

Når katastrofen rammer hjemlandet

En kvalitativ undersøkelse av norske tamilers
opplevelser etter tsunamien

Guri Vindegg

Veiledere:

Professor Sissel Reichelt, Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo
Dr. Psychol. Nora Sveaass, Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress

FORORD

Denne oppgaven har blitt til innenfor flere ulike sammenhenger; innspill fra både veiledning, kurs og prosjektfellesskap har bidratt på veien fra ide til ferdig oppgave, og mange skal ha takk.

Først en stor takk til Nora Sveaass for raushet, inspirasjon og praktisk støtte av mange slag, men særlig for å ha hatt den opprinnelige ideen til prosjektet, og å invitere oss med i forskningsarbeidet som pågikk ved Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress i perioden etter katastrofen. Særlig takk til NKVTS oppdragsgivere, først og fremst Avdeling Psykisk Helse ved Sosial og Helsedirektoratet, og AID (dengang KR D) som gjorde det mulig for å oss å gjennomføre denne studien, blant annet ved å dekke utgifter til helt nødvendige og viktige samarbeidspartnere, nemlig tolkene. En spesiell takk også til dem. Miljøet på NKVTS var en viktig kilde til kunnskap og inspirasjon, særlig i prosjektets tidlige faser. Forskere på de andre tsunamiprojektene var en kilde til spennende diskusjoner og utveksling av erfaringer, særlig Kåre Moen og Sissel Neumayer på Ache-prosjektet. Jeg vil også gjerne få takke Sverre Varvins for innspillet om eksilets ambivalens og Melinda Meyer for hjelp med kvalitativ metode og NVIVO. Alle bidrag ved mine fremlegginger på forskningsmøtene til Seksjon for Tvungen Migrasjon på NKVTS var også av stor betydning i prosessen. Veileder Sissel Reichelt ved Psykologisk Institutt bidro med viktige og klargjørende spørsmål i startfasen, og sørget underveis for at formelle krav var godt ivaretatt. Ikke minst vil jeg takke min medstudent Signe Stige for et godt og berikende samarbeid i prosjektets første faser.

Mens oppstarten av prosjektet fant sted innenfor et fellesskap, foregikk arbeidet i senere faser i større grad på egen hånd, men også da fikk jeg noen uvurderlige bidrag fra andre. Jeg vil særlig takke Oddbjørg Skjær Ulvik for et fantastisk lærerikt kurs i kvalitative metoder, som kom svært godt med i arbeidet med analyse og skriving. Min bror Tollef Mjaugedal og min kjære David Brændeland bidro med kritiske gjennomlesninger, med henholdsvis litterært og journalistisk blikk.

Til slutt vil jeg takke informantene som delte sine erfaringer. Jeg håper jeg har vært tro mot deres opplevelser i fremstillingen, og at deres erfaringer kan komme andre til gode.

SAMMENDRAG

Forfatter: Guri Vindegg

Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo

Hovedoppgave til Cand. Psychol.-graden, mai 2007

Tittel: Når katastrofen rammer hjemlandet: En kvalitativ undersøkelse av norske tamilers opplevelser etter tsunamien

Veiledere: Dr. Psychol. Nora Sveaass, Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress og Professor Sissel Reichelt, Psykologisk Institutt

FORMÅL: Undersøke opplevelsene til tamiler i Oslo, som opplevde at familie og venner på Sri Lanka i romjulen 2004 ble rammet av en tsunami, med særlig henblikk på hvilken betydning hjemreise og det å minnes har for bearbeiding av tap. Selvstendig vitenskaplig arbeid tilknyttet tsunamiprojektene ved NKVTS.

METODE: Semistrukturert intervju med 12 personer, transkribert og siden analysert i to faser. Fase en bestod av deskriptiv tematisk analyse, undersøkelse av tidligere antakelser og fokusert litteratursøk. Fase to bestod av utforskning og fortolkning ved hjelp av fokusert lesning av materialet med analytiske grep av formmessig og innholdsmessig art, samt spesifiserte teoretiske innfallsvinkler fra katastrofepsykologi, kulturpsykologi og narrativ psykologi.

RESULTAT: Informantene beskriver omfattende tap og sterke psykologiske reaksjoner i forbindelse med at en tsunami rammet deres hjemland. Det fremkommer stor variasjon i beskrivelse av kontekst med hensyn til sosial kontakt, forhold til eksilmiljøet og forhold til hjelpeapparatet. Å reise til hjemlandet beskrives som betydningsfullt i forhold til å dele sorg med familien, å selv se ødeleggelsene, og å være til hjelp. Å minnes tidligere tap fremstår tidvis som del av en adaptiv bearbeiding av den aktuelle situasjonen.

DISKUSJON: I lys av resultatkapitlene drøftes metodens styrker og svakheter, og teoretisk forståelse av betydningen av hjemreise og minner om tidligere tap. I hvilken grad informantene bør anses som hjelpetrengende diskuteres, og hvilken hjelp som i så fall kunne vært nyttig, samt spørsmålet om overførbarhet.

KONKLUSJON: Informantene beskriver stor grad av smerte. De gjør imidlertid mye for å tilpasse seg situasjonen og søke mening, både gjennom handling og ved å søke å forstå. Dette meningsskapende arbeidet foregår innenfor en mangefasettert kontekst, som også kan sette grenser for tilpasningen. Å undersøke materialet fra tre ulike teoretiske vinkler, som tidvis supplerer og tidvis konkurrerer, får frem ulike nyanser i materialet, og viser at hvilket blikk man har på materialet har betydning for hva man ser.

INNHALDSFORTEGNELSE

INNLEDNING

Eksil og traumer som å være <i>mellom</i>	6
Tsunamien: De norske tamilene i sorg.....	6
Første kontakt med fenomenet.....	7
Valg av fokus og tilnærming.....	7
Litteratur om traumer.....	8
Litteratur om eksil.....	10
Forskningsspørsmål.....	10

METODE

<u>Del I. Valg av metode</u>	11
Kvalitativ metodologi.....	12
Intervju som metode.....	12
<u>Del II. Produksjon av empirisk materiale</u>	13
Utvikling av intervjuguide.....	13
Rekruttering av informanter.....	14
Gjennomføring av intervjuer.....	15
Transkribering.....	16
<u>Del III. Analyse</u>	16
Analysefase I.....	17
<i>Refleksjon om antakelser</i>	18
<i>Supplerende litteratur</i>	19
Analysefase II.....	20
<i>Fremgangsmåte</i>	21
<i>Endelige analytisk modell</i>	22

RESULTAT

<u>Del I. Tap og psykologiske reaksjoner</u>	24
Uvisshet: De første timene og dagene.....	24
Visshet: De første ukene og månedene.....	27

<u>Del II. Handlingsrom: Å søke mening mellom her og der</u>	31
Å være mentalt tilstede <i>der</i>	32
Å sørge <i>her</i> : Eksilet som setting for ritualer.....	34
Eksilet som sosialt rom i en krisesituasjon.....	36
Å handle og bli behandlet i vertslandet.....	40
<i>Jobb og studier: En arena for aktivitet</i>	40
<i>Hjelpeapparatet: Erfaringer med og holdninger til å få hjelp</i>	41
Å reise til hjemlandet etter katastrofen.....	44
<i>For og imot</i>	44
<i>Opplevelser</i>	46
<i>Å hjelpe</i>	47
<i>Evaluering av reisen</i>	50
Endret forhold til hjemlandet etter katastrofen.....	50
<u>Del III. Historier: Å søke mening mellom før og etter</u>	52
Å tidfeste: Kontinuitet og diskontinuitet.....	52
Å sette ord på det.....	53
<i>Bølgebeskrivelser</i>	53
<i>Krig som referansepunkt</i>	54
<i>Å beskrive det ubeskrivelige</i>	56
Å minnes: Om hukommelse og glemsel.....	59
Fastfrosset: Å ikke få sørge.....	60
Avslutning.....	61
<u>DISKUSJON</u>	
Refleksjon om metode.....	63
Teoretisk forståelse av å minnes.....	65
Teoretisk forståelse av hjemreise.....	66
Om overførbarhet.....	68
<u>KONKLUSJON</u>	
Ulike måter å være mellom.....	69

INNLEDNING

Eksil og traumer som å være mellom

Å være i eksil beskrives ofte som å være i et spenn mellom det nye landet *her* og hjemlandet *der*. En traumatisk opplevelse beskrives gjerne som et brudd, hvor tiden og skillet mellom *før* og *etter* blir særlig følbart, og hvor man en stund befinner seg i et limbo, og forsøker å gjenopprette kontinuitet og sammenheng i tilværelsen. Kanskje kan disse erfaringene sies å være beslektet på opplevelsplanet? Det å være i eksil, og det å oppleve en traumatisk hendelse kan begge beskrives som mellomposisjoner – den ene i rom og den andre i tid. Hva da når man er i eksil, og en katastrofe rammer hjemlandet? Det er denne opplevelsen jeg vil se nærmere på i denne oppgaven, nærmere bestemt hvordan tamiler i Oslo beskriver sine opplevelser i kjølvannet av at en tsunami rammet Sri Lanka – og hvordan disse beskrivelsene kan forstås, utfra ulike teoretiske rammeverk.

Tsunamien: Tamilene i Norge i sorg

Da en tsunami rammet Sørøstasia den 26. desember 2004 ble en hel verden berørt. Blant de som fulgte TV-sendingene var migranter fra de rammede landene, som fra sin posisjon i eksil ble hjelpeløse vitner til de sterke bildene fra hjemlandet. I Norge gjaldt dette særlig tamilene. Det bor om lag 12 000 tamiler i Norge, hovedsakelig flyktninger fra borgerkrigen (Fuglerud, 2004). Norsk fjernsyn viste intervjuer med fortvilte mennesker fra denne minoritetsgruppen, som hadde mistet eller savnet sine kjære etter bølgen.

Umiddelbart etter tsunamien ble det i Oslo etablert et kriseteam med personer fra Tamilsk Ressurs- og Veiledningssenter (TRVS) og representanter for helsevesenet, der både den kommunale helsetjeneste og spesialisthelsetjenesten inngikk, og representanter fra NKVTS (Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress). NKVTS som helhet engasjerte seg i ulike deler av arbeidet når det gjaldt konsekvensene av katastrofen, både når det gjaldt norske turister som hadde vært der, deres pårørende, innsatspersonell og personer som selv hadde sin opprinnelse i de rammede landene. Etter kort tid ble en rekke forskningsprosjekter med utgangspunkt i dette tema definert, blant annet et prosjekt med fokus på tamilene bosatt i Norge og deres reaksjoner på katastrofen. Først noe senere ble denne forskningen utvidet til også å gjelde mennesker med bakgrunn fra Aceh-provinsen i Indonesia. Den foreliggende oppgaven er en selvstendig, men allikevel integrert del av det totale forskningsarbeidet som ble initiert i etterkant av tsunamien. Prosjektet som fokuserte på tamilene bosatt i Norge og

deres reaksjoner på katastrofen inkluderte to hovedoppgaver i psykologi, denne og en av Signe Stige (Stige, 2006), med henholdsvis kvalitativt og kvantitativt design. Signe og jeg samarbeidet tett i planlegging og gjennomføring av datainnsamlingen, men gjorde analyser og skriftlig fremstilling hver for oss. Jeg vil derfor bruke ”vi” når jeg refererer til det som ble gjort i den tidlige fasen av prosjektet, selv om jeg i denne sammenheng selv står ansvarlig for alle ledd av undersøkelsen og fremstillingen av det. Jeg vil imidlertid bruke ”jeg” om det som omhandler refleksjon rundt egen posisjon og forforståelse, også når jeg refererer til undersøkelsens tidlige faser.

Første kontakt med fenomenet

Vår veileder Nora Sveaass formidlet kontakt med TRVS, med tanke på å gjøre en undersøkelse om de norske familienes opplevelser i forbindelse med tsunamien. Tre måneder etter katastrofen møtte vi to representanter derfra, et møte som utgjorde vår første direkte kontakt med fenomenet. Våre kontaktpersoner på TRVS fortalte om det norske eksilmiljøets erfaringer; om personer som hadde opplevd å miste flere titalls familiemedlemmer, eller at hele landsbyen de vokste opp i hadde blitt skylt på havet. Om folk som etter flere måneder fremdeles ikke visste om nære familiemedlemmer levde eller ikke. Om at det å reise hjem var et viktig tema for folk. Representantene for TRVS fortalte oss også om senterets oppfølging av rammede familier, og om at norske myndigheter hadde bevilget penger til økonomisk støtte til midlertidig hjemreise for de som hadde mistet familiemedlemmer i hjemlandet, et tiltak hvor TRVS utgjorde et bindeledd mellom myndighetene og målgruppen, ved å utarbeide lister over søkere.

Valg av fokus og tilnærming

Dette første møtet med fenomenet var både gripende og tankevekkende. Hvordan opplevdes en slik situasjon? Vi ble særlig interessert i temaet hjemreise, ettersom det var iverksatt et statlig tiltak for å støtte dette. Ville en slik reise hjelpe på den psykologiske integreringen av opplevelsen, eller ville det snarere virke overveldende? I forlengelsen av dette ble vi opptatt av spørsmålet om retraumatisering. Siden dette var en flyktningepopulasjon hadde vi grunn til å tro at mange hadde opplevd traumatiske hendelser i hjemlandet tidligere. Ville minnene om disse komme tilbake i denne situasjonen, og vanskeliggjøre prosessen med å bearbeide opplevelsen? Vi bestemte oss for å gå videre med disse temaene, og ble innlemmet som del av tsunamiforskningen på NKVTS.

Spørsmålet var så hvordan vi skulle nærme oss dette fenomenet. Diskusjonene på NKVTS' tsunamiprojekter foregikk hovedsakelig innenfor rammeverket katastrofepsykologi og traume psykologi, noe som inspirerte til søk etter relevant kunnskap på dette feltet. Vi gjorde litteratursøk innenfor områdene traumer og eksil, og fant ingen tidligere undersøkelser som direkte omhandlet situasjoner hvor migranternes hjemland ble rammet av en større katastrofe. Vi fant imidlertid annen kunnskap som kunne bidra til å kaste lys over denne hendelsen.

Litteratur om traumer

Påkjenninger knyttet til større katastrofer er hovedsakelig undersøkt innenfor rammeverket traume psykologi. Et *traume* forstås som en overveldende påkjenning som skaper endret representasjon i bevisstheten (Varvin, 2003). Hva som vurderes som definerende for et traume varierer fra at stressor er uvanlig og dramatisk, til at hendelsen stiller krav til omstilling som overgår individets ressurser (Horowitz, 1986), eller at hendelsen rokker ved ens grunnleggende antakelser om verden (Janoff-Bulman, 1992). Det vanligste innen forskning på traumer er definisjon som tar utgangspunkt i den ytre hendelsens karakter av å være uvanlig og dramatisk, og i symptomgruppen ptsd – post traumatisk stress syndrom. Forskning viser at det å bli utsatt for en traumatisk hendelse kan medføre karakteristiske psykiske vansker i lang tid (Herman, 1992; Dyregrov, 2000), selv om spesifisitet i reaksjoner er omdiskutert (Scaer, 2005). Mye av litteraturen på feltet er imidlertid nært knyttet til diagnosen ptsd (Ehrenreich, 2003). Symptomene består i plagsomme tanker om hendelsen, aktivering og unngåelse, og ansees av mange å være definerende for det å være "traumatisert" (ibid). Den vanligste ettervirkningen etter traumatiske hendelser er påtrengende bilder fra hendelsen (Dyregrov, 2000).

De fleste studier av traumer etter katastrofer har handlet om overlevende, men det er anerkjent at det å vite at signifikante andre er utsatt for en dramatisk hendelse også kan skape traumereaksjoner (Dyregrov, 2000; Figley & Kleber, 1995), noe som kommer til uttrykk ved at diagnosemanualen DSM inkluderer dette i diagnosekriteriene for ptsd. DSM IV (American Psychiatric Association, 1994) oppgir som kriterie at man har opplevd eller bevitnet en ekstrem traumatisk stressor, eller at man har *blitt konfrontert med at et familiemedlem eller en annen person som står en nær har opplevd uventet død, skade, eller trussel om død eller skade*". Ved slik indirekte eksponering for traumatiske hendelser sees ofte de samme symptomene som hos personer som er direkte rammet (Figley & Kleber, 1995). Når man ikke selv har vært vitne, men får symptomer etter at andre har blitt utsatt for slike påkjenninger,

kalles det gjerne *sekundær traumatisering* (ibid.). Både primær og sekundær traumatisering har typisk et forløp i fire faser; sjokk, reaksjon, bearbeiding og reorientering (Dyregrov, 2000). Forløp og bearbeiding kan imidlertid bli mer komplisert, avhengig både av selve traumet, individuelle faktorer og posttraumatiske omstendigheter (Dyregrov, 2000; Kirmayer, Lemelson & Barad, 2007).

Forløp er blant annet avhengig av hvilken rolle den berørte har hatt under hendelsen. Å være en passiv tilskuer er forbundet med større problemer i ettertid (Dyregrov, 2000; Waldenstrøm, 2005). Dette kan knyttes til at opplevd kontroll, både under hendelsen og i tiden etterpå, antas å fremme bearbeiding (Dyregrov, 2000; Varvin, 2003). Av posttraume-omstendigheter er særlig sosial støtte av betydning for et godt forløp (Dyregrov, 2000). Også kulturelle praksiser som fremmer aktivering og emosjonelle uttrykk av traumet – noe som kjennetegner en del ritualer i forbindelse med tap – kan fremme integrering av traumet (Ahlberg, 2001; Varvin, 2003; Boss, 2004). Likeledes kan kulturelle praksiser som gir mulighet til å dele og som gir en opplevelse av samhørighet bidra i positiv retning (Dyregrov 2000; Ahlberg, 2001).

Ved tap av nære personer er det en flytende grense mellom sorg og traumer (Dyregrov, 2000; Varvin, 2003). Sorg overses ofte av behandlere (Brunvatne, 2006; Varvin, 2003), og kan kompliseres av traumatiske omstendigheter for dødsfall (Dyregrov, 2000). I tilfeller hvor den omkomne ikke blir funnet, kalt *tvetydige tap*, oppstår ofte spesielle problemer (Boss 2004; Dyregrov, 2000). For pårørende er det kjent at god informasjon og det å se skadestedet er viktig for å kunne integrere traumet (ibid). Dette antas å ha særlig stor betydning ved tvetydige tap (ibid).

Gjentatt traumatisering skaper større psykiske plager (Brunvatne, 2006; Steel, 1999). Når en som tidligere har opplevd et traume opplever et nytt, vurderes dette å kunne resultere i *retraumatisering* (van der Kolk, 1994); at vonde minner om tidligere hendelser kommer tilbake, noe som virker ytterligere belastende i en allerede vanskelig situasjon.

Traumefeltets fokus på stressor og ptsd har lenge vært utsatt for kritikk. Kritikken har gått på at det skapes et kunstig skille mellom traumer og andre påkjenninger, at andre typer reaksjoner enn ptsd overses (Scaer, 2005) og at traume som en prosess over tid overses (Ehrenreich, 2003). Forskning på traumer og katastrofer kritiseres også for å fokusere på universale reaksjonsmønstre, på bekostning av å fokusere på unike hendelser og mekanismene i disse (ibid). I forlengelsen av dette etterlyses det ofte undersøkelser av traumatiske påkjenninger i komplekse situasjoner, hvor også kontekst tematiseres (Figley & Kleber, 1995; Kirmayer, Lemelson & Barad, (2007).

Litteratur om eksil

Flukt og migrasjon studeres ofte innenfor rammen av stress og psykisk helse (Miller et al, 2002; Organista, Organista & Kurasaki, 2003). Å flykte og å være i eksil innebærer en stor overgang og mange tap, og studier innen migrasjonshelse viser økt forekomst av psykiske lidelser som ptsd og depresjon i flyktningepopulasjoner (Brunvatne, 2006; Lie, 2004). Den store helseundersøkelsen i Oslo i 2005 viste for eksempel dobbel så stor risiko for psykiske problemer hos innvandrere og flyktninger fra fattige land som for befolkningen forøvrig (Lie, 2006). For å undersøke hva som ligger til grunn for denne økte sykkeligheten ble tidligere hovedsakelig hendelser *før* migrasjon undersøkt, i tråd med tradisjonell traumeforståelse som vektlegger uvanlige ytre hendelser, for eksempel krigshendelser (Miller et al, 2002). Senere har det vært økt fokus på belastninger ved selve eksiltilværelsen som forklaring på økt sykkelighet hos flyktninger (ibid), og resultater fra mange nyere undersøkelser peker i retning av at forhold ved eksiltilværelsen har mer å si enn tidligere traumer for psykisk helse (ibid). Ulike sider ved eksiltilværelsen har vært undersøkt med henblikk på dette. Berry peker på at marginalisering, med liten forankring både i vertlandets kultur og i eksilmiljøet, er forbundet med særlig stor risiko (Berry, 1995). Eisenbruch foreslår begrepet *kulturelt tap* for å beskrive eksilproblemer knyttet til mening og identitet (Eisenbruch, 1988). Det kulturelle tapet kan blant annet handle om manglende tilgang på ritualer ved overganger i livet, noe som ofte er et problem i eksil (Ahlberg, 2001).

Innenfor en traumeramme har eksil blitt vurdert som et eksempel på *kumulative* traumer (Kahn, 1963), hvor flere belastende hendelser kommer etter hverandre, (van der Veer, 1995), og hvor nye tap både kan aktivere gamle tap, og være traumatiserende i seg selv (Varvin, 2003). En potensielt belastende hendelse for mennesker i eksil er det å få dårlige nyheter fra hjemlandet (Miller et al, 2002; Brunvatne, 2006; van der Veer, 1995). Dette er også knyttet til økte helseplager (Brunvatne, 2006; van der Veer, 1995). Grunnet billigere og mer tilgjengelig kommunikasjon har mange flyktninger nå tettere kontakt med hjemlandet, av noen beskrevet som en transnasjonal tilværelse (Fuglerud, 2004). Opprettholdelse av sosiale bånd i hjemlandet beskrives som et typisk trekk ved nyere migrasjonsmønstre (Fuglerud, 2004; Murphy, 2006), men det er blandede funn med hensyn til hvilken betydning dette har på psykologisk tilpasning. Noen mener at transnasjonal aktivitet er viktig og nødvendig for migranter (Mahalingam, 2006). Samtidig rapporteres det at økt kontakt har skapt økt press på diaspora til å bidra til hjemlandet (Fuglerud, 2001). Undersøkelser viser også sammenheng

mellom hyppig kontakt med hjemland og symptomer som angst og depresjon (Murphy, 2006).

Forskning på flyktninger har vært kritisert for å ha for stort fokus på psykiatrisk symptomatologi (Miller et al, 2003). Det hevdes at denne tilnærmingen har gitt begrenset forståelse av eksilets psykologi (ibid). Feltet kritiseres også for å være for orientert mot universalialia, gitt stor variasjon i situasjoner (ibid). Det hevdes å være en metodologisk utfordring på feltet at migranternes utsagn ofte er motsetningsfylte og tvetydige, ettersom dette kan være en feilkilde (Uehling, 2002). Enkelte etterlyser flyktningenes egne stemmer, som hevdes stort sett å være fraværende i litteraturen om flyktnings psykiske helse (Miller et al, 2003).

Forskningsspørsmål

Møtet med fenomenet hadde fanget vår interesse, og søk i litteratur forsterket og utvidet denne. At flyktninger opplevde at hjemlandet var rammet av en katastrofe fremstod som en kompleks situasjon, der mange aspekter kunne tenkes å være hensiktsmessige å undersøke nærmere. Vi bestemte oss for å holde fast ved spørsmålet om betydningen av hjemreise etter katastrofen. Likeledes ønsket vi å gå videre med spørsmålet om retraumatisering, om hvorvidt minner om tidligere traumatiske opplevelser ville komme tilbake i denne situasjonen, og komplisere bearbeiding. Vi vurderte det også som nødvendig å få et mer generelt bilde av hvordan denne situasjonen opplevdes, som bakteppe for de temaene vi hadde i fokus.

METODE

Del I: Valg av metode

Da kvalitative metoder regnes som velegnede til å undersøke fenomener av kompleks og personlig karakter (Creswell, 1998; Haavind, 2000; Kvale, 1995), ønsket vi å benytte oss av en slik tilnærming. Da vi også ønsket å få data som kunne sammenlignes direkte med funn fra andre populasjoner, utviklet vi parallelt en spørreundersøkelse med kvantitativt design, som ble grunnlag for en annen hovedoppgave (Stige, 2006). Tanken var at resultatene fra disse to undersøkelsene også kanskje kunne utfylle hverandre i et *blandet design* (Brannen, 1993).

Kvalitativ metodikk

Kvalitative metoder rommer mange ulike tradisjoner (Creswell, 1998). De ulike metodene har til felles at de hviler på en antakelse om flertydighet og et fokus på subjektivitet (Creswell, 1998; Patton, 1990). Ulike metoder har også til felles et mål om å utforske nyanser (Haavind, 2000). Det etterstrebes ofte å undersøke fenomener på flere nivåer, både subjektiv opplevelse og hvordan denne opplevelsen forholder seg til den ytre verden (Creswell, 1998; Haavind, 2000). Ulike metoder har også til felles at *fortolkning* står sentralt (ibid). Dette innebærer at forskerens subjektivitet spiller inn i analysen, og at det blir viktig å gjøre rede for og reflektere over egen posisjon (Creswell, 1998; Haavind, 2000; Patton, 1990).

Det er et mål i mange kvalitative metoder at en undersøkelse skal være empiridrevet (Patton, 1990; Kvale, 1995; Haavind, 2000). Dette innebærer at forskningsspørsmål og design kan endres underveis i undersøkelse, i takt med at forståelsen av fenomenet utvikles (Patton, 1990; Haavind, 2000). En del teoretikere innen kvalitativ metode beskriver det som en fordel å ikke ha en for detaljert plan på forhånd, for å kunne endre design underveis om empirien skulle frembringe nye temaer eller nyanser, eller om andre forhold skulle tilsi at endret tilnærming vil være hensiktsmessig (Haavind, 2000; Patton, 1990, Creswell, 1998).

Kvalitative metoder anses å være nyttige for å gi detaljerte data om spesifikke situasjoner, og også for å teste ut og utvikle teori (ibid). Resultater fra slike studier vurderes også som nyttige for å utvikle kulturelt forankrede kvantitative metoder og nyttige intervensjoner, grunnet sensitivitet for kontekst (Miller et al, 2003).

Ettersom kvalitative undersøkelser ofte er orientert mot å utforske nyanser i en unik situasjon, er ikke målet å generalisere resultatet i en bestemt populasjon. Resultatet kan snarere vurderes som et bidrag til hvordan et fenomen kan forstås, og resultatenes overførbarhet til lignende situasjoner vil kunne diskuteres. Ettersom både holdning og fremgangsmåter innen kvalitative metoder innebærer en annen logikk enn kvantitative metoder, brukes også andre kvalitetsmål enn reliabilitet og validitet i tradisjonell forstand. Det er ulike meninger om hvilke kvalitetsmål som er rimelige i vurdering av kvalitative metoder. Transparens, at forskeren viser hvordan han eller hun har kommet frem til resultatet, er imidlertid et vanlig kriterium. Likeledes refleksivitet; at forskeren reflekterer under hvert trinn i prosessen, og at dette vises i fremstillingen.

Intervju som metode

Intervju er en hyppig brukt metode innenfor forskning med kvalitativt design. Ofte brukes fokusert eller semi-strukturert intervju, hvor temaområder og spørsmål er formulert, men hvor

rekkefølgen gjerne kan endres avhengig av hvordan informanten forteller. Det anbefales å lære intervjuguiden utenat, for både å kunne følge og lede den som blir intervjuet. En slik fleksibilitet kan være en fordel for å få valid informasjon, og for å kunne vise empati (Kvale, 1995). Ved bruk av denne metoden må man imidlertid være observant på at empirien, og i noen grad vil kunne være preget av intervjueren.

