

PSYKOLOGISKT TRAUMA – UR ETT EKOLOGISKT COMMUNITY PSYKOLOGISKT PERSPEKTIV

and similar papers at core.ac.uk

provided by Tidsskrift

Artiklen præsenterer den økologiske psykologiske retning inden for community psykologi og viser, hvorledes den kan anvendes i psykologisk intervention over for psykiske traumer. Økologisk psykologi drejer sig om helheden af person-situation-omgivelser og dermed om tilpasningen mellem disse. Recovery og livskvalitet ses i denne forståelsesramme som balancen mellem de forskellige dele og den samlende ramme, de tilsammen udgør. I artiklen gives et konkret eksempel på de problemer, manglende tilpasning mellem en persons ressourcer, den sociale støtte og de kollektive mestringsstrategier, kan give. Synsvinklen åbner dermed for en interventionsform, der medtænker disse synsvinkler.

1. Inledning

Den psykologiske trauma litteraturen har under en længre tid fokuserat på en individ avskildt från sin historia, kultur och psykosociala kontext, med fokus på svagheter och symtomer (Suedfield 1997, Antonovsky 1991). Inom den kliniska litteraturen är tendens att överse styrka eller resiliency fenomenet särskilt tydlig, där möjligheten till återhämtning¹ utan klinisk intervention många gånger blir översedd. Där uttalanden så som »the best one can hope for is that professional intervention can minimise the damage« blir en del av den vardagliga professionella interventions praxisen (Suedfeld, 1997, s. 849). En konsekvens av detta blir att recovery² eller återhämtningen från trauma upplevelsen blir dåligt definerat med ospecificerade kriterier för vad trauma recovery är (Harvey, 1996), vilket leder till

1 Återhämtning, i.e. individen återfinner inte sitt tidigare tillstånd oförändrat, men skapar en ny integrerad psyko socialt position.

2 »Recovery is apparent whenever change from a poor outcome to a desired one is realised in any domain affected by traumatic exposure« (Harvey s. 14, 1996)

Malin G. Wiking, cand. psych., er forskningsmedarbejder ved »The University of Copenhagen Centre for Multi-Ethnic Traumatic Stress Research and Practice«.

Peter Berliner er lektor ved Institut for Psykologi og leder af »The University of Copenhagen Centre for Multi-Ethnic Traumatic Stress Research and Practice«.

att få möjliga effektmättnings metoder av intervention blir möjliga. Vidare har den existerande litteraturen varit karaktäriserad av en relativ underbetoning av environmental faktorer i relation till individens trauma respons och recovery.

I denna artikel vil vi blandt annat ta utgångspunkt i Harvey's (1996) tillgång, som baseras på synen att

»individual differences in posttraumatic response and recovery are the result of complex interactions among person, event and environmental factors« (s. 3).

Detta för att söka använda det community psykologiska tillgången, i.e. se personen i sitt bestämda livssammanhang och utgå ifrån »person in context« i relation till trauma och trauma recovery och här med komma med alternativ till den symtomliggörande, icke kontextiella psykologiska synen på överstående fenomen.

För att ge denna framställning en ram kommer artiklen att byggas upp sådan att vi först kommer att stifta bekanskap med den ekologiska community psykologins tankgångar på ett mer generalt plan för att ge en övergripande bild av dess perspektiv på individ, community, interaktion, trauma och trauma recovery. Här efter kommer vi att se närmare på personen i sitt livssammanhang för att ge en bild av hur den ekologiska modellen tar sig form. Med detta som bas kommer vi sedan att genomgå dagens kliniska praxis tillgång till trauma och trauma recovery och sätta upp det ekologiska perspektiv på det samma, som ett alternativ. Detta kommer att mynna ut i en diskussion om att det ekologiska perspektivet ger möjlighet till att även sätta forskning och professionell psykologisk praxis i debatt med dagens rådande policy beslut i relation till individen och dennes möjlighet att göra sig hörd och få möjlighet till hjälp. Som avslutande kommentar kommer förslag till framtida forskning och kommentarer till detta.

2. Vad är ekologisk community psykologi?

Ekologi fokuserar på interrelationer mellan organismer och deras miljö. Innanför community psykologi, ligger intresset inom den ekologiska kontexten på »human community« och interrelationer mellan individer och deras communities, där communities representerar en möjlig referens ram för individens identitet, tillhörighet och mening (Orford 1998; Milne 1999; Lewis et al 1998).

I uppbyggnaden av den ekologiska syn innanför community psykologi undersöker psykologerna communities på samma sätt som fältbiologer undersöker andra biologiska miljöer. Den ekologiske analogien beskriver communities på bakgrund av deras resurser och deras resurs utväxlings

karaktäristik. Vilka blir tydliga genom de sätt som community valuta, service, värderingar och traditioner är cirkulerade och delade, exempelvis en community's adaptiva, hälsafrämjande eller maladaptiva, hälsanedsättande kvaliteter visa versa behoven och livsomständigheterna hos community medlemmar (Brown & Harris 1978; Das et al 2000, 2001; Kleinman 1997).

