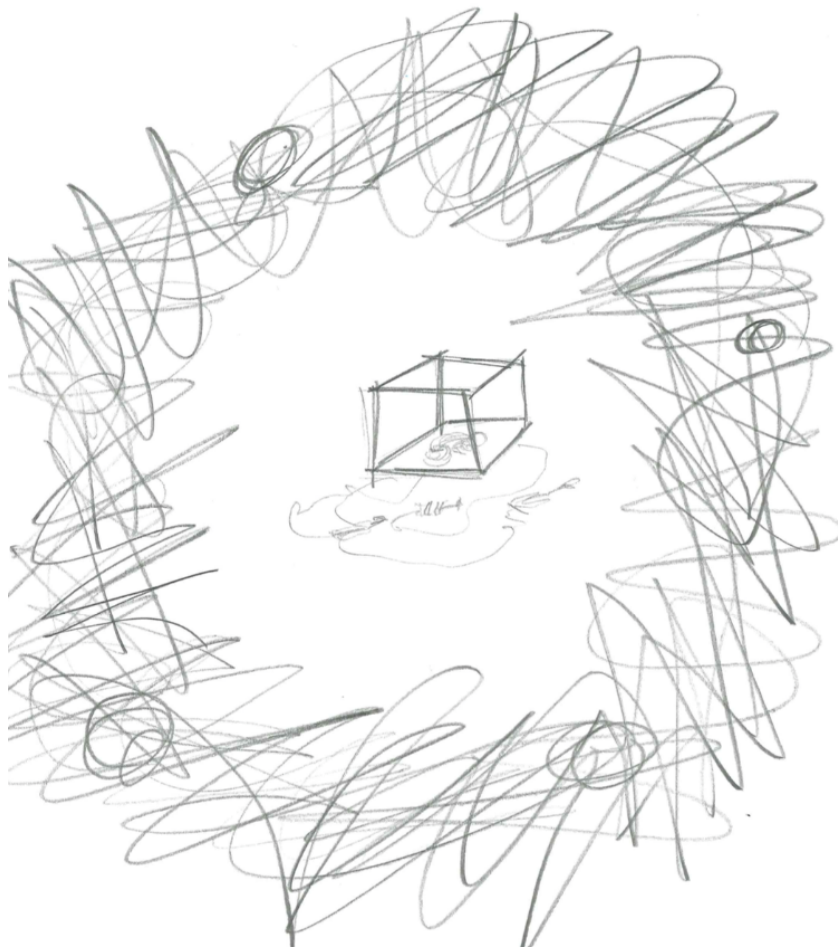


Oplevelsen af dissociation efter seksuelle overgreb i barndommen

En hermeneutisk-fænomenologisk undersøgelse af tegnings bidrag til forståelse af oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen



Rapportens samlede antal tegn: 277.347
Svarende til antal normalsider á 2400 tegn: 115,6

Anne Sofie Smed Poulsen: 20205525
Kathrine Demuth Jensen: 20203335
Sarah Sofie Pinderup: 20204939

10. Semester,
Kandidatspeciale, Psykologi

Aalborg Universitet
Dato: 29.05. 2025

Vejleder: Chalotte Glintborg

Abstract:

Background: When a child is subjected to sexual abuse, they can experience a profound betrayal that they are unable to process. A common response to such trauma is dissociation, which can persist into adulthood and have devastating consequences for the individual. Despite this, there is still a lack of studies which explore the experience of dissociation among adults who have suffered sexual abuse during childhood. However, few studies on the subject include drawings as a creative method to explore dissociation, because it can be complex and challenging for researchers to understand as well as for participants to explain.

Purpose: The purpose of this study was to explore how drawing can contribute to the understanding of the experience of dissociation among adults who have been subjected to sexual abuse during childhood.

Approach and method: Participants were recruited through Center for Seksuelt Misbrugte (CSM) in Aalborg and Aarhus, resulting in the inclusion of five research participants. Through a hermeneutic-phenomenological standpoint we employed a mixed methods approach using drawing, semi-structured interviews, and field notes. The transcriptions were analysed using Interpretive Phenomenological Analysis (IPA) where we also included the drawings and field notes in the analysis.

Findings: Through the IPA four themes emerged; “The experience leading up to and preceding dissociation”, “The experience during dissociation”, “The experience following dissociation” and “Participation in the study”. In the different themes we found descriptions of the sensations prior to, during and after dissociation, including triggers, dissociation as a continuum, detachment, reexperiencing the past, varying degrees of control, exhaustion, amnesia, identity confusion, dissociation as useful among others. Furthermore, some participants exhibited and experienced dissociative responses during the study, and some found drawing beneficial, while others found it challenging and unpleasant.

Discussion: By comparing our findings with previous research, we identified numerous similarities in the descriptions of the experience of dissociation. However, we also found that some aspects of our study design and findings stood out from the existing research on the topic. We furthermore broadened our understanding on some of our findings by including relevant theory. Lastly, we discussed the limitations of the study,

including the fact that some of the group members volunteer at CSM and our choice to leave out questions about the participants' history of sexual abuse.

Clinical implications and further research: Our findings can in a clinical setting help emphasize the usefulness of drawing having a visual as well as language enhancing potential to foster the understanding of dissociation for both the client as well as the therapist. Furthermore, we suggest that drawing could contribute to desensitizing, and that the possible function of touch can be useful in working with individuals who experience dissociation. We present that future research could explore the extent to which drawing contributes to the understanding of the experience of dissociation. We also see relevance for further research to explore the development in the experience of dissociation over time, and that future research could expand our findings of dissociation as a chronological process by separately investigating the phases presented in the themes in our study.

Conclusion: Through this study we got an understanding of the experience of dissociation among adults who have been subjected to sexual abuse during childhood, and we understand that dissociation involves discomfort and disruption to daily functioning for the majority of the participants. Based on our findings, we understand that the experience of dissociation is highly subjective despite several similarities across the descriptions. We also understand the experience of dissociation as a chronological process with different phases that involves a before, during and after. We found that participants used their drawings to explain their experiences, and some found it helpful, but for some the act of drawing was causing discomfort and distress. We found that drawing prior to the interview potentially served as a language-enhancing tool and gave a visual product that enabled participants to further elaborate on their experiences and allowed us to ask questions about specific aspects of their experience, thereby contributing to a deeper understanding of the experience of dissociation.

Indholdsfortegnelse

1. INDLEDNING	1
1.1 LITTERATURREVIEW	2
1.1.1 <i>Forskellige aspekter af oplevelsen af dissociation</i>	3
1.1.2 <i>Kreative metoder til belysningen af oplevelsen af dissociation</i>	5
1.2 SYNTSE OG FORSKNINGSSPØRGSMÅL	6
2. TRAUMERELATERET DISSOCIATION	8
2.1 DISSOCIATIONS HISTORIE	8
2.2 DISSOCIATIONS TRAUMATISKE ÆTIOLOGI	9
2.3 SEKSUELLE OVERGREB SOM RELATIONELLE OG GENTAGENDE TRAUMER	11
2.4 DISSOCIATIONS SYMPTOMATOLOGI OG UDTRYK	13
3. METODOLOGI OG METODE.....	16
3.1 INTERPRETATIVE PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS (IPA)	16
3.2 VIDENSKABSTEORETISK STÅSTED	17
3.2.1 <i>Fænomenologi</i>	17
3.2.2 <i>Hermeneutik</i>	19
3.3 BLANDEDE METODER.....	21
3.4 TEGNING.....	24
3.4.1 <i>Historisk overblik</i>	24
3.4.2 <i>Belysning af oplevelse og meningsskabelse</i>	25
3.4.3 <i>Tegning og traumatiske oplevelser</i>	26
3.4.4 <i>Tegning som sprogfremmende</i>	27
3.5 SEMISTRUKTURERET INTERVIEW	28
3.5.1 <i>Interviewguide</i>	30
3.5.1.1 <i>Udarbejdelse af spørgsmål til interviewguiden</i>	30
3.5.1.2 <i>Udvikling af interviewguiden</i>	32
3.6 FELTNOTER	33
3.7 REKRUTTERING AF UNDERSØGELSESDELTAGERE	35
3.7.1 <i>Rekrutteringsproces</i>	35
3.8 UNDERSØGELSESPROCEDURE	38
3.9 TRANSSKRIBERING	40
3.10 KVALITETSKRITERIER.....	42
3.11 ETIK.....	44
3.12 IPA-PROCEDURE.....	48
3.12.1 <i>Specialegruppens forforståelser</i>	48
3.12.2 <i>IPA-stadierne</i>	49
4. ANALYSE	53

4.1 OPLEVELSEN INDEN OG OP TIL DISSOCIATION	55
4.1.1 <i>Hvad kan starte dissociationen?</i>	55
4.1.2 <i>De første fornemmelser</i>	58
4.2 OPLEVELSEN UNDER DISSOCIATION	61
4.2.1 <i>Dissociation som kontinuum</i>	62
4.2.2 <i>At være frakoblet</i>	63
4.2.3 <i>Genoplevelse af fortiden</i>	68
4.2.4 <i>Kontrol med dissociation</i>	73
4.3 OPLEVELSEN EFTER DISSOCIATION	80
4.3.1 <i>At komme tilbage efter dissociation</i>	80
4.3.2 <i>Dissociations konsekvenser for livet</i>	82
4.3.3 <i>Dissociation som brugbart</i>	87
4.4 DELTAGELSE I SPECIALEUNDERSØGELSEN	90
4.4.1 <i>At tegne og fortælle om dissociation</i>	90
4.4.2 <i>Dissociative og følelsesmæssige reaktioner ved deltagelse</i>	93
5. DISKUSSION	96
5.1 OPSAMLING AF VORES FUND	96
5.2 SAMMENLIGNING MED EKSISTERENDE FORSKNING	99
5.2.1 <i>Særligt for vores specialeundersøgelse og fund</i>	103
5.3 UDVIDENDE PERSPEKTIVER PÅ VORES FUND	106
5.4 BEGRÆNSNINGER	111
6. KLINISK IMPLIKATION	113
7. FREMTIDIG FORSKNING	116
8. KONKLUSION	118
REFERENCELISTE	121

Bilag:

Bilag 1: Tegne- og interviewguide

Bilag 2: Flyer

Bilag 3: Samtykkeerklæring

Bilag 4: Transskription Anders

Bilag 5: Transskription Beate

Bilag 6: Transskription Carl

Bilag 7: Transskription Ditte

Bilag 8: Transskription Ellen

Bilag 9: Feltnoter Anders

Bilag 10: Feltnoter Beate

Bilag 11: Feltnoter Carl

Bilag 12: Feltnoter Ditte

Bilag 13: Feltnoter Ellen

1. Indledning

Når børn bliver sat i verden, er de afhængige af deres omverden og medmennesker. De skal bygge en tiltro til verden, hvor det er de voksne som skal tage sig af dem og beskytte dem mod fare og skade. Desværre kan det også være netop disse voksne, der påfører barnet skade, ved at invadere et rum, som burde have været sikkert og privat – barnets krop.

På baggrund af internationale prævalensrater, anslås det, at mellem 2,5-18,2% af børn verden over, har været udsat for seksuelle overgreb (Nester et al., 2024, p. 1). Seksuelle overgreb i barndommen betragtes som en form for børnemishandling, der kan have alvorlige konsekvenser for individet, herunder selvskade, interpersonelle vanskeligheder, forskellige typer af psykopatologi, lavere akademisk præstation samt øget risiko for selvmordstanker med mere (Pereda et al., 2009, p. 329). At udsætte et barn for seksuelle overgreb, kan anses som et massivt svigt og traume, hvilket barnet skal finde en måde at håndtere på, og i forlængelse af dette ses *dissociation* som en typisk traumerespons (Nester et al., 2024, p. 2).

Dissociation kan ses som et forsvar mod at smertefulde hændelser, såsom seksuelle overgreb, invaderer bevidstheden. Det kan beskrives som en midlertidig afbrydelse af at have et sammenhængende selv, hvor individet i et forsøg på at beskytte sig selv, splitter sin opmærksomhed (Møhl, 2017, p. 452). Dog er det langt fra tilfældet, at dissociation kun forekommer under selve overgrebene i barndommen. Lev-Wiesel (2008) fremhæver, at omkring 80% af voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, lider af dissociative lidelser i deres voksenliv (p. 666). Dette kan komme til udtryk som en manglende integration mellem bevidsthed, identitet, adfærd, hukommelse, motorisk kontrol samt sanseoplevelse hos individet (Møhl, 2017, p. 442). Yderligere forbindes dissociation med store sociale tab og lidelse for individet (Fung et al., 2022, p. 1). Dissociation kan derfor anses som en alvorlig konsekvens af seksuelle overgreb i barndommen, som ikke blot påvirker individet under selve overgrebet, men også strækker sig langt ind i voksenlivet.

På trods af denne viden, ses det imidlertid ofte, at traumerelateret dissociation er underrepræsenteret i lærebøger for fagfolk, som potentielt kan møde dissociative individer i deres fremtidige arbejde (Nester et al., 2024, p. 2), hvilket kan have den mulige

konsekvens, at fagfolk ikke er klædt godt nok på til at håndtere og behandle traumerelateret dissociation. Dette kan få alvorlig betydning for, hvorvidt et dissociativt individ bliver misdiagnosticeret og dermed også fejlbehandlet. Endvidere mangler der studier, som undersøger effekten af interventioner i behandling af dissociative lidelser (Fung et al., 2022, p. 3f). Samtidig ses det, at terapeutisk behandling med dissociative individer kan være udfordrende, da dissociative symptomer kan opstå undervejs (Lawson & Akay-Sullivan, 2020, p. 681).

En måde hvorpå disse nævnte problematikker kan tilgås, kan muligvis være gennem inddragelsen af subjektive beskrivelser. Danese og Widom (2020) argumenterer for, at interventioner mod psykopatologi forbundet med børnemishandling kan gavnes af dybere forståelse af personernes subjektive oplevelser forbundet med deres traume. På baggrund af overstående, finder vi det relevant at undersøge og formidle oplevelsen af dissociation gennem subjektive beskrivelser, og vi ser, at der er en høj forekomst af dissociative lidelser blandt voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen.

Forskningsemnet for nærværende kandidatspeciale er dermed oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. I følgende afsnit præsenteres vores litteraturreview omkring emnet, hvilket udmunder i en syntese og præsentation af specialets forskningsspørgsmål.

1.1 Litteraturreview

På vores 9. semester af kandidatuddannelsen i Psykologi på Aalborg Universitet foretog vi et tematisk litteraturreview omkring oplevelsen af dissociation blandt personer, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, hvilket har lagt grundstenene for vores nuværende speciale. Rationalet bag at foretage vores litteraturreview var, at blive klogere på, hvad eksisterende forskning i oplevelsen af dissociation allerede havde undersøgt samt afdække, om der var potentielle ”huller” i forskningen. Udarbejdelsen af dette litteraturreview førte til den endelige retning for dette speciale og danner grundlaget for vores forskningsspørgsmål.

Da vi indledningsvist begyndte vores litteraturreview, så vi, at der var en stor mængde forskning omkring dissociation, dog så vi også at selve oplevelsen af dissociation med beskrivelser fra undersøgelsesdeltagerne selv, ikke udgjorde en stor del af denne forskning.

For at finde relevante artikler til vores litteraturreview udførte vi en omfattende litteratursøgning på forskellige databaser ved brug af søgeord relateret til dissociation, seksuelle overgreb i barndommen og kvalitativ forskning. Gennem grundig læsning og en selektionsproces ud fra opstillede inklusionskriterier endte vi med at inddrage 23 udvalgte artikler i det endelige review.

Som del af vores tematiske analyse inddelte vi de 23 artikler i seks forskellige temaer, som hver især afspejlede et aspekt af oplevelsen af dissociation. I det følgende litteraturreview inddrages artikler udvalgt fra de seks temaer, som ses relevante for nærværende kandidatspeciale.

1.1.1 Forskellige aspekter af oplevelsen af dissociation

I dette afsnit præsenteres forskningsartikler, som indeholder beskrivelser af oplevelsen af dissociation. Der er i disse beskrivelser unikke elementer for det enkelte individ samtidig med, at der på tværs af beskrivelserne også ses nogle tendenser og mønstre.

Der ses på tværs af artiklerne beskrivelser af dissociation som frakobling i form af både depersonalisation og derealisation, eksempelvis som at føle sig frakoblet sin krop ved ikke at føle, at man er i sin egen krop, og at kroppen ændres, ved at føle at man er fanget i en snestorm (Goldner et al., 2023, p. 7949, 7959), ved at svæve i loftet under overgrebet (Hall & Powell, 2000, p. 192), at sjælen forlader kroppen og går rundt i rummet, mens overgrebet finder sted (Katz & Nicolet, 2022, p. 2086) samt at kunne se folk tale, men hverken høre eller forstå dem (Lev-Wiesel et al., 2024, p. 2666). Tsur og Katz (2022) finder i deres analyse af retsmedicinske interviews med børn, at børnene bruger fantasielementer i depersonalisation og derealisation. Eksempelvis beskriver et af børnene fra studiet, hvordan Askepot var i sengen, og at der var magi under det seksuelle overgreb (Tsur & Katz, 2022, p. 15345).

Udover frakobling, er der i nogle af artiklerne også beskrivelser af problemer med hukommelse samt tidsperception. Dette kommer til udtryk som forvrænget tidsfornemmelse (Lev-Wiesel et al., 2024), hukommelsessvigt og huller i hukommelsen (Katz & Nicolet, 2022; Greer, 1994) samt mangel på minder fra barndommen eller glemte barndom (Jacobs-Kayam & Lev-Wiesel, 2019). Katz og Nicolet (2022) identificerer i deres studie med semistrukturerede interviews beskrivelser af, hvordan huller i hukommelsen kan medføre en vedvarende tvivl og forvirring omkring, hvad der reelt, er hændt en (p. 2086). Jacobs-Kayam og Lev-Wiesel (2019) finder i deres tematiske

analyse af livshistorieinterviews med kvinder, som alle har en historik med seksuelle overgreb i barndommen, beskrivelser af, hvordan en manglende eller forvrænget fornemmelse af tid grundet dissociation kan påvirke ens identitetsfølelse, da man kan have svært ved at forstå sig selv og sit liv ud fra en sammenhængende tidslinje (p. 8).

Endvidere ses der i artiklerne også beskrivelser af at opleve flashbacks under dissociation, særligt i forbindelse med kvinder, som føder. Parratt (1994) finder i sit semistrukturerede interviewstudie beskrivelser af, hvordan berøring og manglende kontrol under fødslen kan bringe deltagerne i studiet tilbage til traumerne, i form af flashbacks. Beck (2009) finder ligeledes beskrivelser af flashbacks i sit holistiske casestudie, hvor den kvindelige case-person beskriver at komme tilbage til sit traume i en dissociativ episode under sin fødsel, og da hun kommer tilbage efter dissociationen, har hun stadig de samme følelser og fornemmelser, som hun oplevede under traumet. Leeners et al. (2016) finder i deres spørgeskemaundersøgelse, at 41,2% af kvinderne med en historik af seksuelle overgreb i barndommen oplevede minder om overgrebs-situationer under deres fødsler. Yderligere finder de, at 40,9% af kvinderne, som oplevede dissociation under fødslen, rapporterer at bruge dissociation til at reducere overvældende elementer af fødslen og til at få kontrol over situationen (Leeners et al., 2016, p. 30), hvor dissociationen kunne være en mulig hjælp under fødslen.

At dissociation både kan fungere som en adaptiv mekanisme, der kan være hjælpsom, men også som hæmmende, der kan ses at være forstyrrende for individets liv ses også ved fund fra andre studier. Jacobs-Kayam og Lev-Wiesel (2019) finder i deres studie beskrivelser af ensomhed forbundet med dissociation, da det kan vanskeliggøre forbundethed med andre mennesker. Goldner et al. (2023) finder også negative beskrivelser af dissociation som værende ukontrollerbart, utilregneligt og udmattende. Dog finder de også mere positive beskrivelser af dissociation, som et hjælpsomt redskab i uhåndterbare situationer, og beskrivelser af dissociationen som kontrollerbart, som personen selv har styring over (Goldner et al., 2023, p. 7953). Ligeledes finder Katz og Nicolet (2022) også beskrivelser af dissociation, som en positiv mekanisme, der hjælper individet til at lukke af og overleve de traumatiske overgreb som barn. Disse forskellige fund kan være med til at danne et billede af dissociation, som en todelt oplevelse, der både kan indeholde elementer af noget nyttigt, men også elementer af noget hæmmende.

Der er i de forskellige artikler forskel på, hvornår den dissociation, som undersøgelsesdeltagerne beskriver, finder sted. Der er både beskrivelser af den peritraumatiske dissociation, som sker under selve overgrebet (Tsur & Katz, 2022), beskrivelser af dissociation som opstår under undersøgelsen for eksempel ved interviews (Hall & Powell, 2000) eller i form af skrivestilen i nedskrevne narrativer (Goldner et al., 2023), eller beskrivelser af dissociation i undersøgelsesdeltagernes hverdag (Lev-Wiesel et al., 2024). Dette understreger, hvordan dissociation kan finde sted under forskellige omstændigheder, hvilket man også skal være opmærksom på, når man udfører sin undersøgelse.

Opsummerende ses der på tværs af de inddragne artikler beskrivelser af dissociation, der indeholder elementer af depersonalisation, derealisation, hukommelsessvigt og problemer med tidsperception. Endvidere kan dissociation ud fra artiklernes fund både opleves som noget hæmmende eller hjælpsomt og opstår på forskellige tidspunkter, som også kan være under selve forskningsundersøgelsen.

1.1.2 Kreative metoder til belysningen af oplevelsen af dissociation

Fælles for artiklerne under dette afsnit er forskernes brug af alternative eller kreative måder til at undersøge deres forskningsområde.

Vi ser, at tegning blev brugt som metode til at undersøge oplevelsen af dissociation i forbindelse med seksuelle overgreb. Artiklen af Goldner og Frid (2022) bruger analyser af selvportrætter til at forstå og undersøge deltagernes indre oplevelse af dissociation. Deltagerne blev bedt om at tegne sig selv i fuld figur, hvorefter tegningerne blev analyseret ud fra forskellige indikatorer for dissociation eksempelvis mangel på kropslig integration, forvrænget krop, eller fravær af kropsdele. Amir og Lev-Wiesel (2007) bruger også tegninger i deres undersøgelse, dog med den vinkel at deltagerne skulle tegne det seksuelle overgreb, som de havde været udsat for i barndommen. Ved at analysere på tegningens indhold og sammenligne med et selvrapporteringsspørgeskema om dissociation finder de blandt andet tegn på derealisation, ved at omgivelserne i tegningerne fremstod urealistiske eller fraværende. Lev-Wiesel et al. (2024) benytter også tegninger i deres undersøgelse med formålet at forstå, hvad oplevelsen af dissociation indebærer. Deltagerne skulle udfylde spørgeskemaerne *Childhood Trauma Questionnaire* (CTQ), og *Dissociative Experiences Scale* (DES), og blev bedt

om at tegne deres oplevelse af dissociation samt give et tilhørende narrativ. Tegningerne blev kodet for faktorer som symbolik, placering og stil og narrativerne blev ligeledes kodet, og ved brug af data fra spørgeskemaerne, tegning og narrativer foretog de en tematisk analyse, som kunne belyse oplevelsen af dissociation. De tre nævnte artikler bruger alle tegning til at undersøge dissociation, dog på varierende måder, hvilket illustrerer, hvordan tegning kan bruges på forskellige vis.

Der findes også andre former for kreative tilgange end tegning. Fryd (2009) bruger sig selv i en autobiografisk case-beretning, hvor hun beskriver sine egne reaktioner på en kunstinstallation, der fremprovokerer minder om hendes egne overgreb som barn, som tidligere har været fortrængt grundet dissociativ amnesi. Hvor Fryd (2009) bruger kunst i sin tilgang, undersøger Mills og Daniluk (2002), hvordan dans påvirker oplevelsen af dissociation. De finder, at danseterapi hjalp deres undersøgelsesdeltagere med at mærke deres kroppe igen og modstå at dissociere, hvis de under terapien blev konfronteret med sårbare emner (Mills & Daniluk, 2002, p. 80f).

Studierne i dette afsnit illustrerer, hvordan tegning, kunst og dans kan medvirke til at undersøge oplevelsen af dissociation samt potentialet i at benytte andre forklaringsmuligheder end de der muliggøres gennem samtale eller kvantitative måleredskaber.

1.2 Syntese og forskningsspørgsmål

Sammenfattende danner de præsenterede studier et billede af oplevelsen af dissociation som et komplekst fænomen. Som vi skrev indledningsvis, så vi gennem vores litteraturreview, at der indenfor forskning af dissociation mangler forskning i selve oplevelsen af fænomenet. I den præsenterede eksisterende forskning, ser vi få studier, der indeholder beskrivelser af dissociation fra deltagerne selv samt studier som bruger kreative metoder.

Forskningen viser, at dissociation kan komme til udtryk og opleves på mange forskelligartede måder, som muligvis kan være svært at indkapsle. I tråd med dette pointerer Hall og Powell (2000), at dissociation kan være svært at sætte ord på, og i den forbindelse påpeger de, at man som professionel bør overveje og muliggøre andre forklaringsmåder end blot sproget, når man skal forsøge at forstå oplevelsen af disso-

ciation, da det for nogle kan føles, som om de mangler et sprog til at beskrive oplevelsen med (p. 194). Da vi er interesserede i at forstå oplevelsen af dissociation, er dette en pointe, som er relevant for os at overveje.

I forlængelse heraf er temaet ”Kreative metoder til belysningen af oplevelsen af dissociation”, særlig relevant, da forskningen herunder præsenterede alternative tilgange til at tilgå dissociation i form af tegning, dans og kunst. Især tegning som metode vækkede vores interesse, da de visuelle beskrivelser i form af tegning gav en yderligere dimension til beskrivelsen af dissociation, som vi ellers ikke så i de eksisterende beskrivelser indenfor forskningen. Vi blev nysgerrige på, hvordan tegning kan bidrage til at beskrive et fænomen som dissociation, som ellers kan være svært at beskrive.

Vi ser altså, at der mangler forskning i oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, samt at dissociation er et fænomen, som kan være svært at beskrive med ord, og her kan det være relevant at inddrage tegning som alternativ metode. På baggrund af dette formulerede vi følgende forskningsspørgsmål:

Hvordan kan tegning bidrage til forståelsen af oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen?

Det primære formål med nærværende kandidatspeciale er at undersøge oplevelsen af dissociation, hvor tegning bidrager til at forstå denne oplevelse. Fokus er dermed på det oplevelsesmæssige aspekt og ikke på tegning som metode i sig selv. Vi arbejder i dette kandidatspeciale med en bred forståelse af oplevelsen af dissociation, hvor oplevelsen både kan omfatte elementer af dissociation under overgrebet og i livet efterfølgende, i form af, hvad dissociation indebærer, hvad der kan gå forud for dissociation og hvilke konsekvenser, det kan have for individet.

Indledningsvist for dette speciale vil vi præsentere dissociation som et traumerelateret fænomen med særligt henblik på seksuelle overgreb. Dernæst gennemgås specialeundersøgelsens metodologi og metode, herunder analysetilgang, videnskabsteoretiske ståsted samt brug af blandede metoder i form af tegning, semistruktureret interview og feltnoter. Yderligere præsenteres rekrutteringsprocessen gennem *Center for Seksuelt Misbrugte* (CSM), transskribering, kvalitetskriterier og etiske overvejelser. Derefter fremgår vores procedure for IPA, som udmunder i vores temaer, der udfoldes i de

efterfølgende analyseafsnit. Vores fund vil blive præsenteret og diskuteret gennem sammenligning med tidligere forskning på området og udvides derefter med teoretiske perspektiver, hvorefter begrænsninger for specialet overvejes. Slutteligt vil den kliniske implikation af vores fund samt forslag til fremtidig forskning fremlægges. Specialeundersøgelsen afsluttes med en samlet konklusion.

2. Traumerelateret dissociation

I følgende afsnit præsenteres dissociation som fænomen med fokus på dets sammenhæng med traumer i barndommen, her specifikt seksuelle overgreb. Afsnittet præsenterer udvalgte teoretiske rammer for vores kandidatspeciale og indbefatter også vores begrebsforståelse af dissociation som et traumerelateret fænomen.

Afsnittet begynder med en kort historisk rammesætning for udviklingen af dissociation som fænomen. Dernæst følger et afsnit, som tager udgangspunkt i traumer, hvorunder seksuelle overgreb og barndomstraumer defineres og sættes i relation til dissociation. Efterfølgende præsenteres og uddybes relevante dele af symptombilledet for dissociation, samt hvordan det kan komme til udtryk for individet.

2.1 Dissociations historie

Begrebet om dissociation og dets relation til traumatiske oplevelser blev udviklet af den franske psykolog, filosof og psykiater Pierre Janet (1859-1947) i slutningen af 1800-tallet (Claesson, 2014, p. 18f; Hart, 2011, p. 39; Møhl, 2017, p. 441f). Som den første beskrev Janet, hvordan mennesker som følge af traumatiske hændelser kan opleve overvældende følelser, der kan lede til forstyrrelser i integrationen af menneskets psyke. Herunder fremsatte Janet, at dissociative tilstande ofte var observerbare hos børn og voksne, som i deres barndom havde været udsat for fysiske eller seksuelle overgreb (Hart, 2011, p. 40f). Interessen for dissociation som fænomen faldt dog, da Sigmund Freud (1856-1939), som samtidigt med Janet beskæftigede sig med fænomenet, konkluderede, at genoplevelsessymptomer var relateret til fantasi fremfor virkelige erfaringer, og dissociative symptomer blev i psykiatrien derfra forbundet med hysteri (Hart, 2011, p. 41, 45). Efter 1. og 2. Verdenskrig var der igen kortvarigt videnskabelig opmærksomhed på og interesse for traumereaktioner, men relevansen og behovet for at arbejde med og forske i emnet blev først for alvor tydeligt i 1970'erne

efter Vietnamkrigen, hvor soldater vendte hjem med varige mén. Dette første til introduktionen af posttraumatisk stresstilstand (PTSD), hvori dissociative træk også indgår (Møhl, 2017, p. 443). Gennem de seneste årtier er opmærksomheden omkring begrebet dissociation igen øget, fordi dissociation særligt sættes i forbindelse med traumatisering ved overgreb og i den forbindelse anses traumatisk dissociation ofte forbundet med gentagen traumatisering frem for enkeltstående traumatiserende hændelser (Hart, 2011, p. 39).

2.2 Dissociations traumatiske ætiologi

Dissociation er en meget udbredt reaktion på traumatiserende hændelser, herunder seksuelle overgreb i barndommen (Jansen & Lau, 2019, p. 964; Nester et al., 2024, p. 2). Dissociation kan forstås som en indre flugt, hvor fysisk flugt ikke er muligt (Walker, 2009, p. 110), og udgør derigennem en forsvarsmekanisme, der mobiliseres for at undgå at sanse og integrere overvældende og ekstremt ubehagelige stimuli ved en traumatisk oplevelse (Claesson, 2014, p. 17f; Holmes et al., 2005, p. 4).

For at kunne undersøge og forstå dissociation er det derfor relevant at overveje, hvilken rolle traumer spiller. I dette speciale undersøger vi dissociation i forbindelse med seksuelle overgreb i barndommen, og derfor vil vi have fokus på barndomstraumers relation til dissociation.

Et barndomstraume kan forstås som en mental påvirkning af et pludseligt ydre chok eller en række heraf, som efterlader barnet hjælpeløst og ude af stand til at forsvare sig selv eller håndtere det hændte. Særligt for gentagende traumatisering er også barnets lange pinefulde forventning og venten på at noget frygteligt igen vil overgå det, hvilket udgør en del af den traumatiske oplevelse (Terr, 2003, p. 323f). At have været udsat for et eller flere seksuelle overgreb i barndommen, kan forstås som et interpersonelt barndomstraume. I dette speciale definerer vi seksuelle overgreb i barndommen ud fra World Health Organization's (WHO) forståelse og definition af seksuelle overgreb mod børn, som indebærer, at seksuelle overgreb mod børn sker, når barnet inddrages i seksuelle aktiviteter, som det på grund af sin alder og udviklingsniveau ikke fuldt ud kan forstå eller overskue konsekvenserne af, og dermed ikke kan give samtykke til, samtidig med at lovgivningen og den almindelige sociale moral overskrides (Jansen & Lau, 2019, p. 951). Yderligere ses der forskellige typer af overgreb, herunder krænkelse uden kropslig kontakt, eksempelvis ved at et barn er tvunget

til at overvære seksuelle handlinger andre udfører eller pornografisk materiale. Det kan også indebære kropslig kontakt mellem barn og overgrebsperson, eksempelvis i form af beføling af barnet eller indtrængen, eksempelvis vaginalt, analt eller oralt (Center for Seksuelt Misbrugte, 2025).

At traumer udgør dissociations ætiologi, er grundprincippet i traumeteorien for dissociation. Her forstås det, at dissociation er en psykobiologisk respons på trussel og fare, og udgør et intrapsykisk forsvar, som tillader at udholde det uudholdelige ved at ændre på eller undslippe virkeligheden, både under og efter en traumatisk hændelse (Dalenberg et al., 2012, p. 551; Dutra et al., 2011, p. 295f). Dissociation under selve overgrebet betegnes som *peritraumatisk dissociation*, hvor dissociation som finder sted på tidspunkter, som ikke er direkte under eller efter den traumatiske hændelse, kaldes *state dissociation* (Dalenberg et al., 2012, p. 551, p. 555).

Ved dissociation forbereder hjernen kroppen på skader, hvortil blodet føres væk fra lemmerne, pulsen falder og endogene opioider udløses i hjernen, hvilket dæmper smerter og fremkalder en følelse af ro og psykisk distance til det, der foregår (Perry & Szalavitz, 2019, p. 82). Dette kan give oplevelsen af, at tiden går langsomt, at det som foregår, føles uvirkeligt eller sker for andre end en selv (Claesson, 2014, p. 176). Hvis et barn udsættes for ekstreme gentagende traumer, vil stressresponsen aktiveres hyppigt og stresssystemet kan blive overaktivt og sensibiliseret. Dette medfører, at barnet vil reagere på almindelige situationer, som var de truende for barnet (Perry & Szalavitz, 2019, p. 334). Den øgede sensibilisering gør, at påmindelser om traumat, for eksempel i form af lugte, lyde eller synsindtryk kan fungere som triggere, der udløser dissociative symptomer (Perry & Szalavitz, 2019, p. 226). Triggere er dermed forskellige stimuli, som kan relatere sig til tidligere traumatiske hændelser, hvor disse både kan være bevidste eller ubevidste for individet. Sensibilisering kan også medføre funktionelle ændringer i hjernen, hvor der sker ændringer i styrken af hjernesystemerne. Ved gentagende overgreb bliver kroppen og hjernens frygtrespons aktiveret flere gange, og systemer, der styrer følelsesmæssige reaktioner, vil blive mere dominerende, mens områder, der står for logisk bearbejdelse, vil blive mere passive. Disse ændringer kan blandt andet påvirke hukommelse, adfærd og personlighed (Claesson, 2014, p.165).

Videre kan dissociation ses at påvirke nervesystemet på forskellige måder. Ved fare eller trussel bliver vores nervesystem aktiveret, og ofte kan man bearbejde det og

få ro på systemet igen. Påvirkningen kan dog være så voldsom, at man aktiverer nervesystemet i sådan en grad, at man ryger op i en hyper-arousal zone, som blandt andet er kendetegnet ved høj emotionel reaktivitet, desorganiseret kognitiv funktion og indtrængende billeder i form af flashbacks. Omvendt kan der ved voldsomt input også ske en hæmning af nervesystemet, og man kan ryge ned i hypoarousal-zone, som er kendetegnet ved at sanserne, følelserne og den fysiske bevægelighed ophører eller mindskes, og man fryser. Begge er udtryk for dissociative processer (Claesson, 2014, p. 34f, 37f)

Dissociation kan forstås som en evolutionær og adaptiv udviklet forsvarsmekanisme, der udløses, når en kamp- eller flugtreaktion ikke er mulig, og nervesystemet bliver overbelastet (Møhl, 2017, p. 442). Ved traumatiske situationer, udsættes individet for overvældende ubehageligt input, som ikke kan bearbejdes, og dissociation bliver en måde, hvorpå man kan overleve det uudholdelige (Claesson, 2014, p. 24f). Dissociation kan ses som et automatisk neurologisk forsvar mod sansninger og integration af ubehagelige stimuli og det kan forstås som en hensigtsmæssig mekanisme, men det kan samtidig skabe problemer for individet, når det fortsætter og bliver hængende i systemet, efter faren er forbi (Claesson, 2014, p. 18, 27). Personer, som har lært at håndtere traumer gennem dissociation, kan være sårbare for at fortsætte med dette som respons på mindre stressfulde begivenheder i dagligdagen. For at undgå triggere og stressfulde begivenheder, vælger flere også at undgå sociale situationer, hvilket kan føre til social isolation (Jansen & Lau, 2019, p. 967). Den ufrivillige brug af dissociation kan besværliggøre evnen til at tage hånd om udfordringerne i hverdagen og dermed have negativ påvirkning på arbejdsliv, familieliv og relation til andre mennesker (Lawson & Akay-Sullivan, 2020, p. 680; van der Kolk & Fisler, 1995, p. 513).

2.3 Seksuelle overgreb som relationelle og gentagende traumer

Ved seksuelle overgreb i barndommen, udsættes børn ikke blot for et udviklings-traume, hvor deres nervesystem, hjernestruktur, kognition og personlighed kan påvirkes, men de kan også samtidig udsættes for et relationelt traume (Jansen & Lau, 2019, p. 953). I tilfælde, hvor en central omsorgsrelation udsætter barnet for seksuelle overgreb, er der tale om et relationelt traume (Jansen & Lau, 2019, p. 967). Seksuelle overgreb finder ofte sted i barnets nære relationer, og i cirka to tredjedele af tilfældene, kender barnet sin overgrebsperson (Jansen & Lau, 2019, p. 952). Endvidere finder

overgreb i nære relationer ofte sted gentagende gange og over en længere periode af tid. Det er en udbredt antagelse, at det gør stor skade på barnet, når overgreb bliver forårsaget af personer, som burde elske og beskytte det og disse børn kan opleve en konstant følelse af utryghed og har større risiko for at udvikle dissociative forstyrrelser (Hart, 2011, p. 49).

Ifølge Jennifer Freyd (1996) kan dissociation forstås ud fra teorien om *betrayal trauma* (BT), som referer til traumer forårsaget af personer, som barnet er afhængigt af. BT-teori trækker på tilknytningsteori, og fremhæver den grundlæggende vigtighed i trygge omsorgspersoner for barnets udvikling. Når barnet oplever et svigt fra de personer, det er afhængigt af, vil barnet blokere viden om det overgreb personen udsætter det for. På denne måde kan barnet rent adaptivt sikre sin tilknytning til omsorgspersonen ved at blokere sin bevidsthed om overgrebet og ”glemme” det forræderi, der finder sted, dette kaldes også for *betrayal blindness* (Freyd, 1996, p. 9f; Lawson & Akay-Sullivan, 2020, p. 682). Flere studier fremhæver en stærk sammenhæng mellem BT og udviklingen af dissociation og indikerer, at dissociation kan facilitere evnen til at frakoble sig traumerelateret stimuli blandt personer, som har været udsat for BT (Platt & Freyd, 2015, p. 399; Platt et al., 2017, p. 35). BT sætter dermed fokus på det svigt, der opstår i relationelle traumer, og dets relevans for udviklingen af dissociation (Goldsmith et al., 2012, p. 558).

Indflydelsen, som et traume præget af svigt, har på udviklingen af dissociation, viser, at der er forskel på typen af traumet og dets relation til dissociation. Dette fremhæves også af Terr (2003), som skelner mellem *type 1 traumer*, som er pludselige og enkeltstående, og *type 2 traumer*, som er længerevarende og gentagende. Type 2 traumer udgør blandt andet gentagende seksuelle overgreb i barndommen, og dette kan medføre fravær af følelser, benægtelse og selv-hypnose i form af dissociation (Terr, 2003, p. 328f). Ved type 2 traumer oplever barnet, at det traumatiske vil gentage sig og lærer derfor mentalt at undslippe og fjerne sig, da det er den mulighed for flugt, de har tilgængelig. Barnet vil lukke ned for kroppen, og mindske kropslig smerte og kan også udvikle hukommelsesskab for særlige perioder i livet (Terr, 2003, p. 330).

2.4 *Dissociations symptomatologi og udtryk*

Dissociation kan forstås som et komplekst fænomen, der indeholder mange facetter (Goldner et al., 2023, p. 7942), og der ses i litteraturen omkring dissociation mange forskellige definitioner og brug af termen, som skaber en bred og utydelig forståelse på tværs af forskning (Walker, 2009, p. 110). På trods af mange forskellige definitioner og forsøg på at etablere én samlet begrebsramme om fænomenet gennem tiden, eksisterer der stadig mange divergerende forståelser og endnu ikke én definition af dissociation, der er generel konsensus omkring (Braude, 2009, p. 27; Fuller, 2023, p. 9f). Fælles er dog, at dissociation anses for at være en midlertidig opdeling mellem menneskets bevidsthed og hele eller dele af dennes krop, som bevirker at denne oplever en ændring, manglende sammenhæng eller frakobling fra sig selv eller verden (Claesson, 2014, p. 17f; Holmes et al., 2005, p. 4; Möhl, 2017, p. 442). I den forbindelse kan der være tale om manglende integration mellem individets oplevelse af identitet, bevidsthed, hukommelse, sanseoplevelse, motorisk kontrol og adfærd. Vi anvender denne forståelse af dissociation som fænomen i vores kandidatspeciale.

