

GÖTEBORGS UNIVERSITET
PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN

**Att bli använd och vara användbar - tolkars upplevelser av att
tolka psykologsamtal om svåra händelser**

Klara Bodebeck och Isabella Hübinette

Examensarbete 30 hp
Psykologprogrammet
PM2542
Höstterminen 2022
Handledare: Johanna Carlsson

Att bli använd och vara användbar – tolkars upplevelser av att tolka psykologsamtal om svåra händelser

Klara Bodebeck och Isabella Hübinette

Syftet med studien var att i en svensk kontext undersöka och försöka förstå tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag. En tematisk analys av intervjuer med nio auktoriserade tolkar resulterade i fyra huvudteman med tillhörande underteman. Resultatet åskådliggjorde deltagarnas upplevelser av att vara i terapirummet som utmanande, både tekniskt och känslomässigt, och balansgången mellan att vara ett störningsmoment och samtidigt ett nödvändigt redskap. Egenutvecklade hanteringsstrategier och psykologiska försvar som sätt att hantera dessa utmaningar var vanligt förekommande. De flesta av deltagarna beskrev behov av stöd, men att benägenheten att söka stöd påverkades av normer och förväntningar på tolken att klara sig själv. Diskussionen belyste deltagarnas syn på sin roll i terapirummet som anonym, känslomässiga utmaningar samt att egenutvecklade hanteringsstrategier och psykologiska försvar kan vara en indikation på att behov av stöd existerar. Vidare diskuteras att brister i relationen till uppdragsgivare och få möjligheter till stöd kan ses som ett arbetsmiljöproblem. Slutsatser som dras är att tolkning i svåra psykologsamtal kan placera tolken i en sårbar position, och att ytterligare forskning behövs för att skapa större förståelse för tolkars behov, arbetsförhållanden och villkor.

Språket är ett grundläggande medel för att människor ska kunna uttrycka sig, kommunicera, berätta historier och bli hörda av andra. När språkbarriärer försvårar mellanmänsklig kommunikation, kan det leda till en upplevelse av att vara utan röst och känslor av maktlöshet för den som inte kan göra sig förstådd (UNHCR Austria, 2017). Det kan även minska upplevelsen av att vara en jämlik medlem i samhället. I takt med en ökande flerspråkig population i Sverige ökar därmed behovet av att använda språktolk för att möjliggöra kommunikation i exempelvis vårdmöten (Socialstyrelsen, 2016). Detta ökade behov sätter ljuset på tolkar som yrkesgrupp och den betydelse de har för att skapa en inkluderande vård.

Ett sammanhang där tolk används är i psykologsamtal. I tolkmedierade psykologsamtal kan det hända att tolken behöver ta del av andra personers berättelser om mycket svåra händelser (exempelvis berättelser om våld, krig och naturkatastrofer, eller andra händelser som personen upplevt som svåra), vilket kan komma att påverka tolkens välbefinnande, precis som för psykologen. Det är sedan länge känt att personer som arbetar nära individer som berättar om mycket svåra händelser riskerar att själva uppleva liknande känslor av rädsla, smärta och lidande (Figley, 1995). Trots betydelsen av tolkens roll för att möjliggöra kommunikation över språkgränser tycks tolkar ofta vara en bortglömd grupp när det rör dessa risker. Mot bakgrund av detta var syftet med föreliggande studie därför att undersöka och försöka förstå tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag.

Tolkens situation och arbete i Sverige

År 2019 fanns cirka 4-5000 verksamma tolkar i Sverige (Språkföretagen, 2019). De flesta arbetar på frilansbasis och får sina uppdrag via tolkförmedlingar. I Sverige finns över 30

olika tolkförmedlingar, varav cirka hälften har avtal med landstingen och regionerna (Socialstyrelsen, 2016). Tolkuppdragen sker till största del inom offentlig sektor hos olika myndigheter. Hur efterfrågan ser ut beror på flera faktorer, bland annat tolkspråkets bredd, tolkens bostadsort och typ av uppdrag (Språkföretagen, 2019). Rätten till tolk i kontakt med myndigheter regleras av 13 § Förvaltningslagen (SFS 2017:900). Det finns ingen lagstadgad rätt till tolk för patienter inom Hälso- och sjukvården (HSL), dock föreskriver hälso- och sjukvårdslagen enligt 2 § HSL (SFS 2017:30) samt patientlagen (PL) enligt 1 kap. 6 § PL (SFS 2014:821) att de huvudsakliga målen för hälso- och sjukvård är att ge vård på lika villkor för hela befolkningen. Inom patientlagen 3 kap. 6 och 7 §§ PL (SFS 2014:821) finns även en reglering om att hälso- och sjukvården är skyldig att ge patienten information om hälsotillstånd och behandling. Denna information ska anpassas efter patientens språkliga bakgrund och enligt 5 kap. 1 § PL (SFS 2014:821) ska vården så långt som möjligt utformas och genomföras i samråd med patienten. Sammantaget innebär detta att trots att det inte finns någon specifik lagstiftning som ger rätt till tolk inom sjukvården behövs patienters behov av tolk tillgodoses för att möta patientlagen.

“Tolk i talande språk”, eller “språktolk”, kan användas för att tydliggöra hur språktolken skiljer sig från tolk i visuella språk eller teckenspråk (SOU 2018:83). För att förenkla läsningen kommer ordet "tolk" användas i studien, vilket också är den vardagliga benämningen för språktolk (SOU 2018:83). Tolk är inte en skyddad titel, vilket innebär att personer utan vare sig utbildning eller kompetens kan kalla sig tolk. Detta tros vara en anledning till att tolkar ofta får låg ersättning, låg status och begränsat erkännande (Wadensjö et al., 2021). Tolken kan dock genomgå ett kunskapsprov hos Kammarkollegiet för att erhålla titeln “Auktoriserad tolk”, vilket utgör en skyddad titel. Kunskapsprovet ger också tolken möjlighet att få speciell kompetens som rättstolk eller sjukvårdstolk (SOU 2018:83).

Att arbeta som tolk handlar inte enbart om att översätta utan rollen är multidimensionell och därför komplex och krävande (Trejo-Phillips, 2014). Tolken möter ofta många olika tolkanvändare, i olika branscher, vilket kräver både anpassningsförmåga och samarbetsförmåga (Forsell, 2018). Utöver en förmåga att anpassa sig till olika situationer och samarbeta med olika yrkesgrupper behöver tolken också klara av att använda flera kognitiva resurser simultant, exempelvis arbetsminne, centrala exekutiva förmågor och fonologiska och visuella system (Padilla et al., 2005). Tolken behöver också vara noga med att arbeta på ett sätt som är etiskt gångbart. “God tolksed” är en samling yrkesetiska riktlinjer som auktoriserade tolkar bör följa för att säkerställa kvalitativ tolkning (Kammarkollegiet, 2019). Riktlinjerna utgår bland annat från att tolken ska förhålla sig neutral och opartisk och översätta allt som sägs så exakt som möjligt, vilket bland annat inbegriper att alltid tolka i första person, det vill säga i jag-form. Dessutom ingår i riktlinjerna att tolken behöver förhålla sig till regler om jäv och tystnadsplikt. Utöver de etiska riktlinjerna behöver tolken också förhålla sig till olikheter i möteskultur och kulturella såväl som språkliga skillnader i hur olika saker beskrivs och förstås, där psykisk ohälsa och olika symtom är exempel på sådant som kan vara kulturellt betingat och beskrivas på många olika sätt (Forsell, 2018). Att arbeta som tolk handlar också om att ibland möta människor som lider och som talar om svåra saker de varit med om, vilket kan innebära en känslomässig påfrestning (Geiling et al., 2022). Samtliga ovan nämnda aspekter som tolkar behöver förhålla sig till belyser en utmanande arbetssituation, men hur tolkar upplever dessa utmaningar och sin yrkesroll generellt har sällan lyfts i forskningen, varför det kan finnas anledning att undersöka tolkens subjektiva upplevelser närmare.

Att tolka för personer med psykisk ohälsa

Tolkarbete kan innebära en belastning på den psykiska hälsan (Geiling et al., 2022).

Detta kan bero på många faktorer, exempelvis att tolken ofta arbetar ensam och att det finns lite insyn i den enskilde tolkens arbetssituation, samt att tolken ofta arbetar under påfrestande arbetsförhållanden kantade av ovisshet. Det kan också bero på att tolken i sitt arbete ibland exponeras för andras berättelser om mycket svåra händelser, precis som psykologer och andra yrkesgrupper som arbetar nära personer med psykisk ohälsa (Figley, 1995). För att värna om sin psykiska och fysiska hälsa kan tolken därmed komma att behöva hantera psykologiska svårigheter och utmaningar, såsom känslomässig och psykologisk stress, som kan tänkas uppstå i arbetet (UNHCR Austria, 2017).

De emotionella och psykologiska risker som medföljer arbete med personer som varit med om mycket svåra händelser är välkända bland yrkesgrupper som arbetar med behandling av dessa individer (Figley, 1995). En av riskerna med att exponeras för andras berättelser om mycket svåra händelser är att utveckla sekundär traumatisk stress (STS), som i sina symtom liknar posttraumatiskt stressyndrom (PTSD). Skillnaden är att personer som lider av PTSD själva har blivit utsatta för en eller flera mycket svåra händelser, medan personer som lider av STS har tagit del av andras berättelser om mycket svåra händelser (Figley, 1995). I ett flertal studier har det konstaterats att tolkar kan erfaras symtom på STS samt utmattning och frustration, som ett resultat av exponering för andras berättelser om mycket svåra händelser (Geiling et al., 2022; Kindermann et al., 2017; Lai & Costello, 2021; Lai & Heydon, 2015; Shlesinger, 2005; Splevins et al., 2010). Tolken är dessutom först med att exponeras för patientens berättelse och ska sedan använda komplexa kognitiva förmågor för att översätta till gällande språk (Anderson, 2011). Vidare är tolken fysisk budbärare av patientens berättelse, i den mening att tolken använder sin egen mun för att föra vidare berättelsen och sin egen kropp för att peka, visa, beskriva eller förtydliga aspekter av berättelsen. Att dessutom tolka i första person bidrar med ytterligare en omständighet som gör tolken högst involverad och potentiellt personligt berörd. Alla dessa aspekter av tolkarbetet placerar därför tolken i en sårbar position för ovan nämnda risker.

Tolkens upplevelser av att tolka för personer som berättar om mycket svåra händelser är relativt outforskad mark. Av de studier som finns har en del fokuserat på arbetsförhållanden i tolkyrket. I en spansk fältstudie undersöktes fem tolkars perspektiv på och upplevelser av att tolka i flyktingförläggningar med fokus på tolkens kompetens och roll i en sådan miljö (Jiménez-Ivars & León-Pinilla, 2018). Resultatet indikerade ett missnöje bland deltagarna rörande arbetsförhållanden, framförallt på grund av att de upplevde sig sakna nödvändiga färdigheter för att tolka i den aktuella kontexten, tidspress, otydligheter kring rollen, inte ha möjligheten att söka stöttning hos kollegor och lågt arvode. I en amerikansk studie undersöktes tio medicinskt certifierade tolkars upplevelse av att tolka för traumatiserade patienter samt vilka hinder som kan behöva identifieras för att förbättra vården för dessa patienter (Villalobos et al., 2021). Resultatet av studien identifierade flera teman kring utmaningar och behov, till exempel brist på tolkar, logistiska problem, behov av stödgrupper och utbildning för hur vårdpersonal kan arbeta med tolk.

Andra studier har fokuserat mer på de känslomässiga aspekterna av att tolka för personer som berättar om trauma. Dock har dessa studier tenderat att fokusera på STS specifikt och inte på en bredare upplevelse av att tolka i en sådan kontext. Bland annat visade en brittisk kvalitativ studie att samtliga deltagare hade erfarit intensiva känslomässiga reaktioner och utvecklat stresssymtom som skulle kunna konceptualiseras som STS (Splevins et al., 2010). Liknande resultat återfanns i en australiensisk kvalitativ studie (Lai & Costello, 2021). Resultaten visade att deltagarna hade erfarit STS, samt att de hade begränsade möjligheter att ventilera och återhämta sig, vilket delvis påverkades av kulturella skillnader deltagarna emellan i benägenheten att visa sig sårbar och söka professionell hjälp.

