

## Døden genbesøgt – Münchhausens syndrom og digital selvskade

Essena slukkede for sin virtuelle image på alle sociale medier for at redde sin sjæl, og hun opfordrer andre til at tage deres tilstedeværelse på sociale medier op til overvejelse. Essena var heldig fordi hun på trods af sit lave selvværd, var socialt vellidt, sund, smuk og med høj grad af fornuftstænkning. Heldig fordi hun kunne vælge ligesom i filmen Matrix at tage den røde pille og blive afkoblet det virtuelle univers før det fik overtaget og ødelagt hendes liv. Som hun selv beskriver på sin hjemmeside: *"Jeg var fortabt med alvorlige problemer så smuk gemt ... Hvis noget er sandt, er det, at min afhængighed af sociale medier, min perfektionistiske personlighed og mit lave selvværd, udvirkede min karriere"*(1)<sup>i</sup>.

For dem som ikke kender Matrix handler filmen om den unge IT-mand, Neo, der vælger at vågne op fra en verden, der er skabt af et computerprogram, kaldet The Matrix, der har stimuleret hans hjerne elektronisk med virtual reality og givet ham oplevelsen af at leve et virkeligt liv (2). Hvor Essena og Neo har valgt at slukke for det virtuelle liv, så ønsker de fleste børn og unge ikke at skelne mellem et fysisk liv i virkeligheden og et virtuelt liv på internettet. De unge bekymrer sig først og fremmest om at realisere sig blandt deres venner og skolekammerater uanset platform. Om man ikke har et glamourøst liv som filmkarakteren Neo

eller er et livsstilforbillede som Essena, men blot har et helt almindelig og kedeligt liv - hvordan får man så opmærksomhed og anerkendelse? Kan man monstro også få opmærksomhed ved at sige, at man er syg eller ligefrem ved skade sig selv? Ja, medfølelse er en dyb og grundlæggende følelse som kan sikre individets opmærksomhed, omsorg og beskyttelse hos hinanden og i gruppen.

