



Høgskulen på Vestlandet

Bacheloroppgave i norsk tegnspråk og tolking

TST350-BAC-2023-VÅR-FLOWassign

Predefinert informasjon

Startdato:	12-05-2023 09:00 CEST	Termin:	2023 VÅR
Sluttdato:	26-05-2023 14:00 CEST	Vurderingsform:	Norsk 6-trinns skala (A-F)
Eksamensform:	Bacheloroppgave		
Flowkode:	203 TST350 1 BAC 2023 VÅR		
Intern sensor:	(Anonymisert)		

Deltaker

Kandidatnr.:	357
---------------------	-----

Informasjon fra deltaker

Antall ord *:	8036
----------------------	------

Egenerklæring *: Ja

Jeg bekrefter at jeg har Ja registrert oppgavetittelen på norsk og engelsk i StudentWeb og vet at denne vil stå på vitnemålet mitt *:

Jeg godkjenner autalen om publisering av bacheloroppgaven min *

Ja

Er bacheloroppgaven skrevet som del av et større forskningsprosjekt ved HVL? *

Nei

Er bacheloroppgaven skrevet ved bedrift/virksomhet i næringsliv eller offentlig sektor? *

Nei



BACHELOROPPGAVE

Hvordan kan tegnspråktolker verne seg mot vikarierende traumatisering?

How can sign language interpreters protect themselves against vicarious traumatisation?

Sigrid Marie Kvinnsland Valør

Kandidatnummer: 357

Bachelorgrad i tegnspråk og tolking

Institutt for språk, litteratur, matematikk og tolking

Veileder: Benjamin Anible

Innleveringsdato: 26.05.2023

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	3
Abstract	3
1. Innledning	5
1.1 Valg av tema og problemstilling	5
1.2 Begrepsavklaringer	6
1.2.1 Vikarierende traumatisering	6
1.2.2 Tolking, tegnspråktolk og talespråktolk.....	7
1.2.3 Klient	7
2. Metode	8
2.1 Litteraturbasert metode	8
2.2 Analyse av litteratur	10
2.3 Kildekritikk	10
2.4 The demand control schema	11
3. Funn	13
3.1 Kilder til belastning i tolkeyrket	13
3.1.1 Empati	13
3.1.2 Overføring og motoverføring.....	14
3.1.3 Samarbeid med andre profesjoner	15
3.1.4 Konflikt mellom det profesjonelle og personlige selvet	16
3.2 Kilder til belastning som er særlige for tegnspråktolker	17
3.2.1 Tegnspråkets modalitet	17
3.2.2 Rammene for arbeidet.....	18
3.2.3 Tegnspråk og døves minoritetsstatus	19
3.3 Hva kan bidra til å motvirke vikarierende traumatisering?	19
3.3.1 Veiledning og støttenettverk	20
3.3.2 Bedre samarbeid med andre profesjoner	21
3.3.3 Skape balanse og begrense eksponering	21
4. Drøfting	22
4.1 Vikarierende traumatisering forstått fra et DC-S-perspektiv	22
4.2 Kontroller	23
4.2.1 Før oppdraget	24
4.2.2 I løpet av oppdraget.....	24
4.2.3 Etter oppdraget.....	25
4.3 Hva kan bidra til å gi tegnspråktolker økt kontroll?	25
4.3.1 Veiledning	26
4.3.3 Taushetsplikt og nøytralitet	27
4.3.2 Samarbeid med andre profesjoner	28
5. Konklusjon	29
6. Litteraturliste	30

Sammendrag

Denne oppgaven handler om vikarierende traumatisering av tegnspråktolker, hva som kan forårsake det og hva som kan forbygge det. Problemstillingen *Hvordan kan tegnspråktolker verne seg mot vikarierende traumatisering?* Blir undersøkt gjennom en litteraturanalyse som starter med å identifisere kilder til vikarierende traumatisering av tegnspråktolker og mulige tiltak for å motvirke dette, som senere blir drøftet i lys av «The Demand Control Schema».

Oppgaven belyser noen kilder til vikarierende traumatisering som bør tas ekstra hensyn til og identifiserer noen mulige tiltak for å adressere disse belastningskildene. I drøftingen blir konsepter relatert til vikarierende traumatisering omformulert som funksjoner av interaksjonen mellom krav og kontroll, som blant annet bidrar til å understreke den tette sammenhengen mellom arbeidshelse og arbeidsutførelse.

Ved å undersøke vikarierende traumatisering med utgangspunkt i DC-S forsøker jeg å sette dette temaet i et nytt perspektiv og slik bidra til økt innsikt. Om hvordan tegnspråktolker kan vernes mot vikarierende traumatisering.

Abstract

This thesis is about vicarious traumatization amongst sign language interpreters, and the factors that can contribute to it and prevent it. The research question, *How can sign language interpreters protect themselves against vicarious traumatization?* is investigated through a literature analysis that starts with identifying sources of vicarious traumatization of sign language interpreters and possible measures to counteract this, which are later discussed in light of "The Demand Control Schema".

The paper highlights some sources of vicarious traumatization that should be given extra attention and identifies some possible measures to address these sources of stress. In the discussion, concepts related to vicarious traumatization are reformulated as functions of the interaction between demands and control, which among other things help to emphasize the close connection between occupational health and work performance.

By examining vicarious traumatization based on DC-S, I try to put this topic in a new perspective and thus contribute to increased insight about how sign language interpreters can be protected against vicarious traumatisation.

1. Innledning

For en stund siden snakket jeg med en tegnspråktolk som flere ganger hadde tatt ut sykedager fordi emosjonelt krevende tolkeoppdrag hadde ført til at hen ble nedstemt av å være på jobb. En annen fortalte meg at det var tungt å dra på jobb for tiden fordi det var så mange tolkeoppdrag i barnevernssaker. Flere slike samtaler har gjort meg mer bevisst på at vi som tolker fort kan havne som en utenforstående part i situasjoner der mennesker er sårbare og har det vondt. Hvordan dette kan påvirke tolkesituasjonen har jeg lært en del om – men hvordan påvirker det tolken? I mange yrker er det kjent at man kan komme til å møte på situasjoner som oppleves ubehagelige eller vanskelige, og man får gjerne opplæring i å håndtere dette. Som tegnspråktolk kan man møte på omtrent alle situasjonene som hvert enkelt av de andre yrkene kan komme borti. Likevel opplever jeg at dette snakkes lite om i løpet av studiet, og heller ikke får noe særlig oppmerksomhet i pensumlitteraturen. Derfor har jeg valgt å undersøke dette i min bacheloroppgave.

1.1 Valg av tema og problemstilling

Tema for denne oppgaven er ivaretagelse av tegnspråktolkers psykiske helse. Jeg har to hovedgrunner for å ha valgt akkurat dette temaet. For det første er lite som er skrevet om temaet i vår pensumlitteratur, og derfor ønsker jeg å undersøke på egenhånd for å finne ut mer. Den andre årsaken er at jeg ønsker å være så godt forberedt som mulig når jeg er ferdig utdannet som tegnspråktolk og skal ut i arbeid. Jeg tror at innsikt i dette temaet kan hjelpe både meg og andre studenter til å være bedre rustet når vi begynner å jobbe som tolker. Tegnspråktolkprofesjonen generelt vil også være tjent med økt innsikt i og bevissthet rundt hvilke arbeidsbelastninger som finnes og hvordan man kan ta vare på seg selv og hverandre i møte med dem.

Psykisk helse er et bredt tema. Jeg har derfor måttet gjøre en del valg når jeg har formulert problemstillingen min. For det første ønsker jeg å undersøke hvordan tegnspråktolker blir påvirket av det de eksponeres for på oppdrag som tolk. Det betyr at jeg primært fokuserer

på hvordan tolken påvirkes av *andres* lidelse og smerte, heller enn ting tolken selv kan utsettes for på jobb (som for eksempel trusler eller mobbing på arbeidsplassen). Erfaringer fra ett enkelt oppdrag kan gjøre sterkt inntrykk, men da er det også lettere å merke hvordan man har blitt påvirket. Jeg er mer interessert i å undersøke hvordan tolker kan påvirkes av arbeidet over tid. Belastninger i arbeidshverdagen kan bidra til utvikling av psykiske lidelser som angst og depresjon, men disse finnes det allerede mye litteratur om og vil ikke bli diskutert her. På bakgrunn av disse avgrensningene har jeg formulert problemstillingen min slik:

Hvordan kan tegnspråktolker verne seg mot vikarierende traumatisering?

