

# Sluta döma – börja fråga

TMO, traumamedveten omsorg, ska minska den psykiska ohälsan hos ensamkommande barn i Sverige.

Howard Bath, psykolog från Australien, föreläser om förhållningssättet på Rädda Barnens kurser.

– Man måste känna att man har någonstans att falla för att orka sätta ord på det svåra man varit med om, säger han.

TEXT: ANNA KÅGSTRÖM

**Rädda Barnen har fått** fyra miljoner kronor av regeringen för att sprida kunskap om TMO. Förhållningssättet lärs ut till bland annat psykologer som ska utbilda omsorgspersonal.

*Psykologtidningen* var på plats under ett utbildningstillfälle, arrangerat av Rädda Barnen.

– Förhållningssättet är en markering mot den ännu spridda auktoritära och bestraffande synen på barn

med ”krångliga beteenden”, förklarar Howard Bath.

Han utgår från neurovetenskap och modern traumaforskning för att peka ut de tre avgörande pelarna i omsorgsarbetet: trygghet, relation och coping/reglering.

För Howard Bath är det viktigt att undvika den underliggande och



värderande frågan: ”Vad är det för fel på dig!?” TMO står istället för en mer öppen inställning: ”Vad har du varit med om?”

Både Howard Bath och medföreläsaren Diana Boswell, psykolog från USA, har lång erfarenhet av att jobba med traumautsatta barn och unga som har bott på familjehem eller institution.

– Jag är såklart inte emot psykoterapi, men alla som har upplevt trauma behöver inte behandling, säger Howard Bath.

Diana Boswell inflikar:

– Även i Sverige kommer enbart en del av de ensamkommande barnen att få bestående men från trauman före eller under flykten. Det betyder å andra sidan att det är ett oerhört gynnsamt läge att lära mer om resiliens.

Det var fjolårets ökade tryck av ensamkommande barn som fick Rädda

Barnen att ansöka om pengar från regeringen och starta avdelningen Traumamedveten omsorg. Pernilla Rempe Sjöstedt, psykolog, är gruppchef:

– Det finns numera bra terapiformer för barn eller unga som utsatts för trauma, men jag vet inget förhållningssätt som vänder sig till omsorgspersonalen eller andra andra i nätverket kring barnen. Dessutom tror jag att den neurovetenskapliga kunskapen kring trauma är ny för många i Sverige, säger hon.

**År 2017 är målet att** utbildningen av utbildare även ska nå omsorgspersonal för andra kategorier utsatta barn.

– Vi har fått extremt stor efterfrågan på utbildningar, säger Pernilla Rempe Sjöstedt. I dag tar vi enbart en tredjedel av det reella kurspriset, men nästa år

måste vi börja ta mer betalt för att kunna finansiera vår verksamhet.

*Vad kan det finnas för nackdel med förhållningssättet?*

– Att allt hänförs till traumarelaterade behov och att man inte gör individuella bedömningar. Men i praktiken ser jag inte den risken, det finns fortfarande en stor okunskap om trauma i Sverige. ●

## FAKTA/TMO

■ De tre pelarna, som den australiske psykologen Howard Bath baserar sitt förhållningssätt, traumamedveten omsorg, på grundläggande mänskliga behov:

1. Trygghet
2. Behovet av positiva relationer med omsorgsfulla och engagerade, "viktiga" vuxna
3. Stöd att skapa goda copingstrategier som gör det lättare att hantera tankar, känslor och beteenden