Del II: Produksjon av empirisk materiale

Innenfor kvalitative metoder er forskerens subjektivitet en faktor, noe som får implikasjoner for syn på empiri. "Datainnsamling" impliserer at man innhenter noe som er der ute som sådan. "Produksjon av empirisk materiale" har blitt foreslått som en mer dekkende beskrivelse av prosessen, for å romme at forskerens person og teoretiske posisjon er med på å forme empirien (Skjær Ulvik, 2007).

Utvikling av intervjuguide

Ettersom vi hadde fokus på hjemreise og retraumatisering, men også ønsket å få et generelt overblikk over situasjonen, valgte vi ut noen overordnede temaer som syntes sentrale og inkluderte disse i intervjuguiden. Disse temaene var: Informasjon, psykologiske reaksjoner, sosial støtte, behov for hjelp, vurdering, opplevelse og betydning av hjemreise, og tanker om fremtiden. Vi formulerte spørsmål innenfor hvert av disse områdene, og listet opp underspørsmål som kunne være aktuelle å probe med (se appendiks).

Den kvantitative undersøkelsen hadde form av en spørreundersøkelse, og ble sendt ut til cirka 1600 respondenter. Spørreskjemaet besto av både symptomsjekklister og spørsmål spesielt utviklet for denne undersøkelsen, og inneholdt de samme overordnede temaene som intervjuguiden, dette med sikte på å kunne sammenstille resultatene fra de to materialene.

Vi valgte en semistrukturert form på intervjuguiden, for å ha våre interesser i fokus og samtidig kunne fange opp eventuelle nye temaer. Vi valgte en kronologisk oppbygning, av hensyn til orden og logikk samt for å lette utenatføring. Grunnet vår interesse for mulig retraumatisering valgte vi i tillegg til våre egne spørsmål å ha med Harvard Trauma Questionnaire, et standardisert mål på traumer spesielt tilpasset flyktninger (Mollica et al, 1992) (se appendiks). Disse spørsmålene ble stilt til slutt i intervjuet.

Når intervjuer og informant har ulik kulturell bakgrunn er det viktig å ta i vareta kultursensitivitet for å få valid informasjon (Jareg & Pettersen, 2006; Kvale, 1995). Grunnet begrenset kjennskap til tamilsk kultur ønsket vi å få en vurdering av noen som kjente

kulturen, om hvorvidt temaer i intervjuguiden kunne tenkes å oppleves som støtende eller upassende av informantene. To personer ved TRVS leste igjennom vårt utkast, og de vurderte temaer og formuleringer som uproblematisk i forhold til kulturelle tabuer. Etersom intervjuet skulle foregå på informantens andrespråk eller via tolk vurderte vi språklig klarhet å være av stor betydning. Vi lot derfor en tamilsk tolk lese igjennom intervjuguiden med tanke på dette, og gjorde noen mindre endringer etter hans innspill.

Vi antok at informantene var i en tung livssituasjon, og at våre spørsmål ville berøre emner som for dem var til dels private og smertefulle. Å artikulere en vond opplevelse kan innebære en fare for retraumatisering (van der Kolk, 1994). For å forhindre dette etterstrebet vi å ha en trygg og ivaretagende ramme rundt intervjuet, og spurte etter intervjuene hvordan informanten hadde opplevd å snakke om dette, for å kunne ivareta ved eventuelle negative erfaringer. Da det er kjent at emosjonelt ladet stoff kan vanskeliggjøre å snakke på et andrespråk man vanligvis behersker (Varvin, 2003; Jareg & Pettersen, 2006), valgte vi å tilby alle informantene å ha tolk tilstede under intervjuet, også de som måtte snakke godt norsk.

Da vi i intervjuet spurte eksplisitt om hvorvidt personen hadde fått nok hjelp, var vi forberedt på at enkelte av de vi møtte kunne ha opplevd å ikke ha fått den hjelpen de hadde ønsket av hjelpeapparatet. I slike tilfeller hadde vi avtale om at veileder kunne kontakte deres fastlege, slik at vedkommende kunne fanges opp av helsevesenet.

Rekruttering av informanter

Hvordan skulle vi komme i kontakt med aktuelle informanter? Tamilsk Ressurs- og Veiledningssenter hadde en liste over et hundretalls personer de hadde bistått i forbindelse med tsunamien, og også en liste over de som søkte om økonomisk støtte til midlertidig hjemreise. Av konfidensialitetshensyn kunne vi ikke selv ta direkte kontakt med personene på disse listene, men vår kontaktperson ved TRVS tilbød seg å ta seg av dette. Dette var bekvemmelig siden TRVS hadde oversikt over utvalget og kontakt allerede var etablert. Vi valgte å takke ja, selv om vi antok at det å la andre stå for rekrutteringen kunne innebære slagsider vi ikke hadde oversikt over, siden vi ikke kjente miljøet.

Skulle vi benytte oss av et stratifisert utvalg? Hvilke faktorer kunne tenkes å være av betydning? Siden vi var særlig opptatt av temaet hjemreise, ønsket vi å ha med flest informanter som hadde reist til Sri Lanka etter tsunamien. Vi ønsket imidlertid også å ha med noen som *ikke* hadde reist, utfra en tanke om at også dette kunne belyse betydningen av hjemreise. Vi ønsket oss for øvrig størst mulig spredning blant informantene i forhold til kjønn, alder og religion, da dette var faktorer vi vurderte at kunne spille en rolle for

opplevelsen av denne situasjonen. Vi ba våre hjelpere ved TRVS om størst mulig spredning på disse variablene, uten at vi la noen klart definerte føringer.

Fremgangsmåten i rekrutteringen ble dermed at TRVS tok kontakt med mulige informanter fra deres liste over rammede personer. Hvis noen var interessert i å delta, fikk de så tilsendt et informasjonsskriv fra oss på norsk og tamil. Dette gjorde vi for å forsikre oss om at potensielle informanter ville ha tilstrekkelig informasjon om prosjektet til å kunne gjøre et informert samtykke. Vi fikk en liste fra TRVS over femten aktuelle informanter som vi så kontaktet per telefon, og fikk avtale om intervju med tolv av disse.

I dette endelige utvalget på tolv informanter var det fire kvinner og åtte menn. Alderen varierte fra 23 til 49 år, og de fleste var rundt 40. Alle unntatt én var gift og hadde barn. Syv informanter hadde bodd i Norge i 7-12 år, fem i 15-20 år. Alle unntatt én hadde fått innvilget oppholdstillatelse i Norge, tre på grunnlag av familiegjennforening, resten på humanitært grunnlag. Fire var kristne, resten hinduer. Alle unntatt tre hadde reist til hjemlandet etter tsunamien. Under intervjuet kom det frem at to av informantene hadde vært på Sri Lanka på ferie under tsunamien, den ene i et rammet område. Begge disse reiste til Norge umiddelbart etter tsunamien, men reiste så tilbake til hjemlandet et par måneder senere. Svarene på Harvard Trauma Questionnaire viste at alle informantene hadde opplevd en rekke potensielt traumatiserende hendelser mens de bodde på Sri Lanka.

Gjennomføring av intervjuer

I tråd med retningslinjer for bruk av tolk (Jareg & Pettersen, 2006) hadde vi et formøte med tolkene for å fortelle om hensikten med intervjuene og for å avklare roller. Vi gjennomførte seks intervjuer hver, dette med tanke på å kunne drøfte inntrykk med hverandre underveis. Etter at vi hadde gjort ett intervju hver møttes vi med tanke på eventuelt å justere noe i intervjuguiden, men kom frem til at den fungerte tilfredsstillende. Observasjoner fra intervjuene og refleksjoner rundt disse ble utvekslet gjennom hele intervjufasen, for gjensidig støtte og læring. Vi gjennomførte intervjuene enten i lokalene til NKVTS eller hjemme hos informanten, avhengig av informantens ønske. To av informantene ønsket ikke å benytte tolk, og intervjuene med disse ble gjennomført på norsk, etter informantenes ønske. Også to av intervjuene hvor tolk var tilstede ble hovedsakelig gjennomført på norsk. En informant ville bruke sin egen tolk. Vi antok at manglende nøytralitet hos tolken ville kunne gi en selektiv eller skjev fremstilling av informantens utsagn, men aksepterte dette da det var et absolutt krav fra informantens side for å delta.

Transkribering

Vi transkriberte de intervjuene vi selv hadde gjort, for å få med ikke-verbal kommunikasjon, kontakt og emosjonalitet i teksten der dette kunne være informativt. Vi la oss nokså tett opp til det muntlige språket i transkriberingen. I arbeidet med den endelige fremstillingen har noen sitater blitt gitt et mer skriftlig preg, i tråd med retningslinjer for skriftlig gjengivelse av muntlig språk (Kvale, 1995). Behandling av sitater vil utdypes under redegjørelsen for behandling av sitater, i resultatdelens innledning.

Del III: Analyse

Jeg vil her gjøre rede for noen overordnede valg og generelle trekk ved analysen av intervjuene, for senere å komme tilbake til konkrete fremgangsmåter som ble brukt. Analyse er det punktet hvor ulike kvalitative tradisjoner skiller seg mest fra hverandre (Creswell, 1998). Metodene spenner fra fremgangsmåter utformet etter prinsipper fra en eller flere kvalitative tradisjoner og tilpasset den enkelte undersøkelse, til forhåndsbestemte prosedyrer (Haavind, 2000; Creswell, 1998). Det er ofte ikke gitt hva som er mest hensiktsmessig i den enkelte undersøkelse (ibid). Jeg har her valgt en fremgangsmåte utformet etter generelle prinsipper og tilpasset dette empiriske materialet. I tråd med prinsippet om designfleksibilitet har jeg etterstrebet å la empirien styre. Jeg har også lagt vekt på undersøkelse av egne antakelser og utvikling av disse i analysen.

Hvilken analyseform som er mest hensiktsmessig å benytte på et gitt materiale er altså ikke gitt, og det er heller ikke gitt hvordan man definerer analysen som *fase*. Det kan hevdes at analysen begynner i det øyeblikk man først kaster sitt blikk på fenomenet, og at den ikke er avsluttet før siste punktum er satt i den endelige fremstillingen (Creswell, 1998). I et mer formelt perspektiv kan analysen anses å være en separat fase mellom produksjon av empirisk materiale og fremstillingen av materialet (ibid). I denne undersøkelsen ble det systematiske arbeidet med analysen og alle metodiske valg knyttet til dette gjennomført av undertegnede etter at transkriberingen var fullført, etter en fase med planlegging og produksjon av empirisk materiale som foregikk i et nært samarbeid med en annen. Jeg velger her derfor å omtale det som ble gjort etter transkriberingen som *selve analysen*. Jeg ønsker imidlertid å redegjøre for noen refleksjoner i prosjektets tidlige faser som utgjorde et forarbeid for analysen, og som til dels var med å prege senere mer eksplisitte analytiske valg. Møtene med informantene, arbeidet med transkriberingen og ikke minst diskusjonene med min samarbeidspartner innebar refleksjoner som hadde preg av å analysere materialet og utvikle forståelsen av det. Et annet

bidrag til utvidet forståelse forut for den mer systematiske analysen bestod i innspill fra eksperter. Ved to anledninger hadde jeg anledning til å legge frem mine foreløpige inntrykk fra tematisk analyse på forskningsmøtet til Seksjon for tvungen migrasjon ved NKVTS. I dette forumet fikk jeg innspill fra erfarne forskere som delvis bekreftet mine tanker, og delvis utgjorde nye ideer til tilnærming til materialet.

Analysefase I

I første omgang leste jeg intervjuene gjentatte ganger og noterte tentative temalister, dette for å bli kjent med materialet og få oversikt. Jeg søkte i denne omgang å være mest mulig nøktern og deskriptiv, og minst mulig styrt av teoretiske begreper.

Temalistene og arbeidet med dem (se appendiks) var tankevekkende. Det fremkom riktignok mange temaer som var i tråd med undersøkelsens utgangspunkt, temaer som lidelsestrykk og hjelpebehov, men det fremkom også noen helt nye temaer, og *måten* enkelte temaer ble beskrevet på var litt annerledes enn først antatt.

I det opprinnelige designet var lidelsestrykk i psykologiske reaksjoner tenkt kriterium på hvor stor påkjenning denne situasjonen var. Det virket imidlertid som om det var ulik *kvalitet* på smerten som ble beskrevet, og at denne ikke bare var av negativ karakter. Jeg ble også slått av at mange selv aktivt gjorde mye for å løse eller lindre problemer tilknyttet situasjonen, både gjennom å handle og gjennom å søke å forstå – dette i kontrast til ideen om at de *trengte hjelp*. Måten sosiale relasjoner ble omtalt var også påfallende, og sosial støtte fremstod som noe som oppstod i samspill mellom individ og en sammensatt sosial virkelighet, hvor gjensidighet var et ideal.

Når det gjaldt hjemreisen, hadde jeg opprinnelig primært tenkt på dette i forhold til om det ville hjelpe den enkelte i sin prosess med å integrere opplevelsen. Det lot imidlertid til at informantene var vel så opptatt av *å være til hjelp* i hjemlandet. Når det gjaldt hvilken rolle tidligere traumer spilte i denne situasjonen, hadde jeg forestilt meg det at minner om tidligere vonde hendelser kom tilbake som en belastning. Utfra informantenes beskrivelser kunne det imidlertid synes som om mange aktivt gjenkalte tidligere smertefulle opplevelser, som en del av sin bearbeiding.

Etter denne første sorteringen av materialet ble det tydelig at det var forskjellige temaer som fremstod som interessante i det kvalitative og det kvantitative materialet. Vi hadde imidlertid et blandet design, og søkte å finne måter å sammenstille resultatene på. Da var det enklest å holde seg til de opprinnelige variablene, som var felles for de to undersøkelsene. Noen funn utfylte hverandre på interessante vis. Vi fant blant annet en positiv

korrelasjon mellom symptomtrykk og det å ha reist til hjemlandet i spørreundersøkelsen, noe som kunne tilsi at man burde fraråde berørte personer å reise. I intervjuene kom det imidlertid frem at informantene i all hovedsak fant det svært meningsfullt å reise, selv om det var smertefullt. På enkelte områder kunne altså funn fra symptomsjekklister og en mer subjektiv opplevelsesdimensjon som kom frem i intervjuene utfylle hverandre. Samtidig var en del sider ved begge materialene vanskelige å utforske når målet var å sammenstille funnene med et annet materiale, som også hadde en annen logikk. Utfra dette valgte vi å gjøre atskilte analyser og fremstillinger av de to materialene.

Refleksjon om antakelser

Dette endrede utgangspunktet for analysen åpnet for en ny utforskning av materialet. Jeg kunne nå gå inn i de temaene som virket mest interessante, uavhengig av om de passet med de forhåndsdefinerte variablene. Å kunne overskride denne rammen synliggjorde noen antakelser som hadde preget min forforståelse av fenomenet, og som hadde hatt innflytelse på utformingen av de opprinnelige forskningsspørsmålene. Som beskrevet ovenfor ble jeg i den tematiske analysen slått av at materialet sa mye om *aktiv handling og meningssøken* situert i en *kompleks kontekst*. At dette var så slående gjorde det nærliggende å vurdere min forforståelse som preget av dekontekstualisert og passiv menneskemodell. En dekontekstualisert forståelse kan knyttes til det å høre til en individualistisk orientert vestlig kultur (Wheeler, 2000; Berry et al, 2002). Også psykologifaget kritiseres for å være preget av en dekontekstualisert menneskemodell (Schweder, 1990; Berry et al, 2002). Det passive i min forforståelse innebar blant annet at jeg hadde hatt en antakelse om at informantene var *hjelpetrengende*. En slik antakelse kan kanskje knyttes til det å som vordende psykolog tilhøre en "hjelpesprofesjon", hvor mye av rollen er å yte hjelp til mennesker som trenger det, og hvor dette legger føringer på forståelse. Et fokus på mennesker som hjelpetrengende kan kanskje også knyttes til det som beskrives som den moderne vestlige forventningen om at "alt har en kur" (Frank, 1995). Et annet moment som kan tenkes å ligge til grunn for en passiv og dekontekstualisert menneske modell er opplæring i psykiatriske klassifikasjonssystemer og tenkemåter. Enkelte kritikere hevder at disse rammeverkene bygger på slike antakelser, og at dette virker begrensende på forståelse av menneskelig lidelse (Summerfield, 1995). Disse trekkene ved psykologifaget og ved hjelpeprofesjoner generelt har blitt tematisert i en generell kritikk av "den psykologiske offerindustrien" (Dineen, 1999).

Møtet med en annen referanseramme hadde tydeliggjort min egen; i møte med *svarene* ble det klart at også *spørsmålene* og den som stilte dem inngikk i en kulturell kontekst og

gjenspeilte en bestemt forståelsesramme. Jeg ønsket å ta konsekvensen av disse observasjonene ved å utvide perspektivet noe i neste fase av analysen. Jeg fikk et ønske om å finne et teoretisk rammeverk som kunne gi mening til disse observasjonene, og som kunne gi noen lesenøkler som ville bidra til å løfte frem disse aspektene ved materialet.

Supplerende lesning

Jeg gjorde et nytt litteratursøk på temaet traumer, tap og eksil. To teoretiske rammeverk som fremstod som særlig egnede til å kaste lys over materialet var kulturpsykologi og narrativ psykologi. Disse bygger på et felles filosofisk tankegods fra fenomenologi og hermeneutikk, overlapper til dels, og er begge overordnede betegnelser på tradisjoner som rommer ulike begrepsapparater og teoretiske forankringer. De to tilnærmingene har som premiss at mennesket er meningssøkende av vesen, uløselig knyttet til sosiokulturell kontekst. Språk og språkbruk anses å være sentralt for å forstå både mening og kontekst, og begge disse rammeverkene har blitt styrket etter ”den språklige vendingen” i humaniora og samfunnsfagene (Bruner, 1990). Kulturpsykologien og narrativ psykologi har også til felles at en krise eller et traume forstås som et brudd som avstedkommer forsøk på å tilpasse seg og skape ny mening (Schweder, 1991; Crossley, 2000; Miller, 2003; McAdams, 1993.)

Det særegne med det kulturpsykologiske rammeverket er den sterke vektleggingen av at individ og kulturell kontekst er sammenvevde størrelser (Schweder, 1991; Hundeide, 2003; Haavind, 2002). Sinnet forstås som resultat av sosial interaksjon, og strukturert av erfaringer i en spesifikk kulturell kontekst (Hundeide, 2003). Individets handlinger og sosiale strukturer anses å forutsette hverandre, og prosessene som skjer i skjæringspunktet mellom individ og ytre sammenheng er i fokus (Cole, 1996; Bracken, 2002). Dette fokuset innebærer at relasjoner og kulturelle idealer blir viktige for identitet og opplevd mening. Innenfor denne rammen forstås traumer og kriser som brudd i mening, som må forstås utfra den spesifikke konteksten det skjer i (Bracken, 2002). Den fremste utfordringen for individet blir å gjenskape en opplevelse av mening i sitt liv. Kulturen gjør tilgjengelig ulike redskaper og fortolkninger av traumet, noe som legger føringer for individets meningsskaping. Traumatiske erfaringer, og den søken etter mening som de trigger, forstås i lys av forholdet mellom individet og dennes samfunn, med utkomme som resultat av kulturelle, sosiale og politiske krefter. Slik sett forstås heling etter traumer også som en kollektiv aktivitet. Kulturpsykologien søker å anta et prosessperspektiv og å favne kompleksitet. I studier av migranter har imidlertid også kulturpsykologien blitt kritisert for å ikke å ta inn kompleksiteten i slike livssituasjoner (Mahalingam, 2006).

Narrativ psykologi har som nevnt mye av grunnpremissene felles med kulturpsykologi. Narrativ teori særmerkes imidlertid med å vektlegge hvordan individ og kontekst er bundet sammen via språket, og på hvordan mennesker skaper mening via historier. Jerome Bruner beskriver i sin bok *Acts of meaning* sinnet som narrativt av natur (Bruner, 1990). Opplevelser beskrives som å integreres i et plot, en storyline, eller en narrativ (McAdams, 1993; White, 2006). Tid anses å være et viktig strukturerende prinsipp i menneskelig erfaring, og i forlengelsen av dette anses hukommelse og ideer om fremtiden å være sentrale for identitet (Crossley, 2000; McAdams, 1993). Innen narrativ psykologi er det et generelt premiss at kamp mellom fragmentering og sammenheng, forbundethet og isolasjon er sentrale temaer i menneskelig eksistens (Crossley, 2000). Disse temaene blir særlig sentrale i kriser, og dette rammeverket vurderes derfor av noen som særlig velegnet for å forstå kriser, påkjenninger og overganger i livet (ibid.). Traumer forstås som brudd i sammenheng, som at en opplevelse ikke passer inn i en persons historie om seg selv. Narrative studier av traumer har vist at traumehistorier har en rekke typiske kjennetegn, som repetisjon og sammenligning (Crossley, 2000; Benezet, 1999). Eksil sees i dette lyset som en fundamentalt temporal erfaring, med livet før migrasjonen som et sentralt referansepunkt (Miller et al, 2003). Ettersom narrativ tilnærming vektlegger temporalitet, vurderes dette rammeverket av enkelte som spesielt velegnet til å studere erfaringene til mennesker i eksil (ibid.)

Dette fokuserte litteratursøket ga noen teoretiske perspektiver som syntes å kunne utvide forståelsen av observasjonene i den tematisk analysen. Kulturpsykologi og narrativ psykologi rommet begge både en tankegang og et begrepsapparat som jeg antok ville være nyttig i den videre fortolkningen av det empiriske materialet.

Et aktuelt valg kunne vært å la disse perspektivene erstatte de tidligere rammeverkene. Jeg ønsket imidlertid heller å se om de kunne supplere hverandre, og prøve å finne ut om de ville bringe frem ulike sider av materialet. Å ha med både det opprinnelige og det supplerende teoretiske rammeverket utgjorde ikke bare *annet* perspektiv på empirien, men også en generelt større *bevissthet* om betydningen av teoretisk posisjon, og av å vite og vise hvilken forståelsesramme det til enhver tid tenkes innenfor. Denne økte bevisstheten med hensyn til hvilket blikk som ble benyttet utgjorde også en større mulighet til å utforske nyansene i det empiriske materialet.

Analysefase II:

Ut fra dette utvidede perspektivet arbeidet jeg videre med analysen, nå med sikte på å utvikle en analytisk modell som kunne brukes til å fremstille materialet. For å komme frem til en

analytisk modell benyttet jeg først analytiske grep med sikte på å utvide og berike forståelsen av materialet, og deretter andre grep med sikte på å finne et fokus. Noen av grepene bidro både til å berike og fokusere.

Fremgangsmåte

Metoden jeg brukte for å analysere materialet ble til underveis. De analytiske grepene var delvis inspirert av metodelitteratur og teori, og ble delvis til i møtet med materialet. Rent teknisk leste jeg intervjuene igjen og igjen, tok notater, og førte logg over prosessen. Parallelt med denne utforskningen formulerte jeg tentative analytiske spørsmål, og jobbet med en disposisjon til den endelige fremstillingen av materialet.

I hver nye gjennomlesning betonte noe fremfor noe annet, for så å se hva dette brakte frem i materialet. Først brukte jeg ulike grep for å strukturere materialet etter form. Jeg sammenstilte intervjuer som hadde likhetstrekk, for så å se etter likheter og forskjeller mellom disse. Jeg tok også utgangspunkt i intervjuer som skilte seg ut, eksempelvis ved grad av integrering, eller grad av emosjonalitet i fortellingen, og leste så de andre i lys av disse som skilte seg ut. Jeg så etter motsetninger mellom informanter, og artikulerte hva disse motsetningene bestod i. Jeg så også etter motsetninger og ambivalens innenfor en og samme informant. Jeg også så på kronologi, og lette etter prototypiske forløp, og etter forløp som skilte seg ut.

Etter hvert som jeg ble kjent med materialet ble jeg opptatt av ulike teoretiske forståelser av temaene som fremkom. Jeg søkte å anvende teorien i lesningen, og å teste ut ulike begrepsapparat på empirien. Utfra teori om traumer og katastrofer forsøkte jeg å gjenkjenne typiske symptomer og å vurdere hvilken fase informantene var i. Tradisjonell eksilteori satte fokus på risikofaktorer ved eksiltilværelsen, særlig marginalisering. Kulturpsykologisk teori inspirerte til fokus på hvordan individ og kontekst veves sammen, og til å prøve å se hvordan ulike kulturelle fortolkningsrammer ble benyttet, og om spørsmål og svar kunne gjenspeile forskjellige forståelsesrammer. Narrativ psykologi ga begreper for å analyserer informantenes utsagn som historier, ved hjelp av å se på narrativ struktur, synsvinkel og metaforbruk. Den narrative tilnærmingen ga også begreper for temporalitet, særlig var kontinuitet og diskontinuitet nyttige analytiske begreper.

Noen perioder ble jeg spesielt opptatt av bestemte *temaer* i intervjuene, eksempelvis sorg og marginalisering. I slike tilfeller brukte jeg en essensialistisk tilnærming, altså å teste ut en påstand om at dette temaet er det mest sentrale, det materialet *primært* handler om. Dette for å se om en slik noe overdrevet påstand ville synliggjøre flere nyanser av temaet som var i

fokus, og for å se hvilke sider av materialet som ville butte imot en slik forståelse, og hva ”argumentene mot” var. Resultatet av en slik utforskning ble notert. Jeg fant stadig nye temaer i materialet, og kom stadig tilbake til og utdypet ”gamle”.

Med jevne mellomrom reviderte jeg disposisjonen og formulerte analytiske spørsmål og utdypende beskrivelser av disse. Etter hvert som jeg fikk oversikt og hadde nærmet meg materialet med mange ulike blikk, ble spørsmålene mer abstraherte, og samtidig mer fokuserte. På slutten fant jeg det nyttig å lese intervjuene med utgangspunkt i begrepspar som rommet motpolarer i materialet, som agens versus pasient, mengde versus kvalitet, og spatial versus temporal orientering.

Tidlig i prosessen analyserte jeg noen intervjuer i NVIVO, et dataprogram for kvalitativ analyse. Jeg opplevde imidlertid dette programmet som lite fleksibelt i forhold til å ta inn økt grad av både spesifisitet og abstrahering i arbeidet med kategorier, og valgte derfor heller de tekniske løsningene som er beskrevet ovenfor.

Endelig analytisk modell

Utforskningen av materialet resulterte i tre analytiske spørsmål. Disse spørsmålene var:

1. Hvordan beskriver informantene sitt tap og sine psykologiske reaksjoner på det?
2. Hvordan skaper informantene mening via handling, i eksilet og i hjemlandet?
3. Hvordan skaper informantene mening via å lage historier?

Disse spørsmålene innebærer å fokusere på noen utvalgte aspekter ved materialet, samtidig som de kan bidra til å tegne et bredere tilstandsbilde av informantenes opplevelser. Spørsmål én innebærer et fokus på de påkjenningene informantene opplevde i forbindelse med tsunamien, og på individuelle psykologiske reaksjoner, i tråd med tradisjonell tilnærming til traumer og katastrofer. Spørsmål to innebærer å løfte frem hva informantene gjør eller forsøker å gjøre ut fra sin posisjon i eksil. Dette innebærer et fokus på kontekst, og på hvordan handling foregår i skjæringspunktet mellom individet og den sammenhengen det inngår i, med utgangspunkt i kulturpsykologisk teori. Spørsmål tre innebærer å trekke frem hvordan informantene bruker språket som redskap for å skape mening og bearbeide det de har opplevd, ut fra en narrativ tilnærming.