Tolkens behov av stöd är inte heller det särskilt beforskat, men studier av detta behov hos andra yrkesgrupper som arbetar nära personer som lider av psykisk ohälsa pekar på ett

omfattande behov samt att det är viktigt för välbefinnandet att behov av stöd tillgodoses (Forsell, 2018; Mirdal et al., 2012; Newell et al., 2015; Wise et al., 2012). Tolkar erbjuds dock inte alltid det stöd som de eventuellt behöver (Forsell, 2018). I litteratursökningen för aktuell studie fann vi en amerikansk studie som undersökte betydelsen av stödgrupper för välmåendet bland teckenspråkstolkare som arbetade i miljöer där de ofta mötte människor med psykisk ohälsa (Anderson, 2011). Resultaten visade att stödgrupper bidrog till en ökad känsla av trygghet och gemenskap hos deltagarna, såväl som en rad olika strategier för att ta hand om sitt välbefinnande och vara uppmärksam på tecken på arbetsrelaterad stress. Tidigare studier på arbetsrelaterad stress och dess påverkan på terapeuter har indikerat att symtom på arbetsrelaterad stress till stor del är avhängigt möjligheten till socialt stöd (Ortlepp & Friedman, 2002; Schauben & Frazier, 1995), vilket indikerar att kollegiala stödgrupper kan ha positiv effekt på terapeuters motståndskraft och stressreaktioner samt minska stresssymtom. Detta kan tänkas gälla även för tolkar.

Ovan presenterad forskning belyser luckor i forskningsområdet rörande tolkens upplevelser av de utmaningar som följer med yrket, i synnerhet då tolken behöver hantera de psykologiska risker som kommer med att tolka för personer som berättar om mycket svåra händelser. Vad vår studie förhoppningsvis kan bidra med är en större förståelse för tolkens upplevelser av att tolka i psykologisamtal där sådana berättelser uttrycks, samt hur tolkens behov av stöd ser ut i relation till sådana uppdrag.

Den aktuella studiens syfte och frågeställningar

Forskningsfältet kring tolkars villkor och behov är ungt och flertalet artiklar är publicerade under 2000-talet. De flesta studier som belyser tolkens upplevelse tenderar att fokusera på risken för och prevalens av STS hos tolkar som yrkesgrupp (Lai & Costello, 2021; Splevins et al., 2010), arbetsförhållanden (Jiménez-Ivars & León-Pinilla, 2018; Villalobos et al., 2021), eller hur stödgrupper kan ha gynnsamma utfall för välbefinnandet (Anderson, 2011). Något som kan konstateras saknas i forskningsfältet är en fördjupad förståelse för de utmaningar som tolkar i Sverige kan komma att möta i psykologisamtal där patienten berättar om mycket svåra händelser. Dessutom är forskning kring tolkars behov av stöd ett smalt område i behov av vidare undersökningar.

Syftet med den här studien är därför att i en svensk kontext undersöka och försöka förstå tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologisamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag. För läsbarhetens skull kommer dessa samtal i efterföljande text benämnas som "svåra psykologisamtal". Frågeställningarna lyder därmed: "Hur upplever tolkar det att tolka för personer som i psykologisamtal berättar om mycket svåra händelser?" samt "Vilket behov av stöttning beskriver tolkar som tolkar för personer som i psykologisamtal berättar om mycket svåra händelser?".

Metod

Deltagare

Nio auktoriserade tolkar deltog i studien. Deltagarna bestod av två män, sex kvinnor och en icke-binär person. Åldersspannet varierade mellan 35-69 år ($M= 54$, $mdn= 53$). Sju av deltagarna bodde i en storstad, en bodde i en mellanstor stad och en på landsbygd. Samtliga deltagare arbetade som auktoriserade tolkar på frilansbasis eller som uppdragstagare utan egen

firma vid tillfället för intervjun. Utbildningslängd varierade mellan 2-10 år, och yrkeslivserfarenheten som tolk varierade mellan 5-42 år. Tolkspråken utgjordes bland annat av spanska, ryska, engelska och bosniska-serbiska-kroatiska (BKS). Fyra deltagare tolkade på språk där antalet auktoriserade tolkar inom språket understiger 20 personer i Sverige, varför vi på grund av risken för identifierbarhet valt att inte skriva ut vilka dessa språk var.

Tillvägagångssätt

Urvalskriterierna för att delta i studien innefattade att deltagaren behövde vara en yrkesverksam auktoriserad tolk i talande språk samt ha erfarenhet av att ha tolkat i psykologsamtal där patienten berättar om mycket svåra händelser. Deltagare rekryterades genom ett bekvämlighetsurval utifrån Kammarkollegiets lista över auktoriserade tolkar. Ett informationsbrev (Bilaga 1) om studien skickades via e-post ut till samtliga personer på listan. Fyra personer anmälde intresse och bokades för intervju. Ett påminnelsemail skickades ut efter tre dagar, vilket genererade ytterligare tre deltagare. Målsättningen var att rekrytera mellan åtta och tio deltagare. Detta bedömdes som tillräckligt många för att besvara frågeställningarna utifrån vald analysmetod samt för att kunna genomföra studien inom den tidsram som fanns till förfogande. Då detta deltagarantal ännu inte var uppnått efter 14 dagar skickades ytterligare en påminnelse ut till de som anmält intresse men där en tid för intervju ännu inte bokats. I detta skede behövde en deltagare som hade tackat ja till intervju exkluderas eftersom det uppdagades att hen arbetade som teckenspråkstolk, vilket inte passade in i målgruppen. Slutligen hade tio deltagare rekryterats. En deltagare lämnade dock återbud, vilket innebar att urvalet slutligen bestod av nio deltagare som samtliga genomförde varsin fullständig intervju.

För varje intervju avsattes 60 minuter. Intervjuerna varierade i längd mellan 20-60 minuter. Samtliga intervjuer hölls digitalt via mötesplattformen Zoom och spelades också in via denna plattform. Intervjuerna inleddes med information om studien, sekretess och möjligheten att avbryta när som helst utan att behöva ange skäl till detta. Deltagarna fick även information om att datamaterialet kommer att förstöras när uppsatsen blivit godkänd. Deltagarna fick sen möjlighet att ställa frågor och därefter ge muntligt samtycke till att delta och att intervjun spelades in. Därefter startades inspelningen. Efter avslutad intervju sparades enbart ljudfilen från inspelningen, och videomaterial raderades omgående. All data lagrades med lösenordsskydd på externa USB-stickor under hela arbetets gång. Efter avslutat projekt kommer transkriberingar och ljudfiler raderas.

Intervjuer

För att samla in data till studien användes en semistrukturerad intervjuguide (Bilaga 2). Intervjuguiden inleddes med bakgrundsfrågor såsom ålder, kön och utbildningslängd. Bakgrundsfrågorna följdes sedan av två grupper av frågor med två olika teman. Det ena temat inleddes med en öppen fråga om deltagarens upplevelse av att tolka för någon som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, och följdes sedan av ett antal fördjupande följdfrågor. Det andra temat inleddes med en öppen fråga om behovet av stöd, och följdes sedan även den av ett antal fördjupande följdfrågor. Följdfrågorna var avsedda att fördjupa och förtydliga deltagarnas beskrivningar och varierade utifrån hur deltagarna svarade på de mer övergripande frågorna. Beroende på samtalets riktning ställdes även följdfrågor som inte var utskrivna i intervjuguiden. Intervjuguiden avslutades med en öppen fråga om sådant som deltagaren själv ville lägga till samt en fråga om huruvida deltagaren önskade ta del av

uppsatsen då den var färdigställd.

Dataanalys

Data analyserades utifrån en realistisk epistemologisk ståndpunkt med inslag av kritisk realism. Utgångspunkten var att deltagarna beskrev en verklighet som går att förstå genom forskningsprocessen, men vi var också medvetna om att deltagarnas verklighetsuppfattning är präglad av sociokulturell mening och kontext, varför analysen också kom att påverkas av detta synsätt.

All data analyserades primärt semantiskt, det vill säga att datan tolkades rent deskriptivt utifrån dess uppenbara betydelse. I analysen förekom dock tolkning av mer latent innehåll för att kunna genomföra en tematisk analys utifrån Braun och Clarkes (2006) sex faser. Analysen utgick från forskningsfrågorna och materialet kodades med en induktiv ansats vilket innebar att alla koder skapades med utgångspunkt i datan i sig och inte i förförståelse, antaganden eller teorier om datan på förhand. Användandet av en induktiv ansats motiverades med att ingen befintlig teori fanns att pröva i det specifika fallet.

Första fasen av analysen handlade om att lära känna datan, genom att lyssna på och transkribera intervjuerna noggrant samt notera initiala tankar. Vi delade upp intervjuerna så att den författare som hade genomfört intervjun också transkriberade den. Intervjuerna transkriberades för att möjliggöra vidare analys av materialet. Exempelvis inkluderades icke-verbal information, som när deltagaren pausade i en mening, suckade eller skrattade. Samtliga transkript jämfördes även mot det inspelade materialet en gång för att säkerställa korrekt transkribering. När transkriberingarna var klara bytte vi transkript och ljudfiler med varandra och kontrollerade den andres transkribering - både för att bekanta sig med hela materialet, men också för att säkerställa noggrannhet i utförandet.

I fas två kodades transkripten genom att markera meningsbärande enheter, på semantisk nivå med utgångspunkt i frågeställningarna, och ge dessa enheter beskrivande koder. Inledningsvis kodade vi båda ett slumpvis utvalt transkript var för sig. Detta gjordes för att möjliggöra en jämförelse av de genererade koderna och skapa en förståelse för bådadas perspektiv på materialet, samt för att säkerställa att koderna hade utgångspunkt i forskningsfrågorna och att det rädde en samsyn mellan oss i förståelsen för materialet. Efter utvärdering av de två uppsättningarna koder konstaterades att det fanns olikheter i kodningarna. Kodningarna kalibrerades och därefter fattades ett beslut att låta all kodning ske gemensamt, dels för att spara tid och dels för att säkerställa ett enhetligt perspektiv genom analysfasen.

I fas tre sorterades koderna i grupper utifrån innehållsmässig likhet. I sorteringen valdes ett antal koder bort utifrån bedömning av relevans för frågeställningarna. Mindmaps ritades upp på en whiteboardtavla för att skapa en överblick över kodgrupperna för att börja skönja potentiella teman. I detta skede utfördes ytterligare en gallring av både enskilda koder och enstaka kodgrupper som ansågs avvika från frågeställningarna. Av de kodgrupper som kvarstod gjordes en preliminär tematisering och varje tema fick ett preliminärt namn.

I fas fyra granskades de preliminära teman som tagits fram, dels mot transkripten i stort och dels mot de enskilda koderna, för att bedöma om de gav en korrekt bild av rådatan. Vissa enskilda koder flyttades om de ansågs bättre representera ett annat tema. Fas fem bestod av att tydligare definiera de framtagna temana, revidera temans namn och formulera essensen i varje tema. Under denna fas påbörjades även skrivandet av resultatet. Här valdes citat ut för att illustrera exempel i de olika temana. För att värna om deltagarnas anonymitet användes anonymiserade benämningar såsom "Deltagare 1", "Deltagare 2" och så vidare.

Under fas sex skrevs resultatet klart och den slutgiltiga tematiseringen fastslogs. Detta innebar att tematiseringen och valda temanamn förfinades innan den slutligen resulterade i två

huvudteman för frågeställning 1, med två underteman vardera, och två huvudteman för frågeställning 2, där det första hade två underteman. Slutligen lästes transkripten en sista gång för att säkerställa att tematiseringen speglade en korrekt bild av rådata samt för att säkerställa att inga viktiga aspekter eller perspektiv på frågeställningarna utelämnats.