Härmed inte sagt att den ekologiska synvinkeln är ett uttryck för ett teoretisk försök på att reducera de psykologiska egenskaperna till blott att vara speglingar av omgivningen/kontexten. Vilket skulle resultera i en teori som skulle mynna ut i en identitetsfilosofi, vilken reducerar olika aspekter till det samma. Det perspektivet säger är istället att:

»Psychological attributes are best understood in the ecological context of human community, and that individual reactions to events are best understood in light of the values, behaviors, skills and understandings that human communities cultivate in their members« (Harvey 1996, s. 4).

Det vill säga att den psykologiska synsvinkel fasthålls genom att det i processen (person, samspel, sociala strukturer) fortfarande ses på, vilket sätt individer och grupper uppfattar, förklarar, berättar om och begrunder handlingar i en bestämd kontext.

Individer beskrivas genom deras medlemskap i olika communities. Den ekologiska modell menar att varje individs reaktion i relation till våldsamma och traumatiska händelser kommer att influeras av kombinerade egenskaper hos de communities som hon/han tillhör och från vilken han/hon skapar sin identitet. Formningen av de interrelationer som uppstår och processuellt omformuleras mellan de individuella medlemmarna och deras communities är en interaktion av person, händelse(event), och miljö (environmental) faktorer:

Individ □ Event □ Environment

Om man så går vidare i applikationen med den ekologiska konstruktionen på fenomenet psykologiskt trauma, ses psykologiskt trauma, som våldsamma och traumatiska händelser som ekologiska hot, inte bara mot adaptiva kapaciteter hos individen, men också mot mänskliga communities möjlighet att fostra hälsa och resiliency hos de pågällande community medlemmarna (Koss & Harvey 1991). Där det poängteras inom det ekologiska perspektivet att »the ecological fit« mellan intervention-individ-community är avgörande för hur väl en individ recover från en traumatisk händelse. Vilket visar sig tydligt i det ekologiska perspektivets definition av resiliency:

»Resiliency is evident when one or more domains remain relatively unimpacted and when the trauma survivor is able to mobilise strengths in one domain to cope with vulnerabilities and secure recovery in another« (Harvey, s. 14).

Som visar på att perspektivet pekar mot ett helhetsperspektiv på individen i sitt sammanhang och en balanserad syn på sundhet och sjukdom i relation till psykologiskt trauma och trauma recovery.

3. Helhetsperspektiv – individen i sitt sammanhang

Den ekologiska synvinkeln söker att undersöka the '*person in context*', dvs. det läggs vikt på den synvinkel, som benämns 'person' i den ekologiska model, men detta ses inte som lösrevet från personens föränderliga livssammanhang som personen konstant förhåller sig till.

Community psykologien reser en kritik av bestämda positioner i en mer traditionell förståelse av 'person' och personlighet (Berliner et al. 2001). Denna kritik handlar dock inte om att mer traditionell uppfattelse lägger för stor vikt på personligheten i förhållande till omgivningens betydelse. Kritiken handlar om att det läggs för liten vikt på utvecklingsmöjligheterna i helheten person-in-context, dvs möjligheterna för att skapa förändringar i det konkreta livsammanhanget. Kritiken rör sig därmed om att mycket psykologi reducerar personligheten till kategoriseringar, som är teoretiskt bestämda på förhand. Det levda livets mångfald bliver reducerat till en på förhand given klassifikation. Denna uppfattelse hämtar sin vetenskapsteoretiska begründande i positivismen, som kan vara god till at beskriva allrare-dan fortlöpande processer, men som har svårt att förhålla sig till något som är oavslutat, det öppna, det ofärdiga, eftersom det är en öppenhet inför skapandet av något nytt, som bryter med de använda klassificeringarna, i.e. vi talar om en ackomendation och ej en assimilation.

Denna synpunkt är inte ny, men uttrycker en vanlig kritik, som sätts upp mot försök att använda naturvetenskapliga metoder innanför forskning i människoskapta meningsystem och meningsunivers. Därmed försvinner personens upplevda sorg eller glädje ut ur teorierna. Det betyder att de upplevelser och känslor, som är livets salt, försvinner. Detta sker genom en upprioritering av system över handlingar och diskurs över medvetande.

Den ekologiska princip fokuserer på relationen (transaktionen) mellan personen, de sociala upplevelser (events) og materiella omgivelser (environment). Vilket inramer de aspekter av person-in-context:

- *personens* opfattelse av sin *situation* og dennes diskurs/handlende/oplevelser (diskurs/metaforer & subjektivitet);

- den formella och uformella *stöd*, hon/han har tillgång till (social support), samt
- möjligheterna för att kunna *mästra* utfodringar och belastningar (resources).

Det omfattar således helheten av personans resurser och omgivningens reaktioner, stöd, och diskurs (och metaforer) vidrörande den eller de personer, det handlar om.