1.2 Begrepsavklaringer

1.2.1 Vikarierende traumatisering

Begrepet *vikarierende traumatisering* ble opprinnelig anvendt i sammenheng med psykoterapi og er definert som «the permanent transformation in the inner experience of the therapist that comes about as the result of empathetic engagement with clients' trauma material» (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 31). Hovedsymptomene på vikarierende traumatisering er forstyrrelser i blant annet identitet, verdensbilde, syn på seg selv og andre og interpersonlige forhold. Det har blitt foreslått av Pearlman og Saakvitne (1995) at kumulativ verbal eksponering for traumatisk materiale kan føre til endringer i kognitive skjema relatert til trygghet, tillit, kontroll, respekt og intimitet. Vikarierende traumatisering er altså et resultat av gjentatt empatisk tilnærming til traumatiserte mennesker.

Mens konsepter som «omsorgstretthet» og «sekundærtraumatisering» er mer symptomfokuserede, vektlegger vikarierende traumatisering endringer i hvordan man oppfatter og relaterer til verden, seg selv og andre (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 280-281). Jeg anser dette perspektivet som nyttig sett i forbindelse med tolkeprofesjonen, hvor meningsskapning og relasjonelt arbeid er helt grunnleggende for arbeidet som utføres. Når

det er sagt, så brukes disse begrepene ofte synonymt (Shakespeare, 2012, s. 93). Det er mye overlapp mellom disse tre konseptene, og Holland et al. (2022) refererer derfor til dem med samlebegrepet «Trauma Related Employment Stress». Av mangel på en konsis og god norsk oversettelse for dette, og fordi det teoretiske grunnlaget har vært nyttig for meg, har jeg valgt å holde meg til begrepet *vikarierende traumatisering* i denne oppgaven, men det har ikke vært et poeng å gjøre et tydelig skille mellom dette og de to andre konseptene.

1.2.2 Tolking, tegnspråktolk og talespråktolk

Tolking kan beskrives som det å «[oversette] noe som blir sagt fra et språk til et annet på det tidspunktet ytringen blir gjort» (Maciel & Urdal, 2022)

I tillegg til språk- og tolkeferdigheter må en tolk ha «gode evner til å tilpasse seg en rekke ulike sosiale kontekster, mennesker med ulike relasjoner til hverandre og kunne arbeide i mange forskjellige arbeidssituasjoner» (Haualand et al., 2018, s. 12). Det er disse aspektene ved tolkejobben Haavik (2022, s. 1) trekker frem når hun beskriver tolking som et relasjonsintensivt yrke, altså et yrke som hovedsakelig består av gjentatte møter med andre mennesker og som krever gode relasjoner og empatisk nærvær fra yrkesutøveren.

Tolking kan skje mellom et tegnspråk og et talespråk, mellom to talespråk eller mellom to tegnspråk. Der det er et poeng å skille mellom disse vil jeg bruke begrepet *talespråktolk* for tolker som tolker mellom to talespråk, og *tegnspråktolk* for å referere til tolker som tolker mellom et tegnspråk og et talespråk. Tolking mellom to forskjellige tegnspråk vil ikke bli diskutert i denne oppgaven.

1.2.3 Klient

Både talespråklige og tegnspråklige parter i en tolkemediert samtale omtales gjerne som *primærdeltakere* (Haualand et al., 2018, s. 21-22). I litteraturen jeg har analysert er det ofte snakk om tolking mellom talespråklige profesjonsutøvere og tegnspråklige klienter, og det er dette begrepet som brukes av Darroch og Dempsey (2016) for å referere til den

tegnspråklige deltakeren. Begrepet *klient* brukes derfor for å referere til den tegnspråklige døve/hørselshemmede primærdeltakeren når det er behov for å skille mellom disse.

2. Metode

Valget om å svare på problemstillingen min med utgangspunkt i eksisterende litteratur er tatt av både praktiske og etiske hensyn. Temaer relatert til psyken og opplevd belastning vil nødvendigvis innebære en stor grad av subjektivitet og individuelle forskjeller.

Datainnsamling med hensikt å finne generaliserbare resultater ville derfor ha krevd mer et mer omfattende arbeid enn denne oppgavens størrelse tillater. Dette ville dessuten ha innebåret innsamling og oppbevaring av helseopplysninger. Jeg har heller ikke den nødvendige kompetansen for å gjennomføre intervjuer med denne typen tematikk på en forsvarlig måte. Ved å samle inn data om dette temaet ville jeg risikert å utsette meg selv for nettopp den typen belastning jeg skal undersøke i oppgaven. Med en litteraturanalyse kan jeg bidra til å sette den eksisterende forskningen i nytt perspektiv

2.1 Litteraturbasert metode

Innhenting av litteratur begynte i studiets pensumliste. Her fant jeg ingenting relatert til vikarierende traumatisering eller lignende temaer, men jeg fant boken *The Demand Control Schema: Interpreting as a Practice Profession* (Dean & Pollard Jr, 2013), som har gitt meg rammeverket jeg bruker som utgangspunkt når jeg drøfter funnene mine. Rammeverket som beskrives i denne boken, kalt «The Demand-Control Schema» (heretter DC-S), har sitt utgangspunkt i Robert Karasek sin teori om at samspillet mellom krav og kontroll i et yrke påvirker arbeidshelse og arbeidseffektivitet.

Videre gjorde jeg søk i Oria og Google Scholar med søkeord som «vikarierende traumatisering», «sekundærtraumatisering», «mental helse» og «psykisk helse», alle kombinert med enten «tolk» eller «tegnspråktolk». Da dette ikke ga noen resultater, gjorde

jeg tilsvarende søk på engelsk. Søket etter «interpreters vicarious trauma» ga meg artikkelen «Interpreters' Experiences of Transference Dynamics, Vicarious Traumatization, and Their Need for Support and Supervision: A Systematic Literature Review» (Darroch & Dempsey, 2016). Dette er en systematisk gjennomgang av all relevant litteratur publisert innen 2016.

For en bedre forståelse av vikarierende traumatisering har jeg benyttet meg av boken *Trauma and the therapist: countertransference and vicarious traumatization in psychotherapy with incest survivors* (Pearlman & Saakvitne, 1995). Boken gir en grundig redegjøring av vikarierende traumatisering som konsept, samt faktorer som bidrar til vikarierende traumatisering og tiltak som kan motvirke vikarierende traumatisering. Definisjonen av vikarierende traumatisering som Darroch og Dempsey baserer seg på i sin litteraturgjennomgang er hentet fra denne boken, og ettersom artikkelen deres er en av mine hovedkilder har jeg vurdert det som hensiktsmessig å jobbe ut ifra samme forståelse av begrepet som dem. Derfor har jeg valgt å bruke denne kilden til tross for at den er relativt gammel.

Til tider blir det også referert til «Shielding yourself From the Perils of Empathy: The Case of Sign Language Interpreters» (Harvey, 2003). Dette er en av artiklene som inngår i Darroch og Dempsey (2016), men fordi det er en av de få kildene som diskuterer vikarierende traumatisering av tegnspråktolker, og fordi den gir mye god innsikt i hvilken rolle empati har i tegnspråktolkeres sårbarhet for vikarierende traumatisering, har jeg likevel valgt å bruke den som en egen kilde.