Dissociation kan anses som en naturlig menneskelig kapacitet, som findes på et kontinuum, der varierer fra normal dissociation, såsom dagdrømmeri, til patologisk dissociation, hvor de mest alvorlige tilfælde kan udgøre dissociativ amnesi og *dissociativ identitetsforstyrrelse (DID)* (Holmes et al., 2005, p. 4; Möhl, 2017, p. 442; Putnam, 1993, p. 40; Walker, 2009, p. 109). Nogle typer af dissociation er anerkendt i feltet omkring mental sundhed, hvor de fremgår af de internationale diagnosemanualer ICD og DSM (Fuller, 2023, p. 12). Disse typer er *depersonalisation*, dissociativ amnesi, DID og *derealisation*. Foruden disse anses *emotional følelsesløshed* og *flashbacks* yderligere for at være fremtrædende elementer ved dissociation (Claesson, 2014, p. 22f; Fuller, 2023, p. 15). Det ses, at dissociative træk også findes gældende i diagnoser, såsom PTSD, samt at dissociative træk kan forveksles med at være udtryk for skizofreni eller bipolar affektiv sindslidelse, da der her kan forekomme symptomsammenfald (Möhl, 2017, p. 447).

Oplevelsen af dissociation forekommer ofte i forbindelse med, at et individ oplever noget i sine omgivelser som farligt eller stressende, eksempelvis hvis noget minder om en tidligere traumatisk oplevelse, men det kan også aktives af en indre stressor, som ikke relaterer sig til den nuværende situation, individet befinder sig i (Fuller, 2023, p.

18). Overordnet set kan dissociation opdeles i to forskellige kategorier, depersonalisation og derealisation (Fuller, 2023, p. 12). Ved traumerelateret dissociation kan individet opleve hver enkelt form såvel som en kombination af depersonalisation og derealisation, hvorimellem der observeres betydelige overlap (Fuller, 2023, p. 12, 18).

Depersonalisation indebærer oplevelsen af at være frakoblet eller fremmedgjort fra aspekter af oplevelsen af sig selv, som kan resultere i en manglende fornemmelse af at være en integreret person (Claesson, 2014, p. 250; Fuller, 2023, p. 10, 12f). Frakoblingen fra selvet kan variere i grad, ske automatisk og ubevidst eller mere bevidst og omfatte en række forskellige områder, herunder individets minder, følelser, krop eller adskilte dele af oplevelsen af sig selv (Claesson, 2014, p. 245; Fuller, 2023, p. 10, 12, 40, 58). Et udbredt aspekt ved depersonalisation er en følelse af en tåget oplevelse af sig selv, hvor individet er bevidst om, at det eksisterer, men har svært ved at skelne, hvilke dele af sig selv og sine oplevelser, der er virkelige (Fuller, 2023, p. 14). Eksempler på depersonalisation i form af frakobling fra kroppen kan være ud-af-kroppen-oplevelser, hvor individet beskuer sig selv fra afstand, mens et andet eksempel kan være, at individet oplever at befinde sig i sin krop, men er immobil og ude af stand til at bevæge sig (Fuller, 2023, p. 13, 58). At føle sig frakoblet fra sin krop kan i yderste konsekvens resultere i en manglende vished om egen eksistens, fordi individet mangler et fysisk holdepunkt for sig selv.

En anden form for dissociation, som hører under depersonalisation og indebærer kroppen, kan ses ved somatoform dissociation, hvor individets krop gennem fysiske symptomer eller fornemmelser kan udtrykke erindringer, som er lagret i kroppen, men som individet ikke nødvendigvis er bevidst om (Fuller, 2023, p. 50, 56f). Somatoform dissociation kan eksempelvis manifesteres som motoriske problemer, mave-tarm-problemer eller ændringer i individets smerteopfattelse, enten i form af øget og intens smerte eller som manglende registrering af smerte.

Depersonalisation kan yderligere indebære en automatisk og ufrivillig eller bevidst frakobling fra egne følelser, som individet ikke ønsker at føle eller ikke oplever at kunne kontrollere, men det kan også omfatte en frakobling fra samtlige af individets følelser, hvor der er en oplevelse af, at følelserne lukkes af, hvilket resulterer i emotionel følelsesløshed (Claesson, 2014, p. 176; Fuller, 2023, p. 15, 40f; Perry & Szalavitz, 2019, p. 83). Oplevelser med emotionel følelsesløshed og frakobling fra kroppen kan

beskrives som en følelse af at være en tom skal, en zombie eller en robot, som mekanisk klarer dagligdagen blottet for følelser (Fuller, 2023, p. 11, 13, 41).

Vedrørende frakobling fra minder kan depersonalisation tage form som dissociativ amnesi. Ved dissociativ amnesi frakobles individet fra sine minder og erindringer, både de der er relateret til traumatiske oplevelser men også ganske normale minder fra individets aktuelle dagligdag, og individet oplever deraf ikke at kunne huske specifikke informationer om sig selv og sit liv (Dyhr, 2018, p. 31; Fuller, 2023, p. 14, 40, 42). Den tabte hukommelse kan variere fra at omfatte specifikke situationer til hele år af et individs liv, som denne muligvis kun erindrer i fragmenterede dele. Individer, som har været udsat for traumer tidligt i livet, fortæller ofte om manglende erindringer om store dele af deres barndom (Fuller, 2023, p. 14, 42). Den manglende hukommelse kan føre til, at individet mister fornemmelsen af kontinuitet og kronologi i sit liv, hvilket kan lede til en svækket oplevelse af sin egen identitet, hvor man kan opleve at være "historieløs" (Dyhr, 2018, p. 32f). Derudover beskriver individer, der oplever dissociation, ofte en følelse af, at tiden går langsommere, og at de kan miste tidsfornemmelsen i alt fra få minutter, til timer eller mere (Claesson, 2014, p. 176; Fuller, 2023, p. 10; Perry & Szalavitz, 2019, p. 83).

Derealisation indebærer en oplevelse af at være frakoblet fra det, der ligger udenfor individet, altså den eksterne virkelighed, som omfatter omgivelser, objekter og andre mennesker (Fuller, 2023, p. 12, 18, 40). Beskrivelser af derealisation indeholder ofte en oplevelse af den eksterne verden som værende tåget, uvirkelig, surrealistisk eller visuelt forvrænget, som om man drømmer eller ser en film (Claesson, 2014, p. 245, 250; Fuller, 2023, p. 18).

Yderligere inkluderer dissociation også flashbacks som ofte forekommer i forbindelse med noget, som minder individet om sine traumatiske oplevelser, hvad enten det har en fysisk identificerbar udløsende årsag eller ej (Claesson, 2014, p. 252; Fuller, 2023, p. 43). Flashbacks er kendetegnende for dissociation og udgør en pludselig og ufrivillig indtrængen i individets bevidsthed i form af visuelle, auditive, emotionelle, adfærdsmæssige eller somatiske erindringer (Claesson, 2014, p. 23; Dyhr, 2018, p. 16, 101). Individet er i et flashback i en tilstand, hvor dette oplever, at en tidligere oplevelse genudspiller sig i nuet og individet sanser denne oplevelse frem for den virkelige verden, som individet reelt befinder sig i. De mest velkendte flashbacks er de visuelle,

hvor alle sanser, syns-, høre-, lugte-, føle- og smagssansen, er involveret i genoplevelsen, men flashbacks kan også indebære aktivering af en enkelt eller flere enkelte sanser uden involvering af synet (Fuller, 2023, p. 42f, 57).

Ovenstående afsnit danner den teoretiske ramme for vores speciale, og udgør samtidig vores forståelse af dissociation som et fænomen med forskelligartede symptomudtryk, der kan anses som en psykobiologisk reaktion på traumatiske hændelser i barndommen, her i form af seksuelle overgreb.

3. Metodologi og metode

I følgende afsnit præsenteres vores valg af metodologi, metoder og tilgange til at søge at besvare kandidatspecialets forskningsspørgsmål. Indledningsvist vil vi præsentere vores valg af IPA og i forlængelse heraf vores videnskabsteoretiske ståsted. Hernæst uddyber vi vores rationale for at bruge blandede metoder for efterfølgende at præsentere de tre valgte metoder, tegning, semistruktureret interview og feltnoter. Derefter gennemgås fremgangsmåden for rekruttering af deltagerne, undersøgelsesproceduren og transskribering af data. Dernæst udfoldes vores overvejelser af kvalitetskriterier og etik, og afslutningsvis fremlægges vores IPA-procedure, hvorigennem vi finder frem til temaerne for vores analyse.

3.1 *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*

Vi er i nærværende kandidatafhandling interesserede i at undersøge og forstå oplevelse og meningsskabelse i forbindelse med dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. Vores fokus på en specifik oplevelse hos en bestemt gruppe individer præger, hvilken tilgang og metode som er mest relevant for vores undersøgelse.

Smith et al.(2022) pointerer, at den analysemetode, som forskeren vælger, har påvirkning på de strategier og de valg, som forskeren skal foretage i en undersøgelse (p. 37). Den tilgang som vælges, skal give mening for og hænge sammen med ens forskningsfelt. Da vores forskningsfelt indebærer det oplevelsesmæssige samt forståelsen og fortolkningen heraf, er det relevant at vælge en tilgang med fokus på mennesskelig oplevelse af verden og meningsskabelse. På baggrund af dette har vi valgt at benytte *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*, som analysetilgang i vores

speciale. Formålet med at bruge IPA, er at forstå menneskers oplevelser og forståelser af et bestemt fænomen herunder deres opfattelser af og synspunkter på fænomenet (Smith et al., 2022, p. 41), hvilket vi også finder gældende for vores undersøgelse.

Vores valg af IPA præsenteres tidligt i kandidatafhandlingen, inden vores valg af metoder til dataindsamling, da dette også er influeret af vores valg af IPA. Yderligere præsenteres valget også før vores videnskabsteoretiske ståsted, da IPA er funderet i de samme videnskabsteoretiske retninger, som vi arbejder ud fra. Dette gøres for at skabe en sammenhæng og rød tråd gennem kandidatafhandling samt for løbende at samle rationalerne bag vores valg funderet i IPA.

3.2 Videnskabsteoretisk ståsted

Vi har i nærværende kandidatafhandling et hermeneutisk-fænomenologisk ståsted. Følgende afsnit vil indeholde en kort redegørelse for nogle af de centrale begreber og filosoffer indenfor fænomenologi og hermeneutik, samt hvordan de kan ses i vores brug af IPA.

3.2.1 Fænomenologi

Fænomenologi er en filosofisk retning, der søger at udforske menneskers oplevelse af verden, og hvordan fænomener bliver opfattet i bevidstheden (Langdridge, 2007, p. 10). Som navnet antyder, er man i fænomenologien interesseret i fænomener og deres forskellige fremtrædelsesmåder for bevidstheden.

Den tyske filosof Edmund Husserl (1859-1938) betragtes som fænomenologiens grundlægger. Han mente, at videnskaben var ved at fortabe sig i spekulationer og teoretiske konstruktioner, hvorfor der var et behov for at skulle ”Zurück zu den Sachen selbst” og vende blikket mod den perceptuelle verden, som ligger foran os (Zahavi, 2014, p. 192). Husserl var som filosof mere optaget af selve essensen af oplevelse, hvor IPA har til formål at indkapsle specifikke oplevelser oplevet af en bestemt gruppe mennesker (Smith et al., 2022, p. 11).

Husserl præsenterede begrebet *intentionalitet*, som er centralt indenfor fænomenologi. Intentionalitet indebærer både, hvordan vores bevidsthed altid er rettet mod genstande, som kan være objekter eller personer, samt processen bag denne rettedhed (Smith et al., 2022, p. 9). For IPA indebærer intentionalitet, hvilken mening noget har for nogen, og rettedhed er her, hvordan en person anskuer et bestemt fænomen eller en

bestemt oplevelse. For vores kandidatafhandling vil dette omhandle vores deltageres rettethed mod dissociation, herunder hvordan de anskuer og oplever det.

Et andet centralt begreb i fænomenologien er *livsverdensbegrebet* (Andersen & Koch, 2015, p. 242). Livsverdenen er den forvidenskabelige verden, som vi lever i, og som vi kan tage for givet, hvis ikke vi er opmærksomme på den (Zahavi, 2014, p. 206). Livsverdenen er de oplevelser, som vi har i vores liv og i vores dagligdag, som udgør den kontekst vores bevidsthed udspringer fra, og hvis man arbejder fænomenologisk, er det disse oplevelser, man er interesseret i at undersøge (Smith et al., 2022, p. 8). Dog har den fænomenologiske forsker også selv en livsverden og nogle forforståelser, som denne går til undersøgelsen med. Husserl foreslog en fænomenologisk tilgang til undersøgelse, hvor man skal forsøge at sætte sine forforståelser i parentes og se fænomenet, sådan som det fremstår. Denne tilgang kaldte han *epoché* (Langdridge, 2007, p. 17). Gennem epoché forsøger man at tage afstand fra sine forforståelser og anskue fænomenet eller oplevelsen med åbenhed, så man ser dem, sådan som de er.

Om fuldstændig epoché er muligt, er blevet diskuteret af fænomenologer imellem (Langdridge, 2007, p. 18). En af de filosoffer, som har deltaget i denne diskussion, er den franske filosof og psykolog Maurice Merleau-Ponty (1908-1961), som tilføjer et mere kropsligt perspektiv til fænomenologien. Han understregede, at vi ikke blot er i verden gennem tænkning og bevidsthed, men vi også er kropsliggjorte væsener, hvorfor dette element ikke skal glemmes i fænomenologien, da vi er i verden med en krop, som har betydning for vores oplevelser og vores livsverden (Smith et al., 2022, p. 14). Ifølge Merleau-Ponty er fuld epoché ikke muligt, da man ikke kan sætte vores kropslighed i parentes, hvorfor man altid vil være præget af sine forforståelser og sin livsverden, når man undersøger et fænomen. Dog er den refleksive proces bag epoché stadig væsentlig, da man herigennem bliver bevidst om sine forforståelser omkring fænomenet (Langdridge, 2007, p. 18).

Livsverdensbegrebet og epoché har betydning for IPA, da det bidrager til et fokus på refleksion over sin egen livsverden og forforståelse i arbejdet med andres livsverden og oplevelser. Vi har i specialegruppen reflekteret over vores forforståelser i forbindelse med oplevelsen af dissociation og nedskrevet dem i kandidatafhandlingen under afsnit 3.12.1 Specialegruppens forforståelser. Dette har vi gjort for at være transparente og gennem den refleksive proces blive bevidste om vores egne forforståelser, inden at vi påbegyndte vores undersøgelse.

Merleau-Pontys tilføjelse af det kropslige til fænomenologien har også betydning for IPA. Med denne tilføjelse spiller kroppens betydning for oplevelser også en rolle i IPA, da man som IPA-forsker, også kan medregne de kropslige elementer i undersøgelsen af menneskers oplevelser eksempelvis gennem kropssprog eller fornemmelser i kroppen (Smith et al., 2022, p. 15). For vores kandidatafhandling indebærer denne tilføjelse, at vi også vil have et blik for de kropslige fornemmelser i vores deltagers oplevelse af dissociation både gennem kropssprog, men også gennem beskrivelser af de kropslige fornemmelser forbundet med dissociation for deltageren.

3.2.2 Hermeneutik

Oprindeligt var hermeneutik forbundet med fortolkning af bibelske tekster, men er gennem tiden blevet udvidet til fortolkning af andre tekster såsom historiske værker, hvorunder man inddrager fortolkninger af forfatterens baggrund for at skrive teksten samt meningen med teksten (Pahuus, 2014, p. 227f). For IPA er det netop det hermeneutiske fokus på fortolkning og mening, som er relevant.

En filosof, som har spillet en central rolle indenfor hermeneutik, er tyske Martin Heidegger (1889-1976). Han var elev af Husserl og tillægges at være katalysator for det mere hermeneutiske skift i fænomenologien. Ligesom Merleau-Ponty, kritiserede Heidegger også Husserls epoché, hvor man skal sætte sine forforståelser i parentes (Smith et al., 2022, p. 12f). Ifølge Heidegger er dette ikke muligt, da vi altid vil anskue og fortolke verden ud fra, hvad han kaldte *Dasein*. Mennesket skal ikke ses som et isoleret subjekt, men som et væsen der altid eksisterer i en verden, hvor vi er indlejret i en kulturel og historisk kontekst, som vi fortolker og skaber mening ud fra, hvilket er vores *dasein* eller *væren-i-verden*, som vi aldrig fuldstændigt kan fralægge os, hvorfor epoché ikke er mulig. Måden hvorpå vi kan forsøge at tilgå og undersøge andre menneskers oplevelser er gennem fortolkninger af deres meningsskabelse (Smith et al., 2022, p. 19). Heidegger fremlægger hermed en mere fortolkende fænomenologi, som senere udvikler sig til hermeneutik.

IPA er en fortolkende fænomenologisk analyse, hvorfor Heideggers tanker har spillet en central rolle for retningen (Smith et al., 2022, p. 20). For vores kandidatafhandling spiller denne hermeneutiske tilgang en rolle ved, at vi ikke blot vil beskrive vores deltagers livsverden, men også tolke på deres meningsskabelse.

Hans-Georg Gadamer (1900-2002) er en anden tysk filosof, som har spillet en vigtig rolle i hermeneutikken. Han var inspireret af Husserl og Heidegger, og lagde især vægt på den kulturelle og historiske dimension af menneskelig forståelse. Gadamer arbejdede også med begrebet forforståelse, hvor han i sin udlægning havde fokus på, at man skal turde sætte sine fordomme på spil i mødet med et andet menneske og være åben for at genoverveje sin forforståelse og muligvis danne en ny (Andersen & Koch, 2015, p. 231). I forlængelse af dette introducerede Gadamer termene *horisont* og *horisontsammensmeltning*, hvor horisont dækker over den viden og de erfaringer samt den kulturelle og historiske kontekst, som vi tolker ud fra (Langdridge, 2007, p. 42). For dette kandidatspeciale vil mulig horisontsammensmeltning ændre vores perspektiv og forståelse af dissociation som fænomen og derved udvide vores forståelse til at rumme nye elementer og nye forforståelser.

IPA trækker på Gadamers tanker med et yderligere fokus på forskerens rolle i fortolkning samt den vekselvirkning, der er mellem ens forforståelse og det fænomen, som undersøges (Smith et al., 2022, p. 22f). Denne vekselvirkning ses også i en af de mest centrale idéer indenfor hermeneutikken, kaldet *den hermeneutiske cirkel*.

Den hermeneutiske cirkel er med til at beskrive processen bag fortolkning, hvor man gennem forståelse af de enkelte dele af et fænomen, får en forståelse af helheden samtidig med, at man gennem en forståelse af helheden også opnår en større forståelse af de enkelte dele (Pahuus, 2014, p. 231f). Denne cirkulære tilgang ses også i IPA, der har en mere dynamisk og iterativ proces, hvor man ikke går lineært til værks i sin fortolkning og analyse, men bevæger sig frem og tilbage i sin analytiske proces (Smith, et al., 2022, p. 23). Udover den hermeneutiske cirkel, ses der i IPA også *dobbelt hermeneutik*, som er en form for dobbelt fortolkning, hvor forskeren tolker på deltagernes egne tolkninger af deres oplevelse (Smith et al., 2022, p. 29; Shaw, 2019, p. 187).

For vores kandidatafhandling vil vi følge dette og være hermeneutiske i den forstand, at vi i vores arbejde med vores data vil veksle mellem del og helhed og fortolke på deltagerne egne fortolkninger, hvilket kan muliggøre en mere dybdegående forståelse af dissociation som fænomen.

Opsummerende omhandler fænomenologien at tilgå menneskers oplevelser i verden, som de fremstår, hvor hermeneutikken omhandler at tolke på menneskers oplevelser og dermed også deres meningsskabelse. Fænomenologi og hermeneutik spiller begge en central rolle for IPA. Uden fænomenologien ville der ikke være noget fænomen at

fortolke på og uden hermeneutikken ville den dybere og fortolkende undersøgelse af fænomenet gå tabt (Smith et al., 2022, p. 31).

3.3 Blandede metoder

Det følgende afsnit indebærer en præsentation af brugen af kvalitativt drevne blandende metoder i videnskabelige undersøgelser, hvorunder begreberne om triangulering og multimodalitet vil fremgå. Derudover vil rationalet og gyldigheden ved brugen af blandende metoder og herunder metodologisk pluralisme præsenteres i henhold til relevansen for det nærværende kandidatspeciale.

Blandede metoder omfatter anvendelsen af mere end én metode i den videnskabelige udforskning af et udvalgt emne eller fænomen (Frost & Bailey-Rodriguez, 2020, p. 140; Frost et al., 2022, p. 230). Definitionsmæssigt anses blandede metoder oftest som kombinationen af kvalitative og kvantitative metoder i forbindelse med en videnskabelig undersøgelse (Flick, 2018, p. 75; Frost & Bailey-Rodriguez, 2020, p. 140; Frost et al., 2022, p. 230), men kan også bestå i en kombination af flere forskellige kvalitative metoder til dataindsamling, hvilket ses gældende for det nærværende kandidatspeciale i form af tegning, semistruktureret interview og feltnoter.

Ved at bruge blandede kvalitative metoder anerkendes den menneskelige eksistens som multidimensionel, og det muliggøres at udforske flere forskellige oplevelsesmæssige aspekter ved ét fænomen på flere niveauer, hvilket ikke kan lade sig gøre gennem brug af én metode alene (Frost & Bailey-Rodriguez, 2020, p. 140; Frost et al., 2022, p. 230). Heraf er kvalitativt drevne blandende metoder særligt relevant at anvende, når emnet eller fænomenet, der undersøges, ikke tidligere er blevet videnskabeligt belyst i særlig høj grad (Frost & Bailey-Rodriguez, 2020, p. 140f). Dette ses gældende for de oplevelsesmæssige aspekter vedrørende fænomenet dissociation for voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, hvilket er undersøgelsesgenstanden i dette kandidatspeciale.

Metodologisk pluralisme kan være en kombination af flere kvalitative metoder, som hver især arbejder med et specifikt lag eller afsnit af fænomenet og tilsammen bidrager til en mere holistisk erkendelse af en undersøgelses genstandsfelt, fordi det antages, at én metode ikke alene kan afbillede eller afsløre alt, der er at vide og erfare

om et specifikt fænomen (Frost & Bailey-Rodriguez, 2020, p. 141-143). I dette speciale ser vi, at kombinationen af flere kvalitative metoder til dataindsamlingen, kan bidrage til en multifacetteret forståelse af oplevelsen af dissociation. Rationalet for anvendelsen af flere metoder ses yderligere afspejlet i formålet med triangulering.

Triangulering omhandler en undersøgelses epistemiske resultater eller udfald; altså hvilken viden, der kan findes vedrørende et givent fænomen, når der anvendes to eller flere metoder i én undersøgelse (Flick, 2023, p. 173; Moran-Ellis et al., 2006, p. 46f, 49). I den klassiske opfattelse er formålet med triangulering at sammenligne og vurdere, hvorvidt de anvendte metoder tilstrækkeligt og validt måler eller afbilleder det fænomen, som undersøges (Flick, 2023, p. 174; Moran-Ellis et al., 2006, p. 47). Gyldigheden af en metode bliver heraf vurderet ud fra, om der opnås resultater, som er sammenlignelige på tværs af de anvendte metoder.

En anden måde at bruge triangulering på, er at anskue de forskellige resultater, som metoderne frembringer, som udtryk for forskellige facetter af det selvsamme fænomen, fordi denne forståelse af triangulering bygger på en antagelse om, at den sociale verden er kompleks og multifacetteret (Flick, 2023, p. 175; Moran-Ellis et al., 2006, p. 48). Ved denne forståelse af triangulering bruges metoderne ikke til at bekræfte hinanden, men til at belyse forskellige facetter af et givent fænomen, hvoraf vi tager udgangspunkt i denne forståelse i vores anvendelse af tegning, semistruktureret interview og feltnoter.

I forlængelse heraf muliggør anvendelsen af metodologisk pluralisme yderligere, at datatyper af forskellige modaliteter kan kombineres i én videnskabelig undersøgelse (Flick, 2023, p. 187; Frost & Bailey-Rodriguez, 2020, p. 143), hvilket er gældende i dette kandidatspeciale. Heraf er det relevant at forholde sig til *multimodalitet*, idet begrebet fremsætter, at menneskelig meningsskabelse sker gennem et væld af forskellige semiotiske modaliteter (Flick, 2023, p. 187; Flewitt et al., 2019, p. 3; Gourlay, 2010, p. 80). Mest fremtræden er ofte den tekstbaserede og sproglige modalitet, men meningsskabelse finder ligeså sted gennem eksempelvis visuelle modaliteter såsom et billede eller en tegning (Gourlay, 2010, p. 80), eller den kropslige modalitet gennem brug af for eksempel kropssprog og gestik. En blanding af metoder kan dermed repræsentere multimodalitet, hvilket kan bidrage til et mere detaljeret og dybdegående indblik i det fænomen, der undersøges, da den multimodale kombination er med til at

understrege, at menneskelig oplevelse og erfaring er betinget af mere end blot det sproglige (Gourlay, 2010, p. 84; Reavey, 2011, p. 5; Reavey & Johnson, 2017, p. 356).

I forbindelse med dette kandidatspeciale er den tekstbaserede modalitet til stede i form af feltnoter og transskriptioner af de udførte interviews og den visuelle modalitet er repræsenteret gennem undersøgelsesdeltagernes tegninger af, hvordan de oplever dissociation. I dette kandidatspeciale repræsenterer feltnoter foruden en skriftlig modalitet, også en kropslig modalitet. Dette ses ved, at feltnoterne er nedskrevne indtryk af deltagernes kropslige væren, som bidrager yderligere til forståelsen af oplevelsen af dissociation.

Ved tegning og interview indsamles deltagernes egne udlægninger af deres oplevelser og forståelser, med andre ord et førstehåndsperspektiv, som går i tråd med vores fænomenologiske og hermeneutiske tilgang. Ved feltnoter indsamles data gennem vores observationer, som udgør et andetpersonsperspektiv, som umiddelbart kunne afvige fra vores videnskabsteoretiske ståsted, da man her ikke får data direkte fra undersøgelsesdeltagerens eget perspektiv. Dog pointerer Merleau-Ponty, at kroppen har betydning for forståelsen af oplevelser (Smith et al., 2022, p. 15), og derfor medregner vi også kropssprog gennem feltnoter i vores forståelse af oplevelsen af dissociation.

Opsummerende gøres der i dette kandidatspeciale brug af kvalitativt drevne blandende metoder, i form af metodologisk pluralisme idet tegning, semistruktureret interview og feltnoter udgør de anvendte metoder til dataindsamling. I anvendelsen af disse metoder tilgås forskellige aspekter og niveauer af oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, hvoraf hensigten er, at metoderne kan bidrage med hver deres særegne fund, som tilsammen kan udmunde i en holistisk og multifacetteret forståelse af oplevelsen af fænomenet. De forskellige oplevelsesmæssige aspekter af dissociation, søges derudover udforsket gennem disse tre udvalgte metoder, idet disse ses at beskæftige sig med både visuelle, kropslige og tekstuelle modaliteter, som hver især og i kombination kan bidrage med unik viden om oplevelsen af fænomenet dissociation.

3.4 Tegning

I det følgende afsnit vil tegning som visuel metode og datatype blive beskrevet i forhold til, hvordan tegning kan bidrage til forståelsen af et menneskes indre tilstande samt dettes meningsskabelse vedrørende traumatiske oplevelser. Herunder præsenteres historiske aspekter vedrørende anvendelsen af tegning, tegnings potentiale som kvalitativ metode og datatype samt vores rationale bag at anvende tegning i det nærværende kandidatspeciale.

3.4.1 Historisk overblik

Visuelle metoder og data, hvorunder tegning tilhører, kan spores langt tilbage i den brede videnskab såvel som i psykologisk forskning (Reavey, 2011, p. 1-3). Tegninger er igennem adskillige årtier blevet brugt til at kunne sige noget om personlig identitet og menneskets indre tilstande, som det er gældende ved projektive psykologiske metoder såsom *Draw A Person* (Goldner & Frid, 2022, p. 2; Weber & Mitchell, 1995, p. 34). Allerede i begyndelsen af det 20. århundrede bad den østrigske psykoanalytiker Carl Jung (1875-1961) sine patienter om at tegne under sessioner, hvilket fungerede som en måde, hvorpå Jung kunne få indblik i, hvordan patientens indre psyke fungerede (Lev-Wiesel & Liraz, 2007, p. 66; Literat, 2013, p. 88).

Hvad angår kvalitativ psykologisk forskning, kan der retrospektivt tydeligt observeres en hyppigere brug af sprogfokuserede metoder og data fremfor visuelle metoder (Reavey, 2011, p. 3-5). En gennemgående begrundelse herfor ses i, at analyser af visuelle data anses for at være for tvetydige samt at analyse af visuelle data ikke kan stå alene, men må være akkompagneret af sproglige fortællinger. På trods af den kritik visuelle metoder, og herunder tegning, historisk er blevet mødt med, har de dog igen vundet større indpas som metode i kvalitativ psykologisk forskning i løbet af 2010'erne (Boden et al., 2019, p. 219).

Ligesom sproglige fortællinger har stærke kommunikative funktioner, er dette ligeledes gældende for visuelle data, som tegning. Forskellen mellem dem er blot, at kommunikationen sker gennem forskellige modaliteter, hvoraf talte og nedskrevne fortællinger ses at male billeder med ord, mens tegning i stedet taler gennem sine linjer og farver (Weber & Mitchell, 1995, p. 33).

I fænomenologisk forskning menes det, at sproglige og visuelle data på lige fod repræsenterer mening, betydning og virkeligheden for det individuelle menneske, som for eksempel taler eller tegner (Boden & Eatough, 2014, p. 168). Denne forståelse af det visuelle betydning og dens ligeværdighed med det sproglige, er også udgangspunktet i vores brug af tegning og interview sammen.

3.4.2 Belysning af oplevelse og meningsskabelse

Det at tegne kan opfattes som et visuelt produkt til at forstå et menneskes subjektive oplevelser, tanker, følelser og meningsskabelse (Boden et al., 2019, p. 220f; Guillemin, 2004, p. 275; Weber & Mitchell, 1995, p. 34). I den forbindelse er det gældende, at en tegning ikke er en direkte repræsentation af en specifik oplevelse, men at tegningen nærmere er et udtryk for oplevelsen, da individet i udførelsen af sin tegning tilføjer den mening (Boden et al., 2019, p. 220f). Ved hjælp af menneskets individuelle kunstneriske stil og strategi kan dette altså gennem linjer, former og farver udtrykke dybt personlige oplevelser og sansninger (Køhlert, 2015, p. 129). I den sammenhæng er det antagelsen, at deltageren vælger, at tegningen skal indeholde, herunder farver, former, figurer, mønstre og symboler kan afspejle individets oplevelser og forståelser forbundet med et specifikt emne, som også kan tilføje mening til et individs sproglige fortællinger (Goldner & Frid, 2022, p. 2).

En tegning produceret af en undersøgelsesdeltager udgør et produkt af dennes specifikke subjektivitet og kulturelle baggrund, hvorfor der er risiko for, at en tegning kan fejl- eller overfortolkes, hvis tegningen af analysanden tillægges betydning fra et andet synspunkt eller med en anden opfattelse end den, undersøgelsesdeltageren selv tilskrev sin tegning (Literat, 2013, p. 94). En måde hvorpå fejl- eller overfortolkninger kan undgås foreslås ved at supplere en tegneopgave med en efterfølgende, uddybende refleksion og diskussion i form af et uformelt interview. Et sådant interview muliggør, at deltageren, som har udført tegningen, kan forklare og uddybe sine visuelle valg og dette medvirker til at bygge bro mellem den indre fortælling og den ydre fortælling, som tegningen former. Eksempelvis er det gældende at den betydning, som farver tillægges i en tegning, er individuel, personlig og subjektiv (Lev-Wiesel & Liraz, 2007, p. 66), hvorfor dette også er et element, vi vil spørge ind til i vores undersøgelse. Vi

tolker ikke på deltagerens tegning, men i tråd med vores IPA-tilgang vil vi forstå deltagernes oplevelser ud fra det, som de fortæller om deres tegning, hvilket muliggør sig ved brugen af både tegning og interview.

3.4.3 Tegning og traumatiske oplevelser

Tegninger kan muliggøre at usagt information om et menneskes livsverden, som er svært at sætte ord på nemmere kan udtrykkes (Amir & Lev-Wiesel, 2007, 115; Boden & Eatough, 2014, p. 173). I den forbindelse kan tegninger sandsynligvis fungere som visuelle fortællinger om traumatiske oplevelser (Weber & Mitchell, 1995, p. 34).

Visuelle og kunstneriske metoder, såsom at tegne, kan anses for at være den mest effektive måde, man indledningsvist kan tilgå en traumatisk oplevelse med, fordi traumatiske minder ofte lages kropsligt, sanseligt og visuelt i mennesket, hvorfor minderne deraf også kan genkaldes ved hjælp af for eksempel visuelle stimuli (Amir & Lev-Wiesel, 2007, p. 121; Köhlert, 2015, p. 129; Lev-Wiesel & Liraz, 2007, p. 72). I forlængelse heraf ses det generelle rationale bag at anvende visuelle metoder såsom tegning i, at mennesker ikke udelukkende oplever og erfarer verden eller finder mening med den gennem det sproglige, men at mennesket ligeledes gør brug af kropslighed, sine omgivelser og deres tingslighed i disse processer (Reavey, 2011, p. 5), hvilket er et rationale vi deler i dette kandidatspeciale i forbindelse med vores valg af tegning som metode.

Derudover muliggør tegning, at mennesket kan opleve sig selv og sin fortælling på en ny og anden måde, eksempelvis ved at få et nyt perspektiv på sine egne erfaringer og meningsskabelse (Boden & Eatough, 2014, p. 173f). Det at være beskuer af sin egen tegning er en kropslig og sensorisk oplevelse (Boden et al., 2019, p. 221) og tegningen kan som visuelt middel føre til mere ligefremme, dybdegående, meningsfulde og detaljerede beskrivelser fra individet om dets oplevelser, i og med at det på en ny måde kan tilgå følelser og detaljer, som individet ellers ses at være distanceret og beskyttet fra, hvilket gør tegning til en betydningsfuld metode og datatype (Goldner & Frid, 2022, p. 2; Kearney & Hyle, 2004, p. 380).

3.4.4 Tegning som sprogfremmende

Når et menneske skal udtrykke sig om de mest forfærdige oplevelser, de har gennemlevet, såsom seksuelle overgreb, kan sproget komme til kort og for nogle vil tegning være en mere naturlig og umiddelbar måde at udtrykke sig, for at kunne afbillede deres oplevelser (Boden et al., 2019, p. 220).

Forskningsmæssige tendenser viser, at det at tegne stimulerer verbal kommunikation (Lev-Wiesel et al., 2024, p. 2667) og der er klinisk og empirisk evidens for, at man ved brug af tegning kan omgå verbale blokader (Goldner & Frid, 2022, p. 2). En tegneopgave ses altså at kunne fungere forberedende for verbal fortælling om en traumatisk oplevelse, da tegning med sine fysisk-motoriske og emotionelt-kognitive egenskaber sætter individet i forbindelse med sine erindringer (Lev-Wiesel & Liraz, 2007, p. 72). Derudover dokumenterer forskningsstudier, at der kan opnås mere dybdegående, emotionsfokuserede og detaljerige fortællinger og beskrivelser ved interview, hvis en undersøgelsesdeltager forud for et interview har indgået i en tegneopgave (Boden et al., 2019, p. 221). Denne tendens finder eksempelvis Lev-Wiesel et al. (2024, p. 2667) også i deres studie, som vi inkluderede i vores litteraturreview. I studiet af Lev-Wiesel et al. (2024) bedes 15 israelske kvinder, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, om at tegne, hvordan dissociation opleves for dem, hvorefter kvinderne skal give et tilhørende narrativ til deres tegning (p. 2658). I kvindernes efterfølgende narrativer ses det, at de i højere grad er i stand til at komme med subjektive og konkrete beskrivelser af, hvordan dissociation opleves for dem, fremfor at komme med generelle og uspecifikke beskrivelser om dissociation, som ikke refererer til deres personlige oplevelser (Lev-Wiesel et al., 2024, p. 2667). Kombinationen af tegning og interview gør på denne måde kvinderne i stand til at fortolke på deres egne personlige oplevelser med og opfattelser af dissociation.

Sammenfattende ses det at inkorporere tegning som visuel metode i forskning, der benytter sig af IPA-tilgang, at medvirke til, at en undersøgelsesdeltager bliver støttet i at udtrykke dele af sin levede erfaring, som ellers er svært for denne at tilgå (Boden et al., 2019, p. 219, 233). Derudover kan tegning i en fortolkende fænomenologisk tilgang bidrage til, at man kan arbejde endnu mere oplevelsesnært ved at man kan tilgå mere dybdegående og detaljerede sproglige beskrivelser af et individs oplevelser ved brug af tegning, fordi tegning er en kropslig, sansemæssig samt emotionelt-

kognitivt aktiverende udtryksform, som muliggør at deltageren kan komme i kontakt med erindringer om oplevelser, der er kropsligt og visuelt indlejret i dem.

På baggrund af dette vælger vi i det nærværende kandidatspeciale at anvende tegning som metode til at udforske oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. Vi træffer dette valg, fordi det at dissociere kan anses som en reaktion på en traumatisk oplevelse, der kan være svær at sætte ord på, hvor tegning i den forbindelse kan gøre det muligt for deltageren at udtrykke sig om sine oplevelser og opfattelser vedrørende sine erfaringer med dissociation. Derudover vælger vi som supplement til tegning at udføre et semistruktureret interview, som bidrager til, at deltageren efterfølgende kan sætte ord på sin tegning. Eksempelvis vil vi stille deltageren spørgsmål til sin tegning, for at få deltageren i tale om sine begrundelser, tanker og fortolkninger i forhold til den. Heraf og i forbindelse med vores fortolkende fænomenologiske ståsted vil fortolkninger af deltagerens tegning udelukkende indgå i analysen med udgangspunkt i de udtalelser og øvrige henvisninger deltageren selv laver til sin tegning. Som følge af vores valg i at udføre interview efter tegneopgaven, vil det semistrukturerede forskningsinterview i det følgende afsnit blive præsenteret og sat i forbindelse med den nærværende kandidatafhandling.

3.5 Semistruktureret interview

Med udgangspunkt i vores forskningsspørgsmål og fænomenologiske og hermeneutiske ståsted, har vi foruden tegning, valgt at foretage semistrukturerede interviews som vores metode til indsamling af empiri.

Interview giver mulighed for at udforske, hvordan det enkelte individ forstår situationer, begivenheder eller fænomener, som udspiller sig i deres liv (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 36) og tillader indsamling af nuancerede beskrivelser, som kan skildre kvalitative forskelligheder (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 51). Der findes flere forskellige former for interviews, herunder det semistrukturerede interview.

Et semistruktureret interview giver adgang til forståelse af menneskers grundlæggende oplevelse af deres levede verden (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 49). Ved et semistruktureret interview har man ofte forberedt nogle spørgsmål eller emner, som man ønsker at berøre, hvilket giver en forudgående ramme og retning for selve interviewet (King & Hugh-Jones, 2019, p. 123). Ved et semistruktureret interview er disse

spørgsmål dog ikke styrende for forløbet, og de kan stilles, når de føles naturlige og i den rækkefølge, der er virker passende for samtalen. Friheden ved et semistruktureret interview gør, at deltageren har mulighed for at påvirke, hvilken retning interviewet tager, og det muliggør derudover, at man som forsker kan forfølge emner, som ikke nødvendigvis har været forventet eller planlagt (King & Hugh-Jones, 2019, p. 123). Semistruktureret interview muliggør også dialog (Pietkiewicz & Smith, 2012, p. 365), hvilket gør, at vi i vores specialeundersøgelse kan spørge ind til det, deltageren vælger at dele med os, og samtidig tillader det vores deltagere at sætte spørgsmålstejn ved vores udlægninger, og klargøre mulige misforståelser eller fejltolkninger. Dette sikrer en generel fælles forståelse for, hvad vi taler om og styrker kvaliteten af vores indsamlede empiri.

Semistruktureret interview giver ofte adgang til viden om fænomener, som udspiller sig i andre menneskers livsverden (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 35). Netop livsverdensperspektivet er omdrejningspunktet i et af vores videnskabsteoretiske ståsteder, fænomenologien, og derfor er der sammenhæng mellem valget af semistruktureret interview som metode og fænomenologi, fordi semistruktureret interview netop muliggør forståelse for deltagernes levede erfaring med dissociation. Yderligere giver semistruktureret interview os mulighed for at indsamle præcise beskrivelser af konkrete oplevelser og episoder, hvilket går i spænd med vores brug af IPA. Formålet med IPA er at undersøge og få en så korrekt forståelse af en persons psykologiske og sociale verden, som lader sig gøre, og dette muliggør et semistruktureret interview, hvor deltagerne frit kan introducere og beskrive deres livsverden, og af den grund er semistruktureret interview også den foretrukne metode hos IPA-forskere (Smith & Osborn, 2004a, p. 233).

