

Relation före metod?

En studie om traumatiserade unga vuxnas upplevelser av relationens betydelse



Mittuniversitetet

MID SWEDEN UNIVERSITY

MITTUNIVERSITETET

Avdelningen för Socialt arbete

Examinator: Masoud Kamali, masoud.kamali@miun.se

Handledare: Mona Livholts, mona.livholts@miun.se

Författare: Katharina Troll, katr0700@student.miun.se & Rebecca Berglund, rebe1103@student.miun.se

Utbildningsprogram: Socionomprogrammet, 210 hp

Huvudområde: Socialt arbete

Termin, år: VT, 2014

Abstract

I denna kvalitativa intervjuundersökning studerar vi vad som har varit betydelsefullt för återhämtningen hos några unga vuxna, vilka upplevt trauman i sin uppväxt. Med hjälp av semistrukturerade djupintervjuer enligt en teori som har sitt ursprung i fenomenologin och hermeneutiken, Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), belyser vi informanternas egna upplevelser. Särskilt intresse riktas mot att undersöka betydelsen av behandlingsrelationer. Resultatet visar att häst som verktyg i behandlingen har varit betydelsefullt. Hästen har förmedlat en trygghet vilket gett goda förutsättningar till skapandet av nära relationer till personalen och senare andra människor. Även personalens kompetens samt tiden efter behandlingen har varit viktig och bidragit till en självinsikt hos informanterna. Vårt resultat visar på att det sociala arbetet måste vara mer individbaserat istället för att försöka skapa generella metoder som förväntas fungera för alla. I denna studie kommer vi fram till att nära relationer har varit avgörande för informanternas återhämtningsprocess.

Nyckelord: Återhämtning, behandlingsrelation, institution/institutionsvård, tidig traumatisering, anknytningstrauma, djur/häst i behandling

Innehållsförteckning

| | |
|--|----|
| 1 Inledning | 5 |
| 1.1 Bakgrund | 5 |
| 1.2 Problemformulering | 6 |
| 1.3 Relevans för socialt arbete | 7 |
| 1.4 Syfte och frågeställningar | 7 |
| 2 Tidigare forskning | 8 |
| 3 Vetenskapsteoretiskt perspektiv | 11 |
| 4 Teoretiska perspektiv | 12 |
| 4.2 Mentaliseringsteori | 14 |
| 5 Metod | 15 |
| 5.1 Förförståelse | 16 |
| 5.2 Urval | 16 |
| 5.3 Utförande av metod och analys | 17 |
| 5.4 Tillförlitlighet och begränsningar | 18 |
| 5.5 Etiska överväganden | 19 |
| 6 Resultat | 20 |
| <i>Att bli buren</i> | 20 |
| <i>Betydelsen av förebild (-er)</i> | 23 |
| <i>Insikt</i> | 26 |
| 7 Diskussion | 28 |
| 8 Arbetsfördelning | 31 |
| Referenslista | 32 |

1 Inledning

1.1 Bakgrund

Topor & Borg (2008) belyser forskning som visar att i stort sett alla behandlingsmetoder är lika verksamma och att metoder ofta styrs av trender. Entusiasmen som den professionella känner till den metod de använder är ofta avgörande och smittar av sig på klienten vilket författarna förklarar som en placeboeffekt. Placeboeffekten, skriver Topor & Borg (2008) är välkänd men tyvärr är synen på placebo negativ istället för att dra lärdom av dess mekanismer. Dessutom menar bl.a. Denhov (2007) att det idag finns ett glapp mellan praktik och forskning, d.v.s. att forskningen vill hitta en specifik metod som både är standardiserad och manualiserad för att kunna säga vilken diagnos som ska behandlas med vilken metod. Denna modell bygger på ett medicinskt tankesätt där insatsen avgörs av diagnos oberoende av individen, vilket anses ha begränsningar då alla individer är olika och har helt olika förutsättningar.

“Alla metoder i psykiatrisk vård är förmedlade och inbäddade i sociala sammanhang och relationer mellan patient och vårdgivare. Detta är så självklart att det riskerar att förbises och undervärderas eller reduceras till en enkätfråga om bemötande.” (s. 34, Denhov, 2007)

Detta synsätt, menar Denhov, bör vidgas för att inte gå miste om viktig kunskap om vad som faktiskt fungerar i behandling av människor med en psykiatrisk problematik.

Detta leder oss in på att ungdomar med erfarenhet av trauma under sin uppväxt framför allt har svårt med tilliten till vuxna då de har blivit svikna av en vuxenvärld som inte sett och/eller lyckats skydda barnet/ungdomen. Det gör bl.a. att bemötandets kvalitet i behandlingen har en avgörande betydelse för vårdens resultat, Hagqvist & Widinghoff (2010) menar att möjligheten till äkta möten på en institution mellan personal och ungdomar finns och att den relation som skapas ur mötet kan vara avgörande för ungdomens utveckling och identitet. Den behandlande relationen förutsätter en viss makt för att kunna hjälpa skriver Skau (2007) som menar att det döljer sig en maktaspekt under hjälpanDET. ”Makt kan användas för att hjälpa, och makt kan användas för att skada.” (s. 78, Skau, 2007). Att som professionell vara medveten om denna dubbla maktaspekt menar Skau (2007) är viktig för att den inte ska bli dold och då skada.

Hjälpande relationer kan i och med detta som bakgrund ses utifrån olika perspektiv. Topor & Borg (2008) beskriver ur ett återhämtningsperspektiv vikten av relationer till andra människor, specifikt behandlingsrelationen, även om relationer till familj och vänner är betydelsefulla. Det som är viktigt påpekar Topor & Borg (2008) är att det är ömsesidiga relationer, d.v.s. att uppleva förtroende för någon annan men även att känna sig betydelsefull för någon annan. Hjälpande relation kan även ses utifrån ett anknytningsteoretiskt perspektiv, d.v.s. de känslomässiga band som ett barn knyter till de omvårdnadspersoner som finns i sin närhet under de första levnadsåren (Wennerberg 2010). Det är oerhört viktigt, enligt Topor & Borg (2008), att den som är i kontakt med vård och behandling bemöts med respekt och blir uppskattad och sedd som en människa som kan bidra till sin egen återhämtning. Topor & Borg (2008) tar även upp att relationer till djur kan bidra till återhämtning. Furst (2008) beskriver hur våra sociala relationer till djur är annorlunda till skillnad från relationer mellan människor. Djur värderar och dömmar inte som människor gör. Relationer människor emellan kan vara komplicerade och smärtsamma medan relationer mellan människa och djur beskrivs som enkel men ändå nära (Furst, 2008).

1.2 Problemformulering

Van der Hart, Nijenhuis & Steele (2006) säger att om man utsätts för problem av svår känslomässig karaktär i tidig ålder påverkar det individens framtidsutsikter negativt, så även effekten av eventuell behandling. Risken för traumatisering ökar dessutom ytterligare om traumat orsakats av en för offret närstående människa och om traumat pågått över tid (Wennerberg, 2010). Van der Hart et al. (2006) menar att barnmisshandel och vanvård är väldigt viktiga faktorer i utvecklingen av traumarelaterade störningar hos vuxna. Just tidig traumatisering ska enligt författarna vara en stor anledning till att allvarliga symtom kvarstår över lång tid, ”*thus childhood traumatization plays a central role in the development of trauma related disorders in children and adults*” (s. 43, Van der Hart et al., 2006).

Vi vet att tilliten till vuxna är skadad för svårt traumatiserade barn vilket gör det svårt med gränser, både inre och yttre. Att de inte har kontroll över sina egna gränser har att göra med traumatiseringen som utsattheten ger. Detta sker för barnen både medvetet och omedvetet. Olika stressande och/eller hotfulla situationer kan då sätta igång deras försvarssystem. Wennerberg (2010) poängterar att risken för traumatisering ökar om traumat pågår över tid och utgörs av en annan människa - särskilt om barnets relation till förövaren är emotionell.

Att återhämta sig från ett trauma tar tid skriver Topor, Borg, Mezzina, Sells, Marin & Davidson (2006), de har studerat vilka specifika aspekter hos hjälpanande människor som påverkar återhämtningsprocessen och menar att relationer - med vänner, familj eller professionella - har en stor inverkan på hur människor återhämtar sig. I studien av Topor et al. (2006) framgår det att vad som verkar göra skillnaden mellan hjälp och hinder är att någon är närvarande hela tiden och blir involverad utöver den familjära eller professionella plikten. Vidare skriver Topor et al. (2006) att det är hela sammanhanget som är avgörande för innebörden av åtgärden men att det är åtgärden som gör skillnaden.

Sammanfattningsvis bör man enligt Berglund (2000) fokusera på hur människor i möten skapar möjligheter till förändring. För att kunna förstå förändringsprocesser är det nödvändigt att de som möter människor i förändring är uppmärksamma och flexibla i sitt bemötande samt att man som professionell är känslomässigt närvarande i mötet för att kunna bygga en tillförlitlig relation.