I løpet av prosessen med å finne litteratur for oppgaven min ble jeg tipset av veileder om en artikkel som snart skulle publiseres. Artikkelen var «Ivaretagelse av tegnspråktolker» (Haavik, 2022). Haavik er psykologspesialist ved Nasjonal behandlingstjeneste for sansetap og psykisk helse (NBSPH) og har i sitt arbeid samarbeidet mye med tolker. I artikkelen beskriver hun sin oppfatning av hvilke arbeidsbelastninger tolker kan møte i sin arbeidshverdag og hva som kan være spesielt utfordrende for tegnspråktolker, hovedsakelig basert på veiledning og samtaler med tegnspråktolker som jobber hos NBSPH. Haavik kommer også med forslag til hvordan tegnspråktolker kan ivaretas.

2.2 Analyse av litteratur

For å svare på hvordan tolker kan beskytte seg mot vikarierende traumatisering var det først nødvendig å finne ut *hva* de trenger å beskyttes mot. Vikarierende traumatisering er resultatet, men hva er det som forårsaker det? Min analyse av litteraturen startet derfor med å identifisere hvilke faktorer som kan bidra til vikarierende traumatisering hos tegnspråktolker. Fordi lite av den eksisterende forskningen har tatt for seg erfaringene til tegnspråktolker (Darroch & Dempsey, 2016, s. 169), har jeg valgt å først gi en beskrivelse av faktorer som har blitt funnet hos talespråktolker og som her antas å være generelle for alle tolker. Deretter følger en beskrivelse av noen faktorer som er spesielle for tegnspråktolker.

Neste steg var å identifisere beskyttelsesfaktorer og strategier som kan motvirke effektene av vikarierende traumatisering. Hva som er effektive tiltak vil variere fra person til person, og derfor har jeg forsøkt å unngå å bli for spesifikk. I stedet gis en beskrivelse av de grunnleggende elementene i effektive strategier for å motvirke vikarierende traumatisering fulgt av noen eksempler på viktige tiltak som beskrives i litteraturen.

Drøftingen av funnene tar utgangspunkt i DC-S, og starter derfor med en fortolkning og reformulering av funnene basert på DC-S sine strukturer og terminologi. En beskrivelse av de viktigste konseptene i DC-S blir gitt i delkapittel 2.4.

2.3 Kildekritikk

Alle kildene som er brukt i oppgaven har blitt vurdert ut ifra både kvalitet og relevans. Vurderingen tok hensyn til kildenes forfatter, utgiver og utgivelsestidspunkt. Spesielt viktig for kilder uten direkte tilknytning til tegnspråktolkprofesjonen var også vurderingen av innholdets overførbarhet.

Kildekritikken viste to store svakheter i kildene. For det første har det vært vanskelig å finne studier som har undersøkt vikarierende traumatisering spesifikt blant tegnspråktolker. Av denne grunn ble litteraturgjennomgangen til Darroch og Dempsey (2016) brukt, til tross for at den hovedsakelig har tatt for seg studier av talespråktolker. Forfatterne har utført et

grundlig litteratursøk med strenge kriterier for å sikre at studiene som ble brukt har relevans for tegnspråktolkprofesjonen, og begrunner alle valgene de har gjort i den forbindelse.

Den andre svakheten som bør nevnes er at boken til Pearlman og Saakvitne (1995) er nesten 30 år gammel. Som beskrevet i forrige delkapittel ble denne boken likevel vurdert som nyttig fordi den sikret en best mulig forståelse av resultatene som ble presentert i ovennevnte litteraturgjennomgang.

2.4 The demand control schema

«The demand control schema» (DC-S) er et rammeverk utviklet av Robyn K. Dean og Robert Q Pollard Jr. med utgangspunkt i Robert Karaseks krav-kontroll-modell, og beskrives av Dean og Pollard som en helhetlig tilnærming til forståelse av tolkeyrkets natur. Dette rammeverket beskrives i sin helhet i boken *The Demand Control Schema: Interpreting as a Practice Profession* (Dean & Pollard Jr, 2013), og har som mål å gi tolkeprofesjonen konstrukt og terminologi for mer holistiske, effektive og produktive samtaler om tolkearbeid. Hovedkomponentene i DC-S er et teoretisk konstrukt og en modell for beslutningstaking. Det teoretiske konstruktet danner grunnlaget for drøftingen, og jeg vil derfor beskrive dette nærmere før jeg presenterer funnene mine.

Det teoretiske konstruktet i DC-S fungerer som en taksonomi for opplevelsen av tolkearbeid. Dette er nyttig fordi det bryter tolkearbeidet ned til mer konkrete og organiserte kategorier. Slik kan forskjellige aspekter ved tolkearbeidet bli lettere å forstå og diskutere. To viktige begreper i DC-S er *demands* og *controls*, heretter referert til som *krav* og *kontroller*.

I DC-S refererer krav til alle faktorer som påvirker – eller bør påvirke – valgene man tar i arbeidet sitt, uavhengig av hvorvidt disse oppleves som «krevende» eller ikke. DC-S deler kravene i tolkesituasjoner inn i fire kategorier kalt EIPI – environmental, interpersonal, paralingual og intrapersonal (omgivelsesmessige, interpersonlige, paralingvistiske og intrapersonlige krav). I denne oppgaven vil de inter- og intrapersonlige kategoriene være spesielt aktuelle. *Interpersonlige krav* omfatter alt som skjer i samspillet mellom deltakerne (inkludert tolken). Dette inkluderer det deltakerne sier og gjør, men også en rekke andre

faktorer som for eksempel maktforhold, kommunikasjonsstil og kulturell bakgrunn.

Intrapersonlige krav er tolkens egne kognitive, fysiologiske og psykologiske opplevelser.

Tolker skal være nøytrale og upartiske. Når Dean og Pollard likevel velger å inkludere tolkens subjektive opplevelser som en egen kategori av krav tolken må ta hensyn til, er det fordi det ikke er mulig å begrense hvordan man påvirkes av egne følelser og tanker hvis man ikke er bevisst dem.

Kontroller kan forstås som egenskaper eller ressurser som tolken har, som avgjør hvordan tolken forholder seg til og responderer på krav. I denne sammenheng brukes ordet *kontroll* som et substantiv. Dean og Pollard bruker også begrepet *kontrollmuligheter* for å understreke at tolken til enhver tid har mange kontroller tilgjengelig, enten disse blir brukt eller ikke. I DC-S deles kontroller i kategorier basert på når de tydeliggjøres – enten før, i løpet av, eller etter tolkeoppdraget. Mens pre- og postoppdragskontroller ofte gir rom for grundig analyse eller konsultasjon med kollegaer, blir oppdragskontroller ofte valgt fort, uten at man tenker bevisst over det.

Gjennomgående i arbeidet til Dean og Pollard er ideen om at tolking er en «practice profession». Dette begrepet står i kontrast til tekniske profesjoner, hvor verktøyene og strategiene som brukes er konsekvente, pålitelige og forutsigbare. «Practice professions», på den andre siden, krever mer enn bare tekniske ferdigheter, innebærer stor grad av uforutsigbarhet, og foregår hovedsakelig i sosiale situasjoner der emosjonelle og sosiale faktorer er sentrale.

3. Funn

Litteraturanalysen hadde som mål å belyse to områder: Kilder til belastning hos tegnspråktolker og faktorer som kan bidra til å forebygge vikarierende traumatisering hos tegnspråktolker. Fordi en del av litteraturen hovedsakelig baserte seg på studier av talespråktolker, har funn relatert til belastningskilder blitt delt i to kategorier. Først presenteres kilder til belastning i tolkeyrket. Dette er funn som har sitt opphav i studier av talespråktolker, men som antas å ha relevans også i forbindelse med tegnspråktolker. Videre følger en beskrivelse av noen faktorer som kan føre til ytterligere belastning hos tegnspråktolker.

3.1 Kilder til belastning i tolkeyrket

Som nevnt tidligere finnes det kun noen få studier som har undersøkt vikarierende traumatisering med spesifikt fokus på tegnspråktolker. Selv artikler om tegnspråktolker, slik som litteraturgjennomgangen til Darroch og Dempsey (2016), baserer seg i hovedsak på studier som omhandler talespråktolker. Man kan anta at mye av dette også vil gjelde for tegnspråktolker, men det mangler altså litteratur for å underbygge denne antakelsen. I resten av oppgaven går jeg ut ifra at denne antagelsen er riktig. Jeg vil nå beskrive noen av utfordringene som har blitt identifisert hos talespråktolker.

