



Fredrik Cappelen
Oslo

Å møte spøkelser fra fortiden gjennom litteraturen og i terapirommet

En utforsking av Fraibergs *Ghosts in the Nursery* og Knausgårds *Min kamp*

Forfatteren beskriver Selma Fraibergs pionerarbeid med foreldre og små barn, der hun oppdaget at foreldrenes egne traumatiske erfaringer som barn i sterk grad påvirket deres evne til å møte eget barn. Fraiberg fant at det å møte «det lille usette barnet» i forelderen og hjelpe forelderen til å gjenerindre vonde erfaringer fra egen barndom ble en bearbeiding som frigjorde forelderen og det nye barnet fra det Fraiberig kalte spøkelser. Gjennom å se på Knausgårds skriving om egne traumatiske erfaringer i forhold til egen far, trekkes det paralleler til Fraibergs hypoteser om at det kan være frigjørende å møte spøkelser fra fortiden både i terapi og gjennom litteratur. Av etiske grunner vil ikke forfatteren spekulere i Knausgård som far, selv om han sier at det å bli far fikk han til å skrive *Min kamp*. Det forsøkes i stedet å løfte frem motet hans over å våge å gå tilbake i tid til disse vonde erfaringene, noe klinikere som jobber med foreldre i dag også kan la seg inspirere av. Både med respekt for smerten i slike gjenerindringer, men også over behovet foreldrene vi møter kan ha for å bli sett som *den lille redde i den store*.

«Jeg var så redd for han at jeg selv med den største viljestrengelse ikke klarer å gjen-skape det; de følelsene jeg hadde overfor ham, jeg har aldri siden følt, ikke engang i nærheten av... Raseriet hans kom som en bølge, det drev gjennom rommene, slo mot meg, slo og slo og slo mot meg, og så trakk det seg tilbake.» (Knausgård, 2009, 249).

Denne teksten som bygger på en lesing av Knausgårds romanserie *Min kamp* og Selma Fraibergs *Ghosts in the Nursery* (1975), er et resultat av flere spor i meg selv som kliniker og menneske. Jeg er selv nesten i alderen Karl Ove Knausgård var da han startet sitt store Min-kamp prosjekt. Knausgård har flere steder sagt at bokprosjektet dukket opp som et livsnødvendig prosjekt for ham selv da han ble far. Jeg er selv far og merker når jeg nå vender tilbake til bøkene hans hvordan mitt eget perspektiv på å være sønn, far og ha en egen far bevisstgjøres i møtet med Knausgårds tekst. Hvordan er det for mitt barn når jeg blir sint og frustrert og viser det til ham, både med ansikt, kroppsspråk og ord? Knausgård hjelper meg å se meg selv uten i fra, som gutt, mann, sønn og far i midten av tre generasjoner. I mentaliseringstermer kan man si at han stimulerer evne til å se meg selv utenifra, inn i disse kompliserte følelsesmessige rollene. Som barne- og ungdomspsykolog, psykoanalytiker, psykoterapeut og familierapeut som møter mange barn, ungdommer og foreldre, sønner og fedre, mødre og døtre, ser jeg ofte at bindeleddene mellom disse individene er nettopp kompliserte. Jeg ser også iblant at det eksisterer repetitive vonde mønstre, som ofte kan smerte både foreldrene og barna. Vonde erfaringer foreldrene bærer med seg fra den gangen de selv var barn, som spilte seg ut med deres egne foreldre. Jeg er også heldig når jeg som behandler kan få muligheten til å være med å bryte disse mønstrene sammen med familien og av og til bevitne hvordan noe nytt vokser frem i relasjonen mellom barn og foreldre. I slike stunder kan jeg føle meg som en ghost buster, en spøkelsesjeger, som får ta del av det å suge vonde spøkelseser fra fortiden opp i støvsugeren. Det er mange i vårt fagfelt som ikke tror på spøkelseser lenger. I stedet hviler man seg mer på modeller om hvordan gener skaper mennesker, man ønsker å være løsningsorientert, optimistisk og henvende seg til

tanken om at vi bare kan lære oss å kunne tenke nytt. Noen av oss klinikere tror fortsatt og mener vi ser spøkelseser, nærmere bestemt spøkelseser som Selma Fraiberg og hennes medarbeidere beskrev i teksten *Ghosts in the Nursery* fra 1975.

Denne teksten er ikke et forsøk på å plassere skyld. Den er mer et forsøk på å forstå generasjonstraumer og mekanismene bak, som både Fraiberg og Knausgård nærmer seg, gjennom klinikken og gjennom litteraturen. Jeg mener Knausgårds *Min kamp* og *Ghosts in the Nursery* på ulike måter viser viktigheten av å jobbe med ens egen historie, å noen ganger gjenerindre det som er for smertefullt til å huske. Det er samtidig noe håpefullt og frigjørende i at man kan løsrive seg fra gamle tvingende mønstre og finne hverandre på nytt.

Etisk bemerkning

Siden Knausgård nå landet på et valg om å publisere disse tekstene som roman betyr det at han selv eier ansvaret for prosjektet sitt og andres blikk og tolkning av denne. Det finnes allikevel en lang tradisjon for å tolke andres romaner innen for psykologi og psykoanalyse. Man kan lett havne i to grøfter; en der man fråtser i smerten som beskrives, den andre at man bruker romanen for å bevise sine egne teorier. Jeg kan i denne teksten i blant havne i disse grøftene, men jeg håper på å helhetlig befinne meg på et annet sted gjennom teksten. I stedet for at psykologen forklarer Knausgård og litteraturen, legger jeg meg som psykolog på divanen og ønsker å lære noe av Knausgård og litteraturen. Hva kan litteraturen og trangen til å skrive om oss selv lære oss om å være et menneske i nettopp barnets, foreldrenes og besteforeldrenes posisjon. Jeg ønsker som Di Benedetto (2005) beskriver; at psykoanalysen skal ligge på kunstnerens divan – hva kan vi lære av Knausgård?