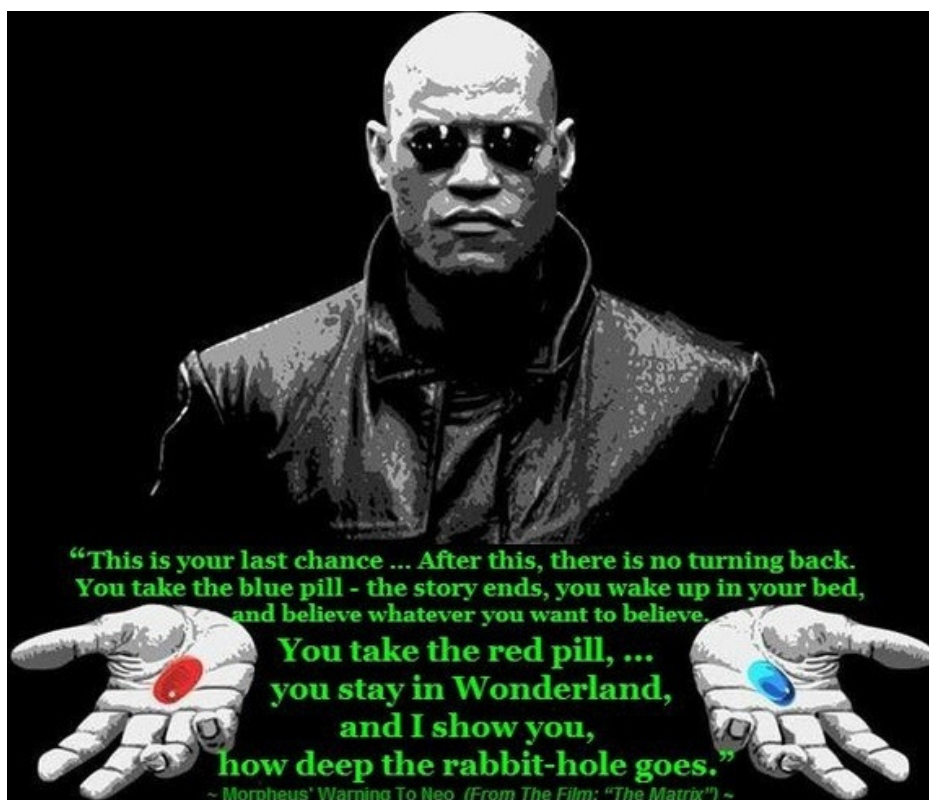


Figure 1: Morpheus giver Neo valget mellem et liv drømt væk i virtuel reality eller i det sande, men knap så glamourøse virkelighed. Fra filmen Matrix 1999 (2)

## Synålejomfruen – de 389 nåle er til dig

For at forstå tingene, må vi begynde mange år bagud med historien om synålejomfruen. Rachel Hertz (1793-1841) kom fra en velhavende jødisk købmandsfamilie og var nok ikke en skønhed, men dannet og intelligent (3). Hun begyndte som 14-årig at have smerter i maven, mathed og hovedpine forårsaget af et pudseligt stød mod underlivet og blev tilset af huslægen og dennes unge assistent Johan Daniel Herholdt. Rachel bliver indlagt på hospitalet, hvor hun fremviste en ny række uforklarlige symptomer med raseri, følelsesløshed, opkast af blod, vandladningsstop, apati (3). Rachel blev nøje fulgt og behandlet af Herholdt igennem 2 år til hun udskrives i 1810 tilsyneladende helt rask og symptomfri. Men i 1819 genindlægges den nu 26 år gamle Rachel med stærke smerter i underlivet, hvor den samme læge som tidligere, Herholdt, skulle behandle hende. Herholdt følte en stor, hård og øm knude ved Rachels underliv. Da han troede hun skulle dø, skar han et snit i huden og fandt et indkapslet fremmedlegeme, som viste sig at være en synål. Nu skulle man tro, at Rachel var reddet og helbredt, men seancen gentog sig igen og igen. I de følgende tre år fjernede Herholdt 389 nåle fra hendes krop. Herholdt søgte råd hos kollegaer og skrev om tilfældet i videnskabelige tidsskrifter. Synålejomfruen blev til en national og international berømtthed som læger og embedsmænd valfarter til. Rachel interesserede sig også for sit eget sygdomstilfælde og lærte hurtigt at læse latin, så hun kunne læse Herholdts videnskabelige skrivelser og være i dialog med ham (4).

## Münchhausens syndrom – giv mig opmærksomhed

Det var ikke kun nåle som Rachel kunne fremvise – løbende kom der nye og uforklarlige symptomer til. En dag var Rachel også blevet lam i højre side af kroppen og kunne ikke længere tale, men da hendes indtag og udskillelse af mad og drikke ikke hang sammen, var Herholdt blevet mistænkelig. Rachel blev indlagt i et privat hjem, hvor man bedre kunne holde øje med hende. Selv om hun var sengeliggende, lam og ikke kunne holde sig selv oprejst, forsvandt der sukker fra en skål fjernt fra hendes seng, når ingen andre var til stede. Og da man borede et hul i døren for at udspionere hende, kunne Herholdt se, at den patient, som han havde viet en stor del af sit liv satte sig op i sengen og brugte sin lamme krop helt uden besvær, satte sit hår og tøj og syslede rundt – før hun atter satte sig til rette i sengen. Det hele havde været et bedrag.



**Figure 2:** Baron von Münchhausen - tysk adelsmand som underholdte sine gæster med de mest utrolige beretninger fra sit liv.

