

Professor: Man fortrænger ikke overgreb

2 *Psykologer troede i årevis, at*
4 *man ofte fortrænger traumer fra*
6 *fortiden. Men der er ingen*
8 *videnskabelig evidens for teorien*
om fortrængninger. Tværtimod:
Grundforskning tyder på, at man
husker traumer tydeligt.

Børn var angiveligt blevet udsat for overgreb. De var blevet tortureret, havde fået ufrivillige aborter og var blevet udsat for gruppevoldtægter. Hundrevis af den slags frygtelige sager kom for retten i den vestlige verden op gennem 1980'erne og 1990'erne.

Ofrene var voksne, der under terapiforløb hos en psykolog havde fået hjælp til at huske traumatiske hændelser fra barndommen. De havde fortrængt, at overgrebene var

sket, og det var helt normalt, mente psykologerne. Fortrængning er en forsvarsmekanisme, som går i gang, hvis man har været udsat for noget, der var for traumatisk at huske, antog de.

Men der er ingen videnskabelig evidens for, at psykoterapi kan hjælpe klienter med at hente minder om fortrængte traumer frem, og grundforskning tyder på, at man husker traumatiske begivenheder sædeles godt:

»Stærke følelser fremmer hukommelsen, og de oplevelser, der er mest følelsesmæssigt ophidsende, husker man bedst. Man kan tydeligt huske det, hvis man for eksempel bliver truet med en kniv,« siger Dorthe Berntsen, der er professor i psykologi og leder af grundforskningscentret CON AMORE på Aarhus Universitet.

Psykologer kan plante falske erindringer

Dorthe Berntsen har selv været med til at lave en række studier, som viser, at folk, der har været udsat for noget traumatisk, ofte husker de traumatiske hændelser lige så godt som andre store begivenheder i livet såsom sit bryllup, sin fødsel eller en eksamen. Hun og hendes kollega David C. Rubin, der er professor i psykologi og neurovidenskab på Duke University, USA, har udviklet en skala, som viser, at folk husker traumatiske hændelser meget tydeligt.

»Det betyder ikke, at man kan huske alle detaljer omkring den traumatiske hændelse præcist, men man vil huske, at den fandt sted,« siger Dorthe Berntsen.

Traumatiske begivenheder kan ligefrem blive så fremtrædende i hukommelsen, at de påvirker ens selvopfattelse, konkluderer de to forskere i en artikel, som i 2006 blev publiceret i det videnskabelige tidsskrift Applied Cognitive Psychology.



Der er ingen videnskabelig evidens for fortrængninger. Hele idéen om, at man fortrængte ting fra fortiden, og at man kunne genfinde dem i terapi, bygger ikke på empiri,

42 »Blandt psykologi-forskere er der overvejende konsensus om, at det er meget usikkert, om det kan lade sig
gøre at fortrænge traumer. Hvis man prøver at hente fortrængte erindringer frem hos andre, risikerer man
at plante falske erindringer om noget, der ikke er sket,« siger Dorthe Berntsen.

44 Terapi optrevlede fortrængninger

46 I mange år var mange praktiserende psykologer ellers
overbeviste om, at man ofte fortrænger traumatiske
48 hændelser for eksempel seksuelle overgreb. Angst,
depression, spiseforstyrrelser samt andre psykiske
50 lidelser kan skyldes, at man har fortrængt noget, der er
sket i barndommen, antog de.

52 »Psykologerne mente, at det var godt at bruge forskellige
terapeutiske metoder til at hjælpe patienterne med at
huske de traumatiske hændelser, så de kunne få dem
54 bearbejdet,« siger Dorthe Berntsen.

56 Patienterne blev hypnotiseret, eller psykologen brugte
andre former for psykoterapi til at bringe dem tilbage til
barndommen og genfinde oplevelser, som de ellers havde
58 pakket langt ned i underbevidstheden, fordi de var for
ubehagelige at tænke på.

60 Metoden var anerkendt, og op gennem 1980'erne og
1990'erne hjalp psykologer og psykiatere tusindvis af
62 mennesker med at genfinde fortrængte erindringer for
eksempel om, at de var blevet seksuelt misbrugt.

Freud og fortrængninger

Psykoanalysens fader Sigmund Freud
beskrev **fortrængninger** som helt centrale i
det moderne menneskes psyke.

Fortrængninger af seksuelle traumer
fungerer som en **forsvarsmekanisme**, mente
han. De er psykens værn mod angst og
skam.

Uforløste fortrængninger kan føre til
hæmninger og neuroser, antog Freud og
andre psykoanalytikere. Psykologer bør
finde ud af, hvad der ligger bag
fortrængningerne og forløse dem, mente de.

64 Begyndte at stille spørgsmål til fortrængning

66 Generelt stolede man på erindringer, der kom frem under terapiforløb, og frem til 1998 var 803 retssager i
USA alene baseret på genfundne erindringer om traumatiske overgreb. Men så begyndte en gruppe forskere
at undre sig.

68 »Eksperimentelle psykologer, som forskede i hukommelse, begyndte at stille sig kritiske over for idéen om,
at man kan afdække fortrængninger gennem psykoterapi,« siger Dorthe Berntsen.

70 »De begyndte at spekulere over, om nogle af de genfundne erindringer om seksuelle overgreb, der lå til grund
for de mange retssager, kunne være forestillinger eller falske erindringer, som folk forvekslede med noget,
72 der var sket i virkeligheden.«

Teori om traumer var ikke bevist

74 I 1996 publicerede den amerikanske psykologi-professor Elizabeth F. Loftus og hendes kollega Katherine
Ketcham bogen **The Myth of Repressed Memory: False Memories and Allegations of Sexual Abuse**. I bogen
76 gennemgår forfatterne den forskning, der er på området og konkluderer, at der absolut ingen videnskabelig
evidens er for, at man fortrænger traumer.

