

Traumatiske reaksjoner hos tolker i offentlig tjenesteyting

Daniela Feistritz

høgskolelektor

Høgskolen i Oslo og Akershus

danielaf@online.no

Keywords:

secondary traumatic stress

interpreting in challenging situations

traumatic reactions

public service interpreting

Telemark University College

Abstract

This article aims to see how traumatic reactions may influence public service interpreters in their interpreting performance. It looks at relevant research results and refers to reflective reports and written examinations about secondary traumatic stress and other psychological reactions written by interpreters that attended a one-semester study programme in public service interpreting at Telemark University College in 2004.

The article is divided into three parts starting with a definition of the key concept used to describe traumatic reactions that may arise when meeting traumatised people. Thereafter it briefly presents neurophysiologic research results that show a relation between emotional reactions and the interpreting process.

Part two describes the content of the above mentioned one semester programme in interpreting that included the topic of interpreting in emotional challenging situations and part three connects the students' reflections to the key concepts around traumatic reactions and analyses how this topic may be integrated in interpreting studies.

Innledning

Målet med denne artikkelen er å drøfte hvordan traumatiske reaksjoner kan påvirke tolker i offentlig tjenesteyting. I denne sammenheng nevner artikkelen en mulig sammenheng mellom hjernens struktur og tolkens reaksjoner. Dette er en problemstilling som det er blitt forsket lite på fram til nå, i både Norge og utlandet, noe som innebærer at empirien er noe begrenset. Imidlertid viser det seg at en rekke fagmiljøer verden rundt har begynt å se nærmere på denne problemstillingen.

Relevant forskning har vist at tolker ikke er språkmaskiner, men mennesker som blir følelsesmessig påvirket av settingen de arbeider i.¹ Videre har studier vist at nesten alle tolker opplever symptomer som traumatisering i ulike grader, utbrenthet, empati-utbrenthet og økt stressnivå som resultat av gjentatt eksponering for traumatiske opplysninger og historier.² I motsetning til andre yrkesgrupper som for eksempel sosialarbeidere, sykepleiere, leger og psykologer, blir ikke tolker forberedt nok i løpet av sin utdanning til å håndtere slike vanskelige situasjoner. Fordi dette ikke er en del av dagens tolkeutdanninger, er tolkene overlatt til seg selv og må finne sine individuelle løsninger for å overleve i tolkeyrket. I denne artikkelen vises det noen løsninger slik de er beskrevet av tolker som har fulgt tolkeutdanning ved Høgskolen i Telemark i 2004.

Artikkelen gir først en begrepsavklaring av traumatiske reaksjoner som kan oppstå i arbeid med mennesker i vanskelige situasjoner. Deretter beskrives kort den neurofysiologiske forskningen som forklarer hvorfor følelsesmessige reaksjoner påvirker tolker i tolkesammenheng.

Videre følger en kort presentasjon av, så vidt forfatteren kjenner til, det eneste utdanningstilbudet for tolker der tolking i følelsesmessig vanskelige reaksjoner er blitt satt på timeplanen. Det dreide seg om et engangsprosjekt som ble tilbudt av *Avdeling for helse- og sosialfag* ved Høgskolen i Telemark (HiT) og Utlendingsdirektoratet (UDI) i 2004. For å illustrere tolkenes erfaringer presenterer artikkelen anonymiserte eksempler fra tolkestudentenes refleksjonsoppgaver, der de ble utfordret til å beskrive en følelsesmessig vanskelig situasjon der de fikk innsyn i traumatiske forhold, tabuer e.l. Studentene analyserte videre erfaringene sine i lys av boka *Rørt, rammet og rystet* (Bang, 2003) og formulerte minst to momenter de mente ville være avgjørende for at de skulle kunne utføre tolkeoppdraget på en forsvarlig måte. I denne artikkelen gis det, med studentenes samtykke, noen anonymiserte eksempler av deres refleksjoner.

Som innledningsvis nevnt er empirien rundt problemstillingen fortsatt noe begrenset. I Norge er det hovedsakelig Huun og Meyers (2002) hovedoppgave *Sekundær traumatisering av tolker som arbeider med flyktninger i terapi* som har behandlet problemstillingen. I denne artikkelen refereres det videre til Mailee Lors studie fra 2012 om *Effects of Client Trauma on Interpreters: An Exploratory Study of Vicarious Trauma*. Videre var artikkelforfatteren i personlig kontakt med Paolo Cappelli, konferansetolk og ansatt ved det italienske forsvarsdepartementet, som sommeren 2014 etter å ha arbeidet med ankomst av flyktingene i Lampedusa i Sicilia, Italia, skrev på et foredrag om strategier for å håndtere sekundær traumatisk stress blant tolker i offentlig tjenesteyting som skulle presenteres på en rekke fagkonferanser høsten 2014.³ Foredraget undersøkte traumatiske reaksjoner hos tolker og språkformidlere i flyktingleirer på Lampedusa i Italia.