1.3 Relevans för socialt arbete

Att utsättas för svåra trauman tidigt i livet kan ge allvarliga och bestående konsekvenser vilket beskrivs av bl.a. Van der Hart et al. (2006). Konsekvenserna av den utsatthet som tidiga trauman skapar är av central betydelse för socialt arbete - framförallt för att minska dessa, effektiva insatser behöver därför erbjudas samt att insatserna bör anpassas utifrån individens problematik och olika förutsättningar. Lunderberg (2005) pratar om vikten av att låta de som utsatts komma till tals och uttrycka vad de själva anser varit till hjälp i deras behandling och återhämtning. Genom att ta del av erfarenheter från de som erfarit behandling kan förhoppningsvis glappet mellan forskning och praktik minska (Denhov, 2007). Vår strävan är att tillgodogöra oss kunskap om vad som fungerar i behandling av unga vuxna som upplevt svåra trauman i sin uppväxt genom att låta de själva beskriva sina upplevelser.

1.4 Syfte och frågeställningar

Denna studie syftar till att undersöka och förstå vad några unga vuxna, som upplevt trauman i sin uppväxt, upplever har varit betydelsefullt för deras återhämtning från sin tid i behandling. Särskilt intresse riktas mot att undersöka betydelsen av behandlingsrelationen.

De frågeställningar som kommer ligga till grund i denna studie är:

- Vad beskriver några unga vuxna som upplevt trauman i sin uppväxt har haft betydelse för sin återhämtning?
- Beskriver de unga vuxna som upplevt trauman i sin uppväxt att någon behandlingsrelation haft betydelse och i så fall vad i relationen var betydelsefullt?

2 Tidigare forskning

För att förstå och mäta vad som kan leda till förändring i en människas liv finns olika typer av teorier och förklaringsmodeller. Redan på 1960-talet studerade Jerome Frank, en amerikansk psykiater, vad som fungerar i behandling och de gemensamma faktorerna var då bl.a. en stark relation mellan hjälparen och den hjälpsökande - att den hjälpsökande får hjälp att bygga upp en förklaring till sin problematik, att insatserna väcker hopp hos patienten om att bli bättre samt ett emotionellt engagemang mellan hjälparen och den hjälpsökande (Topor & Borg, 2008).

Berglund (2000) har i sin studie försökt lyfta fram ungdomarnas egna röster och låtit deras ord vara utgångspunkten för hans teoretiska resonemang. Berglund (2000) menar att de ungdomar han studerat alltid på något sätt väljer livsstilar och att det är val som sker i sociala sammanhang och att dessa sociala sammanhang alltid består av relationer med viktiga och betydelsefulla människor. Vidare skriver författaren att människors betydelse för andra människor är avgörande, både när det gäller vägar in i och vägar ut ur problematiska livssituationer. När det gäller förändringar i ungdomarnas liv beskriver ungdomarna i Berglunds studie att någon har förstått dem, lyssnat på dem och ställt upp för dem. De lyfter upp människor som de tycker har haft ett personligt intresse och engagemang men även kontinuitet och tid är viktigt. Ungdomarna uttrycker en känsla av att det är ett engagemang som har skett utanför tjänsten hos den professionella - att de fått något extra av den personen. Även Topor & Borg (2008) skriver att en viktig del i behandlingen, som beskrivs vara till hjälp, är att en professionell tar initiativ till att göra något som inte hade behövts eller förväntades. Patienter själva uttrycker att det som hjälper är att bli sedd och lyssnad på vilket innebär att någon uthärdar och är närvarande - vilket i sin tur kräver tid och tillgänglighet (Topor & Borg, 2008). Detta bekräftar även Hagqvist & Widinghoff (2010) genom att han drar paralleller till barns utveckling enligt Winnicott där personalens främsta uppgift är att ge ungdomen förutsättningar till att utvecklas främst utifrån tillit och trygghet. Det är även viktigt att personal *”kan och orkar ta emot ungdomen, samt kan stå ut och hålla ungdomen i både fysisk och psykisk*

mening” (s. 272, Hagqvist & Widinghoff, 2010). Holmqvist, Hill & Lang (2007) har kommit fram till att ungdomarnas känslor och känslomässiga relation till personal visserligen är förknippad till personalens känslor gentemot ungdomarna och att den ömsesidiga relationen har betydelse för stämningen i behandlingen och att den indirekt påverkar resultatet av behandlingen. Dock betonar författaren att för att behandlingen ska bidra till framgång hos ungdomen bör personalen inte fastna i för positiva och nära relationer med ungdomarna.

McNeal et al. (2006) skriver att faktorer som ökar det hoppfulla tänkandet hos unga på institution dels beror på den allmänna miljön (det vill säga borttagning av en kränkande eller försummande hemmiljö) samt specifika behandlingsdelar, som problemlösning, målsättning, interaktioner med vuxna, konsekventa förväntningar och en egenmakt genom att delta i behandlingsplaner. I sin forskning skriver McNeal et al. (2006) vidare att forskning av institutionsvård länge har belyst negativa aspekter av att behandla unga på institution. Forskningen har även speglat en bild av att vård på institution kan ge barn och ungdomar ett negativt perspektiv på livet. Resultaten av hans studie visar dock på positiva effekter av institutionsvård och tyder på att behandling på institution kan få ungdomar att förändra sin syn på livet till det positiva och visar på en ökning i ungdomars utveckling i hoppfullhet under en 6-månadersperiod.

Topor & Borg (2008) kan se att relationen mellan behandlare och klient har stor betydelse både när det gäller behandling av människor med psykiska problem och andra slags problem men i behandling med de som lider av svår psykisk störning tycks relationen vara avgörande. Topor & Borg (2008) nämner även att relationer till djur kan bidra i återhämtningsprocessen vilket Bornemark & Ekström von Essen (2010) bekräftar genom sin studie på hästen och människans interaktion i ett terapeutiskt sammanhang, på den psykiatriska kliniken i Skellefteå som år 2000 började jobba med hästar i sin behandling. Författarna kom fram till att patienterna efter kort tid i den hästunderstödda behandling öppnade sig och började samtala samt reflektera om sig själv och den egna problematiken, vilket inte var förväntat. Även Burgon (2011) beskriver i sin artikel att relationen mellan klient och häst skapar motivation som bl.a. utvecklar klientens förmåga att göra viktiga bedömningar och reflektera över sig själv. Det finns belägg enligt Silfverberg & Tillberg (2011) för att användandet av häst i behandlingen, under rätt förutsättningar, kan vara en holistisk behandlingsform som bl.a. skapar social samverkan, fysiska aktiviteter i naturen, känslomässig inlevelse samt aktiverar vår kognition.

Under hjälpan det i en behandlingsrelation döljer sig en maktrelation och för att förstå samspelet i en behandlingsrelation menar Skau (2007) att hjälparen måste vara klar över sin dubbla funktion, inte minst i tvångsvård på institution. Vidare beskriver författaren den dubbla funktionen den professionella har som 1) en offentlig kontroll och makt gentemot befolkningen, och 2) en hjälpinsats för människor i en svår fysisk, psykisk och/eller social situation. Denna dubbelhet går att härleda till den franske filosofen Michel Foucaults uttryck om pastoralmakt som statens makt över allmänheten, vilken Meeuwisse & Svärd (2006) beskriver. Författarna beskriver dubbelheten i samhällets hjälpan system och menar att även om tanken är att i första hand hjälpa medborgarna så finns där en kontrollerande maktaspekt. Skau (2007) skriver att begreppet "makt" i sig självt är ett neutralt ord som kan användas till att både hjälpa och skada och menar att både makt och hjälp är viktiga för behandlingsrelationen.

"Begreppet "hjälp" är flertydigt. Att hjälpa någon i ett professionellt sammanhang innebär enligt den argumentation jag har framfört här att man lägger tillrädda förhållandena för en person så att de gynnar denna persons växande, tillfrisknande och utveckling utifrån sina egna förutsättningar, och att det i möjligaste mån sker på denna persons egna premisser. Det innebär att mobilisera positiva och läkande krafter hos klienterna själva och runt dem, att stärka deras förmåga att ta ansvar för sig själva och att förhindra att de utsätts för fysisk eller psykisk skada." (s. 78, Skau, 2007)

Författaren menar alltså att samtidigt som utövandet av makt står i kontrast till hjälp så är makt en förutsättning för att kunna hjälpa (Skau, 2007).

Lundqvist, Hansson & Svedin (2004) har gjort en studie på vuxna kvinnor som utsatts för sexuella övergrepp där flertalet av kvinnorna i studien har varit utsatta under lång tid och blivit erbjudna en 2 år lång traumafokuserad terapi. Syftet med studien var att undersöka och försöka förstå varför vissa barn kan hantera sina upplevelser medan andra lider av psykisk ohälsa. Studien ville dels titta på påverkan genom att definiera de sexuella övergreppen i fyra olika variabler; ålder på barnet när övergreppen började, typ av sexuella övergrepp, varaktigheten av de sexuella övergreppen och förhållandet mellan barnet och förövaren innan de (numer) vuxna kvinnorna påbörjade sin traumafokuserade grupperapi. Det andra syftet med studien var att ta reda på varför kvinnorna inte berättade om övergreppen som barn under tiden de begicks.

Sammanfattningsvis menar Lundqvist et al. (2004) att det inte är svårt att identifiera varför psykisk ohälsa är en konsekvens för just dessa tillfrågade kvinnor. Resultaten säger att konsekvenserna av sexuell utsatthet i barndomen ökar om man utsatts tidigt i livet, varaktigheten på övergreppen samt att gärningsmannens nära relation till barnet ytterligare förvärrar de psykosociala konsekvenserna.

