

Erfarne terapeutar grin oftare med klienten

Psykologar lever av andre sine kjensler. Ein ny studie formidlar oppsiktsvekkande fakta om terapeuten sine egne tårer.

Overraskande fann Amy Blume-Marcovici og kollegaer mykje forskning på grinande legar, medan bare to studiar som kom inn på psykologiske terapeutar sine tårer.

På ei spørjeundersøking fekk Blume- Marcovici svar frå 684 terapeutar frå USA på mellom 22 og 85 år (75 % kvinner). Føretrekt metode fordelte seg slik: 35 % kognitiv åtferdsterapi, 23 % eklektisk med vekt på psykodynamisk terapi, og 19 % eklektisk utan vekt på psykodynamisk terapi. Heile 72 % av utvalget hadde ein eller annan gong grine under terapi, 30 % i løpet av dei siste fire vekene.

Eldre, meir erfarne terapeutar med ei psykodynamisk tilnærming, hadde størst sannsynlighet for å grina. Kvinnelege terapeutar grein ikkje oftare i terapisisituasjonen enn manlege kollegaer, sjølv om dei rapporterte å grina oftare enn menn i kvardagen.

Eldre terapeutar grein sjeldnare enn unge terapeutar i kvardagen, men altså oftare med klientane. Terapeutane gav opp ei rekke ulike grunnar for å grina. Ved ferskaste terapigråt sa 75 % at dei grein fordi dei kjente seg triste, 63 % kjente seg rørte, 33 % kjente varme, 15 % takksemnd og 12 % opplevde gledestårer.

Studien seier ikkje noko om korleis klientane opplevde terapeutane sine tårer, men terapeutane sjølv gav opp at grininga ikkje hadde nokon konsekvens (53,5 %), eller at den betra tilhøvet til klienten (45,7 %). Under ein prosent meinte det hadde vore til skade.

Kjelde: Blume-Marcovici, A., et al. (2013). Do Therapists Cry in Therapy? The Role of Experience and Other Factors in Therapists' Tears. Psychotherapy DOI: 10.1037/a0031384