Poängen blir att helheten av personens och omgivningens uppfattning utgör ett socialt meningsfält, som konstituerer en social inter-subjektivitet, dvs. gensidiga handlings- och förståelsespositioner, som konstitueras i ett lokalt matrix: person-event-environment. Där *the person-in-context* kan ses som en sammensatt process, där person, händelse/situation och kontext utgör en helhet. Där individen med sina specifika resurser ses som handlande i ett bestämt socio-ekonomiskt och kulturellt/diskursivt/materiellt *kontext*.

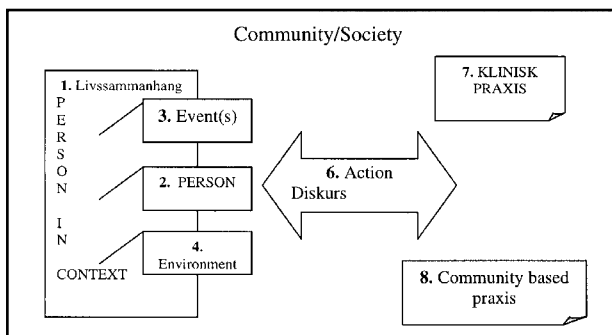
Denna helhet av förståelse (insikt) och situation medför att vetande, hållningar och färdigheter uppfattas som något, som finns i konkreta situationer. Idéen i detta är, att man inte kan tänka utan att tänka på något; man kan inte ha en färdighet utan att det är en färdighet till något; och man kan inte ha en hållning utan att det är en hållning till något.

Nedan finnes en modell av vad vi kan kalla ett förenklat livssammenhang (person-in-context) matrix (1), som kan ses som en ram för modellen.

Om vi följer en individ genom denna modell kan vi se att egna resurser (2), de händelser hon/han varit genom (3), tillsammans med den lokala kontext, hon/han befinner sig i (4) alla kommer att vara interaktionella aspekter i den aktuella situation, hon/han är i (5).

Vad som sker och vilka aktioner/discurser (6) personen kommer till att använda kommer att bero på matrixets samlade resurser och möjligheter. Vidare kommer dels den kliniska (7) och dels den community baserade interventionens (8) interaktion med individen att påverka recovery aspekten. Detta beror till stor del på hur väl interventionen är fit till de andra faktorerna i matrixen.

*model 1:
community
approach to
health*



4. En balanserad syn på sundhet och sjukdom sett i ett helhetsperspektiv.

Dagens kliniska interventions praxis i relation till trauma och trauma recovery är till stor del idag orienterad mot en avhjälpning av symtomer och synen av personen er ofte lösriver från sitt livssammanhang (Joseph et al 1999; Knudsen et al 1997).

De är olika rättningar inom psykoterapi och det är olika grader av effektivitet överför olika problemställningar. Men gemensamt är att den institutionella ramen ofta gör att personligheten bli föremål för det terapeutiska arbetet. Här igenom förutsätts det allra redan i själva premisserna för mötet, att personligheten kan lösriveras från sitt livssammanhang och styrkas i sig själv. Denna synvinkel mister aspekten med att person-in-context är en helhet och inte en dualism, vilket leder till att effekten av terapi mäts med symptomlistor. Detta i sig implicerar att symtomer är något, som knyter sig till den enskilda personen och inte till person-in-context. Igen skall det anföras att för exempel kognitiv terapi har kommit mycket långt med att effektivisera en symtom-behandling utifrån en sådan synvinkel, vilket betyder en mycket stor lättelse för många människor – men där behandlingen endast i mindre omfång har förhållt sig till individens samlade livssituation och till de både styrkande och belastningsfaktorer, som kunde finnas där. Som medel till att ta bort symtomerna är en rad tekniker innanför olika psykoterapeutiska riktningar givetvis ganska bra, men deras teoretiska fundament bärs upp av idéen om den kontrollerbara människan; en människa, som fungerar efter bestämda lagmässigheter, som kan dras fram och användas. Detta teoretiska fundament har sin begränsning i det att det kan argumenteras för att det psykiska, medvetandet, är ett meningskapande system och meningsuppbyggnad inte är reducerbar till en bestämd funktionalitet. Mening skapas genom språket, som är socialt, dvs att det existerar som en del av det sociala kontext som personen är en del av, i.e. person-in-context.

Assessment som är baserade på identifiering och mätning av symtomer för att se på behandlingseffekten kommer oftast att ta utgångspunkt i personen och därmed medverka till att se personen som lösriver från sitt livssammanhang. Detta betyder att sådana assessments innefattar uppfattelsen om att det är bestämda mål för sjukdom och hälsa och att dessa mål kan bestämmas allmänt, detta bliver problematiskt då sjukdom och hälsa inte nödvändigtvis är motsatser, men positioneringar (Antonovsky 1991). Vi är alla på några områden friska och andra sjuka, vilket man kan använda som en motsynspunkt mot dikotomiseringen av hälsa och sjukdom (Fruggeri 1991). Det betyder att man ser resurser och sunda områden även hos personer som är sjuka på andra områden. För det andra är det fel på grund av att sundhet kan bedömmas på en lång rad andra sätt än vid frånvaro av symtomer på sjukdom. Istället för att ta en upplisting av bestämda sym-

tomter kan man supplera med en annan synvinkel, där de sociala, praktiska och diskursiva interaktionerna sätts i fokus. I en sådan synvinkel ses symtomter inte som lösrikt från det livssammanhang, som de existerar i.

