

Våld i nära relation – att arbeta med svåra känslor

”Vi fördömer varje form av våld mellan människor, oavsett vilket syfte de anger”

Tack och lov så har arbetet mot våld i nära relation uppmärksammats och intensifierats de senaste 15 åren. Men samtidigt som vi välkomnar detta arbete så riktar vi kritik mot den del av utvecklingen präglas av synsättet; han är förövare och hon är offer. Och finns det barn så är hon och barnet drabbade av honom. Behandling anses ska utformas till stöd för mamma/barn och med påverkansprogram och förändringsprogram till män (pappa).

Även på de särskilda *Kriscentra mot våld* där vi arbetat har det linjära synsättet – offer – förövare - varit det rådande. Med kvinnor bedrevs stödjande samtal utan någon insyn eller redovisning av inriktning. Kring samtal med män ställdes kritiska frågor om terapin tillräckligt betonade ansvars och säkerhetsfrågor och framför allt restes regelbundet ifrågasättanden kring par/familj.

Regeringen har delat ut uppdrag och medel till verksamheter som befäster dessa positioner exempelvis genom socialstyrelsens kartläggningmaterial (Freda) där man antingen är våldsutsatt eller våldsutövare.

Så kommer nu rapporter från forskare och praktiker, från flera olika håll om att det är det ömsesidiga våldet som är vanligast förekommande.

Vi Familjeterapeuter har en uppgift i att återta positionen av att vara den profession som arbetar med frågan konflikt/våld i nära relation. Vi har våra historiska rötter i arbete med familjer i konflikt.

Det är viktigt att göra en distinktion mellan brott och konflikt.

*- **Med brott** menas här att en person begår en skadlig handling mot en annan person utan att den andre har bidragit till brottet.*

*- **Med konflikt** menas i detta sammanhang skadliga handlingar där båda parter är involverade och medansvariga.*

Naturligtvis kan en konflikt leda till brott och tvärt om.

Poängen är att vi aldrig begär att brottsoffret ska ta på sig ansvaret för brottet. Inför ett brott ger vi brottsoffret allt det stöd som vi har tillgängligt och vi sammanför brottsoffret med förövaren enbart i de situationer då förövaren öppet vill ta på sig hela ansvaret inför det inträffade. I annat fall avvisar vi ett möte mellan dem.

Med konflikt förhåller det sig annorlunda. Här har parterna bidragit med en succesivt ökad fientlighet där båda parter spätt på det skadliga innehållet. Här är det naturligare att man rekommenderar att de båda möts och pratar ut med varandra.

Förståelsen



För att illustrera hela fältet ”våld i nära relation” har vi tagit hjälp av en bräda på 300 cm och där längden motsvarar det uppskattade ”mörkertalet” där varje cm motsvarar 1000 fall per år dvs totalt ca 300 000 fall per år. Några menar att den siffran är betydligt högre.



Av de 300 000 fallen så leder ca 28 000 fall till polisanmälan. Det betyder 28 cm på brädan och är markerat med gult. Av de 28000 leder ca 5500 fall till att någon döms i domstol. På brädan har det röd markering. Av de 5500 dömda så är det ca 70 fall där det bedöms vara ett livsfarligt våld (mord/dråpförsök), svart markering, och ca 23 personer (17 kvinnor och 6 män) dödas varje år. Obefintlig markering.











Vi vill på inget sätt bidra till att förminska problematiken kring Våld i nära relation eller på något sätt undvika var och ens ansvar... (måste sägas ofta) men vi upplever att debatten och metodutvecklingen i alltför stor utsträckning har utgått från det värsta scenariot – hot om liv och död – vilket faktiskt är ett relativt litet antal fall. Mer än 90% kommer aldrig ens till polisens kännedom men vi kan ana en hög konfliktnivå.

Vi upplever från vår praktik att beskrivningen – offer – förövare – till största delen är felaktig då det många gånger ser annorlunda ut. Familjer samspekar i konflikt, men agerar ofta på olika nivåer. Någon kan vara väldigt verbalt sårande där en annan är mer fysiskt sårande och båda ekonomiskt kompensande och sexuellt demonstrerande osv. Och många gånger skiftar man roller inom familjen.

Olika våldstyper  man  kvinna

Min

Max

Fysiskt	 
Psykiskt	 
Materiellt	 
Sexuellt	
Ekonomiskt	 
Latent	

Terapeutens roll/funktion: att vara terapeut – Konsekvent Nej till Våld!