Etter å ha formulert og gitt utdypende beskrivelser av disse tre analytiske spørsmålene, markerte jeg alt i materialet som bidra til å gi svar på disse. Dette resulterte i tre sammenhengende bolker av sitater, hver sortert etter informanter. Etter denne grovsorteringen av materialet ble hver av disse bolkene utforsket og gitt en struktur. Denne strukturen utgjorde

disposisjonen for den skriftlige fremstillingen av resultatene, hvor de analytiske spørsmålene besvares i tre atskilte deler.

Jeg har valgt denne oppbygningen av flere grunner. For det første ønsker jeg å teste ut tre ulike teoretiske tilnærminger til materialet, for å undersøke hva de frembringer, og for å se om disse perspektivene fremstår som utfyllende eller konkurrerende. Dernest utgjør disse tre spørsmålene en kronologisk struktur. Sterkt forenklet kan det sies at informantene først blir rammet av en ytre hendelse som skaper psykologiske reaksjoner hos dem, dernest forsøker å ta tak i situasjonen og gjøre noe, og når det er gjort kommer ettertanken og refleksjonen over det som har hendt. Selv om disse fasene eksisterer parallelt og ikke kan holdes adskilt, kan dette sies å utgjøre et overordnet handlingsforløp.

Spørsmålenes rekkefølge innebærer også en gradvis forflytning i perspektiv fra ytre forhold til indre forhold. Det første spørsmålet setter søkelyset på den ytre hendelsen som rammet, og hvilke reaksjoner informantene fikk som følge av dette. Det andre spørsmålet ser på individets handlinger i skjæringspunktet mellom indre og ytre, hvordan det ytre preget det indre og motsatt. Det tredje spørsmålet berører indre bearbeiding. Igjen vil både det indre og det ytre bli tematisert i hver del, og ofte kan ikke disse skilles, men som overordnet struktur i fremstillingen vil fokuset flyttes fra overveiende ytre til overveiende indre forhold. Resultatdelens struktur innebærer også en utvikling fra hovedsakelig realistisk epistemologi, med fokus på å redegjøre for det som skjedde, til en mer konstruksjonistisk tilnærming, hvor fortolkning av informantenes utsagn gis mer plass.

For å presentere og reflektere over sitatene benytter jeg analytiske kommentarer. Enkelte steder vil jeg drøfte mer inngående hvordan et utsagn eller tema kan forstås, og knytte dette an til teori. Avslutningsvis i resultatdelen vil jeg gi en oppsummering av hva de tre ulike spørsmålene og de teoretiske perspektivene som ligger til grunn for dem frembrakte i materialet.

I overgangen fra transkriberte intervjuer til endelig fremstilling av materialet har jeg gjort noen endringer, i tråd med retningslinjer for bruk av sitater (Kvale, 1995). Direkte sitater gjengis i kursiv, utelatelse av deler av sitat med (...). Noen ganger fremgår det mening utfra sammenhengen i et utsagn som ikke kommer frem i et sitat, og da har jeg i noen tilfeller føyd til ord for å få frem dette, dette markeres med [...]. I noen tilfeller er setningers rekkefølge i et sitat endret for flytens skyld, for eksempel "Vi fikk ikke hjelp. Vi prøvde" til "vi prøvde, men vi fikk ikke hjelp". For variasjonens skyld er noen sitater omskrevet til tredje person. I noen tilfeller refereres det til opplysninger i intervjuene uten at direkte eller omskrevet sitat oppgis – dette for kort å kunne gjøre rede for deler av materialet uten å bruke for mye plass på det.

Noen intervjuer ble gjennomført på norsk, andre via tolk, men jeg har generelt ikke oppgitt dette i presentasjon av sitater. Dette blir imidlertid presisert der det fremstår som særlig relevant, som i enkelte sitater hvor jeg i den analytiske kommentaren vektlegger *måten* noe er sagt på. I tilfeller hvor informant eller tolk har feil norsk ordstilling eller ordvalg, har jeg korrigert dette, som å endre ”vennesirkel” til ”vennekrets”. Der tolken bruker tredjeperson i sin gjengivelse av informanten er dette endret til førsteperson, i tråd med korrekt gjengivelse av tolket materiale (Jareg & Pettersen, 2006).

Anonymisering er ivaretatt ved at biografiske data som alder og hjemsted refereres til i minst mulig grad og i omtrentlig form. Jeg har valgt dette fordi innholdet er av personlig art, og fordi det noen ganger berører politiske temaer som kan antas å være sensitive i populasjonen. Ingen utsagn skal nå kunne identifiseres av andre enn informanten selv og dens nærmeste.

RESULTAT

Del I: Tap og psykologiske reaksjoner

I denne delen vil jeg se på hvordan informantene beskriver sitt tap og knytte dette til teori om traumer og katastrofer. Den ytre hendelsen og individenes psykologiske reaksjoner på den vil være i fokus. Jeg vil se på hva som *skjedde*; hvilke tap de led i forbindelse med tsunamien, hvordan de fikk vite om det og hvordan de reagerte på det. Jeg vil her vektlegge det som fremstår som *typiske* hendelsesforløp og reaksjoner, og vil gi en kronologisk fremstilling av hendelsene og opplevelsene de første dagene og ukene, slik informantene beskriver det. Formålet med denne tilnærmingen er å gi et bilde av situasjonen informantene opplevde, og de psykologiske reaksjonene som fulgte av denne. Den er inndelt i to, for å skissere et forløp fra uvisshet til visshet.

Uvisshet: De første timene og dagene

Mange informanter forteller at de hørte om tsunamien samme dag som den skjedde. Det første de hørte var gjerne litt vagt, som en informant sa: *En kamerat ringte og sa det hadde skjedd noe bølgegreier*, og skapte ikke større bekymring. Mange familier var samlet om morgenen 26. desember etter julefeiring kvelden før, og fikk først beskjeden via TV. *Om morgenen satt vi og så på tamilsk TV, og da hørte vi om tsunamien. Men på den tiden tok vi det ikke så*

alvorlig. Vi tenkte ikke det skulle være så mye, og akkurat i vårt område. (...) Men etter hvert hørte jeg navnet på hjembyen min, og da begynte jeg å lure.

Etter en vag beskjed beskriver mange et forløp hvor omfanget av katastrofen gradvis kommer frem. *Etter noen timer så vi på en tamilsk kanal (...) Det var direktesending. De sa: "Ingen har overlevd i det området".* Mange informanter var tydelig beveget når de fortalte om øyeblikket da alvoret gikk opp for dem, og flere husket tidspunkt og ordlyd. En kvinne skalv tydelig i stemmen da hun under intervjuet beskrev øyeblikket da hun først så TV-bildene fra sin hjemby. *Det var på kvelden, i titiden. Vi fulgte med på nyhetene, og så fra vårt område. Ingenting var igjen, ingen hus, ingen. (Stillhet). Det var helt sjokkerende. Kroppen min ristet. (Stillhet). Vi hørte om hele områder som var borte.*

Når omfanget av katastrofen etter hvert kom frem, skapte dette en sterk bekymring hos de som hadde familie og venner i de rammede områdene. I de første timene og dagene var det imidlertid ofte vanskelig å finne ut av hva som hadde skjedd med dem. Denne første tiden beskrives av mange som kaotisk og forvirrende, og mange opplevde å få mangelfull eller feilaktig informasjon om situasjonen. En mann forteller: *Det tok nesten tre dager før vi fikk høre at familien på Sri Lanka var berørt. Men det tok nesten en uke å få bekreftet det hele. I mellomtiden fikk vi mye feil informasjon, feil navn.* En annen forteller at han først fikk høre at slektninger var omkommet i bølgen, for så å få beskjed om at de ikke var berørt.

TV-bildene av ødeleggelsene og mangelfull informasjon gjorde at de første timene og dagene hos mange var dominert av en sterk bekymring for de nærmeste, og spekulasjoner om hva som kunne ha skjedd med dem. *De første dagene tenkte jeg mest på hva som hadde skjedd med mora mi. Det skjedde på en søndag. [Kanskje] de hadde vært en tur i tempelet? Det ligger nærme sjøen.* I tiden etter katastrofen beskrives det gjennomgående en stor innsats for å komme i direkte kontakt med slekt på Sri Lanka, i et forsøk på å få informasjon. En kvinne forteller at hun ringte for tusenvis av kroner denne tiden. *Jeg snakket i telefonen for nesten 5000 kroner, for å finne faren min og venner og familie. Jeg snakker, snakker, gråter, gråter. (...) Det var [som om] tiden ikke [fantas] da jeg ringte.* Noen forsøkte også å få informasjon fra offentlige instanser, hjelpeorganisasjoner, eksilmiljøet i Norge og nettverk i andre land. Men i mange tilfeller var det ikke mulig for informantene å få informasjon, og de var overlatt til å følge situasjonen via TV.

De tamilske TV-kanalene ble en viktig kilde til informasjon. De sendte direkte, noe som innebar langt sterkere bilder enn det som ble vist i norske medier, en forskjell som flere informanter understreker. Mange forteller at det å følge disse sendingene var nesten som å

være der selv. *Vi fulgte med på tre tamilske kanaler som overførte bilder og kommentarer direkte fra de rammede områder. (...) Bildene var veldig levende. Det ble som å se direkte.*

Mange så etter slektninger på TV-bildene. Noen hadde ikke vært hjemme på mange år og strevde med å gjenkjenne ansiktene. *Jeg fulgte også med på TV, men jeg kjente ikke igjen alle. Ansikter forandrer seg etter femten, tyve år.* Noen forteller at de forsøkte å slå av TV'en, men at de da ble gående og tenke på hva som skjedde. *Noen ganger tenkte jeg at jeg ikke orker å se på, men når jeg slo av TV'en... Hva skjer videre?* Noen unngikk etter hvert å se TV. *Etter hvert orket vi ikke å følge de [sendingene], for det ble bare verre og verre; å sitte i uvisshet og vente på navnene som de sender på TV...*

Uvissheten og de vonde TV-bildene beskrives som en tung belastning, og alle informantene forteller om sterke reaksjoner denne første tiden. De fleste forteller at de ikke spiste skikkelig, og at de slet med å sove. *Vi hadde mye søvnproblem i starten, og dårlig matlyst.* Mange setter også ord på at de kjente seg fjerne, og at de tenkte på katastrofen hele tiden. *Jeg tenkte, tenkte på det hele tiden! Når jeg laget mat, så skjedde noe i hodet mitt, og jeg ble helt borte. Mannen min pratet med meg, men jeg hørte ikke.*

Fjernhet og påtrengende tanker samt problemer med mat og søvn er typiske reaksjoner i tiden etter en vond hendelse (Dyregrov, 2000; Herman, 1992). Fjernhet er særlig typisk i den første fasen, og forstås gjerne som en beskyttelse mot overveldelse (Dyregrov, 2000; Scaer, 2005).

En annen ting som går igjen i beskrivelsene av den første tiden etter katastrofen er at informantene ikke var i stand til å være tilstede for barna sine. Særlig kvinner beskriver dette som vanskelig, som i følgende utsagn: *Jeg klarte ikke å gi noe til datteren min når hun spurte om noe.* En annen kvinne sier: *Jeg stelte ikke ungene bra, ga dem ikke skikkelig mat.*

Mange utsagn er preget av hjelpeløshet, som det følgende: *Det var en veldig vanskelig situasjon. Vi kunne ikke gjøre noe. Situasjonen varte mer enn en måned, og vi kunne ikke gjøre noe. Vi var her, og det var veldig vanskelig. (...) Vi følte det som om vi var i mørket, og kunne ikke gjøre noe.* Vi ser hvordan denne informanten sier at det er vanskelig å være her, i eksil, og at hun gjentar flere ganger at hun *ikke kunne gjøre noe*. Flere informanter gir lignende beskrivelser av dette. Noen beskriver så stor grad av lidelse og hjelpeløshet at de ikke klarer å ta vare på seg selv. *Jeg klarte ikke å vaske meg selv en gang.*

Vi har her sett at den første tiden var preget av en vond uvisshet, og et sterkt behov for å finne ut hvordan det stod til med de nærmest. Etter hvert kom dette frem, og det å få vite hva som hadde skjedd skapte nye reaksjoner.

Visshet: De første ukene og månedene

Via ulike kilder fikk informantene etter hvert klarhet i hva som hadde skjedd med deres nærmeste i katastrofen. Noen fikk bekreftet via TV at familiemedlemmer var omkommet. *[Jeg fikk vite det via] tamilske nyheter her, de kom med navnet min familie.* Andre fikk informasjon via vitner: *Det var en mann som satt sammen med min bror og far. Han overlevde. Han fortalte at det var umulig for broren og faren min å overleve. (...) Han er på sykehus, så noen slektninger var og snakket med han og fortalte. Det var bekreftet.*

Enkelte fikk visshet ved at de fikk direkte kontakt med familien per telefon. I det følgende beskriver en mann hvordan han endelig får kontakt med sin mor, som han har vært redd for. *Den fjerde dagen ringte hun meg. Det eneste hun sa var: Jeg lever. (...) Da kunne jeg puste ut. Men etter det fulgte vi med på nyhetene og så mange slektninger som hadde blitt rammet av tragedien.* Denne mannen beskriver først lettelse over å få vite at hans nærmeste lever, men med påfølgende fokus på andre tap. Dette går igjen i flere intervjuer. Andre tap kunne være at fjernere slektninger var omkommet eller skadet, eller at noen hadde tatt sitt eget liv etter katastrofen.

Det tok gjerne litt tid å få oversikt over alle tap i utvidet familie. En kvinne fortalte at hun først fikk klarhet i dette etter noen uker, når hennes mann kom hjem etter å ha reist til de rammede områdene. *Først tenkte jeg at bare ti mennesker, eller femten, kanskje 25 mennesker [hadde mistet livet]. (Sukker dypt). Men det var tusenvis. Tremenninger, firemenninger. (...) Noen familier var helt borte.* Tap av tusenvis av slektninger forteller om slektsforhold av en annen art enn for eksempel den norske. *En jente ble borte i tsunamien. Det var faren hennes som ringte oss. (...) Dette var et stort tap for oss. Hun er søskenbarnet til kona mi. Hun var som en datter for meg.* Vi ser her at kulturspesifikke måter å regne slekt på påvirker det opplevde tapet og psykologiske reaksjoner, ved at det som etter en norsk eller en diagnostisk målestokk var ”fjerne” slektninger, var *psykologisk nære*. Dette i kontrast til at undersøkelser av pårørende etter katastrofer gjerne inkluderer kun kjernefamilien (Figley & Kleber, 1995).

Etter hvert får de berørte oversikt over hvem som er døde, skadede, og savnede, både av de nærmeste og i utvidet slekt. Å få oversikt innebar også å få kjennskap til vonde detaljer. En mann forteller hvordan han i ettertid får vite hvordan hans mor, som hadde vondt for å gå, måtte gå fra sted til sted på leting etter likene etter mannen og sønnen. *Hun løp dit, de sier; ”der”, og der løp hun. (...) Hun orket ikke, hun var lei seg og gråt.*

Å få informasjon innebar ofte vonde beskjeder, samtidig beskrives det gjennomgående som godt å få bekreftet hva som hadde skjedd. En mann forteller om denne dobbeltheten: *Det er litt lettere når du vet hva som egentlig skjedde – om min familie og andre er borte eller*

ikke. Når du hører det er det vanskelig, men det er litt lettere når vi vet hva som egentlig skjedde, konkret. Vi ser her at det var vondt å få vite, men at også ga lettelse.

Lettelsen over å få visshet om hva som skjedde under tsunamien og umiddelbart etterpå, ble for mange avløst av bekymring for de gjenlevende. Mange av disse var i en vanskelig situasjon etter tap av hjem og familie. En kvinne forteller blant annet om sin nevø, som mistet mor, søster og flere andre slektninger i bølgen, og som i lang tid etter sov på gravplassen der familiemedlemmene var begravet. *Hver kveld gikk han dit og sov. Han bodde nesten der.*

Blant bekymringene for de gjenlevende var det at de store tapene gjorde at livet i hjemlandet på mange måter stoppet opp. En kvinne forteller om sin niese, som skulle gifte seg, men etter tsunamien vil avlyse bryllupet fordi faren hennes er død. *Hun vil ikke. "Hvorfor skal jeg gifte meg? Jeg mistet pappa!" slik sier hun, den unge jenta. Hun er 22.* Hun forteller videre om sine nevøer, som ikke vil gå på jobb fordi de har mistet moren sin, og uttrykker stor bekymring for hvordan det skal gå med de unge menneskene i hjemlandet når livet er satt på hold. Flere informanter sier de er redde for at en generasjon skal gå tapt når livet stopper opp på denne måten. *Vi ønsker at folkene som ble rammet skal komme tilbake, og jobbe, leve vanlig. Det er veldig viktig, ellers vil den generasjonen...*

Bekymring for hjemlandet som helhet er tilstede i samtlige intervjuer i materialet. Mange informanter forteller at ukjente personer som de har sett på TV, eller som de har hørt om via andre, har gjort inntrykk på dem. En mann forteller om en han har sett på TV: Informant: *Han var reist bort, tok en tur for å kjøpe frokost, og da hørte han en sterk lyd. (...)* *Da han kom tilbake så han at et helt boligområde var borte. Han gråt da han fortalte det på TV, direkte. Tenk... En som har vært og kjøpt frokost, og kommer tilbake...*

Intervjuer: Så er alt borte...

Informant: *Så er hele familien borte, ikke bare familien, men naboer og hele landsbyen er borte...*

Denne mannen forteller om andres tap på en måte som formidler en opplevelse av at dette angår ham. Materialet inneholder mange slike skildringer, noe som viser at informantenes tap ikke bare handlet om at slekt og venner omkom eller ble skadet. Det later også til at informantene opplever at de og deres hjemland er rammet av en kollektiv katastrofe. Solidaritet og fellesskapsorientering er vanlig etter større katastrofer (Dyregrov, 2000). I dette tilfellet kan det at de rammede har en kultur som vektlegger gjensidighet og fellesskap (Fuglerud, 2004) tenkes å forsterke dette kollektive aspektet ved tapet.

Mange beskrivelser av andres erfaringer handler om at noen prøver å redde liv, men ikke får det til. *En lærer fortalte at skolen var veldig nær stranda. Det var mange elever der inne. Bølgen begynte å komme. De sa til alle barna: "Sitt inne på skolen". De låste alle dørene. Bølgen kom... Og alle barna ble borte. Hun sa at det var bare hun som overlevde, ikke noen av barna.* Dette beskriver en formidling av maktesløshet, noe som er en typisk reaksjon etter naturkatastrofer (Dyregrov, 2000; Bødvarsdøttir & Elklit, 2004).

Noen skildrer tapet til tamilene i vi-form, og knytter også an til hva folket tidligere har lidd. *Vi har hatt problemer tidligere også, krig og sånne ting. Men i tsunamien, i løpet av 15 minutter, mistet over 40 000 mennesker livet.* Vi ser igjen en kollektiv orientering uttrykt ved at "vi" her ser ut til å omfatte alle tamiler, inkludert informanten. Mange informanter har slik pronomenbruk, noe som kan indikere at den enkelte opplever seg som del av et rammet "vi". Dette preger også emosjonelle reaksjoner. En informant skildrer for eksempel en generell opplevelse av forlatthet: *Vi hadde en følelse av at alle tamiler var forlatte.*

Alle informantene forteller om sterke psykologiske reaksjoner etter katastrofen. Noen forteller også om symptomer som er typiske for det å ha vært vitne til en katastrofe, som at bilder fra katastrofen stadig kommer tilbake. *Når vi snakker, kommer alle bildene. Jeg har ikke vært direkte involvert eller sett det med egne øyne, men det kommer bilder.* Noen forteller også at de ble urolige ved synet av vann. *Jeg tenkte på dette hele tiden (...). Særlig når vi så vann. Da kom alle minnene tilbake.* Enkelte informanter uttrykte at de var redde for at noe skulle hende med de nærmeste, noe som også er en typisk reaksjon etter katastrofer (Dyregrov, 2000). En kvinne fortalte endog at hun gjentatte ganger forberedte evakuering av huset, i tilfelle det skulle komme en tsunami til Oslo – selv om hun bodde 100 meter over havet. Hun fortalte følgende, på norsk: *[Det var som] en drøm, hvor vannet kom til Oslo. Ungene... Vi går opp til tredje etasje, åpner kanskje vinduet, kanskje hopper vi. Kanskje kunne ungene leve. Alltid tenkte jeg slik (hvisker). (...) Etterpå lette jeg etter baderingene! (Ler). Slik følte jeg, spesielt på kveldstid. Jeg gikk opp i tredje etasje og sjekket vinduene, i tilfelle (ler). Hvis det kommer vann, hiver jeg kanskje ut ungene den veien, med noen baderinger...* Vi ser at dette utsagnet rommer en dobbelhet; informanten vet at det er urimelig, uttrykt ved at hun ler når hun forteller om det, men gjør like fullt konkrete forberedelser til å evakuere, i tilfelle bølgen skulle ramme henne og familien.

Vi har sett at informantene reagerte med påtrengende bilder og tanker fra katastrofen, og frykt for at noe skal ramme de nærmeste. Dette beskrives som typisk for å være traumatisert, og viser at det kan være rimelig å bruke begrepet sekundær traumatisering i denne sammenheng. Utfra dette begrepet er informantene *indirekte* rammet av en katastrofe.

Ved at man tar utgangspunkt i stressor, som traumestudier ofte gjør (Figley & Kleber, 1995), blir disse personene *indirekte* berørt. De fleste informantene er imidlertid også i sorg. Med utgangspunkt i at personene har mistet noen de var nær, er de *direkte* rammet. Det synes som om de fleste informantene har symptomer både på sorg og traumer, noe som kanskje kan være et eksempel på at fenomener ikke har like klar avgrensning som begreper. Flere har også etterlyst mer forskning på sammenhengen mellom sorg og traumer (Varvin, 2003; Dyregrov, 2000). Et fenomen i skjæringspunktet mellom sorg og traumer som det finnes en del forskning på er tvetydige tap, det vil si at en person forsvinner og antas omkommet, men at det ikke lar seg gjøre å få dødsfallet bekreftet.

Som vist ovenfor fikk informantene ettersom tiden gikk større visshet i hva som hadde skjedd med deres nærmeste. Men for noen innebar dette en økt visshet om at de ville måtte leve med å *ikke* vite. En informant som var i denne situasjonen forteller at hun og resten av familien lenge hadde fantasier om at den savnede levde. *Vi trodde at han kanskje levde på en måte et eller annet sted, [at han kanskje var] syk og... Så lenge vi ikke fant kroppen, trodde vi at han levde, liksom.* Vi ser at denne fantasien innebar både et håp om at han var i live, og frykt for at han trengte hjelp. Denne informanten sier videre at følelsen hun hadde ikke var som en vanlig sorgreaksjon. *Det var en veldig forskjellig følelse fra når en er død. Hvis en døde, da er det ferdig, og da er det sånn... Men dette var en veldig forskjellig følelse.* Forskning på tvetydige tap viser at det er vanskelig å få til en sorgprosess når dødsfallet forblir ubekreftet (Boss, 2004; Dyregrov, 2000).

Skyldfølelse er også vanlig ved tvetydige tap. Kvinnen forteller via tolken om sin takknemlighet for alt faren har gjort for henne. *Etter alt han har gjort kunne vi ikke gjøre noe tilbake. Vi kunne ikke engang finne kroppen hans og gjøre de siste prosedyrer som man vanligvis gjør. Det er veldig trist.* Vi ser her at denne kvinnen er plaget av skyldfølelse fordi hun og de andre i familien ikke har kunnet gi faren en begravelse. Hun forteller videre at hun opplever å hemsøkes i drømmer på grunn av dette. *Noen ganger kommer han og spør om han kan få noe mat, for eksempel rissuppe. (...) Noen ganger våkner jeg plutselig fordi jeg rører ved ham, og kjenner at han var der, liksom. Det vi tenker, [er at det er] fordi at vi ikke har fulgt den vanlige hinduistiske tradisjonen. Etter han døde har vi ikke gjort noe i det hele tatt. Vi tenker at det er på grunn av det at det skjer sånne drømmer. Vi tenker at den avdøde er en ånd, som ikke er i fred.* Også andre informanter forteller om slike reaksjoner, som er typiske ved tvetydige tap (ibid.).

Jeg har i denne delen ønsket å gi en oversikt over informantenes erfaringer i tiden etter katastrofen, med katastrofepsykologi som teoretisk rammeverk. Fokuset har vært på det som

skjedde i forbindelse med at tsunamien rammet informantenes hjemland, typiske forløp og typiske psykologiske reaksjoner. Vi har sett at informantene led til dels store tap, og at tapene også hadde et kollektivt preg, både i den forstand at det som etter norsk standard er fjerne slektninger var nære, og at personene kjente seg berørt av situasjonen i hjemlandet som helhet. Vi har sett at de første timene og dagene var preget av manglende informasjon og forsøk på å oppnå informasjon, og at direktesendte TV-overføringer ga mange en opplevelse av selv å være tilstede i hjemlandet. I forlengelsen av dette forteller mange informanter om symptomer tilsvarende personer som har blitt direkte berørt av en katastrofe. Etter hvert som informantene fikk visshet i hvilke tap de hadde lidd var mange preget av å være i sorg. De som opplevde at familiemedlemmer var savnet men ikke ble funnet, beskriver typiske reaksjoner ved tvetydige tap.

Del II: Handlingsrom: Å skape mening mellom *her* og *der*

I denne delen vil jeg ta utgangspunkt i kulturpsykologiens fokus på samspill mellom individ og kontekst, og se nærmere på hvordan informantene på ulike vis *opplever og relaterer* til de fysiske og sosiale rom de inngår i. Jeg vil særlig se på den posisjonen informantene befinner seg i som utgangspunkt for *handling*, og se på hva informantene *gjør* eller *forsøker å gjøre* for å håndtere situasjonen. Med dette ønsker jeg å sette søkelys på hvordan informantene aktivt søker å tilpasse seg det som har skjedd, og å få frem det unike i denne spesifikke konteksten – å være i eksil når en katastrofe rammer hjemlandet.

Eksilposisjonen gjør at det å reise hjem blir en særlig viktig meningsskapende handling i denne situasjonen, og dette vil omtales utførlig. Å leve i eksil innebærer også å forholde seg til flere ulike kulturelle meningssystemer. Dette vil også tematiseres her, særlig ulike syn på det å få hjelp versus å hjelpe. I denne delen har jeg altså fokus både på kontekst og på individuell handling, fordi jeg ønsker å se disse i sammenheng. Dette medfører at mange sentrale aspekter ved situasjonen rommes av denne tilnærmingen, noe som vil gjenspeiles i at denne delen er noe mer omfangsrik enn de to andre.

Jeg har valgt å trekke frem fire ulike sider ved informantenes posisjon i eksil, og vil behandle disse i fire atskilte deler. I del en vil jeg se på opplevelsen av å være *mentalt tilstede på Sri Lanka* selv om de er i Norge, hvilket er en psykologisk posisjon mange informanter beskriver. I del to vil jeg se på det at informantene faktisk er i Norge, og herunder tilgang på og tanker om det å få hjelp. I del tre vil jeg se på hjemreisen, herunder temaet *å hjelpe*. Til slutt vil jeg se på endret opplevelse av eksilposisjonen etter katastrofen.

Å være mentalt tilstede der

De fleste informantene forteller at de var intenst engasjert i situasjonen i hjemlandet i tiden etter tsunamien. Flere forteller som tidligere nevnt at det kjentes *som om de var der*. Denne psykologiske nærheten til hjemlandet har imidlertid ulike kvaliteter fra person til person. Jeg vil i det følgende sammenligne hva som lå i dette hos to ulike informanter. Begge beskriver et sterkt engasjement i hjemlandet den første tiden etter tsunamien, men denne opplevelsen er av nokså ulik kvalitet hos de to.

