

# Psykologisk stress i krig

*bP 505/66*



DP  
505

# M E D D E L A N D E

Nr 66

Maj 1975

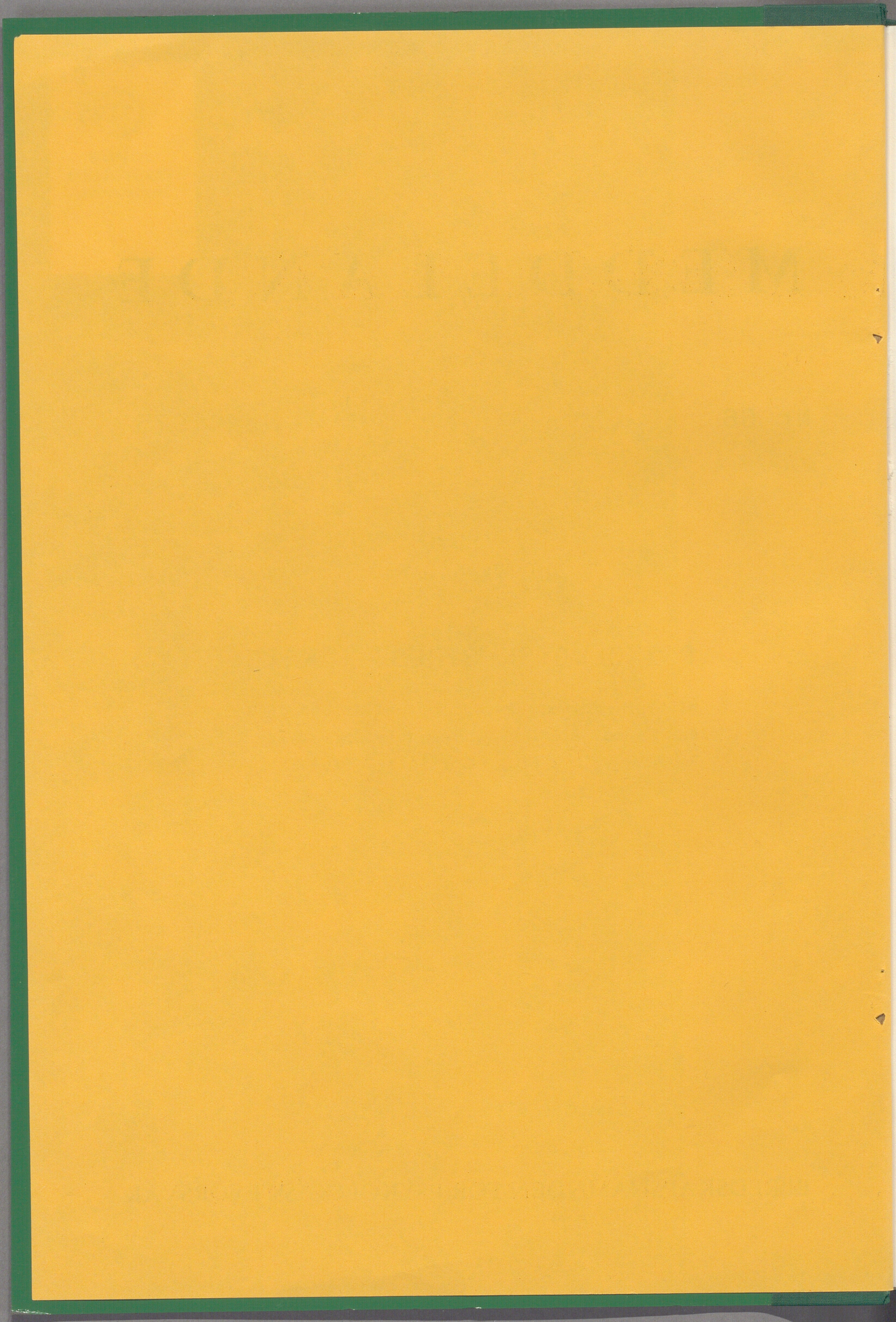
## PSYKOLOGISK STRESS I KRIG

MILGRAM, Norman: Psychological Stress in War  
and Peace. ALEPH-TAV, Tel-Aviv University  
Review, Vol. 1 No. 3 Spring 1975:40-41