1 www.expresslanguagesolutions.com/blog/2012/07/vicarious-trauma-in-interpreting/ 23.08.2014.

2 (www.psychologytoday.com/blog/talking-about-trauma/201308/vicarious-trauma-and-the-professional-interpreter, Robert Muller, 23.08.2014)

3 *Conflict in Conflict. Strategies to cope with Secondary Traumatic Stress (STS) for Public Service and Military Interpreters*

Traumatiske reaksjoner, en begrepsavklaring

Posttraumatisk stresslidelse (PTSD)⁴ som også kalles posttraumatisk stress, defineres av Bang som en «forsinket eller langvarig reaksjon på en belastende hendelse eller situasjon (av enten kort eller lang varighet) av usedvanlig truende eller katastrofeaktig art, som vil medføre kraftig påvirkning hos de fleste (ICD-10 2000)» (Bang, 2003:44).

Berørte personer kan oppleve store kroppslige og psykiske belastninger. Det dreier seg om symptomer som forhøyet angstnivå, mareritt og «flashbacks» som plager dem dag og natt. For å overleve utvikler personer med PTSD unngåelses- og tilbaketrekningsstrategier for ikke å bli minnet om de traumatiske opplevelsene. De isolerer seg fra sine følelser, andre mennesker og aktiviteter. Dette medfører at personer med PTSD utvikler en følelse av å være utestengt fra livet og være «død» innvendig, noe som kan få dem til å framstå som depressive (Bang, 2003: 44-45).

Sekundær traumatisering og stress eller vikarierende traumatisering

Sekundær traumatisering, traumatisk stress og vikarierende traumatisering er begreper som brukes synonymt om hverandre og som beskriver den psykiske forandringen hos mennesker som er i kontakt med traumatiserte mennesker. Palm, Polusny og Follette (gjengitt i Lor 2012) beskriver vikarierende traumatisering som en personlighetsforandring som skjer i yrkesgrupper som enten er i tett kontakt med personer som har overlevd traumatiserende handlinger eller som bruker empati i interaksjon med andre. Ved å utsettes for detaljer knyttet til tortur, overgrep og vold, forandrer disse yrkesgrupper troen på seg selv og verden for øvrig og får endret sitt psykiske handlemønster. Vikarierende traumatisering som også kalles sekundær traumatisk stress og har det samme symptombilde som PTSD. Berørte personer er plaget av mareritt, de trekker seg tilbake, er unnvikende, forandrer sitt forhold til familien, venner og samfunnet, øker alkoholinntaket kjenner seg utbrent og bytter jobb, opplever seg som avstumpet og har forstyrrende tanker (Lor 2012).

Overlevelsesskyld er enda et fenomen som kan ramme personer som er i kontakt med traumatiserte. Bang bruker begrepet både for mennesker som har unngått den skjebnen som den de var sammen med, og for behandlere som føler skyld for å ha det så godt og ikke ha kunnet hjelpe mer enn de gjorde. (Bang, 2003: 54)

Ifølge Bang er motoverføring en fysisk og psykisk reaksjon som man får i kontakt med en enkelt klient, mens sekundær traumatisering er påkjenninger man får etter å ha vært i kontakt med flere klienter over tid (Bang, 2003: 79).

Utbrenthet er en vanlig reaksjon på arbeidsrelatert stress som har pågått over lengre tid, ofte flere år. Vanlige symptomer er tretthet, spenningstilstander og muskelsmerter. Utbrente personer føler seg emosjonelt utslitt, overbelastet, tomme for energi, slitne og deprimerte. Denne tilstanden kan redusere prestasjonsevnen og hverdagsaktiviteten (Kvam, 2014).

4 Bang bruker betegnelsen «posttraumatisk belastningsreaksjon» (2003:44)

Neurofysiologisk forskning

Neurofysiologisk forskning⁵ har vist at den hjernedelen som er ansvarlig for følelser er mye eldre enn den delen som er ansvarlig for kognitive prosesser, språket, problemløsning, planlegging, bevisst handling og analytiske prosesser. Dette innebærer at den emosjonelle hjernen mottar informasjon først. Dersom hjernen trigges av en farlig situasjon, eller et traume (fysisk eller følelsesmessig) overtar den emosjonelle hjernen styringen, mens den delen av hjernen som er ansvarlig for kognitive prosesser, problemløsning, planlegging, bevisst handling og analytiske prosesser slås av. Dette er uheldig for tolker, fordi dette betyr at dersom en tolk er berørt av en traumatisk hendelse eller utvikler empati for tolkebrukeren, kan han oppleve at det er vanskelig å tolke brukerens budskap uten å forstå hvorfor den opplevelsen oppstår.