Reflexivitet och etik

Precis som att det i denna studie har antagits att deltagarnas sociokulturella kontext bidrar till deltagarnas förståelse för sina upplevelser, gjordes samma antagande om vår blick på och förförståelse för materialet och ämnet. Utgångspunkten har genom forskningsprocessen varit att vår bakgrund och förförståelse oundvikligen påverkar analysen, men även forskningsprocessen i stort. Vi som författat föreliggande studie var två kvinnor i åldrarna 30 respektive 36, uppväxta i en svensk kontext, båda studerandes sista terminen på psykologprogrammet vid Göteborgs universitet. Vi hade både två erfarenheter av att tidigare ha använt tolk i samband med verksamhetsförlagd utbildning (VFU på psykologprogrammet), vilket väckte ett intresse för arbete med tolk på ett generellt plan och för tolkars situation. Dessa erfarenheter kan ha präglat vår förförståelse för hur det är att arbeta som tolk och lyftes därför i ett tidigt skede som något att vara uppmärksam på.

Den aktuella studien har följt Vetenskapsrådets (2017) fastställda etiska riktlinjer för att säkerställa studiens etiska gångbarhet och god forskningssed. Med anledning av att några av tolkarna som deltog i studien tolkade på ett mycket ovanligt språk så togs detta i beaktande vid beskrivning av deltagarna. Beslut fattades att inte nämna språk där färre än 20 personer var auktoriserade tolkar, då det bedömdes att risken för identifiering skulle bli alltför stor vid ett lägre antal. I intervjuguiden efterfrågades inte deltagarnas bostadsort, och i fall där deltagarna uppgav denna ändå beslutades att inte notera sådan information, för att i största möjliga mån minimera risken för identifierbarhet. Inför genomförandet av studien diskuterades eventuella etiska dilemman som kunde tänkas uppstå. Ett sådant var frågan om att äventyra deltagarnas psykiska välbefinnande genom att ställa frågor som kunde tänkas vara känslomässigt laddade eller väcka negativa känslor hos deltagaren. Detta togs i beaktande i utformningen av intervjuguiden och inga explicita frågor om mående ställdes, inte heller frågor kring egna eventuella erfarenheter av mycket svåra händelser. Vi var dock medvetna om att deltagarna kunde komma att bli känslomässigt påverkade av innehållet i samtalet under intervjuens gång, så för att värna om deltagarnas välbefinnande fanns en plan för hur detta skulle fångas upp om det blev aktuellt. Planen var att initialt bemöta empatiskt och inkännande, för att inte orsaka deltagaren skada, och vid behov hänvisa deltagaren till lämpliga källor för stöd.

Resultat

Syftet med studien var att i en svensk kontext undersöka och försöka förstå tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag. Frågeställningarna löd: (1) "Hur upplever tolkar det att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?" och (2) "Vilket behov av stöttning beskriver tolkar som tolkar för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?". I den tematiska analysen formulerades två huvudteman för frågeställning 1: "Tolken i terapirummet" (med två tillhörande underteman) och "Känslomässiga upplevelser i tolkuppdrag" (med två tillhörande underteman), och två för frågeställning 2: "Att ventilera sina känslor" (med två tillhörande underteman) och "Normer kring stöd". Temana presenteras i tabell 1 och 2 och resultatet för

respektive frågeställning redovisas därefter.

Tabell 1.

Teman: Tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser (frågeställning 1).

Teman frågeställning 1	Underteman
1. Tolken i terapirummet	1.1 Tolken som skådespelare 1.2 Störningsmoment eller redskap?
2. Känslomässiga upplevelser i tolkuppdrag	2.1 Hanteringsstrategier och psykologiska försvar 2.2 Erfarenhet och professionalism

Tabell 2.

Teman: Beskrivning av tolkars behov av stöd vid tolkning för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser (frågeställning 2).

Teman frågeställning 2	Underteman
1. Att ventilera sina känslor	1.1 Formella sammanhang 1.2 Informella sammanhang
2. Normer kring stöd	

Hur upplever tolkar det att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?

Tolken i terapirummet

Det första huvudtemat för frågeställning 1 handlar om deltagarnas upplevelser av att tolka i svåra psykologsamtal, med fokus på upplevelsen av att vara i ett terapeutiskt sammanhang. Deltagarna reflekterade över hur de uppfattade sin roll och den egna närvaron i rummet samt hur dessa påverkade det terapeutiska samspelet. Att tolka i ett terapeutiskt sammanhang beskrevs som tekniskt och känslomässigt krävande, men också som givande. Sin egen närvaro i terapirummet beskrev deltagarna bland annat utifrån en upplevelse av vad som händer med den egna personen då de träder in i terapirummet. Enligt god tolksed ska tolken alltid vara neutral och opartisk (Kammarkollegiet, 2019), vilket innebär att hen inte får ge uttryck för åsikter eller värderingar eller på annat sätt påverka tolkningen. För deltagarna beskrevs detta också handla om en upplevelse av att den egna personen på ett sätt försvinner när "tolkdräkten" sätts på.

Då när jag kliver in i ett tolkuppdrag och presenterar mig som tolk, då tar jag på mig tolkdräkten och då är jag inte jag, jag är ingen person, ingen liksom människa, utan jag är tolk. Neutral och opartisk. Neutral till det jag hör och opartisk gentemot de personerna jag tolkar åt. Då abstraherar man sig, man

liksom tar ett steg tillbaka. (Deltagare 4)

Att tolka svåra psykologsamtal beskrevs som ansträngande rent tekniskt, bland annat på grund av flera snabba växlingar mellan olika stämninglägen samt en högre grad av koncentration. Deltagarna beskrev att de gör sitt yttersta för att i största möjliga mån inte sätta sin egen prägel på samtalet utan istället lägga sig så nära patientens och psykologens uttryckssätt som möjligt, både kulturellt och språkligt. Deltagare 9 beskrev detta: "Tolken är lite mer neutral än alla andra. När en person väljer de här uttryckssätten lägger jag mig så nära som möjligt. Hur tydliggör jag det här? Det är ju en kulturell och en språklig bit i det".

Vid sidan av beskrivningar av hur deltagarna rent tekniskt navigerar i svåra psykologsamtal förekom också beskrivningar av hur givande det var att få ha rollen som den som får tydliggöra en annan människas budskap, i synnerhet en person som befinner sig i ett utsatt läge på grund av språkliga och kulturella barriärer. Deltagarna beskrev att de kunde känna sig hedrade över att få vara en trygg punkt för patienten som i förtroende berättar något svårt och att det upplevdes givande och glädjande att få bidra till att en annan människa förhoppningsvis mår bättre. Deltagarna vittnade också om ansvarskänslor kring att ta emot och bära berättelser som förmedlas av en person i en sårbar position och vikten av att på ett så respektfullt sätt som möjligt föra över orden till psykologen. Samtidigt fanns en upplevelse av att känna sig privilegierad för att den möjligheten ges.

Det känns stort att ha varit en del i det, mest på grund av att jag känner att jag kan hjälpa till och föra över. Jag tar emot något ömtåligt och lämnar över det till nästa, sen är min del gjord. Men jag hade åtminstone inte sönder den, jag petade inte hål i den, jag förändrade inte den på nåt sätt, utan jag försöker föra över den så gott jag kan i oförändrat skick. Så det känns på nåt sätt som ett stort privilegium. Och samtidigt som ett stort förtroende. (Deltagare 8)

Deltagarnas reflektioner kring tolkuppdrag i svåra psykologsamtal handlade om tekniska aspekter kring att navigera i samtalet, synen på den egna närvaron i terapirummet samt positiva aspekter av uppdrag av detta slag. Att tolka i terapi uppfattade vi som komplext för deltagarna. Att växla mellan olika stämninglägen innebär att tolken behöver klara av att axla olika roller - likt en skådespelare. Samtidigt behövde deltagarna förhålla sig till den egna närvaron i rummet och balansgången mellan att vara ett störningsmoment och ett nödvändigt redskap för att möjliggöra kommunikation. Dessa aspekter beskrivs vidare nedan i två underteman: "Tolken som skådespelare" och "Störningsmoment eller redskap?".

Tolken som skådespelare. Deltagarna beskrev att tolkning inte enbart handlar om att översätta, utan även om att överföra andra nyanser i det en person vill förmedla, både i det som sägs och i det som inte sägs. Deltagarnas sätt att arbeta på beskrevs som ett skådespel där tolken träder in i och ut ur olika roller. Tolken spelar ena stunden rollen som patient och nästa stund rollen som psykolog. Deltagare 7 belyste detta: "Det handlar inte om att överföra ord utan man överför tankar, känslor, situationer. Det har mycket med skådespeleri att göra. Man är inne i rollen".

Att växla mellan olika roller beskrevs som både kognitivt resurskrävande och känslomässigt påfrestande. Växlingarna mellan olika roller och stämninglägen sker mycket snabbt och tolken tvingas följa med på en känslomässig berg-och-dalbana. Detta kräver flera parallella förmågor att ta in och hålla kvar i minnet vad patienten precis sagt, såväl som att också rent känslomässigt härbärgera informationen för att kunna föra vidare den till mottagaren, och att sedan byta perspektiv till att vara den behandlande parten som tar emot och

tar hand om patientens lidande.

Tolken är nästan som en skådespelare som får leva sig in i dessa upplevelser för att kunna förmedla budskapet på ett korrekt sätt. [//] man måste snabbt växla mellan att vara den drabbade som kanske gråter och återupplever hemska saker igen i terapisalet, och sen växla väldigt snabbt och i nästa mening så är man terapeuten och är inte den som gråter och är inte påverkad och ska vara lugnande och så vidare. Det är ett riktigt krävande uppdrag. (Deltagare 5)

Deltagarna beskrev att denna växling mellan roller kunde lämna dem med en känsla av klivenhet efteråt - i synnerhet efter ett samtal präglad av stora känslomässiga kontraster mellan rollerna. Deltagare 2 beskrev detta konstanta perspektivbyte som onaturligt: "Och sen blir det den klivna situationen att plötsligt ska man byta perspektiv. Man tolkar i jagform hela tiden så man får byta liksom, det blir ett rollspel som inte är naturligt".

Sammanfattningsvis kunde vi konstatera att deltagarnas beskrivningar av sitt arbete som ett skådespel handlade om mer än att bara översätta. Det handlade om rollväxlingar, perspektivbyten och om att ha en förmåga att förmedla en annan människas berättelse och personliga nyanser och egenheter, vilket beskrevs av deltagarna som något som kunde vara både kognitivt och känslomässigt belastande.

Störningsmoment eller redskap? I deltagarnas beskrivningar av synen på sin närvaro i terapirummet framkom ambivalenta känslor. Å ena sidan beskrevs en upplevelse av att den egna närvaron i någon mån kan vara ett störningsmoment i det terapeutiska samtalet. Å andra sidan beskrev deltagarna att det är viktigt att våga vara ett störningsmoment och äga sin roll, eftersom de som tolkar samtidigt är viktiga redskap som behövs i terapirummet.

Det är både en ynnest på ett sätt och känslan av att vara ett störningsmoment. Och det måste man komma över för att fortsätta sitta kvar i rummet. [//] Man är nödvändig och störande. Det gäller att bli accepterad och samtidigt inte förneka att jag är där och samtidigt inte ta för mycket plats, arbeta med hur mycket plats jag ska ta. (Deltagare 7)

För att störa samtalet så lite som möjligt, beskrev deltagarna att de exempelvis inte utmärkte sig med kläder, smycken eller parfym, samt var noggranna med att sätta sig lite bakom eller vid sidan om patient och psykolog. Deltagare 6 sa: "Jag försöker verkligen vara så bakåt som möjligt. När jag är där fysiskt sätter jag mig lite längre bak, och inte mitt i, och försöker alltid att inte ha uppseendeväckande kläder eller smink eller sånt som drar uppmärksamheten från samtalet".