Ghosts in the Nursery

Fraiberg, Adelson og Shapiro (1975) oppsummerte viktige kliniske funn gjort under et prosjekt som kaltes *Child Development Project* fra øst-kysten i USA på 70-tallet. Teksten *Ghosts in the Nursery* beskriver finstemt klinisk arbeid på en arena-fleksibel og pragmatisk måte, gjerne hjemme hos pasientene.

Klinikerne beskriver samtidig bekymringsfulle og tragiske skjebner hvor man observerte hvordan foreldre som selv hadde erfart neglekt og traumer repeterte sine egne vonde erfaringer i møte med spedbarnet sitt. Ut fra denne kliniske observasjonen spør forfatterne seg hva det er som gjør at denne repetisjonen av smerte, eller «gamle spøkelses fra fortidens barneværelse» dukker opp og preger den sårbare tilknytningen mellom foreldre og barn. Kanskje enda viktigere også, hva er det som skal til for å hjelpe barnet og foreldrene ut av spøkelsenes vold? I og med at den dominerende trenden innen psykiatri på denne tiden var psykoanalytisk, vender forfatterne seg til Freud (2008), som i stor grad interesserte seg for fortid og nåtid, og fortiden i nåtiden. Hva er det som gjør at fortiden repeteres i nåtiden? De henter også til Freuds hypotese om at noe som ikke er erindret, *un-remembered* og usymbolisert ofte i større grad vil skape smerte og uregulerte følelser i nåtiden. Med andre ord reiser forfatterne spørsmål rundt hvordan traumer kan leve videre i generasjoner, såkalte generasjonstraumer.

I teksten møter vi Mary på fem og en halv måned som levde i en situasjon i stor grad preget av generasjonstraumer. Mary var et engstelig og emosjonelt tilbaketrukket barn. Hun ga lite respons, smilte sjelden og det skulle lite til før hun reagerte med frykt på lett stimuli. Marys mor fremstod alvorlig deprimert, med et nylig forsøkt suicid med piller. Rett før hun kom til klinikken hadde hun henvendt seg til et adopsjonsfirma for å gi Mary fra seg. Under de første møtene fant teamet som jobbet med familien et øyeblikk der Mary strakk seg mot moren sin og der moren responderte spontant med sin egen hånd, men uten at hendene møttes. Gesten ga behandlerne et lite håp om at et møte mellom de to plagede sjelene kunne være mulig. Samtidig som det dominerende bildet som også ble fanget opp på video var av en mor som virkelig ikke hørte datterens gråt.

Teamet gjorde en grundig anamnestic undersøkelse av morens bakgrunn og historie. Morens beskrivelser viste en smertefull narrativ om tidlig neglekt og alvorlig psykisk sykdom hos hennes egen mor. Faren til lille Mary hadde noe av den samme historien, men sammen hadde de blitt enige om at de ønsket noe annet for seg selv og barna deres og hadde til å begynne med klart å etablere et mer velfungerende og stabilt liv, helt til datteren kom til verden og det kunne virke som smertefulle

erfaringer fra fortiden kom tilbake igjen i nåtiden.

Behandlerne tilbød moren individuelle samtaler, noe som var ekstremt krevende og vanskelig da det oppstod sterke temaer i møte med terapeuten og mye avvisning av hjelp fra moren. Samtidig ble det opplevd som at det var akutt krise med barnet som led der hjemme. Pionerarbeid som dette var, fant man seg nødt til å få til «psykoterapi over kjøkkenbenken».

Terapeuten rettet et svært validerende og bekræftende fokus på morens opplevelse av å som barn ikke bli sett. Samtidig brukte terapeutene opplevelsen av å først bli avvist av moren aktivt, som de forstod som en overføringskommunikasjon. Gjennom sin motoverføring av å føle seg utestengt kunne de sette ord på avvisningen og tematisere hvordan moren hadde følt det som barn. Terapeutens emosjonelle bånd virket å åpne opp for mange smertefulle følelser av å ikke bli hørt og å være uønsket. Gråt og smerte kom til overflaten i relasjonen til terapeuten og til tross for styrken i disse følelsene, virket det som at moren benyttet seg av denne kontakten. Behandlingsteamet erfarte deretter en «fantastisk forandring», der de inne i mellom morens sorg så tydeligere forsøk på å gi kontakt og omsorg til Mary og plutselig, etter en måneds behandling, plukket hun opp jenta si og holdt henne inntil seg på en kvalitativt helt annerledes måte. Mor og barn begynte å finne hverandre. Behandlingen fortsatte på en vellykket måte gjennom krevende arbeid med morens historie, med brudd og reparasjon i alliansen og gjennom stadig fokus på relasjonen her og nå mellom terapeut, mor og barn. Barnet utviklet seg på flere områder, moren fikk det bedre og relasjonen utviklet seg til en trygg og god relasjon på flere områder ved hjelp av terapien.