Semesteremne i tolking i offentlig tjenesteyting ved avdeling for helse- og sosialfag (Hit) i 2004

Avdelingen for helse- og sosialfag (HiT) har mye erfaring og kompetanse i veiledning av studenter som utdannet seg for å arbeide i omsorgstjenester og som kunne komme til å møte følelsesmessige vanskelige situasjoner og bli utsatt for traumatiske reaksjoner på grunn av sitt yrke. Med tanke på at også tolker, på lik linje med sosialarbeidere, sykepleiere, leger, psykologer og andre som arbeider i omsorgstjenester, møter følelsesmessige vanskelige situasjoner, ble dette temaet integrert i utdanningen og behandlet under delemnet *Strategier for etisk og følelsesmessig krevende samtalsituasjoner, stemmebruk, avspenning og stress-symptomer og Krisereaksjoner og tolking*.

Selve utdanningen besto av både en språkuavhengig og en språkavhengig del. Den språkuavhengige delen la grunnlaget for den språkavhengige delen. Undervisningsopplegget var en kombinasjon av samlinger, fjernundervisning, gruppearbeid, loggføring, selvstudium, skriftlige øvelser og oppgaver. Hovedemne 1 fokuserte på *Kommunikasjon og tolking innen flyktningsarbeid, flerkulturelt arbeid, ved helse- og sosialtjenester og innen enkelte sentrale offentlige tjenester*, mens hovedemne 2 fokuserte på *Kommunikasjon og tolking innen avtalerettslige og familierettslige områder, og innen rettshåndheving*.

Etter hovedemne 1 måtte studentene bestå en muntlig individuell test (norsk-norsk) for å kunne gå videre til del 2. Etter hovedemne 2 gikk studentene opp til eksamen som besto av en skriftlig del og en muntlig ferdighetsprøve der de tolket en samtale. Begge delene måtte bestås for å få godkjent 30 studiepoeng.

Studentmassen besto av aktive tolker og var heterogen med tanke på kjønn, alder, nasjonal og sosial bakgrunn. Utdanningen tok utgangspunkt i erfaringsbasert læring, og i denne sammenheng reflekterte studentene blant annet rundt egne reaksjoner ved tolkeoppdrag i følelsesmessig krevende settinger.

⁵www.expresslanguagesolutions.com/blog/2012/07/vicarious-trauma-in-interpreting/
(lesedato 2014-07-08)

Sekundær traumatisering av tolker som arbeider med flyktninger i terapi

I motsetning til omsorgsyrker der studenter blir forberedt på å takle følelsesmessige reaksjoner i møte med vanskelige situasjoner som en formalisert del av utdanningen, ser det ikke ut som om dette temaet blir behandlet på samme måte ved tolkeutdanningene i Norge. Sigrid Huun og Gry Cecilie Meyers (2002) hovedoppgave *Sekundær traumatisering av tolker som arbeider med flyktninger i terapi* omhandler dette temaet. Det dreide seg om en kvalitativ undersøkelse basert på 16 informanter i alderen 25 til 67 år, med lik kjønnsfordeling. Oppgaven hadde som formål å kartlegge hvilke psykologiske reaksjoner som oppsto som følge av arbeidet med traumatiserte flyktninger i terapi. Videre så oppgaven på hvordan tolker håndterte og mestret egne reaksjoner på det som ble formidlet av klienten i en terapeutisk situasjon. Avslutningsvis så oppgaven på hvilke rammebetingelser tolker arbeidet under, og om disse kunne forbedres.

HiT-studentenes refleksjoner stemmer godt overens med det som kom fram i Huun og Meyers hovedoppgave, og i denne artikkelen gis det relevante og anonymiserte utdrag av studentenes refleksjoner. For å ivareta studentens anonymitet er alle sitater redigert, all informasjon som kunne bryte med konfidensialitetsprinsippet er utelatt, muntlig språk er omformulert til et mer skriftlig språk, og det er innhentet tillatelse fra studentene om å bruke eksemplene.

Sekundær traumatisk stress blant tolker

Bang (2003) beskriver tolker og tokulturelle medarbeidere som mennesker som ofte har opplevd det samme som sine klienter og landsmenn. De er som regel yngre og sterkere, har lært seg språket og integrert seg raskt. På jobben gjenopplever de sine egne traumer. Selv om det kan være berikende og trøstende å oppleve et fellesskap i lidelsen, har dette ofte motsatt effekt dersom tolken ikke får bearbeidet sine reaksjoner gjennom veiledning. Tolken står i fare for å rive opp i ubearbeidede traumer og blande sine egne opplevelser og følelser med klientenes påkjenninger.