Arbete med starka känslor i rummet ställer stora krav på terapeuten. Att vara relationens hjälpare – att ge stöd i att bryta oönskade mönster – vara till hjälp i skapandet av nya alternativ - stöd i att se mönster och dess funktion - stöd i att leva i goda relationer - värna om barnperspektiv etc. Ibland uppstår en förväntan från terapeuten själv och från andra, att han/hon skall utföra andra arbetsuppgifter än de som normalt ingår i en terapeuts arbete. Det kan då handla om att vara:

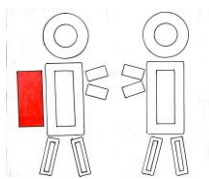
- den enes agent – och strida för klientens rättigheter så att klienten själv slipper...
- Samhällets domare - ...
- Barnens språkrör – som i alla sammanhang för in frågor om hur det blir för barn.

TEORIER

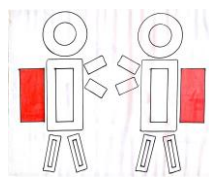
När man arbetar med arg i terapirummet sker det utifrån olika teoretiska förståelser. Kvinnorörelserna var tidigt ute och uppmärksammade problemet kring våld ur ett kvinnligt perspektiv. Mansjourerna har hakat på och familjeterapeuter har lång erfarenhet av arga och våldsamma parrelationer. Olika professioner har ibland pekat åt olika teoretiska håll för att visa på hur man ska ta sig an frågan. Somliga har t.o.m. velat göra anspråk på den sanna läran.

Vår idé bygger på att den sanna läran finns inom terapeuten, i terapeutens resonanslåda, och inte i en enskild teori eller behandlingsmodell.

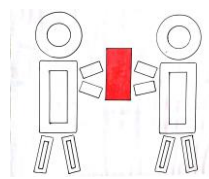
Teorier användbara i våldsärenden kan transformeras ner till tre alternativa förhållningssätt i det konkreta arbetet och mötet med arg. Dessa tre förhållningssätt kan illustreras med tre figurer.



figur 1



figur 2



figur 3

I den första figuren finns de individualorienterade teorierna såsom Banduras inlärningsteori, psykoanalytisk teori, anknytningsteori och kognitiva teorier. Här finns även de medicinska teorierna som borderline, psykopati, narcissism, ADHD, mm. Terapeutens förförståelse lägger ansvaret för arg på den ene personen i relationen och pekar ut dennes ryggsäck som orsak till arg. Terapeuten betraktar orsaken utifrån begrepp som mognadsnivå, upplevda trauman, sublimeringsförmåga, osv, och betraktar arg utifrån den enes förmågor, psykiska skador eller skörheter. I verksamheter där man möter endast den ena parten eller där man behöver en tydlig uppdelning av utövare och offer är detta betraktelsesätt vanligt exempelvis mans- och kvinnojourer, kvinnofridsmottagningar och polis.

I den andra figuren återfinns exempelvis de psykodynamiska teorierna. Dessa teorier har det gemensamt att de sätter arg i relation till den andres respons, dvs, den enes ryggsäck aktiverar den andres ryggsäck så att arg uppstår genom ett missförstånd eller sammanblandning över vad som är mitt och vad som är ditt. Begrepp som projektion och projektiv identifikation kan vara hjälpsamma. Ditt drama aktiverar mitt drama och mitt drama aktiverar ditt. Hos var och en finns flera ömma punkter som aktiverar arg som gör det näst intill omöjligt att orientera sig på ett tryggt sätt inom relationen. Som exempel kan vi tänka oss en man som vuxit upp med en frånvarande pappa och en sviktande mamma som med hjälp av sitt alkoholmissbruk inte kunnat skapa trygghet i uppväxtmiljön med att sörja för att hemmet har mat och att alla kommer iväg till dagens aktiviteter i tid. Denne man träffar en kvinna som vuxit upp med en frånvarande mamma och en auktoritär pappa med en arrogant, nedlåtande och förminskande hållning till henne. Hon bestämde sig tidigt i livet att ingen ska få sätta sig på henne i fortsättningen.

