

## Om betydelsen av att bli lyssnad på

**På POMS, Habiliteringspsykologernas konferens i oktober föreläste de engelska psykologerna Mark Haydon-Laurelet och Henrik Lynggard om hur ett systemiskt förhållningssätt kan vara till glädje och nytta i arbetet med personer med intellektuella funktionsnedsättningar.**

De inleder föreläsningen med att berätta om Dan, som har en intellektuell funktionsnedsättning och bor i en gruppboendestad. Där är han populär bland flickorna eftersom han är både stilig och välbyggd. Men en dag kommer Dan tillsammans med chefen för gruppboendet Jessica, till Mark Haydon-Laurelet, som är psykolog och systemisk familjeterapeut. De kommer för att få hjälp eftersom personalen på gruppboendet är bekymrad över Dans aggressiva och hotfulla beteende.

Tillsammans sätter sig Mark, hans medhjälpare Dorothy, Dan och Jessica i ett rum och börjar samtala. Mark ställer frågor till Dan, men i stället för att svara vänder sig Dan villrådigt till Jessica som svarar i hans ställe. Efter ett tag märker Mark att både han själv och Dorothy vänder sig direkt till Jessica med sina frågor. Ingen ser eller lyssnar på Dan och samtalet leder ingen vart. Mark frågar då om Dan och Jessica vill pröva ett annat samtalssätt - och det vill de.

Mark placerar sin stol mitt emot Dans och påbörjar ett nytt samtal, där varken Dorothy eller Jessica får delta, mer än som aktiva lyssnare. När ingen annan kan svara i Dans ställe så svarar han själv. Marks frågor handlar inte om hans aggressiva beteende, utan om vad han gör på dagarna, hur han bor, om han trivs och så vidare. Dan börjar nu berätta om flickvännen som bodde på samma ställe, men som reste bort en helg och aldrig kom tillbaka. Han saknar henne och han har aldrig fått veta vart hon tog vägen eller varför.

Han berättar också att han tycker det är jobbigt med alla andra tjejer på boendet som är på honom, så fort han kommer hem på eftermiddagen.

"Om du fick en förändring i ditt liv vad skulle det då vara?", frågade Mark och Dan svarade: "Jag skulle vilja att folk lyssnar på mig!"

När Dan och Mark har pratat klart är det Jessicas tur. Nu får hon berätta vad hon har hört i Dans och Marks konversationen och hur hon har uppfattat vad Dan berättat. Jessica förundras över att hon inte tidigare lagt märke till det som plötsligt blivit uppenbart för henne genom att hon lyssnat på samtalet, nämligen att Dans aggressiva beteende började samtidigt som hans flickvän försvann från boendet. Hon har inte heller tidigare förstått Dans behov av lugn och ro. När han kom hem på eftermiddagarna kom flickorna direkt in på hans rum och han blev stressad. När han blev stressad blev han aggressiv och då blev personalen rädd och backade, vilket gjorde att Dan kände sig ännu mer stressad, men också sviken och inte lyssnad på. Och blev då ännu mer aggressiv och så vidare.

För Dan och Jessica räckte det med ett enda samtal och ur det kunde Jessica göra upptäckter och dra slutsatser som hon använde till att göra förändringar på gruppboendet. Förändringar i kontexten gav förändringar i Dans beteende.

– Alla beteenden är kommunikation. Alla beteenden vill förmedla något, förklarade Mark Haydon-Laurelet, som berättade exemplet om Dan för deltagarna på årets POMS-konferens som arrangerades i oktober i Södertälje.

Han och kollegan Henrik Lynggard, som också han är psykolog och systemisk familjeterapeut, hade kommit från England, för att ge en liten inblick i hur man med ett systemiskt förhållningssätt kan närma sig problem som rör personer med intellektuella funktionsnedsättningar.

– Det pågår ett krig mellan olika teorier och varje år kommer det nya metoder och tekniker som ställs mot andra. Vi som arbetar systemiskt deltar inte det här kriget. Vi vill inte stängas in i några meningslösa debatter. Vi välkomnar i stället multipla perspektiv på alla plan och välkomnar alla former av tekniker och metoder som kan bli en resurs i vårt arbete, förklarade Henrik Lynggard.