Selv om tolken er en ressursperson og har sterk vilje, er han fortsatt bare et menneske som på lik linje med andre mennesker blir påvirket i følelsesmessig krevende situasjoner. En av mine studenter beskrev en slik opplevelse:

Eks. 1

I praksis kan enkelte oppdrag bli for sterk kost selv for en erfaren tolk som jeg tror jeg er. Da settes følelsene i sving, og alt som heter empati og sympati i den ene enden og sinne og hat i den andre blusser opp. Og der sitter stakkaren som kjenner seg igjen og skal beherske seg og beholde konsentrasjonen for deretter å formidle budskapet.

Istedenfor å kunne konsentrere seg hundre prosent om tolkeoppdraget bruker tolken mye av sin energi for å undertrykke sine følelser. I lys av den neurofysiologiske forskningen som er nevnt tidligere, er dette en helt naturlig reaksjon.

Tolkens reaksjoner og arbeidssituasjon

Tolkens reaksjoner bør ses i lys av tolkerollen, arbeidssituasjon og tolkens personlige bakgrunn. To tolker som deltok på semesteremnet ved HiT illustrerer dette slik:

Eks. 2

Tolkeyrket er karakterisert av høy konsentrasjon, stort ansvar og usynlighet. Allerede her ser vi at det ligger en menneskelig konflikt. Hvordan er det mulig å ha et stort ansvar og samtidig være usynlig? Hvordan er det å gjøre en kjempejobb, men ikke få noe positiv tilbakemelding i det hele tatt?

Det er ikke rart, da ingen av partene har forstått alt som er blitt sagt i en tolkesamtale, så de kan verken gi ris eller ros. Men hvorfor skulle tolken ha psykiske problemer bare av å gjøre jobben sin? Det kan forklares mye med begreper som motoverføring, PTSD og sekundær traumatisering.

Å tolke betyr å være i forskjellige livssituasjoner der man blir utsatt for andre menneskers lidelser. Å bli utsatt for kontakt med den smertefulle delen av menneskelivet gjennom klientene er et arbeid som er preget av store krav.

Det er risikofyllt å være i nær kontakt med andre menneskers tap og traumer, og det er viktig å kunne fortsette med yrket uten selv å ta følelsesmessig skade eller være til skade for klienter, og ikke minst viktig å kunne bearbeide egne personlige reaksjoner i forbindelse med andres sorg og traumer.

Tolken er ikke bare et talerør som lar budskapet han hører, lede seg gjennom kroppen, der det blir gjort til et annet språk og formidlet videre. Ordet er sterkt, og fordi tolken ikke er en maskin, men et menneske, blir han selvfølgelig påvirket, og det er viktig at tolken finner ut hva han skal gjøre for å utføre oppgaven på en forsvarlig måte. Det er opp til hver enkelt å finne den beste måten å bearbeide det man hører for å kunne fortsette som tolk.

Tolkens situasjon skiller seg fra andre yrkesgrupper i omsorgstjenester. Tolken er et nødvendig bindeledd mellom klienter og behandlere, samtidig som vedkommende er uten innflytelse på behandlingstilbudet (Huun og Meyer, 2002). Tolkens oppgave er å sørge for at de to partene kan kommunisere med hverandre. Dette blir utfordrende når tolken opplever traumatiske reaksjoner i arbeidssituasjonen. En av mine tolkestudenter kom med følgende eksempel fra sin tolkehverdag:

Eks. 3

I en tolkesituasjon hvor klienten for eksempel er en person som har utøvd vold og lignende, kan dette påvirke tolken til å utvikle en aggressiv holdning overfor klienten, noe som innebærer at profesjonaliteten svikter som følge av sekundær traumatisering. Selv om tolken i utgangspunktet er klar over sin oppgave og sitt ansvar, så kan sekundær traumatisering medføre at de tolkeetiske aspektene vil vike plass for en uetisk holdning i rollen som tolk i forhold til klienten. En motsatt reaksjon kan være en empatisk følelse hos tolken overfor klienten. Bang (2003) betegner dette som den *affektive resonansen*. Mens vi sitter og lytter speiler vi klienten kroppslig og opplever gjennom denne speilingen noe av det samme som klienten. Spesielt lett er

dette for to personer (klienten og tolken) som kommer fra samme land og delvis har samme kultur og religion.

Fram til 2004 mottok tolker i Norge veiledning fra Psykososialt senter for flyktninger i Oslo. Veiledningen hjalp dem å takle fagetiske og andre utfordringer med gode resultater. Etter at senteret ble nedlagt i 2004, fikk tolkestudenter ved HiT veiledning i å håndtere denne problemstilling, men per i dag finnes det ikke noe standardisert veilednings- eller utdanningstilbud for å lære å håndtere traumatiske reaksjoner i tolkesammenheng i Norge.