I denne kandidatafhandling vil vi bruge semistruktureret interview til at udforske, hvordan deltagerne skaber mening med deres tegninger ved at spørge ind til deres tegning, deres tankeprocesser bag udførelsen og deres visualisering af dissociation gennem tegningen. Yderligere muliggør semistruktureret interview, at vi kan spørge ind til aspekter, som undersøgelsesdeltageren ikke nødvendigvis har berørt i sin tegning, og gennem interview som metode kan vi spørge vores undersøgelsesdeltagere, hvordan de forstår dissociation som fænomen, hvordan dissociation opleves i konkrete situationer, og hvordan det påvirker dem.

3.5.1 Interviewguide

Til udførelsen af vores semistruktureret interview vælger vi at udforme en interviewguide. En interviewguide består af en række spørgsmål med tilhørende uddybende og opklarende spørgsmål, som har til formål at udlede mest mulig relevant information fra deltagerne (Langdridge, 2007, p. 65). Interviewguiden skal ses som et forslag til mulige retninger for samtalen og skal ikke følges rigidt. Semistruktureret interview tillader, at man ikke følger guiden lineært, og at man tilvælger og frasorterer spørgsmål, alt efter hvordan samtalen udfolder sig (Smith & Osborn, 2004b, p. 57).

Vores interviewguide giver os en mulig struktur, som kan facilitere og være med til at sikre, at vi får informationer, som kan hjælpe os til at besvare vores forskningsspørgsmål. Samtidig tillader den løse struktur, at vi kan frasortere spørgsmål, som muligvis allerede er besvaret eller fremstår irrelevant, for hvad deltageren fortæller os. Den fleksible brug af guiden kræver også, at man som interviewer skal være aktivt lyttende og lade deltagerens fortællinger styre retningen for interviewet. Man tilgår interviewet med det udgangspunkt, at deltageren er ekspert på det område, som ønskes undersøgt, og derfor er det deres vej, man skal følge, og ikke omvendt (Smith et al., 2022, p. 61). Vi vil sørge for at følge deltagerens fortællinger ved at stille uddybende spørgsmål til det, de fortæller, og tilpasse vores opstillede spørgsmål, så det passer til, hvad deltageren beretter om.

3.5.1.1 Udarbejdelse af spørgsmål til interviewguiden

Ved at gennemse litteraturen indenfor området, man ønsker at undersøge, kan man identificere nogle hovedemner som står frem, og disse kan forme strukturen på ens interviewguide (Langdridge, 2007, p. 67). Som tidligere beskrevet har vi på 9. semester udarbejdet et litteraturreview, hvor vi har gransket tilgængelig forskning omhandlende oplevelser af dissociation hos personer, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. Ud fra dette litteraturreview har vi fået en stor viden, om hvilke emner og temaer der ofte er aktuelle og beskrevet, når man undersøger oplevelsen af dissociation, og vi udarbejder vores spørgsmål til vores interviewguide med udgangspunkt i denne viden. Dermed udgør vores litteraturreview baggrunden og rationalet bag udviklingen af vores spørgsmål til interviewguiden.

Vi forsøger i vores interviewguide at formulere spørgsmål, som, vi mener, kan facilitere snak og beskrivelser af deltageres oplevelser med dissociation. Passende spørgsmål i et semistruktureret interview ved en IPA-tilgang omhandler blandt andet deltageres minder og tanker (Pietkiewicz & Smith, 2012, p. 365), hvilket vi funderer og formulerer vores spørgsmål ud fra. Vi vil med vores spørgsmål forsøge at lægge op til besvarelser bestående af beskrivelser af konkrete oplevelser med dissociation samt hvilke betydninger, som deltagerne tillægger disse.

Oftest vil man i en interviewguide starte med at stille de bredeste og mest generelle spørgsmål, i håb om at disse er nok til at facilitere snakken og indsamle den nødvendige information (Smith & Osborn, 2004b, p. 60). I vores interviewguide starter vi med at spørge ind til, hvad deltagerne har tegnet, i håb om at tegningen kan danne rammen og udgangspunktet for interviewet og facilitere snak om diverse oplevelser med dissociation. Vi spørger også, om deltageren kan fortælle om en specifik oplevelse med dissociation, og dette betegner Kvale & Brinkmann (2015) som introducerende spørgsmål, der lægger op til spontane fortællinger om en oplevelse indenfor det område, man ønsker at undersøge (p. 190). Senere i interviewet stiller vi mere direkte spørgsmål for at kunne berøre vores opstillede emner i interviewguiden, eksempelvis om deltagerne har oplevet problemer med hukommelsen, kropslige reaktioner, følelsen af kontrol og påvirkning i hverdagen. Dette gør vi for at undersøge om de emner, som vi har fundet i litteraturen, også gør sig gældende for vores deltagere.

Vi formulerer og udarbejder et overordnet spørgsmål til hvert emne i vores interviewguide, som skal stilles først, men foruden disse, udarbejder vi også nogle uddybende og opklarende spørgsmål til hvert af disse. Uddybende og opklarende spørgsmål kan bruges til at omformulere eller konkretisere ens stillede spørgsmål, og dette kan være behjælpeligt, hvis spørgsmålet fremstår for abstrakt eller besværligt at svare på (Pietkiewicz & Smith, 2012, p. 365; Smith et al., 2022, p. 58). Vi formulerer disse spørgsmål med formålet at kunne omdirigere samtalen og omformulere os, hvis det stillede spørgsmål ikke er forståeligt eller ikke medfører ønskede og brugbare beskrivelser. Vores spørgsmål bliver ligeledes formuleret korte og præcise, og vi undgår akademisk sprog, hvilket også bidrager til bedre forståelse af spørgsmålene og gør dem nemmere for deltagerne at besvare (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 186).

3.5.1.2 Udvikling af interviewguiden

Ved udarbejdelsen af en interviewguide bliver man tvunget til at overveje, hvad man håber og forventer at få svar på gennem sit interview, samt hvilke udfordringer der kan opstå i en interviewsituation (Smith & Osborn, 2004b, p. 57). Vi tester om vores spørgsmål kan facilitere brugbare svar ved at gennemgå vores spørgsmål med flere forskellige personer, forinden vi udfører vores interview. Spørgsmålene bliver blandt andet gennemlæst og kommenteret af vores vejleder samt af den daglige leder af frivilligsektionen hos CSM Aalborg. Ved disse gennemlæsninger får vi en forståelse for, hvordan vores spørgsmål kan blive opfattet og tolket. Vi får sparring vedrørende ordvalg, eventuelle følsomme områder og sværhedsgraden af spørgsmålene bliver overvejet og tilpasset.

Vores interviewguide er opdelt i to kolonner, hvor der i den ene kolonne står beskrevet vores formål samt rationalet bag vores spørgsmål og opbygningen af selve interviewet. Den anden kolonne indeholder, hvad vi skal sige og præsentere for deltagerne, herunder vores spørgsmål samt de tilhørende opklarende og uddybende spørgsmål. Se Tegne- og interviewguide i bilag 1.

Forinden afviklingen af vores interview og tegneopgaver indøver vi vores interviewguide og lærer den udenad. Det er en fordel at lære sin interviewguide udenad, så man kan være aktivt lyttende undervejs og tilpasse sine spørgsmål til samtalen, fremfor at tænke i næste spørgsmål (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 47). Vi er samtidig opmærksomme på at være i stilheden og holde tilbage med at udfylde pauserne med spørgsmål, da stilheden er vigtig for interviewet, og det er i de stille perioder, at deltagerne får mulighed for at gennemtænke deres svar og huske tilbage på deres oplevelser (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 49). Vi gør os disse overvejelser, idet semistruktureret interview som metode indebærer en social interaktion og udgør en social praksis (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 35). Det vil sige, at konteksten og interaktionen mellem parterne medkonstruerer de svar, som bliver givet (King & Hugh-Jones, 2019, p. 127). Dette betyder, at vores tilstedeværelse og måden vores spørgsmål er formuleret og bliver leveret på, muligvis vil påvirke de svar, som vi får fra deltagerne.

Ved udførelsen af et semistruktureret interview er det derudover centralt at beskrive og tydeliggøre den sociale kontekst. Ved dette skabes gennemsigtighed og giver mulighed for at tage kritisk stilling til interviewet og kontekstens påvirkning (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 49f). For at få den rette forståelse for betydningen af,

hvad der bliver fortalt i et interview, bør man også overveje stemmeføring og kropssprog (Kvale & Brinkmann, 2015 p. 50). Vi vil forsøge at beskrive og indkapsle stemningen, kropssproget og konteksten for vores interview ved at tage feltnoter under selve undersøgelsen, hvilket uddybes nærmere i næste afsnit.

3.6 Feltnoter

I dette afsnit vil vi argumentere for og beskrive vores brug af feltnoter i dette speciale. Feltnoter er en kvalitativ metode med rødder i antropologien (Szulevicz, 2020, p. 97). Etnografisk feltarbejde omhandler studiet af mennesker i deres hverdagsliv, og som en del af dataindsamlingen anvendes der ofte feltnoter til at dokumentere forskerens observationer og oplevelser (Emerson et al., 2011, p.1). I kvalitativ forskning kan nedskrivning af observationer hjælpe forskeren med at dokumentere indtryk og fortolkning af, hvad der udspiller sig under et interview (Szulevicz, 2020, p. 97). Vi benytter feltnoter i vores speciale, for at dokumentere vores observationer under vores dataindsamling bestående af tegneopgave og efterfølgende interview.

Rationalet for inddragelse af feltnoter i vores speciale udspringer af vores valg af IPA. Dele af fænomenologien medregner det kropslige aspekt af den menneskelige oplevelse, hvilket vi mener lader sig undersøge gennem brugen af feltnoter. Ifølge Merleau-Ponty, er vi mennesker forbundet til verdenen gennem vores kropslighed. Kroppen er ikke blot et objekt, der lader sig observere, men et subjekt, hvorigennem vi oplever og skaber mening. Vores bevidsthed er forbundet til vores krop, som også er forbundet med verdenen. Vi mennesker taler, tænker og perciperer ud fra vores kropslige oplevelser i verden, og vi kan derfor ikke forstå oplevelser uafhængigt af kroppen og konteksten, hvori den er placeret (Merleau-Ponty, 1962, if Langdridge, 2007, p. 37). I fænomenologisk forskning kan det derfor være relevant at medregne og reflektere over kropsligheden, når man vil forstå og beskrive oplevelser (Langdridge, 2007, p. 38).

Finlay (2006) trækker på principperne fra Merleau-Ponty og understreger at fænomenologisk forskning bør inddrage refleksioner over både deltagerens og forskerens kropslige oplevelser (p. 20). Finlay (2006) argumenterer for, at alle oplevelser stammer fra, hvordan de gennemleves med kroppen, og derfor må man inddrage kropslige udtryk for at få adgang til en dybere forståelse af menneskers oplevelser (p. 21). I fænomenologien undersøger man personers livsverden, og livsverden indebærer også

at være kropsligt til stede i verden. Finlay (2006) foreslår, at man medregner den kropslige dimension af livsverdenen ved at observere deltagerens kropslige udtryk i forsøg på at forstå deres følelser. Eksempelvis kan en knyttet næve, røde kinder eller et flakket blik være udtryk for, hvad en deltager føler (Finlay, 2006, p. 22f). Vi mener, at vi med feltnoter kan inddrage det kropslige perspektiv, da de tillader os at nedskrive og have øje for deltagernes krop og det fysiske samspil, der udspiller sig undervejs i interviewet. Dog er vi opmærksomme på, at det kropslige aspekt vil funderes på vores fortolkninger af deltagernes kropslige udtryk og udgør dermed ikke et førstehåndsperspektiv jf. Afsnit 3.3 Blandede metoder.

Når man som forsker arbejder ud fra IPA, kan det derfor være fordelagtigt at anerkende, at menneskers oplevelser af verdenen er kropsligt forankrede, da kroppen eksisterer i en bestemt kontekst, hvor bevægelser, sanser og fysiske oplevelser former ens forståelse af verden (Smith et al., 2022, p. 13-15). Derfor bør IPA forskere inddrage sanseoplevelser og kropslige reaktioner som en del af analysen, hvilket vi ønsker at opnå gennem brugen af feltnoter.

Feltnoter kan omfatte observationer af deltagernes kropssprog, tonefald og andre ikke-verbale signaler, som kan bidrage til en dybere forståelse af deres oplevelser. Noter taget under et interview kan bidrage med værdifuld indsigt og forståelse for den sociale kontekst og den emotionelle tone, og denne forståelse kan være relevant for transskriptionen og den efterfølgende analyse (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 184). I vores undersøgelse inddrager vi det kropslige ved at spørge deltagerne ind til deres oplevelse i kroppen under dissociation. Derudover medregner vi kropsligheden gennem vores feltnoter ved at nedskrive og overveje deltagernes kropssprog under tegneopgaven og interviewet. Dette giver os mulighed for at overveje, hvordan deltagernes oplevelse af dissociation manifesterer sig og kommer til udtryk rent kropsligt, hvilket kan bidrage til en dybere forståelse af deres oplevelse.

Vi vælger i dette speciale at tage feltnoter undervejs, når deltagerne udfører tegneopgaven og interviewet. Vi vælger at være to til stede under hvert interview, hvoraf den ene vil skrive feltnoterne. En uskreven regel for at udføre feltnoter, er at de skal nedskrives af forskeren kort tid efter endt interview, så de forbliver friske i erindringen (Flick, 2023, p. 313). Ved at være to til stede under vores undersøgelse kan vi nedskrive nonverbale udtryk i realtid og sikre, at observationerne ikke går tabt. Særligt

udførelsen af tegneopgaven lader sig ikke belyse og dokumentere gennem lydoptagelser og transskriptioner, og feltnoter vil derfor være en vigtig metode til at kunne belyse og dokumentere, hvordan deltagerne tegner deres tegning.

3.7 Rekruttering af undersøgelsesdeltagere

Følgende afsnit vil præsentere vores overvejelser af og processen med rekruttering af undersøgelsesdeltagere. Målgruppen for undersøgelsen er voksne, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. Vi definerer voksen, som en person over 18 år, hvor barndommen bliver defineret fra 0-17 år. Derudover var det også et kriterie for at medvirke, at deltagerne havde oplevet dissociation.

To af specialegruppens medlemmer arbejder som frivillige ved CSM i Aalborg. CSM er et gratis rådgivnings- og behandlingstilbud, som både består af en frivillig- og behandlingssektion for voksne med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen. Tilbuddet består blandt andet af psykologbehandling, socialrådgivning samt rådgivende samtaler med frivillige (Center for Seksuelt Misbrugte, 2025).

Vi kontaktede i forbindelse med vores speciale CSM for at høre om muligheden for at rekruttere informanter gennem dem, hvilket de tilbød. CSM opererer med WHO's definition af seksuelle overgreb i barndommen, og dette er samme definition, som vi arbejder ud fra i dette speciale. Ved at deltagerne blev rekrutteret gennem CSM, godtog vi, at de havde været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, som passer til vores forståelse heraf.

3.7.1 Rekrutteringsproces

Der kan være skyld, skam og tabu forbundet med seksuelle overgreb i barndommen, hvilket kan gøre det svært, at rekruttere deltagere fra denne målgruppe. Dette havde vi også for øje, da vi skulle påbegynde rekrutteringsprocessen for vores undersøgelse. Vores rekrutteringsproces foregik udelukkende gennem CSM, hvilket betyder, at vi ikke har søgt informanter udenfor CSM.

I dialog med CSM lavede vi en flyer, som vi hang op i deres lokaler i både Aalborg og Aarhus, og lagde også eksemplarer af flyeren på bordene rundt omkring i lokalerne, som brugerne i CSM kunne tage med hjem og kigge på. Flyeren, som udgør Bilag 2, indeholder vigtige informationer om undersøgelsens indhold og udførelse. Der står eksplicit i flyeren, at man som deltager ikke vil blive spurgt ind til detaljer om

sit overgreb. Dette valgte vi, da vores interessefelt primært omhandler oplevelsen af dissociation og ikke beskrivelser af overgreb, samt at det muligvis ville afskrække nogle deltagere fra at melde sig, hvis de troede, at de skulle fortælle om deres overgreb.

Yderligere præsenterede to af gruppens medlemmer specialet ved det åbne café-tilbud, som findes ved CSM i Aalborg og i Aarhus. Gruppens to medlemmer fortalte her kort om, hvad der ville blive forventet til undersøgelsen eksempelvis, at der ville være en tegneopgave. Vi valgte at gøre dette udover flyeren, for at give brugerne mulighed for at spørge ind til undersøgelsen samt se, hvem der var bag undersøgelsen, da vi i dialog med fagpersonale i CSM vurderede dette hensigtsmæssigt, grundet at målgruppen kan have svært ved at have tillid til andre. Vores rationale for mundtligt at præsentere specialet ved cafétilbuddet var derfor, at det muligvis kunne bidrage til, at nogle brugere ville være mere komfortable med at deltage og dermed også tilmelde sig undersøgelsen.

Rekrutteringsprocessen varede omkring tre uger, og ni deltagere meldte sig til at deltage i undersøgelsen. Alle ni deltagere tog selv kontakt til specialgruppen enten via flyeren eller efter at have hørt om undersøgelsen i cafétilbuddet, og korrespondancen foregik over SMS med en af gruppens medlemmer. Da interviewtidspunktet nærmede sig, valgte tre af deltagerne at aflyse på dagen og trække deres deltagelse tilbage, hvorefter vi havde seks deltagere. Vi havde i specialegruppen en målsætning om tre til fem deltagere, og vi havde med denne målgruppe forventet en vis usikkerhed, da det kan være en sårbar målgruppe, hvorfor vi også havde inddraget flere deltagere, end vi forventede at bruge i analysen.

Da vi havde udført tegning og interview med de resterende seks deltagere, sorterede vi én af deltagerne fra. Grunden til dette var, at deltageren blev nødt til at afbryde undersøgelsen før tid, da vedkommende fik et vigtigt opkald og ikke kunne fortsætte efter dette. Vi informerer ikke den pågældende deltager om fravælgelsen, da vi vurderer, at det muligvis ikke er hensigtsmæssigt og gavnligt for deltageren at vide, da det potentielt kan igangsætte tanker hos vedkommende om at være utilstrækkelig, føle afvisning, eller de kan opleve at dennes fortællinger ikke bliver anerkendt.

Indenfor IPA forsøger man at arbejde med en så homogen gruppe som muligt. Dog kan emnet for undersøgelsen være så specifikt, at samplet bliver homogent på andre måder end alder og køn (Smith & Osborn, 2004b, p. 54). For vores speciale har vi en målgruppe, som kan være svær at rekruttere fra, hvorfor vores målgruppe ikke har en høj grad af homogenitet i form af køn og alder, men vores sample kan ses at

være homogen i den forstand at alle vores deltagere har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen samt oplever dissociation. Nedenfor ses et skema med korte præsentationer af de endelige fem deltagere, som inddrages i specialet.

<i>Anders</i>	Anders er en 49-årig mand, som er førtidspensionist. Han har PTSD og har været i længere behandlingsforløb i psykiatrien. Anders er tidligere håndværker. Han har skiftet navn fra Thomas, fordi det gamle navn var en trigger for ham. Anders fortæller, at hans traumer stammer fra sin opvækst i sit barndomshjem, hvor han voksede op sammen med sin søster. Anders beskriver sin overgrebsperson som monsteret.
<i>Beate</i>	Beate er en 38-årig kvinde, som er førtidspensionist. Beate har PTSD og har tidligere haft depression. Beate beskriver selv, at hun forsøger at hygge sig i sin dagligdag og har en interesse for film og tv-serier. Beate bor alene med sin hund i en mindre by, og hun deler i undersøgelsen ikke detaljer om overgreb eller overgrebsperson(er).
<i>Carl</i>	Carl er en 36-årig mand som til dagligt arbejder i en butik. Carl er vokset op i en familie med alkoholmisbrug, hvor både hans far og stedfar har haft et alkoholmisbrug. Carl forklarer, at han har haft svært ved at tro på og acceptere, at han dissocierer. Carl beskriver et behov for, at andre observerer hans dissociation for, at han kan få bekræftet, at det rent faktisk sker. Carl deler under undersøgelsen ikke detaljer om overgreb eller overgrebsperson(er).
<i>Ditte</i>	Ditte er en 59-årig kvinde. Hun har en 35-årig søn og to børnebørn. Ditte er førtidspensionist, men fortæller at hun tidligere har drømt om at blive psykolog, men grundet omstændighederne har dette ikke

	kunne lade sig gøre. Ditte har taget forskellige efteruddannelser indenfor psykoedukation, hvilket har givet hende redskaber, som hun bruger dagligt. Ditte fortæller om sine to overgrebsmænd, Per og Jan. Per groomede Ditte, fra hun var 4 år, og han begik overgreb mod hende fra hun var 6 til 12 år. Ditte flygtede hjemmefra som 15-årig, hvor hun mødte en mand, Jan, som begik overgreb på hende og holdt hende indespærret i en periode. Ditte lider af spiseforstyrrelse, og har BED og bulimi.
<i>Ellen</i>	Ellen er en 31-årig kvinde. Hun har to børn og en mand, hvor begge børn har særlige behov, som hun bruger meget tid på, og hun beskriver selv, at hun prioriterer at være mor. Ellen beskriver, at hun har haft en hård barndom med meget ansvar, og det var hendes far, som udsatte hende for overgreb. Hendes mor havde høje krav til Ellen, og hun udførte mange af de huslige pligter såsom at tage opvasken og handle ind, samtidig med hun også tog sig meget af sin lillebror. Ellen nævner selv, at hun har ADHD og har mistanke om også at have autisme.

3.8 Undersøgelsesprocedure

Følgende afsnit er en beskrivelse af proceduren for afholdelsen af vores undersøgelse.

Vores undersøgelse fandt sted i CMS's lokaler som var aflukkede og velkendte for deltagerne. Vi placerede deltagerne, så de havde udsyn til døren, for at give dem en tryghed og overblik over lokalet. Interviewet blev optaget på en diktafon som var placeret på bordet, hvor der også lå et stykke hvidt A-4 papir, en blyant og 12 farveblyanter i forskellige farver. Ved hvert interview deltog to gruppemedlemmer, hvor den ene skulle styre selve interviewet og stille spørgsmål ud fra vores interviewguide, og den anden skulle agere observatør og nedskrive feltnoter undervejs. Vi havde afsat cirka en time til tegneopgave og interview, men tillod at vi stoppede før eller gik over tid, hvis dette blev aktuelt.

Vi startede vores undersøgelse med en præsentation af os og kandidatspecialets formål samt en præsentation af deltagerens rettigheder, som stod beskrevet i den udliveredede samtykkeerklæring, som udgør Bilag 3. Vi bad efterfølgende deltageren om at fortælle om dem selv, dette for at lægge blidt fra start og få gang i samtalen samt for at få en forståelse for deres hverdag. Efterfølgende valgte vi at spørge ind til, hvordan deltageren forstår dissociation. Her bad vi dem endnu ikke om at dele deres oplevelser, men vi ønskede at høre, hvordan de forstår dissociation som fænomen, og hvad det indebærer. Efter at have hørt deres forståelse, præsenterede vi en definition af dissociation og fortalte kort om, hvad det kan indebære. Årsagen til dette er, at vi både gennem vores litteratursøgning og samtale med brugerne og professionelle i CSM er blevet opmærksomme på, at flere mangler en grundlæggende forståelse for, hvad dissociation er, og hvad der kan kategoriseres som dissociation. Vi valgte derfor kort at skitsere dissociation op som fænomen, så deltagerne havde en bedre forståelse for, hvad vi undersøger, og hvad samtalen kunne indeholde.

Efter dette påbegyndte vi tegneopgaven, hvor vi bad deltagerne tegne en tegning, der viser, hvordan de oplever dissociation. Vi satte ingen krav til, hvad tegningen skulle indeholde, og der var ingen tidsbegrænsning på opgaven. Efter deltageren havde tegnet deres tegning, påbegyndte vi dialogen om deres tegning og oplevelser med dissociation. Vi startede med at spørge ind til deltagerens tegning og dens indhold. Efter at have spurgt ind til tegningen forklarede vi deltageren, at vi nu ville stille yderligere spørgsmål til deres oplevelse af dissociation, og vi opfordrede deltageren til at fortælle og besvare spørgsmålene ud fra deres tegning. Ligeledes forsøgte vi selv at koble vores spørgsmål på deltagerens tegning undervejs, hvis dette var relevant. Ved enkelte spørgsmål havde vi i interviewguiden skrevet en kort forklaring og rammesætning, som vi præsenterede, forinden vi stillede spørgsmålet, så deltageren havde en bedre forståelse for, hvad vi præcis spurgte om, og vi undgik mulige misforståelser. Eksempelvis fortalte vi, at dissociation kan komme til udtryk som kropslige reaktioner som for eksempel følelsesløshed, ubehag eller smerte, forinden vi spurgte om deltageren oplever noget i deres krop under dissociation.

Som afslutning på vores undersøgelse blev observatøren spurgt, om denne havde noget at tilføje eller ønskede at spørge ind til. Efterfølgende foretog vi en debriefing, da det at deltage i et interview kan være en emotionel oplevelse, og kan efterlade deltagerne med blandede følelser. Nogen kan for eksempel sidde med følelsen af at have delt for meget eller at mangle at uddybe dele fra samtalen og derfor bør man følge op

på deres oplevelse af deltagelsen til sidst i interviewet (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 183f). I vores undersøgelse blev deltagerne bedt om at dele deres tanker om et svært og følelsesvækkende emne, og de blev også bedt om at udføre en tegneopgave, som med stor sandsynlighed har været en uvant opgave for dem. Af den grund spurgte vi ind til, hvordan de havde oplevet det at skulle tegne og efterfølgende fortælle om deres oplevelser med dissociation. Vi spurgte også, om de ønskede at tilføje noget mod afslutningen, og fortalte dem, at de altid måtte kontakte os eller henvende sig til personalet i CSM, hvis de fik behov for at vende deres oplevelse med nogen.

Efter endt undersøgelse henvendte én deltager, Carl, sig til os, for at uddybe sine oplevelser med dissociation, som han ikke fik fortalt om, da han oplevede at dissociere under selve undersøgelsen. Hvis man bliver præsenteret for ny information efter afslutningen på ens undersøgelse, skal man vurdere, om dette kan være relevant for analysen, og hvis dette er tilfældet, bør man spørge deltageren, om man må nedskrive og bruge den nye information, man er blevet givet (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 183). Vi vurderede, at Carls tilføjelser var relevante og adspurgte ham derfor, om vi måtte nedskrive og bruge hans tilføjelser, hvilket han gav mundtligt samtykke til. Tilføjelserne til Carls interview er dokumenteret sammen med transskriptionen af interviewet i Bilag 6.

3.9 Transskribering

I dette kandidatspeciale blev samtlige interviews optaget på en diktafon og efterfølgende transskriberet verbatim, hvilket betyder, at det sagte i vores interview forsøges gengivet så ordret som muligt i tekstform. Vi har valgt at foretage en simpel transskription, da dette er tilstrækkeligt for vores undersøgelse, hvor vi ønsker at foretage en IPA. En fortolkende fænomenologisk analyse fokuserer ikke på sprogets mikro-niveau, men derimod på oplevelser og oplevelsernes betydninger for deltagerne, hvorfor det er mest hensigtsmæssigt at inkludere færrest sproglige detaljer i transskriptionen (Langdridge, 2007, p. 74f). Ved transskription af interview forvandles mundtlig samtale til skreven tekst, som skal kunne indgå i en analyse, og transskribering indebærer dermed tolkning af, hvad der bliver sagt, hvordan det bliver sagt, og hvordan dette skal nedskrives (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 235).

Når man foretager transskriptioner til en IPA, skal man inkludere det, som kan synes at være vigtigt for selve analysen (Smith et al., 2022, p. 69), og derfor medregner

vi elementer som lange pauser, suk, latter, stemning, toneleje og ironi. Disse elementer kan nemlig være centrale for at forstå deltagerens oplevelse af dissociation og kan være brugbare at medregne i vores fortolkende fænomenologiske analyse.

Vi undlader unødvendige gambitter som eksempelvis “øhm” “mmh” eller “ja”, da vores fokus er på indholdet og ikke de sproglige nuancer. Vi laver også disse undladelser for læsevenlighedens skyld og for at styrke forståelsen samt holde fokus på essensen af oplevelserne af dissociation.

Af etiske årsager og for at sikre fortrolighed har vi anonymiseret navnene på alle deltagerne samt andre genkendelige informationer som for eksempel bynavne, familiemedlemmer og arbejdspladser. Vi har i vores transskription angivet med *kursiv*, når vi som interviewer eller med-interviewer stiller spørgsmål og almindelig tekst angiver, når deltageren taler. Vi har tilføjet linjenumre i hver transskription, og disse bruges som henvisninger til citater hentet fra transskriptionerne i analysen.

Vores transskriptioner udføres med udgangspunkt i nedenstående simple guide:

[I] = Interviewer

[A] = Anders (forbogsstav på navn af anonymiseret deltager)

[MI] = Med-interviewer

Understreget ord = Angiver hvis der lægges særligt tryk på ordet

-- = Angiver afbrudte sætninger

... = Angiver pauser i talen

() = Angiver stemningsbeskrivelser for eksempel grin, ironi og toneleje

VERSAL – Angiver hvis der råbes eller tales højt

(utydelig tale) = Angiver hvis der er passager eller sætninger som ikke kan tydes

Vi har transskriberet vores data med hjælp fra et AI-transskriberingsværktøj. Vi har benyttet *Whisper Transcription*, som er en applikation, der kan tilgås på DeiCs interaktive HPC-plattform, UCloud. Vi har adgang til denne platform gennem Aalborg Universitet, hvor vi sikkert kan uploade, opbevare og slette fortrolige og følsomme data. Vi foretog transskriptionerne ved først at uploade lydfileerne til UCloud, og dernæst fik vi AI-programmet til at transskribere det, som blev sagt på lydfileerne. Dette gav os et udkast på transskriptioner af vores interviews. Udkastene, som blev produceret af AI-

programmet, var dog ikke færdige versioner, og ved nærmere gennemlæsning fandt vi, at der var flere steder, hvor det ikke var lykkedes programmet at gengive præcist, hvad der blev sagt i vores interviews. Vi valgte derfor at bruge udkastene, men vi sikrede en korrekt og fyldestgørende transskription ved at afspille lydfilerne, imens vi gennemgik udkastene, og her rettede vi manuelt ukorrekte passager. AI-programmet kunne ikke tilføje elementer som for eksempel pauser, ironi og toneleje, hvilket vi manuelt tilføjede under gennemgangen af udkastene.

Det kan være en fordel, at den, som udfører interviewet, også udfører transskriberingen, da denne person kan have en bedre forståelse for konteksten, og hvad der udfoldede sig under selve interviewet og bedre kan huske, hvad der blev sagt og hvordan (Tanggaard & Brinkmann, 2020a, p. 51). Dette har vi valgt at efterfølge for at sikre de bedst mulige transskriptioner og mindske risikoen for fejltolkning. Vi har også valgt at transskribere kort tid efter vores interview blev udført for at sikre, at de stod klart i hukommelsen og dermed blev så korrekte og fyldestgørende som muligt. Transskriptionerne af de enkelte interviews er vedhæftet som Bilag 4, 5, 6, 7 og 8

3.10 Kvalitetskriterier

Kvalitetskriterierne indenfor kvalitet forskning kan være forskelligartede, hvor den enkelte forsker i sin undersøgelse kan lægge vægt på nogle af disse forskellige kriterier for kvalitet (Tanggaard & Brinkmann, 2020b, p. 667). I følgende afsnit præsenteres kvalitetskriterierne *transparens*, *metodologisk refleksion*, *kohærenskriteriet* og *gyldighed* og sættes i forbindelse med nærværende kandidatspeciale.

Et af de kvalitetskriterier, der findes indenfor kvalitativ forskning, er transparens, hvilket indebærer en stræben efter gennemsigtighed, hvor forskeren klargør sine valg, metode, rationale bag metode og fremgangsmåde (Olsen, 2003, p. 3; Tanggaard & Brinkmann, 2020b, p. 658).

Vi er i vores speciale transparente ved at præsentere vores valg og fremgangsmåde i vores metode i form af vores procedure, rationale for valg af metode, samt hvordan vi fandt frem til vores temaer gennem IPA med mere. I vores analyse er vi transparente ved at inddrage citater og eksempler for at vise, vi er empirinære samt for at tydeliggøre for læseren, hvor vores fortolkninger stammer fra.

Transparens ses yderligere ved, at forskeren skal bestræbe sig på at være åben omkring, hvilket perspektiv, både teoretisk og personligt, som de tilgår undersøgelsen

med (Tanggaard & Brinkmann, 2020b, p. 661). Vi præsenterer i specialet kort dele af det litteraturreview, som vi foretog på 9. semester, hvis fund præger vores tilgang i specialet, blandt andet i brugen af tegning. Vi præsenterer derudover også læseren for vores forforståelser om emnet, for at være gennemsigtige med de personlige erfaringer, som vi har med emnet. På denne måde søger vi at være transparente på flere niveauer, så læseren så vidt som muligt kan følge vores valg samt forstå vores udgangspunkt for undersøgelsen.

Udover kvalitetskriteriet transparens pointerer Olsen (2003), at kvalitet i et kvalitativt interviewstudie især omhandler i hvilken grad, der kan ses metodologisk refleksion, som indebærer en stillingtagen til og refleksion over de valg, som man træffer i sin undersøgelse samt, at dispositionen af ens undersøgelse skal være velbegrunder i forhold til metodisk litteratur (p. 5). Dette kvalitetskriterie ses i vores speciale ved, at vi begrundet vores valg af metoder gennem blandede metoder, triangulering og multi-modalitet, samt vi reflekterer over, hvordan vores valgte metoder afspejler vores videnskabsteoretiske ståsted, fænomenologi og hermeneutik.

I forlængelse af metodologisk refleksion kan kohærenskriteriet også ses relevant for kvalitet i kvalitativ forskning. Kohærenskriteriet omhandler, at der skal være intern konsistens mellem delene i en undersøgelse, med andre ord en rød tråd (Olsen, 2003, p. 3; Tanggaard & Brinkmann, 2020b, p. 663). Kohærenskriteriet ses i vores speciale i form af, at der er konsistens mellem vores forskningsspørgsmål, videnskabsteoretiske ståsted, metoder til empiriindsamling samt analysetilgang.

Formålet indenfor kvalitativ forskning er ikke at sige noget generelt, som er universelt gældende, men derimod at finde viden om en specifik kontekst, som muligvis kan bidrage til at forstå andre lignende kontekster. Forskeren bør gøre sig grundige overvejelser om, hvordan resultaterne i den givne undersøgelse er overførbare, samt sammenligne dem med allerede eksisterende teori og litteratur på området (Firestone, 1993, p. 17; Roald & Køppe, 2008, p. 95). I vores speciale ses dette kvalitetskriterie i, at vi vil forholde os til vores resultater om oplevelsen af dissociation i diskussionsafsnittet, hvor vi vil holde vores resultater op mod den eksisterende forskning og teori, samt diskutere hvorvidt de aspekter af oplevelsen, som vi fandt, kan overføres til andres oplevelser af dissociation.

Et yderligere kvalitetskriterie indenfor kvalitativ forskning er gyldighed (Tanggaard & Brinkmann, 2020b, p. 658). Ved gyldighed menes, hvorvidt studiet undersø-

ger det, som det har til hensigt at undersøge, hvilket også kan oversættes til troværdigheden i studiets fund (Flick, 2023, p. 492f). Dette kriterie trækker tråde tilbage til det først præsenterede kriterie, transparens, da man som forsker, også opnår troværdighed ved at være gennemsigtig med ens til- og fravalg og hele undersøgelsesprocessen. For vores speciale forsøger vi at opfylde dette kriterie ved hele tiden at forholde os til, om vi undersøger vores forskningsspørgsmål, og ved at have oplevelsen af dissociation for øje i de valg, som vi træffer.

3.11 Etik

Det følgende afsnit vil berøre vigtige etiske overvejelser og problematikker, der er relevant for dette kandidatspeciale.

Kvalitative forskere tilgår og arbejder med deres undersøgelsesdeltagers unikke oplevelser og opfattelser, hvoraf en forsker vil komme til at holde dele af en deltagers liv i sine hænder og deraf må handle nænsomt i arbejdet med disse informationer (Brinkmann, 2020, p. 589). Herunder ses der en balance i at handle etisk forsvarligt i forhold til såvel *mikro-* som *makroetik*, da samfundsforskning bør gavne både menneskelige og videnskabelige interesser (Brinkmann, 2020, p. 593; Flick, 2023, p. 123; Kvale & Brinkmann, 2015, p. 106). Mikroetikken handler om at sikre undersøgelsesdeltagerenes anonymitet og rettigheder samt dennes velbefindende i forhold til sin deltagelse i en undersøgelse. Makroetikken består i at tage hensyn til de sociale og samfundsmæssige konsekvenser udførelsen af forskning kan bringe med sig, samt at sikre at forskningen bidrager med ny viden og ikke blot finder sted for forskningens skyld (Flick, 2023, p. 123).

I forbindelse med det nærværende kandidatspeciale består den samfundsmæssige og makroetiske relevans i at beskæftige sig med oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, da fund fra undersøgelsen kan bidrage til en øget forståelse for, hvad dissociation er, samt hvordan det påvirker individet. Derudover kan undersøgelsen muligvis også bidrage til viden om tegning som middel i arbejdet og udforskning af dissociation. Dette kan medvirke til, at fagprofessionelle kan få en øget forståelse af fænomenet og dets konsekvenser, hvilket kan spille en vigtig rolle i interventionen og behandlingen af mennesker, som oplever dissociation.

Med hensyn til mikroetik kan det informerede samtykke være med til at sikre, at en undersøgelsesdeltager er vidende om indholdet af og formålet med undersøgelsen samt sine rettigheder i forbindelse med sin deltagelse i forskningen, blandt andet anonymitet, fortrolighed og at deres deltagelse er frivillig (Brinkmann, 2020, p. 598; Flick, 2023, p. 120f, 123f; Gourlay, 2010, p. 86; Kvale & Brinkmann, 2015, p. 116). Det informerede samtykke kan både indhentes mundtligt og skriftligt i form af at underskrive en samtykkeerklæring. I dette kandidatspeciale har vi udformet en skriftlig samtykkeerklæring, som fremgår af Bilag 3, og denne blev underskrevet af undersøgelsesdeltagerne inden undersøgelsen påbegyndtes, og deltagerne fik et eksemplar af erklæringen med sig hjem efterfølgende. Heri blev deltagerne informeret om, hvordan deres tegninger og udtalelser ville blive anvendt, tolket og inddraget i kandidatspecialet.

Vedrørende undersøgelsesdeltageres ret til fortrolighed er det vigtigt at opbevare data forsvarligt i overensstemmelse med den Europæiske Unions GDPR-regler, så ingen, der ikke skal have adgang til datamaterialet, kan tilgå det (Flick, 2023, p. 127, 130). Vi optog undersøgelserne på en håndholdt diktafon, hvor lydfiler efterfølgende blev overført til et USB-stik, som specialegruppens medlemmer herfra fik adgang til at overføre til vores respektive computere med henblik på transskribering og dataanalyse. Samtykkeerklæringerne og tegningerne, som undersøgelsesdeltagerne producerede, blev efterfølgende opbevaret sikkert og forsvarligt. Tegningerne blev derudover scannet og omdannet til elektroniske billedfiler, så de kunne inkluderes i vores IPA. Alt datamateriale er dermed blevet opbevaret sikkert og fortroligt og vil efterfølgende blive bortskaffet forsvarligt.

I forhold til at sikre undersøgelsesdeltagerens anonymitet, skal personfølsom information, såsom navn eller beskæftigelse, udelades, hvis de er unødvendige, eller ændres og pseudonymiseres (Brinkmann, 2020, p. 597; Flick, 2023, p. 126f, 130; Kvale & Brinkmann, 2015, p. 117f). I transformationen fra talt til skrevet data ses et etisk dilemma i interessen for at udforske og forstå dele af et menneskes private liv og begrænsningen i ikke forsvarligt at kunne lægge beskrivelser heraf åbent frem til offentligt skue (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 107). På baggrund heraf har vi anonymiseret personfølsomme informationer om deltagerne i vores transskriptioner, men dette på en måde hvor flest mulige relevante informationer er bevaret i deres oprindelige form, som de er overleveret fra den specifikke deltager, uden at denne kan identificeres herudfra.

I vores mikroetiske arbejde med at sikre deltagernes velbefindende under undersøgelserne, har vi yderligere gjort en række forskellige tiltag. Eksempelvis informerede og forsikrede vi deltagerne om, at deres kunstneriske eller tegnefærdighedsmæssige kompetencer ikke havde nogen betydning for undersøgelsen. Dette ses vigtigt, da det kan medvirke til at sænke det præsentationspres, deltagerne eventuelt kunne have herved i forbindelse med anvendelsen af visuelle metoder (Gourlay, 2010, p. 86).