3 Vetenskapsteoretiskt perspektiv

Vetenskapsteorin grundar sig i de delar av filosofin vilka ställer frågor om den vetenskapliga kunskapens natur. För att tolka sin empiri och förklara empiriska situationer skriver Giddens & Griffiths (2007) att teorier krävs, detta för att skapa mening i det material som finns. Utan ett teoretiskt synsätt går det varken söka empiri eller tolka resultat (Giddens & Griffiths, 2007).

Giddens & Griffiths (2007) skriver att vetenskapen, enligt positivismen, ”*endast ska syssla med observerbara enheter som kan upplevas direkt via erfarenheten.*” (s. 29). Både Giddens & Griffiths (2007) och Bryman (2011) skriver att positivismens forskare kan förutsäga vad som kommer att ske i framtiden genom att skapa kausala förhållanden mellan observerade företeelser. Vidare skriver Bryman (2007) att positivismen är en naturvetenskapligt inriktad kunskapsteori där man, i motsats till hermeneutiken, säger att naturvetenskapliga metoder ska användas i studier av den sociala verkligheten. Kritiken som riktas mot positivismen handlar om att man tillämpar detta tänkande på områden som ligger utanför naturvetenskapen vilka inte behandlar lagbundna fenomen så som upplevelser, uppfattningar eller åsikter (Giddens & Griffiths, 2007). Giddens & Griffiths skriver även om psykologiska och biologiska synsätt vilka förutsätter att en avvikelse är en indikation på ett ”fel” hos individen snarare än hos samhället.

En forskning som baseras på en hermeneutisk ansats tar hänsyn till den sociala kontexten som individen befinner sig i och dennes egna personliga upplevelser. Detta är ett vetenskapsteoretiskt synsätt där man tolkar människans handlande med fokus på att förstå människans beteende utifrån deras egna sociala verklighet - i motsats till positivismen. Medan positivismen fokuserar på vad som påverkar en människas handlande vill hermeneutiken skapa sig en individuell förståelse för en människa utifrån dennes perspektiv. Man är som hermeneutisk forskare också medveten om att det kan finnas många olika tolkningar av samma fenomen (Bryman, 2007).

Fenomenologiska teorier tar avstamp i hermeneutiken och belyser frågor kring hur individer skapar mening i sin värld. Den stora skillnaden mellan naturvetenskapliga och samhällsvetenskapliga teorier, menar den fenomenologiska forskaren, är att människors handlingar är meningsfulla därför att den sociala verkligheten rymmer mening för människor (Bryman, 2007).

Metoden IPA som presenteras senare i studien används för att förstå enskilda människors tankar och känslor av en speciell upplevelse (Smith, 1996). Då vi i vår studie syftar till att undersöka och förstå informanternas egna upplevelser styrker det vårt val av metod. Vår valda metod är grundad i en hermeneutisk och fenomenologisk tradition medan vår teoretiska utgångspunkt, mentaliseringsteorin, är framväxt ur de psykodynamiska teorierna vilka grundar sig i naturvetenskapliga teorier. Vi är medvetna om att det blir en motsägelse i det men vi ämnar se om vår teori håller för vårt material.

4 Teoretiska perspektiv

I detta avsnitt avser vi redogöra för hur vi gått tillväga i vårt val av teoretiskt perspektiv och liksom Berglund (2000) förstår vi att mänskliga processer och handlingen är en naturlig del av livet, dock är de desto mer svårbegripliga teoretiskt. Vi har i vår studie valt ett teoretiskt perspektiv som har sin grund i de psykodynamiska teorierna. Vi har även gjort ett försök att använda oss av ett relationellt perspektiv som anses vara ”den tredje vågens psykodynamiska psykoterapi” för att försöka ge ett bredare perspektiv utifrån den kritik som riktas mot psykodynamisk teori. Detta relationella perspektiv utvecklades av Stephen Michell i slutet på 1980 talet, till skillnad från den klassiska psykoanalysen och den objektrelationsteoretiska skolan. Sjökvist (2009) menar att detta relationella perspektiv inte är en ny terapiform utan kan förklaras mer som ett synsätt eller ett förhållningssätt vilket även Holmqvist (2007) framhåller. Holmqvist menar att ett relationellt perspektiv är ett synsätt som även skulle kunna appliceras på många olika behandlingsformer. Sjökvist (2009) skriver att behandlaren erfarenheter och ageranden får ha betydelse där samspelet mellan behandlare och klient blir centralt. Behandlaren betraktas som en medskapare istället för som i den klassiska psykoanalysen - en neutral betraktare. Vi är vidare medvetna om att denna grund enligt vissa kritiker kan tendera att i praktiken “*reducera sociala fenomen och levande människor till patologi, symptom och etiketter*” (s. 20, Berglund, 2000) men vår avsikt har varit att försöka gå förbi den så kallade bakgrundsforskningen som Berglund beskriver kännetecknas av redan kända samband.

För att förstå mekanismerna bakom barns utsatthet och vad som krävs för förändring måste vi enligt Wennerberg (2010) gå tillbaka till allra första början i våra liv. För den målgrupp vi avser att studera anser vi att mentaliseringsteorin, som grundar sig i anknytningsteorin är av relevans. Denna teori som John Bowlby presenterade för mer än 50 år sedan är idag en väl beforskad teori som beskriver att en människas liv startar med detta band - anknytningen till sin förälder/vårdnadsgivare som sedan påverkar hur vi förhåller oss till både andra och oss själva genom livet (Wennerberg, 2010). Inom utvecklingspsykologin används begreppet anknytning som en svensk översättning från engelskans "attachment", d.v.s. med betydelsen av något mindre som hänger ihop med och är beroende av något större (Broberg, Risholm-Mothander, Granqvist & Ivarsson, 2008). Broberg et al. (2008) kallar detta för en relationsspecifik process mellan barn och förälder. I anknytningsrelationen menar Broberg et al. (2006) vidare att en inre arbetsmodell uppstår vilken utgörs av mentala representationer från föräldern, barnet, från deras relation men även utifrån det förväntade gensvaret från barnets egna anknytningsbeteende. Kritik riktas mot anknytningsteorin där exempelvis Harris (2009) menar att teorin underskattar barnet. Hon menar att det finns bevis för att barn kan konstruera flera olika arbetsmodeller för alla viktiga personer i sitt liv samt att förväntningar som utvecklas i en relation inte behöver överföras till andra relationer. Harris (2009) menar att ett barn kan ha en trygg anknytning till en vårdnadsgivare och samtidigt ha en otrygg anknytning till en annan. Harris (1998) anser att föräldrar inte bör hållas helt ansvariga för deras barns utveckling. Hon menar att de är ansvariga till en viss gräns för trots allt har de gett vidare sina gener och har ett visst inflytande, men författaren anser att barn förlitar sig mer på deras sociala grupp i formande av sin personlighet. Inte olikt Harris (1998, 2009) menar Sjökvist (2009) att det vi människor känner, tänker, upplever och handlar främst avgörs utifrån de relationella sammanställningarna som finns runt oss och inte från så kallade psykiska strukturer. Det relationella perspektivet menar alltså att det grundläggande hos människan är det som sker mellan oss - inte den individuella drivkraften.

Wennerberg (2010) skriver vidare att man utifrån det mer moderna anknytningsteoretiska perspektivet kan läka det som skadats i relationer genom nya erfarenheter av relationer - den terapeutiska relationen kan ge klienten/patienten en så kallad "trygg bas" att utgå från i sitt utforskande av det svåra förflutna - med andra ord en förnyad anknytning. Ytterligare kritik som riktas mot anknytningsteorin kommer enligt Elzinga (2009) från vetenskapsteoretiska riktningar. Teorin i sig kritiserar inte utan gäller mer allmänt om hur teorier skapas ur modeller som förenklar

och i vissa fall idealiserar specifika perspektiv av en faktisk situation. Vidare menar Elzinga att det finns en risk att modellen uppfattas som en företrädare för verkligheten om man inte har ett kritiskt förhållningssätt. Sjökvist (2009) beskriver till sist att världen som Sigmund Freud skapade sin psykoanalys i inte längre finns. Han menar att vi idag lever i en värld med ständigt förändrande livsvillkor, en värld som kännetecknas av transparens, mångsidighet och sociala konstruktioner vilket innebär att vägarna för att förstå varandra och våra behandlingsmetoder måste förändras. Sjökvist (2009) menar vidare att denna förändring tycks uppstå genom att återuppta Freuds upptäckter i kombination med vår tids förändrade synsätt. Liksom den modernare synen på anknytningsteorin menar Sjökvist (2009) att det är de band vi har till varandra, hur vi tolkar, uppfattar och skapar mening genom de känslor och de språk vi kommunicerar med som har stor betydelse.

4.2 Mentaliseringsteori

Förmågan att kunna mentalisera har idag fått en allt mer betydande roll inom psykologiforskningen. Under de senaste tjugo åren har mentaliseringsteorin utarbetats och formulerats av forskarna Fonagy, Allen och Bateman. Från starten utvecklades mentaliseringsbaserad terapi (MBT) speciellt med tanke på borderlinepatienter men idag anser författarna att de flesta psykiatriska diagnoser och psykiska svårigheter kan förstås genom att förmågan till att mentalisera på olika sätt är bristfällig. Wennerberg (2010) beskriver i sin bok ”Vi är våra relationer” att ”*mentalisering är detsamma som förmågan att förstå sitt eget och andras beteende utifrån inre, mentala tillstånd som tankar, känslor, impulser och önskningar*” (s.103). Barns upplevelse av sig själv skapas utifrån hur barnets anknytningspersoner ser och uppfattar barnet enligt det mentaliseringsteoretiska perspektivet samt vikten av anknytningspersonernas förmåga att leva sig in i och förstå barnets inre värld, detta anses förutsäga mer än någon annan enskild faktor barns möjlighet till trygg anknytning. Wennerberg (2010) menar att mentaliseringsteorin har tagit forskningen kring anknytning framåt genom ovan nämnda aspekt och kopplar ihop den traditionella synen på anknytning enligt Bowlby med den modernare syn som flera forskare har eftersökt.