Den vetenskapliga diskursen omkring traumatisk stress lägger i de ovanförelagda symtomter lister ett mycket individualiserat syn på symtomter (Park, 1998). Det är en diskursiv handling att fokusera primärt på det, personen inte kan, i.e. symtomtombilden. Överför detta kan man sätta ett fokus på resurser och möjligheter, samt på symtomterna som en del av det sociala sammanhang, antingen genom att se dem som kommunikation av lidelse eller genom att sätta fokus på att antalet av symtomter eller graden av symtomter är direkt relaterade till frånvaron av socialt stöd (Orford 1998; Berliner & Sand 1999).

Inom det ekologiska perspektivet betyder det således att traumatisering måste ses i förhållande till ett utpekande av en övergripande diskurs omkring vad som är en lidelse och vad som inte är. Den enskildes identitet knyter sig till denna sociala positionering, som utspelas genom en dominerande diskurs med en rad positionerande metaforer (Billington et al 1998; Willig 2001). Det är nödvändigt att undersöka denna positionering konkret, igen utifrån en diskurs, som utpekar lidelsens former och de uppgifter, som konkret föreligger i kontexten. Frågan är: hur pekar man ut i en given kontext symtomter på traumatisering. Vilken diskursiv utpekning existerar med hänsyn till lidelse, styrka, resilience och vilken mening uppstår igenom denna utpekning.

På basis av detta är psykologiska fenomen utformade genom sociala aktiviteter, som begrundar sig i en meningsbärande diskurs (Freedman & Combs 1996; Crossley 2000). I förhållande till detta kan man förstå olika symtomter som kommunikativa handlingar i ett bestämt diskursivt univers, om man uttrycker lidelse som magont eller genom »nervsammanbrott« eller som något annat.

Här kommer så individens personliga narrativ så väl som den omkringliggande lokala kontextens narrativ in i bilden. När man talar om kultur och traumatisering som överordnade begrep, kommer man ofta långt bort från den upplevda vardagen och livspraxisen – vi frågar om folk sover gott om natten, men för exempel inte om de är politiskt aktiva i sin närmiljö. Kan-ske kan det sista vara ett lika så relevant kriterium för sundhet som det första – men det uppstår en diskursiv, kulturell utpekning av att sömn är mer väsentlig än politisk deltagande (Rose 1999).

Livsberättelsen eller narrativet är en central del av community psykologin och kan ses som en del av det ekologiska matrixen i relation till trauma och trauma recovery. Den är en del av person, händelse (event) och kontext (environment) som ger en röd tråd och strukturerar och omstrukturerar individens och communityns interaktionsmönster och förståelse av specifika situationer i den lokala kontexten.

»Biologically, physiologically, we are not different from each other; historically, as narratives, we are each of us unique« (Oliver Sacks 1986, citerat från Plummer, s. 185).

Narrativ psykologien studerar språket, dvs. diskurser, metaforer och narrativer. Dessa konstituerar implikationerna av narrativerna för individen och samhället. Där valet av ett narrativ överför ett annat (exempelvis *jag har det dåligt för jag kan inte sova om natten gentemot jag sover inte så gott, men jag ser mina vänner mycket och sköter mitt jobb*) har en stor betydelse för den konstruktion, som man gör av sig själv, dvs. det sätt som självet utformas på (inklusive konstituering av ansvar, skuld och moral). Där makt och kontroll kan ses som intrinsisk i relation till den narrativa konstruktionen av själv och de narrativer man förstår sig själv och sin kontext inom (Dalton et al. 2001; Hakesberg & Berliner 2001).

Inom det ekologiska perspektivet bliver det därför viktigt att ge rum för mångfalden av röster, också på det samhällsmässiga medie-himmel, där offerna, de sjuka, de marginaliserade, de exkluderade annars inte får speciellt mycket tal tid (och när de gör det, då endast som form för nyfikenhet och inte som fullgyldige samhällsmedlemmar med rätt till fullgyldige meningar) (Kleinman et al.1997; Plummer 2001; Berliner 2001).

5. Psykologiskt Trauma Recovery och *Ecological Fit*

Vi kommer nu mer specifikt att applicera den ekologiska community psykologins förståelse av förhållandet mellan intervention, individ och community i relation till *psykologiskt trauma recovery*, nämligen den så kallade »ecological fit«.

Den ekologiska psykologien förstår våldsamma och traumatiska upplevelser som ekologiskt hot inte bara mot adaptiva kapaciteter hos individen, men också mot *human communities'* adaptiva kapacitet till att fostra hälsa och resiliency hos dennes medlemmer.

Den ekologiska modellen föreslår att individuella olikheter i post-traumatisk respons är ett resultat av ett komplex av interaktioner mellan individ-event-environment faktorer. Dessa interaktioner definerer interrelationen mellan individ och community och kan fostra eller motverka individets recovery.

