANKL, V. (1969): *Psykologi og Eksistens*. Gyldendals forlag.
- HAMMERSLEY, M. et al. (1995): *Ethnography. Principles in Practice*. London, Routledge.
- HEPPNER, P. et al. (1999): *Research design in counselling*. Wadsworth Publishing Company.
- HOLAHAN, C.J. et al. (1981): Social support and psychological distress. A longitudinal analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 90.
- HOLTZ, T.H. et al. (1998): Refugee trauma versus torture trauma: A retrospective controlled cohort study of Tibetan refugees. *The journal of nervous and mental disease*, Vol. 186 (1).
- HOROWITZ, M. (1976): *Stress Response Syndromes*. New York, Jason Aronson.
- HORSDAL, M. (1999): *Livets fortællinger*. Valby, Borgen.
- KETZER, E. et al. (2002): *Addressing the psychosocial and mental health needs of Tibetan refugees in India*. I: Jong, J.D. (ed.) (2003): *Trauma, war and violence*. New York, Kluwer Academic / Plenum Publishers.
- KING, L.A. et al. (1998): Resilience recovery factors in post-traumatic stress disorder among female and male Vietnam veterans: Hardiness, postwar social support, and additional stressful life events. *Journal of personality and social psychology*, 74 (2).
- KLEBER, R.J. et al. (ed.) (1995): *Beyond Trauma. Cultural and societal dynamics*. New York, Plenum Press.
- KNUDSEN, A. (1988): Når verden er anderledes. Korsikanske uroligheder. I: Hastrup, Kirsten og K. Ramløv (red): *Feltarbejde. Oplevelse og metode i etnografien*. København, Akademisk forlag.
- Konventionen om tortur og anden grusom, umenneskelig eller nedværdigende behandling eller straf (1988): *Menneskerettigheder. En tekstsamling*. København, Det danske center for menneskerettigheder.
- LANGER, L. (1997): The alarmed vision: Social suffering and Holocaust Atrocity. I: Kleinman et al (ed) (1997): *Social suffering*. London. University of California press.
- LAZARUS, A. (1982): Thoughts on the relation between emotion and cognition. *American psychologists*, 37.
- LAZARUS, A. (1971): *Behavior therapy and beyond*. McGraw Hill.
- LEDoux, J. (1999): *The emotional Brain*. Phoenix.
- MATHIASSEN, S. & JØRGENSEN, U. (1998): *At overleve vold- og psykisk traumatisering, mestring og behandling*. Århus, Forlaget Klim.
- MATHIASSEN, S. et al. (1992): *The survivors*. Esbjerg, Sydjysk Universitetscenter.
- MATHIASSEN, C. (2005): Kina krænker stadig tibetanernes fundamentale rettigheder. *Sneløven*, 15. Årgang, nr. 2. Udgivet af Støttekomiteen for Tibet.
- MICHRINA, B.P. & RICHARDS, C. (1996): *Person to Person – fieldwork, dialogue, and the hermeneutic method*. Albany, State University of New York Press.

- MILLER, J.G. (2004): *Spørgsmålet bag spørgsmålet. Om personligt ansvar i liv og arbejde*. Valby, Borgens forlag.
- MILLS, E.J. et al. (2005): Prevalence of mental disorders and torture among Tibetan refugees: A systematic review. *BMC international health and human rights* 5:7. <http://www.biomedcentral.com/1472-698X/5/7>.
- NORRIS, F.H. et al. (1990): Social support, life events, and stress as modifiers of adjustment to bereavement by older adults. *Psychology and Aging*, 5.
- OCHBERG, F. (1989): Cruelty, Culture and Coping: Comment on the Westermeyer paper. *Journal of Traumatic Stress* 2(4): 537-541.
- OLSEN, H. (2002): Kvaler eller kvalitet? En evaluering af danske kvalitative undersøgelser. *Nordisk psykologi*, 54.
- PEDERSEN, T. (2003): Community-based intervention beyond the 'clinic in the bush'. Anthropological reflections on armed conflict and community healing. *The work field of torture, Quarterly Journal on Rehabilitation of Torture Victims and Prevention of Torture*, Vol 13.
- Planning Council, Central Tibetan Administration (1994). *Tibetan refugee community integrated development plan II 1995-2000*. Dharamsala, Indien.
- ROTHSCHILD, M. (2000): *The body remembers*. New York, W.W. Norton & Company, Inc.
- SCHÖN, D. (2004): *Den reflekterende praktiker – Hvordan professionelle tænker, når de arbejder*. Århus, Forlaget Klim.
- SELIGMAN, M.E.P. (1975): *Helplessness*. San Franscisco, Freeman.
- SILOVE, D. (2004): The global challenge and asylum. I: Wilson, J.P. et al. (ed.): *Broken spirits. The treatment of traumatized Asylum seekers, refugees, war and tortur victims*. New York, Brunner-Routledge.
- STAUB, E. et al. (2005): Healing, reconciliation, forgiving and prevention of violence after genocide or mass killing: an intervention and experimental evaluation in Rwanda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 24, No. 3.
- TERHEGGEN, M.A. et al. (2001): Western conceptualisations and eastern experience: A cross-cultural study of traumatic stress reactions among Tibetan refugees in India. *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 14, No. 2.