De kliniske erfaringene og videre arbeid med liknende saker ledet gruppen til noen viktige hypoteser. Forfatterne spurte seg om hva det er som gjør at noen foreldre repeterer og blir fanget av egne vanskelige opplevelser i relasjonen til egne barn. De fant at alvorlighetsgrad i foreldres traumer i seg selv ikke avgjorde hvor mye dette ville prege relasjonen til barnet. De fant heller et mønster med en form for identifikasjon mellom foreldrene og den delen som hadde neglisjert eller angrepet forelderens selv som barn. Dette ble forstått som et forsvar, litt som Anna Freuds identifikasjon med aggressoren (Anna Freud, 1992), men samtidig

noe mer enn dette. Man fant også at den *affektive opplevelsen* av å være avvist og neglisjert, som med Marys mor, ofte var fortrent hos forelderen. Terapeutene erfarte at når forelderen gjenopplevde sine egne smertefulle opplevelser av å være det sviktede barnet, klarte de å relatere til sitt eget barns sårbare opplevelser. Det var som at foreldrene først kunne etterleve ønsket om å selv aldri utsette barnet deres for det samme som de hadde erfart som barn, etter at egne traumer var anerkjent, erindret og gjennomarbeidet sammen med terapeutene. Forfatterne viser også til erfaringer med foreldre som har bearbeidet og husket egne negative erfaringer og kan si at «jeg husker hvor redd jeg var», eller «jeg husket hvor alene jeg var» og «jeg vil aldri la barnet mitt gå gjennom dette igjen».

Evidens for Fraibergs hypoteser organisering minnearbeid

Shapiro og Gisynski skriver i artikkelen *Ghosts in the Nursery revisited* om funn fra tilknytningsforskningen (1989) som de forsøker å integrere med Fraibergs hypoteser, men det er først i 1993 at hypotesene får en reell empirisk undersøkelse. I artikkelen *Measuring the Ghosts in the Nursery* (Fonagy og medarbeidere, 1993) presenteres grundige undersøkelser av tilknytning hos barn og deretter vurderes også foreldrenes tilknytningsstil gjennom Adult Attachment Interview (AAI). Barnets tilknytningsstil ble målt gjennom fremmedsituasjon, en strukturert undersøkelse der barnets strategier og relatering etter en kort separasjon og deretter gjenforening med forelderen undersøkes (Ainsworth & Bell, 1970). AAI er et komplekst semistrukturert intervju der man undersøker foreldres egne indre arbeidsmodeller for omsorg og tilknytningsstil. Intervjuet har en kompleks skåring ikke bare av selve svaret den voksne gir, men av hvordan svarene er gitt, også non-verbalt og om det foreligger indre sammenheng i foreldrenes narrativer om deres egen barndom. Eksempel fra klinikken kan være samtaler med mor til et barn som strever med separasjonsangst. Med AAI spørres forelderen om hvordan relasjonen til egne foreldre var, hvor forelderen deretter svarer – *Trygghet var veldig viktig for meg i min familie*. Senere under intervjuet forteller plutselig den intervjuede at mor i blant kunne slå. På denne måten oppstår det en mangel på sammenheng i fortellingen. Denne

formen for manglende sammenheng kan være et tegn på en uintegreert historie, utrygghet og mulige traumer som fremstår ubearbeidede og uten forsoning. På grunnlag av svært grundig validering og opplæring har instrumentet vist seg reliabelt og valid for å kunne tappe foreldres tilknytningsstil. I studiet fra 1993 ble det undersøkt foreldres tilknytningsstil vurdert ut fra AAI. Man undersøkte deretter om foreldres AAI, mødre og fedre i hver sin gruppe, kunne predikere barnets tilknytningsstil ved 12 og 18 måneder. AAI ble gjennomført i tredje trimester av graviditeten, altså før barnets tilknytningsstil ble vurdert. Barnets tilknytningsstil ble vurdert ved fremmedsituasjon eller såkalt strange-situasjon, som er en strukturert vurderingssituasjon av tilknytningsstil.

Man fant en tydelig sammenheng med foreldres trygghet og barnets tilknytningsstil. Om mødre hadde en trygg tilknytningsstil hadde 78 prosent av barn en trygg tilknytningsstil. Om mødre var utrygge hadde 72 prosent av barna en utrygg tilknytningsstil. Når det gjaldt fedre viste det seg at trygge fedre ga 82 prosent trygge barn. Utrygge fedre predikerte i noe mindre grad utrygge barn, 50 prosent. Man fant også at den faktoren som i størst grad predikerte utrygghet hos barnet i foreldrenes svar på AAI, var usammenhengende narrativer om egen barndom. Dette er i tråd med Fraibergs hypotese i *Ghosts in the Nursery*; foreldres ubearbeidede erfaringer, eller uintegreerte og ubearbeidede erfaringer, erfaringer preget av forsvar og fortrenging påvirker tilknytningen til barnet mest. Vi kan ha med oss Fraibergs hypotese om un-remembered past som noe som danner spøkelseser også i barneværelset for foreldrene.

Forfatterne konkluderer med at foreldres tilknytningsstil er det som predikerer sterkest barnets tilknytningsstil. Man undersøkte også mange andre variabler (selvutfylling om personlighet, selvfølelse, tidligere opplevelser, demografisk status, intellektuell funksjon ekteskap) som ikke hadde noen statistisk signifikant sammenheng. I stedet fant man en sterk sammenheng der «det virker som om spøkelseser som spøker i barneværelset, som Fraiberg predikerte, mer sannsynlig dukker opp når foreldres forsvar er formidable» (Fonagy og medarbeidere, 1996, 971), altså at foreldrenes erindring av egne erfaringer av å være barn og ha foreldre er mer forsvarspreget og usammenhengende ubearbeidet.