Den ekologiska model föreslår därför en multidimensionel definition av trauma-recovery och hävdar att effektiviteten av intervention beror på vilken grad den kan hjälpa/underlätta individ-community transaktionen. Alltså, hur väl communityns intervention passar samman med individens specifika livsammenhang.

När den sociala, kulturella och politiska kontexten i relation till traumatisering illumineras som en del av interventionspraxis, blir det tydligt att en

person som överlever en traumatisk händelse kan recover på olika sätt. Modellen pekar på ett viktig fenomen, nämligen att resiliency är knuten till relevanta community resurser.

De faktorerna, som influerar person, event och environment, ses som viktiga i relation till trauma recovery. Dessa utformar den grad av »ecological fit«, der är i systemat *intervention-individ-community* – samt dess kvalitet och dynamik. Detta system består av flera analytiska aspekter:

- 1) **Person:** Individens kultur-baserade förståelse av upplevelsen av »victimization«, hennes/hans bekvämhet och familiäritet med olika slags behandling, modellering av hopp, orubblighet och resiliency som har eller inte har blivit given av familj, vänner och betydelsefulla andra. Det är viktig då det hjälper oss att definiera ekologiskt viktiga relationer som personer har med den community som han/hon tillhör.
- 2) **Event:** Här är det viktigt att den professionella inte i förväg bedömer vilken del av trauma upplevelsen som var mest traumatiserande för individen, men i stället söka lyssna till subtiliteten av personens tolkningar och ihåggommelse, nyanser av affekt och själv-upplevelse och idiosyncratiske sociale konstruktioner, som ger insikt i personens unika posttraumatiska respons.
- 3) **Environment:** Olika beskrivningar av den ekologiska kontexten inom vilken det traumatiska händelse(r) upplevdes, härunder
 - viktiga egenskaper hos individens support system för att fostra adaptiv istället för maladaptiv coping;
 - den grad av trygghet och kontroll, der är i individens posttraumatiska situation;
 - beteende hos de personer som först ser individen efter händelsen, deras handlande och förståelse (innanför individens recovery kontext);
 - innestående community attityder, kulturella konstruktioner, t ex av ras och kön;
 - politiska faktorer;
 - kvaliteten och mängden av ekonomiska resurser;
 - generel eller specifik tillgång till accept og forståelse inom det aktuella samhälle (*society*);
 - kulturell relevans, herunder advocacy resurser, och
 - tillgång till relevanta behandlingsmöjligheter.

Ett exempel kan vara en icke-dansk talande flykting (i Danmark), som utsatts för en traumatisk händelse. Efterföljande utsätts hon för svåra utmaningar i relation till att klara sin recovery process i en community, som i delar av den offentliga diskurs rymmer en outalad motvilja mot den

ökande immigrationen och är öppet för negativa uttalanden om immigrant populationer. Detta kan inte överses i en psykologisk analys av den omtalade personens situation (Wiking 2001).

Denna form för ekologiska definitioner av trauma recovery är relativt sällsynta i traume-litteraturen (Lewis Herman 1995). Där talas oftast om recovery utifrån psykologiskt trauma i globala termer (Horowitz 2000; Janoff-Bulman 1992; Tedeschi et al. 1998) kopplat till fullföljandet av långa terapier, mäsrande »*final resolution*« av psykologiska konflikter) som möjligtvis både har och inte har sin utgångspunkt i trauma exponeringen. Men detta är behandlingsmål och inte definitioner, vilket gör lite för att;

- tydligt avgränsa trauma recovery från vad skulle kunna kallas »global mental health«;
- utöka våran förståelse av psykologiska trauma i en livssammanhang;
- ger lite hjälp i relation till att designa effektiva interventionsmetoder inom ett livssammanhangs perspektiv; eller
- ge anvisningar för att utföra behandling inom detta synsättet; och
- företa en brukbar effekts-forskning, der rymmer det ekologiska perspektivet.

Den kliniska verksamheten fokuserar oftast på posttraumatisk arousal, undgåelse och intrusiva symptom. Denna definition här en fördel i relation till att det ger specifika foci punkter i relation till klinisk intervention, men den är dock mindre användbar när det är behov för att definiera recovery i bredare ekologiska perspektiv.

Den ekologiska modellen identifierar sju olika domäner inom psykologisk mästring, som utgångspunkt for en analys af person-event-environment helheten (Harvey 1996). Dessa är:

1. kontrol över minnesprocesser;
2. integration av minne och känslor;
3. affekt tolerans;
4. symptom mästring;
5. självförtroende och själv-cohesion;
6. self-attachment; och
7. meningsgörelse.

Dessa punkter ses ininom helheten av community och klinisk interventioner, vilket kan ge möjlighet till att testa recovery och resiliency hos både behandlade och icke behandlade trauma överlevare.

Den ekologiska modellen indikerar att så väl (a) klinisk intervention kan hjälpa den individuella recovery processen, som (b) community baserade

interventioner kan främja recovery. Så väl kliniska som community base-rade interventioner är beroende av den »ecological fit« mellan intervention-person-community inom varierade recovery kontexter.

