

Erfarne terapeutar grin oftare med klienten

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

PUBLISERT 7. mai 2013

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). Førstret 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 sannsynligheit for å grina. Kvinnelege terapeutar grein ikkje oftare i terapisisuasjonen enn mannlege 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

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 50, nummer 5, 2013, side