Derudover orienterede vi deltagerne om, at vi i undersøgelsen var interesseret i at blive klogere på, hvordan dissociation opleves for dem personligt, men at vi ikke ville stille spørgsmål til deres seksuelle overgreb, hvoraf vi hermed lod det være op til den enkelte deltager at vurdere, hvor megen information de ønskede at dele med os. Yderligere var vi opmærksomme på risikoen for, at deltagerne kunne dissociere under undersøgelsen, hvortil vi havde forberedt os på, hvordan vi potentielt kunne håndtere dette på den mest hensigtsmæssige og hensynsfulde måde for deltageren, hvilket fremgår af vores interviewguide.

Vi har yderligere taget stilling til den målgruppe, som vi arbejder med i specialet, og gjort os nogle etiske overvejelser heromkring. Personer, som har været udsat for seksuelle overgreb, kan udvikle traumatiserede indre skemaer, som typisk vil medføre høj sensitivitet, selvhad, udsættelse af egne behov og ekstrem optagelse af andres behov og deres motiver (van der Kolk, 2011, p. 263). De vil ofte have en svækkelse af basal tillid til andre mennesker, generelt føle sig utrygge og have svært ved magtrelationer, som kan udmunde i frygt og had. Personer med en traumatisk barndoms historik vil typisk også føle sig utilstrækkelige (van der Kolk, 2011, p. 263f). Ud fra dette forstår vi, at vores deltagere kan udgøre en sårbar målgruppe, hvilket vi skal være særligt opmærksomme på under undersøgelsen.

Rent praktisk, valgte vi derudover i samarbejde med CSM at foretage undersøgelserne i CSM's lokaler i henholdsvis Aalborg og Aarhus. Dette gjorde vi for at skabe trygge og genkendelige rammer for deltagerne, der kan være sensitive over for forandringer og nye situationer, hvor de ikke oplever at have kontrol. Derudover udgjorde lokationen yderligere en form for sikkerhedsnet, hvor vi kunne rådføre os med erfarne psykologer, hvis vi skulle støde på udfordringer under undersøgelserne, som var af mere akut eller alvorlig karakter. Endvidere er to af specialegruppens medlemmer tilknyttet CSM Aalborg som frivillige, blandt andet som værter i organisationens café-tilbud. I den forbindelse har nogle af undersøgelsesdeltagerne stiftet bekendtskab med

specialegruppens medlemmer på forhånd, hvilket yderligere kan skabe en tryghed for deltagerne i forbindelse med deres deltagelse i den nærværende undersøgelse. Herudover gør undersøgelsesdeltagernes og specialegruppens relation til CSM det muligt at følge op på og gribe deltagerne, hvis de efterfølgende skulle få reaktioner eller have spørgsmål, de ønsker besvaret.

I forbindelse med udførslen af interviews om sårbare emner, skal forskere være opmærksomme på, at den åbne og fortrolige forbindelse, der etableres mellem forskeren og deltageren, ikke resulterer i, at deltageren kommer til at dele mere end denne egentligt har lyst til (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 119). Selvom det i forskning er deltageren, der hjælper forskeren og ikke omvendt, indebærer en metode som interview en ulige magtrelation, hvor forskeren ofte positioneres som den relativt stærkere part i form af sin videnskabelige autoritet (Brinkmann, 2020, p. 596; Kvale & Brinkmann, 2015, p. 122). I den forbindelse er det blandt andet relevant at være opmærksom på, at det kan være svært for en deltager at sige fra under et interview, hvis der for eksempel er noget denne ikke ønsker at svare på eller tale om.

Interviewsituationen kan blive et sårbart rum, særligt når man vil spørge ind til meget personlige og private oplevelser (Brinkmann, 2020, p. 596), hvilket er tilfældet i denne specialeundersøgelse. I den forbindelse er vi opmærksomme på, at relationen mellem os og deltagerne ikke kommer til at tage form som en terapi-lignende situation. I videnskabelige undersøgelser er det ikke hensigten at foranledige forandringer i deltagerens selvopfattelse, som det er gældende i terapi (Brinkmann, 2020, p. 596), og derfor vil vi være opmærksomme på ikke at fremstå overempatiske og tydeliggøre, at der er tale om et samarbejde om fælles udforskning af emnet dissociation.

I forbindelse med ovenstående har vi været opmærksomme på den rolle vores tilknytning til CSM og vores forudgående kendskab til målgruppen og specifikke undersøgelsesdeltagere kunne spille, i forhold til om deltagerne kom til at dele mere om deres personlige liv og oplevelser, end de egentlig havde lyst til. Vi har forsøgt at forebygge dette ved kontinuerligt at minde deltagerne om, at de har ret til eksempelvis at undlade at svare på udvalgte spørgsmål eller sige til, hvis de havde brug for en pause. Grundet vores forudgående kendskab til flere af deltagerne og deres livssituationer var vi også være særligt opmærksomme på ikke at spørge ind til forhold, som deltagerne ikke selv bragte op i interviewet, og ikke lade os farve af oplysninger om deltagerne, som vi måtte kende på forhånd.

Overordnet set er det ikke muligt at formulere etiske regelsæt, som vil kunne anvendes universelt i alle tilfælde af kvalitativ forskning og derfor må forskere løbende have etiske vurderinger for øje i alle faser af deres specifikke undersøgelse (Flick, 2023, p. 119; Kvale & Brinkmann, 2015, p. 114f). I forlængelse heraf har vi i dette kandidatspeciale kontinuerligt haft øje for såvel mikro- og makroetiske problematikker, som er søgt løst på den mest hensigtsmæssige måde, hvor både undersøgelsesdeltageren og undersøgelsens potentielle sociale og samfundsmæssige resultater tilgodeses.

3.12 IPA-procedure

I følgende afsnit præsenteres de stadier, som vi udførte i vores IPA for at nå frem til de temaer, som ses i specialets analyse. Forinden stadiene præsenteres, fremlægges vores forforståelser, som de var, inden vi påbegyndte vores undersøgelse.

3.12.1 Specialegruppens forforståelser

Som tidligere beskrevet havde vi forinden specialets start lavet et tematisk litteraturreview omkring oplevelsen af dissociation på vores 9. semester af kandidatuddannelsen i psykologi på Aalborg Universitet. Her stiftede vi bekendtskab med forskellige beskrivelser af oplevelsen af dissociation, som prægede vores forståelse af emnet, hvilket gjorde, at vi allerede havde en forestilling om, hvordan dissociation kan opleves, eksempelvis i form af at svæve eller ved hukommelsestab. Dog så vi også gennem litteraturreviewet, at oplevelsen kan komme til udtryk på flere forskelligartede og unikke måder, hvorfor vi var åbne for at høre nye beskrivelser, der kunne tilføjes til vores allerede eksisterende viden og udvide vores horisont.

Som beskrevet under 3.7 Rekruttering af undersøgelsesdeltagere, arbejder to af gruppens medlemmer frivilligt ved CSM i Aalborg, hvorfra de har nogle forforståelser med sig. De to medlemmer havde allerede hørt beskrivelser af dissociation fra nogle af brugerne i CSM, som prægede deres opfattelse af oplevelsen. De havde gennem CSM også fået indsigt i nogle af de senfølger, man som voksen kan have efter seksuelle overgreb i barndommen, som ligeledes prægede deres forståelse af målgruppen, herunder ved at være opmærksomme på, at det kunne være en sårbar målgruppe. Derud-

over havde de to medlemmer også stiftet bekendtskab med nogle af undersøgelsesdeltagerne fra CSM gennem deres frivillige arbejde, hvorfor de på forhånd havde et indtryk af, hvordan de var som personer.

Vi har i vores analyse disse forforståelser for øje og tilgår derfor emnet med en opmærksomhed herpå. Vi mener ikke, at det er muligt at sætte fuldstændig parentes om sine forforståelser, som Husserl argumenterede for, men tager i stedet Heideggers tilgang, hvor vi er opmærksomme på vores forforståelser og tilgår oplevelserne af dissociation fra en fortolkende position.

3.12.2 IPA-stadierne

Generelt er IPA-processen idiografisk, ofte med et lille sample og med fokus på det særlige ved deltagernes oplevelser, meningsskabelse og fortællinger (Langdridge, 2007, p. 109f).

Analyseprocessen har derfor fokus på at være dybdegående og kigge på detaljer, og traditionelt set har litteraturen omkring IPA ofte beskrevet denne proces gennem fire stadier. Smith et al. (2022) udvider disse stadier fra fire til syv ved at ændre ved nogle af de klassiske termer indenfor stadierne i IPA-processen. Gennem dette, argumenter de for, at der skabes en mere dybdegående og klar proces for analysen i IPA (Smith et al., 2022, p. 76), og vi vil i følgende speciale benytte deres terminologi og disse syv stadier til vores analyse.

Stadie 1 – læs og genlæs: ved første stadie, er der fokus på at gennemlæse den første transskription. Dette gøres flere gange for at sætte sig ind i det originale data, og det kan være behjælpeligt at lytte til lydfilen af ens interview den første gang, transskriptionen læses igennem, inden man begynder at skrive sine tanker ned i næste stadie (Smith et al., 2022, p. 78).

For vores speciale læste og genlæste hvert gruppemedlem transskriptionen tre gange, hvor vi den første gang også lyttede til lydfilen fra interviewet. Da vi også inddrager tegning i vores analyse, havde vi en kopi af tegningen liggende ved siden af, så vi kunne kigge på den, når undersøgelsesdeltageren begyndte at beskrive den i interviewet. Yderligere inddrager vi også feltnoter i vores undersøgelse, hvorfor vi læste feltnoterne igennem for hver gang, vi læste transskriptionen igen.

Stadie 2 – udforskende notering: ved andet stadie læses transskriptionen igennem igen, dog nu med henblik på at tage udforskende noter til det, som siges i transskriptionen, og ved dette stadie skal man som læser have et åbent sind, og skrive alt det ned, som falder en ind ved genlæsningen.

Med udforskende noter menes både noter til, det deltageren siger, og hvilken betydning det har for deltageren, samt fortolkende noter og andre tanker herom, eksempelvis kommentarer til deltagerens sprogbrug (Smith et al., 2022, p. 79). Ved at læse på denne måde, kommer man som læser i dybden med transskriptionen og får øje for nogle detaljer, som man muligvis kunne overse ved en overfladisk læsning. De udforskende noter skrives i højre margin af transskriptionen. Vi valgte at printe transskriptionen ud og skrive i hånden, da vi på denne måde nemmere kunne sammenligne vores noter med hinanden. Ligesom ved stadie et, forholder vi os på stadie to også til tegningerne og feltnoterne, mens vi skriver vores udforskende noter ned.

Stadie 3 – erfaringsudsagn: ved stadie tre præsenterer Smith et al. (2022) termen *erfaringsudsagn*, som er udsagn, der relaterer sig til undersøgelsesdeltagerens erfaringer og oplevelser, og dennes meningsskabelse af disse, som præsenteres i transskriptionen (Smith et al., 2022, p. 86). På dette stadie opereres der endnu ikke med temaer, men stadig med ens egne og undersøgelsesdeltagernes udsagn, som senere udvikler sig til temaer.

Ved dette stadie arbejdes der mere med de udforskende noter end med transskriptionen, dog stadig med et fokus på, at de erfaringsudsagn, som man finder frem til, afspejler det sagte og usagte i transskriptionen. Hvor de udforskende noter var mere åbne, er erfaringsudsagnene mere gennemarbejdede, hvorved der sættes andre mere præcise ord på deltagernes erfaringer. Her kan der også inddrages citater fra transskriptionen, der kan illustrere et erfaringsudsagn. Denne proces illustrerer begyndelsen på den hermeneutiske cirkel, da man her begynder at dele transskriptionen op i mindre dele, som man senere, gennem flere stadier, samler til en ny helhed med en ny forståelse (Smith et al., 2022, p. 87).

Vi skriver vores erfaringsudsagn i venstre margin på samme udskrevne eksemplar af transskriptionen, som vi lavede udforskende notering på. Vi skrev her også erfaringsudsagn ind, som relaterede sig til tegningen og feltnoter, eksempelvis, hvis en deltagers beskrivelser også ses i deres tegning, eller deres kropssprog understreger en erfaring, som de er ved at forklare.

Stadie 4 - Gruppering af erfaringsudsagn: ved stadie fire kigger man erfaringsudsagnene igennem for den enkelte transskription for at se efter mulige sammenhænge mellem dem. Smith et al. (2022) præsenterer en manuel fremgangsmåde, hvor alle erfaringsudsagnene skrives ned på nogle lapper papir og lægges ud på et bord, så man har overblik over alle erfaringsudsagnene. Man ser her efter sammenhænge mellem papirlapperne, og man kan flytte dem rundt for at se flere forskellige sammenhænge, som skaber en kreativ proces (Smith et al., 2022, p. 91). Der kan gennem denne proces også blive sorteret erfaringsudsagn fra, som ingen sammenhæng har med de andre. Det er også vigtigt, at man ved dette stadie har sit forskningsemne og forskningsspørgsmål for øje, da det kan have betydning for de sammenhænge og grupperinger, som man danner.

Vi havde i specialegruppen lavet vores erfaringsudsagn hver for sig, og det var først ved dette stadie, at vi mødtes fysisk. Vi lagde papirlapper af alle gruppemedlemmernes erfaringsudsagn for den givne transskription sammen på et stort bord for i fællesskab at sammenligne og samle dem til grupperinger.

Stadie 5 – Personlige erfaringstemaer: Ved stadie fem navngiver man de grupperinger, som man dannede ved stadie fire, og laver dermed nogle personlige erfaringstemaer, som referer til, at temaerne her udspringer af en bestemt persons livsverden og erfaringer. Dette udgør en kreativ proces, hvor man forsøger at sammenfatte forbindelserne mellem erfaringsudsagn til samlede personlige erfaringstemaer for den enkelte transskription. Samtidig forholder man de fundne temaer til den originale transskription, for at dobbelttjekke at temaerne afspejler ens originale materiale. Dette er en iterativ proces, da man går frem og tilbage mellem transskription, erfaringsudsagn, grupperinger og temaer, og man tjekker sine egne forståelser op imod, hvad undersøgelsesdeltageren reelt har sagt (Smith & Osborn, 2004b, p. 71f). Vi navngav ved dette stadie de forskellige grupperinger fra stadie fire, og fik en række personlige erfaringsstemaer for den givne transskription med tilhørende undertemaer.

Stadie 6 – Gentagelse af stadiene for hver enkelt transskription: ved stadie seks gentages stadie et til fem for hver enkelt transskription. Vi udførte stadie et, to og tre hver for sig og stadie fire og fem sammen. Det vil sige, at vi læste og genlæste Anders'

transskription, lavede udforskende notering og erfaringsudsagn hver for sig for at mødes og lave sammenhænge og personlige erfaringsstemaer sammen. Derefter gik vi hvert til sit igen og gentog samme proces for de øvrige transskriptioner fra de andre deltagere.

Det er ved stadie seks vigtigt at forsøge, at læse og forstå den næste transskription uafhængigt af de andre, da man skal være opmærksom på, at man ikke blot reproducerer de idéer og temaer, som man har dannet fra den foregående transskription (Langdridge, 2007, p. 111; Smith et al., 2022, p. 99). Dette prøvede vi at efterleve, og vi fandt gennem denne proces både personlige erfaringsstemaer, som var unikke for hver transskription og personlige erfaringsstemaer, som gik på tværs af transskriptionerne. Da vi havde udført stadierne for hver transskription, havde vi en række personlige erfaringsstemaer, som vi arbejdede videre med i stadie syv.

Stadie 7 – Gruppe-erfaringsstemaer: det sidste stadie består i at kigge efter mønstre og forskelle blandt de personlige erfaringsstemaer, som dukkede op ved stadie fem, og på baggrund af dette danne nogle gruppe-erfaringsstemaer og formålet er hermed, at skabe konvergens mellem de forskellige personlige erfaringsstemaer (Smith et al., 2022, p. 101). Målet indenfor IPA er ikke at sige noget generelt, men i stedet at undersøge og belyse, hvilke elementer der er unikke for en persons oplevelse af et fænomen samtidig med, at man også ser, hvilke elementer der deles på tværs af forskellige oplevelser (Smith et al., 2022, p. 100). Derfor kan et gruppe-erfaringsstema både indeholde noget unikt for en enkelt deltager samt fælles beskrivelser, som ses ved flere deltagere.

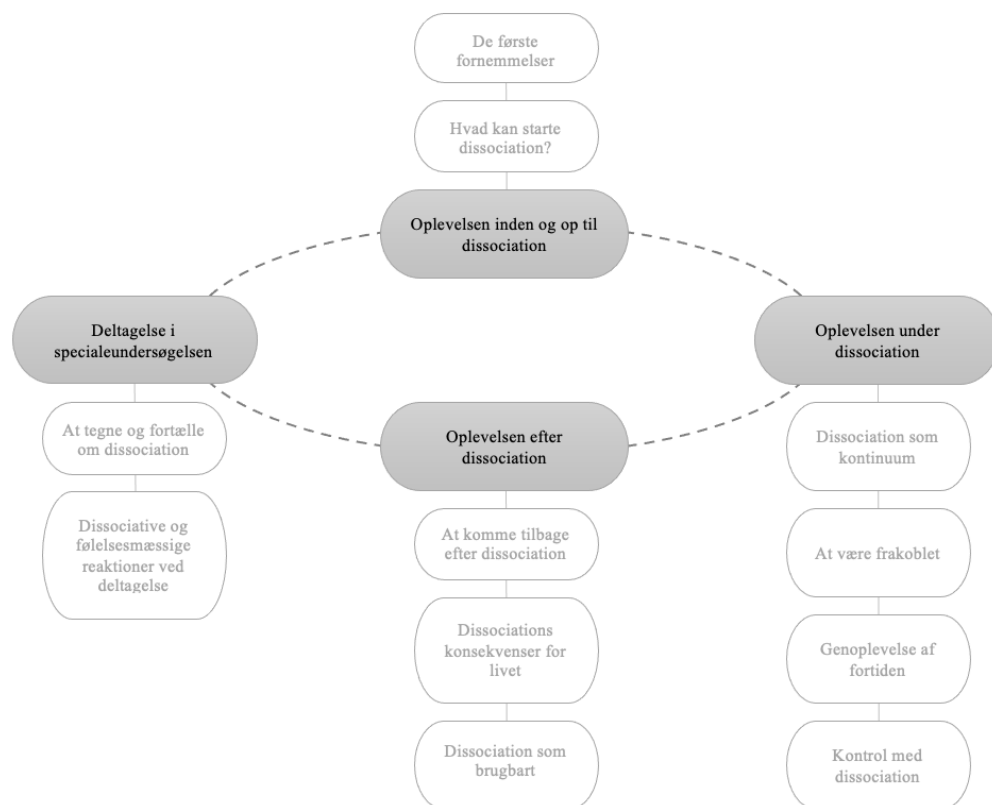
Vi brugte her samme fremgangsmetode med papirlapper, som ved stadie fire. Dette gjorde vi ved at lægge alle personlige erfaringsstemaer og tilhørende erfaringsudsagn frem og kigge efter ligheder og forskelle mellem dem. Vi skrev forbogstavet for den undersøgelsesdeltager, som havde det personlige erfaringsstema og udsagn på den givne papirlap for hele tiden at have øje for og overblik over, hvilken undersøgelsesdeltager disse tilhørte. Vi lagde ved dette stadie også tegningerne frem for at forholde dem til de forskellige beskrivelser af oplevelsen af dissociation samt til gruppe-erfaringsstemaerne. Yderligere forholdt vi os til feltnoterne fra hver undersøgelse, for at se om der var forskelle og ligheder ved deltagernes reaktioner og kropssprog under undersøgelsen. På denne måde forholder vi os gennem de forskellige stadier ikke blot til transskriptionerne, men også til tegningerne og feltnoterne, og holder dem op mod hinanden, hvilket vi også vil gøre i den skrevne analyse. Disse gruppe-erfaringsstemaer

danner grundlaget for udarbejdelsen af de endelige temaer, som præsenteres i analysen.

4. Analyse

Som beskrevet ovenfor anvender vi i denne analyse IPA, og ud fra denne tilgang har vi bearbejdet vores data og identificeret fire hovedtemaer med tilhørende undertemaer, som vi har fundet relevante for at kunne besvare vores forskningsspørgsmål: *Hvordan kan tegning bidrage til forståelsen af oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen?*

De fire temaer og undertemaer blev udarbejdet ved at gennemgå gruppe-erfaringstemaerne for hver deltagers transskription, tegning og tilhørende feltnoter. Ved sammenligning af disse på tværs af deltagerne fandt vi, at deres oplevelser af dissociation i høj grad kredsede om følelser og fornemmelser i starten af dissociation, om selve indholdet og hvad dissociation indebar for dem, samt eftervirkningerne af dissociation. Vi så derved en form for kronologisk opdeling i beskrivelserne af deltagernes oplevelse af dissociation, med før, undervejs og efter dissociation og temaerne afspejler denne proces. Foruden dette inddrager vi også deltagernes oplevelse af deltagelse i denne undersøgelse som et tema, da vi så flere forskellige reaktioner herpå, som muligvis kan belyse relevante aspekter af deres oplevelse af dissociation. De fire temaer er følgende: “Oplevelsen inden og op til dissociation”, “Oplevelsen under dissociation”, “Oplevelsen efter dissociation” og “Deltagelse i specialeundersøgelse”. De fire temaer og tilhørende undertemaer præsenteres nedenfor i *Figur 1*.



Figur 1: Illustration af de fire hovedtemaer, og deres dertilhørende undertemaer

De stiplede linjer temaerne i mellem på figur 1 skal illustrere, at selvom temaerne er adskilte, er de samtidig en del af en samlet levende proces, hvor de også kan overlappe hinanden. Vores analyse består af fire brede hovedtemaer, illustreret ved de fire grå kasser, som er formet ud fra fællestræk, som ses afspejlet i alle fem deltagernes oplevelser. Under hvert hovedtema har vi udarbejdet en række undertemaer, illustreret ved de tilhørende hvide kasser, som i højere grad afspejler deltagernes unikke og særegne oplevelser af dissociation. På den måde indebærer analysen en dybdegående undersøgelse af deltagernes unikke oplevelser med dissociation, samtidig med at der fremhæves dele af oplevelsen, som går på tværs af deltagernes beskrivelser.

Ved inddragelse af citater fra transskriptionen, bruges navnet på deltageren til henvisning, og l. vil referere til linjenummeret for citatet i den gældende transskription, eksempelvis: (Anders, l. 123). Endvidere inddrager vi feltnoter ved at henvise til det bilag, hvori feltnoterne fremgår, hvilket udgør Bilag, 9, 10, 11, 12 og 13. Vi henviser til

deltagernes tegninger undervejs og har indsat disse som en del af analysen. Med udgangspunkt i udvalgte citater, inddragelse af tegninger og feltnoter, søger vi at opnå en forståelse af oplevelsen af dissociation gennem fortolkende sammenkoblinger af disse, som præsenteres i nedenstående temaer.

4.1 Oplevelsen inden og op til dissociation

Følgende tema vil indeholde beskrivelser fra de fem deltagere af de situationer, som kan være udløsende for deres dissociation. Yderligere præsenteres beskrivelser af de fornemmelser, som deltagerne får i starten af deres dissociation.

4.1.1 Hvad kan starte dissociationen?

Af transskriptionerne ser vi, at deltagerne beskriver forskellige oplevelser og situationer, der kan føre dem ind i dissociation. Oplevelserne, som nogle af deltagerne fortæller om, indebærer i store træk alment genkendelige hverdagssituationer, som alle mennesker kan befinde sig i, men som for nogle af deltagerne kan udløse dissociative oplevelser.

Eksempelvis fortæller Ellen om en række udbredte dagligdagssituationer og aktiviteter, som kan lede hende ind i dissociationen. Ellen siger, at stort set alt, hun gør, kan føre til dissociation (Ellen, l. 444). Herunder omfatter det, aktiviteter som at vaske op, læse avis, og handle ind (Ellen, ll. 435f, 562-564, 576f), som for hende kan skabe påmindelser om barndommen og gå forud for en dissociativ oplevelse, ligesom Ellen fortæller ”jeg kan også nogle gange mærke, at når jeg er sammen med mine børn, så bliver der også aktiveret noget her” (Ellen, ll. 1028-1030). Ellen beskriver yderligere hvordan det at have sex, kan udløse dissociation for hende:

(...) min mand, vi var i seng med hinanden, og han rammer forkert, og det gjorde simpelthen så ondt, og så ser jeg min far lige pludselig, og jeg bliver så bange og så ked af det, og så forvirret. (Ellen, ll. 1160-1163)

En anden type dagligdagssituation, der kan opleves som dissociationsinducerende for både Anders, Beate og Ditte er repræsenteret i deres beskrivelser af, når de skal trans-

portere sig fra et sted til et andet enten gående, med bus eller tog, hvor Anders fortæller; ”(...) det er særligt når jeg er på farten, når jeg skal nogle steder hen (A stammer/hakker). Eller når folk ved, hvor jeg er henne” (Anders, ll. 327-329).

Selvom det ikke er de samme situationer, der kan føre til dissociation for undersøgelsens fem deltagere, kan der alligevel ses elementer i deres oplevelser, som går igen på tværs af hinanden. Eksempelvis beskriver flere af deltagerne, at et element af utryghed er tilstedeværende i de situationer, hvor de oplever, at de begynder at dissociere, som det kan være tilfældet for Beate, når hun går alene på gaden; ”(...) hvis jeg går selv, du ved når man går selv, så kan man godt være lidt utryg ved det hele, jamen så har jeg det også sådan lidt, jamen så ryger jeg også lidt mere ind i mig selv” (Beate, ll. 247-250).

Lignende oplevelser beskrives af Anders, som dog lægger vægt på, at hvorvidt dissociationen sætter ind for ham afhænger af, hvad der sker i omgivelserne rundt om ham:

Altså jeg har det der med, når man går ... Og der sker noget ubehageligt eller der er nogen, der dytter, eller der er nogen der ... der sker noget ubehageligt på vejen eller nogen der skændes, eller der er nogen, der råber eller der sker noget ... lydmæssigt eller et eller andet. Så er det som, så stopper ... øjeblikket. (Anders, ll. 377-382)

På samme vis fortæller Carl, at dissociative oplevelser for ham kan vækkes, hvis nogen omkring ham råber eller fremstår truende (Carl, ll. 257f, 444-446) og Ditte fortæller, at hun kan begynde at dissociere, hvis hun hører, ser eller mærker, at der sker noget omkring hende, eksempelvis i bussen, som gør hende utryg (Ditte, ll. 346f, 716-719).

Hvis der sker noget uventet i ens omgivelser i form af høje lyde, konflikter eller lignende, er det ikke ualmindeligt at reagere med chok eller ved at blive bange, men for deltagerne kan sådanne indtryk medføre dissociative symptomer. Foruden disse eksempler, fortæller deltagerne dog også om dissociative reaktioner på indtryk, som andre umiddelbart ikke vil reagere på. Ditte fortæller for eksempel, at hun kan opleve at dissociere, hvis der i en samtale med sine veninder introduceres et hårdt emne, som hun ikke kan håndtere at tage del i at tale om (Ditte, ll. 336-338), og derudover fortæller Ditte også at indhold i film og TV kan foranledige dissociation for hende (Ditte, ll.

175-177), hvilket også indgår i hendes tegning. Ditte har som den eneste deltager tegnet noget, som skal illustrere en trigger (se Tegning 1: Dittes tegning). Øverst på Dittes tegning, har hun tegnet en stor firkant og nogle vandrette prikker og streger, som skal forestille en biograf. Ud fra dette beskriver Ditte en oplevelse, hvor hun sidder i en biograf og hendes dissociation bliver trigget af noget, der udspiller sig på det store lærred (Ditte, ll. 163-166).



Tegning 1: Dittes tegning

Sådanne pludselige dissociative reaktioner beskrives også af Ellen, som sætter dissociationen i forbindelse med at blive udløst af en stimulus, der minder hende om en traumatisk erindring, hvor hun enkelte gange har oplevet, at en lugt kunne starte dissociationen (Ellen, ll. 491-493). Sammenkoblingen mellem en traumatisk erindring og dissociation ses også i Carls udtalelser:

Altså, jeg tror det er meget når det bliver for overvældende, øhm ... altså især hvis jeg kommer til at få nogle, øhm ... ja, hvis, hvis, hvis der er et eller andet der trigger noget, hvad skal man kalde det, et følelsesmæssigt flashback? Noget der minder mig om et eller andet. (Carl, ll. 219-223)

Udover at blive overvældet beskriver Carl også, at dissociationen kan træde ind, når han oplever at være meget stresset (Carl, ll. 227-229). Netop det at være overvældet eller stresset afspejles ligeledes på forskellige måder i beskrivelser fra flere af de øvrige deltagere. Anders beretter om at kunne falde ind i dissociationen, hvis der foregår for mange samtaler rundt om ham, som han ikke kan være en del af på én gang (Anders, ll. 353-356). Derudover beskriver både Ellen og Beate, at de kan opleve at dissociere, når de er trætte og udmattede (Beate, ll. 287-289; Ellen, ll. 950f).

4.1.2 De første fornemmelser

Foruden at forklare, hvad der kan igangsætte dissociative symptomer og dissociation, fortæller flere af deltagerne også om, hvordan den påbegyndende eller starten på dissociation kan opleves følelsesmæssigt og kropsligt.

Anders fortæller om, hvordan han oplever overgangen fra at være til stede i virkeligheden til at forsvinde væk i dissociation:

(...) min dissociation starter, der er jeg to steder på en gang. Det vil sige, at jeg kan svagt høre der, hvor jeg er i virkeligheden. Og så fore- alt visuelt foregår der. Så, så det bliver sådan, det er meget opdelt (A stammer/hakker). Jeg er skredet men jeg kan sådan ... svagt høre folk i den anden ende. Så ja, så det er meget syret. (Anders, ll. 132-137)

Her beskriver Anders, at når hans dissociation starter, så oplever han en mindsket forbindelse til virkeligheden. Anders kan svagt høre, hvad der foregår omkring ham, mens hans visuelle oplevelse er et andet sted. Han beskriver en dobbelthed, hvor han oplever at være væk, samtidig med han har nogle sanser tilbage i virkeligheden.

Anders oplever også, at dissociationen kan komme pludseligt, uden varsel og at han ingen styring har over, hvornår det sker (Anders, ll. 397-399). Usikkerheden på hvornår dissociationen starter, gør at Anders oplever en konstant tilstand af frygt ” Så, nu er jeg jo konstant i ... frygtmode.” (Anders, ll. 263f). Ellen oplever også, at dissociationen ikke kan kontrolleres og det skaber ligeledes en frygt hos hende ” Ja, også fordi, sådan frygten for bare lige pludselig at blive smidt derind igen, den var der også” (Ellen, ll. 617f). Det, at dissociation opleves som uforudsigeligt, skaber derved en vedvarende følelse af alarmberedskab og frygt. Dette viser, at dissociation kan præge og være ødelæggende for individet, selv på tidspunkter, hvor det ikke udspiller sig.

Angsten og frygten præger også Dittes oplevelse, inden hun forsvinder helt væk i dissociationen. Inden hun dissocierer væk, mærker Ditte stærke følelser og ubehagelige kropslige fornemmelser. Ditte forklarer, at når hun oplever ”rigtigt” at dissociere, cuttes forbindelsen til kroppen og hun forsvinder, fordi hun ikke kan holde ud at mærke det, der forgår inde i hende (Ditte, ll. 451-454). Ditte forklarer hvad denne uudholdelige tilstand indebærer:

Altså, når det lige begynder, så kan jeg mærke, så begynder det stille og roligt at blive tåget, og det begynder at blur, men jeg bliver også bange, og jeg bliver angst, og du ved, begynder at ryste og (Ditte puster ud med munden for at vise at det er hårdt), du ved, hele kroppen begynder sådan ligesom at gå i alert, og så er det, at jeg begynder at, nogle gange, så kan jeg ikke mærke min krop, andre gange, så gør det enormt ondt, det er ligesom at det brænder ... og så forsvinder jeg. (Ditte, ll. 373-398)

Ditte beskriver, at når dissociationen indledes, bliver hun bange, ængstelig og går i alarmberedskab. Hun oplever, at synssansen påvirkes, ved at der bliver tåget og at omgivelserne bliver sløret. Ditte fortæller også, at hendes hørelse bliver påvirket (Ditte, ll. 240- 250), og som det fremgår af feltnoterne forklarer hun dette ved at lave forvrængede summe-lyde med munden, og viser med hænderne, hvordan lydene bølger ind mod hovedet (Bilag 12: Feltnoter Ditte). På Dittes tegning (se Tegning 1: Dittes

tegning) illustrerer hun og sætter billede på disse sanseforstyrrelser, hvor tændstikpersonen, som forestiller Ditte selv, er omgivet af tåget, og ud for ørene er der bølgelignende streger, som viser, at lyden bliver forvrænget og utydelig. Dette viser, at forinden Ditte forsvinder, går hele hendes system i gang, hvor følelser og kropslige fornemmelser overvælder hende, indtil hun lukker ned og forsvinder væk fra virkeligheden. I ovenstående citat beskriver Ditte også kropslige fornemmelser i form af følelsesløshed, eller en brændende fornemmelse, inden hun forsvinder væk fra virkeligheden. Kropslige fornemmelser beskriver også Anders:

(...) det er lige der op til, at det sidder i benene. Det som, jeg kalder det min flugt mode. Det er der, jeg begynder at sætte fra. Spænder i benene også samtidig. Men det er der, hvor jeg er klar til at ... fysisk skride. Ja (A griner lidt), selvom jeg ikke måske kan, så gør benene det. (Anders, ll., 454-458)

Anders beskriver her, hvordan han i starten af sin dissociation mærker at spænde op i benene, som om han gør klar til fysisk at flygte, selvom det ikke er en mulighed.

Som en del af sin dissociation oplever Anders også, at han bliver til Lille Anders som er en barne-udgave af sig selv (Anders, ll. 428-430). I starten af dissociationen oplever Anders, at hans krop, specifikt ben og fødder, ændres og føles som var de samme størrelse, som dengang han var barn (Anders, ll. 440-442, 445f). Anders beskriver dette således:

Men det er ikke mine ben, jeg mærker (A stammer/hakker). Det er lille migs ben, som jeg kalder for Lille Anders eller Lille Thomas. Det er hans ben, fordi de er meget mindre, fysisk. Mine fødder er også mindre, så jeg kan kun mærke halvdelen af foden, altså i skoene. Hvis jeg kigger på skoene, så kan jeg kun mærke halvdelen af skoene er fyldt ud. Det er ikke samme størrelse. (Anders, ll. 428-434)

Anders oplever, at kroppen tager form, som da han var barn, og dette sker, inden han forsvinder væk. Hans oplevelse viser en form for regressiv kropslig ændring, hvor han fysisk genoplever at have sin barnekrop. Ellen oplever ligeledes kropslige signaler forinden dissociationen for alvor sætter ind. Hun beskriver, at hun kan opleve en smerte

i højre eller venstre arm, afhængig af, om det er hendes mor eller far, som indholdet af dissociationen omhandler:

(...) jeg kan mærke i min krop, det er at nogle gange, når jeg ved, nu kommer der snart noget, når jeg laver det her dissociation, så får jeg ondt enten i min højre arm eller i min venstre arm, og det kommer an på, om det har med min mor at gøre, eller med min far at gøre. (Ellen, ll. 392-396)

Som det fremgår af feltnoterne, forklarer og viser Ellen med sine hænder og arme, at hvis smerten opstår i højre side, som hun siger er den maskuline side af kroppen, så vil indholdet af dissociationen omhandle hendes far, og hvis smerten er i venstre side, som hun siger er den feminine side af kroppen, så vil dissociationen omhandle hendes mor, og Ellens erfaring er, at fornemmelserne i armene korrekt forudser indholdet af hendes dissociation (Ellen, ll. 400-409; Bilag 13: Feltnoter Ellen). Ellen oplever dermed, at hendes krop giver en varsel om, hvilken oplevelse der er på vej, og forudser indholdet af hendes dissociation.

Overstående beskrivelser tegner et billede af, hvordan dissociation kan opleves, når den starter og inden deltagerne oplever at forsvinde helt væk, eller selv har følelsen af, at de "rigtigt" dissocierer. Vi tolker, at disse beskrivelser indgår som en del af selve dissociationen, og de viser, at dissociation er en levende proces, som udvikler sig og kan indeholde forskellige faser.

4.2 Oplevelsen under dissociation

Følgende tema indeholder beskrivelser af de forskellige deltagers oplevelser med, hvad deres dissociation indeholder. Herunder vil særligt oplevelsen af dissociation som værende et kontinuum, at være frakoblet under dissociation og følelsen af kontrol blive belyst. Yderligere beskriver nogle deltager også at genopleve fortiden i deres dissociation, hvilket også berøres i temaet.

4.2.1 Dissociation som kontinuum

Ud fra vores deltageres beskrivelser ser vi, at dissociation ikke fremstår som én fast størrelse, men kan komme til udtryk på forskellige måder med varierende intensitet. Deltagerens oplevelser afspejler, at dissociation findes i mange versioner og ikke er ens på tvær af tid og sted. Netop dette eksemplificerer Ditte ved at beskrive sine oplevelser med dissociation som et spektrum:

(...) jeg oplever i hvert fald det, som jeg har fortalt der, lige fra den blide form, kan man sige, og så til det bliver aller værst for mig, ikke også? For det er jo lige fra den ene yderlighed til den anden. (Ditte, ll. 135-138)

Ditte oplever, at dissociation kan påvirke hende i forskellig grad, fra en mild version til en form der er voldsom og overvældende. Med dette fortæller Ditte, at dissociation ikke opleves som en entydig tilstand, men kan variere i intensitet. Ud fra hendes beskrivelser kan man forstå, at dissociation ikke er forudsigeligt, men i stedet foranderligt og svingende i sit udtryk.

At dissociation er forskelligartet, beskriver også Anders: "Det er fordi, det er forskelligt, hvordan og hvornår ... og i hvilken grad, man dissocierer. Så det kan godt variere, hvordan det føles" (Anders, ll. 100-102). Her beskriver Anders, hvordan dissociation ikke kommer til udtryk som én fast form. Han beskriver ligeledes, at graden og måden, hvorpå dissociation opleves, ændrer sig alt efter situationen. Anders differentierer også sin dissociation i store og små former: "Jeg kalder dem for de små af dem. Det her, det er jo det store, kan man kalde det, hvor det også er længere tid ... hvor det er meget grimt." (Anders, ll. 313-315). Her henviser Anders til sin tegning for at forklare, at den netop illustrerer den store form for dissociation, som opleves meget ubehagelig for ham (Bilag 9: Feltnoter Anders). Anders beskriver også, at hans dissociation kan afhænge af, om han er alene eller sammen med andre: "(...) hvis jeg er sammen andre, så reagerer jeg helt anderledes. Der er jeg beskyttende, og så prøver jeg jo ikke ... at komme væk" (Anders, ll. 410-412). Hvis Anders er sammen med andre, som han oplever, at han skal beskytte, forsøger han at blive i bevidstheden, frem for at forsvinde helt væk i dissociationen. Carl beskriver noget lignende:

(...) hvis der er en eller anden form for beskytter rolle, jamen så føler jeg mest at det sådan, og det er jo det jeg har så svært ved, altså, men der føler jeg bare at al følelse bliver fjernet fra mig, altså, nu skal jeg passe på en anden person. (Carl, ll. 235-238)

Her beskriver Carl, at hans dissociation kan komme til udtryk som en form for følelsesløshed frem for at forsvinde væk, når han er i situationer, hvor han oplever, at han skal beskytte nogen. Carl beskriver også senere denne følelsesløshed, som en oplevelse af at blive mekanisk i sin adfærd: “(...) så blev jeg bare sådan en maskine nærmest, det var sådan, nå nu, kom nu flytter vi os lige fra den her situation” (Carl, ll. 282f).

Ovenstående udsagn viser, at deltagernes oplevelser af dissociation kan variere i sin form og intensitet. Dissociation er ikke en fast størrelse, men fremstår forskelligartet, og kan afhænge af konteksten.

4.2.2 At være frakoblet

Vi ser i deltagernes beskrivelser af dissociation, at der blandt flere er beskrivelser af frakobling. Frakoblingen kommer til udtryk på forskellige måder blandt deltagerne, og kan både være fra egen krop, fra omverden eller fra tid og sted, hvor følgende afsnit vil præsentere deltagernes oplevelse af frakobling samt drage paralleller mellem disse beskrivelser.

Ditte beskriver, hvordan hun frakobles sin krop under dissociation: ”Det er fordi, at jeg er her, men jeg føler mig heroppe, jeg føler mig afkoblet fra min krop, hvis man kan sige det sådan (...) ... frakoblet (Ditte, ll. 257-260). Af feltnoterne fremgår det, at mens Ditte forklarer dette, viser hun med hænderne, hvordan hovedet bliver skilt fra kroppen ved at køre den ene hånd på tværs af halsen, og tage hver hånd på hver side af hovedet, og nærmest hæve hovedet væk fra kroppen (Bilag 12: Feltnoter Ditte). Dette illustreres også i Dittes tegning (se Tegning 1: Dittes tegning), da hun forklarer, at de streger, som hun har tegnet ovenover hovedet, skal vise, at hun er deroppe, mens kroppen er nedenunder. Udover at bruge ordet frakobling, forklarer Ditte også dissociation med ordet afmontering, når hun beskriver, hvordan hovedet ikke hænger sammen med kroppen:

Ja, fordi jeg kunne jo ikke holde ud at være i min krop, jeg var afmonteret, kan man sige det sådan? Mit hoved, hvis man skulle tegne en tegning, så var mit hoved her, og min krop var her, fordi jeg var afmonteret fra min krop, jeg kunne ikke klare at mærke, det der var i min krop. (Ditte, ll. 410-414)

Dittes beskrivelser viser, hvordan hun under sin dissociation føler, at hovedet og kroppen ikke hænger sammen, og hun dermed er frakoblet sin krop.