Ved det nevnte semesteremnet i tolking ved HiT i 2004 kom studentene med mange eksempler fra sin arbeidshverdag, og eksemplene i denne artikkelen er tatt derfra. Generelt kan det sies at det var to faktorer som studentene mente hadde forårsaket sekundær traumatisk stress eller lignende symptomer hos dem. Den første var at studentene, som for det meste selv hadde flyktet fra hjemlandet sitt under traumatiske omstendigheter, gjenopplevde sine egne traumer i tolkesammenheng. Dette kunne innebære at tolkene kom i den situasjonen der de ikke lenger klarte å skille mellom sine egne opplevelser og klientenes skildringer. Eksempel 4 er i samsvar med Sextons funn beskrevet i Lor (2012:4). Funnene viser at tolker som selv har vært utsatt for traumatiske opplevelser er mer sårbare når det gjelder å utvikle sekundær traumatisk stress. Årsaken er at de har en dypere forståelse og sterkere sympati for klientens erfaringer og behov. Dette betyr også at tolkene har en større sjanse for å utvikle en alvorligere form av sekundær traumatisk stress. Den andre faktoren var at tolkene utviklet en sterk innlevelsessevne i klientens skildringer og liv, fordi det var så lett å kjenne seg igjen i.

Tolkens beskrivelse av å utvikle motoverføring

I sine notater reflekterte studentene ved HiT over egne opplevelser. I de to eksemplene nedenfor beskriver to erfarne tolker hvordan følelsene tok overhånd når de tolket for en klient som de kunne identifisere seg med. I det første eksemplet kom tolken fra samme sted som klienten, og i det andre hadde tolken opplevd det samme som klienten. I begge tilfeller ble tolken følelsesmessig berørt.

Eks. 4

Jeg vil prøve å gjenfortelle et asylintervju som berørte meg følelsesmessig da jeg ble engasjert som tolk. Gjennom intervjuet kom det fram at asylsøkeren var fra samme fødestedet som meg, samme by og bydel, og til og med har gått på samme skole som jeg gikk på.

Det ble fortalt en veldig sterk og detaljert historie fra dette stedet som asylsøkeren hadde flyktet fra. Han ble påkrevd å fortelle så detaljert som mulig for å bekrefte at han faktisk var fra dette stedet og at han hadde grunn til å flykte i fra det. Han begynte med å fortelle blant annet om bombing av skolen, butikker som ble brent ned og massakre på fotballbanen. Dette ble vanskelig for meg, da det faktisk var denne skolen jeg gikk på, og fotballbanen der jeg lekte med andre fram til jeg reiste. Jeg har ikke opplevd de grusomme hendelsene han beskrev, men det føltes som om jeg hadde vært til stede da det skjedde. Disse beskrivelsene av grufulle hendelser i mitt oppvekstmiljø virket veldig nært og påvirket meg sterkt personlig, men ikke i arbeidet som jeg skulle gjennomføre som tolk der og da. Det var først da jeg kom hjem etter utført tolkeoppdrag at jeg begynte å tenke tilbake på mitt hjemsted og hva som faktisk hadde skjedd der. Jeg følte at min trygge oppvekst og mange gode minner ble revet bort fra meg. Jeg begynte å tenke på de menneskene jeg kjente og hadde vært

sammen med gjennom oppveksten. Jeg tenkte på hvordan det sto til med disse personene som jeg ikke hadde hørt fra på veldig lenge. Heldigvis kom jeg fram til den erkjennelsen at slike tanker var ødeleggende for meg og at jeg ikke kunne fortsette slik. Det jeg gjorde, var å ta meg turer til svømmehallen, begynte å spasere om kveldene for å få litt fred og ro med meg selv. Dette gjorde at jeg igjen kunne legge alt sammen bak meg.

Jeg vil også få fram at jeg ikke hadde kjennskap til verken asylsøkeren eller personene som kom fram i saken. Det var kun stedet som forbaunt meg med dette. Det gikk som sagt ikke utover profesjonaliteten i mitt arbeid.

Hva kunne jeg ha gjort for å unngå dette? Svaret her er at jeg ikke kunne ha gjort noe som helst.