Den første er en kvinne i 40-årene. Hun har bodd i Norge i 20 år, og fremstår som godt etablert med jobb og familie. Intervjuet foregår på norsk, og finner sted i hennes bolig i et villaområde. Hun er vanligvis aktiv i jobb og med andre aktiviteter. Hun forteller at hun etter tsunamien var inderlig bekymret for slekt i hjemlandet, med søvnevansker, nedsatt appetitt og fjernhet, altså reaksjoner lignende mange andre. For henne hadde imidlertid denne bekymringen for slektningene også en annen dimensjon, fordi hun ikke hadde vært i kontakt med dem siden hun som ung giftet seg mot slektens vilje: *Jeg og mannen min elsket hverandre og giftet oss. (...) Jeg tenkte ikke på mine egne slektninger, tenkte aldri på dem. (...) Tyve år. Nesten tyve år. Etter denne situasjonen angrer jeg. Det gir en ekstra vond følelse. Vi ser i dette utsagnet hvordan tsunamien for denne kvinnen innebærer skyldfølelse for tidligere brudd. Hun forteller videre at hun nå for første gang siden hun reiste kjenner på tilknytningen til familien, og at denne egentlig alltid har vært der. Etter at dette skjedde, åh, så mye hjertet mitt har hatt kjærlighet til mine slektninger (...). Det var alltid inni, men nå kom det ut. Etter tyve år uten kontakt er hun nå dypt bekymret for slektningene sine, og prøver å få kontakt. Hun forteller at hun etter en stund oppnår kontakt med en tante som i sin tid var veldig imot ekteskapet hennes, og at denne tanten nå ber henne komme. Hun sa, "kunne du kommet og sett oss? Vi er litt langt unna deg, men kunne du kommet?" Informanten besøkte senere denne tanten.*

Denne informanten har på mange måter brutt med det hun kom fra, og bygd opp "det gode liv" i eksil. Når tsunamien rammer blir hun imidlertid rykket tilbake til det hun kommer fra, og kjenner også på at det alltid har vært der. Denne aktualiserte tilknytningen til slekten bringer anger, men også ny kontakt og forsoning. Når denne kvinnen er mentalt tilstede i hjemlandet har det preg av å være en retur tilbake til røttene, mens hun i utgangspunktet har en sterk forankring i eksillandet.

En annen kvinne, denne i slutten av 30-årene og med under ti år i Norge, har en annen beskrivelse av sin posisjon. Også hun er intenst engasjert i hjemlandet den første tiden etter

tsunamien. For henne er imidlertid denne posisjonen mer i tråd med det livet hun vanligvis lever i eksil. Hun er gift og har barn, men når hun beskriver sin tilværelse vektlegger hun at hun er ”alene” i Norge. *Jeg har ingen familie, ikke noe slekt og ingen venner her i Norge. (...) Jeg er for det meste sammen med barna.* Kvinnen beskriver seg selv som svært isolert, og forteller at hennes nærmeste er en søster som bor i et annet europeisk land. Når hun tidligere har vært alvorlig syk, har denne søsteren kommet og hjulpet henne. Hun forklarer at dette var nødvendig fordi hun ikke har noen andre her. *Jeg får ikke så veldig mye hjelp fra andre, for jeg har ingen søsken eller noen som bor her.* Når tsunamien rammet forteller denne kvinnen at den eneste kontakten hun hadde med andre var per telefon, med familie på Sri Lanka og i andre land. Hennes posisjon kan kanskje beskrives som at hun generelt var mer forankret i Norge enn på Sri Lanka, og at dette ble forsterket i forbindelse med katastrofen. Disse to eksemplene viser at en tilsynelatende lik posisjon av å være mentalt tilstede på Sri Lanka, har disse ulike kvaliteter som blir tydelige når man tar med hvilken posisjon de hadde før katastrofen. For den ene innebar tsunamien et brudd, via en aktualisert tilknytning til hjemlandet, men utfra en posisjon med trygg forankring i vertslandet. For den andre innebar situasjonen en tydeliggjøring av en eksiltilværelse preget av marginalisering, og en forsterkning av en tilstand av å være mentalt tilstede i hjemlandet.

Å være tilstede *der*, og ikke *her*, som disse to posisjonene uttrykker, kan kanskje fremstå som passivt. Begge de nevnte kvinnene forteller om fortvilelse over ”å ikke kunne gjøre noe”. De prøver å skjøtte pliktene sine, og ser ellers på TV, som hjelpeløse vitner til katastrofen og dens ettervirkninger. Men er dette en rent passiv posisjon? Den ene kvinnen har en beskrivelse av det å se på TV som kan anses å være en agensposisjon. Hun forteller at hun tok opp sendinger fra hennes område på video, for lettere å kunne se etter faren, som er savnet etter bølgen. *Jeg prøvde å sette på pause og se på om det kunne være faren min.* Slik deltar kvinnen i letarbeidet, utfra sin posisjon i eksil. Også telefonkontakten med hjemlandet beskrives som å bidra i letarbeidet. *Jeg snakket med folk rundt om kring, spurte ”Er de der? Er de der?”. Det var nesten som en leting, da.* Denne beskrivelsen bærer preg av en opplevelse av å *gjøre noe*, og viser hvordan den tilsynelatende passive posisjonen av å være mentalt tilstede i hjemlandet også kan ha elementer av aktivitet.

Vi så ovenfor at en informant forsøkte å *gjøre noe* fra sin posisjon i eksil ved å lete etter savnede via TV og telefon. Andre informanter prøver å bidra i hjemlandet ved å gi slektingene instruksjoner. *Jeg har sagt til dem at (...) om tsunamien kommer, så det er best at dere har tingene klare. Hvis dere får beskjed om at det kommer en tsunami til, så må dere ta bagen og kofferten og løpe.* Andre beskriver det som at de handler gjennom stedfortredere i

hjemlandet. Kvinnen som tidligere hadde brutt med slekten forteller for eksempel at mannen hennes reiste til Sri Lanka umiddelbart etter katastrofen, mens hun måtte være i Norge på grunn av barna. Hun kunne ikke være med på reisen, men fra sin posisjon gir hun mannen instruksjoner via telefon, om hvor han skal lete etter hennes slektninger. Dette er eksempler på informantene utfra den posisjonen de er henvist til gjør det de kan for å skape mening via handling, og slik motvirke egen følelse av hjelpeløshet.

Det å være mentalt tilstede i hjemlandet og å handle i hjemlandet kan også knyttes til endrede migrasjonsmønstre i en mer globalisert verden. Zygmund Baumann peker for eksempel i boken "Globaliseringen og dens menneskelige konsekvenser" (1998) på at endringer i materielle forhold knyttet til mobilitet har konsekvenser for individuell psykologi, og at enkel og rimelig kommunikasjon har medført mindre kongruens mellom geografisk og psykologisk sted.

Å sørge her: Eksilet som setting for ritualer

Jeg vil nå se på hvordan eksilposisjonen beskrives med hensyn til det å kunne utføre tradisjonelle ritualer i forbindelse med tap. Vi så under "Tap og psykologiske reaksjoner" at informantene led til dels omfattende tap, og at sorg utgjorde en del av reaksjonene. Det er kjent at ritualer er viktig ved tap, særlig tvetydige tap, og at tilgang på ritualer ofte er et problem for folk i eksil (Ahlberg, 2001; Varvin, 2003).

Flere informanter gir uttrykk for at det å følge tradisjoner etter dødsfall er krevende, men viktig. En mann samlet familie og venner i Oslo for å minnes hans mor og søster, som mistet livet i tsunamien. Han forteller at denne minnestunden var vanskelig for ham. *Alle sammen begynte å gråte. (...) Det er på en måte vanskelig å gjøre det sånn, tradisjonelt.* Han forteller imidlertid videre at han følte seg bedre etterpå, og at han synes det er viktig å følge tradisjonen. *Hvis vi ikke gjør det på sånn tradisjonell måte, går [bare] tiden, ikke sant. (...) Jeg synes det er viktig å gjøre det.* Dette eksempelet illustrerer at tradisjonelle ritualer ved tap kan gi emosjonelt utløp, mulighet for å dele, og holdepunkter for sorgen, noe som beskrives som underliggende mekanismer for at slike handlinger er til hjelp i prosessen med å bearbeide og integrere tap og vonde opplevelser (Ahlberg, 2001; Dyregrov, 2000; Boss, 2004).

Mange gir imidlertid uttrykk for usikkerhet med hensyn til hvordan de skal utføre ritualer når de er i Norge. Noen understreker at man må være *der* for å gjøre det. *Vi er hinduer. 30 eller 40 dager etter at noen er død har vi en minnestund. Jeg snakker med brødrene mine [om det]. Fordi de er på Sri Lanka, er det de som kan gjøre det.* I dette utsagnet er det underforstått at man må være i hjemlandet for å arrangere en minnestund;

ritualet beskrives som stedbundet. Dette i kontrast til ovennevnte informant, som samlet familie og venner til minnestund i Oslo. Eksilet som *sted* kan altså for noen oppleves som å utelukke enkelte ritualer.

Også mangel på det rette utstyret kan oppleves som en hindring for å utføre ritualer. En informant svarer nei på spørsmål om han har utført noen ritualer i Norge, etter at han mistet foreldrene sine på Sri Lanka. Han forklarer hvorfor: *Man skal ha en eske, og noe som tilhører personen som har gått bort, og ha det til seremonien. Men jeg har jo ingenting, så jeg gjorde det ikke.* Denne informanten levde et svært marginalisert liv i Norge, uten familie og uten oppholdstillatelse. Utsagnet *jeg har jo ingenting* kan kanskje referere til noe mer enn mangel på utstyr, kanskje kan det også handle om manglende rituell støtte, og si noe om at det å ha initiativ til å arrangere et rituale er vanskelig når man er isolert.

Noen informanter forteller at de vurderer å finne en måte å utføre tradisjonelle ritualer her, men at de lurer på hvordan de skal få det til. *Jeg vet ikke om jeg skal reise dit og gjøre der, eller om jeg kanskje kan gjøre noe her også. Vanligvis på Sri Lanka lager de mat og gir til de som er veldig fattige [i forbindelse med dødsfall]. De finner noen hundre personer, og lager mat og gir til dem. Jeg vet ikke akkurat hva jeg skal gjøre. [På Sri Lanka] pleier de å hente en prest, og så gjør de en sånn seremoni.* I dette sitatet skinner det igjennom at *på Sri Lanka hadde jeg visst hva jeg skulle gjøre.* På Sri Lanka er det noe som er *vanligvis*, noe man pleier å gjøre, ved dødsfall. Den tryggheten som ligger i det å ha et forutsigbart handlingsrom i møte med tap, blir en kontrast til usikkerheten og mangelen på setting i Norge, og viser at det kan være en utfordring å skape mening isolert fra kjent kulturell kontekst. Samtidig anes her et ønske om å tilpasse ritualet til eksilkonteksten: *Kanskje jeg kan gjøre noe her også.*

Endel informanter forteller altså om usikkerhet med hensyn til å utføre ritualer i Norge. Noen nevner at det også var usikkerhet på Sri Lanka på dette området, på grunn av den uvanlige situasjonen. Det er kjent at en kulturs vanlige rituelle reportoar kommer til kort ved store katastrofer (Boss, 2004). Noe av informantenes usikkerhet kan derfor tenkes å være knyttet til dette, og ikke kun det at de er i eksil. I hjemlandet hadde imidlertid berørte personer tilgang på religiøse autoriteter som kunne gi veiledning i forhold til å tilpasse ritualene til den spesielle situasjonen, for eksempel når noen var savnet, men ikke bekreftet omkommet. *De spurte hinduprestene om hva de kunne gjøre når man ikke funnet noe. (...) De sa at [om man ikke har funnet noe lik] etter seks måneder, da vet man at de er døde. Da gjør de [seremonien] etter seks måneder.*

Vi så ovenfor at noen ritualer ble beskrevet som stedbundne, og derfor ble overlatt til de som var fysisk tilstede på Sri Lanka. En del forteller imidlertid at de deltok aktivt i

planleggingen av ulike seremonier som skulle finne sted i hjemlandet, og at de konfererte om dette med familie både på Sri Lanka og i andre land. En kvinne som mistet mange slektninger fortalte at hun og søsknene, som alle bodde utenlands, i fellesskap vurderte hvem av dem som skulle reise til hjemlandet og arrangere en minnestund: *Vi søsknene planla, og etter 45 dager hadde vi en seremoni [på Sri Lanka].* Informanten bidrar i en felles beslutningsprosess med hensyn til ritualet, og later til å kjenne seg som en del av *vi*'et som står for seremonien, selv om hun er i Norge.

Den samme informanten forteller videre at hun har utført noen ritualer på egen hånd i Norge også. *Ved en større katastrofe, eller selvmord, venter vi 45 dager, eller tre måneder, eller fem måneder, det varierer. (...) Hvis du har en følelse eller tenker mye på [avdøde] kan du for eksempel tenne lys om kvelden i tre måneder eller fire måneder. (...).[Jeg tente lys av og til], men jeg følte meg fremdeles skadet, så 26. mai [etter fem måneder] dro jeg til tempelet og gjorde en seremoni selv. Jeg ga grønnsaker, klær og penger til en prest i tempelet, og hadde en liten seremoni. Tre-fire dager spiste jeg bare vegetarisk, og var på tempelet. Etter det følte jeg at jeg hadde gjort min del. Det følte bra.*

Vi ser at denne informanten opplever å ha en rekke handlingsalternativer som er mulige å gjennomføre i Norge. Hun kan tenne lys, hun kan ofre i tempelet, hun kan spise vegetarisk – og disse handlingene er begrunnet utfra *eget behov*; at man *har en følelse eller tenker mye*. Hun beskriver først reglene; ritualene skal utføres 45 dager, tre måneder eller fem måneder etter dødsfallet, men reglene beskrives med en fleksibilitet, som et utvalg av kulturelle redskaper hun fritt kan benytte seg av i egen bearbeiding. Andre informanter synes å føle seg mindre frie i forhold til å ta i bruk egne helende tradisjoner, eksempelvis de ovennevnte som beskriver tilgang på spesielt utstyr som en forutsetning, eller som opplever de aktuelle ritualene som stedbundne.

Jeg har her vist hvordan informantene i ulik grad opplever å *ha rom for* å benytte seg av egne tradisjoner i eksil i denne situasjonen – et eksempel på hvordan settinger ikke bare handler om fravær eller tilstedeværelse av ytre rammer, men også om å kunne *skape* et rom for å sørge, utfra noe indre. Den *opplevde tilgjengeligheten* på ritualer varierer mellom personer, og viser at det kan være nyttig å se på individ og omgivelser som to sider av samme sak.

Eksilet som sosialt rom i en krisesituasjon

I det følgende vil jeg se nærmere på eksilet som et sosialt rom, og hvilken rolle dette spiller for opplevelsen av denne situasjonen. Jeg vil først se på ytterpunktene i materialet når det

gjelder *grader av sosial kontakt*. Deretter vil jeg ta for meg ulike *typer* kontakt med eksilmiljøet.

Materialet viser stor variasjon med hensyn til grader av tilgang på og bruk av sosialt nettverk. Noen informanter forteller om tett kontakt og mye støtte i tiden etter tsunamien, særlig fra andre tamiler. *Vi snakket med mange, både på jobb og familie og venner. Folk fra kirken kom hjem og snakket med oss. (...) Vi har en veldig stor vennekrets, og alle ringte og snakket mye med oss.* Vi ser at denne familien, som omtales i vi-form, har nettverk på flere ulike arenaer, og blir aktivt oppsøkt av kjente som vil gi støtte. En annen informant forteller: *Det tamilske miljøet her i Norge var [den viktigste] støtten for oss, [både] for å snakke og for å få [praktisk] hjelp. (...) Den første uken flyttet noen venner inn hos oss. (...) De tok seg mye av barnas behov, leverte i barnehagen, kjørte og sånne ting. [Andre] venner kom hjem til oss med mat.* Flere informanter gir slike beskrivelser av sterk mobilisering i et nært sosialt nettverk, noen forteller endog at det kunne bli for mye.

I kontrast til denne tette sosiale kontakten forteller andre informanter at ingen *her* kjenner til deres tap, og at en generelt marginalisert tilværelse blir særlig vond i denne situasjonen. *Jeg føler meg veldig ensom. Hvis jeg var hjemme [på Sri Lanka], da hadde det vært noe annet. Der blir ikke folk alene.* Vi ser her at informanten trekker frem kontrasten mellom eksilet og hjemlandet. Vi ser også at han i motsetning til ovennevnte informant bruker jeg-form selv om han har familie. En del informanter med lite nettverk forteller at de ikke klarte å støtte hverandre i familien, fordi hver enkelt var hardt presset og det ikke fantes noen avlastning. En mann forteller at han alltid må anstrenge seg for ikke å vise svakhet hjemme, for ikke å trekke de andre ned. En del beskriver det som tungt at de ikke klarer å snakke sammen i familien. Det kan i noen tilfeller synes som om det å være uten nettverksstøtte gjør at det ikke blir overskudd til at sorgen kan deles innad i familien.

Vi har her sett at det er stor variasjon med hensyn til i hvilken *grad* informantene beskriver seg som ensomme eller som del av et støttende sosialt fellesskap. Jeg vil nå se litt nærmere på ulike *måter* å relatere til sosialt fellesskap, her det tamilske eksilmiljøet.

Enkelte som i utgangspunktet hadde liten kontakt med andre tamiler beskriver det som godt å komme i kontakt med landsmenn i denne situasjonen. Jeg vil i det følgende se på to beskrivelser av bevegelser i retning av et tamilsk eksilmiljø en tid etter tsunamien.

Den første beretningen om å få kontakt med andre tamiler begynner med at informanten isolerte seg den første tiden etter tsunamien. *Det var sånn at jeg ikke ville være med noen andre. Jeg bare lukket døra og satt der alene. Men [en tamilsk bekjent] hjalp sånn at jeg kunne komme ut og være sammen med de andre(...), på det tamilske ressurscenteret.*

Der var det mange tamiler. [Da kunne jeg] snakke litt og bli lettet og sånn. (...) Det var de som først ringte til meg. De spurte hvordan det var med meg, fordi de visste at jeg var fra [hjembyen], og de visste at det skjedde mye akkurat [der]. Vi ser at denne informanten ble kontaktet av andre tamiler som visste at hennes hjemby var hardt rammet, og at dette bryter hennes isolasjon.

Den andre kvinnen var også isolert i begynnelsen. Hun hadde et sosialt nettverk, men hadde hatt lite kontakt med andre tamiler, og ingen i eksilmiljøet visste at hun var rammet før hun selv sa det. *De [andre tamilene i Oslo] visste ikke om jeg er fra øst eller vest eller... Mamma er fra nord. Pappa er fra øst. Men alle de andre slektningene bodde der [i de rammede områdene i øst]. Ingen visste om det, skjønner du? Så inviterte de alle som jobber med barn til et seminar om hvordan vi skulle trøste elevene. Men jeg trengte trøst! (Ler) Skjønner du, jeg trengte hjelp. Da fortalte jeg at jeg hadde mistet. De visste ikke det. Jeg fortalte at jeg hadde mistet, og hvor jeg kom fra.* Kvinnen sier ikke noe mer om hvordan hun ble tatt imot etter at hun hadde gitt seg til kjenne som en som *hadde mistet*. Men hun forteller det med ettertrykk og med en varm tone i stemmen, slik at det skinner igjennom hvor godt det er å si hvor man kommer fra til noen som vet *hva det betyr* – at du er fra øst.

Disse to små beretningene om å få kontakt med eksilmiljøet etter katastrofen viser at en persons relasjon til et fellesskap ikke bare er noe som *er* der eller som du *har*, det handler også om at individer aktivt eller passivt opplever seg *henvist til* eller *inntar* bestemte posisjoner av ulik kvalitet i forhold til et gitt miljø. Vi ser også at en tilsynelatende lik bevegelse kan ha ulik kvalitet, i ovennevnte eksemplene en passiv versus aktiv kvalitet; vi ser at førstnevnte blir tatt inn i varmen etter andres initiativ, mens den andre selv presenterer seg ovenfor et miljø. Å fokusere på hvordan opplevelser er en funksjon av både individet og omgivelsene, og på hvordan dette utspilles, er i tråd med en kulturpsykologisk forståelsesramme. Denne tilnærmingen står i kontrast til for eksempel å konseptualisere ”sosial støtte” som en ren ytre variabel, som eventuelt ”modereres” av individvariabler.

Vi har sett at forholdet til andre tamiler beskrives som en viktig støtte etter tsunamien, at noen har et tett nettverk i eksilmiljøet i utgangspunktet, og at noen får mer kontakt med landsmenn i denne situasjonen. Noen informanter forteller kun om relasjoner til andre tamiler i Norge, mens andre også beskriver seg som del av et ”vi” som rommer alle tamiler sin er i eksil, som i følgende utsagn. *Det var ikke bare jeg [som hadde det vondt i tiden rett etter tsunamien]. Jeg tror ikke at andre tamiler rundt omkring i landet, og i resten av verden, hadde et normalt liv de dagene. (...) Tamiler i hele verden ønsker et ordentlig liv. (...) Vi har*

opplevd nok (...). Tamiler var mest rammet. Ikke bare de som bor der nede, også vi som bor i utlandet, for vi har veldig god kontakt med familie og venner på Sri Lanka.

Utfra denne beskrivelsen høres det ut til at denne informanten identifiserer seg med og kjenner seg som en del av den tamilske diasporaen som helhet. Det er kanskje også verdt å merke seg at han understreker at *vi som er i utlandet* også er rammet av tragedien, fordi de er nært tilknyttet mennesker i hjemlandet. Denne skildringen og pronomenbruken understreker fellesskapet mellom alle tamiler, og utgjør en psykologisk posisjon hvor eksilet er å være del av et transnasjonalt kollektiv. Denne kollektive orienteringen kan tenkes å være en kilde til større smerte ved at den enkelte tar andres tap innover seg i tillegg til egne; *vi har opplevd nok*. Samtidig kan dette tenkes å være en kilde til trøst og styrke, ettersom man inngår i et skjebnefellesskap med andre; *det var ikke bare meg*.

I kontrast til dette markerte enkelte informanter *avstand* fra sider av det tamilske fellesskapet, som oftest på politisk grunnlag. Det er kjent at eksilmiljøer ofte er preget av splittelse, særlig i tilfeller med politisk konflikt i hjemlandet (Fuglerud, 2001), og ved ulike bølger av flyktninger (ibid.), slik tilfellet er i den tamilske diasporaen. En av informantene var særlig uttalt på en slik avstandstaken, og markerte tydelig sitt politiske ståsted. Før intervjuet gjorde han det klart at han ikke vil ha tolk, og begrunnet dette med at han ikke stoler på andre tamiler. Under intervjuet forteller han at han ”ikke er med tigrene”, og at dette er noe han ikke kan snakke åpent om uten å få problemer, både i Norge og ved en eventuell hjemreise. *Jeg kan ikke snakke med noen om det. De løper til organisasjonen og sier ”[Informantens navn] sier sånn og sånn...” Da får jeg [problemer]. Det er urettferdig! (...) Jeg vet ikke om de du har intervjuet før har snakket med deg [om disse tingene]. Jeg er et spesielt møte.* Vi ser at denne mannen er bevisst sin dissidentposisjon. Han formidler dette i intervjusituasjonen, både gjennom at han sier direkte at han *er et spesielt møte*, og gjennom at han ikke vil ha tolk. Han er tydelig stolt når han forteller om sin uavhengige posisjon, men legger ikke skjul på at det koster; at han må være varsom, at han er redd. Han vil ikke gi penger til hjelpearbeidet i hjemlandet, fordi han frykter at dette vil brukes til å bygge opp geriljaen. Å ikke gi penger kan imidlertid oppfattes som dissens, og han omgås andre tamiler med varsomhet. Det har vært hevdet at det tamilske samfunnet viser særlig sterke sanksjoner mot dissidenter, også i eksil (Rogers, Spencer, & Uyangoda, 1998). Vi ser at hans politiske holdning også innebærer en sosial posisjon, og at en slik posisjon i et fellesskap har en *emosjonell* valør, som også farger opplevelsen av denne spesifikke situasjonen.

Vi har sett at informantene beskriver mange ulike måter å relatere til eksilmiljøet på i denne situasjonen med hensyn til *mengde*; hvor mye de har kontakt med andre familier, og *kvalitet*; i hvilken grad denne kontakten er opplevd som problematisk.

Å handle og bli behandlet i vertslandet

Også når det gjelder forholdet til vertslandet fremkommer det stor variasjon i materialet. Informantene beskriver ulike måter å *oppleve og relatere til* de norske omgivelsene i denne spesifikke situasjonen, og jeg har valgt ut to aspekter ved dette som jeg vil se nærmere på. Først vil jeg se på de norske omgivelsene som en arena for meningsskapende aktivitet. Deretter vil jeg se på forholdet til hjelpeapparatet og i den forbindelse ulike holdninger til det å få hjelp.

Jobb og studier: En arena for aktivitet

Vertslandet beskrives av mange som en arena hvor man har mulighet til å være aktiv. I motsetning til hjemlandet er informantenes norske omgivelser i all hovedsak uberørt av det inntrufne, og livet går sin vante gang med jobb, studier og andre aktiviteter. Mange trekker frem det å gå på jobb som viktig for å klare seg. *Selv om vi har det vondt inni, går vi og jobber med andre. Det synes jeg er veldig viktig. Det er veldig viktig å gå på jobb (...)* *Tsunamien skjedde. Det er viktig at resten av oss overlever. Ikke tenke på det hele tiden. (...)* *Det er veldig viktig å ha vanlig rutine igjen.* Vi ser her at det å være i aktivitet holdes frem som betydningsfullt, og dette er noe mange informanter legger stor vekt på. Det er også kjent at aktivitet generelt utgjør en beskyttende faktor i forhold til posttraumatiske reaksjoner i eksil (Lie, Sveaass & Eilertsen, 2004).

Å være aktiv som sådan, og slik få avledning og kjenne at livet går videre, beskrives av mange som en viktig grunn til å gå på jobb og skole i tiden etter katastrofen. Flere forteller også om at de fikk støtte fra omgivelsene i sitt daglige virke. En mann i 30-årene som er student forteller at det ble arrangert en minnestund på studiestedet. *Etter ti eller tolv dager hadde vi en minnestund. Det var lærergruppa som bestemte det. Skolen var samlet nede i auditoriet (...). Vi holdt det stille, tente lys og sånne ting. [Det var] fordi jeg er fra Sri Lanka, så de andre i klassen skulle vite om hva som egentlig skjedde. (...)* *De andre delte min sorg, og... Det ble lettere, liksom (...)* *Det hjelper litt når folk kommer og snakker.* Vi ser at denne informanten opplevde å få støtte fra sine norske omgivelser, og at sorgen kunne deles også utenfor eksilkollektivet. De fleste informantene som var i jobb fortalte om slike opplevelser. Enkelte informanter var imidlertid sykmeldt de første ukene etter katastrofen, og en fortalte

om sterkt press fra arbeidsgiver om å komme tilbake i jobb, og trusler om at han ville miste jobben om han lot det gå lenger tid.

