

Udfordringer i flygtningearbejdet

Af Frank Vestergaard Olsen, psykolog



”En god vandrer efterlader ikke spor” (Lao Tse)

Ovenstående citat fra Lao Tse kunne tjene som overskrift på det ideelle behandlingsarbejde. Behandleren deltager i klientens liv i et stykke tid, alene med det formål at gøre klienten uafhængig og selvhjulpent. Det ligger også i citatet, at det så vidt det er muligt sker ved at understøtte klientens egne ressourcer. Forholdet medfører således en personlig vækst for klienten, der bliver stærkere i mødet med livets fremtidige udfordringer.

Helt så enkelt går det ikke, når klienten er traumatiseret. Traumatiserede klienter stiller langt dybere spørgsmål til de grundlæggende livsbetingelser, end mennesker der ikke har været truet på egen grundlæggende sikkerhed og tryghed gør. Så selv om den gode behandler bestræber sig på ikke at sætte sig spor, så er det ikke sikkert at det samme gælder for klienten. Klienterne sætter sig tværtimod dybe og varige spor i behandleren, der i mødet ikke kommer uden om at stille vigtige og dybe spørgsmål til sin egen eksistens. Hvis det går godt, går behandleren beriget og styrket ud af forholdet. Hvis det derimod ikke lykkes, risikerer behandleren at blive overvældet af den samme hjælpeløshed og forvirring, som præger de traumatiserede klienter, han er sat til at hjælpe. Han bliver traumatiseret på anden hånd, eller – som nogen foretrækker at kalde det – traumatiseres sekundært, og risikerer at brænde ud.

De fleste behandlere er i stand til at integrere selv ret dybe udfordringer af deres egen grundlæggende tilværelsestolkning uden at slippe mål og med i deres egen tilværelse af syne. Det kan endog være ret berigende på et vikarierende plan at blive konfronteret med den grunderfaring, at livet ikke varer evigt, men kan afsluttes når som helst. De færreste af os får jo chancen for at føre konsekvensen af den chokerende indsigt ud i vores liv, før det dybest set er for sent.

Den største udfordring ligger da heller ikke her, men i at behandlere i daglig omgang med traumatiserede klienter kommer i kontakt med den lidelse, isolation og hjælpeløshed, der er grunderfaringen i den traumatiserende oplevelse.

Hvor den primært traumatiserede klient er blevet overvældet af en ydre begivenhed med traumatisk effekt, risikerer behandleren at blive traumatiseret sekundært af sin

indføling i den lidelse og hjælpeløshed, det har givet anledning til for klienten, og af det samtidige krav om at kunne ændre på den eksistentielle lidelse, der er ledsagefænomen til den direkte erfaring med livets - og verdens - usikre og utrygge beskaffenhed.



"De blideste ting i verden – overkommer de hårdeste ting i verden" (Lao Tse)

Effektundersøgelser af den psykoterapeutiske behandlingsmetode tyder på, at metodens fornemste virkemidler ligger i den personlige kontakt og i behandlerens evne til at være empatisk og nærværende tilstede i mødet med klienten. Spørger man klienterne selv - og navnlig de, der er blevet traumatiseret af andre - svarer de samstemmende, at det er kontakten og respekten for deres lidelser, der har været det mest afgørende for deres vilje og evne til at genvinde tilliden til sig selv, verden og andre mennesker, efter at disse grundforudsætninger er blevet kraftigt udfordret af de mørkere sider af menneskelig eksistens og samvær.



"At lære uden ord og arbejde uden at udrette noget, dette forstår kun få" (Lao Tse)

Den almindelige, mellemmenneskelige medfølelse, der åbenbart er mest effektiv i behandlingsarbejdet, er imidlertid også det, der udsætter behandleren for den største risiko for at blive belastet af arbejdet med traumatiserede klienter. Der er nemlig grænser for, hvor megen lidelse og hvor megen hjælpeløshed selv den bedste behandler kan være indirekte vidne til, før det begynder at rykke nervøst i behandleren selv for at gøre noget ved situationen. Det mest belastende er nemlig at blive sat i en situation, hvor dem man er sat til at hjælpe lider, uden at man kan gøre noget for at ændre det. Dermed står behandleren i umiddelbar fare for at blive overvældet af den samme type hjælpeløshed, der præger den traumatiserede klient, og konfronteret med det, fristes behandleren til enten at handle på klientens vegne eller finde udveje for at undslippe den belastende kontakt.