3.1.1 Empati

DC-S deler krav inn i fire kategorier, hvor størsteparten av kravene tolker vil møte på faller inn under kategorien *mellommenneskelige krav*. Denne kategorien omfatter blant annet *tankeverdener*, et begrep som viser til alle de mentale faktorene som påvirker en persons oppfatninger, kognisjon, følelser og oppførsel ved et spesifikt tidspunkt. Når en person sier eller tegner noe er det tankeverdenen deres som ligger bak både intensjonen deres og valget av spesifikke ord/tegn. Fordi alle har forskjellige tankeverdener kan et utsagn ofte bli oppfattet veldig forskjellig av mottakeren enn i talerens egen tankeverden. Derfor skriver

Dean og Pollard Jr at forskjeller i tankeverdener bør være grunnlag for våre tolkningsvalg. Dette krever at tolken prøver å forstå hva deltakerne tenker og føler, hva de prøver å kommunisere og hvorfor (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 6-8).

Empati er altså et viktig aspekt ved tolkens arbeid. Materialet som tolkes må prosesseres ved å se for seg klientens perspektiv, og det blir derfor mye mer intenst enn å bare høre ordene. Tolker eksponeres for potensielt opprørende og traumatisk materiale i sitt arbeid, og funnene til Darroch og Dempsey (2016) indikerer at tolker opplever sterke negative følelser og symptomer assosiert med vikarierende traumatisering som et resultat av sin empatiske tilnærming til klienten og det traumatiske materialet de tolker.

Å tolke det traumatiske materialet i første person er en ytterligere kilde til emosjonell belastning. For å formidle intensiteten i klientens følelser må tolker etterligne tonen og kroppsspråket deres. Slik tar de på seg rollen som noen andre og kan miste seg selv i interaksjonen. Dette er et eksempel på identifisering, som er en form for motoverføring.

3.1.2 Overføring og motoverføring

Pearlman og Saakvitne (1995, s. 23) definerer motoverføring som de tankemessige, følelsesmessige og fysiske responsene terapeuten har til klienten, og terapeutens bevisste og ubevisste forsvar mot følelser, indre konflikter og assosiasjoner som vekkes av klienten. Konsepter som overføring og motoverføring har tradisjonelt beskrevet den gjensidige påvirkningen mellom klient og behandler, men Darroch og Dempsey (2016) argumenterer for at tolker også kan oppleve denne typen prosesser ettersom de i sitt arbeid kan bli eksponert for lignende opplevelser som psykoterapeuter. Funnene i litteraturgjennomgangen deres støtter denne påstanden.

En form for overføring er projektiv identifisering. Dette innebærer at følelser eller egenskaper som klienten fortrengr blir overført til terapeuten. For eksempel kan klient som bærer på følelser av selvforakt komme til å oppføre seg som om behandleren er inkompetent (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 24). Harvey (2003, s. 208-209) beskriver hvordan mange tolker følte seg udugelige når de tolket for «Mattie», en døv middelaldrende

kvinne som i løpet av sitt liv hadde opplevd mye smerte og avvisning. Slik ser vi hvordan tolker også kan være mottakere av overføring.

Traumatiserte mennesker er ofte låst i et atferdsmønster hvor de gjenskaper traumene, og noen ganger involverer de andre i disse gjenskapelsene gjennom overføring. For eksempel kan personen ubevisst gjøre seg selv til offer ved å skape en situasjon som fører til at de opplever avvisning fra behandleren, og behandlerens motoverføringsreaksjoner føre til mishandlende eller forsømmende atferd fra behandleren. Klienten kan også innta rollen som gjerningsperson, og behandle behandleren slik de selv ble behandlet i sin oppvekst.

Eksposering for og deltakelse i disse gjenskapelsene er en ytterligere kilde til vikarierende traumatisering (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 32)

Når man eksponeres for sterkt emosjonelt eller traumatisk materiale, kan dette vekke motoverføringsresponsen som for eksempel frykt, sorg, skam og usikkerhet, og man kan da resonere med unngåelsesreaksjoner (Darroch & Dempsey, 2016, s. 168).

3.1.3 Samarbeid med andre profesjoner

Tolking er som nevnt et relasjonsintensivt yrke, og dette fører med seg en del utfordringer. Tolken må stadig innlede og avslutte relasjoner, og dette relasjonelle arbeidet må alltid gjøres med minst to parter (Haavik, 2022, s. 3). Tolken jobber dessuten ofte i situasjoner der andre yrkesutøvere også er involvert. Både relasjonen med klient og med yrkesutøvere kan bringe med seg utfordringer for tolken.

Darroch og Dempsey (2016) fant at andre profesjonsutøvere, som for eksempel psykologer, ofte undervurderer tolkens rolle og mangler forståelse og respekt for kompleksiteten i tolkens arbeid. Dette kan bidra til negative følelser og dårlig selvfølelse hos tolken. Mange tolker opplever dessuten å få for lite informasjon fra andre involverte profesjonelle, for eksempel leger ved et legebesøk, i forkant av oppdrag. En konsekvens av dette kom frem i en studie hvor tolker som jobbet i en «medium secure forensic mental health unit" (MSU) rapporterte at de opplevde sterk uro og engstelse fordi mangelen på informasjon og svar på spørsmålene deres gjorde at de ikke visste hva de kunne forvente. Flere studier analysert av Darroch og Dempsey beskrev en oppfatning av tolken blant andre yrkesutøvere som «kanal»

eller «maskin». Tolkene følte at de ble behandlet som hjelpemidler heller enn mennesker. Disse tolkene sa at det ble tatt lite hensyn til deres psykiske helse og fysiske sikkerhet, at de sjeldent fikk tilbud om pauser, og at yrkesutøvere overlot tolkene til å slite med å bearbeide de emosjonelle belastningene fra økten på egenhånd. I tillegg til yrkesutøveres holdninger ble også en mangel på tydelige retningslinjer for samarbeid med tolker trukket frem som en årsak til at kvaliteten på samarbeidet med andre yrkesgrupper var svært varierende (Darroch & Dempsey, 2016, s. 177-179).

3.1.4 Konflikt mellom det profesjonelle og personlige selvet

Et av hovedtemaene som trekkes frem av Darroch og Dempsey (2016) er konflikten mellom det personlige og profesjonelle selvet. Dette kommer frem i utfordringene knyttet til overføring, men også i tolkers indre konflikt knyttet til de yrkesetiske retningslinjene, og da spesielt kravene som stilles til nøytralitet og ivaretagelse av taushetsplikt.

Tolkerollens strenge krav til nøytralitet og bevarelse av taushetsplikten gir grunnlag for mange konflikter hos tolken. Tolken kan for eksempel sitte på informasjon som kan hjelpe behandleren/klienten, men ikke ha mulighet til å si noe om dette. Tolken kan også oppleve at klienten behandles dårlig, uten mulighet for å gripe inn (Darroch & Dempsey, 2016, s. 179; Haavik, 2022, s. 4). Funnene til Darroch og Dempsey indikerer at tolker forstår kravene til nøytralitet som absolutte, selv når de ikke er på jobb. De er ikke tillatt emosjonelle reaksjoner i arbeidet sitt, og derfor ser de på ethvert uttrykk av personlige følelser som uprofesjonelt og forsøker å fornekte sine egne følelser. Samtidig sliter de med å blokkere disse følelsene, nettopp fordi de ikke får snakket om dem (Darroch & Dempsey, 2016).

