

Deborah Dowd, LICSW, DPsa

The Unfreezing of Time in the Haunted Hours: A Relational Approach to Complex Trauma

By appearances, Bob seems to be living in the present. In his fifties, he is handsome, stylish, and casually dressed. He is married and has two teenage children. But within minutes of first meeting, I begin to doubt what I see. His speech is fractured, idiosyncratic, unintelligible. He shifts from past tense to present without awareness. I am often confused about what happened, when it happened, and to whom. Over time, I realize he is not internally located in the present but remains the twelve-year-old boy whose older brother killed himself. His gaze rarely meets mine. In the coming six years I will continually experience having my core sense of reality tested by his transient, fractured communications. When trauma shattered the cohesion of the self and “destroyed time” for Bob, he managed to hold himself more or less together with the help of haunting ghosts. Bob will introduce his ghosts to me, which are not abstractions but are experienced by him, and ultimately by me, as tangible presences in the room. I will often feel a need to protect myself from his (and, at times, my own) sense of disintegration. I will feel a paradoxical combination of radical otherness in him while at the same time a certain sense of shared dread.

This paper is the story of how my connection with Bob deepened as I eventually learned to honor his ghosts through access to my own dissociated memories of traumatic loss that had left a ghostly presence in its wake. I hope to show how a difficult and complex immersion into haunted worlds—Bob’s and my own—created the possibility for new relational depths and the reemergence of Bob’s creativity.

Deborah Dowd, LICSW, DPsa

Ξεπατώνοντας το Χρόνο τις Στοιχειωμένες Ώρες: Μία Σχεσιακή Προσέγγιση στο Σύνθετο Τραύμα

Φαινομενικά, ο Bob μοιάζει να ζει στο παρόν. Στα πενήντα του χρόνια, είναι όμορφος, κομψός και με χαλαρό ντύσιμο. Είναι παντρεμένος και έχει δύο έφηβα παιδιά. Αλλά μέσα σε λίγα λεπτά στην πρώτη συνάντηση, αρχίζω να αμφιβάλω για αυτό που βλέπω. Ο λόγος του είναι αποσπασματικός, ιδιότυπος, ακατάληπτος. Μετατοπίζεται από τον παρελθόντα χρόνο στο παρόν χωρίς να το αντιλαμβάνεται. Συχνά μπερδεύομαι για το τι έχει συμβεί, πότε συνέβη, και σε ποιον.

Με τον καιρό, συνειδητοποιώ ότι εσωτερικά δεν βρίσκεται στο παρόν, αλλά παραμένει το δωδεκάχρονο αγόρι του οποίου ο μεγαλύτερος αδερφός αυτοκτόνησε. Το βλέμμα του σπάνια συναντά το δικό μου. Στα επόμενα έξι χρόνια θα νιώθω συνεχώς τη βασική μου αίσθηση περί πραγματικότητας να δοκιμάζεται από όσα μου επικοινωνεί παροδικά και σπασμωδικά. Όταν το τραύμα γκρέμισε τη συνοχή του εαυτού και «κατέστρεψε τον χρόνο» για τον Bob, εκείνος κατάφερε να κρατηθεί λίγο-πολύ με τη βοήθεια φαντασμάτων που τον στοιχειωναν. Ο Bob θα μου συστήσει τα φαντάσματά του, τα οποία δεν αποτελούν αφηρημένες έννοιες, αλλά βιώνονται από τον ίδιο, και εν τέλει κι από εμένα, ως απτές παρουσίες εντός του δωματίου. Συχνά θα νιώθω την ανάγκη να προστατεύσω τον εαυτό μου από την αίσθηση κατακερματισμού του (και, μερικές φορές, κι από τη δική μου αντίστοιχη αίσθηση). Θα νιώσω έναν παράδοξο συνδυασμό δραστηκής ετερότητας μέσα του, ενώ ταυτόχρονα μια σαφή αίσθηση κοινού τρόμου.

Αυτό το άρθρο είναι η ιστορία του τρόπου με τον οποίο η σύνδεσή μου με τον Bob βάθυνε καθώς έμαθα, τελικά, να τιμώ τα φαντάσματά του μέσω της πρόσβασης στις δικές μου αποσχισμένες αναμνήσεις τραυματικής απώλειας που είχαν αφήσει μια σκιάδη παρουσία στο πέρασμά τους. Ελπίζω να αναδείξω το πώς μια δύσκολη και σύνθετη βύθιση σε στοιχειωμένους κόσμους –του Bob και του δικού μου– δημιούργησε τη δυνατότητα για νέα σχεσιακά βάθη και την επανεμφάνιση της δημιουργικότητας του Bob.