"Harmoni imellem ro og bevægelse holder tingene i universet på plads" (Lao Tse)

Klienter der har oplevet livet direkte eller indirekte truet, uden at deres medfødte eller tillærte færdigheder har kunnet gøre så meget for at afværge truslen, efterlades med en meget virkelig og fysisk fornemmelse af, at faren fortsat er allestedsnærværende og akut tilstede. Klienten løber eller kæmper med andre ord fortsat for livet, og for behandleren er det afgørende ikke at løbe med. Hvor den primært traumatiserede klients nervesystem er blevet overvældet af en enkeltstående begivenhed, risikerer behandleren at få sit nervesystem overvældet af den gentagende stress der opstår, når klienterne reagerer på aktuelle belastninger, som om livet fortsat står på spil med et tilsvarende krav om øjeblikkelig og hurtig hjælp.

Med den gentagende alarmering risikerer behandleren at få sit eget nervesystem adapteret til en kronisk forhøjet stresstilstand, med en øget sensibilitet og svigtende evne til dyb ro og afspænding til følge.

Arbejdet med klienter, der står på kanten af eksistensen, rummer på mange måder en intensitet, der kan være svært forførende. For klienterne er den tidligere trussel på livet blevet den vigtigste enkeltfaktor der styrer deres liv, og behandleren kan pludselig befinde sig i en situation, hvor arbejdet er blevet den vigtigste enkeltfaktor, hvorom hans eget liv drejer sig, og for hvilket han alene brænder. Men dermed risikerer han netop også at brænde ud ved sit eget engagement.

Indfølelsesbelastning er en akkumuleret og snigende proces, der forløber over tid. Og som regel er behandleren den sidste der opdager, at han er belastet. Som regel er det ægtefællen, kollegerne eller vennerne der registrerer det, når behandleren udtynder sine sociale kontakter, fordi menneskeligt selskab er blevet en belastning.

Selvom personlige og professionelle strategier kan være med til at forebygge belastningerne i arbejdet, er det vigtigt ikke at individualisere symptomerne på indfølelsesbelastning, men anerkende, at det er arbejdets særlige beskaffenhed, der belaster behandlerne. Gør man ikke det, risikerer man at hænge budbringeren i stedet for at lytte til det væsentlige budskab, som i al sin enkelthed lyder, at arbejdet påvirker alle der kommer i berøring med det dybt og varigt. Den uskyldighed der ligger i, at ulykker altid rammer naboen og at naboer altid vil én det godt, er for altid tabt. Det er en ødelæggende førstehåndserfaring og belastende at bevidne på anden hånd.

Indfølelsesbelastning er på denne måde et fælles anliggende, som alle der har med området at gøre har et gensidigt og kollektivt ansvar for at tage vare på. De, der skal tage vare på andre, har nemlig først og fremmest brug for at blive varetaget selv, imens de gør det.



*”Det, der kan modtages, må først blive givet”
(Lao Tse)*

Fra forskning i udvikling af PTSD ved man, at de personer der klarer sig bedst efter en belastning med traumatisk effekt, er de der har adgang til umiddelbar og langvarig social støtte og omsorg. Som regel vil det sige familien. Familier, der lykkes med at rumme højspændte familiemedlemmer i kortere eller længere tid, udmærker sig ved at anerkende årsagen til problemet uden at benægte det eller afvikle det besværlige familiemedlem på spidsfindige måder. Familienetværket har desuden en høj tolerance over for intense følellestilstande, og der er tid og overskud til at afvikle de forstyrrelser, hændelsen har givet anledning til, sammen med det familiemedlem der er blevet forstyrret af hændelsen, uden at gøre det til et spørgsmål om at placere skyld og ansvar eller vurdere rimeligheden i de kraftige reaktioner. Familier, der klarer opgaven godt, har med andre ord en ret veludviklet sans for frit og respektfuldt samvær præget af gensidig tillid frem for af konkurrence, rivalisering og uigennemskuelige magtkonstellationer.