Att kalla systemisk terapi för en metod eller en teori är alltså inte relevant. Snarare handlar det om ett förhållningssätt, ett sätt att närma sig en situation, ett problem.

– Själva essensen i den systemiska teorin är att utan sammanhang finns ingen mening. I systemteorin har vi gått ifrån en lineär till en cirkulär epistemologi. Allt hör ihop. Det A gör påverkar B som i sin tur påverkar A och så vidare. Det räcker aldrig att bara titta in i en individ. Man måste alltid se samspelet mellan individen och den omgivande miljön. Därför ser vi hela tiden till sammanhanget, till relationerna, till kommunikationen och interaktionen, sa Henrik Lynggard.

I en klassisk terapisituation möts klient och terapeut, ofta en gång i veckan, under en kortare eller längre period. När systemiska familjeterapeuter som Henrik Lynggard och Mark Haydon-Laurelet möter sina klienter ser det oftast annorlunda ut. Mötena, som snarare sker månadsvis än veckovis, samlar fler personer i rummet. Det kan vara föräldrar, behandlare, assistenter eller andra som ingår i sammanhanget kring personen med den intellektuella funktionsnedsättningen. Tanken är att ju fler hjärnor, ögon och öron som samlas desto fler idéer, perspektiv och infallsvinklar får man på problemet. Förutom att göra en noggrann avvägning av hur många och vilka personer som är lämpliga att ha med på mötet, lägger terapeuterna också stor vikt vid själva inbjudan.

– Personer som kommer till oss gör det för att de har fastnat och behöver hjälp. Då gäller det att vi kan få dem att känna sig välkomna och viktiga. En mamma till exempel ska känna att vi uppskattar kunskaperna hon har om sin egen son eller dotter. Hon ska känna sig som en resurs och inte som en som kommit för att skämmas och få kritik för att hon har gjort fel, sa Mark Haydon-Laurelet.

Väl i rummet, är det fortsatt viktigt med en både varm och respektfull atmosfär.

– Vi vill erbjuda en aktiv position till alla som är med på mötet. Det gäller att få in alla röster i rummet, fortsatte Mark Haydon-Laurelet.

De som kontaktar Mark Hydon -Laurelet gör det ofta för att de har problem med en persons beteende. – Det händer inte sällan att personal, föräldrar och andra som kommer till mig ser mig som en expert. De förväntar sig att jag ska ge dem strategier för att bemöta någon som "inte är som vi". Det är enklare att skylla på personen med intellektuell funktionsnedsättning, som är till exempel aggressiv. Men när man börjar titta på kontexten, så kanske man upptäcker förhållanden i omgivningen som starkt påverkar den berörda personen. Personer med intellektuella funktionsnedsättningar lever ofta i ett livslångt beroendeförhållande. De är inbäddade i relationer och påverkas kraftigt av allt det som sker runt om.

Även om systemterapeuter inte har några speciella tekniker så är respekten för andras kunskap, liksom viljan att se och ta tillvara allas resurser, en grundläggande strävan. Det samma gäller för bemödandet med att göra allas röster hörda. Och framför allt, att förstå att bakom varje beteende finns en mening.

Henrik Lynggard och Mark Haydon-Laurelet delade också med sig av ett litet batteri av fiffiga frågor som de ställer, såväl till sig själva som till sina klienter. Frågor som vem som helst som har ett bekymmer kan ha nytta av att ställa sig:

Vem oroar sig för vem?

Vem oroar sig för vad?

Vem behöver tala med vem?

Vem hoppas på vad?

Vem behöver förstå vad?

HELENE LUMHOLDT

Publicerad i december 2011

FAKTA:

POMS-Habiliteringspsykologernas Yrkesförenings konferens 2011 hölls i Södertälje i oktober 2011 och hade temat "Psykologisk behandling". Under tre dagar fylldes förmiddagarna av gemensamma föreläsningar och eftermiddagarna var fyllda av parallella seminarier och workshops. Bland föredragshållarna fanns den engelske professorn Nigel Beail, som arbetar med psykoterapi för personer med utvecklingsstörning, de systemiska familjeterapeuterna Mark Haydon-Laurelet, Henrik Lynggard och Lotta Landerholm som samtalade kring behandlarrollen.