Historien om Rachel er det første velbeskrevet danske tilfælde af Münchhausens syndrom – at behovet for opmærksomhed, sympati og omsorg er så stærkt, at man påfører sig selv skade for at få det. Syndromet i denne moderne forståelse blev første gang benævnt og beskrevet i 1951 af engelske Læge Richard Asher (5) og er opkaldt efter Baron von Münchhausen – en tysk adelsmand som underholdte venner og bekendte med de mest utrolige beretninger om sit liv – beretninger som gav lytternes opmærksomhed, men som bestemt ikke var sande. Med internettets fremkomst gentager Rachels historie og Münchhausens syndrom sig i nutiden, men i to retninger.

## Münchhausen by internet og by proxy

Den ene retning er dem som får opmærksomhed ved at opfinde og fortælle en fatal sygdomshistorie på internettet – de mest kendte eksempler er australske Belle Gibson med sin livsstils app 'the wholepantry' og danske 'Clara Maria' med bloggen Kemoland som begge bedrog mange tusinde mennesker på internet med fortællingen om deres cancersygdom (6) – Hverken Belle Gibson eller 'Clara Maria' havde nogen cancersygdom eller var ved at dø, men deres higen efter opmærksomhed eller medfølelse fik dem til at opfinde og fortælle om deres sygdom – og de fik hvad de ønskede – opmærksomhed. Fænomenet er døbt Münchhausen by internet af den amerikanske psykiater Marc Feldman i hans artikel fra 2000 (7,8). I Feldmans artikel beskriver han sine erfaringer fra sin klinik. En person havde skrevet ind til patientforummet for lungesygdommen cystisk fibrose, at hun var døende og blev passet hjemme af sin søster Amy og hendes drøm var at dø på en strand. Det udløste mange medfølelse kommentarer i patientforummet. Amy fulgte så op på tråden, med at søsteren nu var dø, men at hendes ønske blev opfyldt. Bestemte stavfejl og beskrivelsen af transporten af søster til stranden uden iltflaske virkede forkert for de rigtige patienter med cystisk fibrose og de skrev på forummet at tingene ikke stemte. Personen indrømmede, at hun havde fundet på historien og hånede efterfølgende forummet for deres godtroenhed (9). Den danske hjerneforsker Milena Penkowa udviste i sagen om forskningsbedrag også symptomer på Münchhausens syndrom by proxy – Penkowa løj at hendes mor og søster var døde i en bilulykke, selvom begge var og er lyslevende (10). Higen efter opmærksomhed og medfølelse er i disse tilfælde patologisk.



Figure 3: På internettet, ved ingen at du er en hund. Tegning af Peter Steiner, 1993

## Digital selvskade på internettet

Den anden retning er dem som får opmærksomhed eller medfølelse, ved at sige eller gøre onde ting mod sig selv på internettet. Fænomenet kaldes for digital selvskade og handler om, at sårbare unge opretter falske profiler på sociale og anonyme medier, som Instagram, MySpace, 4chan, Ask.fm og RoastMe, hvorfra de skriver nedgørende og destruktive beskeder rettet mod dem selv. Fænomenet er helt nyt, men vi kan prøve at forstå hvorfor børn og unge gør det. Ved den traditionelle form for selvskade handler det om at få forvandlet den psykiske smerte og selvhad til en fysisk smerte, som for de unge, er nemmere at forholde sig til (11). Men ved digital selvskade bliver den psykiske smerte ikke omsat til fysisk smerte, men iscenesat til verbale angreb på sig selv på internettet. Den indre og smertefulde selvforståelse bliver gjort synlig og kan dermed være lettere for de unge at forholde sig til. Det sekundære formål med selvangrebet er, at teste hvordan den rigtige omverden reagerer – vil omverdenen reagere beskyttende og give 'likes' og omsorg til ofret eller vil omverdenen reagere med at bekræfte at ofret fortjener at blive angrebet. Begge dele giver den unge den opmærksomhed og kontakt som han eller hun higer efter - at få skabt dialog om hvem den unge er og om hvor meget eller hvor lidt den unge er elsket og har krav på medfølelse, beskyttelse og omsorg. Men ikke altid lykkes det at få skabt det ønskede rum til dialog.