Ellen beskriver også, hvordan hun under dissociation ikke kan mærke sin krop med ordene "(...) den er der ikke" (Ellen, l. 387), og hvordan hun i stedet kun er til stede i sit hoved: "Det er egentlig kun mit hoved, jeg forsvinder ind i mit hoved" (Ellen, ll. 389f). Ellen beskriver yderligere adskillige gange under interviewet, hvordan hun generelt har svært ved at mærke sin krop, hvilket muligvis også kan indikere en form for frakobling fra kroppen.

Anders beskriver også, hvordan han har svært ved at mærke sin krop: "Altså normalt mærker jeg ikke min krop i det hele taget" (Anders, ll. 423f). Han beskriver, at han under dissociation kan forsvinde og lade kroppen sidde tilbage: "Men det (dissociation) kan også være sådan en kort-tids, hvor jeg bare løber fra en samtale, hvor så forsvinder jeg væk og siger farvel og så sidder kroppen tilbage." (Anders, ll. 109-111).

Carl har også beskrivelser af at have svært ved at mærke sin krop. Han beskriver at have svært ved at mærke, hvor meget hans krop fylder samt have en følelse af fremmedhed overfor sin krop (Carl, l. 363, ll. 382-383). Han beskriver denne fremmedhed således: "jeg kan jo godt sidde og kigge på mine hænder nogle gange, og så blive sådan, er det mine hænder?" (Carl, ll. 406-408). Carls beskrivelser af fremmedhed kan også forstås som en form for frakobling, hvor hans krop ikke føles som hans egen.

Fælles for Ditte, Ellen, Anders og Carl er en form for frakobling fra kroppen under dissociation, dog på forskellige måder. Hvor Ditte fysisk viser, hvordan hovedet fjernes fra kroppen, beskriver Ellen at forsvinde ind i hovedet, og Anders at forsvinde og lade kroppen sidde tilbage, hvor Carl beskriver en fremmedhed overfor sin krop. De fire beskrivelser indikerer på forskellig vis, at forbindelsen til kroppen for de forskellige deltagere på en måde bliver afbrudt under dissociation.

Beate beskriver også, hvordan forbindelsen til kroppen kan ændres under dissociation. For hende kan dissociation føles som om, at kroppen slukkes og at den er på stadiet inden søvn, mens hovedet ikke er det (Beate, ll. 57-62):

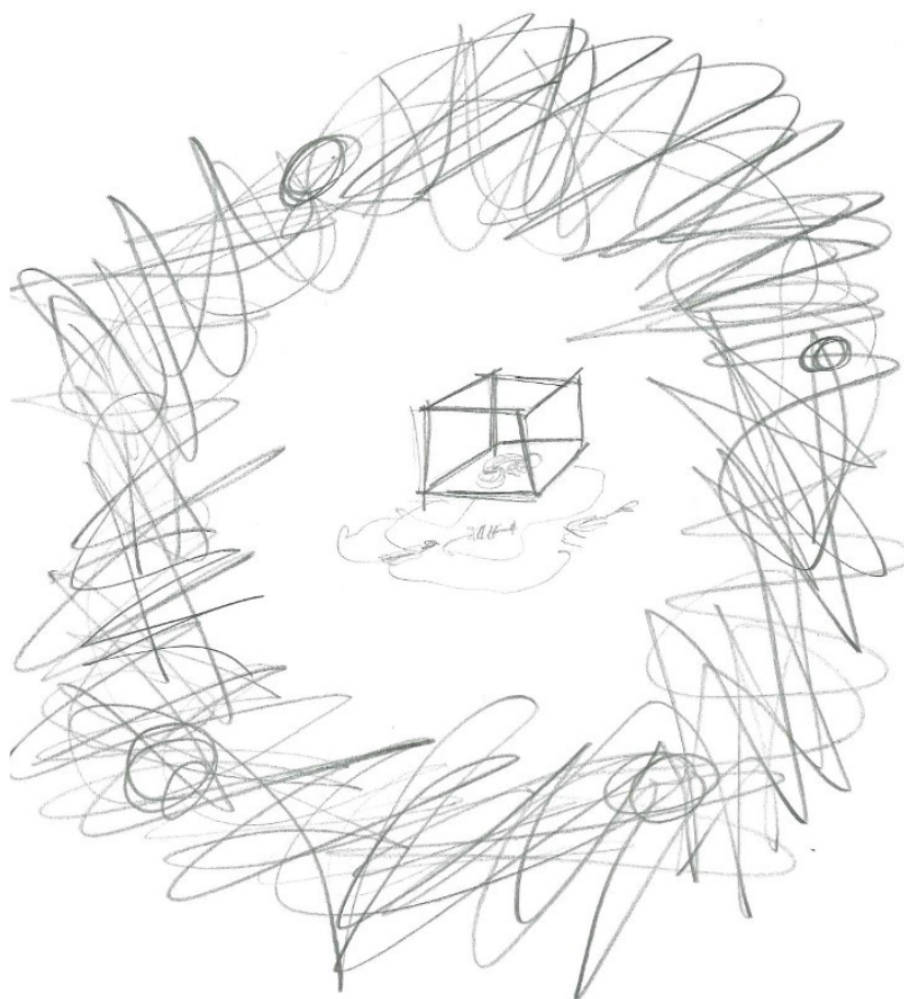
(...) det kan godt føles, som om kroppen den nogle gange kan være på stadiet lige inden man sover, men tit hovedet ikke er det ... at man er helt vågen i, men man slukker egentligt lige i kroppen lidt, fordi man behøver ikke være til stede lige fysisk så er man, eller er jeg, oppe i hovedet i stedet for. (Beate, ll. 57-62)

Beate fortæller her, hvordan hun under dissociation er i sit hoved og ikke til stede i kroppen. Hun beskriver yderligere dissociation som at forsvinde samt, hvordan hendes sanser dæmpes under dissociation:

(...) når jeg forsvinder jamen, så kan jeg faktisk ikke se, så det bare mudret det hele, (...), og så er det lidt det der med, om det er mig, der ryger, eller det er verden, det kan jo beskrives på begge måder, for jeg tror egentlig, det er det samme for mig, men det er bare, at jeg har ikke helt kontakt til, og har fulde sanser i gang, at det bliver dæmpet det hele. (Beate, ll. 469-477)

Beate siger selv, at hun er i tvivl om, det er hende selv, som ryger eller om det er verden. Hun beskriver, det også som, at det er den samme følelse, om verden føles længere væk, eller om det er hende selv, som føles længere væk (Beate, ll. 291-293). Beates beskrivelser indeholder dermed ikke kun elementer af at være frakoblet sin egen krop, men også at være frakoblet sin omverden.

En mulig frakobling fra verden ses også i Carls beskrivelser af sin tegning af sin oplevelse af dissociation. Carl har tegnet en kasse i midten af papiret med en person liggende indeni, som skal forestille Carl selv (se Tegning 2: Carls tegning). Ud fra selve kassen ses nogle ledninger med stik og udenom kassen ses en rund cirkel af kruseduller, som indeholder fire små cirkler. Carl beskriver, at cirklen af kruseduller er kaos i form af oplevelser og traumer, og de fire huller i kaoset, er de steder, hvor han kan være ”plugged in”, og stikkene, som på tegningen ligger under kassen, er blevet trukket ud (Carl, ll. 138-166).



Tegning 2: Carls tegning

Han beskriver selv tegningen og oplevelsen af dissociation således:

Jamen jeg tror det er den der frakobling, altså at når alt det der kaos kommer for tæt på og sådan noget, så er det som om alle stikkene bliver trukket ud (...) og så er jeg bare inde i den der kasse (...) så er det som om, at så bliver bevidstheden bare trukket fuldstændig ud, og så er jeg inde i den der kasse, men ... ikke til stede, altså. (Carl, ll. 130-144)

Carl beskriver her sin oplevelse af dissociation, som at trække stikkene ud og være inde i kassen, som ses på tegningen (Tegning 2: Carls tegning). Af feltnoterne fremgår det, at mens Carl udførte tegneopgaven, tog han den røde farveblyant op og overvejede

at bruge den, men lagde den fra sig igen (Bilag 11: Feltnoter Carl). Adspurgte hvorfor han gjorde dette, svarede Carl: ”Jeg synes bare ikke der er nogle farver der hører til, jeg synes det er en meget sådan, en sort hvid kontrast, altså ... jeg forbinder ikke ... jeg forbinder farver med at være til stede” (Carl, ll. 188-190). Ditte (se Tegning 1: Dittes tegning) og Anders (se Tegning 3: Anders’ tegning) bruger heller ikke farver i deres tegninger. Ditte siger, at der ikke er nogle farver i dissociation, fordi der ikke er noget positivt i det (Ditte, ll. 302-312), og samtidig med hun fortæller, illustrerer hun sin pointe ved at fjerne den sorte og grå farveblyant fra de andre og skubbe de resterende farver hen til kanten af bordet (Bilag 8: Feltnoter Ditte). Anders forklarer, at der ingen farver er i hans tegning, da dissociation for ham er trist og mørkt (Anders, l. 247). Alle tre deltagere bruger udelukkende sort til at tegne deres tegning, dog med forskellige begrundelser, hvor Carl forbinder fravær af farver med ikke at være til stede, forbinder Anders og Ditte det med noget negativt. Carl beskriver yderligere, at når han er inde i kassen og ikke er til stede, ved han aldrig rigtigt, hvor lang tid, at han har været væk:

(...) ja, jeg ved jo aldrig hvor lang tid jeg har været væk, altså der er, som sagt, det er jo kun mig der observerer når jeg ikke er til stede (...) Så er det jo kun hvis jeg har kigget på uret, så kan der været gået, så kan jeg godt sidde og glo ind i væggen eller bare ikke været til stede i en time. (Carl, ll. 149-156)

Dette viser, at Carl kan miste tidsfornemmelsen, når han dissocierer, hvilket muligvis kan forstås som en form for frakobling fra tid og sted. Carl beskriver også en episode, hvor han har været til et foredrag og får en reaktion på det, som foredragsholderen fortæller. Carl ender herefter et andet sted i byen, men har selv ingen erindring om, hvordan han kom fra foredraget og hen til det nye sted (Bilag 6: Transskription Carl). At befinde sig et sted og pludseligt være et andet, ses også i Anders’ beskrivelser:

Så er det som, så stopper ... øjeblikket. Og så kan jeg komme tilbage igen og så er jeg bare et andet sted. Så det er som om, at jeg hopper væk fra ... virkeligheden. Så jeg tager lige en timeout. Og så er det det, jeg kalder time-travel. Fordi jeg var her, og så er jeg der lige pludselig. (Anders, ll. 381-385)

Anders' beskrivelse kan også ses som et udtryk for en form for frakobling fra tid og sted, hvor han først er ét sted og pludseligt et andet uden en erindring om, hvordan han er kommet dertil. Ditte har ligeledes også beskrivelser af at miste tidsfornemmelsen, hvor hun beskriver et eksempel med, hvordan hun blev lukket inde i et skab i to dage af en af sine overgrebspersoner:

(...) når han lukkede mig ind i skabet, hvor jeg sad i flere dage, så dissocierede jeg også (...), for mig var det 10 minutter, selvom det kunne være 2 døgn (...) Jeg var fuldstændig væk i den, i den tid, jeg var ikke eksisterende. (Ditte, ll. 354-359)

Ditte beskriver, at når hun dissocierer, kan hun ikke mærke sin krop, og hun kan heller ikke mærke tid og sted (Ditte, ll. 93f). Ditte, Anders og Carls beskrivelser indeholder alle tre elementer af at frakoble sig tid og sted, hvor de ikke føler, at de er til stede.

Sammenfattende kan et aspekt af frakobling i oplevelsen af dissociation ses i alle fem deltageres beskrivelser, hvor måden frakoblingen kommer til udtryk på er særegen for den enkelte deltager, selvom der også kan drages paralleller mellem beskrivelserne.

4.2.3 Genoplevelse af fortiden

Nogle af deltagerne beskriver dissociative oplevelser, som skiller sig ud ved at være karakteriseret af en form for genoplevelse, hvor deltagerne fortæller om en fornemmelse af, at deres traumer udspiller sig igen.

Eksempelvis fortæller Ditte om en oplevelse af, at selvom hun ved, at hun er i sikkerhed, kan hun føle, at fortiden får lov til at indhente nutiden (Ditte, ll. 517-519, 532f). Ditte beskriver, hvad hendes følelse indebærer, således:

(...) jeg er jo ikke udsat for de ting mere, øhm, gud ske tak og lov, ikke også? Men det kan godt føles nogle gange, som om man er det, altså, følelsen i, at Jan er der og gør de ting, eller følelsen i, at Per er der, og laver overgreb på, på den lille pige, den kan godt være der, selvom jeg godt ved (lyden af hænder som banker i bordet) at jeg er her. (Ditte, ll. 505-511)

Med dette fortæller og viser Ditte, at hun på en måde følelsesmæssigt kan opleve, at hendes traumer gentager sig i nutiden, selvom hun samtidig er bevidst om, at dette ikke sker.

Dele af denne bevidsthed om, at genoplevelsen ikke er et udtryk for noget, der sker i virkeligheden, ses også hos Ellen, som beskriver en specifik situation: "(...) jeg vidste med mig selv, at jeg var i mit soveværelse, men altså, jeg var der faktisk ikke, så hoppede jeg sådan frem og tilbage i tiden" (Ellen, ll. 546-548). Om sine oplevelser forklarer Ellen generelt, at hun bliver afkoblet fra virkeligheden og i sit hoved oplever at komme tilbage til episoder fra tidligere i sit liv. En lignende beskrivelse ses af Anders, som oplever at forsvinde fra virkeligheden og bevæge sig tilbage til en oplevelse i fortiden, som for ham er der, hvor roden til alt ondt er (Anders, ll. 172, 229f). Anders fortæller, at "Det er som om jeg kommer, jeg kommer væk fra samtalen ... og så er jeg der. Shit. Fuck" (Anders, ll. 199f).

I forbindelse med deltagernes oplevelser med at være adskilt fra virkeligheden og i stedet genopleve aspekter fra tidligere i deres liv, fortæller nogle af deltagerne om tilstedeværelsen af visuelle elementer i deres genoplevelse. Ellen fortæller eksempelvis, at hendes oplevelser med dissociation hyppigt indebærer visuelle elementer, hvor det hun ser, ofte er forbundet med hendes mor (Ellen, ll. 505f), men hun kan ligeledes opleve at se sin far for sig, som hun beskriver i den oplevelse, som hun havde på et tidspunkt, hvor hun havde samleje med sin mand (Ellen, ll. 1161f).

I forhold til visuelle elementer i genoplevelsen beskriver Anders ligeledes dette gennem sin tegning (se Tegning 3: Anders' tegning). Anders' tegning indeholder to separate tegninger, hvor de nederste 2/3 dele repræsenterer, hvad han ser for sig, og hvor han befinder sig i begyndelsen af sin dissociative genoplevelse. Feltnoterne viser, at mens Anders forklarer indholdet af tegningen, peger han på dens forskellige dele (Bilag 9: Feltnoter Anders).



Tegning 3: Anders' tegning

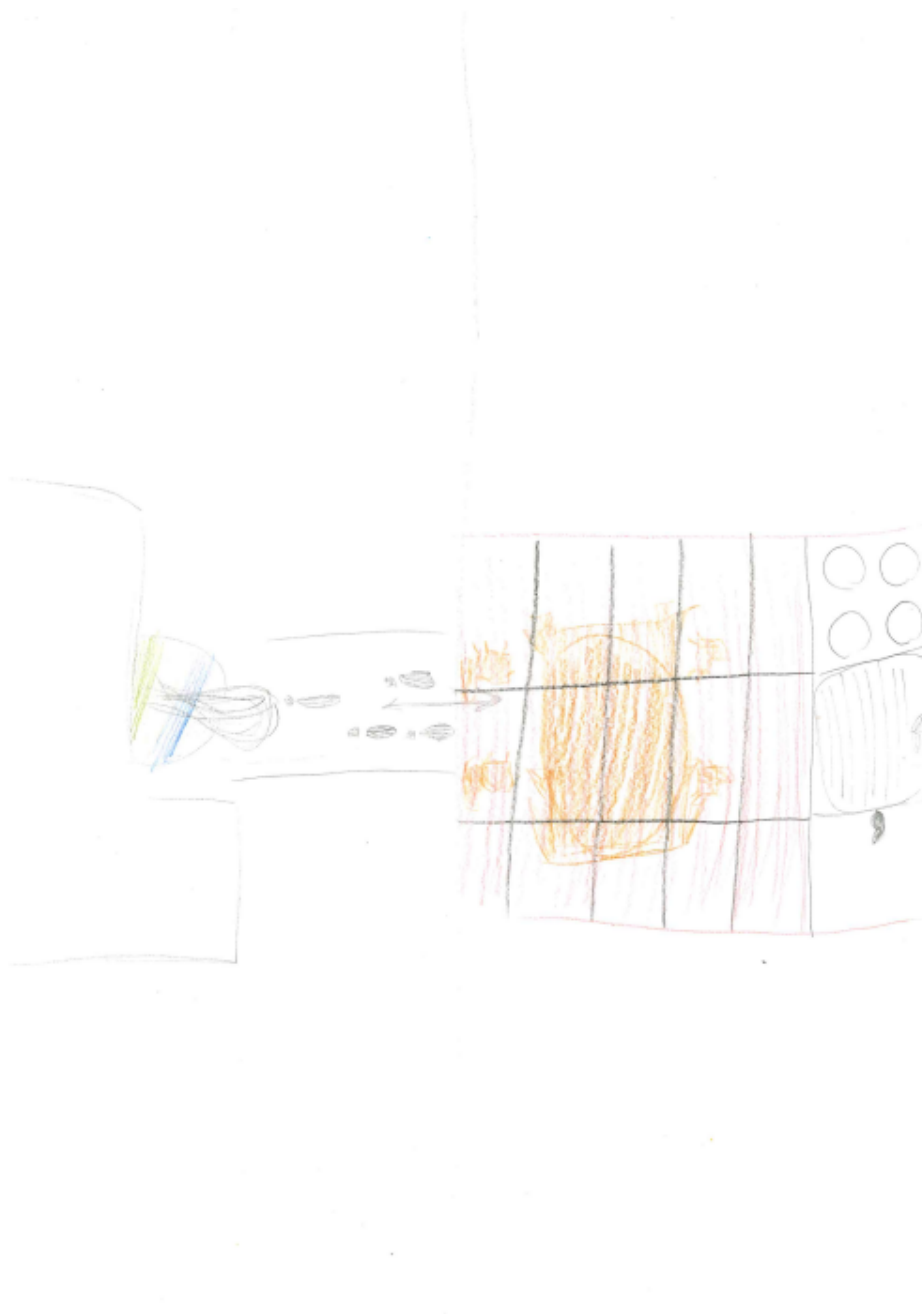
Med sin tegning viser og beskriver Anders, at hans dissociation starter pludseligt med, at han fysisk bliver til en yngre version af sig selv, som han kalder Lille Anders, der er illustreret i de to spredte arme nederst på tegningen (Anders, ll. 189f, 235). Han fortæller, at Lille Anders flyver og svæver oppe i luften over det nabolag, hvor han er vokset op som barn, og han svæver med retning mod sit barndomshjem, som er de to sammenlæggende huse, der er placeret længst til venstre i tegningen (Anders, ll. 193-196, 232f). Anders fortæller, at det altid er det samme sted, han svæver hen til og oplevelsen har et fast spor, så han ved, hvor og hvordan det ender (Anders, ll. 196f, 198f, 531). Hertil fortæller Anders, at oplevelsen bliver værre og værre, jo tættere han

flyver hen mod det, han kalder ”lorteskuret”, hvori han befinder sig i slutningen af sin dissociation (Anders, ll. 171, 195f). Lorteskuret udgør den bagerste tydeligt skraverede bygning med en dør, som er placeret til højre for hans barndomshjem. I tegningen er den bevægelse, Anders oplever i at flyve tættere på lorteskuret, afbilledet i de tværgående streger, der ses mellem armene på Lille Anders (Anders, ll. 213f, 216). Anders fortæller derudover, at noget af det, der fylder mest i hans genoplevelse, er, at han følelsesmæssigt mærker stor frygt, og han er rædselsslagen (Anders, ll. 258-260), hvor han videre forklarer, at ”(...) det er som at være i en gyserfilm, hvor du ikke kan komme væk. Det er den følelse, man har i kroppen” (Anders, ll. 262f).

Ud fra Anders’ udtalelser beskrives der altså både visuelle, fysiske og følelsesmæssige aspekter i hans genoplevelse. Lignende fortæller Ellen, at de erfaringer, hun har med genoplevelse, også er præget af forskellige indtryk:

(...) man egentlig flytter sig fra nutiden, og man ryger tilbage i tiden til hvor det skete, og man egentlig, altså for mit vedkommende, kan mærke nogle af følelserne, og man får nogle erindringer i sit hoved, der kører sådan en form for, ikke decideret film, men altså der, der kører noget som fra barndommen af. (Ellen, ll. 53-58)

Ellen beskriver, at hun kan opleve at blive ført tilbage til forskellige rum i hjem, hvor hun tidligere har boet i sin barndom. Herunder kan hun både blive ført tilbage til sit gamle hus, hvor genoplevelsen omhandler hendes far, hvilket hun fortæller, hun ikke er i stand til at tale om, men hun oplever også at blive taget tilbage til blandt andet stuen og køkkenet i et hjem, hvor hun senere boede i sin barndom (Ellen, ll. 133f, 150f, 155f, 158). Af disse steder fremhæver Ellen køkkenet, som det sted hun for nyligt oftest er blevet ført tilbage til mentalt (Ellen, ll. 127-130, 133f), hvoraf hendes tegning afbilleder hendes oplevelse hermed (se Tegning 4: Ellens tegning).



Tegning 4: Ellens tegning

Med sin tegning illustrerer og forklarer Ellen, hvordan hun bevæger sig mellem nutiden og fortiden gennem en passage i midten af tegningen, hvor fodspor er placeret for at symbolisere den splittelse og bevægelse frem og tilbage i tid og sted, som Ellen oplever (Ellen, ll. 163f, 169f, 868, 870). Nutiden ses i venstre del af tegningen, hvor Ellen sidder i tryghed i sin sofa og fortiden er afbilledet i højre side, hvor Ellen har tegnet køkkenet fra det hjem, hun boede i som barn (Ellen, ll. 104f, 107f, 124f). Derudover fremgår det af feltnoterne, at Ellen peger meget på passagen med fodspor i

midten af tegningen, når hun taler om sine udfordringer med at være til stede i nuet, fordi hun meget hyppigt bevæger sig frem og tilbage mellem fortiden og nutiden (Bilag 13: Feltnoter Ellen). Om den oplevelse, som hendes tegning viser, fortæller Ellen: "(...) så bevæger jeg mig egentlig mellem fortiden og nutiden, hvor jeg er i nuet rent fysisk, men rent mentalt, så bevæger jeg mig herovre" (Ellen, ll. 110-112), mens hun peger på højre del af tegningen (Bilag 13: Feltnoter Ellen).

Selvom Anders og Ellens fornemmelser af genoplevelse deler karakteristika i form af følelsesmæssige og visuelle aspekter, adskiller deres oplevelser sig dog også fra hinanden på nogle områder. I Anders' beskrivelser ses det, at han føler, at hans krop fysisk ændrer sig i takt med genoplevelsen i form af han bliver til Lille Anders, hvor Ellen kun beskriver følelsesmæssige og visuelle ændringer. Derudover har Anders altid den samme genoplevelse, hvor det varierer, hvad Ellen genoplever. Dette understreger, at selvom genoplevelse er et element af begges dissociation, kommer de til udtryk på forskellige vis.

4.2.4 Kontrol med dissociation

Vi ser, at deltagerne på forskellig vis berører elementet af kontrol forbundet med deres dissociation. Vi ser, at der er stor forskel på, i hvor høj grad deltagerne oplever at have kontrol over, hvordan deres dissociation begynder samt kontrol over, hvad den indebærer.

Anders oplever ingen kontrol over sin dissociation: "Ja, så det er ikke noget, man gør frivilligt, og det er ikke noget man - det er ikke rart at gøre det heller" (Anders, ll. 73f). Her tydeliggør Anders, at dissociation for ham er ubehageligt og på ingen måde noget, som han gør af egen fri vilje. Som tidligere beskrevet består indholdet af Anders' dissociation ofte af, at han svæver ned i skuret fra sin barndom:

Ja, jeg svæver, flyver ja, men kan ikke styre det. Det er som (A stammer/hakker) ... hvis man får sat en magnet, altså (lyden af A, der laver et klask med hænderne). Der er ikke noget, med man kan sige, jeg flyver lige den anden vej. (Anders, ll. 222-225)

Her beskriver Anders, hvordan han ikke oplever at kunne kontrollere, hvor han svæver hen. Han kan ikke skifte retning, men bliver mod sin vilje trukket tilbage til noget, han

ikke ønsker at være i. Anders oplever, at det er Lille Anders, som styrer og bestemmer, at han flyver tilbage til lorteskuret (Anders, ll. 231-233). Anders kommer med et bud på, hvorfor han netop bliver hevet tilbage til dette ubehagelige sted: ”Han har kun boet der. Ja. Så, det er min teori. Jeg styrer ikke, jeg styrer ikke det der” (Anders, ll. 241f). Her rationaliserer Anders sig frem til, at han flyver tilbage til dette sted, fordi det netop er Lille Anders, som styrer og kontrollerer det, og Lille Anders har ikke oplevet andet og kender ikke til andre steder (Anders, ll. 238f). Anders giver udtryk for, at det ville være rart at kunne kontrollere sin dissociation:

Det havde været rart, hvis man kunne det. Men det har jeg ikke. Jeg har ingen styring i det hele taget. Ligeså snart, man forsvinder, og så forsvinder man. Så ... ved jeg ikke, hvordan man kommer tilbage igen. (Anders, ll. 396-399)

Anders oplever dermed ikke at have nogen form for kontrol over sin dissociation, hverken med hvornår det sker, hvad det indebærer, eller hvornår det stopper igen.

Carl oplever ligeledes ikke at kunne kontrollere sin dissociation. Han forklarer, at det føles som om, der er noget andet inde bagved, som styrer ham (Carl, ll. 50-52). Carl giver også udtryk for, at han gerne vil have kontrol over sin dissociation, og han beskriver, at det ville være rart selv at kunne vælge, om han vil dissociere:

Det er meget, altså det er meget, styret af hvad der kommer udefra, ikke altså, jeg tænker, hvis, hvis jeg også selv kunne vælge, så havde jeg jo ikke rigtigt lyst til det, så ville jeg jo egentlig gerne være til stede. (Carl, ll. 315-318)

Her fremhæver Carl det ufrivillige i at forsvinde væk i dissociationen, og pointerer at det er udefrakommende faktorer, som bestemmer, om han forsvinder væk eller ej. Dette kan forstås som, at kontrollen ikke ligger hos ham, men det ville han ønske, at den gjorde, for så ville han vælge dissociationen fra.

Ditte fortæller også, at hun tidligere har oplevet, at sin dissociation fandt sted uden, at hun havde nogen form for kontrol med det, men at hun med årenes løb oplever at have fået lidt mere kontrol med sin dissociation:

(...) jeg arbejder jo stadigvæk med mig selv, så jeg synes klart, det er blevet bedre, men lige fra jeg var lille, og indtil for 10 år siden, der var det som at trykke på en knap, Szzz (siger en slukke lyd), så var jeg væk. (Ditte, ll. 400-404)

Af feltnoterne fremgår det at Ditte knipser med fingrene for at fremhæve, hvor hurtigt hun kunne forsvinde væk, som blev et lys slukket (Bilag 12: Feltnoter Ditte). Ditte forklarer, at hun ikke oplevede kontrol over denne form for forsvinden og det ikke var et valg for hende at slukke for bevidstheden (Ditte, ll. 407f). I dag oplever Ditte dog ikke samme grad af ukontrolleret forsvinden, men hendes beskrivelser viser, hvordan dissociation for hende stadig kan forekomme som en pludselig og automatisk menneskelig reaktion.

Ellen beskriver også, at dissociation for hende var noget, der pludselig skete, og hun ingen kontrol havde med dette. Hun fortæller, at var svært for hende at håndtere det kontroltab, som dissociationen udgør (Ellen, ll. 243-250). Ellen forklarer dog, at hun lige nu befinder sig i en proces, hvor hun forsøger at få mere kontrol over dissociationen, og hun har udviklet nogle strategier i forsøg på dette:

Ja, så jeg tænkte det er ikke holdbart, jeg vil også gerne være her for min familie (...) så jeg gjorde egentligt det at jeg for det første lukkede ned for kroppen og for følelserne som jeg jo havde lært, men så prøvede jeg også på at ændre mit tankemønster på at det skal jeg ikke fokusere på nu, altså jeg kan fokusere på det på et andet tidspunkt, og sådan lidt prøve at feje det væk. (Ellen, ll. 717-724)

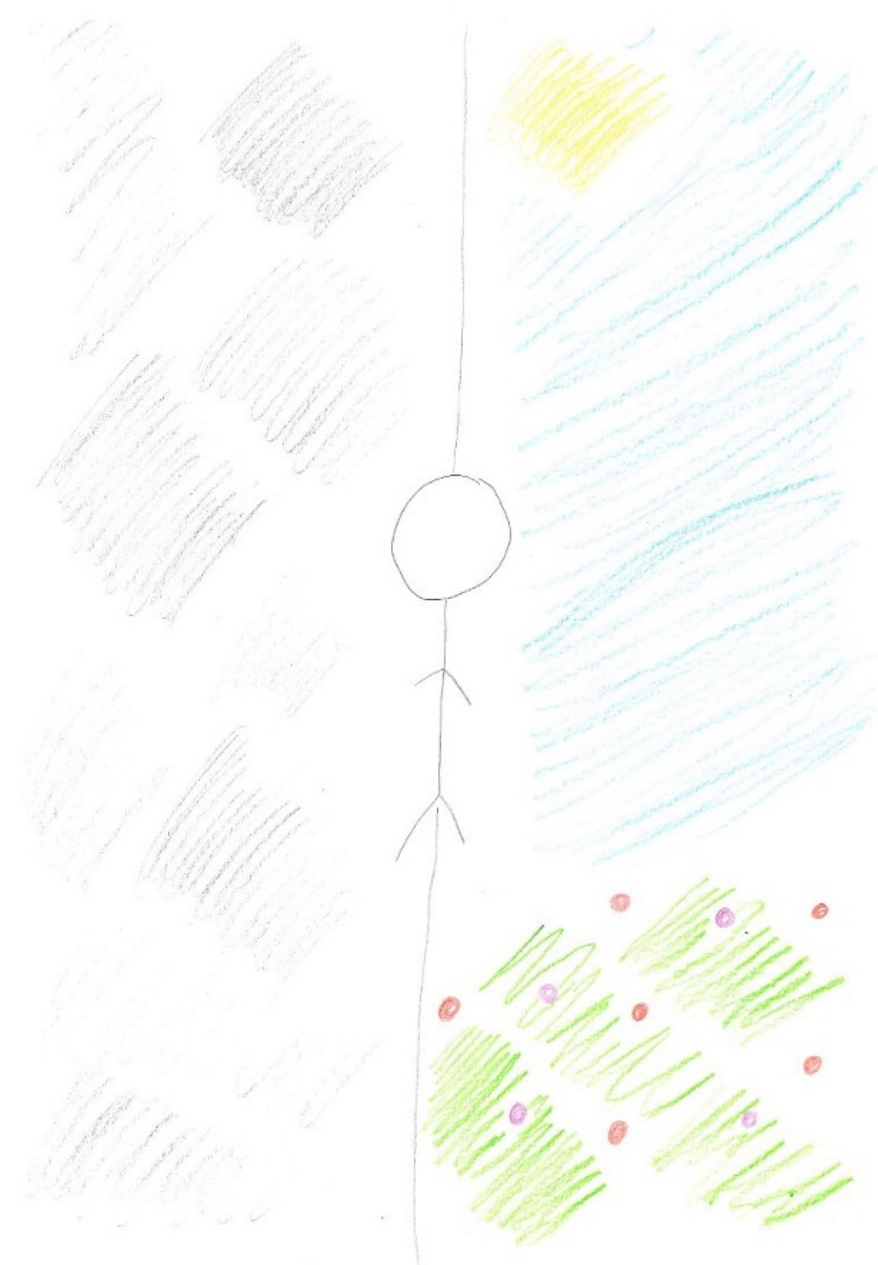
Ellen forklarer, hvordan hun strategisk udskyder visse tanker og følelser for at kunne være til stede i nuet. Ved at lukke ned for sine følelser og kroppen i momentet, forsøger hun at undgå påvirkningen af følelser og fornemmelser, som ville kunne føre hende ind i dissociationen. Ellen oplever, at hun ikke kan fastholde udskydelsen og bliver derfor senere nødt til at give plads til dissociationen for efterfølgende at kunne være i nuet (Ellen, ll. 302f).

Eksempelvis beskriver Ellen en episode, hvor hun satte tid af til dissociation, fordi hendes datters femårs fødselsdag havde trigget en række følelser og tanker og gjort, at Ellen fik svært ved at være til stede (Ellen, ll. 340-342). Hun uddyber:

(...) jeg satte mig i min sofa, og jeg havde noget behagelig musik på, sådan noget angstdæmpende musik, og så havde jeg tændt stearinlys rundt, og sådan ... så har jeg købt nogle røgelsespinde og sådan noget duft, sådan at jeg vidste med mig selv, at jeg var i nuet, og jeg havde gjort sådan, at jeg var tryk i nuet, og jeg vidste, at der kom ikke nogen forstyrrelser, på det tidspunkt, og så var det nemmere for mig ligesom at sige, det er okay, det sker ... og der fik jeg så flyttet mig, altså til en situation, da jeg var, jeg antager, at jeg har været fem. (Ellen, ll. 363- 372)

Ellen beskriver her, hvordan hun skabte et trygt miljø omkring sig, og tillod sig selv at forsvinde væk i dissociationen. Af feltnoterne fremgår det, hvordan Ellen peger på sin tegning, hvor hun har tegnet sofaen (se Tegning 4: Ellens tegning), og forklarer ud fra denne, hvor i rummet tingene befandt sig, og hvordan hun havde skabt disse rolige omgivelser (Bilag 13: Feltnoter Ellen).

Når det kommer til oplevelsen af kontrol over dissociation, skiller Beate sig ud fra de andre deltagere. Beate beskriver nemlig, at hun oplever stor kontrol med sin dissociation, både i forhold til, hvornår det sker, og hvad dissociationen skal indeholde. Beate bruger ofte sin dissociation som en indre ressource til bevidst at forsvinde væk fra virkeligheden og ind i en dissociativ tilstand præget af positive elementer, som hun selv skaber. Beates tegning illustrerer blandt andet denne positive dissociative tilstand (Se tegning 5: Beates tegning).



Tegning 5: Beates tegning

Beate forklarer indholdet af sin tegning således:

Jamen det er to verdener på en eller anden måde ... At det er tit, som man siger, den rigtige verden, hvis den bliver for grå og for træls, jamen så kommer man jo ind i noget, hvor man selv kan sætte alle de farver på, man vil og skabe det ro og det, man har brug for, at så bliver det jo også lidt tilflugtsstedet, hvis man kan sige det sådan. (Beate, ll. 151-156)

Beate forklarer, hvordan tegningen skal forestille to verdner som er adskilt af en lodret streg på midten, og Beate forestiller personen som står i midten (Beate, ll. 535-537). Hun kan vælge at gå over i den dissociative verden, hvis den anden side, virkeligheden, bliver for trist og grå, og hun ikke ønsker at være der. Den positive dissociative verden, som Beate har tegnet med farver og solskin, er et sted Beate kan flygte hen, og hvor hun selv kan kontrollere, hvilke positive aspekter, der skal fylde, og ”sætte farver” på tilværelsen, som hun ønsker det. Beate peger løbende på tegningen for at vise, hvordan hun kan hoppe mellem de to verdner (Bilag 10: Feltnoter Beate). Beate tilføjer dog, at dissociationen og tegningen også kan være omvendt for hende:

(...) men man kan også godt vende den om, altså hvis man har depression, eller sådan tingene, de er, jamen så kan man måske også blive hevet ind i det mørke hele tiden, og sådan lidt kæmpe med at prøve at være ude.
(Beate, ll. 158-161)

Her bruger Beate tegningen omvendt, og viser at den farvede verden også kan illustrere virkeligheden, og så kan hun opleve, gennem dissociationen, ufrivilligt at blive trukket ind i noget mørkt og ubehageligt, som er illustreret på tegningen ved den mørke side.

I dag oplever Beate dog at langt størstedelen af hendes dissociative oplevelser udgør den farverige, positive og frivillige version:

(...) altså 80% af tiden så, så er det den gode form for mig nu, at jeg bliver ikke revet ind i noget negativt, men jeg har skabt mit eget positive, ja, og har på en eller anden måde min egen verden. (Beate, ll. 395-398)

Beate har med tiden fået skabt sin egen verden gennem dissociation, hvor hun selv kan kontrollere, hvad hun oplever, og hun kan dermed bruge dissociation som noget positivt. Beate kan bruge dissociationen til at forsvinde væk til en positiv verden, hvis virkeligheden ikke er rar at være i, og hun kan omvendt også forblive i virkeligheden, hvis hun foretrækker det: ”(...) hvis der er en masse godt og det ene og det andet, jamen så har jeg jo ikke behovet for at forsvinde, så gør jeg det heller ikke helt lige så meget” (Beate, ll. 407-410). Med dette viser Beate, at hun har en stor kontrol med sin dissociation og kan bruge det positivt.

At dissociation kan opleves som noget positivt, ser vi også hos Anders. Generelt oplever Anders dissociation som noget ukontrollerbart og ubehageligt, men fortæller at han én enkelt gang har oplevet at forsvinde et behageligt sted hen i sin dissociation, og giver udtryk for, at han gerne ville kunne forsvinde derhen igen (Anders, ll. 273-277). Da Anders vil forklare denne positive oplevelse, rækker han ud efter papiret, som han tidligere har tegnet på og begynder at tegne igen. Øverst i højre hjørne af Anders' tegning, ses der er et kvadrat, hvori der svæver en lille mand. Dette skal illustrere Anders' positive dissociative oplevelse (se Tegning 3: Anders' tegning):

Det var en behagelig en ... Det er som en ku- en firkant. Jeg er inde i firkanten ... (A griner lidt). Nå. Men firkanten består af ... hud. Væggene er hud. Væggene er bløde og varme. Men det er følelsen, du er inde i en firkant og den er varm. Svæver i en firkant (...) Den er ikke så stor, mindre end rummet her. Men det er rart. Jeg har kun prøvet det én gang. Varmt, rart, hud. Jeg har ... første tanke det var, at det var inde i maven. (Anders, ll. 280-288)

Den oplevelse, som Anders beskriver, har givet ham følelsen af at være i en mave, og det har givet ham en fornemmelse af varme og tryghed: "Det er eneste gang, jeg prøvede det ... Det var ... Jeg ville hellere der til end der til" (Anders, ll. 294f). Anders forklarer og viser ved at pege på tegningen (Bilag 9: Feltnoter Anders), at hvis han havde valget og kontrollen over sin dissociation, ville han foretrække at forsvinde væk til den varme hud-firkant, fremfor tilbage til lorteskuret.

På tværs af deltagerne, ser vi, at de oplever meget forskellig grad af kontrol med deres dissociation. Hos Anders og Carl er oplevelsen præget af en magtesløshed, ufri-villighed og ønsket om kontrol. Ditte har tidligere oplevet dissociation som meget ukontrollerbart, og det samme har Ellen. De har dog på hver deres måde opnået eller forsøgt at opnå en vis form for kontrol. Beate derimod, oplever ofte kontrol over sin dissociation og kan ligefrem finde den positiv.

Ovenstående kan tyde på, at oplevelsen af kontrol har en betydning for hvordan dissociation erfares. En mangel på kontrol kan relateres til ubehag og frygt, mens en højere grad af kontrol kan gøre oplevelsen mindre ubehagelig og måske endda meningsfuld og positiv.

4.3 Oplevelsen efter dissociation

Følgende tema vil berøre deltagernes beskrivelser af forskellige dele af oplevelsen af at komme tilbage efter at have dissocieret. Yderligere belyses nogle af de positive og negative aspekter, som dissociationen kan føre med sig på kortere og længere sigt.

4.3.1 At komme tilbage efter dissociation

Nogle af deltagerne beskriver forskellige aspekter af at ”komme tilbage igen” efter dissociation, herunder forskellige kropslige og følelsesmæssige fornemmelser samt måder, hvorpå nogle deltagere forsøger at mærke sig selv og sin krop igen efter dissociation.