När dessa möts och ska leva ihop blir hans framförhållning och ekonomiska ansvar en trigger till hennes behov av frigörelse och självständighet. Därför saboterar hon alla försök till ordning från hans sida. På samma sätt blir hennes strävan mot frigörelse och självständighet ett hot mot hans kontroll. Båda två kommer att försöka korrigera den andres "fel" utan att vara medveten om att den andres fel egentligen är korrelerat till min egen ryggsäck och erfarenhet av liknande situationer. Tillrättavisningen har sitt driv från en ångestladdad känsla varför den kan nå mycket höga nivåer av arg. Att denna koppling inte är så ovanlig beror förmodligen på att partnervalet delvis styrs av behovet av att utväxla det inre dramat till en lämplig mottagare. Det man inte lyckats lösa tidigare får man på så vis en ny chans att lösa. Reaktionen är rätt medan tiden, platsen och mottagaren är fel. Hit hör också de övergripande psykosociala teorierna eftersom de inte kan leva ett eget liv utan möter oss och påverkar oss genom den andre. Vi blir representanter och språkrör för de övergripande teorier som vi tar till oss.

I den tredje figuren finns de systemiska teorierna som har det gemensamt att man betraktar helheten som större än summan av delarna. Det betyder att arg kan uppstå ur ett sammanhang som varken den ene eller den andre själva kan ställas ansvariga för utan som uppstår i själva samspelet. För att förstå hur samspelet fungerar kan man ha nytta av lekteorierna. Piaget har visat på lekens betydelse för vår utveckling och Stern hur vi föds med en inneboende drivkraft till samspel. Enligt Winnicott återfinns lekens konstruktion också i vuxenrelationer och framför allt sätter Bateson leken på den systemiska kartan. Bateson säger ungefär om leken att lek är att formulera sammanhanget, kontexten. Det görs genom små signaler. När kontexten omformuleras så ändrar sig geografin; roller, regler, innehåll, så att på låtsas plötsligt kan bli på allvar.

Det är när själva lekens, eller viets, konstruktion krånglar som arg kan uppstå. Viets konstruktion vilar på vissa principer eller villkor för att den ska fungera. Några exempel är följande.

Viet behöver uppdateras.

Viet byggs upp i samförstånd genom förhandlingar kring ett innehåll. Innehållet kan vara gemenskap, sex, ideologi, barn, etc. Förhandlingar och omförhandlingar kräver flexibilitet och omställningsförmåga. Innehållet styr valet av möjliga roller för alla som deltar i viet. Var och en kan ha en eller flera olika roller: Pappa, mamma, barn, sexpartner, ekonom, snickare, kock, trädgårdsmästare, etc. Likt varje lek styrs också viet av ett antal regler för hur "leken ska lekas" så att alla mår bra. Reglerna definierar ett innanförskap och utanförskap, vem får säga till om vad, vad är passande eller opassande, gränser för tolerans och intolerans, vad är löjligt

och vad är heligt. Reglerna styr hur vi kommunicerar, äter, tycker, umgås, är med andra, osv, och skapar en geografi med olika vegetationer.

När viet är i funktion utgör den en egen organism, identitet, där man påverkar och påverkas i en gemensam dans och där viet blir en del av jaget och jaget en del av viet. Precis som jaget har tankar, känslor och beteenden så har den gemensamma organismen det också. Vi tänker, vi känner, vi gör. Att tänka, känna eller göra utanför organismens existens är inte möjligt eftersom reglerna stoppar det. Organismen och dansen är inte statisk utan levande och utvecklas i takt med familjens förändring. Viet är känsligt för förändringar. Arbetslöshet, flyttningar, sjukdomar eller bara trisdess ställer krav på organismens förmåga till omförhandling och flexibilitet i omställning kring innehåll, roller och regler. I en orörlig, rigid organism kan känslan arg utvecklas. Ett sådant system behöver skakas om för att bli meningsfullt och levande igen. Args primära syfte är att trycka på resetknappen och starta om systemet.

Homeostas.

Alla system, varje lek och varje vi, strävar mot homeostas, jämvikt. Jämvikt kan sägas råda inom en familj när alla dess medlemmar kan säga att man mår bra. Så fort någon mår dåligt blir balansen ojämn. Det skapar krafter vars syfte är att återställa balansen igen. Arg kan vara en sådan kraft. Ett exempel på obalans är när den ene i relationen strävar mot trygghet och stabilitet genom att införa interventioner i relationen som för varandra närmare. Sådana interventioner kan få den andre i relationen att må dåligt och känna sig instängd och kvävd. För att återställa balansen börjar denne då att sträva mot större självständighet och öka avståndet vilket får till följd att det skapar obalans hos den andre som blir otrygg. Ett sådant mönster kan skapa en symmetrisk upptrappning till mycket höga argnivåer.