Eks. 5

Hvis jeg oversetter de smertefulle og urovekkende opplevelsene i klientens historie som har med krig å gjøre, reagerer jeg veldig sterkt fordi jeg selv har opplevd det. Jeg får opplevelser av fellesskap og identifiserer med de menneskene som også har bodd under krigsforhold slik som jeg. Jeg opplever et spesielt fellesskap. Jeg blir grepet av tvetydig følelse, på en måte er jeg klar over at jeg er tolk og må holde følelsene tilbake, ikke kan engasjere meg, må være upartisk, men på den andre siden har jeg full forståelse for klienten, blir svært nær klienten. Jeg blir dypt beveget av klientenes historie som glir inn i mine tanker, og det gjør vondt i noen dager etter samtalen. Da føler jeg meg presset av tanker på dagtid og drømmer som består av mareritt om natta. Jeg skjønner at dette kan ha konsekvenser for min jobb, og dette gjør meg redd og bekymret.

Tolkens beskrivelse er i samsvar med det Lor (2012) kommer fram til i sin studie som viser at tolker som har vært utsatt for traumatiske opplevelser sliter med å skille mellom sine personlige erfaringer og opplevelsene de hører om i tolkesammenheng:

This struggle to not only manage the impact of hearing and interpreting traumatic client material, but to also separate personal content from professional content is a very difficult one (19).

Den samme tolken som beskrev hvor vanskelig det var å skille mellom sine egne opplevelser og det som ble sagt i tolkesammenheng, utarbeidet følgende fire tiltak for å mestre utfordringene:

Eks. 6

1. Hvis tolken midt i samtalen føler at han blir overveldet av følelser og kanskje har lyst til å gråte, bør tolken be om en pause der han får mulighet til å være alene og gråte. Hvis det blir veldig tungt, går det an å ta avslappende medisiner for å kunne utføre oppgaven på en riktig måte.

2. Selv om tolken er dypt berørt av historien, kan han ikke gi uttrykk for at han er beveget eller begynne å trøste klienten.

3. På vei hjem kan tolken snakke med seg selv og gråte slik at han blir tom for følelser, det er viktig at han ikke kommer hjem opprørt og urolig på grunn av sitt arbeid, spesielt når man har barn.

4. Hvis man har voksne hjemme som man kan dele bekymringene og opplevelsene med, kan det være til stor hjelp å snakke med sine nærmeste. Dette kan det være til støtte og trøst, selv om taushetsplikt og andre faktorer kan gjøre det umulig å dele det man opplever fullt ut. Man kan fortelle en liten detalj fra en historie vi har hørt. Hvis man fortsatt føler seg deprimert på grunn av historiene man har hørt og arbeidet begynner å være en byrde, bør tolken søke profesjonell hjelp hos en psykolog eller veileder.

Tolkens beskrivelse av å utvikle sekundær traumatisk stress

En annen tolk beskrev hvordan han var i ferd med å utvikle sekundær traumatisk stress og hvordan han ble følelsesmessig involvert i klientenes historier.

Eks. 7

I 2003 var jeg tolk for de norske myndighetene ved Krigsdomstolen for det tidligere Jugoslavia i Haag. Min oppgave var å tolke samtaler mellom bosniske krigsfanger som satt i konsentrasjonsleir og myndighetene som skulle reise sak mot de skyldige.

Dette oppdraget foregikk i mange dager med inntil fem klienter om dagen. Selve tolketeknikken og språket var ikke noe problem, men innholdet i det som ble tolket var så vanskelig. Det dreide seg om beskrivelser av tortur og metoder som ble brukt, og etter hvert fikk jeg problemer med meg selv. Jeg klarte ikke å holde tårene tilbake, plutselig begynte jeg å ta på klientens hånd mens han fortalte om episoder med tortur. Det var en ubevist reaksjon for å trøste ham, og jeg begynte å tenke: «Hvordan kan jeg hjelpe disse menneskene?»

Etter den første dagen forsto jeg at jeg aldri har gjort slike ting under et tolkeoppdrag tidligere. Jeg var i tvil om jeg hadde opptrådt som tolk eller om jeg hadde gått over grensen for min tolkerolle og begynt som sjelesørger.

Tolkens reaksjoner bekrefter at tolken ikke kan anses bare å være et språklig verktøy⁶, og det følgende eksemplet beskriver akkurat dette. Tolkens følelser overtar styringen i tolkesammenheng.

Eks. 8

Det er lett å bli påvirket når man tolker i en situasjon der klienten forteller om vanskelige temaer. Som tolk har jeg flere ganger hatt oppdrag der klienten forteller om noen opplevelser han ble utsatt for, og hvor det har vært vanskelig for meg som tolk å ta avstand fra hans følelser.

Dette skjedde med en kvinnelig klient fra et land i Afrika. Hun hadde vært vitne til drapet på foreldre og søsken. Hun måtte fortelle om hendelsene under et asylintervju i UDI, med alle detaljer rundt hendelsene, angrepet, voldtekten hun ble utsatt for, kort

⁶«language machine» i Vicarious Trauma in Interpreting, www.expresslanguagesolutions.com/blog/2012/07/vicarious-trauma-in-interpreting/ (lesedato 2014-07-08)

sagt alt rundt historien som fikk henne til å rømme til Norge for å søke asyl. Asylsøkeren ble intervjuet av en saksbehandler som levde i et trygt land og aldri hadde vært i et krigsområde.