Begreppet mentalisering skapades för att kunna förklara den utveckling som sker inom ett barn när denne successivt blir medveten om att andra människor har ett inre liv, d.v.s. hur barnets förmåga att förstå omgivningens känslor, tankar och avsikter utvecklas (Wennerberg, 2010). Förmågan att kombinera empati med intelligens menar vissa är unikt för människan, denna utveckling sker under

hela vår barndom även om den avgörande grunden läggs under livets första år i relation med sin anknytningsperson (Wennerberg, 2010).

Wennerberg (2010) menar att mentaliseringsförmågan kan utvecklas på nytt genom att skapa en ny anknytningsrelation till en terapeut, alltså en betydelsefull och känslomässig relation där anknytningsrelaterade tankar och känslor kommer till stånd som tillsammans kan utforskas. För patienten är det upplevelsen av terapeuten som en trygg bas som genererar utgångspunkten att kunna börja mentalisera, d.v.s. att undersöka sina inre mentala tillstånd, att separerar det förflutna från nutid samt att hitta sitt själv speglat i någon annans blick. För det är övergivenheten och ensamheten som från grunden bromsat utvecklingen av mentaliseringsförmågan, upplevelsen av att den finns någon annan som tänker på vad ”jag” känner och tänker är det som kan sätta igång utvecklingen igen (Wennerberg, 2010).

Sammanfattningsvis skulle man kunna säga att den utveckling som mentaliserings teorin beskriver sker för barnet utifrån och in. Barnet lär sig genom denna utveckling att förstå sina egna och andra känslor vilket ger en känsla av delaktighet och gemenskap som är så viktig för oss människor.

5 Metod

Under detta avsnitt kommer vi redovisa för hur vi gått tillväga för att besvara våra frågeställningar. Vi har valt att göra en kvalitativ studie med hjälp av semistrukturerade djupintervjuer enligt en teori som har sitt ursprung i fenomenologin och hermeneutiken - Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). IPA är en metod som används för att ge en idiografisk beskrivning för att förstå enskilda människors tankar och känslor av en speciell upplevelse. En idiografisk beskrivning innebär således att individuella upplevelser av en händelse skildras, till skillnad från en allmängiltig beskrivning. Det gör att IPA anses passande för vår studie då vi syftar till att undersöka och förstå deltagarens perspektiv utan ambition att generalisera (Smith, 1996).

Enligt Smith, Flowers & Larkin (2009) innebär en analys enligt IPA att författaren gör en tolkning utifrån sin förförståelse och erfarenhet. Genom bearbetningen av materialet skapar författaren sedan ny förståelse som vid det fortsatta läsandet skapar nya tankar och en ny förståelse, detta förklarar Smith et al. (2009) med den hermeneutiska spiralen vilken beskriver hur tolkningen av materialet växer fram. Detta betyder att analysmetoden både är iterativ och induktiv.

Genom att lyssna på självupplevda berättelser av två unga vuxna, med erfarenhet av trauma under sin uppväxt, vill vi få kunskap om vad de upplever har varit betydelsefullt för deras återhämtning. I detta avsnitt kommer vi presentera vår förförståelse och våra förberedelser; urval, datainsamling och analysmetod. Vi kommer även reflektera över studiens begränsningar och etiska överväganden som vi stött på under arbetet.

5.1 Förförståelse

Genom våra tidigare erfarenheter av att arbeta med ungdomar som varit utsatta för psykisk, fysisk och/eller sexuella övergrepp under sin uppväxt, har vi många gånger reflekterat över det vi uppfattar som en brist på förståelse och kunskap över problematikens konsekvenser och uttryck. Bristen på förståelse och kunskap kommer inte bara till uttryck i allmänhet utan i synnerhet bland de professionella som möter dessa barn och ungdomar; så som skola, socialtjänst, polis, behandlare och terapeuter etc. Vår erfarenhet av denna grupp barn och ungdomar är att deras situation möter stora utmaningar och kan uppfattas svåra att hantera i alla sammanhang där de befinner sig. Detta skulle kunna grunda sig i själva problematikens komplexitet t.ex. brist på tillit till vuxna, skuld, skam, ångest, suicidtankar och självdestruktivitet m.m och de starka känslor som väcks hos många människor. Det är inte ovanligt att omgivningen inte vill tro på att t.ex. sexuella övergrepp inträffar. Vår erfarenhet är att en stark och trygg relation mellan behandlare och ungdom samt tid är en förutsättning för att ungdomen ska ges förutsättningar att kunna hantera och bearbeta sina svåra upplevelser. Med denna förförståelse som bakgrund fanns det för oss ett genuint intresse att försöka ta reda på vad som kan vara till hjälp för barn och ungdomar med dessa erfarenheter, just utifrån ungdomens perspektiv.

5.2 Urval

Då en av oss har tidigare erfarenhet av målgruppen som studeras genom arbete på ett behandlingshem föll det sig naturligt att informanter söktes där. Enligt IPA baseras urvalet av informanter utifrån deras relevans för de forskningsfrågor som ställs i studien. Ett homogent urval krävs för att forskningsfrågan ska kännas meningsfull, det vill säga att det i studien förväntas att informanterna ska ha vissa erfarenheter som är gemensamma (Smith et al., 2009). Enligt IPA kan antalet informanter vara mellan 1 till 10-15, då syftet är att noggrant studera varje informants upplevelse på djupet.

Ca två månader innan planerade intervjuer skickades en intresseförfrågan ut via mail till 15 informanter som var möjliga att kontakta. De tillfrågade hade alla gemensamt att de deltagit i behandling på ett och samma behandlingshem någon gång mellan år 2003 och 2010, alla tillfrågade hade således avslutat sin behandling på det berörda behandlingshemmet. Av de tillfrågade visade 8 informanter intresse av att delta. Av dessa 8 valde vi ut 5 potentiella informanter och skickade ut en mer utförlig förfrågan med information och vad ett deltagande skulle innebära. Vi gjorde vårt urval först och främst med hänsyn till de tillfrågandes nuvarande livssituation men även utifrån geografisk tillgänglighet samt tidsbegränsning. Av de 5 som tackade ja till att delta valde 2 informanter att tacka nej en kort tid innan intervjutillfället. En av de tillfrågade träffade vi på avtalad tid men ett beslut togs om att inte genomföra intervjun då informanten bedömdes vara i ett för dåligt psykiskt och fysiskt skick för att delta.

I studien undersökte vi till sist två unga vuxnas upplevelser av sin behandlingstid på ett behandlingshem. De båda informanterna har vistats på behandlingshemmet någon gång mellan åren 2003 - 2010, den ena i 16 månader och den andra informanten i 4 år. Båda informanterna hade konstaterats varit utsatta för psykisk, fysisk och/eller sexuella övergrepp. Båda hade placerats för att de insatser som givits inte varit tillräckliga. De har blivit tvångsomhändertagna på grund av sitt självska debeteende och blivit placerade på behandlingshemmet efter placering på SIS §12 institution eller placering på barn och ungdomspsykiatri (BUP).

5.3 Utförande av metod och analys

De två intervjuerna pågick under cirka 2 timmar per person och genomfördes i en lugn och ostörd miljö som valdes av respektive informant. Informanterna uppmuntrades av oss att uttrycka sina egna personliga perspektiv, vi ställde därför enligt IPA öppna frågor utifrån en semistrukturerad intervjuguide enligt Patton (2002) som innehöll sex olika intresseområden:

1. Vill du berätta vad du upplever har varit betydelsefullt under din tid på behandlingshemmet?
2. Kan du berätta om en eller flera relationer på behandlingshemmet som har haft stor betydelse för dig? Vill du i så fall beskriva vad i den/de relationerna som var betydelsefullt?
3. Kan du berätta om en specifik situation under din behandling som har haft stor betydelse?
4. Hur upplevde du det att vara placerad med de begränsningar det innebar?
5. Tror du att tiden på behandlingshemmet har haft någon betydelse för hur du har det idag?

6. Ser du annorlunda på vad som varit betydelsefullt idag till skillnad ifrån när du var i behandling?
Vill du i så fall berätta/beskriva vad som skiljer?

Dessa områden följdes upp med följdfrågor, t.ex “vill du berätta mer”, “vad kände du då” etc. för att bättre förstå de svar vi fått. Intervjuerna har med samtycke av informanterna spelats in, transkriberats och därefter analyserats enligt IPA. Det första steget i analysen var läsa det transkriberade materialet för att kunna identifiera olika teman som vi ansåg skapade karaktär för de olika styckena i texten. Nästa steg innebar att identifiera teman för att namnge och markera det i marginalen. I det tredje steget gjordes ett försök att skapa analysens struktur genom att reflektera över tidigare teman för att kunna sätta dem i relation till varandra. Vissa teman bildade så kallade “kluster” av begrepp som hade liknade betydelser. Det sista steget i analysen innebar att vi sammanfattade de strukturerade teman vi bildat tillsammans med citat ur materialet som illustrerade varje tema. Vi gjorde en lista för varje område och plockade bort de teman vi inte ansåg hade betydelse för vårt syfte, detta upprepades med alla tre områden. Ett mönster etablerades och ur detta skapade vi övergripande teman för varje område som fångade det väsentliga i det vi studerat. Dessa tre övergripande teman framkom: (1) Att bli buren, (2) Betydelsen av förebild (-er) och (3) Insikt. Slutligen omvandlade vi dessa teman till en sammanfattande text med exempel som illustreras ordagrant ur det ursprungsmaterial informanterna genererat.