Att vara ett redskap i terapirummet beskrevs av deltagarna ur flera perspektiv. Å ena sidan beskrevs det utifrån en upplevelse av att bli åsidosatt, tagen för given och "använd" av de andra parterna. Som att den som tolkar reduceras till en röst, en översättningsmaskin, där allt annat som utgör deras person är avskalat. Deltagare 6 beskrev det som att: "Man blir som ett redskap, man tas för givet av patient och terapeut. Man har skalat bort alla yttre omständigheter om hur jag ser ut, hur jag är klädd och så, hur jag pratar". Å andra sidan beskrev deltagarna, i kontrast till detta perspektiv, att essensen i deras uppdrag handlar om att skapa möjligheter till kommunikation över språkgränser. De beskrev att det handlar om att vara en möjliggörare och vara till nytta - ett användbart verktyg - både för patient och psykolog.

Jag tycker att min hjälp som tolk, som gör att kommunikationen blir möjlig mellan de två personerna som inte förstår varandra annars, det ger ju patienten

möjlighet att uttrycka sina känslor, och utan mig skulle personen gå och ha det inom sig. (Deltagare 4)

Vi kunde konstatera att det fanns en dubbelhet i deltagarnas beskrivningar av synen på sin närvaro i terapirummet. Dels fanns en upplevelse av att vara ett störningsmoment i rummet. I kontrast till detta fanns samtidigt en upplevelse av att vara ett nödvändigt redskap. Att uppleva sig själv som ett redskap i terapi beskrevs i sin tur vara kantat av både en upplevelse av att bli "använd" men också en upplevelse av att vara användbar.

Känslomässiga upplevelser i tolkuppdrag

Det andra huvudtemat för frågeställning 1 handlar om deltagarnas beskrivningar av känslomässiga upplevelser av att tolka i svåra psykologsamtal. Under intervjuerna framkom att deltagarna hade blivit känslomässigt berörda av historier de hört, i både positiv och negativ bemärkelse. De positiva upplevelserna handlade framförallt om att få vara en möjliggörare av kommunikation över språkgränser och vara till nytta. Detta nämndes även i samband med beskrivningar av att vara ett redskap, som nämns i tema 1.2. Att vara en möjliggörare av kommunikation mellan två parter var för deltagarna också en känslomässig upplevelse, och deltagarna uttryckte att det kunde berika det egna inre livet att hjälpa någon uttrycka något på sitt modersmål. Deltagare 8 beskrev det som att: "[//] då kände man sig som ett kuggghjul i något positivt som har hjälpt någon att må mycket bättre [//]. Då känner man att yes, jag var med i det här, något som blev bra, något som hjälpte någon".

De negativa känslomässiga upplevelser som beskrevs av deltagarna handlade ofta om känslor av maktlöshet, medlidande med patienten och en upplevd orättvisa över att vissa personer blir utsatta för mycket lidande.

Maktlöshet, man har svårt att förstå att det kan finnas sån ondska och att man inte kan göra nåt för att hjälpa personen mer än att jag åtminstone kan hjälpa personen få fram det hen vill säga. Men man övermannas ibland av den ondska som finns i världen och känner sig oförm... man kan inte göra någonting åt det, en känsla av maktlöshet skulle jag säga att jag blir invaderad av när jag är tvungen att tolka svåra saker. (Deltagare 8)

Deltagarnas negativa upplevelser handlade också om olika försvårande omständigheter som i sin tur beskrevs ha en påverkan på känslolivet. Att regelbundet exponeras för berättelser om mycket svåra händelser kan sätta spår och beskrevs av deltagarna som en försvårande omständighet. Deltagarna berättade att vissa historier kunde göra ett så tydligt avtryck att de påverkade dem en lång tid efteråt. Deltagare 4 sa: "Det satte sig i huvudet på mig så jag kunde inte släppa det när jag gick därifrån. Jag fortsatte och såg bilderna framför mig, om det personen berättade om sig själv. De bilderna har jag sett många dagar efteråt". Särskilt påträngande kunde det vara att lyssna på berättelser där deltagaren kunde relatera till patienten eller patientens berättelse på olika sätt. Deltagarna beskrev denna relaterbarhet som påfrestande men svår att undvika, då de beskrev att de ofta använde sig av sina erfarenheter och de egna känslorna som ett redskap för att skapa en kvalitativt god tolkning. Detta beskrevs kunna skapa möjligheten att på ett genuint sätt leva sig in i patientens berättelse och förmedla den med rätt känsla.

Man tolkar med det som man har med sig, man plockar från sin egen ryggsäck som man säger. Och tillslut så drabbas kroppen av det, tyngden av ryggsäcken, så man inte kan komma upp ur sängen. Det gör ont i ryggen, i axlar, det sätter

sig i magen, i hjärtat. (Deltagare 6)

Enligt god tolksed ska tolken alltid tolka i första person, vilket innebär att tolken ska återge berättelsen som om den har hänt tolken själv (Kammarkollegiet, 2019). Detta beskrevs som ytterligare en försvärande omständighet vid tolkning av svåra psykologsamtal. Deltagare 7 uttryckte det såhär: "[//] och jag säger ”jag har våldtagits av tio män”, det är aldrig kul”. Deltagarna lyfte dock att det inte går att göra på något annat sätt, och att detta sätt att uttrycka sig på är något som de behöver tolerera.

Beskrivningar av den känslomässiga upplevelsen av att tolka i svåra psykologsamtal utmynnade ofta i beskrivningar av olika sätt att förhålla sig till dessa upplevelser. Det kunde dels handla om olika känsloreglerande strategier som deltagarna ägnade sig åt efter svåra psykologsamtal, men också om deltagarnas möjligheter att luta sig mot sin erfarenhet och yrkesroll, vilket i sin tur kunde ha betydelse för den känslomässiga upplevelsen och hur deltagarna förhåller sig till känslomässig påverkan i sitt arbete. Dessa aspekter utgör två underteman och beskrivs närmare nedan: “Hanteringsstrategier och psykologiska försvar” och “Erfarenhet och professionalism”.

Hanteringsstrategier och psykologiska försvar. Deltagarna beskrev olika sätt att förhålla sig till den känslomässiga påfrestning som kunde uppstå under och/eller efter tolkning av svåra psykologsamtal. Ett förhållningssätt kunde vara att söka professionellt stöd från uppdragsgivaren, men deltagarna lyfte också egna hanteringsstrategier och psykologiska försvar att tillämpa om de blev känslomässigt överväldigade – dels för att inte låta känslorna ta över i tolksituationen, dels för att kunna släppa jobbet vid arbetsdagens slut och inte ta med sig berättelserna hem, och dels för att skapa en hållbar arbetssituation för sig själv. Vissa hanteringsstrategier och försvar som deltagarna beskrev återkom dagligen, och kan tolkas som nästintill ritualmässiga.

Jag antecknar ju och sen kastar jag anteckningarna och river sönder dem lite demonstrativt och med det så känns det som att nu är det färdigt för min del. Jag ska inte fortsätta att lida det som personen lider, utan nä jag tror att jag har utvecklat en strategi så det har känts lättare och lättare med åren. (Deltagare 8)

Många av de hanteringsstrategier och försvar som deltagarna beskrev tolkade vi som känsloreglerande strategier. Det handlade om mer eller mindre medvetna sätt att förhålla sig till och hantera de tunga historier som deltagarna kunde få tolka. En deltagare beskrev att hen spelade datorspel för att distrahera sig från påträngande tankar och känslor, vilket vi tolkade som ett slags kognitivt undvikande. Några beskrev att de ägnade sig åt fysisk aktivitet, till exempel gå en promenad, vilket vi tolkade som en strategi för att förflytta fokus från huvud till kropp. Andra berättade att de, utan att bryta sekretessen, vände sig till en kollega, vän eller familj för att ventilerat tankar och känslor. Deltagare 3 uttryckte det: "Man får ju inte diskutera med familjen utan man får bara berätta att ”det var en tuff dag idag”, så får det vara så”.

Vi tolkade deltagarnas beskrivningar av olika hanteringsstrategier och försvar som att de hade utvecklat sätt att förhålla sig till svårt material med en viss distans, som ett sätt att skapa en rustning och skydda sig mot att bli känslomässigt påverkade. Denna distans beskrevs både utifrån en ståndpunkt där deltagarna inte upplevde sig bli känslomässigt påverkade alls, men också utifrån en ståndpunkt där de noterade att känslomässig påverkan kunde förekomma, men att de inte tillät sig bli berörda. Detta sätt att försvara sig mot känslomässig påverkan kunde exempelvis handla om att använda sig av humor och skämta ihop med kollegor, som ett sätt att ta udden av de mest hemska berättelser. Deltagare 5 konstaterade: "Man kan prata av sig lite med sina kollegor och skämta om saker, [//] men man får inte vara okänslig, inte säga för

mycket, men man kan prata i allmänhet om typ vilken sorts situation som kan uppstå". Det kunde också handla om att försöka undvika att tänka på det patienten berättat och bara låta tiden gå, med en förhoppning om att inre bilder som skapats kring berättelsen skulle blekna. Deltagare 4 uttryckte det som följande: "Nej, det är bara att låta tiden gå, inget annat. Och jag tror inte, jag skulle inte vilja verbalisera andras upplevelser. Det har jag gjort i tolkningen".

Deltagarnas strategier för hantering av känslomässig påverkan kunde variera både i sin utformning och medvetandegrad. Hanteringsstrategier och psykologiska försvar, som sätt att bearbeta och skydda sig mot känslomässig påverkan, både under och efter svåra psykologsamtal, uppfattade vi som vanligt förekommande bland deltagarna, och tolkades som viktiga för känslohanteringen.

Erfarenhet och professionalism. Deltagarna beskrev att ett sätt att förhålla sig till känslomässig påverkan i sitt yrke var att luta sig mot yrkeslivserfarenhet och professionalism. Erfarenhet och professionalism uppgavs av deltagarna kunna skapa en känslomässig distans till tolkning av svåra psykologsamtal, men också bidra till att ge nya perspektiv och förhållningssätt till berättelser om mycket svåra händelser.

Vissa av deltagarna beskrev att de inte blev påverkade av samtalens innehåll på samma sätt nu som när de var yngre och/eller nyutbildade, samt att arbetslivserfarenhet med tiden hade skapat en upplevelse av att vara mer tolerant, eller "härdad", och känslomässigt avtrubbad. Erfarenhet i tolkyrket beskrevs som en skyddande faktor som underlättade för deltagarna att skapa ett distanserat sätt att lyssna på patientens berättelser. Deltagare 8 uttryckte det på följande sätt: "Man vänjer sig så mycket när man har jobbat i många år vid att tolka svåra saker, och svåra känslor kan man också till viss del vänja sig vid att uttrycka".

Deltagarnas känslomässiga upplevelser att tolka i svåra psykologsamtal uppfattade vi vidare vara präglade av deras syn på sitt känslomässiga engagemang i uppdraget. Att vara "härdad", och därmed i någon mån oåtkomlig för berättelser om mycket svåra händelser, konceptualiserades inte enbart som en skyddande faktor av deltagarna utan också som ett uttryck för att vara professionell och fokusera på att göra sitt yttersta för att göra ett bra jobb. Detta fokus beskrevs bland annat utifrån att vara så investerad i att återge patientens budskap så korrekt som möjligt, med patientens alla nyanser och egenheter, att den egna känslomässiga upplevelsen inte ens blev föremål för reflektion.

Jag analyserar inte upplevelsen av personerna som berättar, jag analyserar min tolkning. Om jag fick med allt som personen säger, den emotionella laddningen, om jag väljer de bästa orden när jag ska återge budskapet, det är det jag tänker på nu. Inte liksom känslor. (Deltagare 4)

Erfarenhet och professionalism beskrevs som skyddande faktorer som både kunde härda och guida deltagarna i sitt förhållningssätt till svåra psykologsamtal. Deltagarna gjorde skillnad på att vara nyutbildad och erfaren, där distinktionen låg i förmågan att härbärgera berättelser om mycket svåra händelser. Utöver detta beskrevs reflektion kring egna känslor som sekundärt i förhållande till en strävan efter att vara professionell och fokusera på uppdraget.

Vilket behov av stöttning beskriver tolkar som tolkar för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?