Oversat til et organisationsplan vil det sige, at institutioner, der har behandling af traumatiserede klienter som væsentligste opgave, anerkender arbejdets potentielt sekundære traumatiske effekt på medarbejderne og indretter sig derefter.

Organisationen må – ligesom velfungerende familiesystemer – have en høj tolerance over for de intense følelsetilstande, der er ledsagefænomen til indholdet i arbejdet uden at benægte kilden eller personificere forstyrrelsen. Organisationens må finde måder at rumme følelsesintensitet på, ifald det ikke skal leves ud på uforudsigelig og kreativ vis i organisationen af medarbejdere på skift.

I familier der med held formår dette, hersker der en ret udstrakt grad af indbyrdes tolerance over for selv ret store følelsesudsving hos hinanden, og kilden til forstyrrelsen opfattes som legal og reelt vedkommende for alle. I en organisation skal dette reflekteres ved, at der afsættes den nødvendige tid til, at medarbejdere med direkte klientkontakt kan mødes i et kravfrit og ikke dømmende samvær, der alene tjener det formål at rumme og perspektivere hinandens reaktioner på behandlingsarbejdet, og om nødvendigt støtte hinanden med konkret hjælp og aflastning, hvis nogen i en periode er for belastet uden at have opdaget det selv. Hvorledes behandleren siden hen skal gå professionelt til værks over for klienten, er et oplæg til den supervision, der er en forudsætning for kvaliteten i alt behandlingsarbejde.

Når man arbejder med andres magtesløshed og mangel på kontrol, er det nødvendigt, at behandleren selv har magt og kontrol over situationen. Ud over jævnlig supervision er efteruddannelse og vedligeholdelse af grunduddannelsen derfor en forudsætning for den personlige og professionelle sikkerhed der kræves, når klienternes hjælpeløshed sætter de personlige og professionelle grænser under pres.

Endelig skal der ske en afvejning af, hvor meget man kan eksponere medarbejderne til direkte klientkontakter i forhold til andre arbejdsopgaver. Vekslede arbejder er en væsentlig forebyggende indsats imod indfølgingsbelastning og risiko for udbrændthed – forudsat at det foregår inden for realistiske rammer og ikke bliver kilde til yderligere belastning.



”Gør noget ved tingen før den indtræffer. Skab orden før forvirring indtræffer”(Lao Tse)

Traumebehandling handler om, at klienterne genfinder troen på en værdifuld tilværelse, selv om den har sine grusomme øjeblikke og kan være forbi i næste nu. Det er ikke en erkendelse, der kan dosseres udefra, men behandling kan facilitere processen. Blandt andet ved at trække klienterne ud af deres mere eller mindre selvvalgte isolation og ind i det almenmenneskelige selskab igen, selv om deres oplevelser ligger ud over den almenmenneskelige erfaring og fatteevne.

Behandlingen er dermed også en indirekte forvisning til klienterne om, at de fortsat er ligeværdige medlemmer af kollektivet med ret og råderum over egen tilværelse, selv om livets iboende usikkerhed eller undertrykkende regimer for en tid – eller permanent - har overbevist dem om det modsatte. Dette aspekt er særlig fremtrædende med traumatiserede flygtninge og torturoverlevende.

Bestyrkelsen af klienternes ret til at eksistere og bestemme over deres eget liv kan imidlertid ikke gives i en snæver behandlingsmæssig kontekst alene. Det kræver såvel kulturel som samfundsmæssig opbakning, og hvis den udebliver, så er der en del af behandlingen, der ikke bliver varetaget. De sociale aspekter af traumets grunderfaring kommer nemlig til at stå uimodsagt eller bekræftes måske ligefrem af den aktuelle politiske virkelighed, som klienten indgår i. Behandlingen undsiges dermed på afgørende punkter af den virkelighed den udfolder sig i, og det belaster både klienterne og behandlerne.

Uden en helhjertet opbakning fra det politiske system, er det *behandlingsområdet*, der brænder ud.