5.4 Tillförlitlighet och begränsningar

Smith & Osborn (2003) skriver att kriterierna för att bedöma kvaliteten i en analys enligt IPA är ”känslighet för sammanhanget”, ”engagemang och noggrannhet”, ”öppenhet och konsekvenser” samt ”påverkan och betydelse”. Vi anser att det finns en tillförlitlighet i denna studie, dels genom att vi tydligt formulerat de steg vi gjort i forskningsprocessen samt att vi på ett klart sätt redogjort för vårt urvalsförfarande. Vi anser även att denna studie ger läsaren något intressant, viktigt och användbart vilket också är viktigt för att studien ska ha ett värde (Smith & Osborn, 2003). Ytterligare en aspekt som är viktig är att forskaren på ett respektfullt sätt visar känslighet för informantens delaktighet genom att bl.a. använda citat på ett respektfullt sätt gentemot informanten vilket vi gjort genom att tillfråga informanten om detta.

Ytterligare en aspekt som är viktig att ta hänsyn till gällande tillförlitlighet är forskarens objektivitet (Bryman, 2011). Då en av författarna arbetat på behandlingshemmet och därmed har en förförståelse för den behandling som utförts är vi medvetna om att det kan påverka objektiviteten.

Vi har dock tagit hänsyn till detta då vi ser det som fördelaktigt att en av författarna inte har den förförståelsen, vilket vi hoppas ger studien ett större djup samtidigt som objektiviteten kan vidbehållas. Att vi enbart använt oss av 2 intervjuer kan ses som en nackdel då det inte kan ses som generaliserbart, men syftet med att använda sig av IPA som analysmetod är heller inte att generalisera och hitta en sanning då det är informanternas individuella upplevelse som är i fokus (Smith et al., 2009).

Studien har gjorts under en begränsad tid vilket avgränsat urvalet. Dels har den begränsade tiden på 10 veckor påverkat vår möjlighet att utföra ett större antal intervjuer då informanterna bor i olika delar av landet samt att analysprocessen enligt IPA är ett omfattande och tidskrävande arbete som begränsar möjligheten att utföra ett större antal intervjuer. Det bör även nämnas att informanterna kan ha svårt att minnas med tanke på att det var mellan 9 och 6 år sedan de bodde på behandlingshemmet som vi i studien fokuserar på, de säger dock själva att det är en tid de väl minns.

5.5 Etiska överväganden

Vi har under studiens gång aktualiserat de etiska aspekterna i en pågående process. Vi vill därför härmed lyfta fram de etiska frågor som vi anser har haft relevans för just vår studie. Ett viktigt etiskt betänkande i denna studie är att en av författarna har arbetat på behandlingshemmet och har relation till informanterna. Detta kan ha påverkat informanternas svar med tanke på den eventuella beroendeställning som kan finnas i behandlingsrelationen, även om relativt lång tid har gått sedan behandlingen avslutades. Informanterna är idag myndiga och har fått tydlig information om sin anonymitet samt att ingen detaljerad bakgrundsinformation tagits med. Vi har även informerat att deras samtycke är ett krav innan deltagandet även om informanterna när som helst under studiens gång kan välja att avbryta sitt deltagande utan att ange några skäl till detta. Med tanke på informanternas eventuella beroendeställning till en av oss har vi i vårt urval tagit ställning till informanternas eventuella svårighet att inte kunna neka deltagande. Vi har som intervjuare enligt Bryman (2011) en skyldighet att informera informanterna om vad undersökningen handlar om, att sekretess gäller från vår sida samt att svaren är avidentifierade med fingerade namn och behandlas konfidentiellt.

Centralt för all forskning kring människors situation är att den skall tjäna både mänskliga och vetenskapliga intressen samt bidra till mänsklig välfärd, vi har därför enligt Smith & Osborn (2003)

tagit ställning till att studien ger sådan kunskap. Kvale (1997) säger att man bör ha i beaktning att intervjun kan ha eventuella likheter med en terapeutisk intervju. Det är viktigt att överväga eventuella konsekvenser som kan följa av intervjun - för intervjupersonens del. Även Smith & Osborn (2003) beskriver intervjuarens skyldighet att vara uppmärksam på att många känslor kan väckas hos informanterna under intervjun. Vi har försökt tillmötes gå denna etiska aspekt genom att både innan, under och efter intervjutillfället säkerställa informanternas mående och eventuella behov av stöd. Vi har försökt ta ställning till de eventuella negativa etiska aspekterna jämfört med fördelarna genom att informanterna fått en möjlighet att göra sina egna röster hörda samt givits möjlighet att reflektera över sina erfarenheter. Vi tror och hoppas att vi har lyckats förmedla att informanternas erfarenheter och åsikter haft stor betydelse.

6 Resultat

Utifrån vårt syfte, att undersöka och förstå vad i behandlingen som har haft betydelse i återhämtningen för några unga vuxna som upplevt tidiga trauman i sin uppväxt, presenterar vi här de tre teman som angetts ovan. Vi presenterar resultatet med citat, var och ett för sig, tillsammans med en analys utifrån vald teori, perspektiv och tidigare forskning. Resultatet besvarar till viss del våra frågeställningar om vad informanterna beskriver har haft betydelse för deras återhämtning samt om de upplever att någon behandlingsrelation haft betydelse - och i så fall vad i relationen som var betydelsefullt. I diskussionen för vi ett resonemang om vilka brister vi anser vår valda teori kan haft för vårt resultat.

Att bli buren

Båda informanterna påpekar vikten av att hästar användes i behandlingen på behandlingshemmet. De beskriver känslan av trygghet som hästen har gett för att kunna börja lita på människor som de tidigare inte gjort. De beskriver även att hästen fanns tillgänglig när helst de behövde, en av informanterna beskriver det så här:

”Alltså han fick ju mig att känna trygghet och trygghet är ju viktigt för att man ska kunna våga lita på en människa eller lita på folk, jag kände mig trygg med honom och jag visste att jag alltid kunde gå ner till honom.” - Sara -

Detta med trygghet bekräftas även av Bornemark & Ekström von Essen (2010) som i sin studie på kliniken i Skellefteå beskriver att människor och hästar i flera avseenden är lika. Både människa och häst är flockdjur och har ett grundläggande behov av kärlek och trygghet vilket kan användas i behandlingen. Informanterna beskriver således att hästen hjälpt dem "brygga över" det avstånd som fanns till människor genom att förmedla trygghet. Hästen skulle enligt mentaliseringsteorin här kunna förklaras utgöra en så kallad trygg bas - där hästen fyller en funktion av att hjälpa informanterna skapa nya erfarenheter av relationer till behandlaren.

Informanterna beskriver även hur hästen bidragit till deras återhämtning genom att vara här och nu - vilket gör att informanten vågar börja känna och tänka för att kunna berätta om sina svåra upplevelser för behandlaren. Om de känslomässiga banden till anknytningspersonen bryts kan man enligt Wennerberg (2010) ha stora svårigheter att våga skapa nära relationer till människor. Den ena informanten beskriver här;

"ja alltså han kunde ju inte prata men jag förstod ändå liksom när jag kollade han i ögonen att han liksom förstod, att han ville inget illa, han bara var eller vad jag ska säga och det var då jag vågade, när jag vågade närma mig honom så vågade jag ju börja känna och tänka, jag använde ju ofta honom för att jag skulle våga prata än att bara sitt rakt fram och prata om saker som hade hänt." - Sara -

Informanterna beskriver hur viktig hästens närvaro var för att våga öppna sig, till skillnad från det "traditionella samtalet" där klient och behandlare/terapeut är själva under andra former - en situation informanten beskrev som omöjlig då. Detta är även något som Bornemark & Ekström von Essen (2010) bekräftar. De beskriver att klienter redan efter kort tid i behandling börjar öppna sig och samtala vilket enligt författarna varken var avsiktligt eller förväntat. Interaktionen mellan klient, häst och behandlare bjuder på ett naturligt sätt att samtala och reflektera över sig själv och sin situation, de menar även att det är av stor vikt hur behandlaren behandlar hästen just för att skapa förtroende mellan behandlaren och klienten. Informanten beskriver att hästen hjälper henne att skilja på det förflutna från här och nu och att hästen förstår henne liksom Wennerberg (2010) beskriver vara grunden i mentaliseringsteorin - att bli speglad i någon annans blick.

En av informanterna beskriver hästens betydelse i att möta och bemästra sina rädslor för att släppa kontrollen och slappna av för att kunna börja hitta en tillit till människor. Detta kan förstås i hur

Wennerberg (2010) beskriver att anknytningstraumatiserade barn kan utveckla rädsla för mentalisering d.v.s. att de inte getts möjligheter att styra över sina känslor.