Att ventilera sina känslor

Det första huvudtemat för frågeställning 2 innehåller deltagarnas beskrivningar av vad de har för önskemål om stöd och möjligheter att ventilera sina känslor och tankar efter att ha

tolkat i svåra psykologsamtal. Deltagarnas önskningshandlingar handlade om möjligheten att få dela sina tankar och känslor med någon annan, både på ett strukturerat sätt med någon professionell, och på mindre strukturerade sätt med exempelvis kollegor. Att dela sin upplevelse med någon som lyssnar och validerar en beskrevs av deltagarna kunna underlätta den känslomässiga bearbetningen och minska upplevelsen av att ensam behöva dras med påträngande känslor eller tankar. Enskilt samtalsstöd eller reflektion i grupp var förslag på interventioner som deltagarna uttryckte skulle kunna vara hjälpsamma. Deltagarna lyfte framförallt en önskan om ett fysiskt möte, något som deltagare 5 betonade: "Jag skulle behöva träffa en människa och ligga på terapisoffan och gestikulera", hellre än telefonstöd eller stöd via liknande medel. I kontrast till detta uttryckte deltagarna också att det kunde vara svårt för utomstående, som inte är insatta i tolkyrket, att förstå deltagarnas situation, upplevelser och behov, och därmed också svårt att handleda och stötta. Detta tolkade vi som en önskan om större möjligheter till kollegiala sammanhang där tolkar kan möta andra tolkar.

Vi har ju varandra mer än vi har vad tolkförmedlingarna erbjuder på pappret, men det är av folk som inte förstår sig på tolkar. De anlitar någon psykolog eller kurator från något företag som man kan vända sig till, men den personen har ingen aning om hur en tolk har det. Så det är ju en bristvara. (Deltagare 6)

Några av deltagarna uttryckte att stöd inte var något de önskade eller var i behov av. Detta kopplade deltagarna främst till en upplevelse av att erfarenhet hade skapat en känslomässig distans till samtal med laddat innehåll, som nämnt i tema 2.2 under frågeställning 1, och att de därför inte upplevde sig bli berörda på ett sätt som kunde innebära ett behov av stöttning. Det kunde också handla om en ovilja att tala om sina känslor med någon annan, bland annat på grund av uppfattningen att det inte skulle vara hjälpsamt. Deltagare 4 sa: "Det vill jag inte berätta för någon. Det är liksom, det skulle kännas, det skulle inte hjälpa mig någonting".

Under intervjuerna framkom beskrivningar av olika sätt att få stöd och ventilera sina känslor på. Dels beskrevs vikten av ett strukturerat stöd i form av handledning och samtalsstöd, och dels vikten av kollegiala sammanhang och möjlighet till spontan återkoppling. Dessa två aspekter beskrivs mer utförligt i var sitt undertema: "Formella sammanhang" och "Informella sammanhang".

Formella sammanhang. Detta undertema handlar om deltagarnas beskrivningar av och önskningshandlingar om olika former av formellt stöd, det vill säga stöd som erbjuds från uppdragsgivaren/tolkförmedlingen, och hur möjligheterna till denna form av stöd ser ut. Deltagarna beskrev en önskan om ett formaliserat, strukturerat och regelbundet stödsystem i form av handledning och samtalsstöd med utbildade personer, i både gruppformat och enskilda samtal. Gruppsamtal betraktades av deltagarna som en möjlighet att reflektera tillsammans med andra tolkar och dela upplevelser och erfarenheter, vilket beskrevs kunna vara särskilt gynnsamt för nya tolkar. Deltagarna lyfte också enskilda stödsamtal som något önskvärt - att få möjlighet att tala med någon professionell om sina upplevelser av att tolka svåra psykologsamtal. Deltagare 2 lyfte denna önskan: "Man skulle egentligen behöva berätta för någon annan, någon professionell eller någon som tolkförmedlingen tillhandahåller, vissa saker är för jobbiga för att hålla inne helt enkelt".

Vissa deltagare ansåg att stöd och handledning bör vara obligatoriskt och ske på regelbunden basis, precis som för psykologer. Dels för att handledningen ska bli av, som deltagare 6 noterade: "Om man är inte inbokad i nåt schema "idag har vi handledning", så gör man inte det helt enkelt", dels för att säkerställa att alla tolkar tar hand om sitt välbefinnande, och dels för att de som aldrig självmant skulle söka stöd får möjligheten och faktiskt utnyttjar det. Detta uttryckte deltagarna är av största vikt inom ett yrke där sekretess behöver tas i

beaktande.

Jag tycker att det ska va en självklarhet att man ska ha handledning som tolk. I allmänhet, inte bara i svåra samtal, speciellt efter svåra samtal, för vi är med om alla möjliga svåra situationer och vi har total tystnadsplikt så det går inte att berätta hemma eller för kompisar vad man har varit med om. (Deltagare 7)

Att regelbundet ha handledning beskrevs inte enbart som något som kunde gynna deltagarnas psykologiska välbefinnande, utan också som något som borde prioriteras av uppdragsgivaren, dels för att deltagarna ska kunna göra ett bra jobb, och dels för att de ska klara av att bära svår information utan att bli för påverkade. Deltagare 7 betonade detta: "Nödvändigt! Jag tycker att den [handledningen] är det för kvalitén. För att jag inte ska påverkas så mycket [//] Och det tycker jag berikar tolkningen, det gör tolkning så mycket bättre. Kvalitén blir så mycket bättre. Man hör så mycket bättre".

Vilket stöd som faktiskt fanns tillgängligt och huruvida deltagarna hade blivit erbjudna stöd från sina uppdragsgivare varierade. Deltagarna beskrev brister i hur olika tolkförmedlingar meddelar att möjligheten till stöd finns; att informationen är vag och sparsam och att det kan vara svårt för dem att veta var de ska vända sig. Hur stödet är utformat och huruvida stöd överhuvudtaget erbjuds beskrevs också skilja sig mellan olika tolkförmedlingar, vilket kan vara en försvårande omständighet för den som får uppdrag från flera olika uppdragsgivare.

Om en tolkförmedling inte erbjuder samtalshjälp har jag ingen chans, jag kan inte vända mig till en annan tolkförmedling som kanske har en terapeut och berätta det som hände i ett annat sammanhang som inte har med den tolkförmedlingen att göra. (Deltagare 6)

Sammanfattningsvis kan det konstateras att de deltagare som uttryckte behov av stöd önskade ett mer strukturerat och regelbundet stöd av samtliga tolkförmedlingar och att tolkförmedlingarna tar ansvar för att informera om vilket stöd som finns att tillgå. Enligt deltagarna skulle detta kunna innebära att fler tolkar får den stöttning de behöver och bidra till tolkkårens välbefinnande och i förlängningen god tolkkvalitet.

Informella sammanhang. Deltagarna som önskade stöd lyfte också en önskan om ett informellt sådant: det sociala eller kollegiala stödet som ibland uppstår spontant, en social interaktion, som kanske inte primärt konceptualiseras som stöd i någon officiell mening. Deltagarna konstaterade att de dagligen möter många människor, både fysiskt och via telefon/digitalt, men sällan andra tolkar. Deltagarna beskrev tolkyrket som ensamt av den anledningen och att det är svårt att hitta kollegiala knutpunkter. Ensamheten tycktes handla om en avsaknad av ett kollegialt stöd och möten med andra tolkar att dela erfarenheter med.

Nuförtiden träffar man inte andra tolkar överhuvudtaget nästan, man är helt ensam i det, och det skulle vara bra att träffa andra tolkar och prata om upplevelser tolkar emellan, både enskilt och i grupp tillsammans med andra tolkar. Det känner jag har försvunnit helt. (Deltagare 2)

Deltagarna uttryckte en önskan om fler informella sammanhang att möta andra tolkar i, och en mer kollegial gemenskap generellt i tolkyrket. Deltagarna uppgav att mer arbete i team vore gynnsamt, både för deras generella välbefinnande och för tolkkvaliténs skull. Detta skulle innebära mer vila och mindre stress, och därmed bättre förutsättningar att orka med att tolka i svåra psykologsamtal: "Vi borde verkligen jobba mer i team, inte bara för tolkarnas skull men

också för tolkanvändarnas och samhällets skull så att tolken inte blir för trött och börjar säga fel" (Deltagare 5).

Deltagarna uttryckte också en önskan om att känna sig mer sedda, både av sin uppdragsgivare och av tolkanvändaren. Deltagare 6 beskrev det som att: "Alla förväntar sig att man ska va där, att tolken ska göra ett bra jobb och sen så är man borta. Man bryr sig inte om tolken. Det är oväsentligt hur tolken har det [//] det är ingen som bryr sig". I denna beskrivning yttrade sig också en önskan om en annan typ av informellt stöd: att efter ett uppdrag få en kort stund att tala med tolkanvändaren och på så sätt känna sig sedd och bekräftad i sina känslor, som deltagare 7 önskade: "Att ha någon återkoppling. Det gör att jag känner mig mer hel när jag går därifrån. Det hjälper väldigt mycket för att kunna återhämta sig efteråt". Detta uttrycktes även av deltagare 8:

Jag uppskattar ju jättemycket att psykologen frågar "hur mår du idag, hur gick det här?". Och jag behöver inte kanske prata jättemycket, det har varit tungt idag eller det här var ett tungt tema att prata om eller man såg hur svårt det var för honom eller henne, att hon bara verifierar det, att hon också har sett det och bara bekräftar för mig att man kanske inte mår så bra efteråt. (Deltagare 8)

Att få lite information *inför* ett uppdrag, exempelvis att samtalet kan komma att innefatta berättelser om mycket svåra händelser, beskrevs också som hjälpsamt och som ett sätt för uppdragsgivaren eller tolkanvändaren att visa omsorg för deltagarnas välbefinnande. Det beskrevs också som en möjlighet för deltagarna att kunna förbereda sig på vad som väntar, så att informationen som framkommer i tolkningen inte blir lika chockartad. Deltagare 6 gav ett förslag på hur detta skulle kunna gå till: "Kalla tolken fem minuter innan, informera, det här blir svårt därför att personen har varit med om en olycka eller någonting traumatiskt".

Socialt och kollegialt stöd beskrevs av deltagarna kunna skapa möjligheter att dela erfarenheter med andra tolkar, och förhoppningsvis minska upplevelsen av ensamhet i sitt yrke. Att känna sig sedd och bekräftad av uppdragsgivaren och tolkanvändaren, genom att exempelvis få förhandsinformation innan ett uppdrag och återkoppling vid uppdragets slut, beskrevs också som viktigt eftersom det kunde skapa en känsla av trygghet och underlätta återhämtningen efteråt.

Normer kring stöd

Det andra huvudtemat för frågeställning 2 berör deltagarnas benägenhet att be om och ta emot stöd. Vi uppfattade utbredda normer i deltagarnas beskrivningar av vad de upplever att de förväntas klara av i relation till svåra psykologsamtal. Många av dessa var explicit uttalade bland deltagarna. Normerna uppfattades dels handla om att tolkar inte ska tala om sina känslor med andra och därför inte be om stöd, och dels om att tolkar med lång erfarenhet bör vara så pass "känslomässigt härdade" att de inte förväntas behöva eller kräva stöd överhuvudtaget. Dessa normer beskrevs av deltagarna återfinnas hos tolkar som yrkesgrupp, men även hos uppdragsgivarna och tycktes därför också ha en påverkan på huruvida deltagarna valde att söka stöd eller inte.

Deltagarna beskrev flera föreställningar om vad de i sin yrkesroll förväntas klara av. Bland annat att tolken ska klara sig själv och gå vidare till nästa uppdrag utan bekymmer, likt en robot, utan känslomässig inblandning. Deltagare 6 uttryckte det som att: "Man är som en hjälte, man klarar allt. Jag bara tolkar det spelar ingen roll". I de fall där deltagarna på något sätt blivit känslomässigt berörda efter ett uppdrag beskrev de en upplevelse av att känslor inte ska delas med andra, utan att de ska bearbetas på egen hand. Deltagare 8 sa: "Ja, man säger inget till någon annan. Och det är det vi gör varje dag, vare sig det är svårt eller lätt att handskas

med. Så det är bara att, nej man kan inte prata med någon annan”.