Översättning och redigering:

Kurt Törnqvist och Kjell Aggefors

BEREDSKAPSNÄMNDEN FÖR PSYKOLOGISKT FÖRSVAR



## FÖRORD

Hur påverkar krig människorna psykiskt och mentalt? Detta är en fråga av vitalt intresse för totalförsvarets folk, inte minst för oss som sysslar med psykologiskt försvar. Det är därför värdefullt att ta del av de erfarenheter och vetenskapliga rön som redovisas på detta område.

De bittra erfarenheter som gjordes i Israel under oktoberkriget föranledde professor Norman Milgram vid psykologiska institutionen vid Tel-Avivs universitet att sammankalla en internationell konferens om psykologisk stress och anpassning i krig och fred. Konferensen hölls i Tel-Aviv den 6-10 januari 1975. I denna deltog omkring 2 000 israeliska psykologer, psykiatriker, läkare, pedagoger och socialarbetare samt cirka 150 deltagare från andra länder.

I vårnumret av ALEPH-TAV, Tel-Avivs universitets tidskrift, har professor Milgram kortfattat presenterat en del av de resultat som redovisades vid konferensen. Vi har översatt denna artikel. Mellanrubrikerna har vi dock själva tillfogat. En utförligare redovisning i bokform väntas komma senare.

Kurt Törnqvist

Detta är en fråga av vital betydelse för totalför-  
svaret för, inte minst för oss som arbetar med psy-  
kologiskt försvaret. Det är därför värdelöst att ta  
del av de erfarenheter och vetenskapliga kunskaper  
vissa av oss har.

De olika arbetsområden som nämns i lösenet under  
oktober månad, förklarade professor Mikael Nilsson  
vill psykologiska praktiken vid Tel-Avivs universi-  
teter är sammankallade en internationell konferens om  
psykologiska stress och coping i kris och fred.  
Konferensen hölls i Tel-Aviv den 4-10 januari 1972.  
I denna del av omkring 2-300 israeliska psykologer,  
psykiatriker, läkare, pedagoger och socialarbetare  
samt cirka 100 deltagare från andra länder.

I väntandet av ABEN-TAV, Tel-Avivs universitets tid-  
skrift, har professor Mikael Nilsson kortfattat presenterat  
en del av de resultat som redovisades vid konferensen.  
Vi har översett denna artikel. Mellanrubrikerna har  
vi dock skrivit till för att förtydliga redovisningen  
i bokform vilken kommer snart.

Kurt Lewin

## PSYKOLOGISK STRESS I KRIG

Konferens om stress i krig

Krig har allt sedan Kains dagar varit ett gissel för mänskligheten. Medan man har gjort många ansträngningar av politisk, religiös och ekonomisk natur för att eliminera krig, har man gjort förhållandevis få försök att vetenskapligt och professionellt ta itu med den stress som uppkommer under krig. Att klara av stress är ett pris som samhällen måste betala när de invecklas i krig eller lever under krigshot.

Omedelbart efter Yom Kippur-kriget fick min kollega, Avner Ziv, och jag i uppdrag av universitetet att genomföra den första internationella konferensen om detta ämne. Israel utsågs som plats för konferensen därför att Israel har blivit ett slags naturligt laboratorium för stressfenomen som orsakats av krig. Staten Israel har varit utsatt för stress på grund av krig och oroligt vapenstillestånd under de senaste 27 åren av sin existens och under de 75 år med sionistisk bosättning som föregick grundandet av den judiska staten. Vi ansåg att den israeliska erfarenheten skulle vara av intresse för andra nationer, stora och små, och att vi skulle kunna lära av deras forskning och erfarenheter på detta område.