Mangel på fleksibilitet og presisjon i kravene til taushetsplikt gjør også at tolker unngår å søke hjelp fra venner, kolleger eller profesjonelle, da de oppfatter dette som et brudd på taushetsplikten. Darroch og Dempsey (2016, s. 183) viser til flere sitater fra retningslinjene som gjelder for britiske tegnspråktolker, som blant annet sier at tegnspråktolker «treat all information you receive in the course of your duties as confidential, unless required by law to disclose information» og «are impartial, maintain integrity and professionalism, keeping a professional distance, even in challenging situations» (Association of Sign Language

Interpreters). Tilsvarende kan man lese i den norske tolkeforskriften (2021) at «Tolken skal opptre upartisk og ikke la egne holdninger eller meninger påvirke arbeidet» og «Tolken skal tolke nøyaktig det som blir sagt i samtalen, uten å endre, holde tilbake eller legge til innhold. Under oppdraget skal tolken ikke utføre andre oppgaver enn å tolke». Tolker i Norge er også underlagt taushetsplikt etter tolkeloven (2021 § 15)

Funnene til Darroch og Dempsey (2016, s. 179-180) viser at skillet mellom det profesjonelle og det personlige kan sette tolker i en ukomfortabel posisjon. Samtidig er dette skillet viktig, både for at tolker skal kunne gjøre jobben sin og for å beskytte dem.

3.2 Kilder til belastning som er særlige for tegnspråktolker

Mange aspekter ved tolkeyrket er felles for både talespråk- og tegnspråktolker, men det er også aspekter ved arbeidet til tegnspråktolker som skiller seg fra arbeidet til talespråktolker. Disse to kategoriene av belastningskilder presenteres hver for seg, fulgt av en beskrivelse av noen faktorer som kan bidra til å motvirke effektene av vikarierende traumatisering.

3.2.1 Tegnspråkets modalitet

En av de tydeligste forskjellene på arbeidet til talespråk- og tegnspråktolker ligger i arbeidsspråkernes modalitet. En tegnspråktolk tolker vanligvis mellom et talespråk og et tegnspråk, og tolker dermed ikke bare mellom to forskjellige språk, men også mellom to forskjellige sansemodaliteter. Dette har praktiske implikasjoner (Darroch & Dempsey, 2016, s. 167). For det første skjer tegnspråktolking vanligvis simultant med at det snakkes/tegnes. Dette krever konstant fokus og innlevelse hos tegnspråktolken. Det er mindre pause i tolkingen, og tolken har derfor begrenset med tid og mentalt overskudd til å fokusere på seg selv og sine egne følelser og reaksjoner (Harvey, 2003; Haavik, 2022).

Som nevnt tidligere krever tolking empatisk innlevelse. Også her har tegnspråkets modalitet innvirkning. Tegnspråkets visuelle natur krever at tolken bruker kroppsspråk og ansiktsuttrykk for å gjengi det som blir sagt. Dette kan gjøre det vanskelig for tolken å

distansere seg fra innholdet i det som tolkes. Modaliteten gjør også at tolken ikke kan se vekk når klienten snakker. Dette betyr at tolken kommer veldig tett på det som blir sagt, spesielt med tanke på at det som beskrives potensielt kan bli uttrykt på en veldig visuell måte. Tolken må også ha jevnlig blikkontakt med klienten når det tolkes til tegnspråk for å forsikre seg om at det som tolkes blir oppfattet. Slik er kan det fort bli tolken heller enn behandleren som eksponeres mest direkte til både traumematerialet og klientens følelser og reaksjoner (Haavik, 2022, s. 5-6).

3.2.2 Rammene for arbeidet

Tegnspråktolking skiller seg også fra talespråktolking i rammene for arbeidet, blant annet på grunn av forskjeller i retten til tolk. Der hørende fremmedspråklige kun har rett til tolk i offentlig sektor, har døve og hørselhemmede en mye mer omfattende rett på tolk. Dette betyr at tegnspråktolker jobber i et mye bredere spekter av situasjoner og kontekster. Tegnspråktolker eksponeres for en større variasjon av tolkeoppdrag enn talespråktolker, og kommer muligens enda tettere på klienten ettersom de også kan tolke i veldig private/uformelle situasjoner. De kan komme til å tolke for samme person oftere, og kanskje møte på samme klient i veldig forskjellige situasjoner (Hualand et al., 2018, s. 15-16). Innen psykisk helsevern har det dessuten stor betydning for behandlingen at de samme tegnspråktolkene kan følge utrednings- eller behandlingsforløpet (Øhre et al., 2018).

Å kjenne klienten bedre kan være en fordel når man skal tolke, fordi man kan få innsikt som gir bedre grunnlag for å tolke det vedkommende sier (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 6-8). Samtidig kan det gjøre det vanskelig å distansere seg fra klienten og ikke la seg berøre av det vedkommende utsettes for. For klienter som bruker tolk i mange forskjellige situasjoner kan også tolken være det eneste faste holdepunktet. Tolken kan oppleve å bli noen som klienten lener seg på eller søker trygghet hos. For eksempel at klienten vender seg mot tolken i stedet for behandler hvis det er noe de synes er ubehagelig eller vanskelig å snakke om, eller at klienten begynner å forholde seg til tolken som for eksempel en venn eller alliert (Darroch & Dempsey, 2016, s. 175; Haavik, 2022, s. 3-4).

3.2.3 Tegnspråk og døves minoritetsstatus

En faktor her er tegnspråkets status. Tegnspråk har kun nylig blitt anerkjent som et fullverdig språk. Mange hørende har lite kunnskap om tegnspråk og lite forståelse av hva det vil innebære å kommunisere med en hørselshemmet person. Det eksisterer dessuten en oppfatning blant mange hørende av at tegnspråk er et «hjelpemiddel» heller enn et språk, eller at tegnspråk er norsk hvor ordene byttes ut med tegn. Dette gjør at mange undervurderer kompleksiteten i tolkearbeidet.

Døve er en minoritet som har opplevd mange år med diskriminering (Haavik, 2022, s. 6). Det kan være ubehagelig for tolken å oppleve at den døve parten utsettes for diskriminering og undertrykking uten å kunne gripe inn (Darroch & Dempsey, 2016, s. 179; Haavik, 2022, s. 4). Alle som jevnlig er vitne til undertrykking har økt risiko for å bli hyperårvåkne for tegn til undertrykking, til et punkt hvor de kan oppfatte intensjonell undertrykkelse der det bare er snakk om naivitet. Dette er et tegn på vikarierende traumatisering, som spesielt er vanlig blant nye tegnspråktolker (Harvey, 2003, s. 208)

En annen konsekvens av døves status som språklig minoritet er at tolker kan føle et press om å tolke selv om det ikke passer for dem, dersom den døve har ønsket seg akkurat den tolken, eller hvis det ikke er andre tolker tilgjengelig. Enten tolken gir etter for dette opplevde presset eller ikke, så resulterer det i moralsk stress (Haavik, 2022, s. 6).

3.3 Hva kan bidra til å motvirke vikarierende traumatisering?

De tre hovedkonseptene i tiltak for å motvirke vikarierende traumatisering er bevissthet, balanse og kontakt (awareness, balance, contact). Effektive tiltak er knyttet til minst ett av disse, og kan bidra både til generell restitusjon og til å adressere vikarierende traumatisering. Bevissthet om hva som foregår inni en selv og hvilke endringer som har skjedd er nødvendig for å kunne utvikle personlige strategier. Bevissthet om ens behov, grenser og ressurser er en forutsetning for å kunne ivareta seg selv. Videre er det viktig å skape balanse mellom jobb, lek og hvile, samt å ha balanse mellom diverse aktiviteter både i

arbeidslivet og privatlivet. For noen som har begrenset sitt eget spillerom og trukket seg tilbake fra livet kan balanse være en sterk motgift. Med kontakt menes både kontakt med seg selv og med andre. Dette er viktig både på profesjonelle og personlige plan. Kontakt er motgiften til isolasjonen som kan komme som følge av vikarierende traumatisering, og lar oss identifisere og tilfredsstille våre personlige behov (Pearlman & Saakvitne, 1995).