Saksbehandleren virket tilsynelatende godt forberedt til oppgaven og hadde fått de nødvendige faglige redskaper for å gjennomføre intervjuet. Men hva visste jeg som tolk om asylsøkeren? Hun var ung og vakker, men viste et trist blick hele tiden. Hun så skremt ut over hva som skulle skje med henne i det lille intervjurommet på tolv kvadratmeter. Fra vårt første øyekontakt fikk jeg en storebrorfølelse over den stakkars jenta som var alene i det kalde Norge. Historien var veldig rystende, klienten gråt mye og trengte mange pauser. Jeg ble selv veldig omsorgsfull mot klienten. Heldigvis godtok saksbehandleren at jeg måtte gå over min yrkesetiske grense som tolk. Det skjedde da kontrollspørsmålene begynte. Jenta begynte å skrike og gråte. Hun mente at det var utrolig at hun måtte svare på alle disse spørsmålene etter at å ha opplevd drapet på sine søsken og foreldrene. Hun forsto ikke at vi kunne sitte der og ikke ville tro på hennes historie. Hun skjønnte ikke hvorfor vi måtte stille så mange spørsmål rundt de grusomme tingene som hun hadde opplevd. Hun mente hun kom til Norge for å få beskyttelse og ikke for å bli psykisk torturert gjennom et slikt avhør. Så nektet hun å svare på flere spørsmål. Da dette skjedde, ba tolken, dvs. jeg, om en pause for å snakke alene med asylsøkeren og fortelle henne at dette ikke var et avhør, men en prosedyre som alle asylsøkere i Norge måtte gå gjennom. Det dreide seg om å sjekke at hennes historie var sann.

I denne settingen var jeg lettet over at saksbehandleren forsto at kulturnærheten mellom meg (tolken) og asylsøkeren gjorde at jeg var mer egnet til å forklare henne saksgangen. Jeg ble personlig rystet av historien denne dagen.

Hvordan integrerer vi dette viktige tema i tolkeutdanningen?

Eksemplene ovenfor viser at tolker står i fare for å utvikle traumatiske reaksjoner i utøvelsen av sitt yrke. Erfaringene fra både tolkeutdanningen ved HiT og *Psykososialt senter for flyktninger* i Oslo tyder på at tolker og tolkestudenter vil kunne dra nytte av å motta veiledning som forbereder dem til traumatiske reaksjoner som måtte oppstå i tolkesammenheng. Slik det går fram av eksemplene, opplever tolker å bli påvirket av historiene de tolker. Selv om opplevelsene er individuelle, ser det ut som om det er et mønster i reaksjonene. Dette vil kunne danne grunnlag for utarbeidelse av et emne der tolker/tolkestudenter lærer om traumatiske reaksjoner og der de utfordres til å reflektere over egne erfaringer. Refleksjonene burde videre danne grunnlaget for utarbeidelse av et sett av tiltak for å være godt forberedt til å møte følelsesmessig vanskelige situasjoner i tolkesammenheng.

Et slikt emne burde ta høyde for både psykiske og psykosomatiske reaksjoner som kan oppstå i en tolkesituasjon. Med tanke på at tolkestudenter ofte har med seg traumatiske opplevelser, kan det være hensiktsmessig å behandle temaet i flere omganger, både i grunnutdanningen og på høyere nivå. Det dreier seg om en bevisstgjørings- og modningsprosess. På lik linje med andre yrkesgrupper som arbeider med mennesker i sårbare situasjoner bør også tolkestudenter forberedes på mulige reaksjoner og lære seg strategier for å takle dem. Tolkefaget kan lære fra yrkesgrupper som har lengre erfaring i å forberede studenter på disse utfordringer.

I tillegg bør tolkefaget også ta høyde for tolkens særlige stilling. I motsetning til andre yrkesgrupper som kan etablere en relasjon med den sårede klienten, ligger det i tolkens

rolle å bli oppfattet som et slags usynlig talerør som gjør kommunikasjon mellom partene mulig. Dette byr på helt spesielle utfordringer, for hvordan er det å være usynlig, og hvordan klarer man å være usynlig når følelsene overtar styringen? Det ser ut som om dette er et område man burde forske på, og det kan tenkes at dette ville bidratt til en ytterligere profesjonalisering av tolkefeltet.