Ungefär ett år senare (6-10 januari 1975) samlades omkring 2 000 israeliska psykologer, psykiatriker, läkare, pedagoger och socialarbetare och omkring 150 deltagare från 15 länder till en fyradagarskonferens under vilken över 100 vetenskapliga uppsatser lades fram. Det genomgående temat i majoriteten av uppsatserna gällde hur man ska kunna möta svårigheterna, kunna göra den bästa möjliga anpassningen till de svåra situationer, som plågar människornas sinnen på slagfältet, på hemmafronten, på sjukhusen och i de salar där regeringsbeslut fattas.

PSYKOLOGISK STRESS I KRIG

Konferens om stress i krig

Krig har alltid sedan kända dagar varit ett glassel-för-mänskligheten. Medan man har gjort många försök för att förstå av politisk, religiös och ekonomisk natur för att eliminera krig, har man gjort förtvivlade försök att förstå vetenskapligt och professionellt i sin förståelse av stress som uppkommer under krig. Att klara av stress är ett pris som samhället måste betala när de investerar i krig eller lever under krigstid.

Omständigheter efter Yom Kippur-kriget fick min kollega, Avner Ziv, och jag i uppdrag av universitet att genomföra den första internationella konferensen om detta ämne. Israel utvaldes som plats för konferensen därför att Israel har blivit ett slags naturligt laboratorium för stressforskning som utsträckt av krig. Staten Israel har varit utsatt för stress på grund av krig och otillräckligt vapenutrustning under de senaste 27 åren av sin existens och under de 75 år med slonistisk bosättning som förtvånad grundandet av den judiska staten. Vi ansåg att den israeliska erfarenheten skulle vara av intresse för andra nationer, stora och små, och att vi skulle kunna lära av deras forskning och erfarenheter på detta område.

Under året är sedan (5-10 januari 1975) sammanträdde omkring 5 000 israeliska psykologer, psykiatriker, läkare, pedagoger och socialarbetare och omkring 150 deltagare från 15 länder till en tvärvetenskaplig konferens under vilken över 100 vetenskapliga uppsatser lästes fram. Det genomfördes femte i majortiteten av uppsatserna gjordes hur man ska kunna göra avstångstjänst. Kända gästföreläsare möjliga anpassningen till de svåra situationer, som pågår människans sinnen på såväl fysiskt, på hemmaplan, på sjukhusen och i de salar där regeringar beslutar.

### Sörjande föräldrar och änkor

Gerald Caplan (Harvard Medical School) framlade tesen att krigets psykologiska härjningar inte får förväxlas med det neurotiska eller psykotiska beteende som människor uppvisar i fredstid. Fysiskt eller emotionellt skadade soldater var inte typiska psykiatriska patienter. Föräldrar som förlorat en son eller hustrur som förlorat en make såg inte på sig själva som "fall" som behövde behandling. Dessa sörjande människor accepterade hjälp om den erbjöds dem på deras villkor, om den hjälpte dem att finna deras egna lösningar på deras egna personliga problem och speciellt om den erbjöds av människor som själva hade lidit och framgångsrikt löst liknande problem. Ju mer professionella experter försökte att uppnå kontakt med lidande människor i enlighet med sina vanliga yrkesroller desto mindre kunde de hjälpa dem.

Michaela Katz (Adler Institute) rapporterade om användningen av änkor från tidigare krig för att arbeta med änkor från Yom Kippur-kriget. Dessa frivilliga medarbetare rapporterade om en kraftfull reaktivering av den sorg som först drabbade dem när de blev änkor många år tidigare (Ilon Bavli, Adler Institute). Man fann att de nya änkorna skiljde sig från änkorna från tidigare krig. De var mer förbittrade och mer upptagna av materiella bekymmer - skillnader som delvis beror på de annorlunda omständigheterna vid Yom Kippur-kriget.