I relation till detta har den ekologiska model satt upp tre påståenden:

- Individer är inte lika sårbara och påverkades inte på samma sätt av en potentiell traumatiserande händelse. Istället är både sårbarhet i relation till »victimization« och den individuellt varierade responsen och recovery mönsterna multi-determinerade av de interaktioner, der utveckler sig mellan inbördes influerande faktorer i individ-event-environment.
- Mht. efterverkningarna av trauma exponering er det viktigt att flertalet av påverkade personer inte har tillgång till klinisk behandling. En full förståelse av psykologiskt trauma kräver en större erkännande av denna obehandlade majoriteten och en utbredning av forsknings aktiviteter för att belysa deras posttraumatiska status och recovery process (se t ex Psychological Support 2001).
- Klinisk intervention i relation till efterverkningarna av traumatisk exponering är ingen garanti för att en recovery kommer att uppnås.

Grunden till icke existerande eller misslyckade recovery processer ses därför inte endast som beroende på den framhårdande individuella stressen, men också de ekologiska bristerna i en större recover kontext. Traumafokuserade interventioner misslyckas om de inte uppnår »ecological fit«. Detta refererar till hjälpfullheten i relationen mellan individen och hans eller hennes sociala kontext. Interventioner som uppnår en »ecological fit« är de som stärker person-environment relationen, t ex ved att reducera isolation, fostra social kompetens, stödje positiv mästring, och befordra tillhörighet i relevanta social kontexter.

6. Den politiska aspekten av ekologisk community psykologi

Traumatisk stress kan analyseras som en reaktion på bristande socialt stöd i den omgivande samhället. Fokus blir därför på community som ett medierande led mellan individ och samhälle.

Gennem epidemiologiska studier kan man påpeka den social distribue-ringen af traumatiserings-symtomer och relatera dessa till större samhälls-mässiga förhållanden omkring livsmöjligheter (Marsella et al 1996). På detta sätt kan man se traumatisering som socialt utpekad och socialt beting-at, om än det är själv sagt att det handlar om upplevda lidelseshistorier. Den upplevda historien är blått ofta svår att förmedla, speciellt om den är i mot-

stridighet med den dominerande historia om traumatisering – i form av vetenskapliggörande eller politisk resursfördelning till behandling av olika typer av lidelser. Behandlingskategorier svarar inte till den upplevda livspraxisen för alla (Das et al. 2001; Arenas 1997).

Att människors problem, även av psykologisk art, kan hänga samman med deras livssammanhang, träder inte ofta i fokus inom psykologien (Kleinman 1997). Detta ses inte bero på att människor inte uppfattar sina problem som politisk bestämda, men att det ofta är den professionellas tolkning av narrativet om problemen eller lösningarna, där dominerar i behandlingsmötet. Därför är det i dag intressant att se att det kommer böcker om symptom för exempel psyko-traumatologi som skall ses i sammanhang med politisk undertryckelse – som de nämnda (Kleinman 1997; Orford 1998; Dalton 1999; Das 2000, 2001) och egentliga läroböcker inom psykologi (Stainton Rogers 2001; Dallos & Draper 2000; Sampson 1999). Att vara traumatiserad, t ex pga. att ens familj har blivit skjuten eller pga. att man har fått ett ben avhugget som led i olika soldatgrupperns terrorisering av lokalabefolkningen, har således tydligt en politisk sida. Denna sida knyts till politisk kamp och beslut, men detta faller ofta bort i den psykologiska kategoriseringen eller allmängörelsen. Det betyder också att de konkreta valsituationerna, som individen befinner sig i – speciellt när det handlar om politisk ställningstagande, faller bort. I den ekologiska community psykologin prövar man att införa individens egen berättelse och egna val – som vedkommande står inför (som samhällsmedborgare, som förbrukare, som medskapare av vårans gemensamma framtid – för blått att nämne några få möjliga metaforer för det co-construerande perspektivet. Det betyder att den ekologiske community psykologi inte utesluter bestämda aspekter av offerens narrativ, men också lyssnar på de stämmor, som talar om undertryckelse och politisk skapta lidelser.

I detta sammanhang blir det tydligt att den ekologiska tillgången inom community psykologin på precis detta sätt kan ses som politisk, i det psykologien också omfattar och lyssnar på narrativer om gällande modsättningar, problem, ramar och diskurser i samhället. Detta ses i sammanhäng med bärduktiga sociala nätverk, samt resurser och kollektiva reflexionsprocesser, som ökar kompetens, kontrol och självbestämelse. Det handlar om en önskan om att göra psykologisk forskning och praxis till ett väsentligt och hörbart bidrag, också i den politiska debat om utvecklingen av samhället.