3.3.1 Veiledning og støttenettverk

Samtlige av tekstene som ble analysert understreket viktigheten av veiledning. Darroch og Dempsey (2016) fant stor variasjon når det gjelder tolkers tilgang på veiledning, men funnene deres viste konsekvent at tolker har behov for støtte for å kunne prosessere erfaringene sine. Haavik (2022, s. 10) skriver at det er nødvendig for tolker å få veiledning så de kan snakke om vonde inntrykk fra tolkeoppdrag og sine egne reaksjoner på dette. Hun poengterer også at det er best med ekstern veiledning, selv om dette ikke alltid er lett å få til. Med en ekstern veileder slipper tolken å ta hensyn til sine kollegaer, og står dermed friere til å snakke om egne følelser og tanker. Ifølge Pearlman og Saakvitne (1995, s. 359-360) er det for profesjonsutøvere som jobber med traumatiserte mennesker ikke en luksus, men en nødvendighet å få løpende veiledning. Traumerelatert arbeid er for emosjonelt og intellektuelt krevende til å gjøres uten støtte. De problematiserer veiledning som utføres av sjefen til profesjonsutøveren, da dette bringer et element av evaluering inn i veiledningen som begrenser utøverens mulighet til å snakke fritt.

Sosial støtte fra kolleger, venner og familie er også viktig. Darroch og Dempsey (2016, s. 180) fant at det å snakke med venner og kollegaer var en strategi som ble nevnt i mange studier. Ifølge Harvey (2003, s. 212) er det en vanlig men alvorlig feil å anta at nyttig støtte kun kan komme fra dem som allerede forstår det vi opplever – altså tolkekolleger. Han understreker at det fins mange måter man kan snakke om sine emosjonelle reaksjoner uten å bryte taushetsplikten. Videre argumenterer han for at det å forklare problemene sine for noen som ikke deler samme bakgrunn kan være nyttig fordi man blir tvunget til å beskrive alle nyansene i situasjonen slik at den andre kan forstå, og det er ofte dette i seg selv som er «the healing medicine».

Til slutt bør det her nevnes at det ved vikarierende traumatisering eller spesielt vanskelige opplevelser være behov for å få snakke med en psykolog (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 394)

3.3.2 Bedre samarbeid med andre profesjoner

Både Haavik (2022) og Darroch og Dempsey (2016) vektlegger betydningen av et godt samarbeid mellom tegnspråktolker og andre yrkesgrupper. Tiltak som nevnes i denne sammenheng er blant annet undervisning om tolkeprofesjonen og etablering av rutiner for samarbeid med tegnspråktolker innen andre profesjoner.

3.3.3 Skape balanse og begrense eksponering

Pearlman og Saakvitne (1995, s. 393-395) skriver den viktigste anbefalingen de kan gi når det gjelder det personlige livet er å ha et. I privatlivet kan man dyrke aspekter ved sin identitet som ikke er knyttet til den profesjonelle identiteten. Her får man også hvile og muligheten til å utfolde seg kreativt.

I en av studiene analysert av Darroch og Dempsey (2016, s. 180) nevnte tolker blant annet det å forbli objektiv, minne seg selv på grensene for rollen til tegnspråktolken og å være profesjonell som mestringsstrategier.

Haavik (2022, s. 9) beskriver flere strategier som kan bidra til å skape balanse og skille mellom jobb og fritid. Man kan skape seg overgangsritualer som markerer overgangen fra jobb til fritid og motsatt. Dette kan for eksempel bety at man bytter klær med en gang man kommer hjem eller at man har bestemt seg for at når man passerer en bestemt bygning er man ferdig på jobb og kan bare være seg selv.

4. Drøfting

I litteraturen fant jeg fire viktige kilder til vikarierende traumatisering hos tolker. Dette var faktorer relatert til tolkens empati med primærdeltakerne, motoverføring, samarbeid med andre profesjoner og konflikt mellom det profesjonelle og personlige selvet. I tillegg fant jeg at tegnspråktolker kan oppleve ytterligere belastning på grunn av forhold knyttet til tegnspråkets modalitet, rammene for arbeidet og tegnspråk/døves minoritetsstatus. Jeg beskrev også noen viktige faktorer i forebygging og håndtering av vikarierende traumatisering, og ga noen eksempler på strategier som ble beskrevet i litteraturen som spesielt effektive.

4.1 Vikarierende traumatisering forstått fra et DC-S-perspektiv

«The more words we have for our empathetic pain, the more shape it has, the more it has a beginning and an end. The less words, the less space; the more it takes over; the more we're vicariously traumatized». Dette skriver Harvey (2003, s. 212) i sin artikkel om hvordan tolker kan beskytte seg mot det han kaller «the perils of empathy». Første steg i å håndtere et problem er å sette ord på det. Dette er grunnen til at jeg vil omformulere funnene mine med utgangspunkt i DC-S. Et klarere språk og en definert struktur for å bryte ned og organisere informasjon vil bidra til å gjøre de grunnleggende kildene til vikarierende traumatisering hos tegnspråktolker mer tydelige (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 49).

Når arbeidsbelastninger sees i lys av DC-S er det noen punkter som umiddelbart trer frem. For det første: Det er ikke korrekt å si at noe er et krav for én tolk, men ikke for en annen. Kontroller er spesifikke for den enkelte tolken, men krav handler om jobben. Det er interaksjonen mellom krav og den enkeltes kontroller som avgjør om en situasjon oppleves krevende eller vanskelig (Dean & Pollard Jr, 2013). Dette betyr at når noen tolker påvirkes mer negativt av arbeidet enn det andre gjør, så kommer det av kontrollforskjeller – både i hvilke kontroller de har, og hvilke de ikke har. Det betyr også at et krav i seg selv ikke er en

belastning, men kan *føre til* belastning hvis man mangler kontroller for å håndtere det. Tolken emosjonelle reaksjoner på deltakerne og innholdet i en tolkesituasjon kan forstås som intrapersonlige krav, og som med alle andre krav er tolken avhengig av å ha tilstrekkelige kontroller for å kunne respondere på en god måte.

Når vi forstår vikarierende traumatisering fra et DC-S perspektiv blir det tydelig hvor store konsekvenser dette kan ha for arbeidet tolker utfører. Konsekvensene av vikarierende traumatisering kan på et generelt nivå beskrives som en tapping av individets mentale, emosjonelle og intellektuelle energi. Resultatet er at man bringer med seg færre ressurser inn i hver arbeidsøkt (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 322). En annen måte å beskrive dette på er at man stiller med færre kontroller til hvert enkelte tolkeoppdrag. En ubalanse mellom krav og kontroll vil ikke bare redusere kvaliteten på arbeidet tolken utfører, det vil også føre til en økt opplevelse av stress og ha negativ innvirkning på tolkens arbeidshelse (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 68-71). På denne måten kan altså uadressert vikarierende traumatisering virke selvforsterkende.

Vikarierende traumatisering virker forstyrrende på en rekke evner og egenskaper som er viktige i tolkearbeidet, deriblant evnen til å utøve empati, evnen til å identifisere hvordan man påvirkes i situasjonen, og evnen til å vurdere og ta ansvar for egne behov.

Å *identifisere* og *artikulere* krav er to separate prosesser. I forrige kapittel identifiserte jeg en del krav, men for å ha best mulig grunnlag for å identifisere kontrollmuligheter må kravene artikuleres (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 27). Det betyr blant annet at beskrivelsen av kravet skal være konsis og fri for antakelser eller «tolkning». Definisjonen av kravet skal heller ikke si noe om hvordan tolken kan respondere på det. «Klienten gir grafiske beskrivelser av mishandling» er et bedre artikulert krav enn «tolken må gjengi beskrivelser av mishandling i første person». Ved å definere kilder til arbeidsbelastning som krav betyr det at vi kan si noe generelt om dem, heller enn å ta utgangspunkt i opplevelsen av disse belastningene, som vil være svært individuell. Da kan vi begynne å identifisere kontrollalternativer som kan brukes for å respondere på disse kravene.

4.2 Kontroller

Vikarierende traumatisering i seg selv kan ikke defineres som et krav, men som nevnt tidligere kan det føre til at tolken har tilgang på færre kontroller. Dessuten kan det i møtet mellom tolken og kravene i tolkeøkten oppstå nye krav på grunn av de egenskapene og erfaringene tolken bringer med seg (eller IKKE bringer med seg) (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 21, 60). Man kan derfor argumentere for at ethvert tiltak mot vikarierende traumatisering kan regnes som en kontroll. Jeg vil nå diskutere noen mulige kontroller tolker kan benytte seg av for å motvirke effektene av vikarierende traumatisering.