78 »Der var ingen videnskabelig evidens for fortrængninger. Hele idéen om, at man fortrængte ting fra fortiden,
og at man kunne genfinde dem i terapi, byggede ikke på empiri,« siger Dorthe Berntsen.

80 »Idéen om fortrængninger var udelukkende en teoretisk overbevisning, som var udbredt blandt nogle
psykologer og psykiatere, og som man kunne føre helt tilbage til Freud. Teorien var baseret på erfaringer,
82 terapeuter havde haft med deres patienter. Ingen havde testet det videnskabeligt.«

Forsøgspersoner fik plantet erindringer

84 Forskere begyndte at få mistanke om, at psykologer ved et uheld kunne komme til at få deres klienter til at
tro, at de havde været udsat for noget, der ikke var sket, når de brugte psykoterapi til at rode
86 i underbevidstheden.

I midten af 1990'erne begyndte man derfor at lave videnskabelige forsøg, hvor de undersøgte, om
88 forsøgspersoner kan få falske erindringer. Forsøgene viste, at psykologer sandsynligvis nemt kan komme til
at plante hele opdigtede begivenheder i folks hukommelse, når de bruger psykoterapi til at optrevle
90 fortrængte traumer. I **20 Psykologiske Eksperimenter, der ændrede vores syn på verden** fra 2011 har Dorthe
Berntsen og Anne S. Rasmussen beskrevet den forskning, der er lavet.

92 Lost in the mall-eksperimentet

Det første og mest kendte eksperiment er kendt under navnet '**Lost in the mall**'-eksperimentet. Det blev
94 udført af Elizabeth F. Loftus og andre amerikanske forskere fra University of Washington.

- 24 forsøgspersoner indgik i deres forsøg.
- 96 • Forsøgspersonerne blev fortalt om fire begivenheder, der angiveligt var sket i deres barndom.
Fortælleren var en person, de havde kendt hele livet, eksempelvis en forælder.
- 98 • Tre af begivenhederne var virkelig sket. Den fjerde - at forsøgspersonen var blevet væk i et storcenter
- var ikke sket.
- 100 • Et forløb fulgte, hvor forsøgspersonerne gentagne gange blev bedt om at genfortælle, hvad de kunne
huske om de fire begivenheder.
- 102 • I slutningen af forsøget var en fjerdedel af dem overbeviste om, at de virkelig var blevet væk i et
storcenter, selvom det aldrig var sket.

104 Efter 'Lost in the mall' - eksperimentet fulgte en række forsøg, som bekræftede resultatet, hvor forskere på
forskellig vis undersøgte, hvilke psykologiske processer der er på spil, og hvilke faktorer der skal være til
106 stede, for at man kan komme til at huske noget, der ikke er sket.

I den samme periode viste en række forsøg, at mennesker sandsynligvis ikke fortrænger traumatiske
108 begivenheder. Tværtimod: Som regel husker man traumatiske hændelser tydeligt, fordi de er
følelsesmæssigt oprivende.

110 Det var en betændt strid

Forskningsresultaterne vakte røre blandt mange praktiserende psykologer og psykiatere. I flere år havde de
112 arbejdet med en teori om, at fortrængninger kunne være årsag til neuroser og angst. Nu viste det sig, at
teorien ikke holdte stik videnskabeligt, og at frembragte erindringer - eksempelvis om seksuelle overgreb -
114 kan være falske. I nogle år forsvarede de praktiserende psykologer deres overbevisning over for de
eksperimentelle forskere.

116 »Det var en meget betændt strid mellem to lejre. På den ene side var kliniske psykologer og psykiatere, som
mente, at fortrængning og genfundne traumer var et almindeligt fænomen,« siger Dorthe Berntsen.

- 118 »På den anden side var de eksperimentelle psykologer, som sagde, at man normalt ikke fortrænger
120 traumatiske hændelser, og at det er risikabelt at prøve at grave erindringer frem, fordi man så risikerer at
inducere falske erindringer.«

Videnskaben vandt

- 122 Da krigen om hukommelsen ebbede ud i slutningen af 1990'erne, var det ifølge Dorthe Berntsen den
videnskabelige lejr, der løb af med sejren.
- 124 I flere lande, deriblandt Danmark, begyndte psykiatriske selskaber at fraråde brugen af psykoterapeutiske
metoder til at genfinde fortrængte traumer hos patienterne.

Kilder

- Dorthe Berntsens profil (AU)
- Chris R. Brewins profil (UCL)
- Applied Cognitive Psychology 2006: When a trauma becomes a key to identity: enhanced integration of trauma memories predicts posttraumatic stress disorder symptoms. Doi: 10.1002
- Behaviour Research and Therapy 2005: The centrality of event scale: A measure of integrating a trauma into one's identity and its relation to post-traumatic stress disorder symptoms. Doi: 10:1016
- The Myth of Repressed Memory: False Memories and Allegations of Sexual Abuse 1996
- Psychonomic Bulletin & Review 1996: Imagination Inflation: Imagining a Childhood Event Inflates Confidence that it Occurred

Kilde: Ringgaard, Anne (2016): "Professor: Man fortrænger ikke overgreb", videnskab.dk 28. november 2016, <http://videnskab.dk/krop-sundhed/professor-man-fortraenger-ikke-overgreb> besøgt 28-02-2017