## Svar mig – er jeg grim, uduelig og uelsket?

Et tragisk eksempel er den engelske teenager, Hannah Schmith, som begik selvmord efter at være blevet udsat for grov digital mobning. Anonyme mobbere havde gennem et år sagt hun var grim, en luder, nytteløs og det var bedre om hun gjorde selvmord eller hendes moder dræbte hende (12). Faderen og senere offentligheden inklusiv den engelsk premierminister David Cameron krævede sitet, ASK.fm, som tillod mobningen, lukket og et væld af sympati-tilkendegivelser blev givet på nettet. Men ved politiets undersøgelse fandt man efterfølgende frem til, at det var Hannah havde skrevet angrebene mod sig selv ved brug af forskellige falske profiler på ASK.fm. Hvorfor i alverden vil en ung teenager iscenesætte angreb på sig selv og så ende med at gøre selvmord – i tilfældet med Hannah uploadede hun et billede dagen før selvmordet på internettet som ganske banalt sagde sandheden – hun ville gerne reddes (13). Men desværre fattede ingen i Hannas omgivelser at de iscenesatte angreb var hendes råb om hjælp.

- Hannah skrev til Hannah: *“Du er så grim, at hvis du døde, ville (wuld) alle være glade”*<sup>ii</sup>
- Hannah svarede: *“Ja, måske er jeg grim, men du har en grim personlighed, når du fortæller andre at de skal dø. Og forresten har du brug for en ordbog, søde”*.<sup>iii</sup>
- Hannah skrev til Hannah: *“Du skulle gøre selvmord, ingen ville bekymre sig om, at du døde, din idiot”*.<sup>iv</sup>
- Hannah svarede: *“Wow, Til din orientering, så har jeg forsøgt selvmord før, og ja, jeg ved jeg er grim, så det er unødvendigt at du siger det. Hvordan ville du have det, hvis jeg gjorde selvmord på grund af*

*din besked? Så hvis du ønske at nedgøre mig, så skriv det til min mail, sig det direkte til mig eller stop med at være anonym.”<sup>v</sup>*

Hanna Smith gjorde selvmord fredag d 2. august 2013. Døden på Instagram var virtuelt for den smukke, rige og begavede Essena, men blev for den knap så heldige Hanna reel. Hanna led også som Essena under usikkerhed og lavt selvværd og ønskede hun var god til noget, at nogle syntes om hende og elskede hende. Men Hanna kunne ikke selv gennemskue hvordan hun kunne få opbygget en livsduelig livsverden og der ingen som hørte hende sidde i den varme stol og som kunne svare på alle de tanker som faredede rundt i hendes hoved.

Der var ingen venner eller familie som reagerede i tide. En undersøgelse fra institut for selvmordsforskning viser, at de unge som udviser

selvskadende adfærd også er dem som har meget høj aktivitet på Facebook (14). Det er egentlig ikke så paradoksalt – føler du manglende tilhørsforhold til fællesskabet, jo mere du søger elektronisk fælleskab og accept på Facebook, men jo mindre tid har du at opbygge fællesskaber og accept, omkring reelle evner og kvaliteter du er glad for eller føler dig god til.