4.2.1 Før oppdraget

Preoppdragskontroller inkluderer alle personlige evner, erfaringer og egenskaper som kan hjelpe tolken til å møte kravene i et gitt tolkeoppdrag. Det inkluderer også alt tolken gjør for å forberede seg til det spesifikke oppdraget (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 17).

Det å tenke gjennom mulige krav som kan dukke opp i løpet av et oppdrag kan gi tolken en bedre ide om hvilke preoppdragskontroller som kan være hensiktsmessige (Dean & Pollard Jr, 2013, s. 62-63). Slik får man også mulighet til å mentalt forberede seg. Som det kom fram av funnene, så er tolkens mulighet til å forutse hva som kan forventes sterkt avhengig av hvor mye informasjon tolken får, og muligheten for å benytte seg av denne kontrollen vil derfor variere.

En preoppdragskontroll kan også være å trene seg på ferdigheter som vil gi økt kontroll, slik som å trene opp evnen til å identifisere krav og kontroller.

4.2.2 I løpet av oppdraget

Det å identifisere og sette ord på krav er en spesielt effektiv kontroll som bør brukes både ved starten av oppdraget og gjentatte ganger underveis. Det er spesielt viktig å legge merke til intrapersonlige krav, slik at man kan hindre dem (så godt det lar seg gjøre) i å påvirke tolkingen.

Dean og Pollard Jr (2013) beskriver selvsnakk som et nyttig verktøy for å håndtere intrapersonlige krav. Når man er på jobb kan man ikke alltid begrense eksponering ved å unngå alle situasjoner som involverer traumemateriale. I følge Pearlman og Saakvitne (1995) kan selvsnakk da være en måte å begrense eksponering på, i form av bevisst selvbeskyttelse. Man kan for eksempel fortelle seg selv at "det var da, dette er nå", eller på andre måter berolige seg selv. Det kan også være nyttig å gjennom øyeblikket man står i med et framtidsrettet perspektiv. Et eksempel på dette er å anerkjenne at klienten har det veldig vanskelig nå, men det kommer til å bli bedre etter hvert.

Relatert til dette framtidsrettede perspektivet er viktigheten av å passe på at man ikke bare har empati med klienten i fortiden, men også med klienten i situasjonen her og nå. I samtaler om barndomstraumer er det empati med klienten som barn som utgjør den største risikoen for vikarierende traumatisering. Det kan virke beskyttende å sette disse sterke inntrykkene i perspektiv. Nyttige kontekster kan være anerkjennelsen av at barnet i fortellingen overlevde og får hjelp nå, og at klienten har ressurser som har hjulpet dem til dette punktet (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 385).

4.2.3 Etter oppdraget

Etter et oppdrag har man mulighet til å tenke gjennom situasjonen man nettopp var i og identifisere krav man ikke klarte respondere godt nok på. Noen av disse kan kanskje adresseres nå i etterkant, andre kan fungere som indikasjoner på hva man bør gjøre for å være bedre forberedt neste gang. Postoppdragskontroller kan også være blant annet debriefing, veiledning og self-care. (Dean & Pollard, 2001, s. 21).

4.3 Hva kan bidra til å gi tegnspråktolker økt kontroll?

Diskusjonen av funnene har hittil dreid seg om hvordan den enkelte tolken påvirkes av, og kan verne seg mot, vikarierende traumatisering. Men funnene fra litteraturen omfatter også en del faktorer som er utenfor tolkens kontroll. Jeg vil nå drøfte noen mulige tiltak som kan

bidra til å gi tegnspråktolker økt kontroll og dermed redusere risikoen for vikarierende traumatisering.

4.3.1 Veiledning

Litteraturen som ble analysert i denne oppgaven argumenterte for at veiledning er viktig. DC-S gir konkrete eksempler på *hvordan* det kan være nyttig. Sett fra et DC-S-perspektiv har veiledning flere funksjoner. For det første kan det bidra til at tolken blir bedre på å identifisere intrapersonlige krav og skille dem fra interpersonlige krav. Gjennom veiledning med kollegaer kan tolken bli bevisst aspekter ved seg selv som gir opphav til intrapersonlige krav. Tolken kan også bli mer bevisst egne vaner, og hvilke kontroller hen har en tendens til å falle tilbake på. Som Dean og Pollard Jr (2013, s. 128) skriver – selvinnsikt er det første steget i selvregulering.

En annen effekt av kollegaveiledning er at tolkene tilegner seg nye kontrollmuligheter ved å diskutere arbeidet med hverandre. Gjennom disse samtalene oppdager tolken kontrollmuligheter hen ikke ville ha tenkt på selv Dean og Pollard Jr (2013, s. 129). For best mulig utbytte bør tolken ha veiledning med flere forskjellige personer, både individuelt og i grupper. Slik eksponeres tolken for mange forskjellige arbeidsstiler, og kan få et mer helhetlig bilde av spekteret av kontrollmuligheter. Tidligere i drøftingen ble tolkens emosjonelle reaksjoner beskrevet som intrapersonlige krav. I lys av dette har en utvidelse av tolkens kontrollrepertoar åpenbare positive implikasjoner for motvirkning av vikarierende traumatisering.

I DC-S er beskrivelsene av veiledning og fordelene med veiledning stort sett rettet mot arbeidseffektivitet og etisk praksis. I denne sammenhengen kan det, som beskrevet over, være gunstig med kollegaveiledning. Samtidig viser funnene fra litteraturen at det i forbindelse med vikarierende traumatisering er behov for å kunne snakke fritt om følelser og reaksjoner, og her er det mest gunstig med ekstern veiledning. For å sikre best mulig vern mot vikarierende traumatisering bør tegnspråktolker derfor ha tilgang på både kollegaveiledning og ekstern veiledning.

Vikarierende traumatisering reduserer evnen til selvinnsikt, og dette inkluderer evnen til å vurdere egne behov. Vikarierende traumatisering kan også svekke selvtillit og føre til at man isolerer seg (Pearlman & Saakvitne, 1995, s. 279-294). Basert på alt dette kan man anta at en tolk – spesielt om hen ikke er klar over konsekvensene av vikarierende traumatisering – ikke alltid vil oppsøke veiledning eller annen støtte på eget initiativ. Det vil med andre ord ikke alltid være tilstrekkelig å sikre at tolken har mulighet til å søke veiledning. Et forslag her kan være at arbeidsgiver etablerer rutiner for jevnlig veiledning. Leder bør også ha et bevisst forhold til risikoen for vikarierende traumatisering. Som nevnt tidligere er det gunstig blant annet i sammenheng med psykisk helsevern at de samme tolkene følger et behandlingsforløp. Dette sikrer at den døve får best mulig helsehjelp, men det kan også innebære at tolken jevnlig eksponeres for materiale som øker risikoen for vikarierende traumatisering.

Et av hovedformålene med DC-S er å gi struktur og et felles vokabular til diskusjoner om tolkearbeid, og Dean og Pollard Jr (2013) dedikerer et helt kapittel til hvordan dette kan brukes i veiledning. Spesielt viktig her er forslaget om at konstruktene i DC-S kan gjøre det lettere for tolker å snakke om arbeidet sitt uten å bryte taushetsplikten. Mer om dette i neste seksjon.

4.3.3 Taushetsplikt og nøytralitet

I sin litteraturgjennomgang fant Darroch og Dempsey (2016, s. 180) at profesjonens etiske retningslinjer hindret tolker i å søke støtte fra andre, fordi dette kunne oppfattes som et brudd på taushetsplikten. Tilsvarende beskriver Haavik (2022, s. 4) at taushetsplikten kan være til hinder for at tolker får snakket om det de opplever på jobb, fordi «det kan være enklere å være for streng enn stadig å vurdere om man kan si det til noen».