Hierarkisk ordning.

I varje system behöver dess medlemmar erkänna att viet är överordnat jaget. Ingen i ett vi kan göra en egen resa utan att ha viets godkännande. Varje roll har möjligheter men också begränsningar. När barn leker mamma, pappa, hund och hunden vill vara stålmannen är det bara möjligt genom en omförhandling, systemets omställning och allas godkännande. Annars kommer inte leken att kunna fortsätta. Det är således viet som bestämmer vilka vi kan vara i leken och ingen kan vara mer eller annat än vad viet tillåter. Detta kommer att styra vilka personliga egenskaper som är möjliga att ge uttryck för, mitt personliga utrymme och mina handlingsmöjligheter. Som en kvinna uttryckte det; ”jag har aldrig funderat på separation men på mord många gånger.” För många är separation ett sämre alternativ än arg. Arg opponerar sig emot eller korrigerar den hierarkiska ordningen i systemet i syfte att få systemet att fungera.

När terapeuten arbetar med arg i terapirummet ställs denne inför de tre alternativa perspektiven som illustrerades i de tre figurerna; att betrakta arg utifrån individen, samspelet eller systemet. Alla tre kan och bör finnas levande samtidigt men eftersom de bygger på olika kunskapsteorier kan terapeuten inte arbeta efter mer än en i nuet varför en av figurerna framträder lite extra starkt i varje stund. Frågor som terapeuten därför kan behöva ställa sig själv är varför man valt ett visst perspektiv vid första mötet av arg och om terapeuten byter perspektiv under samtals gång varför det sker. Det är angeläget att terapeuten är rörlig mellan de olika förklaringsmodellerna och att ingångsperspektivet är igenomtänkt eftersom det är vår erfarenhet att det perspektiv man har med sig från början är svårt att bryta.

När terapeuten betraktar arg gör terapeuten olika vägval beroende på vilket synsätt denne har utifrån sina erfarenheter av liknande situationer och teoribildning. Terapeutens huvud och mage kommer att vara de viktigaste redskapen i det terapeutiska arbetet och inom dessa råder en rangordning där magen eller terapeutens resonanslåda styr det teoretiska valet i varje stund. Beroende på vad resonanslådan känner kan terapeuten komma att behöva korrigera sitt teoretiska perspektiv. Det blir därför viktigt att terapeuten har god insikt och bra koll på sin resonanslåda.

Kartläggning

De flesta kartläggningsinstrument som finns idag utgår ifrån en våldsuppfattning som återfinns i figur 1. I figuren finns en våldsutövare och ett offer. För att ett kartläggningsmaterial ska kunna göra våldets komplexitet rättvisa ställs några grundläggande krav:

Ett kartläggningsmaterial;

- behöver kunna göra en bedömning utifrån alla tre figurerna för att kunna täcka in de teorier som finns kring våld. Ett material som utgår från endast ett perspektiv har redan tagit ställning till våldets orsaker och lägger en förförståelse av våldet som materialet har för avsikt att bedöma. Materialets styrning upphäver på så vis själva syftet med kartläggningen.
- ska kunna svara på frågan om relationens balans. Har någon mer makt, är någon mer utsatt eller mer rädd, osv. För att en kartläggning ska kunna ge svar på frågan om obalans i en relation behöver kartläggningen i sig själv bygga på balans. Att ställa frågor till ett barn om pappa slår mamma utan att vända på frågan har redan bestämt sig för balansförhållandet. I kartläggningen bör således samma frågor ställas till alla inblandade.
- behöver ge en klar bild av våldets styrka som underlag för säkerhetsbedömning.
- behöver ge en klar bild av barnens situation.
- ska vara utformat så att det kan ge insikt och förståelse för våldet för att kartläggningsförfarandet ska bli meningsfullt även för den det gäller.
- ska ge en klar bild av systemets och nätverkets styrkor.

Vi vill på detta sätt lyfta fram en del av våra tankar om cirkularitet kring starka känslor. Vi möter människor som reagerar på reaktioner som är reaktion på reaktion... osv. Vi vill möta människor med inställningen att den höga konfliktnivån är ett samskapande som alla berörda har del av och också kan bidra till att den minskar. I annat fall kan konflikt leda till våld.

Familjerådgivningen, Falkenbergs kommun

Magnus Lerman, Anders Bergström