Et steg nærmere - Another step closer to measuring the ghost in the nursery

I 2014 gjennomførte forskerne Ensink, Berthelot, Bernazzani, Normandin og Fonagy en ny undersøkelse av Fraibergs hypoteser. Denne studien ble gjennomført med mer presise instrumenter for å fange opp, måle og forstå Fraibergs spøkelser. Man benyttet seg i dette studiet av igjen av Adult Attachment Interview. Denne gangen var instrumentet videreutviklet og ved siden av å nå finne en generell spesifikk evne til å *mentalisere* undersøkte man også evnen til å *mentalisere* rundt traumatiske opplevelser i barndommen. Å *mentalisere* er et eget klinisk, forskningsmessig og teoretiske begrep som beskriver vår evne til å forstå egne og andres tanker, følelser og intensjoner, og man kan si evnen til å «se seg selv uten i fra og andre innen i fra» (Fonagy & Target 1996). Denne evnen er en kapasitet man har funnet utvikler seg i en tilknytningsrelasjon, særlig under barndommen og ungdomstiden og er en sosialt utviklet og lært kapasitet. I AAI får man frem en skala over evne til *mentalisering* kaldt *refleksiv funksjon* eller RF-skala. I denne studien undersøkte man også evne til å *mentalisering* over traumatiske opplevelser, RF-T. Igjen undersøktes Fraibergs hypotese om at evne til å gjenerindre og bearbeide vanskelige traumatiske opplevelser er viktig for foreldrenes evne til å knytte seg til eget barn og møte barnets behov og følelser. I studien undersøkte man hvordan 97 gravide kvinner svarte på AAI, med særlig fokus på traumer. Alle kvinnene hadde tidligere erfaring med traumatiske erfaringer. I studien fant man at deltakernes evne til å *mentalisere*, dvs reflektere over egne traumatiske erfaringer gjenspeilet i høy RF-T viste sammenheng med positiv innstilling til graviditet, positive følelser ovenfor barnet og bedre kvalitet i relasjon til partner. Fonagy og forfatterne spekulerer i om evnen til å *mentalisere* rundt traumer kan innebære at evnen til å vedlikeholde interpersonlig fungering, selv-regulering av hjelpeløshet, frykt, fiendtlighet og aggresjon. Denne reguleringssevnen er særlig viktig under i samspill mellom spedbarn og barn og foreldre.

I tråd med Fraibergs hypotese kan det virke som om mødrene som klarte å relatere til, huske og forholde seg til egen smerte over traumatiske erfaringer i egen barndom spiller en nøkkelrolle. Når det er mye ikke-erindret emosjonelt smertefullt

materiale vil dette kunne ramme barnet, som med Mary og moren, beskrevet lenger opp, argumenterer Fonagy og medarbeidere for. Når det ikke finnes gode hjelpere der, som i *Ghosts in the Nursery*-artikkelen, mener forskerne bak studiet at barnet også *internaliserer* fravær av vitalitet, fremmede og/eller skremmende affekter i mors ansikt, noe blant annet Beebe & medarbeidere har studert i interaksjon med 4 mnd gamle babyer (Beebe & medarbeidere, 2010). Teoretikerne argumenterer for at slike tidlige erfaringer både leder til at barnet vender seg bort og begynner å regulere seg selv på ikke relasjonelle defensive måter (Tronick & Gianino, 1986) De ser også for seg at erfaringene danner jeg-fremmede tilstander i selvet, noe de kaller en opplevelse av et *alien-self*. *Alien self* oppleves ofte som følelser og opplevelser man selv ikke forstår, som jeg-fremmede tilstander i form av selvskading, utbrudd eller selvkritikk.

Jeg har nå beskrevet teorien og noe empiri bak fenomenet *Ghosts in the Nursery*, som viser hvordan gamle smertefulle erfaringer ikke har blitt bearbeidet og forstått og dukker opp i neste generasjon og forstyrrer samspillet til generasjonen under. Også viktig er hvordan bearbeiding av egne vonde erfaringer for forelderen er viktig og vil kunne påvirke relasjonen til egne barn. Jeg vil nå vende til Knausgårds selvbiografiske roman som et svært godt og fenomennært eksempel på en «kamp» med egne spøkelser og hvordan skriving, bearbeiding og erindring kan arte seg i tekst. Selv om jeg viser til de mest sårbare og vonde erfaringer ønsker jeg også å lese det med fokus på det motet som ligger i å orke å forholde seg til egen fortid og viktigheten av nettopp dette. I dette ligger også en hyllest til kreative prosesser som skriving, annen kreativ virksomhet og annen type deling av vonde erfaringer.

Om relasjonstraumer, erindring og skriving gjennom Knausgårds Min kamp

I et intervju fra 2014 med psykoanalytikeren Stephen Grosz forteller Knausgård at en drivende motivasjon for at han ville skrive sine seks selvbiografiske bøker, *Min kamp 1-6*, var at han selv ble far. I intervjuet forteller han i forbindelse med dette også om en sterk tomhet i livet som han kjenner på først etter å ha fått barn, livet føltes grått og meningsløst. Han forteller også om farens selvde-