De fleste som jobbet eller studerte lot imidlertid til å oppleve dette som lindrende i tiden etter katastrofen. Det er kjent at de som har mange roller klarer seg bedre i krise (Dyregrov, 2000). På dette området later det til å være en kjønnsdimensjon i materialet, hvor menn typisk er aktive på flere arenaer og finner støtte i dette, mens kvinnene er isolerte og har sterkere reaksjoner. En mann sier: *[Kona] er mye hjemme. Hun har det ikke bra. Hun er alltid hjemme og passer barna. Hun trenger å komme seg ut og gjøre andre ting, gå på norskkurs og sånn. Dette med kona mi det er ikke bare hos oss. Jeg ser at dette er hos flere familier.* Mange menn uttrykker bekymring for konas psykiske tilstand, og et ønske om å hjelpe henne.

Hjelpeapparatet: Erfaringer med og holdninger til å få hjelp

Vi har sett ulike beskrivelser av kontakt med det norske samfunnet via arenaer som arbeid og studier. Hos en del informanter dukker imidlertid det norske hovedsakelig opp i form av kontakt med offisielle myndigheter eller hjelpeapparat.

Flere forteller om god hjelp etter tsunamien, fra fastlege, helsesøster eller psykolog. *Det er legen, fastlegen vår som er den store engelen i vår situasjon. Hun vet alt om hele familien.* En annen forteller at samtalene med en psykolog hjelper ham til å være en støtte for sin kone og sine barn. Noen informanter gir imidlertid uttrykk for å ha blandede følelser over selv å ha fått hjelp, fordi de i hjemlandet ikke har tilgang på noe tilsvarende. *Vi som bor i utlandet (...), vi får forskjellige [tilbud om hjelp], leger og sånn. (...). Vi kunne ta kontakt med legen og snakke om det, sånne ting. Det kom aldri til det området [hjemlandet]. De fikk ikke ordentlig hjelp, hvis du sammenligner med utlandet. De som var ordentlig rammet, de som opplevde det direkte, som opplevde at barna deres ble tatt av sjøen og sånne ting, de trengte mer hjelp.* Når denne informant beskriver et tilgjengelig hjelpeapparat er det med et visst vemod, fordi hjemlandet, hvor folk lider langt mer enn han selv, ikke har noe slikt. Dette viser hvordan hjemlandet og situasjonen der utgjør et bakteppe for nye erfaringer i eksil, og at dette referansepunktet også kan skape vonde følelser ved erfaringer som i utgangspunktet er gode.

Noen har gode erfaringer med å få hjelp, andre gir eksplisitt uttrykk for at de ikke vil ha noe hjelp. Dette synes dels å gjenspeile at den enkelte ikke opplever noe hjelpebehov, eller at vedkommende har fått dekket sitt behov for hjelp fra sitt uformelle nettverk, men denne avvisningen har også karakter av en stolthet over å klare seg selv. En informant forklarer for eksempel: *Jeg begynte å jobbe når jeg var 13 år. Vi er en stor familie. Da begynte jeg å*

hjelp mamma. (...) Sånn type folk er vi. Dette trekket ved tamilsk kultur og identitet er beskrevet flere steder. Lankesere betegnes som uttalt resiliente (Durvasula & Mylvaganam, 1994). Denne gruppen er også underrepresentert som brukere av det norske helsevesenet (Brunvatne, 2006).

Denne underrepresentasjonen kan fortolkes som at denne gruppen i mindre grad enn andre gruppe trenger hjelpeapparatets bistand, alternativt at noen som trenger det ikke får hjelp. I intervjuene finnes eksempler på begge deler. Enkelte ga uttrykk for virkelig å trenge hjelp. En mann forteller for eksempel at hans førstefødte bare var noen uker gammel da tsunamien rammet, og at hans kone siden har vært så deprimert at hun ikke har vært i stand til å ta vare på barnet. *Det jeg trenger å få hjelp til er å få kona til å fungere bra psykologisk. (...) Noen til å prate om tingene. Jeg er ikke ute etter økonomisk hjelp, [bare] å få kona mi på bena igjen.* Mannen forteller at han har forsøkt å skaffe profesjonell hjelp via fastlegen, men at kona ikke har villet ta imot noe tilbud, og at han selv er utslitt. Vi ser her kanskje et eksempel på at et kulturelt ideal om å klare seg selv som i mange sammenhenger kan være en resiliensfaktor, gjør at belastningen på den nærmeste blir stor.

Enkelte informanter oppgir å ha behov for hjelp, men sier at de ønsker å få slektninger fra hjemlandet til Norge fremfor å få hjelp fra helsevesenet. En slik løsning passer ikke alltid inn i det norske regelverket for visum eller familiegjenforening, og noen informanter uttrykker frustrasjon over dette.

Vi har sett at mange ikke ønsker å få hjelp fra helsevesenet. Enkelte informanter er imidlertid interesserte i dette, som følgende utsagn viser: *Vi hørte at "hvis dere går og snakker sammen, vil det gå bedre fremover". Så det ønsket vi, selv om vi hadde det vondt. (...) [Vi tenkte] ok, vi kan gå og snakke sammen. Jeg ringte til Oslo Kommune og over alt. Jeg husker at jeg ringte flere telefoner. For vi ville gjerne [ha hjelp].* Hos de få som inntar hjelpesøkerens posisjon vis a vis hjelpeapparatet slik vi ser i ovennevnte sitat, kan det synes som om grad av integrering spiller inn. Denne mannen gjør intervjuet på flytende norsk og jobber på arbeidsplass dominert av nordmenn, en indikasjon på stor grad av integrering i det norske samfunnet.

En tentativ sammenheng mellom forankring i det norske samfunnet og hjelpsøking kan tenkes å handle om konkret kunnskap om muligheter, men også om å ta til seg en terapeutisk forståelsesramme, hvor det å ha det vondt forstås som å være behandlingstrengende. I ovennevnte sitat vises det også til at de *hørte om* at det å *snakke sammen*, underforstått med noen profesjonelle, kunne hjelpe. En slik forståelsesramme kan tenkes å bli formidlet subtilt, ved å være i en kultur over tid, og også mer direkte, for

eksempel via fastlegen. Denne mannen opplevde det altså som aktuelt og ønskelig å søke hjelp hos det norske helsevesenet, men dette viste seg å by på utfordringer. Han forteller videre: *Så prøvde vi [å få hjelp], men det gikk ikke bra. Jeg skjønnte ikke hvorfor. Fastlegen hadde egentlig ansvar for å ordne det. Han sendte brev til dem, [men] fikk avslag. (...) Vi prøvde i mange omganger, ringte der og der... Nei. Det gikk ikke. Vi fikk ikke noe hjelp. (...) Jeg skjønnte ikke hvorfor det skjedde. Kanskje det var for sent, jeg vet ikke.* Vi ser her en mann som tilsynelatende har brukt store krefter på å orientere seg og søke hjelp i det norske hjelpeapparatet, uten å nå igjennom. Dette sier kanskje noe om at det å innta den hjelpetrengendes posisjon også kan øke den enkeltes følelse av hjelpeløshet, hvis man ikke får det tilbudet man søker.

Vi har så langt sett på ulike opplevelser av relasjoner til det norske representert ved arbeidsplass og hjelpeapparat. Noen nevner også "det norske" mer generelt, eksempelvis ved å karakterisere norsk politikk på Sri Lanka. En kvinne uttrykker sterkt at norske myndigheter er naive i forhold til tamilsk virkelighet, både på Sri Lanka og i forhold til eksilmiljøet i Norge. Kvinnen uttrykker sterk misnøye med at norske myndigheter har organisert ordningen med økonomisk støtte til midlertidig hjemreise gjennom en organisasjon som er tilknyttet tamiltigrene, slik at hun må kontakte dem for å søke. Hun forteller at hun kontaktet UD angående reisestøtte, men ble henvist til TRVS. Hun er opprørt over denne ordningen, og hevder å kjenne til flere familier som ikke vil søke om støtte av denne grunn. Hun knytter myndighetenes valg om å organisere tiltaket ved hjelp av TRVS til Norges rolle i fredsprosessen på Sri Lanka, som hun er meget kritisk til. *[Norge] ser med ett øye, og lukker det andre. Hvis det kommer en krig til, hva har dere gjort? Jeg sier: ødelagt det hele. Hvis du putter hodet ditt i tamilsk område, må du først tenke litt bakgrunn. Man må tenke litt lenger frem om man skal hjelpe oss.* Vi ser her hvordan offisiell norsk politikk inngår i en enkeltpersons psykologiske posisjon vis a vis vertslandet – et eksempel på forbindelseslinjene mellom individ og kontekst, i dette tilfellet den politiske konteksten. Tiltaket ble for denne informanten politisert ved at TRVS sto for å formidle listen over søkere.

Tiltaket om å gi økonomisk støtte til midlertidig hjemreise ble imidlertid også vurdert som betydningsfullt av mange. På spørsmål om hva hun tenkte når hun fikk høre om dette tiltaket svarer en kvinne: *Jeg kunne aldri reist med mine egne penger, for alt det jeg tjener går rett ut. Jeg hadde aldri fått spart til den reisen. Jeg følte veldig bra.* Flere informanter opplevde imidlertid tiltaket som lite fleksibelt. Støtten var på 5000 kroner per voksne person som hadde mistet nære familiemedlemmer i tsunamien, men dette innebar enkelte betingelser i forhold til hva slags billett man kunne kjøpe og i hvilket tidsrom, noe enkelte informanter

fortalte at opplevdes som hemmende i en tid hvor markedet for flyreiser allerede var presset grunnet endrede reisemønstre i forbindelse med katastrofen. Flere informanter forteller at de brukte mye tid og krefter på å løse praktiske problemer som oppstod på grunn av disse betingelsene, og at de opplevde det som frustrerende å ikke kunne få individuell tilpasning. *Vi møtte mye byråkrati der vi fikk hjelp. Vi måtte bestille billett på forskjellige steder for de voksne og barna. (...) Det ble bare tull. (...) Vi har fire barn, og den yngste er 1 ½ (...). Vi fikk beskjed om at vi skulle kjøpe billett til det 1 ½-årige barnet separat. (...) Men det er ikke vanlig å kjøpe billett til et 1 ½-årig barn. Reisebyråene kunne ikke selge billett bare til en 1 ½-åring. Det ble mye. Det var nesten en ukes mareritt.* På tross av betingelsene gir imidlertid mange uttrykk for at de syntes dette var et godt tiltak, ettersom det å reise hjem var noe de fleste som hadde familie i rammet område ønsket.

Å reise til hjemlandet etter katastrofen

De fleste informantene beskriver en sterk trang til å reise hjem til Sri Lanka, og de fleste i utvalget gjorde også det. Jeg vil i det følgende se nærmere på hva som lå til grunn for beslutningen om å reise, og på opplevelsen av hjemreisen. Jeg vil så ta for meg ulike aspekter ved det å *hjelpe til*, noe som fremstår som et sentralt aspekt ved det å reise hjem. Deretter vil jeg se på hva informantene i ettertid sier om hva reisen har betydd for dem. Til slutt vil jeg se på hvordan reisen og tsunamien generelt i noen tilfeller synes å ha påvirket den generelle ”romfølelsen” til informantene, altså deres opplevelse av å være i eksil, herunder deres posisjon i forhold til hjemlandet.

For og imot

Mange informanter forteller at det å reise til hjemlandet var det første de tenkte på når omfanget av katastrofen ble klart. De fleste beskriver en sterk trang til å se familien og til å se ødeleggelsene med egne øyne, og vurderte å reise umiddelbart. Mye talte imidlertid imot å reise til de rammede områdene i tiden like etter tsunamien. Frykt for en ny tsunami, frykt for sykdom, frykt for overveldende inntrykk gjorde mange usikre. Mange ble advart av familien på Sri Lanka mot å komme. Også omsorg for barn talte imot, og mange følte seg dratt mellom ulike hensyn. En kvinne med fem barn i Norge som hadde slektninger på Sri Lanka som hadde blitt skadet sa for eksempel: *Da jeg hørte om tsunamien hadde jeg vanskelig for å bestemme hva jeg skulle gjøre, om jeg skulle være med barna mine eller om jeg skulle reise hjem. Jeg tenkte jo mye på de som var der nede også.* Mange informanter beskriver ambivalente følelser vedrørende vurderingen om å reise hjem. De som kom til en rask

avklaring sa gjerne at de ikke hadde noe valg på grunn av barna. Det kunne synes som om det vurderingen opplevdes vanskeligere for dem som hadde mulighet til å reise, men hvor ulike hensyn dro i ulike retninger. Noen informanter fortalte også at det å vurdere å reise vekket en følelse av skyld – for hvorfor hadde de ikke reist før. *Når faren min ikke er i live, [er det da noen vits i å] reise? Alle de 10 årene har jeg ikke reist, og ikke sett faren min. Og nå er faren min ikke i live og så...*

Det som talte for og det som talte imot hos den enkelte munnet ut i en beslutning, som oftest om å reise. Beslutningen ble ofte tatt i fellesskap med andre. Familien på Sri Lanka var ofte involvert, noen rådet informantene til ikke å komme, andre kalte på dem. Informantene forteller også om diskusjoner med ektefelle og annen familie i Norge eller andre land. Spørsmålet var ofte hvem som skulle prioriteres, og til grunn for valget lå ofte spørsmålet *hvem trengs mest*. En mann forklarer for eksempel hvorfor han reiste og ikke kona, når begge ønsket det: *[Jeg] mistet far og bror direkte. Kona mistet bare tante og onkler. På hennes side var det mange slektninger som overlevde – de kunne trøste hverandre. Min mamma var alene. Da tenkte vi at jeg måtte reise til henne*. Vi ser her at det å maksimere hjelp var en avgjørende faktor for denne beslutningen. Dette går igjen hos flere informanter.

Noen reiste umiddelbart etter katastrofen. En kvinne forklarer hvorfor hennes mann reiste ned kun dager etter tsunamien, selv om de ikke hadde penger til det og det var kaotiske forhold i hjemlandet. *Likevel bestemte vi [at han skulle dra], for på denne tiden trengtes folk. [Spørsmålet var:] Hvem er det som tør å reise?* Vi ser her at reisen begrunnes med behov i hjemlandet, og at mannen våger å reise. Det underliggende budskapet synes å være at den som har mulighet til å reise og hjelpe til, *må* reise.

Andre som reiste umiddelbart forteller at de gjorde det fordi de hadde politiske vansker. Under vanlige omstendigheter ville de ikke kunnet reise til hjemstedet, men i kaoset som oppstod etter katastrofen var ikke kontrollen så streng som vanlig. De som reiste like etter katastrofen var typisk menn som reiste alene eller sammen med andre menn. Andre reiste mer planlagt, etter noen uker eller måneder. Dette var typisk kvinner med barn, og begrunnelsen for reisen var ofte at de skulle være sammen med familien for gjensidig trøst. En kvinne forteller at hun reiste for å støtte slektningene sine, og at det å ha barna med på reisen var en del av støtten. *At tanten min og søskenbarna mine kunne treffe mine barn, leke litt med dem og lage litt mat sammen, kanskje det ville bli litt bedre [da]*. Vi ser at menn og kvinner ofte har litt forskjellige beveggrunner for å reise, og at de reiser på ulike måter, og at dette knyttes til omsorgsoppgaver.

Opplevelse

Enten de reiste umiddelbart eller etter en tid var gått, forteller informantene om mange lignende erfaringer. De fleste forteller at det betydde mye for dem å få vært sammen med familien, og å se skadene med egne øyne. Samtidig forteller de fleste om sterke, vonde inntrykk, og at det smertet å se landet, hjembyen og menneskene der i en slik forfatning. Noen forteller at det var som å komme til et fremmed sted. *Det er ikke noe som lignet som før der nede. Alt er forandret, ødelagt. Til og med folk var ikke som før. Folk gråter når de møter deg... [Jeg møtte noen] gamle kjente, da var det bare gråt. (...) Bare sorg, sorg hele veien...*

Noen informanter forteller om hvordan de kom med et indre bilde av hjemstedet, som aktiveres ved synet av ødeleggelsene. *[Jeg hadde] ikke vært i [hjembyen], siden 1990. Da... Jeg hadde et annet bilde [av stedet]. Det var en glad by, ikke sant? Fiskeby. Folk var veldig nære, og folk samarbeidet veldig. Mange var i slekt. Mye sosialt... Da jeg kom dit [nå]... Halvparten av folkene var døde.* For denne informanten var dette første gang han reiste hjem siden han forlot landet 15 år tidligere. Vi ser at han tidligere hadde et bilde av hjembyen som preget av glede, nærhet og samarbeid. Forestillinger om sted har gjerne en emosjonell betydning, både det fysiske og det metafysiske stedet (van Dongen, 2004). Enkelte forskere som har undersøkt forestillinger om sted hevder at et sted først blir bevisst konstruert ved avstand (Tuan, 1980, ref. i Parmenter, 1994), og denne informanten har hatt 15 år i eksil til å danne seg en slik forestilling. Et bilde av hjemstedet som et godt sted kan innebære en kilde til nostalgi, noe som av noen vurderes som en viktig beskyttelsesfaktor i eksil (Akhtar, 1999). Når hjemstedet er blitt et katastrofeområde, blir konfrontasjonen med dette en sterk kontrast til det indre bildet.

Mange sier ødeleggelsene var mer omfattende enn de hadde tenkt. *Det var mer enn jeg ventet, mer enn jeg forestilte meg at jeg skulle se. Flere liv som gikk tapt enn jeg tenkte eller hørte herfra.* En del informanter forteller om overveldende inntrykk, og sier at det var vanskelig for dem å være i det rammede området. *Mange hadde blitt syke, psykisk syke, òg... De snakket om det som hadde skjedd. (...) Alle hadde mistet noen, kjæreste eller slektning eller... Det var vanskelig å være der.* En informant forteller at han måtte ta en pause mens han var i hjemlandet. *Jeg måtte reise ut av de [rammede] områdene etter en uke, for å få avkobling. Jeg klarte ikke å høre og se dette mer. Så jeg reiste til Colombo, og kom så tilbake dit igjen. Det som gjorde mest inntrykk på meg var barna. (...) De hadde det ikke bra. Det var vanskelig å se dem.*

Vi ser av disse utsagnene at informantene opplevde til dels meget sterke inntrykk under hjemreisen. Det kan spørres om det er rimelig å forstå en slik reise som en støtte i

informantenes bearbeiding av sine tap, når det å se skadestedet og møte familien også innebærer nye og overveldende inntrykk. For å bruke begreper fra angstbehandling kan noen av disse beskrivelsene minne mer om *flooding* enn *kontrollert eksponering*, og det er gjerne det siste som anbefales om en skal konfrontere det man er redd for (Atkinson et al, 2000). Traumeteoretikeren Judith Herman understreker at en som har opplevd noe traumatisk må komme i trygghet før bearbeiding kan begynne (Herman, 1992). En fortolkning av dette kunne være at slike inntrykk ikke er hensiktsmessig for den enkeltes bearbeiding, og at en hjemreise derfor bør frarådes. Et slikt råd tar utgangspunkt i å se på reisen som *en kur for individet*. På dette punktet fremkom det noen ganger under intervjuene en ulikhet i referanseramme, ved at informanter reagerte på spørsmålet ”var det bra for *deg* å reise”. I en del tilfeller syntes informantenes eget spørsmål ikke å være ”er dette bra for meg”, men ”har jeg mulighet til å hjelpe”.

Å hjelpe

Jeg vil her se litt nærmere på temaet å hjelpe, i forbindelse med hjemreisen. Tidligere har vi sett at det å *ikke* kunne gjøre noe ble beskrevet som vondt, og at mange på ulike vis forsøkte å hjelpe til utfra sin posisjon i eksil. Å maksimere hjelp lå dessuten til grunn for mange beslutninger om å reise hjem. Informantene forteller om omfattende innsats for å hjelpe til under reisen.

De som reiste umiddelbart forteller at de bidro i arbeidet med leting og opprydning. En hjalp blant annet til å flytte lik fra en massegrav til en annen. Av de som reiste senere forteller de fleste at de hadde med store pengebeløp som delvis var lånte penger, delvis egne sparepenger, og delvis innsamlet blant venner og kjente. En hadde for eksempel samlet inn flere titusen kroner på egen hånd, som han kjøpte klær og annet utstyr for og delte ut til de som trengte det. En annen var helsearbeider, og tok med medisinsk utstyr. *Jeg tok med noen enkle medisiner herfra, sånne reseptfrie for sår og hodepine og sånne ting. Og masse kremer, vi kjøpte masse.* Noen hadde altså klare planer på forhånd om hvordan de skulle hjelpe til.

En kvinne som derimot kun hadde planer om å være sammen med familien, hørte under oppholdet om et behov som var forsømt, og tok selv tak i dette. *Alle var opptatt av de som mistet, men var mindre interessert i hjelpearbeiderene; leger, sykepleiere, vanlige folk. (...) Jeg hørte at [de lokale som deltok i hjelpearbeidet] alltid var slitne. Da ga jeg en gave til dem. Alle fikk klær, 40 mennesker. (...) Slik må man tenke, ikke bare på de skadede, men også på de som hjelper.* Alle som reiste forteller slike historier om at de hjelper til.

Så langt har vi sett på *hva* folk gjør når de hjelper. Jeg vil nå dvele litt ved *hvordan* det å hjelpe til omtales. Vi så under avsnittet om argumenter for og imot å reise, at et argument var at den som *kunne* hjelpe, *måtte* – dette til tross for at disse personene selv hadde det vondt. Denne argumentasjonen går igjen i materialet, og bærer preg av pliktetikkk. Dette kan kanskje knyttes til at informantene hører til en kollektivt orientert kultur, med mer vekt på fellesskap og gjensidig avhengighet enn på individets autonomi og velvære. En informant beskriver livet i hjemlandet slik: *De lever i storfamilier, sånn at alle hjelper alle. Det er vanlig der nede.* Han forteller videre at slektninger kom til fra fjern og nær for å hjelpe familien hans da han var der. *Nesten alle som kom dit [hjalp til], fra utlandet eller fra andre kanter [av landet].* Foruten forpliktelser ovenfor familien, understreker denne informanten og mange med ham at de også hjalp fremmede. *Alle hjalp alle. Ikke bare slektninger eller kjente, også tilfeldige folk som trengte hjelp. Alle hjalp alle.*

Jeg vil se litt nærmere på dette utsagnet, at *alle hjalp alle*. På den ene siden kan dette forstås informativt, som en ren gjengivelse av at informanten har observert solidaritet og hjelpsomhet under hjemreisen. Samtidig kan det at dette uttrykkes med slik styrke og at flere informanter har lignende formuleringer kanskje antyde at dette også er et *kulturelt ideal*. Å forstå dette som en beskrivelse av hvordan det *bør* være, trenger selvsagt ikke bety at det ikke også *var* slik – verdier kan også være retningsgivende for handlinger. Å vurdere dette utsagnet som normativt kan imidlertid løfte frem litt andre aspekter ved det. Utsagnet *alle hjalp alle* kan i et slikt lys forstås som at informanten knytter seg an til hans kulturs oppfatning om ”det gode”. Hva som er ”det gode” formidles i kulturen, og det å være forbundet med det vi anser å være viktig for fellesskapet kan være en kilde til styrke (Crossley, 2001). At *alle hjelper alle* kan i dette perspektivet være en norm som det er styrkende å identifisere seg med, og som gir trygghet i en situasjon hvor mye er utrygt. En slik forståelse, hvor moralsk orientering og selvfølelse henger sammen (ibid.), synes å være i tråd med den dominerende forståelsen av det å hjelpe hos informantene.

Dette kulturelle idealet kan sies å utgjøre en kontrast til en vestlig, mer individualistisk orientering til det å hjelpe. Både i vestlig kultur generelt og innenfor psykologifaget spesielt anbefales det ofte at den enkelte først hjelper seg selv, dernest andre (van der Veer, 1995; Nafstad, 2004). Innen forskning på traumer og katastrofer fremheves det noen steder at en hjelper bare kan hjelpe andre hvis han har bearbeidet egne traumer (van der Veer, 1995). Det har vært hevdet at dette er en lite relevant problemstilling for mennesker som opplever krig eller større katastrofer, fordi alle samfunnsmedlemmer vil være berørte, og fordi det da vil være nødvendig at de som er minst rammet hjelper de som er mest rammet (ibid.). I den

forbindelse hevdes det også at andre mekanismer utspilles i store katastrofer som er delt, enn i individuelle og enkeltstående traumatiske hendelser, som gjerne er grunnlaget for de fleste funn innen traumeteori (ibid.).

Å hjelpe kan også handle om å få bekreftet sin plass innenfor et fellesskap. Et uttrykk for dette er at det er godt å bli spurt om hjelp – og vondt å ikke bli spurt. Kvinnen som giftet seg mot familiens vilje og deretter ikke hadde kontakt med slekten på 20 år beskriver her hvordan hun ikke har blitt spurt, og heller ikke har tilbudt seg å hjelpe. *Da vi giftet oss, pratet ingen av mine slektninger med meg. Det var enkelte som kom og sa at det var bra at jeg levde slik, men de spurte meg aldri om hjelp. Aldri (...) Jeg har aldri gjort noe for mine slektninger, på grunn av at de aldri har spurt meg.* Det kan her høres ut som om det å bli spurt om hjelp er å bli definert som en del av fellesskapet. Noen slektninger støttet ekteskapet hennes, men de ba ikke om hjelp – og da er man utenfor fellesskapet.

Vi har sett eksempler på at det oppfattes som en plikt å hjelpe til det man kan, at mange sier at de selv har glede av å gi, og at det å bli bedt om hjelp kan være et gode. Samtidig har noen beretninger i materialet også elementer av forventninger fra andre om å gi mer enn det den enkelte egentlig er i stand til. *Når jeg så folk som jeg kjente eller slektninger som ikke hadde klær, hva kunne jeg gjøre? Fordi jeg kommer fra utlandet, så vet de... Så ber de om å få hjelp og sånn. (...) Man klarer ikke å komme uten å gjøre noe for dem.* Denne informanten forteller om at slektningene har en forventning om at hun som *kommer fra utlandet* ikke kommer tomhendt. Denne informanten forteller at hun hadde dårlig råd i utgangspunktet, og hun brukte et stort pengebeløp under hjemreisen. Dette var bare lånte penger, og under intervjuet uttrykker hun bekymring for hvordan hun skal klare å betjene denne gjelden. Også andre informanter forteller at de har fått økonomiske vansker etter hjemreisen. *Vi var der nede og hjalp til så mye vi kunne. Jeg kunne ikke la det være heller, jeg måtte hjelpe familien min. Men nå opplever jeg at jeg har dårlig økonomi.*

Informantene forteller at de strekker seg langt for å være til hjelp, både som følge av eget ønske om å gi og av ytre press – og at disse to henger sammen ved at kulturelle idealer er en del av den enkeltes selvfølelse. Noen forteller imidlertid at det ytre presset blir så stort at de må sette grenser. *Nå ber de meg komme tilbake dit igjen. Jeg bestilte billett, men jeg avbestilte igjen, for jeg klarer ikke dette. Jeg har ikke økonomi til dette.* Noen når altså en tålegrense med hensyn til hvor mye de kan hjelpe til, og markerer dette i handling. Denne grensen settes imidlertid på ulike steder fra person til person. For noen er det et alternativ å sette seg i gjeld, for andre ikke. Dette kan tenkes å være en funksjon av den enkeltes økonomiske situasjon, men i noen tilfeller synes det også å være knyttet til hvor forankret

personen er i vertslandet i forhold til hjemlandet. Den tidligere nevnte informanten som hadde satt seg i en gjeld som hun vurderte kunne bli vanskelig å betjene, lot eksempelvis til å være mer forankret på Sri Lanka enn i Norge. Hun hadde vært i Norge relativt kort, hadde lite nettverk, og beskriver en posisjon hvor hun både *har mer og investerer mer* i hjemlandet enn i eksiltilværelsen. En slik posisjon fremstår som selvopprettholdende, og flere informanter beskriver en slik posisjon. I motsatt tilfelle kan det utfra materialet synes å være en tendens til at når det er mye som binder den enkelte i Norge, så er også terskelen for å sette grenser ved press fra hjemlandet lavere. Dette mulige samspillet mellom *grad av forankring i eksillandet* og *villighet til å bære byrder for folk i hjemlandet* kan illustrere hvordan det konkrete og sosiale rommet man befinner seg i i eksilet har betydning for hvilke handlingsalternativer en opplever å ha under en hjemreise.