Dean og Pollard Jr (2013, s. 141-142) påstår at tolkeprofesjonens oppfatning av taushetsplikten skiller seg fra andre profesjoner. Mens andre profesjonsutøvere som leger og psykologer forventes å diskutere arbeidet sitt med kollegaer, har tolkeprofesjonen historisk sett forstått bevaring av taushetsplikt som synonymt med å aldri snakke om noe som helst relatert til tolkeoppdrag. Dette kan tyde på at tegnspråktolkprofesjonen ville vært

tjent med tydeligere retningslinjer som tar høyde for tolkens behov for støtte, slik som Darroch og Dempsey (2016, s. 184) argumenterer.

I skrivende stund er kravene som stilles til tolker samt definisjonen av hva som utgjør «god folkeskikk» fastsatt i tolkeloven (2021) og tolkeforskriften (2021). Dette er ikke noe som lett kan endres på. Det tegnspråktolkprofesjonen derimot kan gjøre er å definere hvordan tolker kan få hjelp og støtte uten å bryte taushetsplikten, og mer generelt revurdere hvordan profesjonen forholder seg til konsepter som taushetsplikt og nøytralitet. Her kan man kanskje lære noe av andre profesjoner?

4.3.2 Samarbeid med andre profesjoner

Funnene fra litteraturen viste at andre yrkesgrupper trenger retningslinjer for samarbeid med tolk og en bedre forståelse av hva tolkearbeidet innebærer.

Etter at tolkeloven tredde i kraft i 2022 har offentlige organer i Norge som jevnlig bruker tolk blitt lovpålagt å ha retningslinjer for bestilling og bruk av tolk. Disse skal bla inneholde veiledning i bruk av tolk, og skal «tilpasses organets størrelse, egenart, aktiviteter og risikoforhold.» (tolkeforskriften, 2021 § 2; tolkeloven, 2021 § 9). Det har ikke vært mulig i denne oppgaven å undersøke hvorvidt dette har hatt noen effekt på samarbeidet mellom tegnspråktolker og andre profesjoner.

Når en del virksomheter nå plikter å ha retningslinjer for tolk, virker dette som et gunstig tidspunkt for å tolkeprofesjonen til å få et mer bevisst forhold til sin egen profesjonsstatus (Hualand, 2018, s. 257) og ta initiativ til utveksling informasjon og sikre at andre profesjoners retningslinjer for bruk av tolk også ivaretar tolkens behov.

5. Konklusjon

Denne oppgaven hadde som mål å undersøke hvordan tegnspråktolker kan vernes mot vikarierende traumatisering. Gjennom analyse av eksisterende litteratur ble det identifisert fire kategorier av faktorer som bidrar til vikarierende traumatisering hos tolker, og noen faktorer som er unike for tegnspråktolker og som kan bidra til ytterligere risiko for vikarierende traumatisering. Det ble også funnet noen faktorer som kan beskytte mot og motvirke effekten av vikarierende traumatisering. Konseptet med vikarierende traumatisering ble drøftet i lys av DC-S, og slik satt i et perspektiv som gjør det lettere å se hvordan vikarierende traumatisering kan påvirke tegnspråktolkers arbeid. Omformuleringen og drøftingen av arbeidsbelastninger som krav bidro til å konkretisere og generalisere kilder til vikarierende traumatisering, slik at mulige forebyggingstiltak (her forstått som kontroller) lettere kunne identifiseres. Dette førte også til at viktigheten av veiledning ble ytterligere understreket. Ved å reformulere konsepter relatert til vikarierende traumatisering som funksjoner av krav og kontroller kan de lettere diskuteres videre innen det rammeverket DC-S tilbyr.

En svakhet i denne oppgaven var mangelen på forskning relatert til tegnspråktolkers erfaringer med vikarierende traumatisering, og da spesielt tegnspråktolker i Norge. Av resultatene fra denne oppgaven fremkommer flere mulige områder for videre forskning. For eksempel ville det vært interessant å undersøke om funnene fra litteraturgjennomgangen til Darroch og Dempsey også stemmer for tegnspråktolker. Man kan undersøke hvorvidt det finnes høyere nivåer av vikarierende traumatisering blant for eksempel akuttolker eller hos tolker som tar mange oppdrag innen for eksempel psykiatri.

Avslutningsvis ønsker jeg å påpeke hvordan drøftingen i lys av DC-S har vist at arbeidshelse og arbeidseffektivitet henger tett sammen. Samtlige av kontrollene som ble nevnt som mulige tiltak mot vikarierende traumatisering vil også gjøre tolken bedre forberedt til å yte en best mulig tjeneste. For å understreke den tette sammenhengen mellom arbeidshelse og effektivt og etisk arbeid vil jeg slutte denne oppgaven med et sitat fra Dean og Pollard Jr (2013, s. 62): «Recognizing and dealing with intrapersonal demands is the interpreter's ultimate goal in maintaining neutrality».

6. Litteraturliste

- Association of Sign Language Interpreters. *Professional Practice*. <https://asli.org.uk/career-path/professional-practice/>
- Darroch, E. & Dempsey, R. (2016). Interpreters' Experiences of Transfereential Dynamics, Vicarious Traumatization, and Their Need for Support and Supervision: A Systematic Literature Review. *The European Journal of Counselling Psychology*, 4(2), 166-190. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.2029>
- Dean, R. K. & Pollard Jr, R. Q. (2013). *The Demand Control Schema: Interpreting as a Practice Profession*. CreateSpace.
- Dean, R. K. & Pollard, R. Q. (2001). Application of Demand-Control Theory to Sign Language Interpreting: Implications for Stress and Interpreter Training. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 6(1), 1-14. <https://www.jstor.org/stable/42658566>
- Harvey, M. A. (2003). Shielding Yourself From the Perils of Empathy: The Case of Sign Language Interpreters. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 8(2), 207-213. <https://doi.org/10.1093/deafed/eng004>
- Haualand, H. (2018). En ung profesjon - tolking som offentlig tjeneste. I H. Haualand, A.-L. Nilsson & E. Raanes (Red.), *Talking - Språkarbeid og profesjonsutøvelse* (s. 242-259). Gyldendal.
- Haualand, H., Nilsson, A.-L. & Raanes, E. (2018). Tolker og tolking - en introduksjon. I H. Haualand, A.-L. Nilsson & E. Raanes (Red.), *Talking - Språkarbeid og profesjonsutøvelse* (s. 11-37). Gyldendal.
- Holland, M. L., Brock, S. E., Oren, T. & Eckhardt, M. v. (2022). *Burnout and Trauma Related Employment Stress: Acceptance and Commitment Strategies in the Helping Professions*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-030-83492-0>
- Haavik, M. (2022). Ivaretagelse av tegnspråktolker. *Tidsskrift for omsorgsforskning*, 8(3), 1-11. <https://doi.org/10.18261/tfo.8.3.10>
- Maciel, M. J. & Urdal, G. H. S. (2022, 22.06.2022). Tolk. I *Store Norske Leksikon*. <https://snl.no/tolk>
- Pearlman, L. A. & Saakvitne, K. W. (1995). *Trauma and the Therapist: Countertransference and Vicarious Traumatization in Psychotherapy with Incest Survivors*. Norton.
- Shakespeare, C. L. (2012). *Community Interpreters Speaking for Themselves: The Psychological Impact of Working in Mental Health Settings* [Doktorgradsavhandling, University of Hertfordshire]. UHRA. <https://uhra.herts.ac.uk/handle/2299/9156>
- tolkeforskriften. (2021). *Forskrift til tolkeloven* (FOR-2021-09-13-2744). Lovdata. <https://lovdata.no/forskrift/2021-09-13-2744>

tolkeloven. (2021). *Lov om offentlige organers ansvar for bruk av tolk mv.* (LOV-2021-06-11-79).

Lovdata. <https://lovdata.no/lov/2021-06-11-79>

Øhre, B., Saltnes, H. & Eidberg, M. (2018). Bruk av tegnspråktolk i utredning og behandling i psykisk helsevern. I H. Haualand, A.-L. Nilsson & E. raanes (Red.), *Talking - Språkarbeid og profesjonsutøvelse* (s. 372-391). Gyldendal.