### Barn och krig

Många uppsatser behandlade krigets inverkan på barn. Avner Ziv (Tel Aviv University) rapporterade att kibbutzbarn, som under flera år utsatts för terroristbombning inte var mer ängsliga än kibbutzbarn, som aldrig utsatts för bombning. I motsats härtill gav barn i nya städer uttryck för betydligt större oro om de utsatts för bombning än barn i dylika städer som

Sörjande föräldrar och änkor

Gerald Caplan (Harvard Medical School) framlade tesen att krigets psykologiska härjningar inte får förväxlas med det neurologiska eller psykiatriska beteendet som människor uppvisar i fredstid. Psyiskt eller emotionellt skadade soldater var inte typiska psykiatriska patienter. Föräldrar som förlorat en son eller hustru som förlorat en make såg inte på sig själva som "fall" som behövde behandling. Dessa sörjande människor accepterade hjälp om den erbjöds dem på deras villkor, om den hjälpte dem att lösa deras egna lösningar på deras egna personliga problem och speciellt om den erbjöds av människor som själva hade lidit och framgångsrikt löst liknande problem. Ju mer professionella experter försökte att uppnå kontakt med lidande människor i enlighet med sina vanliga yrkesroller desto mindre kunde de hjälpa dem.

Michael Katz (Adler Institute) rapporterade om användningen av änkor från tidigare krig för att arbeta med änkor från Yom Kippur-kriget. Dessa frivilliga medarbetare rapporterade om en kraftfull reaktivering av den sorg som förest drabbade dem när de blev änkor många år tidigare (Ilon Bavit, Adler Institute). Man länade att de nya änkorna skiljde sig från änkorna från tidigare krig. De var mer förbittrade och mer upptagna av materiella bekymmer - skilsmässor som delvis beror på de anströmda omsättningsföretag vid Yom Kippur-kriget.

Barn och krig

Många uppgifter behandlade krigets inverkan på barn. Avner Siv (Tel Aviv University) rapporterade att kibbutzbarn, som under flera år utsattes för terroristbombning inte var mer ängsliga än kibbutzbarn, som aldrig utsattes för bombning. I motsats härtill gav barn i nya städer uttryck för betydligt större oro om de utsattes för bombning än barn i dylika städer som

aldrig varit utsatta för sådan. Påfrestningarna från bombningen åstadkom en skillnad endast när barnen bodde i samhällen som inte karaktäriserades av en stark gruppssammanhållning. Kibbutzmedlemmarnas inbördes beroende av varandra skyddade barnen mot det utifrån kommande hotet.

Ängestnivån hos stadsbarnen var ostadigare och speglade nationens stämning och hoten mot nationens säkerhet. Under krigstid uttryckte barnen större ängslan och uttalade i stor utsträckning önskan om fred. Under tider med relativt lugn minskade deras ängslan och deras önskemål ändrades till materiella och personliga behov. Den dramatiska ökningen i ängestnivå som barn gav uttryck för i samband med Yom Kippur-kriget visar att föräldrar och lärare måste bli mer medvetna om barns känslighet för krig och krigshot och uppföra sig på ett sätt som avser att minska denna ängslan (Roberta Milgram, Tel Aviv University). Dvora Koubovi (Hebrew University) rekommenderar att under oroliga tider införa berättelser i litteraturundervisningen tagna från den israeliska eller världslitteraturen som handlar om liknande pressade situationer och att därigenom göra det möjligt för barnen att jämföra sina egna känslor med känslor och handlingssätt hos personerna i berättelserna och att ändå göra det i ett akademiskt sammanhang. På samma sätt fann Joseph Schwarcz (Haifa University) att om man gav unga barn en möjlighet att övervinna sin ängslan genom att måla medförde detta såväl pedagogiska som terapeutiska fördelar.

En del upplevelser av stress kan vara av sådan styrka och varaktighet att de överlevande aldrig återvinner den känslomässiga förtröstan och frid de annars skulle ha ägt. Detta var erfarenheterna från de överlevande från den nazistiska massutrotningen (Anthony Marcus, University of British Columbia) och även de överlevandes barn som fötts efter denna bär vittnesbörd om dessa traumatiska erfarenheter (Netta Dor-Shav, Bar-Ilan University).

aldrig varit utsatta för sådan. Påfrestningarna från  
bombningen åstadkom en skilnad endast när barnen  
bodde i samhällen som inte karaktäriserades av en  
stark gruppsammansättning. Kibbutzmedlemmarnas inbör-  
des beroende av varandra skyddade barnen mot det uti-  
från kommande hotet.