Evaluering av reisen

Samtlige informanter som hadde reist vurderte hjemreisen som betydningsfull for egen bearbeiding, på tross av til dels voldsomme inntrykk. *Reisen gjorde at vi har blitt bedre og ikke tenker så mye på det.* Mange knytter dette til at de fikk sett ødeleggelsene. *Da vi reiste så vi alt; hva som var ødelagt, hvor mye skaden var, personskade og materiell skade. Da så vi alt med egne øyne, da visste vi hva som har skjedd. Den store trøsten var at vi var der nede og så alt. Inntil det hadde vi veldig mye personlige problemer.* Vi ser her at det å selv se skadene kan bidra til å virkeliggjøre det inntrufne; *da visste vi hva som har skjedd.* Det er kjent fra forskning at dette er viktig for å kunne integrere vonde hendelser (Dyregrov, 2000). Mange informanter trekker også frem det å være med familien, å være sammen i sorgen, som viktig. Også dette er en kjent faktor, og forskning viser at det å være nær signifikante andre, og å dele, er viktig for bearbeiding (ibid.).

Foruten å se skadene og treffe familien forteller mange informanter at det å hjelpe til var noe av det som gjorde reisen betydningsfull for dem. Det kunne synes som om mekanismer for dette var blant annet å motvirke hjelpeløshet, å bekrefte relasjoner, og stolthet over å bidra. Denne tilsynelatende beskyttende faktoren er ikke så mye i fokus i forskning, og synes til dels å ha vært vurdert med noe skepsis på traumefeltet (van der Veer, 1995).

Endret forhold til hjemlandet etter katastrofen

Forholdet til hjemlandet er en stor del av eksilets psykologi (Miller et al, 2003), og beskrives gjerne som å fluktuere funksjon blant annet av hendelser i hjemlandet (Fuglerud, 2004). Mange informanter forteller at de har fått et nytt forhold til hjemlandet etter tsunamien, og

særlig etter hjemreisen. Flere oppgir at de har fått et sterkere forhold til hjemlandet og familien der, samtidig som de er sikrere enn før på at de vil bo i Norge, som i følgende utsagn: *Jeg er ganske bekymret for familien min som er på Sri Lanka. De bor et sted hvor det er sjø på begge sider, så hvis det kommer en tsunami til så kan hele den biten gå inn i vannet. Det er jeg bekymret for. Samtidig synes jeg [forholdet til hjemlandet] har blitt sterkere. Før snakket jeg ikke så ofte med familien der nede, men nå (...) ringer jeg ofte og snakker med dem for å høre hvordan de har det. Forholdet har blitt sterkere, men [lysten til] å bosette seg der har blitt mindre.* Hos denne informanten kan det synes som om bekymringer knyttet til tsunamien er det som ligger til grunn for at han *både* har blitt *mer* og *mindre* knyttet til hjemlandet etter katastrofen. Noen har altså en klart endret relasjon, herunder endret forestilling om å vende tilbake en gang i fremtiden. Andre sier at fremtiden har blitt uklar:

Intervjuer: Hvor tenker du at du vil bo i fremtiden?

Informant: Vi hadde planlagt å bo her en periode, noen år, og så reise tilbake hjem etterpå. (...) Nå har vi mista alt der. Alle og alt. Og da vet jeg ikke.

En kvinne som ikke hadde anledning til å reise hjem ble konfrontert med ødeleggelsen av hjemstedet via en video, og har etter dette blitt usikker på fremtiden: *Jeg hadde tenkt at når barna ble store kunne jeg reise hjem og bo der. Men det har blitt endret nå, for jeg har akkurat fått tilsendt en videokassett [av hjemstedet], som viser ingen ting, absolutt ingen ting... Det var et vakkert område vi bodde i, og nå [er det] absolutt ingen ting. Ingen ting er igjen. Ikke et eneste bygg. Da lurer jeg på at hvor vi skal bo i fremtiden? (...) [Jeg har] ikke tatt noe avgjørelse ennå.* Vi ser at dette utsagnet rommer mye sorg, samtidig kan det synes som om kvinnen er i en prosess med å tilpasse seg; *har ikke tatt noen avgjørelse ennå*, og har fremtidsplanene oppe til vurdering.

Vi har sett at noen har viser en klar reorientering med hensyn til sin posisjon i forhold til hjemlandet og dermed også til vertslandet og eksiltilværelsen generelt. Andre synes å være i en prosess med å finne en ny posisjon, som en del av tilpasningen etter tsunamien. Det kan synes som om ulike typer konfrontasjon med hjemstedet, og særlig det å reise hjem, er av betydning i prosessen med å tilpasse seg. Uansett grad av tilpasning kan imidlertid denne i et kulturpsykologisk perspektiv ikke anses å være endelig – den enkelte vil alltid måtte tilpasse seg nye omstendigheter (Haavind, 2002; Cole, 1996). I et eksilperspektiv som rommer dobbel tilknytning og ambivalens vil den enkelte fremdeles på ulike vis være i spenn mellom hjemlandet og eksillandet. En del informanter synes imidlertid et halvt år etter katastrofen å være i ferd med å finne en ny balanse.

Vi har sett at forholdet til hjemlandet blant annet innebærer en større eller mindre grad av en drøm om en dag å vende tilbake. Det bringer oss over til temaet for neste kapittel, som handler om temporal orientering, og om å skape mening gjennom å lage historier.

Del III: Historier: Å skape mening mellom *før* og *etter*

I denne delen vil jeg besvare det tredje analytiske spørsmålet, utfra en narrativ tilnærming. Det særegne med det narrative rammeverket er fokuset på hvordan individet skaper mening gjennom å konstruere historier (White, 2006; Bruner, 1990; McAdams, 1993). Dette forstås som et indre arbeid, samtidig som språkliggjøring av erfaring innebærer å koble seg på et meningssystem som er felles (ibid). Språkliggjøring gjør også at erfaring kan deles. Plot og metafor er sentrale begreper innenfor narrativ forståelse (White, 2006; McAdams, 1993), og *tid* fremheves ofte innenfor denne forståelsesrammen som det viktigste strukturerende prinsippet i vårt arbeid med å skape historier (Crossley, 2000; Miller et al, 2003, White, 2006). Både hukommelse og fremtid er sentrale deler av våre fortellinger om oss selv (ibid). Traumehistorier har ofte et plot sentrert rundt *før* og *etter*, med den traumatiske hendelsen som et brudd i personens historie (Crossley, 2000; Benezer, 1999). I et temporalt blikk er bearbeiding etter traumer ofte en veksling mellom *diskontinuitet*, det vil si å språkliggjøre *bruddet*, det vonde som har skjedd, og *kontinuitet*, det vil si å via språket forsøke å skape ny sammenheng i tilværelsen, ved å knytte det inntrufne an til tidligere opplevelser og til kulturelle meningssystemer.

Fokuset i denne delen vil altså være på hvordan informantene etter tsunamien søker å strukturere sin erfaring via språket. Jeg vil først se på beskrivelser av temporal orientering i materialet. Dernest vil jeg ta for meg ulike typer historier, og se på hvilken rolle disse synes å spille i forhold til bearbeiding. Jeg vil så se nærmere på beskrivelser av hukommelse og glemsel, og ambivalens knyttet til det å komme videre. Til sist vil jeg se på det å være *fastfrosset*, å ikke komme videre.

Å tidfeste: Kontinuitet og diskontinuitet

Tid utgjør et grunnpremiss i våre opplevelser, og har vært tilstede, om enn ikke tematisert, i mange sitater som tidligere er presentert. Jeg vil nå ta et nytt blikk på noen utsagn som ble nevnt under ”Handlingsrom”, men nå med tid i fokus.

Mange informanter later til å ha en egen tidsregning for sorg, som kan se ut til å være kulturelt betinget. Det er slående hvordan mange regner antall dager og måneder etter

hendelsen i sine beretninger; *fire dager etter* ringte moren til en av informantene og sa at hun levde. *Fem uker etter* reiste en annen hjem. Særlig ritualer ser ut til å være ordnet etter en slik tidsakse; *31 dager etter*, eller *45 dager etter* har man minnestund. *Seks måneder etter* sier hinduprestene at en savnet person kan anses å være død. Vi ser også denne tidsregningen brukt utenom den kulturelle konteksten den har sin opprinnelse i: Studenten som opplevde støtte og anerkjennelse via minnestunden på skolen, sier at dette fant sted *12 dager etter*. Vi ser her kanskje et eksempel på hvordan en kulturs måte å organisere bearbeiding av tap blir individuell psykologi, som også kan overføres til andre sammenhenger. Slik tidfesting med utgangspunkt i dagen da katastrofen inntraff kan antas å gjøre at sorgen får holdepunkter, og slik ramme inn og lette bearbeiding.

Vi har sett at sorgprosessen ser ut til å rammes inn via en tidsfokusert forståelsesramme som løfter frem punkter i tiden med utgangspunkt i tidspunktet for tapet. Dette kan sees som å gi figur til diskontinuiteten i tapserfaringen. Vi har i tidligere presenterte utsagn også sett at *tidens jevne gang* trekkes frem som viktig for bearbeiding. Vi har sett at mange informanter tilla dagliglivets rutiner stor betydning for å komme videre; det å gå på jobb, gjøre *det vanlige*, ble beskrevet som viktig for ikke å gi opp. I ”Handlingsrom” så vi på dette utfra et fokus på *handling*, hvor *aktivitet* som kilde til mening fikk figur. Om vi ser på de samme utsagnene og retter søkelyset mot *tidsaspektet* ved opplevelsen, kan dette sees som at opplevelser av kontinuitet i hverdag og livsprosjekt oppleves lindrende etter en vond hendelse. Vi har så langt sett at informantene beskriver både *kontinuitet* og *diskontinuitet*. En veksling mellom disse temporale posisjonene er tilstede i de fleste fortellingene i materialet.

Å sette ord på det

Jeg vil nå se på noen måter informantene setter ord på ulike aspekter ved tsunamien. Jeg vil først se på ulike beskrivelser av selve bølgen, dernest på hvordan tidligere erfaringer fra borgerkrigen brukes som referansepunkt for å forstå katastrofen. Til slutt vil jeg se på hvordan situasjonens *gru* beskrives, ved hjelp av ulike narrative strukturer og metaforer. Felles for disse tre delene er at de dreier seg om å *gå inn i* og via språket *forholde seg* til det vonde som har skjedd.

Bølgebeskrivelser

De fleste informantene gir på et tidspunkt under intervjuet en utførlig beskrivelse av selve bølgen, selv om vi ikke spurte spesielt om dette. Disse beskrivelsene varierer en del, og jeg vil her presentere to beskrivelser som representerer ytterpunkter i materialet.

Den førstes beretning er kronologisk ordnet og faktaorientert. Informanten, en mann i 40-årene, snakker via tolk, og stopper for hver setning som for å forsikre seg om at jeg får med meg alt. *Sjøen var trukket 6-700 meter tilbake, og fiskene lå og spratt på land. Innen 10-15 sekunder hadde vannet steget opp til 2-3 meter. Det var helt svart. Vannet var helt svart. Det var strøm i vannet. Vannet kom i trekantform.* Vi ser at denne mannen er deskriptiv og tallfestende i formen. Historien fortelles i preteritum, og det som skjer beskrives fra fugleperspektiv, slik at hendelsen sees utenfra og synsvinkelen er nøytral. Den emosjonelle tonen er tilsynelatende også nøytral, men vi ser også at beretningen inneholder repetisjon, noe som gir den et mer følelsesmessig preg. Informanten fortsetter beskrivelsen av bølgen ved å sammenligne den med en tidligere naturkatastrofe. *I 1977 var det en sykklon på Sri Lanka. Da blåste det i 250 km i timen, men ingen hus ble ødelagt da. Det var bare trær som falt. Men nå hadde vannet så mye krefter. (...) Vannet hadde gått helt ned til grunnmuren til husene og gravd opp, så hele huset ble skjevt. (...) Sjøen kom inn over landet også. Hvis det kommer tsunami fire ganger sånn, blir hele Sri Lanka borte.* Vi ser at informanten gir erfaringen en form ved hjelp av å kontrastere og måle. Han fokuserer på materielle tap, noe som kanskje kan fortolkes som at han søker og finner konkrete holdepunkter for det som har skjedd.

Den andre informanten er en mann i 30-årene. Han snakker flytende norsk, og har for det meste en trist men rolig tone under intervjuet. Når han skal fortelle om bølgen blir han imidlertid mer ekspressiv i uttrykket, og fremstår som sterkt emosjonelt berørt. Synsvinkelen i beskrivelsen hører til et jente han har møtt som selv opplevde tsunamien, og han lever seg inn i hennes historie når han forteller. *Bølgen! Den kommer! Og den... Svart! Og... Den kom! Og... (Henvender seg til tolken på tamil).* Vi ser at denne informanten skildrer hendelsen i presens, nesten som om det skjer her og nå. Han blir så emosjonelt berørt at han går over til morsmålet, selv om han så langt i intervjuet har snakket flytende norsk.

Vi ser at disse to beretningene varierer i verbtid, synsvinkel og uttrykt emosjonalitet. De er svært forskjellige, men begge inneholder elementer som er typiske for traumehistorier. Både fravær av emosjonalitet og sterk emosjonalitet kan være tegn på traumatisering (Benezer, 1999). Vi så at førstnevnte relaterer til en annen hendelse, en sykklon i 1977, for sammenligning. Slik sammenligning er også typisk ved traumer (ibid), og mange informanter refererer til andre vonde hendelser når de forteller om tsunamien. Den sammenligningen som går mest igjen er krigen.

Krig som referansepunkt

Borgerkrigen på Sri Lanka har vart i flere tiår med ulik intensitet (Fuglerud, 2004), og har vært definerende for tamilsk identitet (ibid.). På tidspunktet for intervjuene var det frykt for opptrapping, og ett år senere ble situasjonen beskrevet som full krig (NRK, 2006). Harvard Trauma Questionnaire viste omfattende traumatiske erfaringer hos alle informantene, for eksempel hadde mange vært vitne til krigshandlinger og opplevd at familiemedlemmer ble drept. Erfaringer fra krigen refereres til på ulike måter i materialet. En del sammenlignende historier har en struktur som kanskje kunne kalles ”tragisk kontinuitet”, for eksempel forteller noen at familien flyttet fra hjembyen til et tryggere sted på grunn av krigen, for så å bli rammet av tsunamien, slik at det er som om ulykken følger dem.

Kontinuitet i lidelse kommer også klart frem i det følgende, som fortelles av en kvinne i 40-årene. *Nesten alle kvinnene hadde allerede før tsunamien mistet enten barn eller mann. (...) Kusinen til moren min (...) hadde fem barn. Jeg må bare fortelle om det. Hun hadde altså fem barn, tre gutter og to jenter. Mannen ble skutt, og etterpå kom geriljaen, tigrene. Og alle barna [unntatt en] ble med tigrene. Tenk på den moren, tenk hvor mye sorg... Hun hadde mistet mannen sin (...). Så dro barna til tigrene. (...). Bare sistemann, den yngste gutten ble igjen. (...) Datteren og hennes mann ble drept, og i tsunamien mistet hun to av sønnene. (...) De var sjøtigre, og de kunne svømme, men... (...) Men sistemann var alltid med moren sin. Denne lille gutten, han er bare 14-15 år. Etter tsunamien dro han til tigrene han også. Åh...*

Vi ser her hvordan krigshendelser i nær og fjern fortid kobles til tsunamien i en sammenhengende historie om en families tap. At det eneste gjenværende barnet slutter seg til geriljaen peker også inn i fremtiden – vil han også bli drept? Det er som om historien impliserer en sammenheng mellom disse hendelsene også; etter tsunamien har ikke gutten noe mer å tape, og slutter seg til geriljaen. En annen kobling mellom tsunamien og krigen i fremtid er at mange informanter uttrykker bekymring for at penger samlet inn til hjelpearbeid ble brukt til oppbygging av geriljaen. Borgerkrigen i hjemlandet blir da ikke bare en referanseramme som gjør lidelsen mer forståelig, den utgjør også et forverrende aspekt ved tsunamien; ikke bare var det en stor katastrofe i seg selv, i tillegg har den bidratt til å forverre den politiske og militære situasjonen.

Vi ser at fortid, nåtid og fremtid knyttes sammen når tsunamien relateres til borgerkrigen. Dette utgjør en sammenhengende historie – men er det en helende historie? Hva som er en helende historie er omdiskutert innenfor narrativ psykologi. Er en historie som har tragisk kontinuitet som struktur en dysfunksjonell historie fordi den er trist, eller har den en koherens og realisme som gjør at den vonde erfaringen kan integreres? Dette kan knyttes til

spørsmålet om hvor hensiktsmessig det er å dvele ved det vonde versus å legge det bak seg. Skal en historie full av håpløshet forstås som en nødvendig del av prosessen med å integrere og akkomodere en vond hendelse, eller som en refleksjon av en generalisert depressiv fortolkning av egen historie? Dette spørsmålet er vanskelig å gi noe generelt svar på, og i vurderingen av et enkelt tilfelle må det kanskje sees i sammenheng med andre faktorer. Innenfor den narrative tradisjonen forstås imidlertid ofte en koherent og sann historie som en god historie (White, 2006). Det å skape sammenheng mellom hendelser som tidligere ikke er forbundet anses også ofte som potensielt terapeutisk, noe Sigmund Freud var en av de første til å presentere som en kur for psykopatologi (Freud, 1914/1959). Det hevdes også at det å bruke historiekonstruksjon som lindrende etter påkjenninger er en utbredt praksis i mange kulturer, særlig ikke-vestlige der muntlige fortellertradisjoner ofte står sterkere (Boss, 2004).

Vi har sett på krig som referanseramme utfra strukturen ”tragisk kontinuitet”, som går igjen i mange informanter sine beretninger om tsunamien. Andre vektlegger diskontinuitet når de sammenligner med krigen. Etter å ha fortalt om en rekke vonde opplevelser fra krigen under gjennomgangen av HTQ sier for eksempel en informant: *Tsunamien skapte en mye verre følelse enn alt dette. Nå er det så mange samtidig. De [andre] tingene skjedde bare en og en etter hverandre.* Vi ser her at tsunamien defineres ved hjelp av kontrast – sammenlignet med denne katastrofen blir selv krigen *bare*, og beskrives som noe håndterbart. Også andre informanter beskriver krigen som noe som kan mestres, i motsetning til tsunamien. *Krigen, da vet vi... [Vi vet] hva krig gjør. Da vet vi [hva som] kan skje, at de overlever sorgen og sånt. Denne typen katastrofe visste vi ingen ting om.* Å vektlegge ulikhet i sammenligning med krigen kan altså forstås som en måte å sette ord på hvor ille det var – en tragedie så omfattende at redslene fra krigen blekner.

Å beskrive det ubeskrivelige

Jeg vil nå se på ulike måter tragediens omfang og gru skildres i materialet. Som vi har sett beskriver noen omfanget ved å sammenligne med krigen eller en tidligere naturkatastrofe. Andre beskriver situasjonen ved hjelp av en metafor, som i følgende utdrag av et intervju. Informanten er en mann i 30-årene, og gjennomfører intervjuet på norsk. Det er imidlertid noe han ikke har det norske ordet for som han gjerne vil ha beskrevet, så han ber tolken om hjelp. *Informant: Hvordan kan vann gjøre sånt? (...) Kokostrær... (Henvender seg til tolken på tamil).*

Tolken: Rot.

Informant: Vi visste ikke at kokostrær hadde sånn rot.

Intervjuer: Alt var snudd opp ned...

Informant: Ikke sant! Jeg hadde ikke sett noe slikt før.

Informant: Jeg tok noen bilder [da jeg var der], og video. Mange som så videoen sa "er det slik rot kokostrærne har".

Det er tilsynelatende viktig for informanten å få formidlet denne metaforen i intervjuet. Det er som om utsagnet *vi visste ikke at kokostrær hadde sånn rot* rommer det uventede og uvirkelige i situasjonen. Vi ser her hvordan bildet av kokostrærnes røtter gjør at det ufattelige kan beskrives. Å fortolke dette som en metaforer kan imidlertid problematiseres. Innenfor den narrative tradisjonen er det en debatt om hvorvidt det narrative aspektet ved erfaring er en fiktiv struktur ikke relatert til levd liv, eller om vanlig liv leves narrativt (Philips, 2003). Mange innenfor denne tradisjonen hevder at all erfaring er narrativt strukturert, fordi mennesker av natur søker mening og struktur (Crossley, 2000; Bruner, 1990). George Lakoff og Mark Johnson beskriver blant annet i sin bok "Metaphors we live by" hvordan vanlig språkbruk er gjennomsyret av metaforer, og hvordan dette virker formene på erfaring (Lakoff & Johnson, 1980).

Foruten å gi erfaringen form gjør en god metafor at opplevelsen kan formidles og deles, som vi så i ovennevnte eksempel. At språk har en viktig sosial funksjon har vi også sett en rekke eksempler på tidligere i denne fremstillingen. Under "Tap og psykologiske reaksjoner" ble det å få informasjon, og særlig det å utveksle informasjon i en sosial setting, beskrevet som lindrende. Under "Handlingsrom" så vi at det å under hjemreisen uttrykke deltakelse og *dele* sorgen ble beskrevet som betydningsfullt. Et annet moment ved det dele de vonde erfaringer er at dette også virker tilbake på vår selvforståelse, og kan styrke og strukturere våre historier. Den russiske litteraturteoretikeren og kulturfilosofen Mikhail Bakhtin understreker dette poenget når han sier at våre historier om oss selv har sin opprinnelse i dialoger (Hundeide, 2003).

Utfra intervjuene synes det som om informantenes kultur vektlegger det å dele, enten det gjelder informasjon, sorg eller historier. Dette kan imidlertid også innebære et sosialt krav om å fortelle igjen og igjen om vonde erfaringer. Materialet viser en del eksempler på at de som reiste til hjemlandet var forventet å dele det de hadde sett med andre i eksilmiljøet. En kvinne forteller at hun opplevde dette som et press når da hun kom tilbake til Norge etter å ha vært på Sri Lanka. *[Slektninger av mannen min] har ringt noen ganger etter jeg var der. Vi snakker om [reisen]. De er fra [samme område som informanten]. De vil også vite hva som skjedde der. (...) Noen ganger synes jeg det er greit å [fortelle om det], andre ganger blir jeg veldig sliten. (...) Det er mange ting jeg ikke klarer å si. Jeg blir litt lei. Det er veldig trist, å si*

det igjen og igjen. Dette utsagnet sier noe om at det å snakke om sine erfaringer ikke nødvendigvis oppleves som bekreftende og styrkende, men også kan tvinge den enkelte til å bli i det vonde når vedkommende kanskje ønsker å komme videre. Det sier kanskje også noe om det ikke er det ”å snakke om det” per se som er velgjørende, men at samtalens kvalitet og den relasjonelle konteksten har betydning. Teknisk sett delte denne kvinnen sine vonde opplevelser, men slik hun beskriver det opplevdes det ikke bekreftende for henne. Andre informanter forteller at de snakket mye med venner og familie etter reisen, og at dette gjorde godt.

Materialet viser mange ulike typer metaforer og historiestrukturer som kan fortolkes som forsøk på å skildre omfanget av tragedien. Jeg vil se litt nærmere på en type struktur som går igjen hos flere informanter. Denne historiestrukturen kunne kalles ”godhet medfører gru”. Disse beretningene er sentrert rundt at noen i en vond situasjon forsøker å gjøre noe godt, men at resultatet av denne handlingen blir smertefull. Denne strukturen ligger under enkelte historier som tidligere har blitt presentert. Dette gjaldt eksempelvis en historie som ble presentert under ”Tap og psykologiske reaksjoner”. En mann fortalte om en lærer som etter beste evne forsøkte å beskytte sine elever fra bølgen ved å låse dem inne i klasserommet. Konsekvensen av dette ble at alle elevene omkom, og bare læreren overlevde. Vi ser her hvordan et forsøk på å redde liv resulterte i det motsatte.

En annen informant, en mann som reiste til hjemlandet umiddelbart etter katastrofen, forteller en historie som har den samme strukturen. Under hjemreisen forsøker han å skape mening i brorens død ved å gi bort båten hans, som han tilfeldigvis oppdager mens han går omkring og filmer. *Min bror hadde en liten fiskebåt, og når jeg var der så jeg den båten. Vannet hadde tatt den litt oppover, til en søppelfylling. (...) [Jeg sa til en gutt at] han skal få den båten, hvis han har lyst. (...) Han lovet meg at han skulle ta den. Noen dager etter hørte jeg at tre lik [var funnet] under en båt. (...) De kunne ikke ta likene opp fra båten. De bare brente det.* Her ser vi hvordan et forsøk på å gjøre noe godt avdekker noe grotesk.

En slik kontrast mellom godhet og gru kommer også frem i en del beskrivelser av kvinners dødsfall. En historie som går igjen er at kvinner blir rammet av bølgen fordi de leter etter sine barn fremfor å komme seg bort. Særlig en informant skildret dette med ettertrykk. *Mange kvinner, søsteren min for eksempel, gikk inn [da bølgen kom]. Hun gikk inn for å hente sønnen sin, derfor mistet hun livet. Ellers hadde hun overlevd. Mange kvinner mistet livet fordi de lette etter barnet sitt. (...) For en mamma tenker først på barna sine. Om bølgen kommer spiller ingen rolle. Hun tenker ikke på sitt liv, hun tenker på barnet sitt. Hvor er barnet mitt, jeg må ha barnet mitt. (...) Mange kvinnfolk var hjemme. Derfor.*

I denne skildringen er den underliggende strukturen også en årsakssammenheng hvor en god gjerning resulterer i noe vondt, i dette tilfellet at den som handler dør. Det er som om denne mannen i sin beskrivelse forsøker å finne svar på spørsmålet ”Hvorfor omkom søsteren min og så mange andre kvinner i tsunamien?”. Dette spørsmålet fremstår ikke bare som et faktaspørsmål, men som det mer eksistensielle spørsmålet ”Hvordan kunne dette skje?” som mange stiller seg etter en katastrofe. Det kan virke som om denne mannen har funnet et delvis svar på dette, et *derfor*, med sin forklaring om at en del kvinner døde som en slags martyrer for moderskapet. Andre informanter gir lignende beskrivelser, av kvinner og mødre som både helter og ofre i denne situasjonen. Det kan tenkes at en kulturelt akseptert narrativ om at kvinner gjør alt for sine barn i dette tilfellet har gitt en forståelsesramme som gir mulighet til å skape mening (Feldman, 2001; Crossley, 2000). I så fall er dette et eksempel på hvordan kultur legger føringer for fortolkning av hendelser og utforming av historier.

Å minnes: Om hukommelse og glemsel

Vi har sett at fortid og fremtid brukes som referansepunkter etter tsunamien. Materialet inneholder også en rekke utsagn som eksplisitt beskriver informantenes oppfatninger vedrørende hukommelse og glemsel, og hvilken betydning dette har for å komme videre. Et utsagn som går igjen er *vi kan ikke glemme*. Mange gir både uttrykk for at det er vondt å huske det som har skjedd og at de derfor ønsker legge dette bak seg, men at de samtidig aldri vil glemme det. Slik sett rommer materialet mye ambivalens med hensyn til å huske og glemme. På dette punktet kom det av og til frem en ulikhet i antakelser hos intervjuer og informant. Tidvis omtaler intervjuer det at minner ”kommer tilbake” som et problem, utfra en antakelse om at dette handler om ”påtrengende bilder” som plager informanten.

