

**MARIE HAAVIK
OG SIRI TOVEN**



**IVARETAKELSE
AV HJELPERE**

**ER VI IKKE
BETALT FOR Å
TÅLE DETTE?**

UNIVERSITETSFORLAGET

BOKANMELDELSE:
Ivaretagelse av hjelpere
Er vi ikke betalt for å tåle dette?
Universitetsforlaget 2020

Trine Lise Bakken

De to psykologspesialistene Mare Haavik og Siri Toven har skrevet en kortfattet og lesbar bok om faktorer som påvirker profesjonelle hjelpere som arbeider med pasienter og brukere med et vidt spekter av lidelser. Boken henvender seg til psykologer, sykepleiere, vernepleiere, sosionomer, leger og andre hjelpere. Bokens styrke er først og fremst at den normaliserer og ufarliggjør allmenne reaksjoner på stress, det å være redd på jobb og å oppleve å ikke strekke til. Emosjoner og emosjonelle bånd har fått en fremskutt plass i boken, noe som kan være til god hjelp. Selv begynte jeg i psykisk helsevern for mer enn førti år siden. På 1970- og 80tallet var den emosjonelt nøytrale miljøterapeuten et ideal, selv om en slik hjelper antagelig ikke finnes. Spesielt viktig er tema om relasjoner som initieres, bygges og avsluttes gang etter gang. Hva slags type slitasje gir en slik sirkel? Dette er et tema det skrives lite om, men som er høyst aktuelt i alle fall i psykisk helsevern hvor den profesjonelle relasjonen mellom bruker og terapeut er bærebjelken i behandlingen.

De to psykologene skriver også godt om negative følelser overfor brukere. Noe som er en realitet og oppstår hele tiden: *Ingen hjelpere klarer å være gode og forståelsesfulle hele tiden. Av og til blir man irritert, dømmende eller sliten av dem man jobber med* (s. 36). Særlig uerfarne terapeuter har behov for trygging på at om det de gjør et 70 – 80% bra, er det godt nok. God nok er i det lange løp god terapi. Det er dessuten god terapi at terapeuten fremstår nyansert. Alle profesjonelle hjelpere har en tålegrense.

Et annet viktig tema i boken er når jobben tar all plass. Tanker om pasienter får så stor plass at hjelperen verdensbilde endres i retning av verden som et smertefullt sted (s. 48). Dette kalles sekundær traumatisering og rammer særlig ofte terapeuter til traumepasienter.

De siste kapitlene handler om lederskap og kollegarollen. I kapitlet om kollegastøtte bruker forfatteren dialektisk atferdsterapi og Marsha Linehan for å beskrive spenningsforholdet mellom behov for bekreftelse og behov for endring. Dette er et smart trekk, fordi det er nettopp dette terapi ofte dreier seg om.