Videre kan det tenkes å være hensiktsmessig med et emne som bygger på både de erfaringene som ble gjort ved semesteremnet ved HiT i 2004 og det arbeidet som foregår nå verden rundt. Nå er det ti år siden semesteremnet i tolking ble tilbudt ved HiT. Den gangen hadde tolkestudenter et stort behov for å arbeide med denne problemstillingen, samtidig som det tok tid før studentene følte seg trygge nok til å snakke åpent om følelsene sine og problemer de hadde møtt i arbeidssammenheng når de tolket i følelsesmessig vanskelige settinger. Som vist i denne artikkelen er problemstillingen kompleks. Det dreier seg om å bidra til profesjonalisering av tolkeyrket og bidra til at tolker ikke blir syke i utførelsen av sitt arbeide. Mental helse bør ivaretas på en profesjonell måte ved tolkeutdanningen og på feltet, ved etablering eller videreføring av eksisterende veiledningsordninger, tilsvarende den som ble tilbudt på Psykososialt senter for flyktinger i Oslo.

Semesteremnet som ble tilbudt ved HiT i 2004 ble utarbeidet under Avdeling for helse- og sosialfag som også var ansvarlig for et masterstudium i flerkulturelt arbeid. Det er mye som tyder på at temaet bør sees i en flerkulturell kontekst, med tanke på at det berører samspillet mellom mennesker fra forskjellige kulturer og ulik bakgrunn. Et eksempel viste at den norske saksbehandleren og den utenlandske asylsøkeren misforsto hverandre fordi de ikke skjønnte hverandres reaksjonsmønstre. Dette kan ha vært kulturbetinget. Asylsøkeren følte seg mistenkeliggjort, mens saksbehandleren gjennomførte asylintervjuet tilsynelatende uten ta hensyn til asylsøkerens psykiske helse. Dette medførte at tolken følte seg nødt til å forlate sin profesjonelle yrkesrolle og være et vanlig medmenneske som brydde seg om den andre, trøstet og bidro til å oppklare misforståelsen.

Konklusjon

Denne artikkelen har hatt som formål å drøfte hvordan traumatiske reaksjoner kan påvirke tolker i offentlig tjenesteyting. Hypotesen var at følelsesmessige reaksjoner kan påvirke tolkingen. Artikkelen har vist til relevante forskningsresultater og en rekke refleksjonsoppgaver og eksamensoppgaver om sekundær traumatisk stress og andre psykiske påkjenninger skrevet av tolker som tok et semesteremne i tolking i offentlig tjenesteyting ved *Høgskolen i Telemark* (HiT) i 2004. Artikkelen har vist til Huun og Meyers (2002) hovedoppgave og nevnt at dette tema behandles i USA og Italia i dag.

Avslutningsvis drøftet artikkelen hvordan dette tema kunne integreres i tolkeutdanningen.

Artikkelen viser at det er behov for å innføre opplæring i å håndtere følelsesmessig vanskelige situasjoner som kan oppstå i tolkesammenheng tilsvarende andre profesjonsutdanninger som er utsatt for slike påkjenninger, som leger, sykepleiere, psykologer og sosialarbeidere.

Referanser

- Bang, S. (2003): Rørt, rammet og rystet – Faglig vekst gjennom veiledning. Oslo: Gyldendal.
- Cappelli, P. (2014): «Conflict in Conflict. Strategies to cope with Secondary Traumatic Stress (STS) for Public Service and Military Interpreters» (personlig kommunikasjon august 24, 2014).
- Express Language Solutions Blogg, (2012) «Vicarious Trauma in Interpreting», <http://www.expresslanguagesolutions.com/blog/2012/07/> [Lesedato 23.08.2014]
- Figley, C. (1995): Compassion Fatigue. New York: Brunner
- Huun, S. & G.C. Meyer (2002): Sekundær traumatisering av tolker som arbeider med flyktninger i terapi. Hovedoppgave i psykologi, Universitetet i Oslo. Oslo: S. Huun.
- Kvam, M. (2014): «Utbrenthet» <http://nhi.no/livsstil/livsstil/diverse/utbrenthet-18273.html> [Lesedato 23.03.14]
- Lor, Mailee, "Effects of Client Trauma on Interpreters: An Exploratory Study of Vicarious Trauma" (2012). Master of Social Work Clinical Research Papers. Paper 53. http://sophia.stkate.edu/msw_papers/53 [Lesedato 10.10.14]
- Muller, R. (2013): «Vicarious traumatization and the Professional Interpreter». I Psychology Today <http://www.psychologytoday.com/blog/talking-about-trauma/201308/vicarious-trauma-and-the-professional-interpreter> [Lesedato 23.08.14]
- Peterson, Z. og K. Jareg (2006): «Veiledningsgrupper for tolker». <http://www.nkvts.no/tema/Sider/Veiledningsgrupperfortolker.aspx> [Lesedato10.10.14]