Ängestnivån hos stadabarnen var oastadigare och ängs-  
lade nationens stämning och hoten mot nationens säker-  
het. Under krigstid uttryckte barnen större ångslan  
och uttalade i stor utsträckning önskan om fred. Under  
tider med relativt lugn minskade deras ångslan och  
deras önskan ändrades till materiella och personliga  
behov. Den dramatiska ökningen i ängestnivå som barn  
gav uttryck för i samband med Yom Kippur-kriget visar  
att förlöslighet och lära måste bli mer redovisna om  
barns känslighet för krig och krigshot och uppfylla  
sig på ett sätt som svarar att minska denna ångslan  
(Roberta Mitrani, Tel Aviv University). Dvora Koubovi  
(Hebrew University) rekommenderar att under oroliga  
tider införa berättelser i litteraturundervisningen  
från den israeliska eller världslitteraturen  
som handlar om liknande pressade situationer och att  
därigenom göra det möjligt för barnen att jämföra sina  
egna känslor med känslor och handlingssätt hos perso-  
nerna i berättelserna och att ändå göra det i ett skär-  
gämiskt sammanhang. På samma sätt fann Joseph Schwartz  
(Halle University) att om man gav unga barn en möjlig-  
het att övervinna sin ångslan genom att måla medförde  
dessa såväl pedagogiska som terapeutiska fördelar.

En del upplevelser av stress kan vara av sådan styrka  
och varaktighet att de överlevande aldrig återvinner  
den känslomässiga förtrostan och frid de annars skulle  
ha haft. Detta var erfarenheterna från de överlevande  
från den nazistiska massutrotningen (Anthony Marcus,  
University of British Columbia) och även de överlevan-  
des barn som fötter efter denna här vittnesbörd om dessa  
traumatiska erfarenheter (Netta Dor-Shav, Bar-Ilan  
University).

### Soldaten och kriget

Många uppsatser rörde behandlingen av stridsutmattning och andra ogynnsamma reaktioner hos soldater i strid. En del av dessa reaktioner var specifika för stress-situationen och var vanligen av kort varaktighet men andra innebar ett återupplivande av redan existerande personlighetsproblem och krävde en mer omfattande behandling. (Shabtai Noy, Hebrew University). Ett exempel på ett sådant fall presenterades av Batya Perla, (Tel Aviv University):

En tredjeårsstudent vid universitetet som tjänstgjorde som kommunikationstekniker i Sinai under hela Yom Kippur-kriget var den första som fick underrättelse om stridsvagnar som hade träffats av robotar - stridsvagnar i vilka hans vänner hade tjänstgjort. Det fanns ögonblick då han kände att han var nära kollaps men han fortsatte.

Vid sin hemförlovnings från armén fann han att han inte kunde koncentrera sig på sina studier. Han var orolig, sov dåligt, reste omkring utan mål med buss och strövade omkring på gatorna dag och natt. När han sökte hjälp vid universitetets Counseling Center sade han att hans rastlösa tillstånd inte hade någonting att göra med kriget eftersom han inte ens hade skadats och att han bara var en "förbannad kruka". Närhelst han tänkte på att han skulle inkallas till arméreserven på nytt slogs han av panik och funderade till och med på självmord.

Under terapins gång berättade han att under Sexdagarskriget då han var gymnasist hade han arbetat frivilligt som bårbärare och beskrev mycket detaljerat sina känslor när han hjälpte en svårt bränd soldat. Senare nämnde han att hans moder hade dödats år 1948 av en bombexplosion när han var några månader gammal. Vid en tillbakablick blev den tidiga chocken av att förlora

Soldaten och kriget

Många uppgifter förde behandlingen av stridsutrustning och andra oönskade reaktioner hos soldater i strid. En del av dessa reaktioner var specifika för stress-situationen och var vanligen av kort varaktighet men andra innebar ett återupplivande av redan existerande personlighetsproblemen och krävde en mer omfattande behandling. (Själstalet Noy, Hebrew University). Ett exempel på ett sådant fall presenterades av Batya Perla. (Tel Aviv University):

En tredjeårsstudent vid universitetet som tjänstgjorde som kommunikationstekniker i Sinai under hela Yom Kippur-kriget var den första som fick understörelse om stridsvapen som hade frisläppta av robotar - stridsvapen i vilka hans vänner hade tjänstgjort. Det fanns ögonblick då han kände att han var nära kollaps men han fortsatte.