Att signalera om en önskan om stöd till sin uppdragsgivare beskrevs också som något som kunde ogillas bland uppdragsgivare. En deltagare med mångårig erfarenhet inom tolkyrket beskrev en upplevelse av att tolkförmedlingarna utstrålar åsikten att en erfaren tolk ska ha lärt sig att hantera sina känslor själv och inte vara en belastning för tolkförmedlingen. Dessa föreställningar tolkade vi som något som hade med deltagarnas upplevelse av kulturen kring arbetsmiljön och relationen till uppdragsgivaren att göra.

Jag kan ha känslan att om jag säger att jag skulle behöva lite handledning att de kan tycka då, men snälla nån du har ju jobbat i trettio år, varför behöver du det? Har inte du lärt dig det här än? Det är en känsla man kan ha. Jag vet ju givetvis inte vad förmedlaren tänker om jag skulle ringa och be om det, men jag kan tänka att det är en sån tanke de får och det kan göra att jag kanske håller mig tillbaka lite. (Deltagare 8)

Benägenheten att be om stöd uppfattade vi dels handla om upplevda normer och föreställda förväntningar på tolken, men beskrevs också handla om direkta erfarenheter av att inte ha blivit bemött eller sedd av uppdragsgivaren så som vore önskvärt. Vissa deltagare beskrev att de upplevde sig förbisedda eller rent av avvisade av sin/sina uppdragsgivare, och att belastande känslor ofta behövde hanteras på egen hand på grund av rädslan för att förlora uppdrag. Deltagare 2 beskrev detta: "De gånger jag har påtalat att det har varit jobbigt har jag inte fått några uppdrag och då har jag faktiskt inte heller vågat be om hjälp". Utöver det uttrycktes erfarenheter av att bli förlöjligad för att inte själv ha klarat av att hantera sina känslor eller för att ha framstått som överdrivet känslig, svår att arbeta med eller resurskrävande.

Att prata med dem och säga ”hej jag som frilansare som är beroende av dig för att få mina uppdrag behöver nu att ni tar er tid för att hjälpa mig och spendera pengar på att hjälpa mig”. Jag tror att alla vet att det skulle innebära att du inte längre får några uppdrag från den förmedlingen. Och de skulle inte säga det eller ta ansvar för det, det skulle bli tyst i appen helt plötsligt. (Deltagare 5)

Deltagarna uttryckte en önskan om en attitydförändring och att deras önskan om stöd skulle fångas upp och normaliseras. Detta uttrycktes bland annat av deltagare 2: "Att man normaliserar behovet av samtalsstöd för tolkar, att det blir något normalt att be om, om att få prata om svåra uppdrag, att det inte blir något som uppfattas som avvikande utan snarare ett normalt behov för tolkar". Sammanfattningsvis tycktes attityder från uppdragsgivare och normer kring att söka stöd påverka huruvida deltagarna valde att söka stöd hos sin uppdragsgivare eller inte. Oro över att bli avvisad och/eller förlora uppdrag beskrevs också ha påverkan på deltagarnas benägenhet att söka stöd.

Diskussion

Syftet med studien var att i en svensk kontext undersöka och försöka förstå tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag. Frågeställningarna löd: (1) "Hur upplever tolkar det att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?" och (2) "Vilket behov av stöttning beskriver tolkar som tolkar för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?". Resultatet för frågeställning 1 belyste en komplex arbetssituation för deltagarna, där de beskrev tolkning i terapeutiska sammanhang

som krävande, både kognitivt och känslomässigt. Samtidigt lyfte deltagarna en medvetenhet kring sin roll i terapirummet och motstridiga känslor kring att vara ett störningsmoment och på samma gång ett redskap som står patient och psykolog till förfogande. Deltagarnas känslomässiga upplevelser av att tolka i svåra psykologsamtal utmynnade i beskrivningar av hur de förhöll sig till dessa med hjälp av olika hanteringsstrategier och psykologiska försvar, och genom att luta sig mot arbetslivserfarenhet och professionalism. Resultatet för frågeställning 2 visade att de flesta deltagarna hade en önskan om fler möjligheter att ventilera sina känslor och tankar efter svåra psykologsamtal; både i formella sammanhang, genom exempelvis handledning, och i informella sammanhang, med exempelvis kollegor. Normer och föreställningar kring vad tolkar förväntas klara av i relation till svåra psykologsamtal beskrevs av deltagarna kunna påverka benägenheten att söka stöd i negativ riktning.

En diskussion av resultaten för respektive frågeställning redovisas nedan. Detta åtföljs av en metodologisk diskussion och förslag till framtida forskning. Avslutningsvis presenteras studiens slutsatser och praktiska implikationer.

En anonym tolk

I det första huvudtemat "Tolken i terapirummet" beskrev deltagarna en multidimensionell och komplex situation. Deltagarna beskrev svårigheter kring tekniska aspekter av tolkning i svåra psykologsamtal, exempelvis att de behöver växla mellan roller och att det kan vara kognitivt påfrestande. Dessa fynd överensstämmer med aktuell forskning (Anderson, 2011; Miller et al., 2005; Padilla et al., 2005). I huvudtemat framträdde också ett mönster i deltagarnas beskrivningar av att vara i terapirummet, så till vida att deltagarna återkommande beskrev en upplevelse av att abstrahera sig själva från situationen då de som tolkar träder in i rummet. Detta yttrades dels i beskrivningar i linje med god tolksed, till exempel "att vara neutral och opartisk" och att inte vilja sätta sin prägel på samtalet, och dels i att inte längre vara sig själv utan snarare spela olika roller - som beskrivet i undertemat "Tolken som skådespelare" - samt att göra sitt yttersta för att inte vara ett störningsmoment i samtalet - som beskrivet i undertemat "Störningsmoment eller redskap?". I deltagarnas beskrivningar av sig själva som ett redskap fanns också ett element av att inte uppleva sig bli sedd som en egen person. Beskrivningar av detta slag går att tolka som en anonymisering av tolken och tycktes för deltagarna ha blivit ett internaliserat sätt att se på sin roll i uppdraget. Dock uppfattade vi att deltagarna hade ambivalenta känslor kring detta synsätt. Samtidigt som deltagarna beskrev att essensen i tolkens uppdrag handlar om att skapa möjligheter till kommunikation över språkgränser, och att tolken är fullkomligt nödvändig och viktig för att skapa dessa möjligheter, så uppfattades deltagarna ändå inte känna sig helt självklara i terapirummet. Detta perspektiv på tolken som en "översättningsmaskin", som bara har i uppgift att översätta, har tidigare beskrivits i litteraturen, men sedan 1990-talet har ett mer relationellt synsätt på tolkens delaktighet i terapirummet fått genomslag (Bot & Wadensjö, 2004; Miller et al., 2005; Trejo-Phillips, 2014). I en litteraturöversikt av Trejo-Phillips (2014) belyses en diskurs över hur tolkens roll definieras. Här beskrivs att tolkars syn på sin egen yrkesroll traditionellt sett har definierat tolkens roll som en neutral översättare, vilket har problematiserats utifrån hur denna definition förminskar tolkrollens komplexa och krävande natur. Avsaknaden av en entydig definition av tolkens roll skapar möjligen förvirring i vilken hållning som förväntas och är önskvärd av tolken. Detta kan vara en möjlig förklaring till deltagarnas åtskilda och ambivalenta känslor inför sin närvaro i terapirummet.

I det andra huvudtemat, "Känslomässiga upplevelser i tolkuppdrag", uppmärksammades motstridigheter i deltagarnas beskrivningar av att tolka i svåra psykologsamtal. Å ena sidan lyftes upplevelser av dessa uppdrag som mycket påfrestande, till

den grad att deltagarna kunde uppleva sig bli så känslomässigt berörda att det fortsatte påverka dem även en tid efteråt. Det handlade dels om innehållet i berättelserna som de exponerades för, dels om relaterbart material och utmanande tekniska aspekter såsom att tolka i första person. Dessa fynd går i linje med fynd i tidigare forskning och bekräftar svårigheterna med att i sitt arbete exponeras för andras berättelser om mycket svåra händelser (Anderson, 2011; Jiménez-Ivars & León-Pinilla, 2018; Lai & Costello, 2021; Lai & Heydon, 2015). Å andra sidan beskrev tolkarna i föreliggande studie även positiva upplevelser av denna typ av uppdrag, exempelvis att uppdragen upplevdes som givande och att det fanns ett värde i att skapa möjligheter för människor i utsatta positioner att få må bättre. Även dessa fynd har återfunnits i tidigare forskning (Lai & Heydon, 2015; Splevins et al., 2010). I huvudtemat lyftes också deltagarnas beskrivningar av att uppmärksamma och använda sig av sina egna känslor för att gestalta känslomässiga aspekter av patientens berättelse och skapa kvalitativt god tolkning. I undertemat "Erfarenhet och professionalism" förekom dock invändningar mot detta perspektiv, där deltagarna istället belyste att en professionell tolk inte ska tillåta de egna känslorna att ta plats i uppdraget. Att förminska eller undvika sin empatiska respons kan vara ett försök för tolken att upprätthålla neutralitet och professionalism (Harvey, 2003). Forskning har dock belyst riskerna med att som tolk inte uppmärksamma sitt eget empatiska engagemang och tillåta sig själv att bli berörd då detta kan leda till ökade risker för stress eftersom det förminskar tolkens roll och hur viktig den är (Anderson, 2011; Harvey, 2003). I kontrast till riskerna som lyfts i tidigare forskning beskrev deltagarna i föreliggande studie erfarenhet och professionalism som skyddande faktorer för känslomässig påverkan, och tycktes lägga prestige i att vara "härdade" och i någon mån oåtkomliga för berättelser om mycket svåra händelser. Deltagarnas beskrivningar av sig själva som "härdade" skulle kunna handla om att lång erfarenhet förändrar sättet på vilket de hanterar känsloladdad information, vilket belyser en känslomässig utmaning som tolkarbetet kan innebära. Det skulle också kunna handla om att attityder kring vad tolken förväntas klara av bidrar till tolkens egna förväntningar på sig själv att klara vad som helst utan att bli berörd, vilket belyser en annan känslomässig utmaning som tolken kan behöva förhålla sig till. Tolken behöver dessutom alltid förhålla sig till god tolksed, vilket skulle kunna bidra till en komplexitet i tolkens acceptans för och medvetenhet om sin egen sårbarhet i tolkuppdrag som kantas av känsloladdat innehåll, och vikten av att värna om sitt eget välbefinnande (Anderson, 2011). En annan vinkel på hur deltagarna beskrev att de skyddade sig från känslomässig påverkan beskrevs i undertemat "Hanteringsstrategier och psykologiska försvar". Olika psykologiska försvar och egenutvecklade hanteringsstrategier var vanligt förekommande bland deltagarna, och har i tidigare forskning beskrivits som vanligt även bland personer i vårdyrken, till exempel bland psykologer, som ett sätt att underlätta hanteringen av svåra samtal (Luff et al., 2016). Under intervjuerna i föreliggande studie framgick inte huruvida deltagarna fått adekvat utbildning i hantering av känslomässig påverkan i svåra psykologsamtal. Att utveckla egna strategier för att hantera påfrestande känslor och tankar belyser därmed inte bara ett behov av att hantera känslor och tankar efter svåra psykologsamtal utan skulle också kunna vara ett uttryck för en brist på sådan utbildning.

Vem tar hand om tolken?

