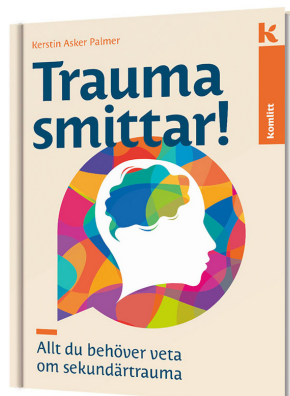


Bokanmälan
Bokanmeldelse

Peter Andersson
Stockholm



I mötet med en annan människa

En diskuterande recension av *Trauma smittar! Allt du behöver veta om sekundärtrauma* och *Att förstå sin egen utsatthet - stöd för professionella i människovårdande yrken*.

Arbetet som psykoterapeut innebär ovillkorligen ett möte med en annan person. Inte alltför sällan handlar det om att lindra en annans lidande. Arbetet medför följaktligen en position där kunskap om en annans människas inre och yttre liv ska förvaltas. Psykoterapeuten är den person som bör veta hur lidandet skall lindras – ofta hamnar man i rollen som någon form av ”expert” på *andra* människors lidande och inre liv. Men hur ofta tänker man på och hur ofta och talas det om hur psykoterapeuten själv påverkas av alla möten med patienter? I handledningssituationer hamnar fokus alltför ofta på patienten och i de kollegiala samtalen är det också patienten som brukar få en framskjuten roll. Kanske fastnar vi alltför ofta i motöverföringskänslor präglade av frustration – att vi vill lösa något, istället för att förstå. Att sätta psykoterapeuten/behandlaren i första rum-

met är någonting som Kerstin Palmer gör i boken *Trauma smittar* (2019), liksom Jakob Carlander och Andreas Wedeen i boken *Att förstå sin egen utsatthet*. Kanske är den senare för bred och den första för smal i de utgångspunkter författarna har valt vad gäller påverkan.

Överföring och motöverföring är vedertagna psykoterapeutiska och analytiska begrepp och motöverföring kan sägas handla om alla de känslor, medvetna såväl som omedvetna, som väcks hos oss psykoterapeuter i kontakten med patienter. En implicit utgångspunkt i de två böckerna hämtas från motöverföringsbegreppet – det vill säga vi påverkas i mötet och den gängse förklaringen/förståelsen av påverkan plockas upp genom uppmärksamhet på sin motöverföring, på egen hand, med hjälp av kollegor eller i handledning. Det som dock skönjs i böckerna är att författarna inte anser

att motöverföringsbegreppet räcker. Det behövs ytterligare begrepp för att förklara vad som händer med oss i samtalet. Eller?

Palmer skriver om sekundär traumatisering, medan Carlander och Wedeen skriver om existentiell utsatthet (etisk stress). På ett sätt tangerar böckerna varandra, men egentligen skriver de om olika fenomen. Carlander och Wedeens bok är mer allmänt hållen och riktar sig till flera olika professioner utöver psykoterapeuter, som socialarbetare och annan behandlingspersonal, medan Palmer tydligt riktar sig till psykoterapeuter som arbetar med patienter som uppvisar en traumaproblematik.

Palmers bok består av fem delar, med sammantaget 21 avsnitt. Boken är i ganska stor utsträckning deskriptiv samt med karakteristika ”gör så här”. Å ena sidan kan det ibland vara skönt att få lite handfasta råd, å andra sidan kväver det den kreativa förmågan att tänka vidare själv. Avsnitten som explicit berör påverkan är viktiga och de kan vara till hjälp – samtidigt berörs inte balansen mellan normalisering och patologi på ett tydligt sätt, i vilket jag tänker att författaren har ett visst ansvar. Det diskuteras ej hellre nämnvärt att det ska föreligga en tydlig diagnostisering av patienten (PTSD) om den behandlande psykoterapeuten själv ska resonera i termer av sekundär traumatisering eller vikarierande traumatisering. Utifrån detta finns det sannolikt en risk att ytterligare begrepp utarmas. En stor behållning med Palmers bok är dock den oerhörda närhet hon har till behandlingskontexten, då boken består av en mängd korta och lite längre intervjuutdrag. Det skapar en närvaro till situationen, samtidigt som terapeuter vilka inte arbetar med denna problematik riskerar att avskräckas från att i framtiden kanske göra det.