”ja alltså han lärde ju mig att övervinna mina rädslor, mycket terapi hade man ju när man satt på honom. Jag fick ligga på honom och bara blunda och sen pratade man samtidigt och liksom, tillit, det är ju också tillit och det hade jag svårt för och det var jag ju tvungen för att slappna av och bara blunda och så lärde han mig att kunna känna vanliga känslor och lita på folk. Alltså, jag var ju tvungen att lita på honom, jag hade jätte svårt att lita på folk och släppa kontrollen liksom när man bara ligger och slappnar av.” - Sara -

Informanten beskriver vidare hur hästen hjälper till att minska avståndet till personalen. Precis som Silfverberg (2009) beskriver kan hästen lära klienten att bemästra sin rädsla bl.a. genom kroppskännedom och kroppsligt välbefinnande.

Vid flera tillfällen säger informanterna att de av hästen upplevde att de blev accepterade precis just som de var. För att förstå detta säger Wennerberg (2010) att anknytningstraumans mest destruktiva del är att man lämnats ensam, barnet har inte blivit sedd/trodd eller lyssnad på;

”jag kunde gå in och sätta mig i boxen hos honom när jag var ledsen sen liksom bluffade han en i håret och jag tyckte bara att det var... man kände att han förstod och det trodde jag inte var möjligt - jag förstod att han förstod.” - Sara -

Bornemark & Ekström von Essen (2010) beskriver att hästar inte har förutfattade meningar och har heller inga dolda motiv eller agendor - människan får tillsammans med hästen en möjlighet att helt förutsättningslöst vara sig själv. Även Topor & Borg (2008) pratar om att det är viktigt att uppleva ett förtroende till någon annan samt att även känna sig betydelsefull. De båda informanterna beskriver att de genom detta förtroende till hästen har upplevt sig vara både förstådda och behövda.

Båda informanterna beskriver hur hästen hjälper personalen att spegla informanternas känslouttryck vilket en av informanterna beskriver väldigt tydligt. Mentaliseringsteorin menar Wennerberg (2010) grundar sig på att barn har ett behov och en förväntan av att bli förstådd, sedd och lyssnad på.

”Jag kommer ihåg att jag hade, jag kommer inte ihåg vad jag hade gjort men jag hade vart väldigt elak och stod å skrek och skällde på min kontaktperson i stallet och så stod jag och borstade min häst, då grep han tag i min jacka och lyfte mig från marken och sen så släppte han ner mig och min kontaktperson sa 'ja där ser du, han vill också att du ska skärpa till dig', det kommer jag ihåg.” - Sara -

För att hästen i behandlingen/terapin ska vara säker samt ge god effekt krävs det enligt Bornemark & Ekström von Essen (2010) att både hästen och behandlaren/terapeuten är välutbildade. De menar vidare att hästen på sitt eget sätt att vara på kan plocka fram både omedvetna och medvetna tankar och beteenden hos människan. Hästar svarar nämligen på hur vi människor kommunicerar på både ett verbalt och ickeverbalt sätt, genom att med sitt uttryck och sin kropp spegla det människan känner och tänker i stunden. Wennerberg (2010) menar att det i och med anknytningstrauman uppstår en avvikande känslomässig kommunikation mellan vårdnadsgivare och barn. Detta menar författaren kan få till konsekvens att: *“barn som överges känslomässigt får ingen möjlighet att lära sig använda sin mentaliseringsförmåga för att hantera och reglera starka känslotillstånd”* (s.144, Wennerberg, 2010). Vidare säger Wennerberg att konsekvenserna av detta kan för barnet bli ett undvikande av känslor i nära relationer då dessa känslor blir för smärtsamt överväldigande, plågsamma och överkliga. Detta tycker vi kan förklaras av hur och varför hästen får en så stor betydelse i våra informanternas berättelser om vad som varit betydelsefullt i deras behandling. Hästen förmår informanterna att våga känna dessa oåtkomliga och smärtsamma känslor genom att vara här och nu tillsammans med personalen.

Betydelsen av förebild (-er)

Informanterna beskriver behovet av vuxna i sin närhet att se upp till. Att skapa en ny anknytningsrelation (eller flera) menar Wennerberg (2010) är möjligt och betydelsefullt för människor som är svårt traumatiserade - att ha någon trygg att utgå ifrån, någon som tänker på vad “jag” tänker och känner är av största vikt för att mentaliseringsförmågan ska kunna utvecklas.

”för mig blev det ju liksom som 10 mammor (skratt) ja men det var lite så och det kändes som att det var ens föräldrar faktiskt” - Sara -

Det är alltså något informanten tidigare beskriver har saknats i hennes uppväxt. Hagqvist & Widinghoff (2010) bekräftar i sin studie att personalens främsta uppgift är att ge förutsättningar

utifrån trygghet och tillit för att ungdomen ska kunna utvecklas. I studien av Holmqvist et al. (2007) menar de däremot att om behandlingen ska vara framgångsrik bör personalen inte hamna i en för nära relation med ungdomarna. I motsats till Holmqvist et al. (2007), anser vi att informanterna i denna studie beskriver att det är närheten i relationerna som är avgörande - en av informanterna beskriver att hon upplevde sig få en familj. Detta citat stärker kritikern Harris (2009) som menar att bevis finns för att barn skapar olika typer av anknytningar till olika människor utöver sina föräldrar eller vårdnadsgivare vilket kan förklara enligt författaren att vissa individer klara sig i livet trots stora brister i barndomen.

Informanterna beskriver vid flera tillfällen vikten av trygghet för att våga känna sina känslor, vilket kan förstås genom mentaliseringsteorin då en människas förmåga till att mentalisera, enligt mentaliseringsteorin, är beroende av en omsorg och trygghet (Wennerberg, 2010). Om att känna trygghet och tillit till personalen, för att orka kämpa vidare, säger en informant:

”Jag tror att, på något sätt så bara känslan av att, jag tror att, nu, på något sätt så måste jag ändå känt att alla dom här är här för mig, på något sätt, någonstans i bakhuvudet måste det ju ha funnits, för det var ju, all personal som var där var ju för mig, för att jag skulle få må bra för att kunna fortsätta leva mitt liv.” - Maria -

Informanten beskriver hur hon, trots sin brist på tillit till vuxna, ändå kände att personalen fanns där för henne för att hon skulle orka kämpa vidare med allt det svåra. Topor & Borg (2008) säger att det som hjälper är att bli sedd och lyssnad på, detta innebär enligt författarna att personal måste vara närvarande och hårda ut, vilket i sig kräver både tillgänglighet och tid.

Att aldrig ge upp beskriver informanten som väldigt betydande - att står kvar vad som än händer, sägs eller görs. Om behandlingsrelationen lyckas skapas en “trygg bas” att utgå ifrån menar Wennerberg (2010), enligt mentaliseringsteorin kan man återställa det som i tidigare relationer skadats genom en förnyad anknytning. Sjökvist (2009) beskriver enligt det relationella perspektivet hur man tar fasta på det unika i möten och relationer men även det sammanhang och sociala situationer som möten sker i.

”Det var ju just det där att personalen aldrig gav upp, att personalen liksom alltid såg, ja men de såg alltid möjligheter i det som jag tyckte var omöjligt. Jag gick ju igenom

svåra saker och alltså personalen gav ju aldrig liksom upp så utan ibland var de jätte jobbiga om man kände att 'nej nu går det inte mer', 'men det går, det går, om några år så kommer du', ja men det var liksom att de såg en möjlighet och en framtid och det gjorde man själv inte då." - Sara -

Informanten beskriver att den tilltro som personalen gav dem var väldigt betydelsefull för återhämtningsprocessen. Det kan vara avgörande menar Topor & Borg (2008) att behandlaren förmedlar hopp och tror på klienten när situationen känns "hopplös", detta tillsammans med en förmåga att kunna sätta sig in i klientens situation och ett betydande engagemang menar författarna är de viktigaste ingredienserna i behandlingsrelationen.

Att som personal gör det oväntade beskriver här informanten har en avgörande betydelse i återhämtningen - att inte få motstånd i det man förväntar sig.

"Just en personal var aldrig på mig över huvudtaget om någonting, om att jag skulle berätta eller någonting. Jag kommer ihåg saker som hon kanske inte skulle ha gjort som hon kanske hade fått sparken av att göra det, det vet jag inte" - Maria -

Informanten beskriver en känsla av att känna sig utvald, vilket för henne var viktigt. Berglund (2000) bekräftar detta då han beskriver att ungdomarna i hans studie uttryckt att känslan av ett engagemang som skett utanför personalens arbetsuppgifter, att de fått något extra har varit betydande för deras förändring. Även Topor & Borg (2008) beskriver att det är betydelsefullt när den professionella gör något som inte hade förväntats eller behövts.

Att personalen tar beslut om regler och rutiner kan ses som en makt men som Skau (2007) belyser i sin forskning behöver makt i sig inte vara negativt utan kan användas till att hjälpa eller skada. Informanterna beskriver de regler och rutiner som formade vardagen på behandlingshemmet som betydelsefulla. De gränserna som personalen satte, både yttre och inre, upplever informanterna var viktiga. Angående betydelsen av rutiner säger en informant:

"nu har det ju fått betydelse för att man har ju, man behöver ju gränser för att kunna utvecklas i sig själv. Så ja, man behöver regler och ja, att man inte kan göra som man vill för det fick jag göra tidigare" - Sara -

- vilket innebär att någon bryr sig. De kunde under behandlingstiden inte alltid förstå vikten av rutiner men idag beskriver de hur skönt det är när någon vuxen säger nej och förklarar varför. Informanterna uttrycker inte att de upplevde rutinerna som ett maktutövande utan snarare som en hjälp. Det betyder enligt Skau (2007) att personalen var medveten om sin dubbla funktion och skapade en trygg vardag med hjälp av den befogenhet - makt - de hade för att hjälpa ungdomarna i deras återhämtningsprocess.