strukturelle drikking og livsstil som noe han plutselig kan kjenne seg igjen i. Men så er det noe som skjer i skrivingen hans og som får det til å føles annerledes. I bind 1 forteller han om en sterk sorg han tilfeldig kommer over når han skriver om faren og som han ikke visste at han hadde. Tårene renner og han merker noe i seg selv han ikke visste fantes. Foreldreskapet, egen barndom, relasjonen til faren og skrivingen i seg selv kan tenkes blir en drivkraft for prosjektet han begir seg inn i. Som Fraiberg skriver, er å erindre og reflektere over og å være i kontakt med traumer, men på en annen måte enn ved ubearbejdede traumer hvor kroppen husker traumat, men sinnet gjør alt det kan for å glemme. Tekstene til Knausgård bærer preg av å være assosiativ, noe han også bekrefter i intervjuet med Grosz. Som tjuefem-åring finner han ut at han ikke trenger å prøve så hardt når han skriver, men heller å åpne seg og la skrivingen komme fra et annet sted. Skrivingen flyter frem i høyt tempo. Som psykoanalytiker er lesingen av Min kamp som å følge med på pasientens assosiasjonsbaner. Koblingen mellom teksten og psykoanalysen gjøres av blant andre Stokstad i et debattinnlegg i 2010. «Man tar utgangspunkt i en relasjon og et minne og ut av dette springer assosiasjonene, tankene og beskrivelsene».

Allikevel slo det meg da jeg leste bind 1 at jeg ikke fikk helt tak på relasjonen mellom Karl Ove i boken og faren. Det var som at noe manglet. I bind 1 beskriver Knausgård tidlig relasjonen mellom den lille Karl Ove og faren på en måte der man kan ane et ubehag og en stor utrygghet. Men selve situasjonene i bind 1 er ikke særlig utfyllende beskrevet. I stedet aner vi stemninger, følelser. Vi merker også hvordan Karl Ove leser faren til en hver tid. Første barndomsbeskrivelse er som en sammenhengende scene fra en dag hos familien. Scenen starter med en beskrivelse av Karl Ove og faren.

«Når han retter seg opp og snur seg mot meg, er ansiktet hans helt mørkt. Likevel har jeg mer enn nok opplysninger til å vite hvor jeg har ham. Det er ikke i ansiktsuttrykkene det ligger, men i kroppsholdningen, og det er ikke med tankene man avleser den, men med intuisjonen.»

Det kan virke som om Karl Ove leser faren nonverbalt og intuitivt, og han er veldig var sin far, farens humor og følelser er fokus for guttens årvåkne

lesing av ham. Senere, under kveldsmaten beskrives den samme varheten rundt farens måte å bevege seg på. «Noe i måten han gikk over gulvet på, gjorde at jeg dukket nakken.» Man får også raskt inntrykk av at barnets rådende følelse er frykt.

Den andre smertefulle opplevelsen vi finner i bind 1 er situasjoner med ydmykelse og skam.

«... , håret hans var ustelt og øynene hans var svarte

– Kan vi ikke fyre? Sa jeg. – Det er så kaldt her.

– Fyrthe? Sa han. Vi skal faen meg ikke fyrthe her... Min far pleide å herme meg...» (Knausgård, 2009, 45).

Vi kan kjenne den lille guttens vonde følelse av å ville synke gjennom gulvet av skam, av å mangle verdi i den andres øyne. Knausgård beskriver en veldig frykt for å gjøre feil og en følelse av at farens øyne til en hver tid kjennes i nakken. Samtidig kan man også ane en sårhet over å ikke bli sett med en kjærlig stolt blick, noe han beskriver i en passasje der han er voksen og lengter etter farens anerkjennelse.

Senere i første bind, langt inne i boken skriver Karl Ove at faren hans slo han. Allikevel er det ingen utfyllende beskrivelser av dette. Det virker som om han skriver, ser tilbake og lar assosiasjonene lede seg. Det er som at bind 1 viser følelsesavtrykk, eller temaer som ikke har et bevisst gjennomarbeidet sammenhengende innhold enda. Situasjonene i tid og rom, personene, følelsene og tankene henger enda ikke riktig sammen enda. Hva er det som egentlig har skjedd mellom gutten og faren, spør jeg meg. Senere i bind 1 og 2 får man inntrykk av den unge Karl Ove som en plaget mann. Til tross for hans streve og nysgjerrighet på livet gjennom litteratur, kunst og musikk er det hele tiden noe som holder han selv nede inne i han. Denne tendensen fremstår som en fremmed angripende kraft, eller et *Alien Self* som Fonagy og medarbeidere ville kalt det. Selvangrepene kommer også til uttrykk som alvorlig selvskading i et sammenbrudd, tendens til binge-drinking og svært ofte som en dyp skam.

Først i bind 3 virker det som om noe av dette plagede viser seg med en tydeligere figur. I boken vender Karl Ove tilbake til barneskolealder. Barneskolealderen er gjerne en tid da våre minner er klare og tydeligere. Vi har utviklet en mer selvbio-

grafisk evne, et narrativt selv (Stern, 1989). Den impresjonistiske berøringen som oppleves i bind 1 med vonde minner blir etter hvert tydeligere. I beskrivelsen av tiden på Tromøya får vi vite mer om erfaringene mellom han og faren. Når jeg leste bind 1 beskrives det årvåkne og vaktfulle ovenfor faren på en klaustrofobisk måte. I bind 3 knytter det seg i magen på meg. Mange smertefulle scener utfolder seg der den lille Karl Ove blir utsatt for kjefting, angrep, krenkelser, påføring av skam og vold. Han beskriver det på en måte som får en til å føle at den lille gutten i scenene er under fullstendig kontroll og utsatt for en forakt der det ikke er noen måte å komme seg unna på.