Palmers bok riktar sig följaktligen till dem som dagligen på olika sätt kommer i kontakt med patienter som har varit med om tydliga trauman. Det kan handla om våld, tortyr, kriminalitet eller andra former av olyckor. I detta är boken tydligt definierad. Det är som en liten handbok psykoterapeuten kan ta fram och bläddra i när denne stött på patrull och kanske letar efter en förklaring. Till exempel klargörs skillnaden mellan stress och sekundär traumatisering. Men boken leder inte i någon större utsträckning till ett fortsatt reflekterande. Ett sätt att ändra på det, med tanke på bokens karaktär, skulle kunna vara att ge läsaren scenariofrågor

efter varje kapitel att själv eller i grupp fortsätta att reflektera kring. Annars finns det risk för att den tystnadskultur som Palmer så fint sätter fingret på ändå blir kvar.

En stor nytta med boken är att ämnet – psykoterapeutens påverkan – berörs, det vill säga den egna påverkan, men författaren kunde i detta ha lagt ner ett bredare arbete på att hjälpa alla dem som möter olika former av trauman med att få sina röster hörda. Till exempel behöver den individuella påverkan lyftas till en organisationsnivå, och det görs ett försök till det i bokens nästa sista del. Men avsnittet faller lite platt, till exempel hade det varit en poäng att hämta in röster från chefer och ledning. Två olika perspektiv kunde ha mötts, det är ofta i en sådan dynamik som utveckling sker. Nu finns det en risk att det skapas en ”vi mot dom”-kultur, vilket jag inte tror var författarens intention. Ytterligare ett avsnitt som jag tänker kräver breddning är det om ”resiliensanalys” som ligger med som en bilaga. Avsnittet kräver förtydligande och fördjupning eftersom olika skalor presenteras och visst kan de göra saker överskådliga för oss, men det finns också en risk för att saker förenklas. Det här är ett viktigt ämne och det ska inte förenklas, snarare ska vi fördjupa oss.

Carlander och Wedeens bok riktar sig till en bredare publik och de skriver om ”kontaktyrken” som kan, som det verkar, vara lite vad som helst, men det innefattar att man på daglig basis har möten med andra människor. Denna bok följer Palmers bok i det att den är övergripande och ganska platt, dock ska det sägas att boken riktar sig till personer under utbildning, vilka kanske inte har någon lång yrkeserfarenhet och då ger boken en lättillgänglig introduktion till hur mötet med en annan människa kan påverka en själv. Bortom deskriptiva beskrivningar av parallellprocesser, sekundärtrauma, PTED (risk för egen bitterhet), mentalisering, utmattning, depression, utbrändhet, copingstrategier, finns ett viktigt budskap i boken. De skriver om att vi behöver bli vän med vår utsatthet och brist. Jag tänker att det handlar om att öppna sig inför alla de olika känslor, tankar och impulser som karakteriserar ett samtal. Bokens titel ”att förstå sin egen utsatthet” väcker hopp, men jag vet inte om jag förstår min utsatthet på något djupare plan efter att jag läst boken. Även här finns likheter med Palmers bok, titt som tätt smyger sig lite råd och tips in vilket ter sig motsägelsefullt när det är

en utökad förståelse de önskar förmedla, inte berätta hur saker och ting är.

Båda böckerna kan fungera ypperligt i en handledningskontext, där en grupp kollegor läst enskilda kapitel som sedan diskuteras ihop, eller i utbildningssammanhang. Att läsa böckerna på egen hand utan en efterföljande diskussion gav mig inte så mycket ny förståelse. Det är tveksamt om dessa ”nya” begrepp är till någon hjälp. Varför inte fördjupa och utveckla vår kunskap vad gäller mötöverföring? Begreppet har ändå utvecklats sedan ”*Råd till läkaren*” skrevs 1912.

Referenser

- Carlander, J. & Wedeen, A. (2019). *Att förstå sin egen utsatthet – stöd för professionella i människovårdande yrken*. Stockholm: Liber AB.
- Freud, S. (1912). Råd till läkaren vid den psykoanalytiska behandlingen. *Samlade skrifter VIII ss. 139-153*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Palmer, A.K. (2019). *Trauma smittar! Allt du behöver veta om sekundärtrauma*. Helsingborg: Komlitt AB.



Peter Andersson

Socionom, legitimerad psykoterapeut, doktorand i socialt arbete, Stockholms universitet. Kandidat i Svenska psykoanalytiska föreningen.

peterandersson8@gmail.com