Ditte beskriver, at dissociation for hende kan være opslidende, afkræftende og hårdt, og hun er træt, både i sin krop og i sit hoved, når hun føler, at hun kommer ud af sin dissociation (Ditte, ll. 458-463). Hun beskriver dissociation som voldsomt, hvor hun efterfølgende har brug for meget hvile: ”(...) jeg har ingen overskud, jeg har ingen energi, jeg har egentlig bare behov for at være for mig selv, og prøve at hvile og slappe af, fordi at jeg synes, at det er rigtig hårdt for kroppen, men også for hovedet” (Ditte, ll. 489-492), og Ditte tager sig til hovedet, mens hun fortæller om dette (Bilag 12: Feltnoter Ditte). Ellen bruger også meget energi, når hun dissocierer, og finder det intenst. Hun fortæller, at hun kan føle sig forvirret og stå tilbage med en masse følelser, som hun ikke helt ved, hvad hun skal gøre af (Ellen, ll. 265-269). For Ellen kan dissociation også påvirke hendes angst: ”Og så satte det også rigtig meget angst i gang (...) Ja, det forstærkede det (angsten) rigtig meget” (Ellen, ll. 271-273). Ellen og Dittes beskrivelser danner et billede af dissociation, som noget der kan være drænende og hårdt mentalt, men også fysisk.

Beate fortæller, at hun nogle gange kan have svært ved at komme i gang igen efter dissociation (Beate, ll. 309-312). Hun beskriver, at ”(...) man nogle gange lige skal vække sig selv lidt, fordi prøv lige at vær med” (Beate, ll. 47f), og en måde hvorpå hun kan komme tilbage på, kan være ved at snakke til sig selv: ”(...) jeg snakker til mig selv, altså sådan lidt så hold nu op, sådan lige, få lidt gang i blodomløbet, eller sådan et eller andet, fordi det føles lidt som om man lige taber forbindelsen” (Beate, ll. 422-425). Mens Beate forklarer dette, fremgår det af feltnoterne, at hun ryster lidt med sine arme og trykker på dem for at illustrere, hvordan hun får gang i sit blodomløb (Bilag 10: Feltnoter Beate).

Foruden ved Beate, ses der også ved Ditte beskrivelser af at røre ved sin krop, når hun er på vej ud af dissociationen, dog på en anden måde. Ditte beskriver, hvordan det første, der sker efter hendes dissociation aftager, er at hendes hørelse og syn langsomt vender tilbage: "(...) jeg begynder at kan høre hvad der bliver sagt og jeg kan også begynde at se, hvad der sker omkring mig, og jeg kan også begynde at mærke min krop" (Ditte, ll. 468-470). Hun beskriver, at hun fysisk tager fat i sin krop for at mærke, at hun er til stede igen efter dissociationen: "(...) så kan jeg godt, du ved, tage fat i mine arme og i mine ben, for ligesom at mærke efter, er jeg her nu? Altså, er jeg til stede?" (Ditte, ll. 474f). Af feltnoterne fremgår det, hvordan hun trykker sig selv på kroppen og rører sin krop, mens hun fortæller dette, men også at hun tager fat i bordet og i stolen, som hun sidder på, mens hun siger "er jeg her nu?" (Bilag 12: Feltnoter Ditte). Ditte bruger således både sin krop og sine omgivelser til at mærke, at hun er til stede efter dissociationen.

Carl har også beskrivelser af at bruge elementer i sine omgivelser til at mærke sig selv igen efter dissociation. I den opfølgende henvendelse med Carl beskriver han, hvordan det at det at spise eller sove, kan hjælpe med, at han føler sig til stede igen efter dissociation (Bilag 6: Transskription Carl). Han fortæller i undersøgelsen også, hvordan det at lægge på en pigmåtte, hjælper ham:

(...) der er sådan et tidspunkt hvor jeg virkelig føler at jeg er tilbage i min krop, og det er, jeg har sådan en pigmåtte jeg lægger på derhjemme, engang i mellem, og det er som om den får mig tilbage, altså det der trykken får mig tilbage i kroppen. (Carl, ll. 247-251)

Anders beskriver også, hvordan trykken kan hjælpe ham med at komme tilbage efter sin dissociation: "Men det er svært at komme derfra og tilbage igen til virkeligheden. Der skal jeg trykkes på. Altså fysisk" (Anders, ll. 204f).

Både Carl, Anders, Beate og Ditte bruger en form for trykken på kroppen til at komme tilbage til sig selv efter dissociation. Hvor Beate beskriver, at hun bruger det til at vække sin krop og være med igen, beskriver Ditte, at hun gør det for at tjekke, om hun er til stede efter dissociation, og for Anders hjælper fysisk tryk ham med at komme tilbage til virkeligheden, hvor det for Carl hjælper ham til at komme tilbage i sin krop igen.

Ud fra nogle af deltagernes forskellige beskrivelser af at komme til sig selv igen ses det, at dissociation kan være udmattende og drænende, og det kan være svært at komme til sig selv igen, hvor nogle af deltagerne også beskriver, hvordan ydre kropslige stimuli muligvis kan hjælpe.

4.3.2 Dissociations konsekvenser for livet

Et aspekt, som går igen i samtlige af deltagernes beskrivelser, er, at de oplever, at dissociationen bærer konsekvenser med sig, som på forskellig vis har indflydelse på deres liv. Én følgevirkning af dissociationen ses eksempelvis som en form for tilpasning deltagerne laver i deres liv og adfærd, hvorigennem de på divergerende måder mere eller mindre bevidst forsøger at undgå dissociationen.

Eksempelvis fortæller Ditte om nogle former for undgåelsesadfærd, som hun benytter sig af. Ditte fortæller: "(...) jeg passer meget på, fordi jeg ved, at der er nogle situationer, som jeg ikke skal sætte mig selv i" (Ditte, ll. 274-276). I forlængelse heraf uddyber Ditte, at hun særligt er opmærksom på, hvad hun ser i TV om aftenen og hvilke film, hun ser i biografen (Ditte, ll. 175-177, 428f). Derudover fortæller Ditte, at hun har lært at genkende de fornemmelser, hun plejer at få, inden hun dissocierer, og at hun derfor bevidst prøver at flytte sig eller trække sig fra de situationer, hun befinder sig i, når hun får disse fornemmelser (Ditte, ll. 338f, 341-344).

En anden form for ændring eller tilpasning i livet, som har påvirkning på oplevelsen af dissociation ses ved Beate, som fortæller, at hendes tilværelse som førtidspensionist gør, at hun ikke i særlig høj grad oplever, at dissociationen påvirker hende negativt i dagligdagen (Beate, ll. 515f, 522-525). Om sin tilværelse nu, hvor Beate går hjemme alene og kun skal noget enkelte dage om ugen, fortæller hun, at hun ikke oplever dissociationens negative indvirkninger i særlig høj grad (Beate, ll. 260-263, 269-272). Hvis hendes liv så anderledes ud, fortæller hun dog:

hvis jeg skulle være på arbejde, eller der er nogen der hele tiden, så vil jeg også hele tiden måske blive rykket mere ud, så kan det godt være jeg ikke ville kunne styre det så meget, som jeg egentligt tror. (Beate, ll. 263-267)

På denne måde sætter Beate ord på, at den måde hendes liv nu er indrettet på, ved at hun ikke går på arbejde eller særlig ofte er omgivet af andre mennesker, er medvirkende til, at hun ikke oplever den negative dissociation i lige så høj grad som tidligere, hvor hun gik i skole og havde en aktiv sag hos kommunen (Beate, ll. 518-521).

På en lignende vis fortæller Carl, at han ikke bruger særlig meget tid med andre mennesker og i stedet opholder sig meget hjemme alene, og han giver i den forbindelse udtryk for, at dissociationen ikke ”på den måde” har nogen betydning for hans liv (Carl, ll. 430-437). Videre forklarer Carl, at den kontrol, hvormed han har lært at styre sin dagligdag, medvirker til, at han kan undgå at komme i dissociative tilstande, hvor han oplever at forsvinde:

(...) jeg tænker jo nok også, at jeg har været, altså er blevet dygtig til, altså simpelthen at sørge for, at jeg aldrig kommer ud i de der situationer, hvor at jeg sådan rigtig forlader min krop (...) jeg lever så kontrolleret, at når jeg er sammen med andre mennesker, altså, jeg føler ikke rigtigt, at jeg sådan, på den måde, altså forsvinder. (Carl, ll. 437-444)

En anden måde hvor dissociation kan undgås på ses i Anders’ beskrivelser:

(...) halvdelen af min tankegang, kan man kalde det for, kører på fremtiden. Hele tiden sådan: ”Hvad skal jeg? Hvad skal jeg? Hvad skal jeg? Hvad skal jeg?”, så jeg ikke skal tænke på fortiden. Det vil sige, at så lever jeg lidt i fremtiden. Så er jeg ikke med i nuet. (Anders, ll. 339-343).

Anders uddyber herom, at han først for omkring et år siden er blevet bevidst om, at dette sker for ham, og han fortæller, at han ikke kan styre det, hvilket frustrerer ham, fordi det bidrager til, at han ikke kan være til stede i nuet og slappe af, som han egentlig ønsker og gerne vil arbejde hen mod (Anders, ll. 348-351, 482f). Så selvom at Anders’ konstante tanker om fremtiden kan gøre, at han undgår at dissociere, så udgør det også en udfordring for ham i at leve sit liv, som han gerne vil.

I forhold til at have udfordringer med at være eller kunne noget, som man gerne vil som følge af dissociationen, fortæller Ellen med henvisning til højre side af sin tegning (se Tegning 4: Ellens tegning), som symboliserer hendes dissociation, at hun skal undgå så meget som muligt derfra (Ellen, ll. 959f). Ellen oplever nemlig, at hun ikke kan være den hustru og mor, som hun gerne vil være, hvis hun hele tiden flytter

sig mellem nutiden og fortiden (Ellen, ll. 163-167), som hun har afbilledet med sin tegning (se Tegning 4: Ellens tegning). Ellen forklarer dette således:

(...) altså fordi jeg kan ikke være der for dem, hvis jeg er heroppe, og det ved jeg jo godt, altså jeg bliver nødt til at være i nuet, før jeg kan være ved dem, for jeg kan ikke være to steder på en gang. (Ellen, ll. 1035-1038)

Videre uddyber Ellen, at hun føler, at hun svigter sin familie og særligt sine børn, fordi at dissociationen begrænser hende i optimalt at kunne være der for dem (Ellen, ll. 470f, 610f, 640f, 717-719).

For Ditte opleves dissociationen ligeledes at have haft en negativ indvirkning på den form hendes liv har taget. Ditte fortæller, at de traumatiske oplevelser, hun har været udsat for, og dissociationen som har fulgt hende siden, har forhindret hende i at være og gøre ting i sit liv, som hun gerne ville, for eksempel at tage en uddannelse (Ditte, ll. 60-64, 286-288, 290-294). Da Ditte fortæller om dette under undersøgelsen, bliver hun tydeligt følelsesmæssigt berørt, taler med en grådkvalt stemme, får tårer i øjnene og sætter ord på, at hun har en følelse af spildt liv, fordi hun ikke har fået udført det, hun gerne ville (Ditte, ll. 283f; Bilag 12: Feltnoter Ditte).

Også Anders sætter ord på, at dissociationen medfører en følelse af spildt liv for ham. Udover at dissociationen er ubehagelig at være i, fortæller Anders, at dissociationen gør, at han har mistet og fortsat mister meget af sit liv (Anders, ll. 473f, 503, 623-625). Følelsen af at miste sit liv, ses gennemgående i Anders' beskrivelser i forbindelse med, at han fortæller om sin manglende hukommelse. Anders fortæller, at han oplever, at hans liv bliver kortere, så han ikke føler, at han er så gammel, som han egentlig er, fordi han har mistet mange af sine minder og dermed føler, at han mangler noget af sit liv på grund af dissociation (Anders, ll. 322f, 325-327). Han fortæller om dette således:

(...) i dagligdagen, der forsvinder meget af min hukommelse ... Jeg kan ikke huske mine dage. Så det er en del af de ting, der er mest irriterende (A stammer/hakker). Jeg har svært ved at ... at lagre minder ... nu (...) der forsvinder ligesom ... hele gader, eller stykker af min tur, eller ... hvad man har lavet. Det forsvinder gerne. (Anders, ll. 315-322)

Hermed tydeliggør Anders, at dissociationen fortsat ødelægger hans liv, fordi han ikke kan huske sine dage, og det han foretager sig, eksempelvis når han besøger sin søster:

”Selvom jeg er nede og besøger hende, så kan jeg ikke altid huske, hvad der sker og så mister jeg tiden igen” (Anders, ll. 498-500). Med hensyn til Anders’ udtalelser om, at han føler, at han har mistet tid med sin søster (Anders, ll. 491-494), bemærkes det, at han fremstår med et trist og sørgmodigt blik (Bilag 9: Feltnoter Anders), hvilket yderligere belyser den store betydning konsekvenserne af dissociation har for såvel livet i et større perspektiv samt for hverdagslivet mere specifikt.

Om hukommelsen i hverdagen fortæller Ellen ligeledes, at hun oplever problemer med at huske og genkalde, hvad hun for eksempel foretog sig for en uge siden, hvorfor hun har valgt at føre logbog (Ellen, ll. 521-525). Udover at mangle hukommelse for sin hverdag fortæller Ellen yderligere om manglende erindringer fra tidligere i sit liv:

(...) jeg kan ikke huske min barndom (...) jeg kan huske meget få glimt, og det jeg kan huske det tror jeg er en fortælling, jeg har givet mig selv.
(Ellen, ll. 667-670)

På samme måde, som Ellen beskriver manglende hukommelse fra sin barndom, fortæller både Carl og Anders om store huller i deres hukommelse fra deres barndom og ungdom. Eksempelvis fortæller Anders om et hul, han har i sin hukommelse, der spænder fra han var 19-21 år gammel, hvor han oplever, at alt hukommelse for denne periode er forsvundet (Anders, ll. 105-108).

Vedrørende Carls oplevelser med hukommelsestab tidligere i livet fortæller han om en periode på 4-5 uger uden hukommelse i sine teenageår, hvor han var ladt helt alene hjemme, hvilket han fortæller var emotionelt voldsomt (Carl, ll. 298-304). Carl fortæller yderligere om en periode på to uger, hvor han oplevede et hukommelsesskab, hvilket fandt sted, da han var 18 år gammel og hvor hans mor havde en depression (Carl, ll. 285-290). Carl er efterfølgende blevet fortalt, hvad han har foretaget sig i de to uger:

(...) jeg sådan har fået fortalt, at jeg i de to uger tog mig af min søster, du ved, lavede lektier med hende, puttede hende ... lavede madpakke til hende, fik sendt hende i skole og alle de her ting, ikke? Men første gang jeg fik fortalt det, der var jeg bare sådan, hvad snakker du om? Det har da aldrig sket. (Carl, ll. 290-295)

I nutiden beskriver Carl dog også oplevelser med hukommelsestab for perioder af tid i sin dagligdag. Som beskrevet tidligere fortæller Carl eksempelvis om en oplevelse, hvor han ikke har nogen hukommelse om et tidsrum, hvor han fysisk har bevæget sig fra en lokation til en anden. I forbindelse med en oplevelse som denne kan et yderligere aspekt ved Carls hukommelsestab ses i, at han mangler en fornemmelse for hvor langt et tidsrum hans manglende hukommelse dækker over, hvilket kan få ham til at tvivle på sine egne erindringer, når han har været alene, imens han var dissocieret (Carl, ll. 57-60, 150-152).

Udover at det at have huller i hukommelsen går ud over ens hverdag og medfører stor forvirring, fordi der mangler en del af ens livshistorie, så fortæller Anders, at dissociationen og hukommelsestabet også medvirker til et tab af hans egen identitet:

(...) det tager ens identitet, ens hukommelse, ens ... hverdag. Man er jo det, man har gjort, og det man er, det er jo det, man har gjort og det man gør. Og hvis man ikke kan huske, hvad man gør, så er man jo ikke noget.
(Anders, ll. 483-487)

Denne oplevelse af, at dissociation påvirker ens identitet, er ligeledes tilstedeværende hos Ellen, som dog ikke sætter sin oplevelse i forbindelse med hukommelsestab, som Anders gør. I stedet oplever Ellen en påvirkning af sin personlighed som følge af sine dissociative genoplevelser, hvor Ellen med reference til sin tegning (se Tegning 4: Ellens tegning) fortæller:

(...) til at starte med, der vidste jeg ikke sådan helt, hvad for en arena jeg bevægede mig i, sådan rent personlighedsmæssigt, jeg kunne bare mærke, jeg var ikke mig selv, jeg var ikke voksen (...) jeg har faktisk i en lang periode levet, som enten den her teenager, der var lidt fanget i det her køkken, eller det her barn, der faktisk var lidt fanget i mit tidligere hus. (Ellen, ll. 290-296)

Ellen fortæller her om en oplevelse af, at tidligere udgaver af hende selv, som hun konfronteres med i sine dissociative genoplevelser, også overtager styringen over hende i nutiden, fordi de kommer med hende tilbage til virkeligheden (Ellen, ll. 888-891, 895f). I forbindelse med disse oplevelser fortæller Ellen, at hun har haft svært ved at bibeholde sig selv i oplevelsen, og at hun har været meget ængstelig, hvor hun i en

periode var bange for, om hun led af skizofreni, fordi hun oplevede så mange forskellige dele og personlighedsaspekter af sig (Ellen, ll. 223-225, 931-933). Ellen sætter ord på hele den forvirrende oplevelse med ordene:

Og det sådan har været blandet sammen, så jeg både har været barn, teenager og voksen, og sådan, teenager har været alt for voksen, og sådan ikke kunne være voksen, altså, det har været en meget stor pærevælling, på et tidspunkt. (Ellen, ll. 936-929)

Måden, hvorpå Ellen mærker tilstedeværelsen af yngre dele af sig selv i nutiden, fortæller hun, både kan være i form af vaner, adfærd, personlighedstræk, tankemønstre og følelser fra tidligere aldre, Ellen har haft, som hun oplever at tage med sig tilbage til virkeligheden, efter hun har dissocieret, som kan gøre, at hun har svært ved at genkende sig selv og oplever usikkerhed om egen identitet (Ellen, ll. 235f, 289f, 419f, 483f, 906-911).

Opsummerende ses dissociation i deltagernes beskrivelser og fortællinger at have omfattende konsekvenser for deres livsførelse og livskvalitet. Herunder ses konsekvenserne blandt andet i en oplevelse af påvirkning af egen hukommelse, identitet og meningsfuldheden i ens liv samt en indskrænket udfoldelse af eget liv på grund af undgåelsesadfærd vedrørende dissociationen og elementer, som kan trigge denne.

4.3.3 Dissociation som brugbart

Selvom dissociation kan have store konsekvenser for individet, ser vi, at flere af vores deltagere også beskriver, hvordan dissociation har spillet en brugbar rolle for dem.

Som tidligere beskrevet er en del af Ellens dissociation at vende tilbage til hendes barndomshjem, hvor hun kan opleve at få erindringer fra fortiden. Selvom Ellen beskriver, at hun gerne vil undgå sin dissociation så meget som muligt, har hun dog også beskrivelser af et behov for at give plads til at vende tilbage til fortiden:

(...) hvor jeg kan blive i den her side som voksen, som jeg jo gerne vil være i, men jeg vil jo også gerne give plads til den anden side, hvor jeg så faktisk ikke er voksen (...) Ja, det er en opvejning hele tiden. (Ellen, ll. 960-965)

Ellen uddyber ikke direkte, hvorfor hun har dette behov, men hun beskriver i sammenhæng med citatet, hvordan det at forsvinde tilbage til fortiden i sin dissociation kunne være rart for hende, da hun her får nogle erindringer fra sin barndom, som hun ellers ikke kunne huske (Ellen, ll. 665-671). Dette kan muligvis tolkes som, at der er dele af at vende tilbage i dissociationen, som kan være brugbart for Ellen, da hun her lærer mere om sin barndom.

For Beate kan dissociationen fungere som en slags skjold mod verden: ”Og der er de der dage, hvis jeg er træt, så er det ikke sikkert, at jeg har energien til, at jeg skal holde øje med alt og alle, og, og så bliver det (dissociation) lidt det der skjold” (Beate, ll. 287-289). Beate beskriver dette i sammenhæng med sin PTSD, og hvordan hun bruger rigtig meget energi på at holde øje med sin omverden, hvor dissociation kan hjælpe hende som et skjold, hvis ikke hun har energien til det. Beate beskriver yderligere, at hun dissocierer, hvis omverdenen bliver for utryg, hvor dissociationen kan bruges til at mindske denne utryghed (Beate, ll. 247-250).

Carl beskriver også, at dissociation kan opstå, hvis omverdenen kan føles utryg, og han fortæller, at for ham er kassen i midten af sin tegning det vigtigste for at forstå hans dissociation (Carl, ll. 194-198). Han siger også, at det på en måde kan være trygt at befinde sig inde i kassen (Carl, ll. 206f), og den kan beskytte ham fra alt det, som er udenom: ”det der med at være gemt væk, beskyttet (...) Altså, fordi det udenom det er jo bare, det kan jo være alt muligt, det kan jo komme, ikke sådan?” (Carl, ll. 199-202). Carls beskrivelser og tegning giver et billede af kassen og dissociation, som havende en beskyttende rolle mod omverdenen, hvis nødvendig.

Anders beskriver også, hvordan dissociation kan være beskyttende, dog på en anden måde. Han beskriver, hvordan han kan bruge dissociation til at slette, hvis der sker noget ubehageligt i omverdenen: ”Men jeg forsvinder ligesom i- jeg sletter det. Det har ikke sket det der. Så, meget bedre. Så det er mig, der beskytter mig selv” (Anders, ll. 391-393). Udover at være en form for beskyttelse fra omverdenen, beskriver Anders også dissociation som en flugt fra sig selv: ”Men for mig er det, det er en flugt ... fra mig selv. Fra - det er en beskyttelsesting, men det er også en flugt” (Anders, ll. 71-73). Set i sammenhæng med Anders’ andre beskrivelser, kan dette forstås som en flugt fra hans egne tanker og minder.

Endvidere beskriver Anders, hvordan han kommer tilbage fra dissociationen, når tingene er bedre igen: ”Og så kommer jeg tilbage igen, når det er okay igen. Eller i

hvert fald er bedre ... igen" (Anders, ll. 408f). Ud fra Anders' beskrivelser, kan dissociation for ham forstås som brugbart både i forhold til at beskytte sig mod ubehagelige ting i omverdenen, men også til at flygte fra sig selv. Dog understreger Anders også, at selvom dissociation kan være en beskyttelse og en flugt, er det ikke rart at gøre (Anders, l. 74), og han fortæller: "Jeg vil ikke unde nogen at have det sådan der, at dissociere, fordi det er en ubehagelig følelse at være i" (Anders, ll. 622f), hvilket understreger, at selvom dissociation kan have brugbare elementer, er det vigtigt ikke at negligere, at det kan være enormt ubehageligt og have store konsekvenser.

At dissociation kan indeholde en form for dobbelthed og ambivalens, sætter Ditte også ord på: "(...) dissociation er forfærdelig, men den passer også på, fordi det gør den virkelig, den passer på os, selvom den er destruktiv" (Ditte, ll. 724-726). Ditte beskriver også dissociation som en forsvarsmekanisme (Ditte, ll. 360f), og hun fortæller, hvordan dissociation har bidraget til, at hun har kunne overleve de ting, som hun har været udsat for:

Ja, men den (dissociation) har også gjort at jeg overlevede, det kan jeg lige så godt sige dig, jeg havde ikke overlevet, hvis den ikke havde været der, det ved jeg i dag (...) Ja, at den har været min følgesvend, for at jeg har kunne klare at leve det liv. (Ditte, ll. 674-679)

Ditte beskriver også, hvordan dissociation er en hjælp for et lille barn til at overleve: "(...) så er jeg helt sikker på, at den hjælper os alle sammen, altså selvom det er forfærdeligt, så er det også en hjælp, for et lille barn eller en ung pige og overleve" (Ditte, ll. 696-699). Med sine beskrivelser viser Ditte det paradoksale i, at dissociation både kan være brugbart og en hjælp til at overleve samtidig med, at det kan være ødelæggende og forfærdeligt.

Sammenfattende kan dissociation indeholde noget brugbart for de fem deltagere, både i form af et vindue til glemte minder for Ellen, som et skjold mod omverdenen for Beate, som en tryk kasse for Carl, en flugt og en beskyttelsesting for Anders og en overlevestrategi for Ditte.

4.4 Deltagelse i specialeundersøgelsen

Følgende tema omhandler deltagernes oplevelse af at deltage i specialeundersøgelsen. Her belyses både de udfordringer og potentialer, som deltagelse i undersøgelsen medfører for deltagerne. Derudover udforskes deltagernes dissociative og følelsesmæssige reaktioner under og efter selve undersøgelsen.

4.4.1 At tegne og fortælle om dissociation

En udfordring, som træder frem i deltagernes beskrivelser, er, at det er vanskeligt at forklare og beskrive, hvordan dissociation opleves. Carl påpeger undervejs i undersøgelsen, at dissociation er svært at beskrive (Carl, l. 349-351), og Anders fremhæver, at det er svært at forklare, fordi hans dissociation ofte bærer præg af hukommelsestab (Anders, ll. 617-619). Ditte forklarer, at hendes omgangskreds har svært ved at forstå, hvad dissociation indebærer, og derfor har hun brugt metaforen med en lyskontakt, der slukkes, som forklaring (Ditte, ll. 637-643). Dette tegner et billede af dissociation som et fænomen, der generelt er vanskeligt at videreformidle til andre, og det kan derfor tænkes, også at være en udfordring at skulle gengive oplevelsen af dissociation visuelt gennem en tegning.

Dette ser vi blandt andet hos Anders, som giver udtryk for, at tegneopgaven er en udfordring: ”Nu sagde jeg jo, før jeg begyndte at tegne, det kan jeg huske jeg sagde, at jeg har det i hovedet. Men det er meget sværere at få det ned på papir, end jeg regnede med” (Anders, ll. 520-523). For Anders var det svært at omdanne billedet i hovedet til en tegning. Imens Anders tegner siger han også: ”Åh det er svært ... Det er svært at få det til at hænge sammen det hele (...) det er sådan diffust” (Anders, ll. 148f, 151). Af feltnoterne fremgår det også, at Anders virker oprevet og frustreret, mens han tegner (Bilag 9: Feltnoter Anders). Han tager dybe indåndinger og stopper flere gange for at sidde med sammenklemte øjne, som om han prøver at se noget for sit indre blik. Anders siger, mens han tegner: ”Jeg vil gerne tegne her” (Anders, ll. 156f), og her holder han blyanten oppe i luften oven over papiret (Bilag 9: Feltnoter Anders). Dette kan tyde på, at Anders oplever at være begrænset i sin udfoldelse af sin oplevelse, og at det flade papir ikke rigtig kan rumme og indfange helheden af denne.

Hos Ditte ser vi også, at tegneopgaven er udfordrende, og endda overvældende: ”JEG KAN SLET IKKE TEGNE” (Ditte, l. 146) udbryder Ditte, da opgaven stilles, og undervejs siger hun: ”Årh hvordan skal jeg tegne det?” (Ditte, l. 196). I feltnoterne

noterer vi også, at Ditte puster hårdt ud med munden, sidder rastløs på stolen, og agerer febrilsk med hurtige bevægelser, da hun tegner, som kan vise, at hun oplever tegneopgaven vanskelig (Bilag 12: Feltnoter Ditte).

Beate giver også udtryk for, at det er udfordrende at tegne: "(...) jeg synes ikke at jeg er så god til at, jeg tror jeg er bedre til at snakke end jeg er til at være kreativ" (Beate, ll.440f). Af dette forstår vi, at Beate ville have foretrukket ikke at tegne. Beate giver ligeledes udtryk for, at hun oplever det som stressende at skulle tegne: "Jamen det er også fint nok, det var ikke, det var mere det der med at der sidder to og man føler sig lidt stresset (alle griner lidt) og skal tegne lidt hurtigt" (Beate, ll. 444-446).

Forud for deltagelsen i undersøgelsen, var deltagerne blevet informeret om, at de skulle tegne en tegning, der viste deres oplevelse af dissociation. Dette medførte, at Beate på forhånd havde lagt en plan for, hvad hendes tegning skulle indeholde (Beate, ll. 114f). Af feltnoterne ses det også, at hun tegner hurtigt og meget målrettet, som følger hun en indre plan (Bilag 10: Feltnoter Beate):

(...) I snakkede om det sidste gang, der syntes jeg det var helt ude i hampen, for jeg kunne ikke finde på noget at tegne (...) men så alligevel sådan har jeg siddet og tænkt lidt over det, og så fik jeg bare det billede der. (Beate, ll. 432-435)

Af dette kan vi forstå, at Beate først oplevede modstand mod tegneopgaven, men at tid til refleksion og planlægning af motivet gjorde opgaven mere overskuelig for hende. Denne forudgående viden om tegneopgaven fremhæves også af Carl, som oplevede, at det var nødvendigt for, at han kunne indgå i den:

(...) jeg tænker hvis jeg ikke har vidst, at jeg skulle lave en tegning, og du bare så lige pludselig havde stukket mig et papir og sagt, nu vil jeg gerne have den, så kunne det godt være at jeg havde stjålet lidt, altså fordi det der behov for kontrol, ikke? (Carl, ll. 458-462)

Derudover oplevede Carl, at det faldt ham naturligt at tegne sin oplevelse af dissociation: "(...) jeg er meget god til at lave billeder inde i mit eget hoved, så jeg tror også at det var lidt, det var egentlig bare det min hjerne producerede" (Carl, ll.180-182). For

Carl var det altså ikke en udfordring at få sin oplevelse ned på papir, så længe han følte kontrol og forudsigelighed omkring opgavens indhold.

Det at skulle fortælle om og tegne sin oplevelse af dissociation oplevede nogle deltagere som udfordrende, men vi ser dog også at tegneopgaven for nogle, blev opfattet som givende og hjælpsom.

Som nævnt fremstod Ditte tydeligt udfordret og nervøs ved at skulle tegne i starten af undersøgelsen, men adspurgt mod slutningen har Ditte alligevel oplevet det at tegne som noget positivt:

(...) I forstår jo mine kruseduller (smågriner), og så synes jeg egentlig, at det har været rigtig fint, at kunne tegne, og I så har kunne spørge ind. Det synes jeg faktisk, for det var jo nok det, jeg var mest nervøs for, og det tror jeg også at jeg fik sagt (...) det fungerede rigtig fint for mig. Det må jeg sige. Overraskende. (Ditte, ll. 598-605)

Ditte ændrede altså indstilling til undersøgelsen og tegneopgaven undervejs og oplevede mod slutningen, at tegningen var en hjælp og var brugbar til at forklare sig ud fra. Af feltnoterne fremgår det også, at Ditte efter undersøgelsen forlader lokalet smilende og i godt humør, samt takker for at hun måtte deltage, hvilket kan bestyrke opfattelsen af, at hun har haft en god oplevelse med at deltage (Bilag 12: Feltnoter Ditte).

Ellen beskriver lignende, da hun bliver spurgt ind til oplevelsen af at skulle tegne: "Jamen det var faktisk rart (...) fordi det har også givet mig en forståelse for hvad det er jeg egentlig selv tænker" (Ellen, ll. 779-782). Ud fra dette ser vi, at tegningen som redskab har hjulpet Ellen til en bedre forståelse af sin egen dissociation. Ellen beskriver det som rart at tegne, og ud fra feltnoterne fremgår det også, at Ellen virkede meget fordybet i tegneprocessen (Bilag 13: Feltnoter Ellen). Hun tog sig god tid, trak vejret roligt, sad længe og overvejede farverne og stregerne nøje. Det oplevedes, som om Ellen forsvandt ind i sig selv, mens hun tegnede og ikke lod sig påvirke af vores tilstedeværelse. Ellen brugte også sin tegning aktivt under interviewet ved at pege og forklare ud fra den. Efter vi slukker diktafonen, vælger Ellen også at tage et billede af sin tegning (Bilag 13: Feltnoter Ellen). Alt dette kan tyde på, at Ellen oplever tegneopgaven som uproblematisk, givende og meningsfuld.

4.4.2 Dissociative og følelsesmæssige reaktioner ved deltagelse

Foruden at deltagelse i undersøgelsen for nogle har været udfordrende grundet opgavens indhold, ser vi også at selve deltagelsen i vores undersøgelse har kunne vække svære og stærke følelsesmæssige reaktioner hos nogle af deltagerne. Dette ser vi blandt andet hos Anders, som beskriver det at skulle tegne som noget farligt:

Det er lidt farligt. (...) man bliver ikke trukket direkte ind i det, men man begynder at tænke mere på det, når man tegner det (...) Så bliver det fortiden jeg tænker mere på og det er ikke behageligt. Så det er ubehageligt at tegne. Så det er på grund af ... følelser i kroppen ... dels bange og dels ked af det. Det er en blanding af de to følelser igen. Der kommer frem i en. (Anders, ll. 509-515)

Anders oplever, at han ryger tilbage til fortiden, mens han tegner, og dette fremkalder ubehagelige, stærke følelser af frygt og tristhed hos ham. Undervejs, mens han tegner, siger Anders også, at han kan mærke, at det ikke er godt for ham at fortsætte, hvorfor han vælger at stoppe med at tegne (Anders, ll. 180f).

Carl beskriver ligeledes, hvordan stærke følelser opstår i forbindelse med, at han tegner sin oplevelse med dissociation. Carl fortæller kort efter udførelsen af sin tegning, at det har gjort ham lidt arrig (Carl, ll. 170f), og siger også senere: "(...) altså jeg kunne godt mærke, at der var noget, altså der var noget vrede da jeg lavede den" (Carl, ll. 455-457). I feltnoterne fremgår det også, at Carl trækker vejret tungt imens han tegner, samt han tegner hårdt og med voldsomme bevægelser (Bilag 11: Feltnoter Carl). Carl ser vrede ud i ansigtet, når han tegner og siger brummende lyde, og da han afslutter tegningen, smider han nærmest blyanten fra sig. Dette kan tyde på, at der i Carls oplevelse af dissociation indgår en dimension af vrede.

Carl fortæller også, at deltagelse i undersøgelsen konfronterer ham med noget ubehageligt:

Jeg tror, at det er mere det der, med når man lige pludselig sådan skal til at sætte ord på det (...) Og man ikke rigtig har tænkt over det, så kommer man måske også lige i kontakt med noget, der lige var lidt... ja, ikke så rart. (Carl, ll. 390-395)

Deltagelse i specialeundersøgelsen gør, at Carl skal beskrive og reflektere over sin dissociation, og dette har muligvis åbnet op for noget pinefuldt. Under deltagelsen berder Carl også om en pause og takker ja til et emneskift (Carl, ll. 396-402; 419f), og dette kan understrege, at deltagelsen har igangsat nogle overvældende følelser og fornemmelser hos ham.

I forlængelse heraf ser vi, at deltagelse i vores specialeundersøgelse har trigget og medført, at flere deltagere oplevede dissociative symptomer under selve undersøgelsen. Blandt andet hos Carl, som mod slutningen af interviewet siger: ”Ja, altså jeg føler at jeg sådan har lukket ned følelsesmæssigt, ja, der er, det er sådan meget dæmpet” (Carl, ll. 474f). Ved deltagelsen kommer Carl, som nævnt, i kontakt med ubehagelige følelser og begynder derfor at dissociere og lukke ned for sine følelser. Af feltnoterne fremgår det, at Carl mod slutningen bliver meget stille, får et fjernt blik og bliver siddende efter interviewet for at komme til sig selv (Bilag 11: Feltnoter Carl). Ved den opfølgende henvendelse fra Carl fortæller han også, at han fik det dårligt under interviewet, og at han dissocierede undervejs, hvor han oplevede at forsvinde og miste kontakten til sig selv (Bilag 6: Transskription Carl).

Anders, som ligeledes fortalte at deltagelse vækkede stærke følelser, oplevede også dissociative symptomer under vores undersøgelse:

Så jeg er kun halvt med. Så på den måde at sige, ja, det har jeg. Men ikke den voldsomme. Så forsvinder jeg helt, det har jeg ikke gjort. Jeg er her stadigvæk. Men jo, jeg er ... lidt herovre. (A griner) Lidt væk. Det kan ikke undgås. (Anders, ll. 564-567)

Anders forsvinder ikke helt, men beskriver en oplevelse af at have været delvis fraværende, og viser med sin arm, ved at pege ud til siden, at han er ”herovre” (Bilag 9: Feltnoter Anders). Af feltnoterne fremgår det også, at Anders fremstår træt og påvirket, og han giver udtryk for, at det er rart han skal ned og have lidt luft. Ellen beskriver ligeledes, at hun undervejs i undersøgelsen oplevede at dissociere: “(...) jeg har også været her i det her køkken, mens vi har siddet og snakket. Jeg har været der, så, selvom jeg har prøvet at være her.” (Ellen, ll. 812- 815). Ellen refererer her til køkkenet, som er afbilledet på hendes tegning og fortæller, at hun undervejs i undersøgelsen har dissocieret og befundet sig i netop det køkken (se Tegning 4: Ellens tegning).

Deltagelse i vores undersøgelse har for nogle deltagere medført dissociation og dissociative symptomer, og i den forbindelse beskriver flere, at det kan få mulige konsekvenser for dem efterfølgende.

Dette forudser blandt andet Anders: "(...) det vil nok også få en konsekvens bag-efter for mig, altså energimæssigt ... går jeg nok ned" (Anders, ll. 544-546). Carl fortæller også, i den opfølgende henvendelse, at deltagelsen tog hårdt på ham. Efter deltagelsen oplevede han en følelse af ikke at være i sin egen krop, og han oplevede at sin dissociation havde taget en ny form (Bilag 6: Transskription Carl). Carl har tidligere oplevet, at han efter dissociation kan komme til sig selv igen ved at spise eller ligge til sig at sove, men dette var ikke tilfældet efter vores undersøgelse, hvor blev han hængende i dissociationen i lang tid.

Både Anders og Ellen fortæller, at deres dissociative tilstande undervejs i undersøgelsen vil medføre problemer med efterfølgende at huske indholdet af samtalen. Ellen fortæller, at selvom hun oplever at dissociere under interviewet, kan hun fortsat registrere, hvad hun bliver spurgt om og svare på spørgsmålene, men hun ville ikke kunne gengive samtalen (Ellen, ll. 820-829). Hun uddyber: "(...) hvis jeg skulle genfortælle det her til min mand, så ville jeg ikke ane, hvad jeg skulle sige (...) jeg ville ikke kunne huske, hvad jeg har sagt" (Ellen, ll. 829-833). Lignende beskriver Anders:

Men det forsvinder også lige så snart, altså om en time, så kan jeg måske ikke huske, hvad vi snakkede om præcis (...) Altså jeg kan ikke huske, hvad jeg har sagt. Jeg kan ikke huske, hvad I lige har spurgt om. Så det er lidt syret. (Anders, ll. 364-369)

Anders fortæller, at fordi han ikke er helt til stede, vil han med stor sandsynlighed have glemt indholdet af undersøgelsen. Dette kan indikere, at deltagerne under dissociation, godt kan fungere og syne, som er de til stede i nuet, mens deres bevidsthed er et andet sted, hvilket kan medføre manglende hukommelse for, hvad de har sagt og foretaget sig imens.

Dette tema belyser deltagerne reaktioner og oplevelse af at deltage i vores undersøgelse. Deres reaktion på deltagelse har foruden en evaluering af undersøgelsen også givet forståelse af deres oplevelse af dissociation. Ud fra deltagerens beskrivelser, kan dissociation ses som værende udfordrende at beskrive og ikke mindst tegne, men at

det for nogle også kan være givende og brugbart. Deltagelse i undersøgelsen har for nogle deltagere skabt en form for følelsesmæssig belastning, som har ført til dissociative reaktioner undervejs. Deltagelse i denne specialeundersøgelse har for nogle ageret som en trigger, og på denne måde peger dette sidste tema tilbage til det første tema om, hvad der kan påbegynde dissociation.

5. Diskussion

Vi vil i følgende diskussionsafsnit indledningsvist præsentere fund fra vores analyse. Efterfølgende vil vi holde udvalgte fund op mod den allerede eksisterende forskning, som vi har præsenteret i specialets litteraturreview. Herefter vil vi udvide udvalgte fund fra specialet med relevant teori og litteratur, som kan være med til at udfolde forståelsen for oplevelsen af dissociation. Slutteligt vil vi præsentere overvejelser omkring specialets begrænsninger.

Formålet med nærværende kandidatspeciale er at undersøge oplevelsen af dissociation ud fra følgende forskningsspørgsmål: *Hvordan kan tegning bidrage til forståelsen af oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen?*

Med vores hermeneutisk-fænomenologiske tilgang har vi foretaget en IPA, som resulterer i vores fund, bestående af fire hovedtemaer og tilhørende undertemaer. Vi ser, at de fire hovedtemaer danner en kronologisk struktur for deltagernes oplevelser, hvor deres beskrivelser omhandler begyndelsen af dissociationen, hvad der sker under dissociation og de efterfølgende fornemmelser samt konsekvenser. Deltagerne beskriver også deres oplevelse af deltagelse i undersøgelsen. Fund relateret til de fire tema-tikker vil udfoldes i nedenstående afsnit.