I huvudtemat för frågeställning 2 "Att ventilera sina känslor" beskrev de flesta av deltagarna behov av att få dela sina tankar och känslor med någon, med avsikten att underlätta känslomässig bearbetning. I ett bredare perspektiv tycktes det handla om en önskan om att känna sig mottagen och sedd, både av sin uppdragsgivare eller tolkförmedling och i mindre formella sammanhang, till exempel av kollegor. Behovet av ett formellt, strukturerat stöd, i form av regelbunden handledning och samtalsstöd, som beskrevs i undertemat "Formella

sammanhang”, går i linje med tidigare forskning (Lai & Costello, 2021; Villalobos et al., 2021). I undertemat “Informella sammanhang” redogjorde deltagarna dels för behovet av en kollegial gemenskap, dels för behovet av att få förhandsinformation om svåra psykologsamtal, och dels ett behov av återkoppling efter svåra psykologsamtal. Dessa aspekter illustrerade en bild av tolken som relativt ensam. Deltagarnas beskrivningar av tolkyrket som ensamt på dessa sätt återfinns även i tidigare forskning (Anderson, 2011; Forsell, 2018; Jiménez-Ivars & León-Pinilla, 2018). Tolken arbetar primärt själv, och deltagarna beskrev att de ofta saknar sociala sammanhang att möta andra tolkar i, vilket kan tänkas bidra till ensamheten. Forskning har visat att socialt stöd i arbetet kan vara hjälpsamt för att hantera krav och emotionella påfrestningar som arbetet medför (Eklöf, 2017). Psykologer och andra terapeuter som saknar handledning och möjlighet att ventilera känslor och tankar tillsammans med kollegor löper större risk att utveckla stressreaktioner om de istället upplever att de behöver hantera sin känslor och tankar i ensamhet (Dean & Pollard, 2009). Detta skulle även tänkas vara en risk för tolkar, vilket belyser vikten av fler möjligheter till ett kollegialt stöd för tolkar. I beskrivningarna av bristen på information inför och återkoppling efter svåra psykologsamtal ser vi ytterligare ett uttryck för ensamhet eftersom det vittnade om en upplevelse av att inte bli respekterad eller uppmärksammas som en individ med känslor. Att få förhandsinformation innebär att tolken kan vara bättre införstådd med vad som väntar och därmed skyddad från potentiellt obehag. Att som uppdragsgivare ge detta till tolken handlar i grunden om att visa respekt för tolkens person och arbetssituation samtidigt som det kan underlätta för tolken att agera professionellt (Forsell, 2018). Återkoppling efter svåra psykologsamtal beskrevs av deltagarna som gynnsamt för att lättare kunna bearbeta vad de fått höra under samtalet. Detta kan förstås utifrån hur validering kan hjälpa till att lyfta den känslomässiga upplevelsen och för att underlätta acceptans och känslomässig reglering samt minska intensiteten och varaktigheten i en känslomässig reaktion, särskilt vid negativ påverkan (Shenk & Fruzzetti, 2011). Utifrån integration av resultatet från föreliggande studie och befintlig forskning är det därmed möjligt att föreslå att förhandsinformation om uppdraget och återkoppling efteråt borde formaliseras och vara mer tillgängligt för tolkar.

I det andra huvudtemat "Normer kring stöd" förekom beskrivningar av deltagarnas benägenhet att söka stöd och vad som påverkade den benägenheten. Deltagarna beskrev upplevda normer såsom att en tolk ska klara sig själv och inte tala om sina känslor eller upplevelser med någon annan och att en erfaren tolk förväntas vara tålig och “härdad” och därmed inte söka stöd alls. Dessa upplevelser kantades av oro för att bli avvisad av uppdragsgivare om behov av stöd skulle uttryckas och faktiska erfarenheter av att inte få uppdrag på grund av uttryckt behov av stöd. Att inte känna trygghet i att kunna kontakta sin uppdragsgivare har även uttryckts av tolkar i en australiensk studie (Lai & Costello, 2021). Brist på tillit till sin uppdragsgivare och att känna oro över att ens behov av stöd skulle kunna leda till uteblivna uppdrag skulle kunna betraktas som arbetsmiljöproblem. Osäkerhet kring sin arbetssituation eller hot om arbetslöshet kan skapa en otrygghet som i förlängningen kan leda till stress (Eklöf, 2017). I förhållandet mellan uppdragstagare och uppdragsgivare blir maktbalansen snedfördelad där tolken hamnar i en beroendeställning. Å ena sidan finns tolkens behov av att känna sig sedd, trygg och stöttad av sin uppdragsgivare, å andra sidan en oro för att inte få jobb och förlora inkomst. Fyndet i föreliggande studie tyder därmed på att det skulle kunna förekomma en dubbel sårbarhet för den som tolkar för någon som berättar om mycket svåra händelser. Dels genom att exponeras för dessa berättelser, vilket kan leda till en negativ känslomässig påverkan och i förlängningen riskera mynna ut i STS, och dels en stress i att arbetssituationen kan påverkas negativt med uteblivna uppdrag och ekonomiska förluster.

Bland de deltagare som uttryckte ett behov av stöd beskrevs en önskan om attitydförändringar och i förlängningen ett normskifte, där det istället för att betraktas som normbrytande att uttrycka behov av stöd skulle ses som självklart. Vad som krävs för att

införliva en attitydförändring var inget som framgick under intervjuerna, men att uppdragsgivare uppmärksammar deltagarnas sårbara position - att de både exponeras för berättelser om mycket svåra händelser och upplever en otrygghet i relationen till sin/sina uppdragsgivare - skulle kunna vara ett första steg mot att förändra attityder och normer kring tolkars behov av stöd.

Metodologisk diskussion och förslag till framtida forskning

Utgångspunkten genom forskningsprocessen har varit att vår förförståelse oundvikligen påverkar såväl analysen som forskningsprocessen i stort. Som nämnt i metodavsnittet hade båda författare tidigare erfarenheter av att arbeta med tolk och därmed också en färgad blick på tolkens situation. Under analysen tyckte vi oss emellanåt skönja information i sådant som sades mellan raderna eller som inte uttrycktes explicit av deltagarna. Analysnivån för föreliggande studie var primärt semantisk, men tolkning av mer latent innehåll förekom där det ansågs adekvat. Trots en medvetenhet om vår förförståelse och sociokulturella kontext genom hela forskningsprocessen är det möjligt att anta att förförståelsen kan ha haft effekt på både riktningen i intervjuerna, och var fokus har lagts i analysen. Vi har dock gjort vårt yttersta för att vara öppna för en variation av beskrivningar av upplevelser bland deltagarna.

Under intervjufasen noterades att intervjuerna hade en tendens att se olika ut vad gäller längd samt antal följdfrågor som ställdes. I fall där deltagaren inte besvarade frågan eller gav ett kort svar varierade tendensen mellan oss författare att förtydliga frågan, ställa följdfrågor eller be deltagaren att utveckla sitt svar. Detta, utöver individuella skillnader deltagarna emellan, kan ha föranlett variationen i intervjulängd och därmed i graden av uttömmande svar från deltagarna. Att vi på förhand inte hade diskuterat hur pass fritt förhållningssättet till intervjuguiden skulle vara kan därför anses som en begränsning i denna studie. Detta tros dock inte ha påverkat studiens utfall till den grad att utfallet hade sett drastiskt annorlunda ut om vi hade diskuterat detta på förhand.

Vidare noterades en brist i intervjuguiden rörande valet av ordet "behov" i huvudfråga två och dess underfrågor. Ordvalet kan ha föranlett skillnader i hur deltagarna uppfattade frågan om upplevt behov av stöd. Ordet "behov" kan tolkas som om detta rör sig om något grundläggande som inte går att vara utan, vilket inte är fallet för deltagarna, då de bevisligen fortsätter att arbeta utan det stöd de upplever sig behöva. Det går inte att undkomma funderingar kring om de deltagare som svarade att de inte har ett behov av stöd kan ha tolkat frågan bokstavligen. För framtida referens hade en mer öppen formulering kunna varit "önskan om stöd".

Att rekrytera deltagare genom ett bekvämlighetsurval kan medföra risker för bias eftersom det väcker frågor om vilka som önskar att delta i studien och vilka som väljer att avstå. Det är möjligt att de som väljer att svara på ett mail om att delta i en studie också är de som upplever sig ha behov av att diskutera ämnet. Trots detta anser vi att vi deltagarurvalet genererade en mångfacetterad bild av tolkars upplevelser och behov i relation till tolkning i svåra psykologsamtal.

Slumpen skapade ett deltagarurval som tillsynes är relativt homogent. Det är därför rimligt att ifrågasätta urvalets representation avseende kön, ålder och erfarenhet inom tolkyrket. En majoritet av deltagarna var över 50 år och de flesta var kvinnor. De allra flesta deltagare hade lång erfarenhet av att arbeta som tolk, vilket kan tala för en särskild utgångspunkt när de besvarade frågorna i intervjun. Studiens låga deltagarantal gör det dessutom svårt att generalisera resultatet till tolkkåren i stort. Dock kan studien skapa en ett underlag för vidare studier kring tolkens situation och subjektiva upplevelser av sitt arbete.

Fokus för föreliggande studie var att uppmärksamma tolkens perspektiv och subjektiva

upplevelse av att tolka i svåra psykologsamtal, samt vilket stöd tolken upplever sig behöva. Dock skapar detta ensidiga perspektiv en begränsad bild av verkligheten då studien inte fångar in andra perspektiv på tolkens situation, exempelvis tolkförmedlingarnas eller andra uppdragsgivares. För framtida forskning kan det därför vara en idé att också ta med ett utifrånperspektiv på tolkens situation för att nyansera bilden.

I diskussionen dryftades eventuella arbetsmiljöproblem vilka grundade sig i flera av deltagarnas beskrivningar av relationen till uppdragsgivaren som otrygg. Bland annat förekom redogörelser av olika förutsättningar för möjlighet till stöd baserat på vilken/vilka uppdragsgivare deltagarna var anslutna till. Det ses därför som fördelaktigt, för ett utökat perspektiv på tolkars situation och arbetsförhållanden, att undersöka dessa arbetsförhållanden och villkor i framtida forskning. Diskussionen belyste också tvetydigheter i definitionen av tolkrollen, vilket inte efterfrågades specifikt under intervjuerna, men som tycktes relativt centralt för upplevelsen av att vara i terapirummet. Tolkars syn på sin roll i ett terapeutiskt sammanhang hade därmed kunnat vara föremål för framtida forskning.

Slutsatser och praktiska implikationer

Syftet med föreliggande studie var att i en svensk kontext undersöka och försöka förstå tolkars upplevelser av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag. Trots studiens småskalighet belyser den aspekter av tolkyrket som potentiellt skulle kunna utforskas vidare. Slutsatserna som dras är att tolkar tycks ställas inför en rad utmaningar i svåra psykologsamtal. Studien lyfter vikten av att värna om tolkars välbefinnande för att undvika de risker som tolkar som arbetar nära personer som lider av psykisk ohälsa ställs inför. Utöver det belyser studien också tolkuppdrag i svåra psykologsamtal som multidimensionellt, där känslomässig och kognitiv påfrestning, rollväxling och exponering för andras berättelser om mycket svåra händelser är exempel på aspekter som kan placera tolken i en sårbar position och som skulle gynnas av vidare fördjupning för att skapa en större förståelse för tolkars behov. Sårbarheten innefattar också brister i tolkars arbetsförhållanden och villkor, vilka också skulle kunna vara föremål för vidare forskning. Vidare kan det konstateras att tolkar hade gynnats av ett mer tillgängligt och självklart känslomässigt stöd, där större möjligheter till kollegialt utbyte och formalisering av informella typer av stöd, såsom förhandsinformation och återkoppling efter uppdrag, är förslag på åtgärder. Definitionen av tolkens roll och tolkars uppfattning av sin roll i ett terapeutiskt sammanhang är ytterligare aspekter som belyses i föreliggande studie och som hade kunnat vara områden att utforska vidare.