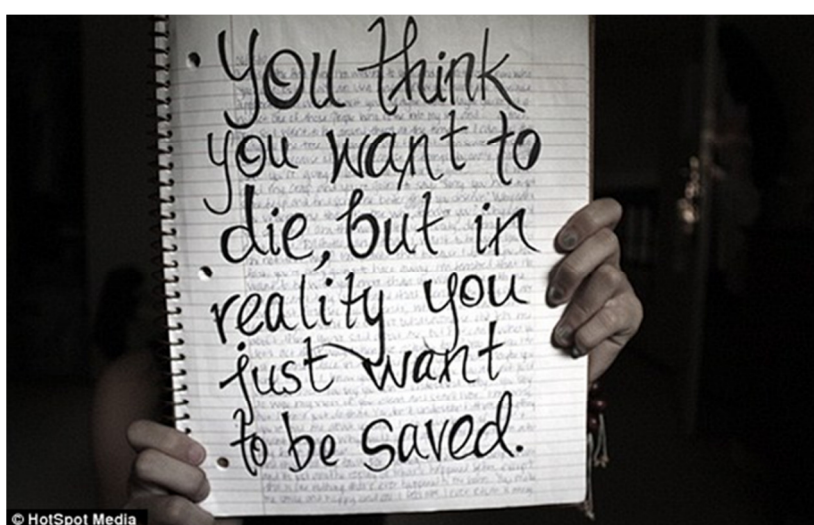


Figure 4: Hannah oploADED dette billede på internettet om torsdagen dagen før hun gjorde selvmord (13).

## Hvad vil fremtiden vise

Det er et grundlæggende psykologisk behov hos unge at finde ud af hvem de selv er, afprøve sig selv i gruppen og justere sin identitet og sin rolle ud fra gruppens respons – uanset om det sker på fodboldbanen, i klasselokalet eller på internettet. Digital selvskade er en blandt mange måde at finde ud af sig selv og er helt overset som psykologisk fænomen. I en undersøgelse fra 2012 i USA fandt Elizabeth Englander, at ud af undersøgelsens 600 universitetsstuderende på Massachusetts havde 9 % udført mobning af sig selv på internettet. Heraf gjorde 23 % det månedligt. Hendes studie viste, at de studerende angav tre væsentlige årsager til deres handling med digital selvskade: et råb om hjælp; at fremstå sej, når man tålte at blive nedgjort og kritiseret; og at andre skulle bekymre sig om en. Den digitale selvskade handler således ikke kun om at gøre selvskade, men også om et slags rollespil. Et digitalt rollespil, hvor de unge i mangel af reel kontakt med mennesker i de nære fysiske omgivelser prøver at udtrykke og bearbejde en række følelser

og tanker som de tænker om sig selv – er jeg pæn nok, er jeg sej nok og er jeg elsket af nogen? – angsten for ikke at være accepteret eller blive udstødt af gruppen er altid et kerneomdrejningspunkt.

## Internettet står parat til at blive de nye omsorgsgivere

Den evolutionære gode proces med at omsorgsgivernes sunde adfærd i det interpsykiske rum opbygger barnets sunde intrapsyke rum er under stadig pres. Forældre har mindre tid, overskud eller evner til at være nærværende for deres børn og lære dem at blive voksne – så børnene overlades til dem selv og internettet. Man kan dermed sige, at dannelsesprocessen har skiftet retning – barnets uopbygget og søgende intrapsyke rum giver anledning til, at barnet bevæger sig alene ud i det virtuelle rum for at finde dem eller det som kan hjælpe barnet til at opbygge sig selv. Måske lykkes det barnet at påkalde sig nogle omsorgsgiveres opmærksomhed. Men oftest er den stærkest eller den eneste omsorgsgiver ude på internettet industrivirksomhederne som om nogen forstår at forvandle børn og unges søgen til gode indtjeningsmuligheder. Derfor vil vi fremover se en stigning i omtalen og accepten af hvor godt, gavnligt og opbyggeligt det er at fx at være gamer – ja, industrien har meget intelligent valgt at markedsføre spil på nettet som E-sport – selvom computerspil ikke indbefatter fysisk bevægelse, men blot fastholder de unge at blive vedvarende adfærdsbelønnet af den sundhedsskadelige siden stille foran skærmen. Dem som ikke bliver dygtige gamere – hvad med dem? Ja, de vil søge lykken i andre elektroniske fællesskaber, heraf nogle fællesskab, vi voksne vil sige, er mørke og mentale usunde fællesskaber. Vi kommer allene fremover til at forholde os til nye mekanismer omkring hvordan identitetssøgende unge prøver at danne sig selv og skabe et gruppetilhørsforhold på internettet.