5.1 Opsamling af vores fund

Ved temaet “Oplevelsen inden og op til dissociation “ finder vi, at dissociation for deltagerne ofte udløses ved almindelige hverdagsaktiviteter og i situationer, hvor de føler sig utrygge eller oplever ubehag. Deltagerne beskriver også, at dissociation kan igangsættes af traumatiske erindringer, træthed eller stress. I forbindelse med den påbegyndende dissociation finder vi også beskrivelser af de kropslige og emotionelle

fornemmelser, som opstår i starten af deltagernes dissociation, og disse kommer eksempelvis til udtryk som oplevelsen af, at virkeligheden langsomt forsvinder samt følelsen af frygt og at være i alarmberedskab. Deltagerne beskriver kropslige fornemmelser i form af ubehag, rysten og sløret syn, og de beskriver smerte i forskellige kropsdele og oplevelsen af, at kroppen kan ændre form. Disse fund viser, at begyndelsen af dissociation kan afhænge af, hvad der sker i omgivelserne, men også kan opstå som reaktion på et indre ubehag.

Et fund under temaet "Oplevelsen under dissociation" er, at alle fem deltagere giver udtryk for, at frakobling er en central del af deres oplevelse af dissociation. Vi finder, at de særligt fremhæver frakobling fra kroppen, hvor de beskriver, at krop og hoved ikke hænger sammen. Flere beskriver også frakobling fra deres omgivelser, hvor de oplever at forsvinde væk fra virkeligheden, og i den forbindelse fremhæver flere også en ændret tidsfornemmelse, hvor de mister fornemmelsen for, hvor længe de har været frakoblet. Endvidere ser vi, at dissociation kan opleves som et kontinuum, der ikke udgør en fast form eller ensartet størrelse, men kan komme til udtryk på mange måder og opleves forskelligt for samme individ.

Vi finder også, at oplevelsen af dissociation for nogle deltagere kan indebære forskellige former for genoplevelse af deres fortid og en forsvinden væk til konkrete episoder fra deres barndom, hvilket viser, at selve indholdet af dissociation kan præges af fortidens oplevelser. Generelt i beskrivelserne finder vi, at deltagerne anser dissociation som noget negativt, forstyrrende og ubehageligt, og at flere oplever en manglende kontrol med deres dissociation. Vi finder, at nogle af deltagerne forsøger at opnå en form for kontrol med dissociationen, og at en enkelt deltager oplever stor grad af kontrol og beskriver derved, at dissociation kan være mere positivt. Ud fra vores fund udleder vi, at der er en sammenhæng mellem højere grad af kontrol og mindre ubehag ved dissociation.

Ud fra deltagernes beskrivelser i temaet "Oplevelsen efter dissociation" kan vi også forstå, at dissociation for flere opleves som en beskyttende tilstand, der kan hive dem væk fra en utrykkelig virkelighed og beskytte dem mod ubehagelige følelser og minder. Samtidig beskriver deltagerne også, at dissociation medfører stort ubehag og har ødelæggende konsekvenser for deres liv. I vores fund ser vi derved en dobbelthed og ambivalens, hvor dissociation både kan opleves som værende ødelæggende, men samtidig også udgøre en form for beskyttelse og overlevelse.

Vores fund indebærer også beskrivelser af deltagernes oplevelse med at komme til sig selv igen efter deres dissociative tilstand. Flere forklarer, hvordan deres krop skal vækkes gennem en form for fysisk udefrakommende tryk eller ved, at deltagerne selv rører ved genstande i deres omgivelser. De beskriver yderligere oplevelsen af langsomt at kunne mærke deres krop igen, og hvordan deres sanser vender tilbage. Deltagerne fortæller, hvordan dissociation efterfølgende opleves som værende opslidende og afkræftende for både krop og hoved, og de beskriver, at dissociationen kan medføre konsekvenser.

Vores fund viser, at deltagerne ofte er bevidste om, hvad der kan udløse deres dissociation, og dette medfører for flere undgåelsesadfærd og isolation. Vi ser også, at dissociation har medført følelsen af at svigte eller af spildt liv. Flere deltagere beskriver også, at dissociation kan medføre huller i hukommelsen, samt at dissociation på forskellig vis kan påvirke deres fornemmelse for egen identitet.

Vores fund omhandler også deltagerens oplevelse af at deltage i vores undersøgelse, hvilket præsenteres i temaet "Deltagelse i specialeundersøgelsen". Gennem deltagernes beskrivelser forstår vi, at det at skulle tegne og sætte ord på oplevelsen af dissociation for flere var svært og aktiverede følelser af ubehag, der igangsatte dissociative symptomer for flere af deltagerne. Modsat beskriver nogle af deltagerne også, at deltagelsen og udførelsen af tegningen var positiv og givende. Med dette fund får vi forståelse for, hvordan det opleves at skulle tegne, fortælle og dele oplevelsen af dissociation, og at det kan være en svær opgave, som for nogen kan virke triggende, men for andre også kan virke brugbart. Det, at undersøgelsen i sig selv kunne fungere som triggende for nogle deltagere, gør, at vores sidste tema i analysen peger frem til det første tema, som omhandler, hvad der kan udløse dissociation. Vi får samtidig en forståelse for, hvordan dissociation kan udspille sig og finde sted i realtid, og hvordan dette påvirker deltagerne i nuet.

Vi finder, at vores temaer danner et billede af dissociation som en proces med et før, under og efter, men vi forstår samtidig, at denne opdeling blot er analytisk. Vi ser, at der er flere overlap og sammenfald mellem temaerne i vores tematiske opdeling, hvor eksempelvis frygten for at forsvinde væk i dissociation og den manglende kontrol både påvirker deltagerne før, under og efter deres dissociation samt under deres deltagelse i undersøgelsen. Vi ser altså, at der er flydende overgange mellem oplevelserne før, under og efter dissociation, og at oplevelser som præsenteres i ét tema, også kan strække sig ind i et andet. Dog bidrager denne opdeling stadigvæk til en forståelse af

dissociation som en proces, som består af en række forskellige faser, der hver især rummer forskellige oplevelser.

5.2 Sammenligning med eksisterende forskning

Vi finder i vores undersøgelse forskellige beskrivelser af en fornemmelse af frakobling under dissociation, hvilket vi forstår er udtryk for enten depersonalisation eller derealisation, som er henholdsvis en oplevelse af frakobling fra sig selv og fra omverdenen.

Depersonalisation ses i vores undersøgelse beskrevet som at være afmonteret sin krop, at kroppen sover, at man er følelsesløs og som en maskine, samt en fremmedhed overfor sin krop, eksempelvis ved en tvivl om ens hænder er ens egne. Lignende beskrivelser af fremmedhed og frakobling fra egen krop grundet depersonalisation ses også i studiet af Goldner et al. (2023), som gennem deres IPA-studie af narrativer finder, at en deltager beskriver, hvordan vedkommende ved dissociation kan kigge i et spejl, men ikke føle, at vedkommende ser sig selv, hvilket forskerne tolker som en form for frakobling fra egen krop og udtryk for depersonalisation (p. 7949).

Yderligere fandt vi i vores undersøgelse også beskrivelser af at svæve under dissociation, hvilket også ses repræsenteret i den allerede eksisterende forskning som en form for depersonalisation (Hall & Powell, 2000; Katz & Nicolet, 2022; Lev-Wiesel et al., 2024).

Goldner et al. (2023) finder også beskrivelser af frakobling fra omverdenen, ligesom det også ses i vores fund, dog med andre ord. Deres deltagere beskriver denne frakobling som at befinde sig i en snestorm eller bag en glasplade (Goldner et al., 2023, p. 7950), hvor deltagerne i vores undersøgelse beskriver denne frakobling som at befinde sig i en kasse, eller ved at verden føles længere væk. Dog er der også direkte ligheder mellem nogle af de beskrivelser Goldner et al. (2023) finder, og vores fund, da begge indeholder beskrivelser af dissociation som en tåge. Vi forstår vores deltageres beskrivelser af at være frakoblet omverdenen som et udtryk for derealisation, hvilket Goldner et al. (2023) også beskriver deres fund med.

Beskrivelser af depersonalisation og derealisation ses altså både gældende for vores fund, men også i anden forskning indenfor området, hvilket kan indikere, at forskellige former for frakobling er et gennemgående element ved oplevelsen af dissociation for voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen.

Et andet gennemgående element ved oplevelsen af dissociation er genoplevelse af fortiden. Jacobs-Kayam og Lev-Wiesel (2019) præsenterer i deres studie en model over, hvordan det at have været udsat for seksuelle overgreb i barndommen kan medføre, at fortiden reflekteres i nutiden i form af dissociation, herunder flashbacks, hvilket vi også finder beskrivelser af i vores fund. Vi ser, at flere af vores deltagere beskriver en form for genoplevelse af episoder fra deres fortid under dissociation. Disse fund omhandler, at nogle af vores deltagere oplever, at de sansemæssigt, følelsesmæssigt og kropsligt befinder sig i en situation, som de tidligere har været i, eksempelvis at være tilbage i barndomshjemmet, hvor overgrebene fandt sted.

I tidligere forskning finder vi yderligere tilfælde, hvor personer beskriver, at deres oplevelser med dissociation kan indebære oplevelsen af flashbacks. Dette ses gældende i studierne af Parratt (1994) og Beck (2009), hvori oplevelsen af flashbacks beskrives i forbindelse med det at være i fødsel. Parratt (1994) finder, at kvinderne i deres studie under fødsel oplever at dissociere og genopleve deres overgreb. Studiet af Beck (2009) beskriver, at en kvinde får et dissociativt flashback til sit overgreb i barndommen, mens hun føder, og efterfølgende oplever hun en tvivl om, hvorvidt det er hende som voksen eller hende som barn, der ligger i hospitalssengen (p. 94). Vi finder lignende beskrivelser fra en deltager i vores undersøgelse, som efter sin genoplevelse af fortiden, oplever, at hun tager dele af en yngre udgave af sig selv med tilbage til nutiden. Vi finder, at disse genoplevelser af fortiden og den efterfølgende oplevelse af at forblive i fortiden kan skabe usikkerhed om egen identitet og manglende genkendelse af sig selv. Jacobs-Kayam og Lev-Wiesel (2019) præsenterer også i deres førnævnte studie, hvordan at dissociation og flashbacks kan medføre, at fortiden og nutiden flyder sammen, hvilket kan udmunde i en manglende integreret identitetsfølelse (p. 11). Foruden under fødslen finder vi i den eksisterende forskning også beskrivelser af, at man kan opleve dissociative flashbacks under sex (Goldner et al., 2023, p. 7952), hvilket også stemmer overens med vores fund, hvor en deltager beskriver, at hun under samleje dissocierer og ser sin far.

Ud fra sammenligningen med anden forskning ser vi, at det vi betegner som genoplevelse af fortiden også kan forstås som flashbacks og set i lyset af dette kan fundene fra det nærværende kandidatspeciale være med til at understrege eksistensen af flashbacks og genoplevelse som et oplevelsesmæssigt aspekt, der kan forekomme under dissociationen.

I vores fund ser vi yderligere, at deltagerne på hver deres måde beskriver deres oplevelse af kontrol i forhold til dissociation, hvor størstedelen af deltagerne beskriver en fuldkommen mangel på kontrol og giver udtryk for et ønske om at kunne styre tilstanden. Oplevelsen af kontrol, eller mangel herpå, fremhæves også i andre studier indenfor området. Eksempelvis finder Goldner et al. (2023), at størstedelen af deres deltagere oplevede dissociation som ukontrollerbart (p. 7956).

Vi finder i vores undersøgelse også, at en enkelt deltager oplever at kunne kontrollere sin dissociation og forsvinde et behageligt sted hen, når virkeligheden bliver for trist. Goldner et al. (2023) finder også få deltagere i deres studie, som beskrev dissociation som noget kontrollerbart, der kunne opleves som forløsende og lade dem undslippe ubehagelige fornemmelser (p. 7956). Goldner et al. (2023) opstiller hertil en model, som viser, at narrativerne fra deltagerne, som oplevede større kontrol, beskrev mindre rædsel ved dissociation og dem med lav oplevelse af kontrol beskrev mere frakobling, skræk, og oplevelsen af at være følelsesmæssig "død" (p. 7956). Denne sammenhæng præsenteret i modellen af Goldner et al. (2023) afspejles også i vores resultater, hvor deltagerne, som beskriver manglende oplevelse af kontrol, også beskriver, at deres dissociation er voldsom og ubehagelig, hvorimod deltageren med kontrol oplever, at dissociation kan være positivt.

Det positive aspekt ved dissociation rejser spørgsmålet om, hvorvidt dissociation også kan anses og opleves som værende hjælpsomt eller funktionelt. I vores undersøgelse finder vi, at flere deltagere beskriver, at de oplever dissociation som værende beskyttende. Vi finder blandt andet beskrivelser af, at dissociation kan fungere som et skjold, der kan beskytte mod det utrygge i omgivelserne, og dissociation muliggør en form for flugt fra ens tanker, følelser og minder. Dette fund understøttes af Katz og Nicolet (2022), som finder, at dissociation kan fungere som en psykologisk flugt fra ubehagelige følelsesmæssige tilstande som frygt, vrede, tristhed og væmmelse, som opstår i mødet med stressorer, der kan relateres til tidligere traumer (p. 2078).

Selvom dissociation kan opleves som hjælpsom og brugbar, finder vi i vores undersøgelse, at dissociation primært opleves som værende ødelæggende, ubehageligt og hæmmende for ens livsførelse. I kongruens med dette finder Jacob-Kayam og Lev-Wiesel (2019) også, at selvom dissociation starter som en forsvarsmekanisme, der skal beskytte individet, medfører det samtidig ødelæggende konsekvenser (p. 10). Deltagerne i vores undersøgelse beskriver blandt andet, at en konsekvens af dissociation kan være en konstant tilstand af frygt og angst for, hvornår man forsvinder væk. Vi finder

også beskrivelser i vores undersøgelse, som viser, at efterspillet af dissociation giver oplevelsen af at være afkræftet og drænet for energi mentalt og fysisk. Goldner et al. (2023) finder lignende beskrivelser af, hvordan den pludselige indtrængende frakobling medfører frygt, og at dissociation fører til udmattelse (p. 7954). Heraf finder vi på tværs af vores fund og eksisterende forskning, at dissociation for individet kan opleves ambivalent, som både værende ødelæggende, men samtidig også som beskyttende og nødvendig for overlevelse, hvilket peger på, at denne ambivalens udgør en integreret del af oplevelsen af dissociation.

Endvidere finder vi, at en konsekvens af dissociation ses i form af huller i hukommelsen, hvor deltagerne beskriver ikke at kunne huske store dele af deres liv og nuværende hverdag. At have huller i hukommelsen ses også i den eksisterende forskning, eksempelvis i casestudiet af Greer (1994), hvor en kvinde beskriver at have mistet hukommelsen for store dele af sin barndom grundet dissociation. Lignende beskrivelser ses også i Lev-Wiesel et al. (2024), hvor en deltager beskriver ikke at kunne genkalde sig minder fra sin barndom og sin hverdag grundet dissociation (p. 2666f).

Vi ser, at den manglende hukommelse grundet dissociation for vores deltagere kan medføre en følelse af at have mistet store dele af sit liv, at livet opleves som forkortet, og at dissociation også har hindret dem i at leve det liv, som de havde ønsket. Dette beskrives af nogle af vores deltagere som en følelse af mistet og spildt liv, hvilket vi ikke på samme måde ser repræsenteret i studierne fra vores litteraturreview. Vi ser også, at den manglende hukommelse for vores deltagere har konsekvenser for deres oplevelse af egen identitet, hvor særligt én deltager beskriver, hvordan huller i hukommelsen har medført, at han har mistet sin identitet. Her ses fundene fra Jacobs-Kayam og Lev-Wiesel (2019) studie igen relevante, da de finder, at manglende hukommelse medfører forvirring og desorientering i forhold til ens samlede identitet og livshistorie, fordi der er en manglende sammenhæng mellem ens erfaringer, viden og følelse af selv. Dette understøtter vores fund om sammenhængen mellem hukommelse og følelsen af identitet.

Vi ser overordnet mange sammenfald mellem vores fund og tidligere forskning i oplevelsen af dissociation efter seksuelle overgreb i barndommen. Dette gælder for eksempel oplevelsen af frakobling, genoplevelse af fortiden, oplevelse af kontrol, problemer med hukommelse og overvejelse af dissociations beskyttende funktion. At vi genfinder disse oplevelser i anden forskning, viser at vores fund, baseret på et mindre

sample, ikke står alene, men relaterer sig til lignende forskning. Dette understøtter relevansen og validiteten af vores undersøgelse og viser, at vores fund kan bidrage til den samlede større forståelse af, hvad oplevelsen af dissociation indebærer.

5.2.1 Særligt for vores specialeundersøgelse og fund

På trods af at vi ser, at der er mange sammenfald mellem vores fund og fund i eksisterende forskning, ser vi, at vores undersøgelse også bidrager med nye fund og perspektiver, som vi ikke ser beskrevet i den fremhævede forskning fra specialets litteraturreview.

Særligt for vores undersøgelse er måden, hvorpå vi anvender tegning som metode til indsamling af den data, vores fund bygger på. Vores deltagere blev bedt om at tegne deres oplevelse med dissociation og efterfølgende indgå i et semistruktureret interview, hvor samtalen tog afsæt i tegningen. Vi analyserede ikke selve indholdet af tegningen, men brugte i stedet tegning for at tilføje en visuel dimension til de verbale beskrivelser samt som sprogfremmende og til at fremme refleksion og meningsskabelse hos deltagerne. Denne observation istemmer sig endvidere tidligere forskning, som indikerer, at tegning kan virke sprogfremmende og lede til øget verbalisering om dissociative oplevelser hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen (Goldner & Frid, 2022, p. 2; Lev-Wiesel et al., 2024, p. 2667).

På trods af lignende rationale for brugen af tegning, finder vi i den eksisterende forskning, at tegning som metode benyttes på anden vis end i vores undersøgelse. Goldner og Frid (2022) beder kvinder, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, om at tegne et selvportræt i fuld figur, og analyserer så disse tegningers indhold ud fra 61 forskellige indikatorer for dissociation. De finder blandt andet, at tegninger, hvor torso og kønsdele undlades, repræsenterer oplevelsen af frakobling fra ens krop, hvorved det ses, at de bruger selve tegningens indhold til at analysere sig frem til og karakterisere dissociative træk hos deltagerne. I studiet af Amir og Lev-Wiesel (2007) beder de deltagerne tegne deres overgreb og finder gennem analyse af selve indholdet og stilen af tegningen indikatorer for derealisation og identitetsforvirring. Et yderligere studie, som anvender tegning i deres undersøgelse af dissociation, er Lev-Wiesel et al. (2024). I deres studie analyserer de ligeledes deltagernes tegninger ud fra indikatorer på dissociation og holder disse op mod nedskrevne narrativer, som

deltagerne har givet, efter de har tegnet deres oplevelse af dissociation. Disse tre fremhævede studier adskiller sig fra vores undersøgelse, da de analyserer på selve indholdet af tegningen for at identificere dissociative træk, hvor vi i vores undersøgelse udelukkende analyserer på deltagernes egne udsagn omkring deres tegninger. Yderligere ses det også særligt for vores undersøgelse, at vores deltagere får mulighed for at forklare, uddybe og indgå i en dialog omkring deres tegning og oplevelse af dissociation, hvilket vi ikke ser repræsenteret i de fremhævede studier.

Med vores undersøgelse bekræfter vi ikke blot tilstedeværelsen af dissociative træk, men får gennem tegning vist og forklaret, at eksempelvis oplevelsen af frakobling kan svare til at være fanget i en kasse, som beskytter fra udenfor stående kaos. Ud fra dette ser vi, at tegning særligt åbner op for flere detaljer og nye forståelser, og giver mulig for, at vi som modtagere kan visualisere deltagernes subjektive oplevelser og forstå deres beskrivelser gennem noget konkret og visuelt. Vi finder gennem vores undersøgelse, at tegningen af oplevelsen af dissociation skaber et solidt grundlag for den efterfølgende samtale, da vi kunne spørge ind til specifikke visuelle elementer ved oplevelsen, og dermed muligvis berøre aspekter af oplevelsen, som ellers ikke ville være kommet frem udelukkende ved brug af interview. Det kan dog være udfordrende at vurdere, i hvor høj grad deltagerne selv har oplevet tegneopgaven som sprogfremmende. Adspurgte havde nogen en neutralt oplevelse med at tegne og andre fandt det svært og ubehageligt, dog beskrev nogle deltagere også, at det for dem var brugbart og givende. Hertil kan det overvejes, om tegning er særligt sprogfremmende, hvis man er udfordret af at skulle beskrive sin oplevelse verbalt. Særligt for vores undersøgelse ses også brugen af feltnoter, hvorigennem vi finder, at mange af vores deltagere bruger deres tegning aktivt til at forklare om deres oplevelse, ved fysisk at pege og vise hvor på tegningen, det som de forklarer, er illustreret. På denne måde finder vi, at vores undersøgelse bestående af tegning, semistruktureret interview og feltnoter kan bidrage til flere detaljer og en udvidet forståelse af oplevelsen af dissociation.

Særligt for fundene i dette kandidatspeciale ses også i tilstedeværelsen af en kronologisk tematisk opdeling, som vi ikke finder repræsenteret på samme måde i den eksisterende forskning på området. Det kronologiske ses ved, at vores tematiske opdeling følger forskellige faser af dissociation, hvilket indebærer beskrivelser af, hvad der opleves både inden, under og efter dissociationen.

Vi ser i den eksisterende forskning et større fokus på isolerede elementer ved oplevelsen under selve dissociationen. Dette kan for eksempel være dissociation i bestemte kontekster som under en fødsel (Parratt, 1994), eller ved at enkelte delelementer af dissociation fremhæves, såsom frakobling (Goldner et al., 2023) og tidsfornemmelse (Jacobs-Kayam & Lev-Wiesel, 2019). Vi ser dermed ikke samlede beskrivelser, som eksplicit beskæftiger sig med oplevelsen op til, under og efter dissociationen, som fremgår af vores fund og tematiske inddeling. Tidligere forskning har dog også beskrevet forskellige triggers og fornemmelser op til dissociation samt fornemmelser efter dissociation. Dog ser vi ikke, at disse er udfoldet eller opstillet kronologisk, som er tilfældet ved vores tematiske opdeling. Vores valg af denne kronologiske opdeling kan dermed bidrage til en forståelse af dissociation, som en proces, der forløber over tid og kan indebære forskellige fornemmelser og reaktioner samt konsekvenser på kortere og længere sigt.

Som nævnt er der i temaet "Deltagelse i specialeundersøgelsen" beskrivelser af deltagernes dissociative reaktioner under undersøgelsen. Disse beskrivelser stammer både fra vores feltnoter, men også fra deltagerne selv. Vores deltagere beskriver deres dissociative reaktioner under undersøgelsen som at lukke ned følelsesmæssigt, være fraværende og et andet sted, hvilket gør, at de ikke vil kunne gengive indholdet af undersøgelsen senere.

Dissociative reaktioner under en undersøgelse ses også i andre studier, eksempelvis ved Tsur og Katz (2022), som gennem analyser af retsmedicinske interviews undersøgte både peri- og posttraumatisk dissociation hos børn, som havde været udsat for seksuelle overgreb. Tsur og Katz (2022) observerede, at flere af børnene udviste dissociative reaktioner eksempelvis i form af at opleve smerte i kroppen, når de skulle beskrive overgrebet, hvilket de tolker som en form for dissociative flashbacks (p. 15346, 15349). Dog adskiller vores fund sig fra Tsur og Katz (2022), da deres deltageres dissociative reaktioner var i forbindelse med at beskrive selve overgrebet, og reaktionerne under vores undersøgelse sker i forbindelse med at tegne og beskrive dissociation. Yderligere spørger vi vores deltagere direkte ind til, om de har oplevet dissociation under undersøgelsen eller ej, hvor Tsur og Katz (2022) blot observerer det.

Hall og Powell (2000), som gennem interviews undersøgte beskrivelser af dissociation fra kvinder med en historik af seksuelle overgreb i barndommen, fandt også dissociative reaktioner under deres interviews. Hall og Powell (2000) oplevede i disse interviews, at deltagerne stirrede blankt ud i luften, blev distraheret eller tabte tråden

midt i samtalen, hvilket de tolker som dissociation. Dog pointerer Hall og Powell (2000) også, at denne adfærd kan være udtryk for andet end dissociation, da de ikke direkte spørger deres deltagere, om de oplever dissociation under undersøgelsen (p. 199). Her adskiller vi os i vores undersøgelse igen ved, at vi spørger vores deltagere direkte ind til, om de har oplevet dissociation under undersøgelsen, og får på denne måde bekræftet, om de oplever dissociation eller ej fremfor, at vi tolker det. På baggrund af dette kan det ses særligt ved vores undersøgelse, at vi får deltagernes egne ord for, hvorvidt og hvordan de oplever at dissociere under selve undersøgelsen.

Yderligere finder vi i vores undersøgelse beskrivelser af de fornemmelser deltagerne oplever efter dissociation som eksempelvis at være afkræftet, og vi finder også beskrivelser af, hvordan vores deltagere kommer tilbage til sig selv efter at have dissocieret, eksempelvis ved at tale til sig selv, at ligge på en pigmåtte, at trykke på egen krop eller ved fysisk berøring. Vi finder i den eksisterende forskning også beskrivelser af de fornemmelser, man kan have efter dissociation såsom forvirring og udmattelse (Jacobs-Kayam & Lev-Wiesel, 2019), men vi finder ikke studier, som indeholder lignende beskrivelser vedrørende, hvordan man kan komme tilbage til sig selv efter at have dissocieret, hvorfor dette fund i vores undersøgelse skiller sig ud fra den øvrige præsenterede forskning. Selvom vores sample er relativt småt, kan dette fund muligvis bidrage med viden om, hvilke handlinger personer beskriver at kunne udføre for at vende tilbage til sig selv efter dissociation.

Med overstående ser vi, at vores undersøgelse har bidraget med nye perspektiver på oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, hvilket kan bringe nye nuancer og perspektiver, som muligvis kan bidrage til fremtidig forskning på området.

5.3 Udvidende perspektiver på vores fund

Vi ser, at beskrivelser af frakobling i form af depersonalisation og derealisation både er meget fremtrædende for vores fund, men også i anden forskning, hvilket kan indikere, at forskellige former for frakobling er et gennemgående element ved oplevelsen af dissociation for voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. At depersonalisation og derealisation er så fremtrædende på tværs af studier, kan for-

klares med, at frakobling som mekanisme kan have været en nødvendighed for at overleve seksuelle overgreb som barn, da fysisk flugt ofte ikke er muligt. Dette gør, at barnet i stedet lærer at flytte sig mentalt, frakoble sig og lukke ned for sin krop for at udholde den traumatiske hændelse (Terr, 2003, p. 330). Denne mekanisme efterlades ikke i barndommen, men tages med ind i voksenlivet som en senfølge, hvor individet igen kan frakoble sig selv eller omverdenen for at undgå fornemmelser eller situationer, der kan minde om overgrebet, hvilket kan resultere i en følelse af fragmentering (Lev-Wiesel, 2008, p. 668).

I vores fund ser vi især beskrivelser af en frakobling fra kroppen i form af, at hoved og krop ikke opleves at hænge sammen, og at flere af vores deltagere beskriver, at de generelt ikke kan mærke deres krop. Denne frakobling fra kroppen kan yderligere forstås gennem, at kroppen under et seksuelt overgreb på forskellig vis bliver invaderet og dermed ikke længere kan betragtes som et sikkert og privat sted at være, hvorfor man ikke kan holde ud at være til stede i den (Lev-Wiesel, 2008). På den måde forstår vi, at grunden til flere af vores deltagere beskriver en oplevelse af at fjerne sig fra sin krop, skyldes at deres krop ikke længere er et trygt sted at være, fordi kroppen er blevet krænket og forbindes med ubehag og smerte.

Som tidligere fremhævet er et centralt fund i vores undersøgelse, at dissociation for deltagerne ofte opleves som værende ubehageligt og frygtindgydende, og hertil finder vi, at den manglende kontrol spiller en rolle. Disse fund kan forstås i lyset af teori om dissociation som et traumeinduceret og automatisk forsvar. Den manglende kontrol kan forklares med, at dissociation er udviklet som et automatisk neurologisk forsvar overfor oplevede trusler og farer (Dalenberg et al., 2012, p. 551; Dutra et al., 2011, p. 295f). Dissociation skal altså hjælpe og beskytte, når man oplever fare, men det store problem opstår, når dette ikke kun udløses ved reelle farer, men bliver en ukontrollerbar reaktion, som opstår, når der ikke er et behov for eller ønske om det (Claesson, 2014, p. 18, 27).

Vi finder, at vores deltagere primært dissocierer, når de føler sig utrygge, får ubehagelige fornemmelser og påmindelser om deres traume, og at denne følelse kan triggere ved almindelige hverdagssituationer som eksempelvis at se en film. Dette fund kan vi forstå ud fra teorien om sensibilisering, hvor gentagende traumer i barndommen har medført, at frygtresponsen og nervesystemet hyppigt er blevet aktiveret, og denne overaktivering kan medføre, at man senere i livet vil opfatte ikke-truende input, som truende (Perry & Szalavitz, 2019, p. 334). På denne måde kan alt man ser og oplever,

der relaterer sig til eller minder om traumet, grundet sensibilisering, potentielt blive opfattet som farligt og dermed trigge dissociation. Med dette kan vi forstå, hvorfor vores deltagere oplever, at dissociation pludselig igangsættes i deres hverdagsliv, og at de må flytte sig enten fysisk eller mentalt fra diverse situationer, for at undgå påmindelser fra fortiden. Dissociation kan ud fra dette forstås som en ubevidst tillært kropslig reaktion, og er dermed ikke en proces, individet som udgangspunkt kan kontrollere, og vores deltagers oplevelse af, at dissociation sker udenfor egen vilje, kan forstås som en følge af denne sensibilisering og automatisering af systemet, som er skabt ved gentagende overgreb i barndommen.

Vi finder i vores undersøgelse også beskrivelser af, hvordan deltagerne vender tilbage til sig selv efter dissociation, hvilket er et fund, som skiller sig ud fra den øvrige forskning i vores litteraturreview. Særligt finder vi beskrivelser af, at vores deltagere bruger fysisk berøring i form af tryk forskellige steder på kroppen til at komme tilbage til sig selv. Ifølge van der Kolk (2015) er berøring en af de mest naturlige måder, hvorpå vi mennesker kan berolige os selv (p. 257). Hvis man befinder sig i hyperarousal, som er kendetegnet ved høj emotionel reaktiveret, kognitiv desorganisation og flashbacks, kan ønsket fysisk berøring hjælpe med at berolige en, give en følelse af sikkerhed, tryghed, beskyttelse samt at man er i kontrol igen. Yderligere kan grænserne mellem ens egen krop og omverdenen være sløret, når man befinder sig i en tilstand af frygt, hvor ønsket fysisk berøring kan hjælpe med at oprette denne grænse igen (van der Kolk, 2015, p. 259). På baggrund af dette kan vores fund muligvis forstås som, at deltagerne giver sig selv en følelse af tryghed og sikkerhed, når de trykker på deres krop, hvilket kan hjælpe dem med at komme tilbage til sig selv efter dissociationen. Vi finder også beskrivelser af at være rædselsslagen under dissociation, hvor den fysiske berøring kan tænkes som værende beroligende samt en hjælp til at mærke, hvor grænsen er mellem egen krop og omverdenen.

Omvendt kan behovet for berøring ved vores fund også ses at være et udtryk for at komme ud af hypoarousal, hvor sanserne svækkes, da vi ser deltagerne beskrive at bruge berøring til at vække sig selv igen og få gang i kroppen. Lige såvel som, at berøring kan berolige kroppen, kan berøringen også være med til at vække den (van der Kolk, 2015, p. 259). De beskrivelser af berøring, som vi finder i form af fysisk tryk, bruges derfor ikke nødvendigvis kun til at berolige sig selv, som ved hyperarousal, men også til at mærke sin krop igen og komme til stede i den efter hypoarousal.

At bruge fysisk berøring til at komme tilbage efter dissociation, kan dermed både være et udtryk for beroligelse, men også aktivering af kroppen.

Vi finder, at én deltager beskriver at bruge fysisk berøring til at komme tilbage til virkeligheden, når han i sin dissociation ryger tilbage til fortiden, hvilket vi forstår som et dissociativt flashback. Som tidligere beskrevet, ser vi i den eksisterende forskning flere beskrivelser af at opleve flashbacks i forbindelse med dissociation, som kan tale for, at flashbacks for flere er en del af oplevelsen af dissociation. Dog har der indenfor forskningsfeltet også været uenighed om, hvorvidt flashbacks kan opfattes som en form for dissociation eller ej. Dissociation anses som værende en forsvarsmekanisme, der netop skal beskytte individet fra smertefulde realiteter i form af frakobling og glemsel (Claesson, 2014, p. 17f). Omvendt kan individet ved et flashback opleve at komme tilbage til selve traumet eller opleve elementer fra traumet, hvilket muligvis kan anskues som en nedbrydning af det dissociative forsvar, hvilket taler imod, at flashbacks er dissociative (Dyhr, 2018, p. 92). Årsagen til, at flashbacks dog stadig kan opfattes som en del af dissociation, er, at der ved dissociation er tale om en manglende integration mellem individets oplevelse af identitet, hukommelse, bevidsthed, sansning, adfærd og motorisk kontrol, hvor flashbacks ses at være udtryk for denne manglende integration, da man føres tilbage til fortiden, og dermed mister forbindelsen til virkeligheden (Claesson, 2014, p. 22f). Gældende for vores undersøgelse, beskriver nogle af deltagerne at genopleve fortiden ved dissociation, hvorfor vi også finder det som værende en del af oplevelsen af dissociation.

Endvidere ser vi gennem vores fund, at manglende hukommelse er en fremtrædende konsekvens ved dissociation. Flere deltagere beskriver, at de oplever hukommelsestab for perioder i deres barndom og har generelle problemer med at huske og genkalde, hvad de foretager sig i hverdagen. Denne form for hukommelsestab kan forstås som dissociativ amnesi, som er en tilstand, hvor man, gennem dissociation, frakobler sig minder og erindringer relateret til traumer, men også fra almindelige erindringer i hverdagen (Fuller, 2023, p. 14). Hertil finder vi det relevant at overveje, hvorfor flere af vores deltagere oplever dissociativ amnesi. Hvad ligger til grund for behovet for at frakoble sig bestemte oplevelser og perioder i livet? En mulig forklaring på dette kan findes i betrayal trauma teorien.

Vi ved, at vores deltagere har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, og i den forbindelse er det relevant viden, at børn, som bliver udsat for overgreb, i de fleste tilfælde kender og har en relation til deres overgrebsperson (Jansen & Lau, 2019,

p. 952), og at overgreb begået af barnets nære relationer oftest finder sted gentagende gange og i længere perioder (Hart, 2011, p. 49). Gentagende seksuelle overgreb i barndommen kan forstås som et type 2 traume, der er forbundet med dissociation og hukommelsestab (Terr, 2003, p. 328f). Ud fra vores fund kan det tænkes, at vores deltagere med stor sandsynlighed har været udsat for både et type 2 traume, men også et relationelt traume, hvis det er forårsaget af personer, de har haft en tæt relation til.

Når barnet udsættes for overgreb af en omsorgsperson, oplever det et svigt, og for at opretholde tilknytningen til den nødvendige omsorgsperson udvikler barnet evnen til gennem dissociation at blokere og glemme episoder med overgreb og svigt, også kaldet betrayal blindness (Lawson & Akay-Sullivan, 2020, p. 682). Ud fra dette kan vores deltageres beskrivelser af dissociativ amnesi forstås som en indlært beskyttelsesstrategi, hvor det at frakoble sig ubehagelige minder præget af svigt har været nødvendigt for at opretholde relationen. Denne strategi fra barndommen tages med ind i voksenlivet som en senfølge, hvorfor deltagerne på nuværende tidspunkt også oplever en frakobling og manglende lagring af deres minder i dagligdagen.

Den betydning svigt har for dissociativ amnesi, kan eksemplificeres i vores fund, hvor en deltager beskriver, at hans mor efterlod ham alene i en længere periode, og han intet husker fra denne periode. Han beskriver det at blive forladt som emotionelt voldsomt, hvilket også kan forstås som en form for svigt. Dette eksempel, fra vores fund, illustrerer, hvordan hukommelsestab for en periode i barndommen netop kan være forårsaget af og knyttet til følelsen af svigt fra ens nære relation, hvilket er kernen og det centrale i betrayal trauma teorien.

I forbindelse med oplevelsen af dissociativ amnesi beskriver flere deltagere, at deres manglende hukommelse har medført tab af deres identitetsfølelse. Her gives eksempelvis udtryk for, at hvis man ikke kan huske, hvad man har gjort, så kan det give en følelse af ikke at være nogen. Dette fund kan vi yderligere forstå ud fra Dan McAdams' (1954-) teori om narrativ identitet, som understreger, at kendskab til ens livshistorie er essentiel for identitetsdannelsen, og det er gennem ens livshistorie, at man skaber ens selv billede og selvforståelse (McAdams & McLean, 2013, p. 233). Ud fra dette kan vi forstå, at deltagernes huller i hukommelsen, grundet dissociativ amnesi, besværliggør at skabe en sammenhæng og kontinuitet i deres livshistorie og på den måde også en sammenhængende identitetsfølelse. En sammenhængende livshistorie danner grundlaget for at besvare spørgsmål om, hvem man er, og hvordan man er blevet denne person (McAdams, 2018, p. 364; McAdams & McLean, 2013, p. 236).

Mangler man dog adgang til centrale perioder i sit liv og glemmer, hvad man foretager sig i hverdagen, kan det vanskeliggøre at besvare sådanne spørgsmål. På den måde forstår vi, at dissociativ amnesi kan have store konsekvenser for individers grundlæggende identitetsfølelse.

5.4 Begrænsninger

Vi vil i følgende afsnit undersøge og overveje mulige påvirkninger og begrænsninger i vores undersøgelse. Vi vil reflektere over begrænsninger forbundet med vores forudgående kendskab til CSM og deltagerne, samt overveje vores beslutning om ikke at spørge deltagerne ind til deres overgreb.

En mulig begrænsning for nærværende kandidatspeciale, hvor en eksisterende forhåndsviden har kunne spille en central rolle, ses ved, at to af gruppens medlemmer arbejder frivilligt ved CSM, hvor de forinden undersøgelsen har stiftet bekendtskab med tre ud af de i alt fem deltagere. De gruppemedlemmer, som har haft kendskab til deltagerne, har muligvis haft et bias i form af en forudindtagethed og viden om deltagerens baggrund, som har kunne påvirke den måde, hvorpå de har stillet spørgsmål og tolket svar under undersøgelsen. Omvendt har de samme deltagere også haft et kendskab til nogle af medlemmerne i specialegruppen, og det forudgående kendskab kan have haft den påvirkning, at deltagerne muligvis har delt mere, end de ville have gjort til nogle, som de aldrig havde mødt før. Vi prøvede at imødekomme denne problematik ved at være særligt opmærksomme på ikke at lade os påvirke af de oplysninger og indtryk, som vi på forhånd havde af de tre deltagere samt ved kun at spørge ind til forhold, som deltageren selv bragte op i undersøgelsen. Vi så dog særligt, at én af de tre deltagere fortalte med en vis indforståethed og muligvis undlod at uddybe informationer, som personen tænkte, vi havde viden om på forhånd, hvilket vi er usikre på, om vedkommende ville have gjort overfor personer, som de intet kendskab havde til. Denne indforståethed oplevede vi at være udfordret på i vores IPA, da de to frivillige gruppemedlemmer havde en særlig forståelse for nogle udsagn, som det tredje gruppemedlem ikke havde. Vi var derfor opmærksomme på kun at inddrage information, som vi direkte fik gennem undersøgelsen og ikke anden viden fra det frivillige arbejde, da vores deltagere ikke havde givet samtykke til dette. Hertil ser vi, at det kunne være fordelagtigt at undersøgelsen blev udført af personer, som ikke havde kendskab til deltagerne på forhånd.

Selvom vi foretog undersøgelsen i CSM's lokaler for at skabe tryghed for deltagerne, kan der også være visse etiske begrænsninger ved dette. Vi berører i specialet et sårbart emne, som for mange kan være tabubelagt og svært at tale om, og CSM danner normalvis rammerne for et rum, hvor personer kan dele og tale åbent om deres overgreb og senfølger heraf samt modtage terapi. At undersøgelsen foregik i netop dette rum, kan muligvis have påvirket både deltagerne, men også de medlemmer, som er frivillige, da omgivelserne normalvis lægger op til støttende samtaler, og undersøgelsen derved kunne komme til at tage mere form som dette.

Blandt andet oplevede vi, at en enkelt deltager ønskede at fortsætte samtalen, efter undersøgelsen var slut, hvilket kan tyde på, at personen brugte undersøgelse som et rum for at få afløb for sine tanker og problemer. Vi oplevede også, at en deltager blev meget rørt og græd undervejs, hvilket understreger, at dissociation kan være et sensitivt emne at tale om, og at der for deltagerne var noget på spil under undersøgelsen.