7. Sammanfattning och framtida forskning

Community psykologin och då särskilt de ekologiska perspektivet tar avstamp i en hållning om, att varje människa är betydelsefull pga. att hennes meningsunivers och livsberättelse är unik och väsentlig. Dennes rela-

tioner till andra är likaså konkret och dennes bidrag till vårans gemensamma förståelse för livets mångfallighet är oersättlig. Detta understryks genom att ekologisk community psykologi söker att:

- ta utgångspunkt i det unika, dvs. den eskilda människans betydelse;
- medverka till att ge lyhörddhet och respekt omkring detta unika; och
- motarbeta förtryck, olikhet och tvång.

At forska i »*person-in-context*« med basis i den ekologisk community psykologi kräver tvärvetenskapligt samarbete. Social medicin, antropologi, historia, sociologi och psykologi är upplagda möjligheter och mycket väsentliga i detta samarbete, idet att detta uttrycker samma forsknings- och praxisfokus innanför deras respektive område och ger olika synsvinklar på individen som en del av och interaktiv del av sin community. De kan utvidga synsvinklen på detta genom att undersöka, hur större samhällsmässiga (ekonomiska, sociala og diskursiva) processer kan påverka den enskilda personens livsmiljö.

8. Avslutning och perspektiver

Sammenfattningsvis, kan det ekologiska aspekten av community psykologin sägas omhandla och fokusera på:

- den sammanlagda livsammanhang som individen befinner sig i (helhetsperspektiv);
- ett balanserad syn på hälsa och sjukdom;
- de uppgifter, intentioner och resurser, som individen-community har och hur väl dessa kan kopplas till intervention praxis i ett »ecological fit«;
- resiliency både hos individen och community;
- situering av psykologisk trauma recovery och dermed av interventions praxis.

Framtida forskning kan fokusera på:

- Forska på och undersöka kliniska behandlingsmetoders process och effekt i relation till community-baserede metoders process och effekt – samt genom kombination af dessa två olika metoder;
- Fokusera och gå vidare med de »misslyckade« fallen, för att se på vad det var som inte fungerade, inkludera ekologiska faktorer;
- Undersöka och ta lärdom av den grupp, som klarar sig utan klinisk intervention

- Undersöka och finna sätten att få fatt på dem som inte opnår en form för recovery och inte når vare sig community based intervention eller klinisk behandling;
- Undersöka vad resilience är i en ekologisk ram och hur den tar sig uttryck;
- Konkret undersöka hur olika community resurser spelar in i samband med eller avskilda från kliniska tilltag;
- Undersöka hur man på bästa sätt stödjer de redan förekommande sociala, diskursiva och materiella stödet i livssammahänget;
- Konkret undersöka relevansen av olika community-baserade interventioner.

9. Epilog

I inledningen till *Psychological Support* (2001) skriver D.J. Cherpitel:

Psychological support, guidance, advice and care are traditionally carried out by family or community members. In today's world, however, community bonds are changing and, in many cases, weakening. The breakdown of large, extended and close-knit family or community networks and the loosening links between people have meant that, when disaster strikes and help is needed, the traditional support mechanisms are not nearly as efficient as they once were.

Even where these traditional support mechanisms function well, they are likely to break down in the aftermath of disaster or crises (p. 4).

Därför är syftet med community psykologiska interventioner således:

The programmes' objectives are to reintegrate individuals and families into their communities, and to identify and restore community networks and coping strategies (p. 4).

Detta sätt att intervjua på är kanske speciellt relevant överför de miljöer av människor, som utsätts för traumatiserande begivenheter, utan att det finns resurser till att erbjuda dem professionell hjälp. Också mht. psykiatrisk och psykologisk hjälp är världens resurser mycket ojämt fördelade. Detta bör såväl praktiker som forskare förhålla sig till och besluta var de i deras praktiska verk vill placera sig i förhållande till bevarelsen eller ändringen av detta.

Och så är det ju inte bara ute bland de politiskt undertryckta i den 3. Världen ett community aspekt och en ekologisk synsvinkel kunne vara ett my-

cket nödvändigt aspekt i psykologien (från Björn Afzelius' sang: *Sådan Herre* – på cd'en *Nidaros 1991*):

*Men vi växte upp med sex och våld,
vi blev frestade från alla håll;
Och dom lärde oss at lyckan är
en svart miljon på banken.
Så vi skaffa' barn og sket i dom,
och vi gifte oss gång på gång;
Vi var otrogna och bar oss åt
Som aporna på Skansen*