I en scene har Karl Ove skrudd på tv-apparatet som går i stykker, tilfeldig, virker det som. Gutten plages med massive angstreaksjoner over hendelsen til tross for morfarens roing og forsøk på trøst. Da faren kommer hjem skrifter han frem til gutten, tar tak i øret hans, vrir rundt og drar han opp av stolen. Faren skriker til han «Hva har jeg sagt om å skru på tv'n». Han slipper øret for deretter å riste han kraftig og til slutt kaste han ned på sengen og gi han husarrest. Guttens kropp skjelver, bena skjelver og han hikster fortvilet. Det er flere slike scener, beskrevet på en inngående og smertefull måte. Om faren skriver han:

«Jeg var så redd for ham at jeg selv med den største viljestrengelse ikke klarer å gjen-skape det; de følelsene jeg hadde overfor ham, jeg har aldri siden følt, ikke engang i nærheten av... Raseriet hans kom som en bølge, det drev gjennom rommene, slo mot meg, slo og slo og slo mot meg, og så trakk det seg tilbake. Så kunne det være rolig i flere uker. Men likevel var det ikke rolig, for det kunne like gjerne komme om to minutter som om to dager... Plutselig bare sto han der rasende. Om han slo da, spilte ingen rolle fra eller til, det var like ille når han vred rundt øret eller klemte hardt om armen eller slepte meg et eller annet sted... det var ikke smerten jeg var redd for, det var ham, stemmen hans, ansiktet hans, kroppen hans, det raseriet som kom ut av den... den satt i hver eneste dag gjennom hele barndommen.» (Knausgård, 2009, 245).

Lesingen av Knausgårds opplevelser av å leve med frykt for at volden og skrekken plutselig kan

dukke opp er vond. Samtidig er fremstillingen av både det som skjer i det ytre og på det indre planet så godt og ærlig beskrevet fra barnets perspektiv, at man blir dratt inn i det på en autentisk måte som leser. Det er så nakent beskrevet, så sannferdig og samtidig så beundringsverdig modig av den voksne Knausgård å orke å forholde seg til disse hendelsene. Jeg vil si at det er i tråd med Fraibergs funn; en re erindring av en smerte som kanskje har påvirket hele personen og som, Knausgård selv beskriver det, er det skrivingen og symboliseringen av dette som skaper mening i det meningsløse. En tidligere smerte settes i bevegelse og et mulig sorgarbeid og en bearbeiding muliggjøres, som i arbeidet med Marys mor. Det kan kanskje synes merkelig å kombinere kvantitative data med litteratur i teksten. Utviklingen i psykisk helsevern har gått dit at vi må ha data for å vise at noe finnes. Gode data, som studiene vist til her er viktige, samtidig er det først gjennom Knausgårds beskrivelser at vi kommer nær og i kontakt med den barnets subjektive opplevelse. Jeg vil si at litteraturen bringer oss nærmere fenomenet enn forskningen. Som fagpersoner er det også smertefullt å orke å ta inn barns og foreldres erfaringer og historie. Det finnes også mye forskning, diagnoser og utredning vi kan «gjemme» oss bak og dermed også skape avstand i stedet for nærhet. Som fagpersoner trenger vi kanskje derfor disse nære og ærlige beskrivelsene i litteraturen for å bli bedre som terapeuter.

Knausgård viser også hvordan noe tar tid å komme i kontakt med, slik man opplever i langtids psykodynamisk psykoterapi eller psykoanalyse. Noen konturer blir tydelige i første bind. I tredje bind får konturene figur, blir steds og tidsfestet, som i en gjenenrindring i psykoanalytisk behandling. Det kreves sannsynligvis bearbeiding og prosessering over tid, før vi kommer til det traumatisk råmateriale av minnene som blir fylldigere og mer tredimensjonale. Hvordan Knausgård forstår seg selv på nytt i lys av vunnet innsikt og bearbeiding, både som barn, forelder og menneske vet vi ikke. Poenget ved å vise utviklingen i Knausgårds fremstilling av særlig barndomsminnene har mer vært å vise en prosess av gjenenrindring, skriftliggjøring og fremstilling i et litterært verk. Behovet og ønsket om å vende tilbake i tid, til en tid der noe smertefullt skjedde er en drivkraft både Fraiberg og Knausgård berører. I blant møter vi dette også i klinikken.

Spøkelses i egen klinisk virksomhet

Etter å ha beskrevet teorien og forsøkt knytte noe av dette til Knausgårds skrijving vil jeg nå beskrive noen eksempler på møtet med gamle spøkelses i klinikken. Jeg opplever og kan sympatisere i stor grad med foreldres sårbarhet når de kommer til behandling. På den ene siden kommer de med brukket foreldretrygg. Blandet med foreldrenes opplevelse av stor bekymring og fortvilelse over deres eget barn, kommer de med en opplevelse av å komme til kort som foreldre. Den vonde opplevelsen av å ikke lenger forstå sitt barn og å ikke kunne hjelpe er smertefull. Samtidig har mange også en sterk skyldfølelse over dette. Denne skyldfølelsen er tung å bære og skylden kan også i mange tilfeller hindre endringsarbeid. Som behandlere kommer vi ofte inn som reddere der det finnes et ønske om at vi skal frelse foreldrene eller at vi skal fikse opp i barnet (Vaapenstad, 2013), samtidig skal vi også hjelpe foreldrene tilbake til å tro på egen kapasitet, flere ganger også gjøre endringer i hvordan de møter barnet og vi skal også hjelpe foreldrene med deres knuste forelderselvbylde. Attpåtil skal vi også i blant fordrive tydelige spøkelses som dukker opp. Møtet, tilliten og samarbeidet mellom familieterapeuten og foreldrene blir derfor avgjørende for å få til en holdende samarbeidsallianse.