Insikt

Informanterna beskriver tidens betydelse för återhämtningen - för att få perspektiv och tid till att reflektera.

”Alltså idag tycker jag ju om mig själv och det gjorde jag inte då och jag väljer beslut som är bra för mig, inte som är dåliga eller negativa, jag är självständig, jag är säker på mig själv på ett helt annat sätt, jag vet vem jag är, även fast jag alltid kommer lära mig nya saker om mig själv så vet jag vem jag är, jag kan säga att jag känner mig. Jag skulle nog inte vilja ändra någonting i min personlighet och det där har jag diskuterat väldigt många gånger, om inte det som hände mig hänt så hade jag inte varit den jag är i dag heller... även fast jag kanske önskar att det inte hade hänt.” - Maria -

Här beskriver informanten hur hennes självbild förändrats över tid från när hon kom till behandlingshemmet fram till idag. Informanterna uttrycker även, på samma sätt som återhämtningen “inte varit möjlig” utan hästen, att personalen var viktig för att kunna närma sig hästen. Burgon (2011) rapporterar i sin forskning att ungdomars psykiska ohälsa efter avslutad behandling med hästunderstödd terapi bl.a. förbättrade både självkänslan och självförtroendet, det som tidigare var omöjligt klarar de av idag. Hästen har även haft en förmåga att förbättra det känslomässiga tillståndet. Den oerhörda kraft som informanterna förmedlat kan i likhet med hur Topor (2004) beskriver återhämtningsbegreppet förklaras utifrån dels det arbete som informanterna själva gjort tillsammans med andra, genom att se hela individen i sitt sammanhang samt att informanterna nu skaffat sig makt över sitt eget liv. Återhämtning menar Topor (2004) är “*en process inom en individ - en process som kan ses både i relation till individen själv och till hans omgivning*” (s. 299). Begreppet menar författaren kan tolkas olika vilket kan anses problematiskt. Ordet återhämtning kan av vissa uppfattas som att en individ ska bli som hen en gång var istället för

att se det som en utvecklingsprocess. Topor menar att även om man har svåra erfarenheter så har det blivit en del av individen, det går inte att vända tillbaka, vilket många i återhämtningsprocessen heller inte vill enligt författaren - de vill leva med sina erfarenheter och gå vidare i livet.

Informanterna i vår studie beskriver även just detta att de inte vill ändra något i sin personlighet, deras upplevelser har format dem till den de är idag, på både gott och ont.

Informanten beskriver att det var som avgörande var att få möta sin svårigheter i sin egen takt men även för att kunna se skillnad på nu och då.

”Ja då vågade jag det med andra, jo, men det är så svårt att förklara själv tycker jag. Utan jag började med hästen och det tog ju ett tag så vi tog ju ett steg i taget... börja klappa och ja men liksom sen blev man ju lite starkare i sig själv och så vågade jag, ja, öppna mig. Det är enklare att se tillbaka å tänka å reflektera när man har fått distans till tiden.” - Sara -

Informanten förklarar att när hon vågade närma sig och lita på hästen vågade hon också närma sig personalen. Silfverberg (2009) beskriver att det finns resultat att man genom användning av häst i behandlingen kan öka förmågan till samspel med människor.

Informanten försöker beskriva vad som varit viktigast och haft störst betydelse under sin tid på behandlingshemmet och beskriver vikten av hästen samtidigt att det är helheten som var betydelsefull.

”Viktigaste... det är svårt att säga vad som var viktigast för allt var betydelsefullt och viktigt så runtomkring. Hade det inte vart för personalen hade jag ju inte vågat ens närma mig hästen så att det, nej jag tycker nog att det var lika viktigt men samtidigt så kan man ju tänka hur det hade sett ut, säg att hästarna inte hade funnits och vi inte hade haft några djur alls och inte den miljön som vi hade så, jag vet inte, det hade nog inte vart så kul eller bra.” - Sara -

Informanten beskriver tydligt att det ena inte skulle fungera utan det andra - allt hänger ihop.

McNeal et al. (2006) belyser den allmänna miljön på en institution men även specifika behandlingsdelar som faktorer vilka ökar ett hoppfullt tänkande. Specifika behandlingsdelar kan

bl.a vara att djur används i behandlingen. Att använda sig av häst i behandling om rätt förutsättningar ges, menar Silfverberg & Tillberg (2011), tycks vara en holistisk behandlingsform som bland annat inbegriper vistelse med djur och natur vilket även skapar social interaktion, fysiskt aktivitet, kognitiva utmaningar och ett känslomässigt engagemang.

Sammanfattning av analys av resultat

De viktiga faktorer som har haft stor betydelse för återhämtningen av trauma har varit användningen av häst i behandlingen, personalens kompetens samt förmågan till självinsikt. Hästarna har skapat tillit och trygghet för informanterna, vilket har hjälpt dem i återhämtningsprocessen och i relationsskapandet till människor. Genom att sätta gränser, skapa förtroendefulla relationer och alltid finnas där har personalen också spelat en betydande roll, även personalen har fungerat som trygghet för informanterna. En annan viktig aspekt har varit informanternas egna utvecklingsprocesser då de med tiden har fått distans till sitt problematik och därmed lättare kunnat förstå och bearbeta den.

7 Diskussion

Resultatet i vår studie visar att nära relationer har varit avgörande för våra informanternas återhämtningsprocess. Vi anser att ingen människa är den andra lik även om det finns anledning att utifrån ålder, psykisk/fysisk utvecklingsnivå och problematik anta vissa generella förhållningssätt i behandling av människor med psykiatrisk problematik. Därför anser vi att det sociala arbetet måste vara individbaserat istället för att försöka skapa generella metoder som förväntas fungera för alla. För att inte gå miste om den kunskap som människor vilka genomgått behandling har, blev syftet med vår studie att undersöka och förstå några individers egna upplevelser av vad som varit betydelsefullt för just deras återhämtning istället för att ha en generaliserande ansats. Livet i sig självt är en process och tiden från barn till vuxen innefattar skapandet av den egna identiteten - det är under tonåren vi omsätter det vi fått med oss under vår uppväxt för att kunna skapa oss en bild av verkligheten. Som barn är människan sårbar då vi är helt beroende av vuxenvärlden för vår överlevnad, har man då dessutom med sig upplevelser av svåra trauman kompliceras denna utvecklingsprocess. Under studiens gång har vi mött människor vars start i livet påverkat deras förutsättningar till utveckling av självet och personligheten negativt. Att ur dessa förutsättningar ta sig vidare visar på en enorm drivkraft hos människan.

Den tidigare forskningen är inte helt enig om hur nära personalen bör komma sin klient. Som tidigare nämnt skriver Holmqvist et al. (2007) att en för nära relation mellan behandlare och ungdom inte är bra om behandlingen ska vara framgångsrik, medan Berglund (2000) i sin studie belyser den personliga relationen som avgörande när det gäller förändring i ungdommars liv. De ungdomar Berglund studerat lyfter fram de människor som visat ett intresse och engagemang samt gjort, som ungdomen tolkar det, något utöver tjänsteuppdraget. Det Berglund beskriver ligger i linje med de resultat vi fått fram i vår studie. Våra informanter beskriver tydligt att återhämtning handlar om en omfattande process där betydelsen av nära relationer till andra människor inbegriper att; *sätta gränser, aldrig ge upp/stå kvar och göra det oväntade* - vilket på sikt skapar *tillit*. Förutom nära relationer till andra människor beskriver våra informanter att nära relation till djur, i detta fall en häst, har bidragit till en upplevelse av att *känna trygghet, känna sig förstådd och tröstad*. Djurs betydelse för många människors välmående är relativt välbeforskat även om just hästen som ett verktyg i behandling inte kan anses vara en universalmetod. Vi anser dock att våra informanters starka berättelser om hästens betydelse för deras återhämtning väcker intresse och gör att området bör beforskas ytterligare. Till sist beskriver våra informanter *betydelsen av tid för deras förändring*. Informanterna beskriver att insikten om vad som har haft betydelse under deras tid på behandlingshemmet till stor del kommit långt senare efter avslutad behandling. De är idag medvetna om sin egen utveckling; förändring tar tid, tid för att komma till insikt. Även om informanterna tydligt beskriver relationen till både häst och personal som betydelsefull så framkommer det tydligt att allt hänger ihop - det är helheten som har betydelse för förändringen. Denna helhet har gjort att informanterna har utvecklat sin mentaliseringsförmåga och i denna process skapat tillit till både sig själva och vuxenvärlden. En av informanterna sammanfattar sin upplevelse så här: ”*utan personalen och min häst så hade inte jag funnits idag, så det är ju en rätt stor betydelse, mitt liv eller inte mitt liv, genom att ha suttit på behandlingshem*” - Maria -

Både vårt resultat och den tidigare forskningen visar att nära relationer ökar förutsättningarna till återhämtning för människor som upplevt trauman i sin uppväxt. Tidigare forskning av bl.a. Denhov (2007) tyder på att glappet mellan forskning och praktik måste minska men trots att tidigare forskning visar detta, liksom vår studie, så är det inte vad som praktiseras. En förklaring till det, som Topor & Borg (2008) ger, är att det växande kravet på bl.a. dokumentation och kvalitetsäkring inom vård och behandling försvårar den typ av hjälp. En annan förklaring kan vara att det i när relationer krävs stor erfarenhet samt hög kompetens av behandlande personal. Att gå nära i hjälpsamt relationer, anser vi, betyder att den behandlande personalen måste visa mer av sig själv,

riskan finns då att gränserna mellan vad som är privat, personlig och professionell suddas ut. Om den hjälpande relationen används för egna syften, omedvetet eller medvetet övergår den hjälpande relationen till en maktrelation som i stället skadar. Därför väcks frågan om behovet av kvalificerad handledning som borde anses vara en självklarhet i allt arbete med människor, framför allt med människor som har erfarenheter av trauman under sin uppväxt.