LITTERATUR

- ANTONOVSKY, A. (1990) *Study Health vs. Studying Disease*. Paper at the Congress for Psychology and Psychotherapy. Berlin.
- ARENAS, J. (1997): Organiseret vold, migration og interkulturel psykologi. I Arenas, J. (red.): *Interkulturel Psykologi*. København: Hans Reitzels Forlag.
- BERLINER, P., HAKESBERG, S., WIKING, M. & HEIMANN, J. (2001): Community psykologi. *Socialpsykiatri* nr. 5, side 20-23.
- BERLINER, P. (2001): Transkulturel Psykologi – fra tværkulturel psykologi til community psykologi. *Psyke og Logos*. Vol 22. Nr. 1. Side 91-113.
- BERLINER, P. & SAND, L. (1999): *FN-Polititjeneste i det tidligere Jugoslaven: Oplevelser og efterreaktioner*. København: Rigspolitichefen.
- BILLINGTON, R., HOCKEY, J. & STRAWBRIDGE, S. (1998): *Exploring Self and Society*. Chichester: John Wiley and Sons.
- BROWN, G. W. & HARRIS, T. (1978): *Social Origins of Depression*. London, Tavistock Publications.
- CROSSLEY, M. L. (2000): *Narrative Psychology – Self, Trauma and the Construction of Meaning*. Buckingham: Open University Press.
- DALLOS, R. & DRAPER, R. (2000): *An Introduction to Family Therapy*. Buckingham: Open University Press.
- DALTON, J.H., ELIAS, M. J. & WANDERSMAN, A. (2001): *Community Psychology – Linking Individuals and Communities*. Stanford: Wadsworth.
- DAS, V. ET AL. (Eds.) (2000): *Violence and Subjectivity*. University of California Press.
- DAS, V. ET AL. (Eds.) (2001): *Remaking a World – Violence, Social Suffering, and Recovery*. University of California Press.
- FREEDMAN, J. & COMBS, G. (1996): *Narrative Therapy*. New York: W. W. Norton & Company.
- FRUGGERI, L. & MATTEINI, M. (1991): From dualism to complexity: methodological issues in psychotherapy in public services. I: L. Fruggeri mfl. (eds.): *New systemic ideas from the Italian mental health movement*. London: Karnac Books.
- HAKESBERG, S. & BERLINER, P. (2001): En dør mod samfundet. *Psykolog Nyt*. Vol. 55, nr. 5, side 10-15.
- HARVEY, M. R. (1996): An Ecological View of Psychological Trauma and Trauma Recovery, *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 9, No 1.

- HOROWITZ, M. J. (2000): Brief Cognitive-Dynamic Treatment of Stress Response Syndromes. I: Snyder, C. R. & Ingram, R. E. (Eds.): *Handbook of Psychological Change*. New York: John Wiley & Sons.
- JANOFF-BULMAN, R. (1992): *Shattered Assumptions*. New York: The Free Press.
- LEWIS HERMAN, J. (1995): *I voldens kølvand*. København: Hans Reitzels Forlag.
- JOSEPH, S., WILLIAMS, R. & YULE, W. (1999): *Understanding Post-Traumatic Stress – A Psychosocial Perspective on PTSD and Treatment*. Chichester: Wiley.
- KLEINMAN, A. ET AL. (eds.)(1997): *Social Suffering*. Berkeley, University of California Press.
- KNUDSEN, L., HOEGSTED, R. & BERLINER, P. (1997): *Psychological First Aid and Human Support*. Copenhagen, Danish Red Cross.
- KOSS, M. P., & HARVEY M. R., (1991): The rape victim: *Clinical and community interventions*. Newbury Park, CA: Sage.
- LEWIS, J. A., LEWIS, M. D., DANIELS, J. A., & D'ANDREA, M. J. (1998): *Community Counseling – Empowerment Strategies for a Diverse Society*. Pacific Grove: Brooks/Cole Publishing Company.
- MARSELLA, A. J., FRIEDMAN, M. J. & SPAIN, E.H. (1996): Ethnocultural Aspects of PTSD: An Overview of Issues and Research Directions. In Marsella et al (Eds.) *Ethnocultural Aspects of Posttraumatic Stress Disorder*. Washington: American Psychological Association.
- MILNE, D.L. (1999): *Social Therapy – A Guide to Social Support Interventions for Mental Health Practitioners*. Chichester: John Wiley and Sons.
- ORFORD, J. (1998): *Community Psychology – Theory and Practice*. Chichester: John Wiley and Sons.
- PARK, CRYSTAL L. (1998): Implications of Posttraumatic Growth for Individuals. In Tedeschi, R. G., Park, C. L. & Calhoun, L.G. (Eds.), *Posttraumatic Growth*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- PLUMMER, K. (2001): *Documents of Life 2 – an Invitation to a Critical Humanism*. London; Sage.
- PSYCHOLOGICAL SUPPORT: BEST PRACTICES FROM REDCROSS AND CRESCENT PROGRAMMES* (2001): Geneva: International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies.
- ROSE, N. (1999): *Governing the Soul – the Shaping of the Private Self*. London, Free Association Books.
- SAMPSON, E.E. (1999): *Dealing with Prejudice*. Fort Worth: Harcourt College Publishers.
- STANTON ROGERS, W. & STANTON ROGERS, R. (2001): *The Psychology of Gender and Sexuality*. Buckingham: Open University Press.
- SUEDFELD, P. (1997): Reactions to Societal Trauma: Distress and/or Eustress. *Political Psychology*, Vol. 18, No. 4.
- TEDESCHI, R. G., PARK, C. L. & CALHOUN, L.G. (Eds.): *Posttraumatic Growth*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- WIKING, M. (2001): Migration and Mental health. *Psyke og Logos*. Vol 22, Nr. 1, s. 147-157.
- WILLIG, C. (2001): *Qualitative Research in Psychology*. Buckingham: Open University Press.