Carl

¹Carl hadde vokst opp med en mor og far der det iblant gikk hardt for seg. Carl hadde heldigvis ikke sett volden, som ble særlig ille fra mor mot far. Da jeg møtte familien var Carl blitt ungdom, han levde ikke lenger med moren sin, bare far. Carl strevde med ustabile og svingende følelser og «han strevde med å stole på voksne», vi måtte jobbe lenge sammen før han kunne stole på meg. Etter hvert fikk vi snakket om vanskelige situasjoner som kunne utspille seg hjemme også. Etter mange runder med arbeid med tillit også med far, klarte vi sammen å forstå at far kunne frykte at Carl hadde arvet mors personlighet og at for far ble Carl som moren i krangler. Denne frykten fikk far til å reagere

¹ Alle kases i denne teksten er oppdiktet. Oppdiktingen er forsiktig inspirert av egen klinisk praksis som eksempel på fenomenet, men grundig anonymisert så ingen personlig informasjon kan kjennes igjen

som om Carl var farlig og frykten hans ga Carl en opplevelse av å være farlig, følelsene til Carl kunne ikke tas i mot, tenkes rundt og knyttet mening til hverken for Carl eller far. Etter hvert virket det som at far også klarte å bearbeide egen frykt, fra gamle traumer og konfliktene mellom far og Carl ble mindre destruktive og *farlige*. Carl opplevde seg også etter hvert mindre farlig og ble mindre preget av fars frykt som faktisk smittet over i samspillet under konflikter.

Helle

Andre ganger har jeg erfart at spøkelsene eksisterer og merkes godt, men at de aldri direkte blir snakket om. Helle var en jente det var lett å like. Det var foreldrene også. De kom til behandling på grunn av jentas store søvnvansker. Beskrivelsen var av en jente som ble liggende våken på kveldstid og ikke klarte å sovne. Etter hvert ble det tydelig at foreldrene hadde liten innsikt i hva som surret rundt i hodet til Helle da hun lå der på natten. Vi i behandlingsteamet undret oss over hvorfor ingen snakket med Helle om dette. Hvordan kunne foreldrene være en beroligende og trygg base for jenta også på kvelden, og hvorfor var de ikke det? Hva var det som hindret utforskningen og kontakten mellom familiemedlemmene.

I samtaler med foreldrene kom det raskt opp en historie der særlig en av foreldrene levde med en pågående avvisning fra egne foreldre og med en vond forskjellsbehandling i forhold til egne søsken. Å gi rom for særlig denne av foreldrene til å snakke om dette viste seg å være viktig. Etter hvert erfarte vi at forelderen i takt med å få snakke om den vonde og sorgelige opplevelsen av å ikke bli hørt og sett av egne foreldre ledet til at forelderen fikk øynene opp for Helles ensomhet på natten. Det var som at når det *neglisjerte barnet i forelderen* ble hørt ble det også lettere å høre datteren. Dette ligger nært til opp til Fraibergs beskrivelse av hvordan validering og empatisk møte av *det lille barnet* i forelderen påvirket tilknytningen til det egne barnet.

Avsluttende kommentar

Gjennom å fokusere på spøkelses i foreldrenes fortid, har jeg vært redd for å havne i grøften av «mot-

her and father-blaming». Ønsket mitt med denne teksten er snarere å vise hvordan man kan kjenne igjen fenomener som går i arv, fritt for dom og skam, som Fraiberg viser i arbeidet sitt med Mary. Fraiberg evner å se det lille forskremte barnet i den voksne forelderen og hjelpe forelderen til å ikke skjule, men snarere omfavne dette gjennom mot, forståelse, aksept og erindring.

Min kliniske erfaring er at vi som i Knausgårds første bok, i blant aner spøkelsene i terapirommet, men får aldri helt øye på dem. Man merker de særlig ved fastlåste beskrivelser av barnet eller ungdommen, som eksempelvis «han gjør alltid sånn!», eller «hun gjør aldri på denne måten!». Det kan også være som at foreldrenes blikk på barnet er fastlåst i en narrativ uten unntak eller nyanser. I disse tilfellene kan et arbeid med å adressere nettopp det fastlåste og følelsesladete synet på barnet være til nytte for at barnet etter hvert kan bli sett mer i dets rett av å være seg selv. Samtidig tenker jeg det er viktig å være åpen for å gi plass til foreldrenes egne narrativer om vanskelige barn- og ungdomserfaringer. I noen tilfeller hender det at man etter å ha jobbet lenge begynner å få foreldrenes historier presentert. Historier om å bli neglisjert, ignorert, slått osv. Kan vi kanskje la oss inspirere av Fraiberg og Knausgårds mot i å orke å møte det lille krenkede hos forelderen?

Et interessant funn i artikkelen *Measuring the ghosts in the nursery* var at trygge pappaer gir 82 prosent trygge barn. Det viser altså at trygge fedre, kan være vel så viktige som mødre. Kanskje også en trygg far kan balansere strevet den andre forelderen kan ha med egne erfaringer, støtte den andre og følge opp barnet. Et annet viktig og interessant begrep er berørt av Liebermann, Padron, Van Horne og Harris fra 2005, der de undersøker og skriver om *Angels in the Nursery*. Engler som har gitt barnet gode opplevelser av å bli sett som det unike individet de er. Englers rolle i barns oppvekst ville vært et spennende tema å undersøke nærmere, men i denne artikkelen har fokus vært på spøkelseser og utdrivelse av disse. Jeg vil avslutte med et dikt av Thomas Tranströmer som står som kontrast til skam, traumer og avvising av det sårbare barnet i oss, den lille i den store.