I vårt material har det visat sig att vår teori har brister. Johnson och Onwuegbuzie (2004) beskriver hur positivismen och hermeneutiken gradvis börjat närma sig varandra då man insett att olika sorters information kan kompletteras utefter behov vilket kallas för "mixed method research". Författarna menar att striden mellan positivismen och hermeneutiken har minskat och kommer fortsätta avta. De skriver vidare att det fortfarande är svårt att utföra en sådan studie eftersom en specifik insamlingsmetod av data bör analyseras utifrån en given vetenskapsteoretisk inriktning vilket kan visa sig problematiskt och på sätt och vis felaktigt. Vår ansats har inte varit att göra en mixed method research men vi finner det dock intressant att resonemanget kring att blanda teorier och metoder som inte "hör ihop" diskuteras. Vi anser att det saknas utarbetade metoder som tillåter en blandning som inte är så fast i traditioner. Även om vi gjort ett försök att använda en modernare syn på anknytning samt det relationella perspektivet på psykodynamisk teori kvarstår det faktum att teorin har sitt ursprung i evolutionsbiologin vilket ställs i motsats till den analysmetod vi valt att använda. Vid vår valda analysmetod ska forskaren avstå från att förmoda vad som ligger till grund för de olika beteendena och dess reaktioner. Med bakgrund av detta skulle vi med "facit i hand" valt antingen en annan analysmetod eller annan teori för att på ett tydligare sätt framhäva vårt resultat.

Sammanfattningsvis tyder vårt resultat på att det sociala arbetet måste komma bort från de gamla beprövade behandlingsmetoderna som innefattar institutionaliserade miljöer och traditionella samtalsmetoder då forskningen visar att det finns andra vägar att gå för att skapa relationer och tillit för människor, om det nu är målet med behandlingen? Det relationella perspektivet förtydligar att det inte går att ställa sig utanför och förhålla sig till relationer som behandlare med metod eller teknik. Det handlar först och främst om att mötas och försöka förstå varandra i en dialog, där en gemenskap kan utvecklas i relationer där båda parter växer. Sjökvist (2009) skriver att "*varje möte med våra klienter måste ha samma innerlighet som alla möten vi har med viktiga personer i våra liv, de vi älskar, de vi lever nära - de vi behöver för att själva kunna leva*" (s. 13). Vidare visar vårt resultat på riskerna med att skapa generaliserbara metoder som förväntas fungera på alla. Evidensbaserade, klientbaserade metoder - det är en utmaning i det sociala arbetet.

8 Arbetsfördelning

Vi började tillsammans brainstorma för att närma oss ett tydligt problem och ämne. Vi var även i kontakt med flera professorer på universitetet, både tillsammans och var för sig för att rådgöra. Tillsammans började vi sedan formulera vår problemformulering. Därefter, när vi var på det klara med val av ämne och fokus i studien arbetade vi var för sig i sökandet av tidigare forskning. Katharina fördjupade sig sedan i problemformulering, syfte och urval medan Rebecca fokuserade på metod, utförande och i viss mån begränsningar. Vi arbetade sedan tillsammans där vi gick igenom och diskuterade formuleringar, framförallt i syftet för att tillsammans komma fram till våra frågeställningar. Tillsammans arbetade vi vidare med att motivera vårt val av metod och urval. Vi deltog båda under intervjuerna av våra informanter. Avslutningsvis har vi tillsammans jobbat med både resultat, analys och diskussion men även med begränsningar och förutsebara problem samt etiska överväganden. Under hela processen har vi tillsammans fört en dialog och vi har hela tiden arbetat i ett gemensamt webbaserat dokument (google drive) när vi inte befunnit oss på samma plats.

Referenslista

Berglund, S. (2000). *Social pedagogik: i goda möten skapas goda skäl*. Lund: Studentlitteratur.

Bornemark, J., & Ekström von Essen, U. (2010). "Livet som stör Om Hästunderstödd terapi i psykiatrisk öppenvård". I J. Bornemark & U. Ekström von Essen (Red.), *Kentauren* (119-141). Stockholm: Södertörns Högskola

Broberg Anders, Granqvist Pehr, Ivarsson Tord & Risholm-Mothander Pia (2006). *Anknytningsteori- betydelsen av nära känslomässiga relationer*. Finland: Natur & Kultur.

Broberg Anders, Risholm-Mothander Pia, Granqvist Pehr & Ivarsson Tord (2008). *Anknytning i praktiken- tillämpning av anknytningsteorin*. Finland: Natur & Kultur

Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.

Burgon, H. (2011). 'Queen of the world': Experiences of at risk young people participating in equine-assisted learning/therapy. *Journal of Social Work Practice*, 25(2), 165-183.

Denhov, A. (2007). *Hjälpande relationer i psykiatrisk vård – en litteraturöversikt*. Stockholms läns sjukvårdsområde: Psykiatrin Södra, FoU-enheten.

Elzinga, Aant (2009). *Samproduktion av begrepp och sociala ordningar i ett forskarpolitiskt perspektiv*. I: Hallerstedt Gunilla (red.), *Diagnosens makt- Om kunskap, pengar och makt*. Göteborg: Diadalos AB

Furst, G. (2008). "How Prison-Based Animal Programs Change Prisoner Participants". I A. Arluke & C. R. Sanders (Red.), *Between The Species* (293-302). Boston: Pearson

Giddens, A. & Griffiths, S. (2007). *Sociologi*. Lund: Studentlitteratur.

Hagqvist, A. & Widinghoff, B. (red.) (2010). *Miljöterapi: igår, idag och i morgon*. Lund: Studentlitteratur.

Harris, J. R. (1998). *The nurture assumption: Why children turn out the way they do*. New York: Free Press.

Harris, J.R. (2009). Attachment theory underestimates the child. *Behavioral and Brain Sciences*, 32(1), 30.

Holmqvist, R., Hill, T. & Lang, A. (2007) "Treatment Alliance in Residential Treatment of Criminal Adolescents". *Child & youth care forum* 36(4), 163 -178

Holmqvist, R. (2007). *Relationella perspektiv på psykoterapi*. Stockholm: Liber.

Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed methods research: A research paradigm whose time has come. *Educational Researcher*, 33(7), 14-26.

Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Lundberg, I. (2005). *Utsatta flickor och pojkar: en översikt av aktuell svensk forskning*. Stockholm: Forskningsrådet för arbetsliv och socialvetenskap (FAS).

Lundqvist, G., Hansson, K. & Svedin, C.G. (2004). The influence of childhood sexual abuse factors on women's health. *Nordic Journal of Psychiatry*, 58, 395-401.

McNeal, R., Handwerk, M. L., Field, C. E., Roberts, M. C., Soper, S., Huefner, J. C., & Ringle, J. L. (2006). Hope as an outcome variable among youths in a residential care setting. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(3), 304-311.

Meeuwisse, A, Swärd, H (2006). *Perspektiv på sociala problem*. Stockholm: bokförlaget Natur och Kultur

Patton, M. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Silfverberg, G. (2009). *Hästens och hundens roll i rehabilitering och förebyggande hälsoarbete*. Stockholm: Ersta Sköndal högskola.

Silfverberg, G., Tillberg, P. (2011). *Ridterapi – fakta och framtid*. Stockholm: Ersta Sköndal högskola.

Sjökvist, S. (2009). Det relationella perspektivet – psykodynamiskt nytänkande. *Insikten*, (4), 6-13.

Skau, G, M (2007). *Mellan makt och hjälp: om det flertydiga förhållandet mellan klient och hjälpare*. Stockholm: Liber

Smith, J.A. (1996). Beyond the divide between cognition and discourse: Using interpretative phenomenological analysis in health psychology. *Psychology & Health*, (11), 261-271.

Smith, J.A., Flowers, P. Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis*. SAGE.45

Smith, J. A. & Osborn, M. (2003). *Qualitative psychology*. London: Sage.

Topor, A. (2004). *Vad hjälper?: vägar till återhämtning från svåra psykiska problem*. Stockholm: Natur och kultur.

Topor, A. & Borg, M. (2008). *Relationer som hjälper: om återhämtningsprocesser vid svåra psykiska problem*. Lund: Studentlitteratur.

Topor, A., Borg, M., Mezzina, R., Sells, D., Marin, I., & Davidson, L. (2006). Others: The role of family, friends, and professionals in the recovery process. *American Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 9(1), 17-37.

Van der Hart, O., Nijenhuis, E.R.S. & Steele, K. (2006). *The Haunted Self. Structural Dissociation and the Treatment of Chronic Traumatization*. New York: W.W Norton.

Wennerberg, T. (2010). *Vi är våra relationer. Om anknytning, trauma och dissociation*. Stockholm: Natur och kultur.