Vid sin hemförövning från armén fann han att han inte kunde koncentrera sig på sina studier. Han var orolig, sov dåligt, reste omkring utan mål med buss och strevade omkring på gatorna dag och natt. När han sökte hjälp vid universitetets Counseling Center sade han att hans röstlösa tillstånd inte hade någonting att göra med kriget eftersom han inte ens hade skadats och att han bara var en "förbannad kruk". Närhelst han tänkte på att han skulle inkallas till arméreserven på nytt spode han av panik och föredrögs till och med på självmord.

Under terapier gång berättade han att under Sexdagars-kriget då han var gymnastik hade han arbetat frivilligt som påbörare och beskrev mycket detaljerat sina känslor när han hjälpte en svårt bränd soldat. Senare nämnde han att hans moder hade dödas år 1948 av en bomb-explosion när han var några månader gammal. Vid en tillfällighet blev den tidiga chocken av att förlora

modern och associeringen till hennes dödssätt samt konfrontationen med en allvarligt skadad soldat när han var en yngling väckta till liv igen av händelserna under Yom Kippur-kriget. Efter terapin kunde han avsluta sina studier tillfredsställande och han blev övertygad om att när han på nytt blev inkallad till reserven skulle han klara av situationen.

#### Stress bland socialarbetare och beslutsfattare

En del av de känslomässiga offren för Yom Kippur-kriget var de professionella och frivilliga arbetarna själva. Så var fallet med den sjukhuspersonal som arbetade med fysiskt vanställda veteraner på en brännskadeavdelning (Beatrice Priel, Ben-Gurion University of the Negev) likaväl som med de frivilliga medarbetare som besökte familjer till soldater som förklarats saknade under strid (Yona Teichman, Yasmin Spiegel och Meir Teichman). Medarbetarnas känslomässiga engagemang var förståeligt av många orsaker däribland det uppenbara faktum att deras egna anhöriga var i samma fara som sönerna och makarna till de familjer som de arbetade med.

Alla uppsatser vid konferensen berörde inte det "lilla folket". Irving Janis (Yale University) ägnade sig åt strid-flykt-reaktionerna hos regeringsledamöterna när dessa var tvungna att fatta svåra beslut under fruktansvärd press. Han dokumenterade i detalj händelserna kring beslutet av admiral Kimmel i Förenta staternas flotta att göra absolut ingenting på kvällen före den japanska attacken mot Pearl Harbor trots fullt tillräcklig information om att en sådan attack var omedelbart förestående. Försäkrad av sina rådgivare att en sådan attack var otänkbar ignorerade han bevisen och försummade att handla. Liknande exempel kan mycket väl komma att läggas fram från israeliska statsvetare och historiker när de omsider analyserar den beslutsfattande process som föregick Yom Kippur-kriget.

modern och associationen till hennes dödsstätt samt  
koncentrationen med en allviktig skadad soldat när  
han var en yngling väckt till liv igen av händelserna  
na under Yom Kippur-kriget. Efter terrapin kunde han  
avsluta sina studier tillfredsställande och han blev  
övertygad om att när han på nytt blev inkallad till  
reserven skulle han klara av situationen.

Stress bland docentarbetare och beslutstare

En del av de känslomässiga offeren för Yom Kippur-kriget  
var de professionella och frivilliga arbetarna själva.  
Så var fallet med den sjukvårdspersonal som arbetade med  
fysiskt vansämliga vakterna på en brännstadsavdel-  
ning (Beatrice Patel, Ben-Gurion University of the  
Negev) liksom med de frivilliga medarbetare som  
besökte familjer till soldater som förklarats saknade  
under strid (Yona Teichman, Yasmin Spigol och Meir  
Teichman). Medarbetarnas känslomässiga engagemang var  
förståeligt av många orsaker däribland det uppenbara  
faktum att deras egna anhöriga var i samma fara som  
sönerna och makarna till de familjer som de arbetade  
med.