ROMANSKA BÅGAR

Inne i den veldige romanska kyrkan trängdes
turisterna
i halvmörkret.
Valv gapande bakom valv och ingen överblick.
Några ljuslågor fladdrade.
En ängel utan ansikte omfamnade mig
och viskade genom hela kroppen:
”Skäms inte för att du är människa, var stolt!
Inne i dig öppnar sig valv bakom valv oändligt.
Du blir aldrig färdig, och det är som det skall.”
Jag var blind av tårar
och föstes ut på den solsjudande piazzan
tillsammans med Mr och Mrs Jones, Herr Tanaka
och
Signora Sabatini
och inne i dem alla öppnade sig valv bakom valv
oändligt.

T. Tranströmer (2001)

Referanser

- Ainsworth, M.D.S. & Bell S.M. (1970). Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-Year-Olds in a Strange Situation. *Child Development, Vol. 41, No. 1* (Mar., 1970), pp. 49-67.
- Beebe, B., Jaffe, J., Markese, S., Buck, K., Chen, H., Cohen, P., Bahrack, L., Andrews, H., & Feldstein, S. (2010). The origins of 12-month attachment: A microanalysis of 4-month mother-infant interaction. *Attachment & Human Development. 12*(1-2):1-135.
- Di Benedetto, A. (2005). *Before Words. Psychoanalytic listening to the unsaid through the medium of art*. London: Free Association Books.
- Ensink, K., Berthelot, N., Bernezzani, O., Normandin, L. & Fonagy, P., (2014). Another step closer to measuring the ghosts in the nursery: preliminary validation of the Trauma Reflective Functioning Scale. *Frontiers in Psychology 2014; 5: 1471*
- Fraiberg, S., Adelson, E. & Shapiro, V. (1975). Ghosts in the Nursery: A Psychoanalytical Approach to the Problems to Impaired Infant-

- Mothers Relationships. *Journal of American Academy of Child Psychiatry Jan 1975*, 14(3):387-421
- Freud, A., (1992). *The Ego and the Mechanisms of Defence*. London: Routledge
- Fraiberg, S. & Gisynski, M. (1989). *Child and Adolescent Social Work Journal* 6, 18-37
- Fonagy, P., Steele M., Moran, G., Steele, H. & Higgitt, A. (1993). Measuring the Ghost In the Nursery: An Empirical Study of the Relation between Parents' Mental Representations of Childhood Experiences And Their Infants' Security of Attachment. *Journal of American Psychoanalytical Association*. Vol 41, 4
- Freud, S. (2008). *Erinring, opprepning og gjenomarbeidning iPsykoanalysens teknik*. Natur & Kultur: Stockholm
- Knausgård, K.O. & Grosz, S. (2014) *Intervju i regi av Lutyens & Rubinstein Bookshop*, sett på youtube.com
- Knausgård, K.O. (2009). *Min kamp bind 1*. Oktober: Oslo
- Knausgård, K.O. (2009) *Min kamp bind 3*. Oktober: Oslo
- Liebermann, Padron, Van Horne og Harris (2005) Angels in the nursery: The intergenerational transmission of benevolent parental influences. *Infant Mental Health Journal*, 01 Nov 2005, 26(6):504-520
- Michaelsen, H.C. (2019). «Strukturell tilnærming til familierapi». I L. Lorås, & O. Ness, (red.) *Håndbok i familierapi*. (s. 121-138). Oslo: Fagbokforlaget
- Shapiro, V. B., & Gisynski, M. (1989). Ghosts in the nursery revisited. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 6(1), 18-37.
- Stern, D. N. (1989). Developmental prerequisites for the sense of a narrated self. In A.M. Cooper, O.F. Kernberg, & E.S. Person (Eds.), *Psychoanalysis: Toward the second century* (p. 168-178). Yale University Press.
- Stokstad, B. (2010) *Gjør det private usfarlig*. Debatinnlegg i Morgenbladet 16. februar.
- Target, M. & Fonagy, P. (1996). Playing with reality: II. The development of psychic reality from a theoretical perspective. *International Journal Of Psycho-Analysis*, 77, 459-479.
- Tranströmer, T., (2001) *Romanska Bågar i Samlade dikter 1954-1996*. Bonnier: Stockholm
- Tronick, E.Z. & Gianino, A. (1986). Interactive mismatch and repair: Challenges to the coping infant. *Zero to Three*, 6(3), 1-6.
- Våpenstad, E. (2013). Psykodynamisk forelderarbeid: Fra «pianoreperatør» eller «foreldrefrelser» til samarbeid i forståelse av forelderrollen. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 50(11), 1080-1088.

Nøkkelord: Forelderarbeid, generasjonstraumer, litteratur, Ghosts in the nursery, Knausgård.

Abstract

The author looks at the theory of Ghosts In the Nursery from Selma Fraiberg and later research drawn from this important article. Further the Norwegian author of Karl Ove Knausgård is examined through the lens of working through childhood trauma, and the importance of re-remembering and working through parents Ghosts through literature. The authors also uses some clinical vignettes to show how Ghosts might emerge in the clinical setting, and dared being looked at and think about to free parents and children of old ghosts from the past.

Fredrik Cappelen er spesialist i klinisk barne- og ungdomspsykologi, psykoanalytiker og kandidat som barneanalytiker. Han jobber ved Lovisenberg diakonale sykehus, Nic Waals Institutt halv tid og halv tid ved Universitetet i Oslos psykologutdannelse som lærer og veileder i psykoterapi med barn, ungdom og familier. Han er særlig opptatt av lek, kreativitet, personlighetsutvikling og terapi med barn og unge som strever med selvskading og spiseforstyrrelser.

cappelen@gmail.com