Intervjuer: Hva gjør du når disse minnene kommer?

Informant: Vi prøver å gråte så mye vi kan (...) Prøver å huske de gode dagene med de som ble borte, og gråter...

Intervjuer: Hvor ofte er det nå at du plutselig husker på de tingene som har skjedd?

Informant: Det er veldig ofte, for vi har hennes bilde hengende i stua, og det ser vi flere ganger på et døgn.

Vi ser her at intervjueren regner med at minnene kommer ubedt og plutselig, kanskje med utgangspunkt i ptsd-symptomet ”påtrengende tanker om hendelsen”. Men så kommer det frem at informanten aktivt søker disse minnene, ettersom han har hengt opp bilde av den avdøde på stueveggen. Informanten er i sorg, og det å minnes avdøde er en naturlig del av bearbeidningen, selv om det er vondt. Det er kanskje også verdt å merke seg at spørsmålene

stilles i du-form, men svarene er i vi-form. Skulle de to forståelsesrammene reduseres til en setning kunne det formuleres som ”Du er plaget av påtrengende bilder” versus ”Vi sørger”.

Mange informanter gir uttrykk for at det er viktig for dem å minnes, å gråte, å sørge. En del gir uttrykk for en forventning om at sorgen vil ta lang tid. *[Det] er ikke lett å komme ut av det. Ikke bare ett år eller to år. Kanskje resten av livet. (Stillhet).* Denne forventningen er i tråd med nyere forskning på sorg, som viser at sorg ofte tar mye lenger tid enn det halvåret som tidligere ble antatt å være vanlig (Dyregrov, 2000). Noen informanter beskriver konkret hvordan de ser for seg at de vil ha med seg erfaringen videre.

Intervjuer: Hvordan tror du dette vil prege deg?

Informant: Det er vanskelig å si... For eksempel når guttene mine vokser, så sammenligner jeg med de som mistet barna. Jeg vil alltid huske det som har skjedd.

Vi ser at denne informantene regner med å ha med seg opplevelsene knyttet til tsunamien som en del av sin historie, og som en del av det sammenligningsgrunnlaget nye opplevelser tolkes utfra. Dette synet kan knyttes til en del teorier om bearbeiding og integrering etter påkjenninger, som vektlegger at bearbeiding er å akkomodere. Janoff-Bulmans begrep om *shattered assumptions* er et eksempel på en slik forståelse, hvor en erfaring som bryter med ens grunnleggende antakelser om verden medfører at antakelsene må tilpasses (Janoff-Bulman, 1992). Dette er i tråd med det narrative rammeverket, som har som premiss at historier alltid må skrives på nytt i lys av nye erfaringer, og at mennesker etter påkjenninger vil forsøke å tilpasse seg.

Fastfrosset: Å ikke få sørge

Vi har sett mange eksempler på at informantene sørger og bearbeider, og slik gjør de vonde opplevelsene til en del av sin historie. Enkelte informanter lot imidlertid i liten grad til å ha hatt en slik prosess, og lot til å fremdeles være limbo på intervjutidspunktet, et halvt år etter katastrofen. Dette gjaldt særlig en informant som var i en meget presset livssituasjon, og i det følgende vil jeg se nærmere på hans historie, med henblikk på hvilke betingelser han har for å sørge og skape mening.

Informanten er en mann i 30-årene som de siste 10 år har oppholdt seg ulovlig i Norge, etter at han fikk avslag på søknad om asyl. Han har noen venner, jobber og bor ”svart”, og er uten papirer. I tsunamien mistet han sine foreldre på Sri Lanka. Han uttrykker et sterkt behov for å se stedet hvor foreldrene omkom, men har fått avslag på søknad om å få reisedokumenter i denne spesielle situasjonen. Dette betyr at han ikke kan reise, ettersom han da ikke vil kunne returnere til Norge etterpå. At han ikke kan reise plager ham: *Jeg sitter med*

èn tanke: Hvis jeg kunne reist og sett hva som hadde skjedd der nede, kunne jeg ha fått fred i sjelen. Hvis jeg hadde vært og sett der... Samtidig sier han at han nå har mistet den siste tilknytningen han hadde til hjemlandet, og at det er viktigere enn noensinne for ham å få oppholdstillatelse. Derfor har han søkt om en ny vurdering. Etter tsunamien har han altså søkt og fått avslag på søknad om midlertidige reisedokumenter, og siden brukt mye av kreftene sine på ankeprosessen. Det tydelig at denne mannen lider. Under intervjuet vises det at han er emosjonelt berørt ved at han skjelver på hendene, og han har tårer i øynene det meste av tiden. Historien hans er full av smerte, men den har et oppramsende preg, og det oppleves som om den er fortalt til en annen tilhører. Denne formen kunne tolkes som at han distanserer seg for beskytte seg mot overveldelse, eller at intervjusituasjonen oppleves som vanskelig for ham. Jeg får imidlertid en følelse av at dette er den historien han forteller seg selv og andre, men som den ikke er helt hans. Alle opplevelser han nevner knyttes opp til at han har grunnlag for å få sin søknad behandlet på ny. Det er som om mannens historie har blitt til i en dialog hvor mottakeren er et mistenksomt system, en juss hvor hans sak står svakt. Å rapportere mye smerte kan styrke saken, men mottaker er ikke ham selv eller en empatisk andre som kan romme hans opplevelse. Jeg får en fornemmelse av at denne historien er sann, men at den ikke tilhører informanten, og at den ikke fungerer strukturerende på smerten. Jeg lurer på hvordan historien ville hørt ut om han kunne fortalt den uten at den skulle passe inn i en søknad, og ser for meg like mye smerte, men av en annen kvalitet. Det synes som om en fastlåst livssituasjon i mannens tilfelle har gjort at prosessen med å sørge og skape mening ikke har fått utfolde seg. På grunn av ytre omstendigheter av juridisk art står han fast emosjonelt. Andre informanter forteller om økonomiske eller politiske hindringer for å gjøre det de trenger for å bearbeide i denne situasjonen, som vist tidligere. Disse erfaringene sier noe om at den enkelte ikke står fritt til å lage en ”god” historie, og at ytre betingelser kan legge begrensninger på den enkeltes forsøk på tilpasning.

Avslutning

Vi har i denne delen sett på hvordan informantene på ulike vis søker å skape mening i det som har skjedd via språket. Denne tilnærmingen har løftet frem hvordan det å minnes kan inngå i et forsøk på å skape sammenheng i tilværelsen etter et brudd. Dette narrative blikket utgjør i så måte en kontrast til et perspektiv hvor det å minnes blir omtalt som ”påtrengende tanker”, slik vi så under ”Tap og psykologiske reaksjoner”. Det analytiske spørsmålet om hvordan informantene skaper mening via å skape historier bidro også til å synliggjøre en *veksling* mellom å dvele ved det inntrufne og å søke å komme videre, samt en *ambivalens* i forhold til

disse to. Det narrative perspektivet synes i så måte å være nyttig for å fange opp viktige motsetninger og flertydighet i hvordan individer bearbeider smerte. Også katastrofepsykologi, som ble anvendt i formulering og besvarelse av det første analytiske spørsmålet, fikk frem ulike sider ved informantenes bearbeiding. Dette rammeverket synliggjorde informantenes til dels typiske reaksjoner i ulike faser av bearbeiding etter tap, men i et perspektiv som kanskje vektlegger beskrivelse av reaksjoner mer enn at dette utgjør et aktivt meningsskapende arbeid. Katastrofepsykologi som sådan rommer også at mening er en viktig faktor (Dyregrov, 2000), men i narrativ psykologi er dette temaet i brennpunktet på en måte som synes å få frem litt andre sider ved informantenes bearbeiding. Spørsmålet om hvilke tap og psykologiske reaksjoner informantene opplevde i kjølvannet av katastrofen har i denne fremstillingen særlig bidratt til å få tydelig frem hva skjedde. Ved å ta utgangspunkt i det typiske og knytte dette til andre typiske funn i katastrofesituasjoner ble det tydeligere både hva som var spesielt med denne situasjonen, og hva som kan være mer universelt. Katastrofepsykologi som teoretisk rammeverk synliggjorde at dette var en kollektiv katastrofe, og at informantene hadde reaksjoner som er typiske for sorg og traumer, herunder tvetydige tap. Spørsmål to tydeliggjorde primært kontekst og hvordan individet forholder seg til denne. Utforskningen av dette med et kulturpsykologisk begrepsapparat fikk den unike opplevelsen av å være i eksil når en katastrofe skjedde langt borte, til å tre tydelig frem. Det fikk også ulike forsøk på tilpasning gjennom handlinger til å få figur, slik som rituelle handlinger. Det kulturpsykologiske blikket bidro til en tydeliggjøring av at tilgang på ritualer er en funksjon av både indre og ytre forhold.

De tre ulike analytiske spørsmålene synes å bringe frem ulike aspekter i materialet. Kulturpsykologiske og narrativ teori omtales noen ganger som ”kritiske perspektiver” vis a vis andre teoretiske rammeverk innen psykologien (Schweder 1990; Crossley, 2000). Det kan diskuteres om hvorvidt kritikken skal forstås som paradigmatisk og konkurrerende, eller som utfyllende. I analysen av dette materialet synes imidlertid disse perspektivene i all hovedsak å supplere hverandre.

DISKUSJON

Jeg har hatt to røde tråder i fremstillingen av resultatene – rom og tid. Rom har vært et gjennomgangstema i form av fokuset på hjemreisens betydning for bearbeiding. I tillegg har

det spatiale fått en sentral plass ved at eksilet og konteksten for informantenes opplevelser har vært i fokus, og gjennom utforskningen av hvordan informantene både preges av og forholder seg til dette rommet. Tidsdimensjonen har hatt en sentral plass via spørsmålet om hvorvidt retraumatisering ville være et problem i denne situasjonen. Dette forskningsspørsmålet ble utvidet til å omfatte hvilken rolle vonde minner generelt spiller i bearbeidingen.

I denne delen vil jeg diskutere hva som er en rimelig forståelse av de to temaene hjemreisen og vonde minner, utfra det vi har sett i resultatdelen. Under disse to punktene vil jeg også drøfte aktuelle implikasjoner av forståelsen. Jeg vil imidlertid først reflektere over metoden som er brukt i denne undersøkelsen, og til slutt i denne delen vil jeg drøfte spørsmålet om overførbarhet.

Refleksjon om metode

Det har vært utfordrende å finne balansen mellom bredde og dybde i fremstillingen av materialet, noe resultatdelen nok bærer preg av. Jeg har søkt å fokusere på noen sentrale temaer, og å gi fortolkningene klarhet ved å skille de ulike teoretiske blikkene. En fare ved å ha flere temaer fremme og å bruke flere teoretiske tilnærminger kan imidlertid være at man rommer for mye. Å romme for mange momenter kan gjøre at det enkelte moment blir overfladisk behandlet. Innenfor en ramme som denne er det også vanskelig for ikke å si umulig å yte rettferdighet til tre de ulike teoretiske rammeverkene, som alle både er omfattende og rommer stor variasjon. Å presentere og anvende katastrofepsykologi, kulturpsykologi og narrativ psykologi innenfor en og samme oppgave medfører nødvendigvis at hver av disse blir gitt en noe forenklet fremstilling. Det har imidlertid ikke vært et mål å gi en fyllestgjørende fremstilling av disse rammeverkene, men å teste ut de ulike tankegangene og begrepsapparatene for å se hva de frembringer i materialet.

Spennet mellom fokus og bredde kan sies å prege intervjuguiden. Det var et ønske å belyse de to hovedtemaene, men samtidig å ha med bakteppet for disse temaene. Dette kan ha gjort at spørsmålene ble lite spisset med hensyn til hovedspørsmålene. Særlig temaet retraumatisering får begrenset plass i intervjuguiden, og materialet dekker dette i en såpass begrenset grad at det er vanskelig å utforske nyansene i det. At dette ikke har så stor plass i intervjuene kan imidlertid også tenkes å reflektere at dette temaet ikke var så sentralt i opplevelsen som opprinnelig antatt.

At undersøkelsens hovedfokus og teoretiske rammeverk ble endret underveis, kan sies å reflektere en svakhet i planleggingen - kanskje burde jeg ha sett dette komme. Samtidig syntes denne justeringen å være nødvendig for å kunne utforske nyansene i materialet, og kan

derfor også sees som en styrke. Kanskje kan det endog anses å være en ønskesituasjon at et empirisk materiale gjør en oppmerksom på underliggende antakelser, og utfordrer en til å finne nye forståelsesrammer, gitt metodiske prinsipper som anbefaler ”å la empirien styre”, designfleksibilitet og utforskning av egne antakelser (Haavind, 2000; Patton, 1990). I dette tilfellet opplevdes møtet med empirien og utforskningen av materialet som teoretisk bevisstgjørende, og det har vært et mål å inkludere dette i analysen og å formidle det i fremstillingen av materialet.

Begynnelsen av prosjektet foregikk innenfor et blandet design. Dette innebar både en gjensidig utviding av perspektiver, og tilpasninger for å lette sammenstilling av materialene. Arbeidet med sammenstilling viste at et blandet design kan være nyttig og berikende, ved at materialene som vist både utfylte og kontrasterte hverandre på til dels interessante måter. Det var imidlertid en utfordring at de to ulike metodene i ulik grad rommet designfleksibilitet, særlig i forhold til å gå utover det som a priori var definert som interessante variabler i analysen. Det kan kanskje konkluderes at blandet design kan innebære en begrensning i analysen av det enkelte materiale, men at det gir en mulighet til å utforske *andre* nyanser, og gir rom for *andre* typer interessante drøftinger, som i noen tilfeller kan veie opp for begrensningene. Utfra erfaringene i dette prosjektet synes dette å forutsette en ekstra stor grad av metodisk og teoretisk kyndighet på både kvantitativ og kvalitativ metodikk.

Kvalitativ metode innebærer at forskeren som subjekt setter preg på prosessen (Haavind, 2000; Patton, 1990; Creswell, 1998). Jeg vil i det følgende reflektere over denne siden ved de metodiske valgene. Undersøkelsen har foregått over en periode på i overkant av to år. Tidsrammen i seg selv har trolig lagt føringer for metoden, særlig for arbeidet med analysen. Arbeidet har foregått parallelt med et intenst fulltidsstudium på annen avdeling av psykologistudiet. Dette har for det ene gjort at det har tatt tid, for det andre har innholdet på studiet muligens også satt sitt preg på metoden som har blitt brukt. Klinisk trening innebærer i stor grad en øvelse i å fortolke, noe som har vært sentralt i arbeidet med å analysere materialet. At jeg har fulgt to ulike fordypninger, både systemisk-kognitiv og dynamisk terapi, innebærer å forholde seg til teoretiske og ideologiske motsetninger, noe som fremtvinger en refleksjon omkring hva motsetningene består i, og om implikasjonene av de ulike tilnærmingene. Dette har muligens ligget til grunn for mitt valg om å prøve ut ulike teoretiske blikk, og også for det analytiske grepet om å undersøke poler og motsetninger i materialet.

Et annet moment som kan tenkes å ha spilt inn i arbeidet med analysen er det tunge innholdet i intervjuene. Mye av det informantene forteller om er overveldende opplevelser. Det har vært vanskelig å ikke bli berørt – og det har heller ikke vært noe mål å være uberørt.

Dette har gjort at arbeidet har fått preg av å jobbe i intervaller, med intensive lesninger av materialet over noen dager og tilhørende utvikling av analytiske spørsmål og disposisjon, for så å legge det bort en stund. Når jeg så etter en tid tok det frem igjen var det med ofte med et nytt blikk. Dette kan ha bidratt til valget om de mange lesningene med ulike analytiske grep.

Teoretisk forståelse av å minnes

Det opprinnelige forskningsspørsmålet om retraumatisering var basert på kunnskap innen traumepsykologi, om at vonde minner om tidligere vonde opplevelser kan trigges i møte med nye sådanne, og at dette kan vanskeliggjøre bearbeiding (van der Kolk, 1994). Dette fokuset på retraumatisering ble i analysen utvidet til å dreie seg om hvilken rolle vonde minner *generelt* spiller i denne situasjonen. Utfra det vi har sett i resultatdelen kan funn i materialet på dette punktet deles i tre ulike kategorier. For det første så vi at vonde minner fra tiden før tsunamien gjenkalles for sammenligning. For det andre forteller informantene at de tenker mye på selve tsunamien, og alt som skjedde i den forbindelse. For det tredje minnes informantene de avdøde ved å tenke tilbake på gode minner, men disse gode minnene blir smertefulle å tenke på etter tapet. Disse tre; tidligere minner, minner om tsunamien og det å minnes som del av en sorgprosess, later til å være av ulik kvalitet og å spille ulike roller i bearbeidingen. Det fremstår derfor som viktig å skille disse tre. Å skille disse kan knyttes til det teoretiske skillet mellom sorg og traumer, hvor det å minnes i førstnevnte rammeverk ofte forstås som noe som må gjennomleves, mens det innenfor traumepsykologi ofte sees som symptomer (Dyregrov, 2000; Ehrenreich, 2003). Disse motsatte antakelsene om minners rolle kan være problematiske sett utfra dette materialet. Å minnes avdøde, å sammenligne med tidligere traumer, og å tenke på tsunamien, synes alle å kunne være del av en aktiv og adaptiv prosess med å bearbeide det inntrufne. Samtidig er det vist eksempler fra materialet hvor alle de tre ulike typene minner fremstår som fastlåste. Det synes hensiktsmessig å ha en modell hvor det å minnes *både* kan være funksjonelt og dysfunksjonelt – uavhengig av om erfaringen rubriseres som sorg eller traume. Å skille sorg og traumer kan også være problematisk utfra dette materialet, ettersom samtlige informanter har indikasjoner både på sorg og traumer. Skillet kan tenkes å være nyttig for å kunne se ulike nyanser ved individenes reaksjoner, men et for skarpt definert skille kan tenkes å skygge for den reelle kompleksiteten i fenomenene.

Denne forståelsen av det å minnes har både kliniske og forskningsmessige implikasjoner. Forskningsmessig synes det viktig å undersøke forholdet mellom sorg og traumer nærmere, og hva som skiller adaptive og ikke-adaptive minner i bearbeiding.

Klinisk kan det synes hensiktsmessig å se mer etter generell fungering enn i hvilken grad en pasient rapporterer vonde minner. Det kan utfra disse funnene også synes å være en viktig utfordring å skille *såret* fra *helingen* – og å ikke anse stor smerte som å nødvendigvis indikere et behandlingsbehov. Funn i intervjuene kan kanskje være en påminnelse om at eksil og sorg ikke kan ”kureres”, men innebærer å leve med tap. For å romme dette kan et perspektiv som rommer ambivalens være nyttig. Samtidig kan det utfra dette empiriske materialet se ut til å være hensiktsmessig å ha øye for fastlåsthet, overveldelse og hvorvidt den enkelte lever i en presset livssituasjon.

Hvis den enkelte oppgir ønske om hjelp, og vurderes som hjelpetrengende, er det flere tilnærminger som kan være aktuelle utfra denne undersøkelsen. Emosjonell støtte kan antas å virke strukturerende og å lette tilgang på ressurser i personen selv og i dennes omgivelser. Det kan også være nyttig å ha blick for gode kulturelle praksiser, og eventuelt bidra til å legge til rette for at den enkelte får tilgang på mulige helende krefter i egen kultur. Ved behov synes praktisk tilrettelegging generelt å være nyttig – utfra en antakelse om at den enkelte har en tendens til å søke tilpasning, om hindringer fjernes. Å sørge for informasjon, å bringe sammen familiemedlemmer, og å få sett skadestedet kan alle være aktuelle tiltak. Disse momentene synes alle å ha gjort økonomisk støtte til midlertidig hjemreise til et godt tiltak. Også generelle tiltak som kan hindre marginalisering kan være god helsepolitikk for mennesker i eksil som sliter med sorg og traumer.

Teoretisk forståelse av hjemreise

Det opprinnelige forskningsspørsmålet om betydningen av hjemreise hadde en tilnærming til reisen som en kur for individet. Det går tydelig frem av intervjuene at reisen *hadde* stor betydning for bearbeiding, og at den slik sett fungerte som en ”kur”. Dette på tross av til dels sterke inntrykk under reisen. Som vist i resultatdelen lot det til at virkeliggjøring av det inntrufne, samvær med familien, og det å oppleve å være til hjelp var noen av faktorene som gjorde at reisen opplevdes betydningsfull. Det å være til hjelp under hjemreisen hadde en del nyanser som ble diskutert i resultatdelen, og jeg vil her dvele ved ett av disse aspektene: At det å hjelpe til blir omtalt som noe som gjør hjelperen godt. Dette fordi dette aspektet berører mer generelle spørsmål om hvordan hjemreisen skal forstås. Vi så at det å hjelpe til ble beskrevet som en viktig del av reisen, og at dette er en side ved bearbeiding etter påkjenninger som det ikke er så mye fokus på (van der Veer, 1995). Dette kan forstås som en kulturspesifikk faktor i og med at gjensidighet og kollektiv orientering er typisk for tamilsk kultur (Fuglerud, 2004). Det kan imidlertid også knyttes til en debatt som foregår innenfor de

fleste felt innen psykologifaget, nemlig debatten om menneskets natur som et sosialt vesen, herunder debatten om egoisme og altruisme (Nafstad, 2003). Denne debatten er ikke primært knyttet til kryss-kulturelle forskjeller i sosial orientering, men til i hvilken grad mennesket er grunnleggende relasjonelt. At det å hjelpe kan gjøre den enkelte godt, og ikke behøver å komme i konflikt med egne behov, er en beskrivelse som kan knyttes til et standpunkt om at mennesket er sosialt og relasjonelt av natur. Et slikt perspektiv kan bidra til å se det å hjelpe til som en naturlig del av en bearbeiding. Utfra materialet bør man imidlertid ikke undervurdere den belastningen det er å reise til et hjemland preget av store ødeleggelser. Når hjemreisen likevel av informantene unisont vurderes som en god erfaring, sier dette kanskje noe om at tilknytning og tilhørighet er menneskelige primærbehov (Bowlby, 1969). I forlengelsen av dette synes det hensiktsmessig å ha en modell av migrasjon som rommer dobbel tilknytning, slik begrepet transnasjonalisme gjør. Også innenfor dette rammeverket sees imidlertid tilknytningen til hjemlandet som et problem, i den grad den er en kilde til bekymring. Undersøkelser som viser at ”mer kontakt med hjemlandet assosieres med økt nivå av angst og depresjon” (Murphy, 2006), vitner om en slik forståelse. I mange av intervjuene synes imidlertid bekymring og tilknytning å beskrives som to sider av samme sak. Det synes derfor utfra dette materialet å virke problematisk å anse ”dårlige nyheter fra hjemlandet” som noe som medfører ”økte symptomer”, når denne bekymringen er det samme som å være tilknyttet. Dette poenget kom frem i en del informanternes reorientering etter hjemreisen, hvor økt bekymring og styrket kontakt med de nærmeste i hjemlandet omtales i sammenheng. En slik beskrivelse av relasjonelle bånd er i tråd med å se tilknytning og tilhørighet som menneskelige primærbehov (Bowlby, 1969; Bruner, 1990; Hundeide, 2003; Nafstad, 2003), og at slike størrelser ikke lett kan *erstattes* ved migrasjon (Varvin; 2003), men får en ny utforming. En situasjon som den beskrevet her, hvor en større katastrofe rammer hjemlandet, kan bli både en påminnelse om tilhørighet og tilknytning, og en *forsterkning* av denne, som vi har sett i resultatdelen. Vi har sett at dette også kan bidra til å forsterke den ambivalensen som kjennetegner eksiltilværelsen (ibid), og å forrykke balansen som den enkelte har skapt i sin mellomposisjon mellom hjemland og vertsland. I arbeidet med å gjenfinne balansen synes det å reise hjem utfra dette materialet å være til særlig god hjelp. Tiltaket fra norske myndigheter om å gi berørte personer økonomisk støtte til midlertidig hjemreise synes derfor hensiktsmessig utfra et psykologisk perspektiv. Det kan utfra materialet imidlertid synes problematisk å involvere en organisasjon som ikke representerer hele målgruppen, slik at den enkelte må kontakte denne gruppen for å søke om midler fra staten. Også det å knytte mange betingelser til en slik støtteordningen kan synes å være problematisk. For personer som både

er i krise, og som kan ha begrenset språk eller liten erfaring med å orientere seg i velferdssystemet, synes slike betingelser å kunne oppleves som vanskelige hindre.

Om overførbarhet

Situasjonen som her er beskrevet er på mange måter unik. Den involverer personer med tamilsk kulturell bakgrunn, og et eksilmiljø preget både av kollektivism og splittelser. Settingen er norske urbane omgivelser. Påkjenningen er en naturkatastrofe, som rammer et land som i lang tid har vært preget av en militær og politisk konflikt. Informantene ble rekruttert via en organisasjon som representerer en part i den politiske konflikten, og det empiriske materialet ble til i en spesifikk relasjonell kontekst. Dessuten har hver av de tolv informantene sin spesifikke historie og livssituasjon som preger deres opplevelse. I denne fremstillingen har det vært et mål å få frem det spesifikke i både kontekst og individuelle erfaringer, i tråd med tenkning innenfor kvalitativ metode (Haavind, 2000; Patton, 1990). Det er dermed ikke et mål at observasjoner i dette materialet skal være representative for alle tamiler, alle som opplever sekundær traumatisering ved en naturkatastrofe, eller alle flyktninger. Det er ikke grunnlag for en slik type generalisering i denne sammenheng.

Observasjonene i dette materialet og refleksjonene om disse kan likevel tenkes å ha en *overføringsverdi* til andre situasjoner (ibid.). Eksempelvis kan nytten av å både se på lidelsen og forsøkene på å skape mening, og diskusjonen om at disse to lett kan forveksles, overføres til andre situasjoner hvor mennesker er utsatt for store påkjenninger. Likeledes kan det å beskrive en eksilkontekst gjennom å vektlegge *hvordan* individ og kontekst virker sammen, slik det her er gjort, kanskje være et perspektiv som kan overføres til andre utforskninger av eksil, eller av andre komplekse situasjoner.

KONKLUSJON

Utforskningen av dette empiriske materialet viser at opplevelsen av at hjemlandet rammes av en katastrofe har mange sider som kan være interessante å belyse. Å være i eksil, langt unna, når kjente og kjære i opprinnelseslandet er rammet tap og ødeleggelser, oppleves som en påkjenning, og innebærer for mange et sterkt ønske om å reise til hjemlandet for å dele sorgen – både for egen del og for å hjelpe til. Opplevelsen synes å ramme den ambivalensen som eksiltilværelsen for de fleste innebærer, og å medføre en reorientering i forhold til både

hjemland og vertsland. I utforskningen av en slik kompleks situasjon synes det å være hensiktsmessig å ha fokus på både individets opplevelser og den konteksten individet inngår i. Materialet denne undersøkelsen bygger på viser at det er nyttig å se på lidelsen en slik hendelse, og samtidig se på hva individet gjør for å tilpasse seg og skape mening, gjennom handling og forståelse. Det vises imidlertid også et fokus på tilpasning og meningssøken bør involvere et blikk også på de ytre betingelsene for dette. For å gi et utfyllende bilde av denne opplevelsen kan det å benytte ulike teoretiske tilnærminger være til hjelp. Foruten å få frem ulike nyanser i situasjonen, kan dette bidra til å illustrere at de anvendte teoretiske rammeverkene utgjør supplerende perspektiver. Det kan imidlertid også bidra til å synliggjøre kontrastene mellom disse rammeverkene, at ulike begrepsapparater og antakelser også kan utgjøre konkurrerende perspektiver, som vil frembringe ulike resultater i det samme materialet.