Vi blev i vores gennemgang af transskriptionerne også opmærksomme på, at vi ofte spejler og bekræfter deltagerne i deres udsagn, eksempelvis ved at sige, at det er nogle gode beskrivelser, som deltagerne kommer med, hvilket kan bære præg af en støttende samtale. Dette viser, at vi som undersøgere også blev påvirket af det sårbare rum og til tider påtog en støttende rolle for deltagerne. Yderligere indtog vi rummet med en position som psykologistuderende, hvilket muligvis samtidig gjorde, at deltagerne havde nogle forventninger til os, som hjælpere, da det er den rolle, som psykologer i CSM normalvis har. Dette kan have været en begrænsning for vores undersøgelse, da vi både selv såvel som deltagerne kan have været påvirket af de rammer, som undersøgelsen foregik i.

Vi havde indledningsvist overvejelser omkring, hvorvidt vi skulle spørge ind til deltagernes overgrebshistorik som en del af vores undersøgelse, da vi i den eksisterende forskning så, at forskellige faktorer vedrørende overgrebet kan spille en rolle for graden af dissociation, som individet oplever, herunder antallet af overgrebspersoner (Zlotnick et al., 1994), ofrets relation til overgrebspersonen (Plattner et al., 2003), samt overgrebets karakter, eksempelvis om det indebar penetration (Kirby et al., 1993). Vi valgte af etiske grunde ikke at spørge ind til deltagernes overgrebshistorik, da det er et ekstremt sårbart emne, og vores primære fokus for undersøgelsen er på oplevelsen af dissociation fremfor selve overgrebet.

Dog kunne viden om deltagernes overgreb muligvis have nuanceret vores forståelser af vores fund yderligere, da vi eksempelvis bruger teori om relationelle og gentagne traumer til at belyse vores fund. Vi har brugt denne teori ud fra viden om, at seksuelle overgreb i barndommen ofte finder sted i barnets nære relationer, samt oftest gentagende gange og over en længere periode af tid (Jansen & Lau, 2019, p. 952), men vi kan ikke med sikkerhed vide, at dette også gør sig gældende for vores undersøgelsesdeltagere.

Foruden ikke at spørge ind til deltagerens overgrebshistorik, fravalgte vi også at spørge ind til deltagernes oplevelse med peritraumatisk dissociation, hvilket yderligere har kunne påvirke, hvilke aspekter af oplevelsen af dissociation, som vores fund belyser. Vi spurgte i vores undersøgelse mere bredt ind til oplevelsen af dissociation og lod det være op til den enkelte deltager, om vedkommende havde lyst til at dele elementer af oplevelsen af dissociation fra under selve overgrebene. På baggrund af dette blev vi ved gennemgangen af vores fund i analysen opmærksomme på, at vi primært har beskrivelser vedrørende state dissociation med, og derved er der et muligt centralt aspekt af oplevelsen af dissociation, som vores fund ikke belyser, hvilket kan være en begrænsning. Hvis vi derimod under etisk forsvarlige rammer havde spurgt ind til den peritraumatiske dissociation, kan det tænkes, at vi havde fået yderligere fund, som kunne give en endnu mere dybdegående forståelse for oplevelsen af dissociation.

6. Klinisk implikation

I det kommende afsnit vil den viden, der udledes fra det nærværende speciale, præsenteres i forhold til dets brugbarhed i det kliniske arbejde med målgruppen, som oplever dissociation og har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen.

Ud fra det nærværende kandidatspeciale har vi samlet viden om en række forskellige oplevelsesmæssige komponenter ved dissociation som fænomen, der kan være relevant at viderebringe til psykologer og andre fagprofessionelle, som i praksis arbejder med individer, der er en del af målgruppen for dette speciale.

Dissociation som fænomen og begreb kan ud fra den eksisterende videnskabelige forskning og litteratur forekomme tvetydigt og deraf kompliceret at danne én samlet forståelse af (Walker, 2009, p. 110). Derfor kan det ligeledes være svært for pro-

fessionelle fagfolk at genkende og oversætte deres videnskabelige viden til beskrivelser og observationer af virkelige oplevelser med dissociation i praksis. Et studie viser eksempelvis, at kun 60,4% af klinikere, som præsenteres for den samme vignette, formår at stille den korrekte dissociative diagnose (Brand et al., 2016, p. 261). Hvis ikke den professionelle er i stand til fyldestgørende at identificere klientens symptomer, kan det tænkes at have store konsekvenser for klientens behandlingsforløb. I den forbindelse kan det altså have stor betydning, at professionelle tilegner sig mere viden omkring de oplevelsesmæssige aspekter ved dissociation, og hvordan det kan komme til udtryk, hvilket vi ser kan opnås gennem dybdegående beskrivelser af oplevelsen af dissociation fra et førstehåndsperspektiv. I henhold til dette ser vi mere specifikt, at de forskelligartede oplevelser med dissociation, som deltagerne i dette kandidatspeciale beskriver og fortæller om, kan bidrage til psykologens kliniske arbejde ved at udvide og nuancere forståelsesrammen for, hvordan dissociative fænomener kan komme til udtryk i det virkelige liv, og dermed muligvis gøre det lettere at genkende i praksis.

I dette kandidatspeciale muliggøres det for deltagerne at beskrive og fortælle om deres oplevelser med dissociation gennem brugen af både tegning og interview. Vi finder, at tegning giver et unikt indblik i og mulighed for mere håndgribeligt at danne en forståelse for de specifikke dissociative oplevelser, som deltagerne beskriver, idet at de visuelt kan formidle deres oplevelser til os gennem tegning, og at vi gennem interview kan spørge uddybende ind til deres fortællinger. Tegning kan muligvis fungere sprogfremmende og gøre det nemmere for personer, som oplever dissociation, at forklare sig, og gøre det nemmere for udefrakommende at forstå, hvorfor tegning kan bidrage som en essentiel faktor i den gensidige forståelsesproces i det kliniske arbejde. Derudover ser vi, at brugen af tegning kan medvirke til, at der i samtalen med deltagerne bliver italesat og udpenslet flere detaljer i deres oplevelser, som muligvis var forblevet usagt uden den visuelle modalitet, som tegning udgør.

Foruden at tegning kan have en positiv indvirkning på klinikerens arbejde med sin klient, ser vi yderligere, at klienten også personligt kan have en gunstig oplevelse af at formidle sine erfaringer gennem tegning. Eksempelvis fortæller nogle af specialeundersøgelsens deltagere, at de oplever det at tegne og fortælle om deres oplevelser med dissociation som noget rart, der medvirker til, at de opnår en ny forståelse af sig selv og egne oplevelser. Heraf kan det at tegne sine oplevelser med dissociation ses at

have såvel et direkte som et mere indirekte terapeutisk potentiale for personer, som oplever dissociation.

Vi ser, at tegning som redskab allerede bruges i arbejdet med personer, som har været udsat for traumer i barndommen (van der Kolk, 2015, p. 148f), og med vores undersøgelse finder vi, at tegning også kan være relevant at implementere i psykologisk praksis i arbejdet med dissociation både for klinikeren og klienten selv.

På trods af de mulige positive gevinster vi ser i at tegne, bemærker vi også, at nogle af specialeundersøgelsens deltagere beretter om mere neutrale og endda negative oplevelser med at skulle tegne og fortælle om deres dissociative oplevelser. Nogle deltagere fortæller, at de oplever det som svært og ubehageligt, fordi det at tegne og fortælle om deres oplevelser nødvendiggør, at de må tænke tilbage på deres liv og forholde sig til deres traumatiske oplevelser, hvilket for nogle også kan trigge dissociation. Ud fra de varierende tilbagemeldinger fra deltagerne, kan vi udlede, at tegning muligvis ikke udgør en hensigtsmæssig udtryksform for alle individer, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen.

Som følge heraf bør tegning eventuelt anvendes i det kliniske arbejde med målgruppen i et omfang og tempo, hvor klienten oplever sig tilpas udfordret, uden at det bliver så stor en belastning, at det resulterer i, at klienten dissocierer. Indenfor det psykologiske arbejde med traumer bruges termen *desensibilisering*, hvilket indebærer, at individet udsættes for en kontrolleret eksponering med passende intensitet af triggerstimuli, som skal resultere i, at de med tiden ikke længere reagerer på en tidligere udløsende faktor (Perry & Szalavitz, 2019, p. 422). Vi ser, at der sandsynligvis kan ligge et desensibiliserende potentiale i at tegne og fortælle om sine dissociative oplevelser på trods af, at det muligvis kan opleves som ubehageligt for individet på kort sigt. Hvis individet kan konfrontere sine triggers og traumer ved at tegne og fortælle om sine dissociative oplevelser på en nænsom og afbalanceret måde, hvor dissociation undgås, kan der være mulighed for, at individet gradvist og på længere sigt kan aflære sine triggers og dermed desensibiliseres, fordi individet erfarer, at de pågældende triggers ikke udgør nogen reel fare for dem i nutiden.

I tilfælde af at klienter under psykologisk intervention skulle ende i dissociative tilstande har vi gennem specialeundersøgelsen yderligere tilegnet os viden, som indikerer en måde, hvorpå dissociationen kan brydes og klienten kan vende tilbage til sin

bevidsthed. Flere af deltagerne beskriver, at netop fysisk berøring fra en udefrakommende stimulus kan gøre, at dissociationen afbrydes, og de igen kan befinde sig i nuet. Vi ser, at denne viden om den mulige funktion af ønsket fysisk berøring kan være nyttig i psykologers professionelle arbejde med målgruppen, da det ikke er usandsynligt, at disse individer kan dissociere under psykologisk udredning eller behandling. Foruden at være en relevant information for klinikerens arbejde i mødet med sin klient kan den mulige funktion af fysisk berøring være gavnlig at viderebringe til klienten gennem psykoedukation, så denne eventuelt kan gøre brug heraf i sit daglige liv.

7. Fremtidig forskning

Følgende afsnit vil omfatte nedslag i udvalgte aspekter vedrørende vores undersøgelse af oplevelsen af dissociation, som ses relevant at arbejde videre med i fremtidig forskning, samt forslag til hvordan denne forskning eventuelt kan tage form.

Vi ser, at det fortsat er relevant at udføre forskning, hvor oplevelsen af dissociation undersøges ud fra et førstehåndsperspektiv for yderligere at udvide kendskabet til fænomenet, og hvordan det kan komme til udtryk for individet. Vi foreslår at en måde, hvorpå man i fremtidig forskning kan arbejde videre med vores emne og undersøgelse, kan være at udforske de enkelte temaer, som vi finder. Dette kunne gøres gennem en IPA, hvor man eksempelvis yderligere kunne udforske de fornemmelser, som opstår inden og i starten af dissociation, og dermed udvide forståelsen heraf. På denne måde kan fremtidig forskning dykke mere ned i de forskellige dele af processen, som vi med vores undersøgelse finder, at oplevelsen af dissociation udgør.

Endvidere ser vi med denne specialeundersøgelse grundlag for relevansen i at udføre longitudinelle studier omkring oplevelsen af dissociation hos individer, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen. Begrundelsen herfor findes blandt andet i, at en deltager opsøger os til en opfølgende samtale efter endt undersøgelse, hvor personen fortæller os yderligere om sine oplevelser med dissociation, hvorfor vi i den forbindelse tilegner os ny viden. Denne erfaring understreger, at deltageres oplevelser med dissociation er kontinuerlige og fortsætter efter vores møde med dem, hvoraf der kan ses et videnspotentiale i at undersøge deres oplevelser over tid. Yderligere observerer vi, at deltagerne i vores undersøgelse befinder sig på forskellige stadier i bearbejdelsen af deres dissociation, eksempelvis beskriver nogle af vores deltagere,

at de før i tiden oplevede mere dissociation, end de gør nu. I en fremtidig longitudinel undersøgelse, der eventuelt strækker sig over flere år, vil man heraf muligvis kunne afdække en udvikling i individernes dissociative oplevelser og tilegne sig viden om, hvilke faktorer, de oplever, der spiller en rolle i den eventuelle udvikling i deres oplevelse af dissociation.

I forbindelse med vores valg af metoder finder vi også aspekter, som kan være relevant for fremtidig forskning. I den nærværende specialeundersøgelse anvendes både tegning, semistruktureret interview og feltnoter som metoder til at indfange deltagernes oplevelse af dissociation, og af vores forskningsspørgsmål fremgår et særligt fokus på tegnings bidrag til forståelsen. I vores undersøgelse forholder vi os ikke til, i hvilken grad tegning reelt agerer sprogfremmende og bidrager til den endelige forståelse af deltagernes oplevelse af dissociation. I fremtidig forskning ser vi derfor, at det kan være relevant at afdække nærmere, hvilken betydning tegning kan ses at have i en undersøgelse som denne, med henblik på at vurdere om brugen af tegning i forskning er sprogfremmende og fordelagtig. En måde, hvorpå dette eksempelvis kan undersøges, kan være i udformningen af et studie lignende vores dog med inddragelse af sammenligningsgrupper. Undersøgelsen kunne bestå af to grupper af deltagere, som indgår i nøjagtig den samme undersøgelse kun med den undtagelse, at der i den ene gruppe anvendes tegning, hvor det i den anden gruppe udelades. Hvis der i disse to grupperinger identificeres kvalitative forskelle i den data, som fremkommer af undersøgelsen, vil man heraf med stor sandsynlighed kunne knytte disse forskelle til brugen af tegning og komme nærmere, hvorvidt og i hvilken grad tegning er brugbar som metode til at opnå dybdegående beskrivelser vedrørende en specifik oplevelse.

I forhold til vores brug af feltnoter som metode i specialeundersøgelsen ser vi, at data herfra bidrager med viden om, hvordan deltagerne med deres krop, udtryk og mimik oplever dissociation samt det at tegne og fortælle herom, hvilket er et element, vi ligeså finder gavnligt at inkludere i fremtidig forskning på området. En måde hvorpå vi vurderer, at brugen af feltnoter som valid datakilde dog kan styrkes i fremtiden, kan være ved at videooptage udførelsen af undersøgelsen. Ved at kunne holde feltnoterne op mod transskriptionen samt en visuel gengivelse af deltagernes adfærd og reaktioner under undersøgelsen, kan man muligvis sikre, at de analytiske tolkninger, som forskerne drager, tager afsæt i deltagerens egentlige fremtræden fremfor blot forskerens erindringer om disse.

8. Konklusion

Nærværende kandidatspeciale har undersøgt følgende forskningsspørgsmål: *Hvordan kan tegning bidrage til forståelsen af oplevelsen af dissociation hos voksne, som har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen?*

Dette forskningsspørgsmål blev udformet med baggrund i vores litteratureview, hvor vi fandt, at der er begrænset forskning, som undersøger oplevelsen af dissociation hos voksne, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen ud fra et førstehåndsperspektiv, samt at tegning kan bidrage til belysningen af dette.

Vi har søgt at besvare dette forskningsspørgsmål ved at foretage en IPA på baggrund af data indsamlet gennem tegning, semistruktureret interview og feltnoter. Deltagernes tegninger fungerede som udgangspunkt for samtalerne og var afsæt for deres følgende beskrivelser. På baggrund af analysen identificerede vi fire overordnede temaer med tilhørende undertemaer, som hver især bidrager til en samlet forståelse af oplevelsen af dissociation.

I temaet "Oplevelsen inden og op til dissociation" finder vi beskrivelser omhandlende deltagernes oplevelser med, hvad der kan trigge dissociation samt deres forudgående fornemmelser, såsom påvirkning af sanser, kropslige ændringer og følelsen af frygt. I temaet "Oplevelsen under dissociation" finder vi beskrivelser som indebærer at deltagerne ikke oplever dissociation som en entydig og statisk tilstand, men nærmere som et kontinuum med varierende intensitet. Under temaet finder vi også beskrivelser af frakobling, genoplevelse af fortiden og varierende grader af kontrol med dissociation. Ved temaet "Oplevelsen efter dissociation" ses beskrivelser af at "komme til sig selv" efter dissociation samt de konsekvenser deltagerne oplever, at dissociation kan medføre såsom undgåelsesadfærd, følelsen af spildt liv, huller i hukommelsen og manglende identitetsfølelse. Ud fra deltagernes beskrivelser forstår vi derudover, at dissociation kan opleves ambivalent, da det både kan være ødelæggende, men også udgøre beskyttelse imod ubehag. Under temaet "Deltagelse i specialeundersøgelsen" finder vi, at deltagerne havde forskellige oplevelser og reaktioner ved deltagelse. Noget fandt det givende og positivt at deltage, mens andre fandt det ubehageligt og dissocierede undervejs, hvormed vores undersøgelse bliver et konkret eksempel på, hvad der kan igangsætte dissociation. Med dette har vi også fået forståelse for, hvordan dissociation opleves og kommer til udtryk, mens det udspiller sig.

Ud fra vores fund forstår vi, at oplevelsen af dissociation for de fleste involverer ubehag og er invaliderende for livsførelsen. Deltagernes oplevelser deler mange lighedstræk, men der er også betydelige forskelle i deres beskrivelser, og vi forstår, at der ikke er to oplevelser af dissociation, som er ens.

Vi finder, at deltagernes beskrivelser i høj grad omhandlede oplevelser op til dissociation, under selve dissociationen og efterspillet af dissociation. Derved udgør deltagernes beskrivelser og vores tematiske inddeling en kronologisk forståelse af oplevelsen af dissociation som en proces med flere faser, der ikke kan reduceres til et enkelt aspekt som eksempelvis frakobling.

Med vores undersøgelse finder vi, at tegning har bidraget til forståelsen af oplevelsen af dissociation ved at fungere som et visuelt holdepunkt, som deltagerne kunne fortælle ud fra, og vi ligeledes kunne spørge ind til. Tegningerne repræsenterer et visuelt element af oplevelsen og øger vores forståelse for, hvad oplevelsen af dissociation mere nøjagtigt kan indebære, og hvordan dette konkret kan udspille sig for vores deltagere. Tegneopgaven forud for udførelsen af det semistrukturerede interview har muligvis medført mere dybdegående og detaljerede beskrivelser fra deltagernes eget perspektiv og ud fra deres egen oplevelsesramme. Vi ser, at tegning sandsynligvis har kunne agere sprogfremmende, idet flere deltagere henviste til og brugte deres tegning til at forklare deres oplevelse. Brugen af tegning frembragte forskellige reaktioner hos deltagerne, hvor nogle fandt det brugbart, mens andre fandt det svært og ubehageligt. Ud fra dette finder vi, at brugen af tegning ikke altid er hensigtsmæssig.

I diskussionen sammenligner vi vores fund og den eksisterende forskning indenfor området, hvor vi bemærker, at der er mange sammenfald, og finder derved at vores undersøgelse er valid og kan bidrage til yderligere forståelse af allerede eksisterende perspektiver. Vi finder også særlige elementer ved vores undersøgelsesdesign og fund, herunder hvordan deltagerne kan komme tilbage til sig selv efter dissociation, det kronologiske perspektiv, adspørgelse til dissociation undervejs, samt hvordan vores brug af tegning adskiller sig fra anden forskning. Disse ser vi kan bidrage med yderligere viden på området.

Yderligere udvider vi også vores forståelse af udvalgte fund med relevant teori og litteratur. Her fremhæves og overvejes behovet for frakobling fra kroppen efter seksuelle overgreb, sensibilisering som forklaring på deltagernes manglende kontrol og triggers samt den mulige funktion af berøring. Vi overvejer også, hvorvidt flashbacks udgør en del af dissociation, og vi fremlægger, at dissociativ amnesi kan forstås ud fra

betrayal trauma teorien. Vi overvejer dernæst forskellige begrænsninger ved vores undersøgelse, og fremhæver vores forudgående kendskab til deltagerne og fravalget om at spørge ind til deres overgrebshistorik.

Afslutningsvis overvejer vi, hvordan vores undersøgelse og fund kan bruges i klinisk praksis. Vi foreslår at tegning, i kraft af sin visuelle og mulige sprogfremmende funktion, kan anvendes i terapeutisk sammenhæng til at fremme forståelse hos klinikerne og klienten. Vi finder yderligere, at tegning i terapi kan fungere desensibiliserende, og viden om berørings mulige funktion kan være nyttig i det kliniske arbejde med målgruppen.

På baggrund af specialets fund kan det for fremtidig forskning være relevant at undersøge, i hvilken grad tegning bidrager til forståelsen af dissociation, hvor vi foreslår anvendelse af sammenligningsgrupper som en mulighed. Derudover ser vi en relevans i at undersøge udviklingen i oplevelsen af dissociation over tid, hvor longitudinelle studier kan ses anvendelige. Vi foreslår, at brugen af feltnoter kan styrkes gennem videooptagelser, og at man i fremtidig forskning kan udvide vores fund af dissociation som en kronologisk proces og dykke mere ned i de enkelte faser, som præsenteres i vores fund.

Referenceliste (pensumliste)

- Amir, G. & Lev-Wiesel, R. (2007). Dissociation as depicted in the traumatic event drawings of child sexual abuse survivors: A preliminary study. *The Arts in Psychotherapy*, 34(2), 114–123. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.08.006> (10 sider)
- Andersen, H. & Koch, L. (2015). Hermeneutik og fænomenologi. In M. H. Jacobsen, K. Lippert-Rasmussen & P. Nedergaard (Eds.), *Videnskabsteori i statskundskab, sociologi og forvaltning* (3. ed., pp. 205-250). Hans Reitzels Forlag. (46 sider)
- Beck, C. T. (2009). An Adult Survivor of Child Sexual Abuse and Her Breastfeeding Experience: A Case Study. *American Journal of Maternal Child Nursing*, 34(2), 91–97. <https://doi.org/10.1097/01.NMC.0000347302.85455.c8> (7 sider)
- Boden, Z. & Eatough, V. (2014). Understanding More Fully: A Multimodal Hermeneutic-Phenomenological Approach. *Qualitative Research in Psychology*, 11(2), 160–177. (18 sider)
- Boden, Z., Larkin, M. & Iyer, M. (2019). Picturing ourselves in the world: Drawings, interpretative phenomenological analysis and the relational mapping interview. *Qualitative Research in Psychology*, 16(2), 218–236. <https://doi.org/10.1080/14780887.2018.1540679> (19 sider)
- Brand, B. L., Sar, V., Stavropoulos, P., Krüger, C., Korzekwa, M., Martínez-Taboas, A. & Middleton, W. (2016). Separating Fact from Fiction: An Empirical Examination of Six Myths About Dissociative Identity Disorder. *Harvard Review of Psychiatry*, 24(4), 257–270. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000100> (14 sider)
- Braude, S. E. (2009). The Conceptual Unity of Dissociation: A Philosophical Argument. In P. F. Dell & J. A. O’Neil (Eds.), *Dissociation and the Dissociative Disorders: DSM-V and beyond* (pp. 27-36). Routledge. (10 sider)
- Brinkmann, S. (2020). Etik i en kvalitativ verden. In S. Brinkmann & L. Tanggaard (Eds.), *Kvalitative metoder: En grundbog* (3. ed., pp. 581-600). Hans Reitzels Forlag. (20 sider)
- Center for Seksuelt Misbrugte (2025). *Om seksuelle overgreb*. <https://csm-danmark.dk/seksuelle-overgreb/om-seksuelle-overgreb/>
- Claesson, B. (2014). *Pigen der hoppede ud af sin krop: En bog om dissociation*.

-
- Hans Reitzels Forlag. (312 sider)
- Dalenberg, C. J., Brand, B. L., Gleaves, D. H., Dorahy, M. J., Loewenstein, R. J., Cardeña, E., Frewen, P. A., Carlson, E. B. & Spiegel, D. (2012). Evaluation of the Evidence for the Trauma and Fantasy Models of Dissociation. *Psychological Bulletin*, 138(3), 550–588. <https://doi.org/10.1037/a0027447> (39 sider)
- Danese, A. & Widom, C. S. (2020). Objective and subjective experiences of child maltreatment and their relationships with psychopathology. *Nature Human Behaviour*, 4(8), 811–818. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0880-3> (8 sider)
- Dutra, L., Bianchi, I., Siegel, D. J. & Lyons-Ruth, K. (2011). Dissociative fænomeners relationelle kontekst. In S. Hart (Ed.), *Dissociationsfænomener* (pp. 295–313). Hans Reitzels Forlag. (19 sider)
- Dyhr, K. (2018). *Ude af mig selv: Dissociation hos mennesker med tidlige traumer* (1st digital ed.). Frydenlund. Heri pp. 15-22, 24-35, 36-44, 81-110. (59 sider)
- Emerson, R. M., Fretz, R. I. & Shaw, L. L. (2011). Fieldnotes in Ethnographic Research. In *Writing Ethnographic Fieldnotes* (2. ed., pp. 1-20). University of Chicago Press. (20 sider)
- Finlay, L. (2006). The body's disclosure in phenomenological research. *Qualitative Research in Psychology*, 3(1), 19–30. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp051oa> (12 sider)
- Firestone, W. A. (1993). Alternative arguments for generalizing from data as applied to qualitative research. *Educational Researcher*, 22(4), 16-32. <https://doi.org/10.2307/1177100> (17 sider)
- Flewitt, R., Price, S. & Korkiakangas, T. (2019). Multimodality: Methodological explorations. *Qualitative Research*, 19(1), 3–6. <https://doi.org/10.1177/1468794118817414> (4 sider)
- Flick, U. (2018). What is mixed methods research? In *Doing Triangulation and Mixed Methods*, (pp. 71–78). Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781529716634.n5> (8 sider)
- Flick, U. (2023). *An introduction to qualitative research*. (7th ed.). Sage Publications. Heri pp. 173-190, 299-324, 489-515. (71 sider)
- Freyd, J. (1996). *Betrayal Trauma: The logic of forgetting childhood abuse*. Harvard University Press. Heri pp. 1-11. (11 sider)
- Frost, N. & Bailey-Rodriguez, D. (2020). Doing Qualitative Driven Mixed Methods
-

-
- and Pluralistic Qualitative Research. In S. Bager-Charleson & A. McBeath (Eds.), *Enjoying Research in Counselling and Psychotherapy: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Research*, (pp. 137-160).
<https://doi.org/10.1007/978-3-030-55127-8> (24 sider)
- Frost, N., Dempsey, M. & Foley, S. (2022). Taking Qualitatively Driven Mixed Methods Research Further. In S. Bager-Charleson & A. McBeath (Eds.), *Supporting Research in Counselling and Psychotherapy: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Research* (pp. 229-246). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-13942-0> (18 sider)
- Fryd, V. G. (2009). Visual Stimuli for Traumatic Memories: An Academic and Personal Memoir. *Traumatology*, 15(4), 5-14.
<https://doi.org/10.1177/1534765609347543> (10 sider)
- Fuller, P. (2023). *Disconnecting to Survive: Understanding and Recovering from Trauma-based Dissociation*. Springer Nature.
<https://doi.org/10.1007/978-3-031-48154-3> (170 sider)
- Fung, H. W., Ross, C. A., Lam, S. K. K. & Hung, S. L. (2022). Recent research on the interventions for people with dissociation. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 6(4), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2022.100299> (6 sider)
- Goldner, L. & Frid, L. (2022). Fragmentation of the self: Characteristics of sexual assault and implications in self-drawing. *The Arts in Psychotherapy*, 77, 1-9.
<https://doi.org/10.1016/j.aip.2021.101877> (9 sider)
- Goldner, L., Lev-Wiesel, R. & Bussakorn, B. (2023). "I'm in a Bloody Battle without Being Able to Stop It": The Dissociative Experiences of Child Sexual Abuse Survivors. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(13–14), 7941–7963.
<https://doi.org/10.1177/08862605231153865> (23 sider)
- Goldsmith, R. E., Freyd, J. J. & DePrince, A. P. (2012). Betrayal Trauma: Associations With Psychological and Physical Symptoms in Young Adults. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(3), 547–567. <https://doi.org/10.1177/0886260511421672> (21 sider)
- Gourlay, L. (2010). Multimodality, visual methodologies and higher education. In M. Savin-Baden & C. H. Major (Eds.), *New Approaches to Qualitative Research: Wisdom and Uncertainty* (pp. 80–88). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203849873> (9 sider)
- Greer, J. M. G. (1994). "Return of the repressed" in the Analysis of an Adult Incest
-

-
- Survivor: A Case Study and Some Tentative Generalizations. *Psychoanalytic Psychology*, 11(4), 545–561. <https://doi.org/10.1037/h0079582> (17 sider)
- Guillemin, M. (2004). Understanding Illness: Using Drawings as a Research Method. *Qualitative Health Research*, 14(2), 272–289. <https://doi.org/10.1177/1049732303260445> (18 sider)
- Hall, J. M. & Powell, J. (2000). Dissociative Experiences Described by Women Survivors of Childhood Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 15(2), 184–204. <https://doi.org/10.1177/088626000015002005> (21 sider)
- Hart, S. (2011). Traumatisk dissociation og tilknytningsforstyrrelser. In S. Hart (Ed.), *Dissociationsfænomener* (pp. 39-59). Hans Reitzels Forlag. (21 sider)
- Holmes, E. A., Brown, R. J., Mansell, W., Fearon, R. P., Hunter, E. C. M., Frasquilho, F. & Oakley, D. A. (2005). Are there two qualitatively distinct forms of dissociation? A review and some clinical implications. *Clinical Psychology Review*, 25(1), 1–23. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.08.006> (23 sider)
- Jacobs-Kayam, A. & Lev-Wiesel, R. (2019). In Limbo: Time Perspective and Memory Deficit Among Female Survivors of Sexual Abuse. *Frontiers in Psychology*, 10(912), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00912> (13 sider)
- Jansen, H. & Lau, M. (2019). Seksuelle krænkelse af børn og unge. In C. Graugaard, A. Giraldi & B. Møhl (Eds.), *Sexologi: faglige perspektiver på seksualitet*. (pp. 949-977). Munksgaard. <https://doi.org/10.1177/1049732303260445> (29 sider)
- Katz, C. & Nicolet, R. (2022). “If Only I Could Have Stopped It”: Reflections of Adult Child Sexual Abuse Survivors on Their Responses During the Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(3–4), 2076–2100. <https://doi.org/10.1177/0886260520935485> (25 sider)
- Kearney, K. S. & Hyle, A. E. (2004). Drawing out emotions: the use of participant-produced drawings in qualitative inquiry. *Qualitative Research*, 4(3), 361–382. <https://doi.org/10.1177/1468794104047234> (22 sider)
- King, N. & Hugh-Jones, S. (2019). The interview in qualitative research. In C. Sullivan & M. A. Forrester (Eds.), *Doing qualitative research in psychology: a practical guide* (2. ed., pp. 121-144). Sage Publications. (24 sider)
- Kirby, J. S., Chu, J. A. & Dill, D. L. (1993). Correlates of dissociative symptomatology in patients with physical and sexual abuse histories. *Comprehensive Psychiatry*, 34(4), 258–263. [https://doi.org/10.1016/0010-440X\(93\)90008-R](https://doi.org/10.1016/0010-440X(93)90008-R) (6 sider)
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). Interview: Det kvalitative forskningsinterview
-

-
- som håndværk (3. ed.). Hans Reitzels Forlag. Heri pp. 45-73, 105-126, 177-196, 235-247. (84 sider)
- Køhlert, F. B. (2015). Working it Through: Trauma and Autobiography in Phoebe Gloeckner's "A Child's Life" and "The Diary of a Teenage Girl." *South Central Review*, 32(3), 124–142. <https://doi.org/10.1353/scr.2015.0035> (19 sider)
- Langdridge, D. (2007). *Phenomenological Psychology: Theory, Research and Method*. Pearson. (181 sider)
- Lawson, D. M. & Akay-Sullivan, S. (2020). Considerations of Dissociation, Betrayal Trauma, and Complex Trauma in the Treatment of Incest. *Journal of Child Sexual Abuse*, 29(6), 677–696. <https://doi.org/10.1080/10538712.2020.1751369> (20 sider)
- Leeners, B., Görres, G., Block, E. & Hengartner, M. P. (2016). Birth experiences in adult women with a history of childhood sexual abuse. *Journal of Psychosomatic Research*, 83, 27–32. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2016.02.006> (6 sider)
- Lev-Wiesel, R. (2008). Child sexual abuse: A critical review of intervention and treatment modalities. *Children and Youth Services Review*, 30(6), 665–673. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2008.01.008> (9 sider)
- Lev-Wiesel, R., Goldner, L., Malishkevich Haas, R., Hait, A., Frid Gangersky, N., Lahav, L., Weinger, S. & Binson, B. (2024). Adult Survivors of Child Sexual Abuse Draw and Describe Their Experiences of Dissociation. *Violence against Women*, 30(10), 2655–2673. <https://doi.org/10.1177/10778012231155172> (19 sider)
- Lev-Wiesel, R. & Liraz, R. (2007). Drawings vs. Narratives: Drawing as a Tool to Encourage Verbalization in Children Whose Fathers are Drug Abusers. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 12(1), 65–75. <https://doi.org/10.1177/1359104507071056> (11 sider)
- Literat, I. (2013). "A Pencil for your Thoughts": Participatory Drawing as a Visual Research Method with Children and Youth. *International Journal of Qualitative Methods*, 12(1), 84–98. <https://doi.org/10.1177/160940691301200143> (15 sider)
- McAdams, D. P. (2018). Narrative Identity: What Is It? What Does It Do? How Do You Measure It? *Imagination, Cognition and Personality*, 37(3), 359–372. <https://doi.org/10.1177/0276236618756704> (14 sider)
- McAdams, D. P. & McLean, K. C. (2013). Narrative Identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238.
-

-
- <https://doi.org/10.1177/0963721413475622> (6 sider)
- Mills, L. J. & Daniluk, J. C. (2002). Her Body Speaks: The Experience of Dance Therapy for Women Survivors of Child Sexual Abuse. *Journal of Counseling and Development*, 80(1), 77–85.
- <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2002.tb00169.x> (9 sider)
- Moran-Ellis, J., Alexander, V. D., Cronin, A., Dickinson, M., Fielding, J., Sleney, J. & Thomas, H. (2006). Triangulation and integration: processes, claims and implications. *Qualitative Research*, 6(1), 45–59.
- <https://doi.org/10.1177/1468794106058870> (15 sider)
- Møhl, B. (2017). Dissociative tilstande. In E. Simonsen & B. Møhl (Eds.), *Grundbog i psykiatri* (2. ed., pp. 441-456). Hans Reitzels Forlag. (16 sider)
- Nester, M. S., Spicher, B., Pierorazio, N. A., Brand, B. L. & McEwen, L. E. (2024). Coverage of child maltreatment in undergraduate psychopathology textbooks. *Psychological Trauma*, 1-8. <https://doi.org/10.1037/tra0001683> (8 sider)
- Olsen, H. (2003). Veje til kvalitativ kvalitet? Om kvalitetssikring af kvalitativ interviewforskning. *Nordic Studies in Education*, 23(1), 1–20.
- <https://doi.org/10.18261/ISSN1891-5949-2003-01-01> (20 sider)
- Pahuus, M. (2014) Hermeneutik. In F. Collin & S. Køppe (Eds.), *Humanistisk videnskabsteori* (3. ed., pp. 223-264). Lindhardt og Ringhof. (42 sider)
- Parratt, J. (1994). The experience of childbirth for survivors of incest. *Midwifery*, 10(1), 26–39. [https://doi.org/10.1016/0266-6138\(94\)90006-X](https://doi.org/10.1016/0266-6138(94)90006-X) (14 sider)
- Pereda, N., Guilera, G., Forns, M. & Gómez-Benito, J. (2009). The prevalence of child sexual abuse in community and student samples: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 29(4), 328–338. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.02.007> (11 sider)
- Perry, B. D. & Szalavitz, M. (2019). *Drengen der voksede op som hund: Hvad vi kan lære af traumatiserede børn om tilknytning, tab og heling* (2. ed.). Hans Reitzels Forlag. Heri pp. 60-90, 206-233, 334, 422. (72 sider)
- Pietkiewicz, I. & Smith, J. A. (2012). A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *Psychological Journal*, 18, 361-369. (9 sider)
- Platt, M. G. & Freyd, J. J. (2015). Betray My Trust, Shame on Me: Shame, Dissociation, Fear, and Betrayal Trauma. *Psychological Trauma*, 7(4), 398–404.
- <https://doi.org/10.1037/tra0000022> (7 sider)
-

-
- Platt, M. G., Luoma, J. B. & Freyd, J. J. (2017). Shame and Dissociation in Survivors of High and Low Betrayal Trauma. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 26(1), 34–49. <https://doi.org/10.1080/10926771.2016.1228020> (16 sider)
- Plattner, B., Silvermann, M. A., Redlich, A. D., Carrion, V. G., Feucht, M., Friedrich, M. H. & Steiner, H. (2003). Pathways to Dissociation: Intrafamilial Versus Extrafamilial Trauma in Juvenile Delinquents. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 191(12), 781–788. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000105372.88982.54> (8 sider)
- Putnam, F. W. (1993). Dissociative disorders in children: Behavioral profiles and problems. *Child Abuse & Neglect*, 17(1), 39–45. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(93\)90006-Q](https://doi.org/10.1016/0145-2134(93)90006-Q) (7 sider)
- Reavey, P. (2011). The return to experience: psychology and the visual. In *Visual Methods in Psychology* (pp. 1-13). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203829042-10> (13 sider)
- Reavey, P. & Johnson, K. (2017). Visual Approaches: Using and Interpreting Images. In C. Willig & W. S. Rogers (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology* (pp. 354–373). Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781526405555.n21> (20 sider)
- Roald, T. & K ppe, S. (2008). Generalisering i Kvalitative Metoder. *Psyke & logos*, 29(1), 86–99. <https://doi.org/10.7146/pl.v29i1.8430> (14 sider)
- Shaw, R. (2019). Interpretative Phenomenological Analysis. In C. Sullivan & M. A. Forrester (Eds.), *Doing Qualitative Research in Psychology: A Practical Guide* (2. ed., pp. 185-208). Sage Publications. (24 sider)
- Smith, J. A., Flowers, P. & Larkin, M. (2022). *Interpretative phenomenological analysis: theory, method and research* (2. ed.). Sage Publications. (216 sider)
- Smith, J. A. & Osborn, M. (2004a). Interpretative Phenomenological Analysis. In G. M. Breakwell (Ed.), *Doing Social Psychology Research* (pp. 229-254). Wileyblackwell. <https://doi.org/10.1002/9780470776278.ch10> (26 sider)
- Smith, J. A. & Osborn, M. (2004b). Interpretative Phenomenological Analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (pp. 51-80). SAGE Publications. (30 sider)
- Szulevicz, T. (2020). Deltagerobservation. In S. Brinkmann & L. Tanggaard (Eds.),
-

-
- Kvalitative Metoder: En grundbog* (3. ed., pp. 97-115). Hans Reitzels Forlag. (19 sider)
- Tanggaard, L. & Brinkmann, S. (2020a). Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. In S. Brinkmann & L. Tanggaard (Eds.), *Kvalitative Metoder: En grundbog* (3. ed., pp. 33-63). Hans Reitzels Forlag. (31 sider)
- Tanggaard, L. & Brinkmann, S. (2020b). Kvalitet i kvalitative studier. In S. Brinkmann & L. Tanggaard (Eds.), *Kvalitative Metoder: En grundbog* (3. ed., pp. 657-670). Hans Reitzels Forlag. (14 sider)
- Terr, L. C., (2003). Childhood Traumas: An Outline and Overview. *The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*, 1(3), 322-333.
<https://doi.org/10.1176/foc.1.3.322> (12 sider)
- Tsur, N. & Katz, C. (2022). “And Then Cinderella Was Lying in My Bed”: Dissociation Displays in Forensic Interviews with Children Following Intrafamilial Child Sexual Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(17–18), 15336–15358.
<https://doi.org/10.1177/08862605211016347> (23 sider)
- van der Kolk, B. A. (2011). Den komplekse tilpasning til traumer: Selvregulering, stimulusdiskrimination og personlighedsudvikling. In S. Hart (Ed.), *Dissociationsfænomener* (pp. 247-273). Hans Reitzels Forlag. (27 sider)
- van der Kolk, B. A. (2015). *The Body Keeps the Score*. Penguin Books. Heri pp. 147-163, 243-274. (49 sider)
- van der Kolk, B. A. & Fisler, R. (1995). Dissociation and the fragmentary nature of traumatic memories: Overview and exploratory study. *Journal of Traumatic Stress*, 8(4), 505–525. <https://doi.org/10.1002/jts.2490080402> (21 sider)
- Walker, J. (2009). The Relevance of the Concept of Dissociation in Child Protection. *Journal of Social Work Practice*, 23(1), 109–118.
<https://doi.org/10.1080/02650530902723365> (10 sider)
- Weber, S. J. & Mitchell, C. (1995). More than words: Drawing out the Gendered Nature of Teacher Identity and Work. In S. J., Weber & C., Mitchell (Eds.), *That’s Funny You Don’t Look Like a Teacher: Interrogating Images, Identity, and Popular Culture* (pp. 33-53). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203453568> (21 sider)
- Zahavi, D. (2014). Fænomenologi. In F. Collin & S. Køppe (Eds.), *Humanistisk videnskabssteori* (3. ed., pp. 189-219). Lindhardt og Ringhof. (31 sider)
- Zlotnick, C., Begin, A., Shea, M. T., Pearlstein, T., Simpson, E. & Costello, E. (1994).
-

The relationship between characteristics of sexual abuse and dissociative experiences. *Comprehensive Psychiatry*, 35(6), 465–470.

[https://doi.org/10.1016/0010-440X\(94\)90230-5](https://doi.org/10.1016/0010-440X(94)90230-5) (6 sider)

Litteratur i alt: 2466 sider – Heraf 704 sider genbrugt litteratur = 28,5%