Alla uppgifter vid konferensen berörde inte det "jiddis  
folkets". Irving Janis (Yale University) frågade sig så  
strid-lykt-reaktionerna hos reseringsledningsstörens när-  
desse var tvungna att fatta svåra beslut under fink-  
rensvid stress. Han dokumenterade i detalj händelserna  
kring beslutet av admiral Kimmel i förrents staternas  
flotta att göra absolut ingenting på kvällen före den  
japanska attacken mot Pearl Harbor trots fullt till-  
räcklig information om att en sådan attack var omedel-  
bart förestående. Förskräckad av sina rådgivare att en  
sådan attack var otänkbar ignorerade han bevisen och  
föreslände ett handhavande. Liknande exempel kan mycket väl  
komma att läggas fram från flera israeliska statseverare och  
historiker när de omsider analyserar den beslutstaktan-  
de process som föregick Yom Kippur-kriget.

### Samhällets värdesystem och stress

Inflytandet från samhällets värdesystem på dess reaktioner på stress diskuterades i ett viktigt föredrag av Rollo May, den internationellt kände psykoanalytikern och författaren. Han framhöll att ju starkare grunden är för de värden, trosföreställningar och symboler hos ett folk, vilka rättfärdigar dess fortsatta existens och möjliga triumf över motgångar, desto mindre ängslan upplever folket och desto mer konstruktiva och kreativa är samhällets mekanismer att klara upp problem. Om däremot de värden, på vilka ett folk baserar sina krav på existens, förlorar sin tvingande kraft, då ökar ängslan under pressade förhållanden och samhället blir desorganiserat och riskerar att kollapsa. Han gav exempel från den grekiska civilisationen, som han känner väl och försökte inte dra slutsatser till moderna samhällen, men föreläsningen saknade inte lärdomar för lyssnarna med hänsyn till den västerländska civilisationen.

Det är människans öde att leva i en ofullkomlig värld och medan hon strävar att göra den fullkomlig att ta itu med dess ofullkomligheter. Då det gäller att klara upp problemen, tar hon i anspråk det mänskliga sinnets emotionella resurser; hon kan också utnyttja vetenskapens kunskap och verktyg. Deltagarna i konferensen var både ödmjuka och tillfredsställda att genom sina bidrag som vetenskapsmän, praktiker och medborgare få göra det bästa möjliga av det svåra läget för människorna i krig och fred.

7.

Samhällets värdesystem och stress

Inflytandet från samhällets värdesystem på dess reaktioner på stress diskuteras i ett viktigt föredrag av Rollo May, den internationellt kände psykoanalytiker och författaren. Han framhåller att ju starkare grunden är för de värden, trosföreställningar och synsätt hos ett folk, vilka rättfärdigar dess föreställningar om existens och möjliga framtida möten, desto mindre ännu upplever folket och desto mer konstruktiva och kreativa är samhällets mekanismer att lösa upp problem. Om däremot de värden, på vilka ett folk baserar sina krav på existens, förlorar sin styrande kraft, då ökar ängslan under pressade förhållanden och samhället blir desorganiserat och kräver att kollas. Han gav exempel från den grekiska civilisationen, som han känner väl och försökte inte dra slutsatser till moderns samhälle, men föreläsningen saknade inte lärdomar för lysarna med hänsyn till den västerländska civilisationen.

Det är människans öde att leva i en ofullkomlig värld och medan hon strävar att göra den fullkomlig att ta itu med dess ofullkomligheter. Då det gäller att lösa upp problemen, tar hon i anspråk det mänskliga sinnets emotionella resurser; hon kan också utnyttja vetenskapens kunskap och verktyg. Deltagarna i konferensen var både ödmjuka och tillfredsställda att genom sina bidrag som vetenskapsmän, praktiker och medborgare få göra det bästa möjliga av det svåra läget för människorna i krig och fred.

KUNGL. BIBL.  
18 MAJ 1975  
STOCKHOLM ✓