Ulike måter å være mellom

Funn i dette materialet viser at det er mange måter å være *i mellom* på, enten det gjelder å være mellom *her og der*, eller mellom *før og etter* en vond hendelse. Det er vist at det er mange måter å forholde seg til en slik situasjon. *Mellom* kan være en mer eller mindre bevegelig posisjon, mer eller mindre forankret i de respektive polene, mer eller mindre i spenn, mer eller mindre underlagt ytre omstendigheter. De mange handlingene og fortolkningene vi har sett etter at informantene opplevde at katastrofen rammet deres hjemland, kan sees som forsøk på å finne holdepunkter når de hadde mistet fotfestet, og som forsøk på å skape sammenheng i sin egen personlige historie og geografi.

REFERANSER

- Ahlberg, N. (2001). Kulturpsykologiske synspunkter på "livsritualer" med særlig henblikk på tvungen migrasjon. I Ahlberg, N. (Red.), *Nils Johan Lavik-seminaret*. Oslo: Solum Forlag.
- Salman Akhtar (1999). *Immigration and Identity: Turmoil, Treatment, and Transformation*. Jason Aronson, Northvale: Jason Aronson, NJ
- American Psychiatric Association (1994). Diagnostic and statistical manual of mental diseases, (4th edition). Arlington: American Psychiatric Association.
- Baumann, Z. (1998). *Globaliseringen og dens menneskelige konsekvenser*. Oslo: Vidarforlaget.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation and adaptation. *Lawrence Erlbaum Associates for the International Association of Applied Psychology*, 46(1), 5-68.
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segall, M. H & Dasen, P. R. (2002). Cross-cultural psychology. Research and applications. Second edition. Cambridge: Cambridge University Press.
- Benezer, G. (1999). Trauma signals in life stories. In K. L. Rogers, S. Leydesdorff & G. Dawson (Eds.), *Trauma and life stories: International perspectives*. London: Routledge.
- Boss, P. (2004). Ambiguous loss research, theory and practice: Reflections after 9/11. *Journal of Marriage and Family*, 66, 551-566.
- Bödvarsdóttir, I. & Elklit, A. (2004). Psychological reactions in Icelandic earthquake survivors. *Scandinavian Journal of Psychology*, 45, 3-13.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment (Attachment and Loss vol. 1)*. New York: Basic Books.
- Bracken, P. (2002). *Trauma: Culture, meaning and philosophy*. London: Whurr Publishers.
- Brannen, J. (1993). Combining qualitative and quantitative approaches: An overview. In J. Brannen (Ed.), *Mixing methods: Qualitative and quantitative research*. Aldershot: Avebury.
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge: Harvard University Press.
- Brunvatne, R. (2006). *Flyktninger og asylsøkere i helsetjenesten*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Cole, M. (1996). *Cultural psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Creswell, J. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*.

- Thousand Oaks: Sage.
- Crossley, M. L. (2000). *Introducing narrative psychology. Self, trauma and the construction of meaning*. Open University Press, Buckingham, Philadelphia.
- Dineen, T. (1999). *Manufacturing victims: What the psychology industry is doing to people*. London: Constable.
- Durvasula, R. & Mylvaganam, G. (1994). Mental health of Asian Indians: Relevant issues and community implications. *Journal of Community Psychology*, 22(2), 97-108.
- Dyregrov, A. (2000). *Katastrofepsykologi*. Bergen: Fagbokforlaget
- Ehrenreich, J. H. (2003). Understanding PTSD: Forgetting "Trauma". *Analyses of Social Issues and Public Policy*, 3(1), 15-28.
- Eisenbruch, M. (1988). *The mental health of refugee children and their cultural development*. *International Migration Review*, 22, 282-300.
- Feldman, C. F. (2001). Narratives of national identity as group narratives: Patterns of interpretative cognition. In J. Brockmeier & D. Carbaugh (Eds.), *Narrative and identity: Studies in autobiography, self and culture*. Amsterdam: John Benjamins Publishing Company.
- Figley, C. R. & Kleber, R. J. (1995). Beyond the "victim": Secondary traumatic stress". In R. J. Kleber, C. R. Figley, & B. P. R. Gersons (Eds.), *Beyond trauma: Cultural and societal dynamics*. New York: Plenum Press.
- Frank, A. (1995). *The wounded storyteller: Body, illness, and ethics*. Chicago: University of Chicago Press.
- Freud, S. (1914/1959). Remembering, repeating and working-through. I J. Stachey (Red. og oversetter), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, Vol. 12*. London: Hogarth Press.
- Fuglerud, Ø. (2001). *Migrasjonsforståelse. Flytteprosesser, rasisme og globalisering*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Fuglerud, Ø. (2004). *Bilder av "de andre"*. *Transnasjonale liv i Norge*. Oslo: Pax.
- Herman, J. (1992). *Trauma and recovery*. New York: Basic Books.
- Horowitz, M. J. (1986). *Stress response syndromes*. New Jersey: Jason Aaronson.
- Hundeide, K. (2002). The mind between us. *Nordisk psykologi*, 54, 69-90.
- Haavind, H. (2000). *Kjønn og fortolkende metode. Metodiske muligheter innen kvalitativ forskning*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Haavind, H. (2002). Forord. I K. Thorsen & R. Toverud (Red.), *Kulturpsykologi: Bevegelser i*

- livsløp*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: Free Press.
- Jareg, K. & Pettersen, Z. (2006). *Tolk og tolkebruker. To sider av samme sak*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Kahn, M. (1963). The concept of cumulative trauma. *Psychoanalytic Studies of the Child, Vol. 1*, 286-306.
- Kirmayer, L. Lemelson, R. & Barad, M. (2007). *Understanding Trauma: Integrating Biological, Clinical, and Cultural Perspectives*. Cambridge: Cambridge University Press
- Kvale, S. (1995). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lakoff, G. & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Lie, Birgit (2006). *Sår på sjelen i rødt, hvitt og blått*. Foredrag ved Schizofrenidagene om traumer og psykisk helse i et interkulturelt perspektiv, Stavanger 22.11.06.
- Lie, B. (2004). The Psychological and Social Situation of Repatriated and Exiled Refugees: A Longitudinal, Comparative Study. *Scandinavian Journal of Public Health, 32*, 179-187.
- Lie, B., Sveaass, N., Eilertsen, D. E. (2004). Family, activity, and stress reactions in exile. *Community, Work and Family, 7*(3), 327-350.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: The Guilford Press.
- Mollica, R. F., Caspi, Y., Bollini, P., & Truong, T. (1992). The Harvard Trauma Questionnaire: Validating a cross-cultural instrument for measuring torture, trauma, and posttraumatic stress disorder in Indochinese refugees. *Journal of nervous and mental disease, 180*(2), 111-116.
- Miller, K. E., Weine, S. M., Ramic, A., Brkic, N., Bjedic, Z. D. & Smajkic, A. (2002). The Relative Contribution of War Experiences and Exile-Related Stressors to Levels of Psychological Distress Among Bosnian Refugees. *Journal of Traumatic Stress, 15*(5), 377-387.
- Miller, K. E., Worthington, G. J., Muzurovic, J. J. D., Tipping, S. & Goldman, A. (2003). Bosnian refugees and the stressors of exile: A narrative study. *American Journal of Orthopsychiatry, 72* (3), 341-354.
- Murphy, E. J. (2006). Transnational ties and mental health. In R. Mahalingam (Ed.), *Cultural psychology of immigrants*. Mahwah, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Nafstad, H. E. (2003). Mennesket – egoistisk ja, men også altruistisk. I H. E. Nafstad (Red.),

- Det omsorgsfulle mennesket. Et psykologisk alternativ.* Oslo: Gyldendal akademisk.
- Norsk Rikskringkasting (2006). NRK Nyheter, 6.8.06
- Organista, P. B., Organista, K. C., & Kurasaki, K. (2003). The Relationship Between Acculturation and Ethnic Minority Mental Health. In K. M. Chun, P. B. Organista & G. Marin (Eds.), *Acculturation: Advances in Theory, Measurement, and Applied Research*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Parmenter, B. M. (1994). *Giving voice to stones. Place and identity in Palestinian Literature*. Austin: University of Texas Press.
- Patton, M. J. (1990). *Qualitative Evaluation and Research Methods*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Philips, J. (2003). Psychopathology and the narrative self. *Philosophy, Psychiatry and Psychology*, 10(4), 313-328.
- Rogers, J. D., Spencer, J. & Uyangoda, J. (1998). Sri Lanka: Political violence and ethnic conflict. *American Psychologist*, 53(7), 771-777.
- Scaer, R. C. (2005). *The Trauma Spectrum: Hidden Wounds and Human Resiliency*. New York: W. W. Norton & Company.
- Schweder, R. (1991). Cultural psychology: What is it? In R. Schweder (Ed.) *Thinking through cultures*. Cambridge: Harvard University Press.
- Skjær Ulvik, O. (2007). Personlig meddelelse. *Hovedoppgavekurs i kvalitative metoder, Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo*, 29.01.07.
- Steel, Z., Silove, D., K., B., McGorry, P., & Mohan, P. (1999). Pathways from war trauma to posttraumatic stress symptoms among Tamil asylum seekers, refugees, and immigrants. *Journal of Traumatic Stress*, 12(3), 421-435.
- Stige, S. (2006). *Når katastrofen rammar moderlandet. Ei spørjeskjemaundersøking av psykisk helse blant srilankiske tamilar i Norge etter tsunamien i Sør-Asia 26.12.04*. Hovedoppgave i psykologi. Oslo: Universitetet i Oslo.
- Summerfield, D. (1995). Addressing Human Response to War and Atrocity. Major Challenges in Research and Practices and the Limitations of Western Psychiatric Models. In R. J. Kleber, C. R. Figley & B. P. R. Gersons (Eds.), *Beyond Trauma. Cultural and Societal Dynamics*. New York: Plenum Press.
- Uehling, G. (2002). Sitting on suitcases: Ambivalence and ambiguity in the migration intentions of Crimean Tatar women. *Journal of Refugee Studies*, 15 (4), 388-408.
- Varvin, S. (2003). *Mental survival strategies after extreme traumatization*. København: Multivers academic.
- van Dongen, E. (2004). Sell a book and cook a dog: Misery, memory and space from Siberian camps to Apartheid. *Transcultural psychiatry*. Vol 41(3), 360-385.

- van der Kolk, B. A. (1994). The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*, 1, 253-265.
- van der Veer, G. (1995). Psychotherapy with refugees. In R. J. Kleber, C. R. Figley, & B. P. R. Gersons (Eds.), *Beyond trauma: Cultural and societal dynamics*. New York: Plenum Press.
- Waldenstrøm, E. (2005). *Men livet må gå videre. Om kriser, ulykker og katastrofer*. Oslo: Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning.
- Wheeler, G. (2000). *Beyond individualism: Toward a new understanding of self, relationship and experience*. Cleveland: Gestalt Institute of Cleveland Press.
- White, M. (2006). *Narrativ teori*. København: Hans Retzels forlag.

Appendiks I

Informasjonsskriv

FORESPØRSEL OM DELTAKELSE I FORSKNINGSPROSJEKT

Da flodbølgekatastrofen rammet Sørøst Asia 26. desember 2004 ble mennesker over hele verden sjokkert og skremt over de enorme ødeleggelsene som den forårsaket. Mange mistet familie og venner, men noen grupper ble rammet hardere enn andre. I Norge ble tamilene hardest rammet. Det er viktig å forstå hvordan det har vært å være i Norge når en slik stor naturkatastrofe rammet hjemlandet deres, hva som har vært vanskelig i denne situasjonen og hva som har hjulpet. Derfor blir det nå gjennomført et forskningsprosjekt der tamiler i Norge som selv har mistet noen av sine kjære i tsunamien blir intervjuet.

Forskningsprosjektet og intervjuene blir gjennomført av Signe Stige og Guri Vindegg, to psykologistudenter ved Universitetet i Oslo. Undersøkelsen inngår som del av et større forskningsprosjekt om ettervirkninger av tsunamien, i regi av Nasjonalt Kunnskapssenter for Vold og Traumatisk Stress (NKVTS). Intervjuene vil finne sted i NKVTS sine lokaler på Ullevål Sykehus. Vi vil benytte tolk, og regner med at intervjuet vil ta omtrent to timer.

For å finne personer som vi kan intervjuer har vi fått hjelp av Tamilsk Ressurs- og Veiledningscenter, siden de har vært i kontakt med mange som har vært berørt av denne katastrofen. Det er fra dem vi har ditt navn og din adresse.

Etter intervjuet vil vi slette navnet ditt, slik at det du forteller oss ikke kan kobles til din person. Ingen får vite hvem som har deltatt, eller hvem som har sagt hva. Intervjuet vil bli tatt opp på minidisc, men også dette lydopptaket vil slettes etter at vi har skrevet det av. Både den som intervjuer og tolken har taushetsplikt. Det er frivillig å delta, og om du ikke ønsker å delta i studien så får det ingen konsekvenser for nåværende eller fremtidig forhold til behandlende instanser i helsevesenet.

Har du mulighet, så vil vi gjerne gjennomføre intervjuet i løpet av juni. Vi har mulighet både på dagen og kvelden. Guri vil kontakte deg per telefon for å gjøre en avtale. Hvis du har spørsmål om prosjektet, så ta gjerne kontakt med oss på telefon eller e-post.

Vennlig hilsen
Signe Stige og Guri Vindegg

Signe Stige
Signestige@hotmail.com
Tlf 98810199

Guri Vindegg
gurivi@yahoo.com
Tlf 97709563

Appendiks II

Intervjuguide

Introduksjon (formuleres naturlig)

Velkommen hit. Det var veldig fint at du hadde mulighet til å komme. Vi er altså to psykologistudenter som har satt i gang dette prosjektet hvor vi vil undersøke hvordan det har vært å være i et annet land når en stor naturkatastrofe skjedde i hjemlandet ditt. Vår undersøkelse er en del av et større forskningsprosjekt om tsunamien og ettervirkningene av den. Det vi skal gjøre er å intervjuere familier i Norge som selv opplevde å miste noen av sine kjære i tsunamien. Vi tenker at det er viktig å snakke med folk som selv har opplevd dette, for å forstå hvordan det har vært. Vi vet at dette har vært en vanskelig tid for deg, og er derfor takknemlige for at du stiller opp til intervju. Hvis du i løpet av intervjuet trenger en pause, har spørsmål eller ønsker å trekke deg, så må du bare si ifra til meg. Intervjuet kommer til å bli tatt opp på minidisc (VIS), men alt du sier vil bli behandlet konfidensielt. Det betyr at ditt navn ikke vil bli oppbevart, og at jeg har taushetsplikt. Er det noe du lurer på før vi starter med intervjuet?

DEL 1: DEN FØRSTE TIDEN

1) Jeg lurer først på om du kan fortelle meg litt om den dagen da du fikk vite at en tsunami hadde rammet Sri Lanka?

- Hvor var du?
- *Hvordan fikk du vite det?* (TV, radio, venner, familie etc)
- Hvilke tanker fikk du?
- Hvilke følelser opplevde du?
- *Hva gjorde du?* (mestringsforsøk: problem, emosjon, unngåelse)
- Hvem kontaktet du/oppsokte du? (venner, familie, tamil-senteret, menighet?)

2) Når og hvordan fikk du vite at familien din var berørt av flodbølgen?

- Hvem informerte? (familien, myndigheter?)
- Vanskelig å få informasjon?
- Lang ventetid, *usikkerhet*, bekymring?

3) Hvordan var den første tiden for deg og dine nærmeste?

- Opplevelse: *tanke*, *følelser*
- *Plager* (søvnproblemer, konsentrasjonsvansker, vonde drømmer, osv)
- Relasjoner: samhold, tilbaketrekning, ta vare på andre, bli tatt vare på, roller
- *Mangler*: noe som kunne ha vært gjort, skulle vært annerledes?
- Det å være i Norge, langt unna!
- *Mestring*

4) Hvor opplevde du at du kunne få støtte, forståelse og hjelp den første tiden etter tsunamien?

- Tamiler, uformelt (familie, venner)
- Tamiler, formelt (tamilsenter, menighet)
- Nordmenn, uformelt (kolleger, studiekamerater, venner)
- Nordmenn, formelt (helsevesen, myndigheter)
- Tilfreds?
- Noe som skulle vært annerledes?

4b) (Eventuelt: Du har fortalt at du hadde det vanskelig den første tiden).

Hvordan går det med deg nå?

5) Hvor opplever du at du kan få støtte, forståelse og hjelp nå?

- Tamiler, uformelt (familie, venner)
- Tamiler, formelt (tamilsenter, menighet)
- Nordmenn, uformelt (kolleger, studiekamerater, venner)
- Nordmenn, formelt (helsevesen, myndigheter)
- Tilfreds?
- Noe som skulle vært annerledes?

6) Synes du at du trenger mer hjelp enn det du får nå?

7) Når du tenker tilbake på denne tiden, hva er det som har hjulpet deg til å komme igjennom det?

- religion: hvilken, hvordan hjulpet
- sosial støtte
- kontakt med familie på Sri Lanka
- profesjonell hjelp
- dagliglivets krav, omsorgsoppgaver
- egen mestring, ting du har gjort og tenkt

DEL 2: HJEMREISE

8) Myndighetene bestemte etter hvert at personer som hadde mistet nære familiemedlemmer i flodbølgekatastrofen kunne søke om å få dekket midlertidig hjemreise. Når og hvordan fikk du vite om dette?

9) Hva tenkte du når du fikk høre om dette tilbudet?

- Ønsket du å reise hjem? (ambivalens?)
- Aktuelt alternativ?
- Argumenter *for og imot* (gamle minner?)

10) Du reiste (ikke) til Sri Lanka - hva var det som fikk deg til å bestemme deg for det?

11) Hvordan reagerte andre på at du (ikke) ville reise hjem?

12) Hva tenker du nå om *avgjørelsen* din om (ikke) å reise hjem?

- *Tenkt mye på det?*
- Tilfreds?

Til de som ikke reiste

13) Hvordan tror du det hadde vært å reise til Sri Lanka?

Til de som reiste

Da har jeg noen spørsmål om reisen din til Sri Lanka.

14) Hvilke tanker og planer hadde du rundt oppholdet på Sri Lanka før du reiste ned?

- Gruet du deg / tvilte du på bestemmelsen?
- Hva planla du å gjøre? (oppbygging, møte familie, begravelser, lete etter savnede)

- Hvordan forberedte du deg mentalt på å reise tilbake?

15) Hvordan var det å komme dit?

- Tanker, følelser, gode, vonde
- Hvordan reagerte andre på at du kom?
- Følte du deg hjemme / fremmed i eget land?

16) Kan du fortelle litt mer om oppholdet ditt der?

- Hva gjorde du mens du var der?
- Hvem oppsøkte du?
- Var det veldig annerledes enn du trodde det skulle bli?
- Fikk du gjort det du ville (var det noe som var vanskelig?)
- Oppsøkte du steder som du forbinder med tidligere vonde hendelser? (hvordan var det?)

17) Er det en spesiell hendelse eller opplevelse fra Sri Lanka som du har tenkt mye på etter du kom tilbake til Norge?

18) Hvordan var det å komme tilbake til Norge?

- Vanskelig å fordøye / bearbeide opplevelser fra Sri Lanka?
- Har du hatt noen å dele disse opplevelsene med?
- Tanker om å være i Norge, langt unna, hvor er hjemme...

19) Hva tror du hjemreisen har betydd for deg, med tanke på å komme deg igjennom det som har skjedd?

- *Følte du deg bedre eller dårligere etter reisen?*
- Følelser, plager
- Lettere å forstå, innse, akseptere det som har skjedd?
- Funnet fred ved å ha vært der og tatt del i sorgritualer?
- Bidratt til å oppklare og få visshet i ting?
- Godt å ha bidratt til oppbygging av hjemlandet?

DEL 3: FREMTID

20) Hva har tsunamien betydd for ditt forhold til hjemlandet (og tanker rundt fremtiden)?

- Opplevelse av å bo i et annet land (endret?)
- Hvor vil du bo i fremtiden? (ønsker, drømmer, planer, muligheter)
- Har dette endret seg etter tsunamien?
- Betydning for løsning av konflikten?

DEL 4: HARVARD TRAUMA QUESTIONAIRE

22) Nå har du fortalt meg mye om det du har opplevd etter tsunamien. Jeg har også noen spørsmål om ting du kan ha opplevd før du kom til Norge. (EGET SKJEMA)

23) Kom disse opplevelsene tilbake ved hjemreisen eller etterpå?

DEL 5: BAKGRUNN

<i>Til slutt kommer noen bakgrunnsspørsmål. Det er viktig at du også svarer på disse spørsmålene.</i>							
Alder: _____ år	Kjønn: Mann / Kvinne			Hvor mange barn har du? _____ barn			
Sivil status	Gift	Skilt	Enke/ enkemann	Enslig			
Familie- gjenforening	Hele familien er samlet i Norge	Ektefelle og / eller barn er igjen på Sri Lanka	Annen nær familie er igjen på Sri Lanka	Annen nær familie oppholder seg i andre land			
På hvilket grunnlag har du fått oppholds- tillatelse i Norge?	Asyl	Humanitært grunnlag	Familie- gjenforening	Student	Spesialist innen fagområde	Annen arbeids- tillatelse	
Hvilken utdannelse har du?				Har du tatt utdannelse etter du kom til Norge?	JA / NEI		
Jobbstatus	Fulltid	Deltid	Trygdet	Sykmeldt	Arbeidsledig	Student	
Har du vært sykmeldt Etter tsunamien?	JA / NEI		Hvis JA: Hvor lenge har du vært sykmeldt i denne perioden? _____ uker				
Hvor mange år har du bodd i Norge?	_____ år		Hvilke andre land enn Norge og Sri Lanka har du bodd i?				
Når var du sist på Sri Lanka (før tsunamien)?	_____		Hvor mange ganger har du vært tilbake på Sri Lanka etter at du kom til Norge? _____ ganger				
Hvilken religion tilhører du?	Hindu- ismen	Katoli- sismen	Protestant ismen	Islam	Budd- hismen	Annen religion	Ingen religion

24) Det var det siste spørsmålet jeg hadde. Er det noe jeg har glemt å spørre om, som du synes er viktig å få med i forbindelse med din opplevelse av flodbølgekatastrofen?

Avslutning (formuleres naturlig)

Da er vi ferdige med intervjuet. Hvordan synes du det gikk?

Er det noe du lurer på? Tusen takk for hjelpen.

Appendiks III

Harvard Trauma Questionnaire

HARVARD TRAUMA QUESTIONNAIRE

DEL 1: TRAUMATISKE HENDELSER

N = nei, ingen av delene

V = Vitne til

E = selv erfart

N V E

1. Mangel på mat og / eller vann.....
2. Sykdom uten mulighet for medisinsk hjelp.....
3. Mangel på husly.....
4. Fengsling.....
5. Alvorlig fysisk skade.....
6. Militære kampsituasjoner.....
7. Hjernevask, tvangmessig påvirkning for å få seg til å skifte overbevisning.
8. Voldtekt eller seksuell mishandling.....
9. Tvungen isolasjon fra andre.....
10. Vært nær ved å bli drept / dø.....
11. Tvungen atskillelse fra familiemedlemmer.....
12. Drap på familie og / eller venner.....
13. Unaturlig død av familie og / eller venner.....
14. Drap på fremmede.....
15. Savnet eller kidnappet.....
16. Fysisk tortur
Spesifiser:.....
17. Psykologisk tortur,
Spesifiser:.....
18. Gått i dekning.....
19. Krigshandlinger rettet mot sivile.....
20. Forsvunne / savnede familiemedlemmer.....
21. Konsentrasjons- / fangeleir.....
22. Flyktningleir.....
23. Mishandling i familien.....
24. Andre situasjoner som var veldig skremmende eller hvor du følte at ditt liv var i fare.
Spesifiser.....

Appendiks IV

Tematisk analyse

INFORMASJON

Behov for informasjon
Manglende informasjon
Motstridende informasjon
Tung uvisshet
Søke telefonkontakt med slekt på Sri Lanka
Søke telefonkontakt med slekt i diaspora
Norsk informasjon er ulik tamilsk informasjon
TV som fellesskap
TV i veien for fellesskap
TV som å passivt bevitne
Direktesendt TV som å være der
TV som å søke informasjon
Å møte landsmenn for å utveksle informasjon
Press om å fortelle, vitne

TAP

Nære savnet
Nære skadet
Nære bekreftet døde
Nære begått selvmord etter bølgen
Nære mistet hjem
Tap av hjemmet man selv vokste opp i
Kjente steder er borte
Tap av fremtidsplaner
Skildringer av bølgen
Andres tap
Det kollektive tapet

REAKSJONER

Initialt sjokk
Uvirkelighetsfølelse
Konsentrasjonsvansker
Hygiene, søvn
Manglende matlyst
Tristhet, sorg, savn
Irritabilitet ovenfor barn
Bekymring for familien på Sri Lanka
Frykt for ny tsunami
Frustrasjon over hjelpearbeid
Takknemlighet over hjelpearbeid
Anger på å ha reist til Norge
Skyldfølelse for mangel på verdig begravelse
Vannfobi
Katastrofetanker

SOSIAL STØTTE

Nær familie støtter hverandre
Nær familie utmattet
Å ikke kunne snakke sammen i familien

Mobilisering i utvidet familie
Praktisk støtte fra venner og familie
Emosjonell støtte fra venner og familie
Emosjonell støtte fra familie på Sri Lanka
Egne barn forstår/forstår ikke situasjonen
Sosial støtte som belastning
Sosial støtte tar ikke bort sorgen
Støtte fra arbeidssted
Støtte fra studiested
Marginalisering
Mat som sosialt samvær
Mat som uttrykk for omsorg
Ensomhet
Kun kontakt med mennesker i hjemlandet
Å ikke ha noen å snakke med

Å FÅ HJELP

Profesjonell støtte: fastlege, psykolog, helsesøster, sykepleier
Ønske om profesjonell støtte
Trenger ikke profesjonell støtte
Avviser profesjonell støtte
Kjenner ikke til profesjonell støtte
Det er de på Sri Lanka som trenger profesjonell hjelp
Ødeleggende å få hjelp
Å ikke få hjelp

Å HJELPE

Ønske om å hjelpe familie på Sri Lanka
Diasporaen har ansvar for å hjelpe til
Hensyn til barn i Norge vs familie på Sri Lanka
Ansvar for gamle foreldre på Sri Lanka
Samle inn penger
Å ikke få hjelpe
Hjelper

HJEMREISE

Ønske om å reise til Sri Lanka
Ønske om å treffe gjenlevende familie
Ønske om å se ødeleggelser
Ønske om å se åsted for nær persons død
Rar stemning
Store ødeleggelser
Groteske inntrykk
Dokumentere skader med å ta bilder

MINNER

Vonde bilder fra tsunamien kommer tilbake
Påtrengende bilder av bølgen
Sammenligning med tidligere lidelse
Tsunamien er verre enn krigen

Ønske om å minnes de avdøde
Ønske om å glemme og komme videre

BEARBEIDING

Må føle for å bearbeide
Må være sammen for å bearbeide
Må se skadestedet for å bearbeide
Aktivitet som nyttig avledning
Viktig å snakke sammen
Viktig å gråte
Usikkerhet om ritualer
Tilgang på ritualer i Norge
Involvering i ritualer på Sri Lanka

HINDRINGER

Byråkratiske hindringer
Økonomiske hindringer
Politiske hindringer
Juridiske hindringer

DET TAMILSKE

Bekymring for politisk situasjon
Tamiler er hardest rammet
Tamiler får mindre hjelp