

Leva "optimistiskt" eller med sund respekt för faran?

Hans Lohmann

Människans förmåga att klara sig i en katastrofsituation, tex jordbävning, koncentrationsläger, krig och pest inger ofta respekt. Vet vi vilka förutsättningar, egenskaper och insatser som är mest betydelsefulla för att förhindra eller att överleva katastrofer?

Hans Lohmann är verksam som privatpraktiserande psykiatriker och skribent. Han har bland annat publicerat "Leva under hot – om människors beteende i katastrofsituationer" (Aldus).

Allvarlig sjukdom, i synnerhet dödlig sjukdom, innebär för den drabbade en katastrof – i det ordets egentliga betydelse: en genomgripande omvälvning förenad med fara. Allt ter sig annorlunda nu. Ingen-ting bär riktigt längre. Fotfästet är som bortblåst: Den drabbades fortsatta existens står på spel.

Katastrofer är ofta plötsliga och oväntade händelser. Oväntade är de inte sällan för att de flesta människorna har en tendens att inte i tid hörsamma – och i handling beakta – hotfulla tecken och tydliga varningar. Förebyggande åtgärder, som ofta är möjliga och kan lindra skadeverkningarna, uteblir. Och så slår katastrofen till. Plötsligt. Alldeles "oväntat".

Katastrofforskarna har med stor tydlighet visat hur svårt det är att inför hotande katastrofer nå riskbefolkningen med varningarna. Hälsovårdande insatser möter samma mur – nämligen avvärjningsbenägenheten hos dem i riskgruppen. Det är som om de allra flesta i det längsta och till varje pris(!) vill fortsätta att leva som vanligt – utan ansträngande förutseende, utan oro för framtiden.

"Visst hör man en del om cigarettrökningens faror. Men jag har ju hållit på länge utan att få besvär. Jag kan nog fortsätta. Varför skulle jag sluta?"

Den här attityden kallar katastrofforskarna "immunitetsillusionen". I det längsta bevaras den av den enskilde (för övrigt också ofta av samhället). "Det drabbar inte mig/oss. Och skulle det ändå göra det, så klarar nog i alla fall *jag* mig undan det värsta ..."

Ett överväldigande forskningsmaterial pekar på att det finns bara ett enda som verkligen effektivt bryter igenom denna inre försvarsmur: det är att bli personligen drabbad, antingen själv eller genom någon mycket närstående. Först sådana erfarenheter ger den sunda respekten för faran. Hos den nu drabbade förbyts den tidigare "immunitetsillusionen" till det forskarna kallar "centralillusionen": Varför just jag? Varför de mina? Varför skulle just vi drabbas så hårt?"

Sådana frågor ställs även av patienten och hans anhöriga när allvarlig sjukdom diagnostiseras – också när det gäller en sjukdom som hade kunnat undvikas genom bättre förutseende och vettigare livsföring.

Det finns således tydliga paralleller ifråga om individens attityder och beteenden inför hotande sjukdom och hotande katastrofer, och det alldeles oberoende av om de är oundvikliga eller självförvål-

De allra flesta vill i det längsta och till varje pris fortsätta att leva som vanligt – utan ansträngande förutseende, utan oro för framtiden.

.....

Katastrofforskarna har i experiment visat att en