## Litteratur

1. Lauren O. Teen Instagram star Essena O'Neill hailed as a "revolutionary" for quitting social media. CBCnews [Internet]. 2015 Nov 4; Available from: <http://www.cbc.ca/news/trending/instagram-essena-o-neill-social-media-isn-t-real-1.3302045>
2. Wachowski L, Wachowski L. The Matrix (1999) [Internet]. Box Office Mojo; 1999. Available from: <http://www.boxofficemojo.com/movies/?id=matrix.htm>
3. Michelsen K. Synålejomfruen og lægevidenskabens menneskeopfattelse. Munksgaard ; 1989. 199 p.
4. Rachel Hertz. In: Wikipedia, den frie encyklopædi [Internet]. 2016. Available from: [https://da.wikipedia.org/wiki/Rachel\\_Hertz](https://da.wikipedia.org/wiki/Rachel_Hertz)
5. Asher R. MUNCHAUSEN'S SYNDROME. Lancet. 1951;257(6650):339–41.
6. Cramon AK. "Kemoland" - en løgnehistorie. Politiken.dk [Internet]. Jun; Available from: <http://politiken.dk/debat/kroniken/ECE2755697/kemoland---en-loegnehistorie/>

7. Feldman MD. Munchausen by Internet: detecting factitious illness and crisis on the Internet. South Med J [Internet]. 2000 Jul;93(7):669–72. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10923952>
8. Pulman A, Taylor J. Munchausen by Internet: Current Research and Future Directions. J Med Internet Res [Internet]. 2012 Aug 22;14(4):e115. Available from: <http://www.jmir.org/2012/4/e115/>
9. FELDMAN MD. Munchausen by Internet. South Med J [Internet]. 2000 Jul;93(7):669–72. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10923952>
10. Ritzau. Hjerneforsker løj sin mor og søster døde i ulykke. www.bt.dk [Internet]. 2011 Feb 3; Available from: <http://www.bt.dk/krimi/hjerneforsker-loej-sin-mor-og-soester-doede-i-ulykke>
11. Årsager til at unge skader sig selv — Faktalink [Internet]. Available from: <http://www.faktalink.dk/titelliste/selvskade-blandt-unge-piger/arsager-til-at-unge-skader-sig-selv>
12. Dolan A, Robinson M. Schoolgirl Hannah Smith “trolled to death” by bullies on Ask.fm website | Daily Mail Online. 2013; Available from: <http://www.dailymail.co.uk/news/article-2384866/Schoolgirl-Hannah-Smith-trolled-death-bullies-Ask-fm-website.html>
13. David Cameron tells Ask.fm to “clean up its act” after Hannah Smith suicide | Daily Mail Online [Internet]. Available from: <http://www.dailymail.co.uk/news/article-2386604/David-Cameron-tells-Ask-fm-clean-act-Hannah-Smith-suicide.html>
14. Zøllner L, Rask L, Konieczna A. Selvskadende adfærd blandt unge mellem 13-19 år, Del 2, Sociale medier, søvn og mistrivsel [Internet]. Center for Selvmordsforskning. Center for Selvmordsforskning; 2013. Available from: <http://www.vioss.dk/web/uploads/Selvskadende-adfaerd-blandt-unge-mellem-13-19-ar.-Del-2.-Sociale-medier-søvn-og-mistrivsel.pdf>

---

<sup>i</sup> “I was lost, with serious problems so beautifully hidden ... If anything my social media addiction, perfectionist personality and low self-esteem made my career”

<sup>ii</sup> “u ugly f\*\*\* go die evry1 wuld be happy.”

<sup>iii</sup> “yes, I may be ugly, but you obviously have an ugly personality to tell people to 'go die'! oh and btw i think you may need a dictionary love”

<sup>iv</sup> “U should commit suicide. no1 would care if ya died u cretin”

<sup>v</sup> “wow, well for your information I've tried committing suicide before, and yes I know I'm ugly no need to tell me” “How would you feel if I did commit suicide because of this? So if you want to give me hate then either inbox me, say it to my face or come off anon!”