Referenser

- Anderson, A. (2011). Peer Support and Consultation Project for Interpreters: A Model for Supporting the Well-Being of Interpreters who Practice in Mental Health Settings. *Journal of Interpretation*, 21(1), Article 2.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bot, H., & Wadensjö, C. (2004). The Presence of a Third Party: A Dialogical View on Interpreter-Assisted Treatment. In J. P. Wilson & B. Droždek (Ed.), *Broken spirits: The treatment of traumatized asylum seekers, refugees, war and torture victims*. 355–378. Brunner-Routledge.
- Dean, R. K., & Pollard, R. Q. (2009). I don't think we're supposed to be talking about this:

- Case conferencing and supervision for interpreters. *VIEWS*, 26(4), 28-30.
- Eklöf, M. (2017). *Psykosocial arbetsmiljö: begrepp, bedömning och utveckling*. (Upplaga 1). Studentlitteratur.
- Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue as secondary traumatic stress disorder: An overview. I C. R. Figley (Ed.), *Compassion Fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized* (1-20). Brunner/Mazel.
- Forsell, M. (2018). *Att arbeta med tolk*. (Upplaga 1). Gothia fortbildning.
- Geiling, A., Knaevelsrud, C., Böttche, M., & Stammel, N. (2022). Psychological distress, exhaustion, and work-related correlates among interpreters working in refugee care: Results of a nationwide online survey in germany. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(1), Article 2046954. <https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2046954>
- Harvey M. A. (2003). Shielding yourself from the perils of empathy: the case of sign language interpreters. *Journal of deaf studies and deaf education*, 8(2), 207–213. <https://doi.org/10.1093/deafed/eng004>
- Jiménez-Ivars, A., & León-Pinilla, R. (2018). Interpreting in refugee contexts. A descriptive and qualitative study. *Language & Communication*, 60, 28-43. <https://doi.org/10.1016/j.langcom.2018.01.009>
- Kammarkollegiet. (2019). God tolksed. *Kammarkollegiets råd till auktoriserade tolkar*. Hämtad 2022-11-28 från www.kammarkollegiet.se
- Kindermann, D., Schmid, C., Schell, T., Bozorgmehr, K., Thalheimer, M., Daniels, J., Herzog, W., & Nikendei, C. (2017). Prevalence and Risk Factors for Secondary Traumatization in Refugee Crisis Interpreters: A Cross-sectional Study. *Psychopathology*, 50(4), 262-272. <https://doi.org/10.1159/000477670>
- Lai, M., & Costello, S. (2021). Professional interpreters and vicarious trauma: An Australian perspective. *Qualitative Health Research*, 31(1), 70-85. <https://doi.org/10.1177/1049732320951962>
- Lai, M., & Heydon, G. (2015). Vicarious Trauma Among Interpreters. *International Journal of Interpreter Education*, 7(1), Article 3, 3-22.
- Luff, D., Martin, E. B., Jr., Mills, K., Mazzola, N. M., Bell, S. K., & Meyer, E. C. (2016). Clinicians' strategies for managing their emotions during difficult healthcare conversations. *Patient Education and Counseling*, 99(9), 1461-1466. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2016.06.017>
- Miller, K. E., Martell, Z. L., Pazdirek, L., Caruth, M., & Lopez, D. (2005). The role of interpreters in psychotherapy with refugees: An exploratory study. *American Journal of Orthopsychiatry*, 75(1), 27-39. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.75.1.27>
- Mirdal, G. M., Ryding, E., & Sondej, M. E. (2012). Traumatized refugees, their therapists, and their interpreters: Three perspectives on psychological treatment. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(4), 436-455. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02036.x>
- Newell, J.M., Nelson-Gardell, D., & Macneil, G. (2015). Clinician Responses to Client Traumas: A Chronological Review of Constructs and Terminology. *Trauma, violence & abuse*, 17(3), 306–313. <https://doi.org/10.1177/1524838015584365>
- Ortlepp, K., & Friedman, M. (2002). Prevalence and correlates of secondary traumatic stress in workplace lay trauma counselors. *Journal of traumatic stress*, 15(3), 213–222. <https://doi.org/10.1023/A:1015203327767>
- Padilla, F., Bajo, M. T., & Macizo, P. (2005). Articulatory suppression in language interpretation: Working memory capacity, dual tasking and word knowledge. *Bilingualism*, 8(3), 207-219. <https://doi.org/10.1017/S1366728905002269>
- Schauben, L.J., & Frazier, P.A. (1995). Vicarious Trauma: The Effects on Female Counselors

- of Working with Sexual Violence Survivors. *Psychology of Women Quarterly*, 19(1), 49-64. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1995.tb00278.x>
- SFS (2014:821) *Patientlag*. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientlag-2014821_sfs-2014-821
- SFS (2017:30) *Hälso- och sjukvårdslag*. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso--och-sjukvardslag-201730_sfs-2017-30#K3
- SFS (2017:900). *Förvaltningslag*. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/forvaltningslag-2017900_sfs-2017-900
- Shlesinger, Y. (2005). *Vicarious traumatization among interpreters who work with torture survivors and their therapists* (Publication No. 3196278) [Doctoral dissertation, The Chicago School Of Professional Psychology] ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Socialstyrelsen. (2016, maj). Tolkar för hälso- och sjukvården och tandvården. Artikelnummer 2016-5-7. Hämtad 2022-08-31 från www.socialstyrelsen.se.
- Splevins, K. A., Cohen, K., Joseph, S., Murray, C., & Bowley, J. (2010). Vicarious posttraumatic growth among interpreters. *Qualitative Health Research*, 20(12), 1705-1716. <https://doi.org/10.1177/1049732310377457>
- SOU 2018:83. *Att förstå och bli förstådd - ett reformerat regelverk för tolkar i talade språk*. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/statens-offentliga-utredningar/att-forsta-och-bli-forstadd---ett-reformerat_H6B383
- Språkföretagen (2019). *Tolkutredningen 2019*. Brand factory.
- Trejo-Phillips, P. (2014). *Interpreters in a psychotherapeutic triad interpreting for torture survivors: An integrative literature review through a cultural competency lens*. (Publication No. 3578752) [Doctoral dissertation, The Wright Inst] ProQuest Dissertations & Theses Global.
- UNHCR Austria, ed. (2017). *Handbook for Interpreters in Asylum Procedures*. UNHCR Austria. https://www.bfa.gv.at/402/files/01_Broschueren/AUT_Handbook-Asylum-Interpreting_en.pdf
- Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. Vetenskapsrådet.
- Villalobos, B. T., Orengo-Aguayo, R., Castellanos, R., Pastrana, F. A., & Stewart, R. W. (2021). Interpreter perspectives on working with trauma patients: Challenges and recommendations to improve access to care. *Professional Psychology: Research and Practice*, 52(5), 477-486. <https://doi.org/10.1037/pro0000404>
- Wadensjö, C., Rehnberg, H.S. & Nikolaidou, Z. (2021). *Tolkfunktionen i asylprocessen*. Delmi.
- Wise, E. H., Hersh, M. A., & Gibson, C. M. (2012). Ethics, self-care and well-being for psychologists: Reenvisioning the stress-distress continuum. *Professional Psychology: Research and Practice*, 43(5), 487-494. <https://doi.org/10.1037/a0029446>

Bilaga 1. Informationsbrev

Hej,

Vi heter Klara Bodebeck och Isabella Hübinette och vi går termin 10 på psykologprogrammet vid Göteborgs universitet. Under den här terminen ska vi skriva vårt examensarbete och vi söker nu deltagare till intervjuer.

Syftet med vårt examensarbete är att undersöka och försöka förstå tolkars upplevelse av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser, samt tolkars eventuella behov av stöd i relation till sådana uppdrag. Vi söker därför dig som arbetar som tolk och har erfarenhet av denna typ av samtal.

Intervjuerna är tänkta att genomföras under vecka 36–37 (5–18 september), antingen på plats på Psykologiska institutionen eller digitalt via Zoom. Varje intervju förväntas ta max 60 minuter. Deltagande är frivilligt och kan avbrytas när som helst utan närmare motivering. Intervjuerna kommer spelas in (enbart ljud) för att möjliggöra transkribering. Datamaterialet kommer under arbetets gång att förvaras och behandlas konfidentiellt. När materialet analyseras kommer det göras på gruppnivå och dina svar kommer inte gå att härleda till dig. När examensarbetet är färdigställt kommer all insamlad data att raderas.

Möjligheten att ta del av uppsatsen då den är färdigställd kommer erbjudas samtliga informanter.

Är du intresserad av att delta eller har du några frågor? Då får du gärna kontakta oss.

Klara Bodebeck, psykologstudent vid Göteborgs universitet
gusbodekl@student.gu.se

Isabella Hübinette, psykologstudent vid Göteborgs universitet
gushubiis@student.gu.se

Examensarbetet sker under handledning av Johanna Carlsson, leg. psykolog och forskare vid Psykologiska institutionen vid Göteborgs Universitet.

Vänliga hälsningar.

Klara Bodebeck och Isabella Hübinette

Bilaga 2. Intervjuguide

Hej!

Tack för att du tar dig tiden att låta mig intervjua dig. Innan vi sätter igång kommer jag ge dig lite kort information.

Jag heter Klara/Isabella och går termin 10 på psykologprogrammet vid Göteborgs Universitet. Intervjun som jag kommer genomföra med dig idag kommer bidra med underlag till det examensarbete som jag och en medstudent skriver denna termin. Du är här idag för att du har erfarenhet av att i psykologsamtal tolka för en person som berättar om svåra händelser som varit potentiellt traumatiserande, och jag vill gärna veta mer om dina upplevelser av det.

Under intervjun, som kommer ta max en timme, kommer jag anteckna för hand, men intervjun kommer också spelas in. Efteråt kommer det ljudinspelade materialet transkriberas och kodas. I studien kommer all identifierbar information anonymiseras och det kommer inte vara möjligt att härleda informationen till dig eller andra nämnda parter eller platser. All data kommer under arbetets gång förvaras och behandlas konfidentiellt, och förstörs då uppsatsen är färdigställd. Ditt deltagande i undersökningen är helt frivilligt. Du kan när som helst avbryta ditt deltagande utan närmare motivering. Du kan även avböja att svara på vissa frågor.

Vi kommer börja med att ställa några bakgrundsfrågor och sedan ställa några få öppna frågor och du får gärna känna dig fri att brodera ut dina svar som du önskar.

Samtycker du till att delta i den här studien och att vi spelar in samtalet?

Har du några frågor eller funderingar innan vi börjar?

Bakgrundsfrågor:

- Hur gammal är du?
- Vilket kön har du?
- Vilket/vilka språk tolkar du på?
- Hur lång utbildning har du?
- Hur länge har du arbetat som tolk?
- Är du bosatt i storstad, mellanstor stad, liten ort eller på landsbygd?
- Tolkar du via telefon och/eller på plats?
- Vad har du för anställningsform/hur får du dina uppdrag?

Huvudfrågor:

Vad är din upplevelse av att tolka för personer som i psykologsamtal berättar om mycket svåra händelser?

- Vad är din upplevelse av att vara en del av den terapeutiska situationen/relationen generellt? (ev. förtydligande: möjliggöra samtalet, vara en tredje person i rummet).
- I vilken utsträckning tolkar du sådana samtal?
- Förbereder du dig på något särskilt sätt när du ska tolka i ett psykologsamtal?
- Det händer att personer som jobbar med svåra saker "tar med sig jobbet hem" och tänker på det man fått höra under dagen sen när man kommer hem, men också känner sig känslomässigt påverkade, t ex att man känner sig ledsen utan direkt anledning eller lättirriterad. Är det något du känner igen?

- Om ja, kan du berätta om det?
- Finns det något med den här typen av uppdrag som du upplever som positivt, givande, viktigt eller liknande?
- Om ja, kan du berätta om det?
- Om nej, kan du berätta varför?

Precis som psykologer kan behöva stöd när de möter personer som berättar om mycket svåra händelser, kan även tolkar behöva det. Hur är det för dig?

- Om deltagaren beskriver behov av stöd:
 - *Hur gör du i nuläget?*
 - *Vad skulle du behöva för stöd och förberedelser inför ett tolkuppdrag av sådant här slag?*
 - *Vad skulle du behöva för stöd efter ett sådant tolkuppdrag?*
- Om deltagaren inte känner behov av stöd:
 - *Hur tror du det kommer sig att du inte känner behov av stöd?*
 - *Vad gör du i nuläget om ett samtal dröjer sig kvar hos dig?*
- Har du blivit erbjuden stöd och i så fall från vem/vilka och av vilket slag?
- Hur ser dina möjligheter att bearbeta sådant du fått höra under en session ut?
- Hade du önskat att det såg annorlunda ut, om ja, hur?

Avslutande frågor:

**Är det något jag inte har frågat eller pratat om som du vill lägga till innan vi avslutar?
Vill du ta del av uppsatsen när den är färdig?**