Terapi för hund och människa

Enligt psykologen, författaren och hundexperten Mickie Gustafson finns det många likheter mellan människor och hundar. Båda kan exempelvis lida av stress och depressioner.

Det är inte ovanligt att en hundägare som söker hjälp för sin hund också själv börjar gå i terapi hos Mickie.

AV STEFAN LILIEHOLM
ILLUSTRATION ULF SWERIN

Sedan drygt tio år behandlar Mickie Gustafson såväl människor som hundar på sin egen mottagning i Mölndal utanför Göteborg.

– När jag arbetar med människor handlar det om terapi. När det gäller hundar kallar jag det träning, säger Mickie.

Hon har skrivit flera böcker, däribland Bara en hund, som handlar om sorgearbete. Boken har översatts till ett flertal språk.

Drygt hälften av arbetstiden ägnar Mickie åt att hjälpa människor i själslig nöd. Resten av tiden går åt till att behandla hundar. Ofta på grund av att de är aggressiva.

Hon tar dock aldrig emot både hundar och människor samma dag. Detta på grund av att omställningen från det ena arbetssättet till det andra är både tidskrävande och psykiskt ansträngande.

– Periodvis har jag arbetat bara med hundar eller bara med människor, men jag har märkt att jag trivs bäst med kombinationen. I längden tröttnar jag på att arbeta med bara det ena eller det andra, även om det ger mig en större tillfredsställelse att arbeta med människor eftersom det utvecklar min egen person.

Med jämna mellanrum händer det att Mickie blir uppsökt av människor som säger att de vill ha hjälp med hunden, trots att de egentligen vill ha hjälp själva.

– Först när vi gemensamt kommer fram till att det egentligen inte är något fel på hunden förstår de hur det hänger ihop, säger Mickie.

Patienter byter plats

I det läget händer det att människan övertar hundens plats som patient hos Mickie, vilket får konsekvenser, inte minst ekonomiskt. En timme i terapi är mer än dubbelt så dyrt som träning av hunden under motsvarande tid.

Dessutom räcker det oftast med ett tiotal konsultationer för att få ordning på hunden. För en människa handlar det i regel om många fler.

Men det är inte bara enskilda hundägare som projicerar sina egna problem på hunden. Ibland blir Mickie uppsökt av hela familjer där var och en har sin egen uppfattning om vad det är för fel på hunden.

– Det har hänt flera gånger att hundkonsultationen övergått i ren familjeterapi eftersom hunden bara varit ett slagträ för olösta konflikter, säger Mickie.

– Det kan till exempel handla om den omgifte mannen som köper en likadan hund som han hade i sitt förra äktenskap. Den nya hustrun blir svartsjuk eftersom hon tror att valet av hund hotar



Foto Stefan Lilieholm

Psykologen, författaren och hundexperten Mickie Gustafson tillsammans med sin egen chow-chow Tai Ming. Mickie medverkar ofta som kommentator i radio- och tv-program om hundar. Dessutom har hon gett ut ett flertal böcker i Danmark, Norge, Tyskland, England och USA.

nennes egen relation till man-nen. När man väl satt fingret på den ömma punkten brukar problemen försvinna.

Men vad finns det då för likheter i människans och hundens psyken som gör en psykologs utbildning gångbar även i fyrfota sammanhang?

– Mycket går att överföra direkt från människor till hundar och vice versa. När man läser psykologi handlar det många gånger om försök som gjorts på djur för att vi ska förstå människan bättre, säger Mickie och räknar upp egenskaper som människan och hunden delar i varierande omfattning.

Många likheter

– Det är faktiskt lättare att hitta likheterna än olikheterna, även om jag oftare poängterar olikheterna när jag arbetar. Ibland glömmer vi att en hund är en hund och inte en människa, vilket är att göra hunden en otjänst. Bland annat tillskriver vi hunden mänskliga egenskaper. Till exempel påstår vi att den skäms när den i själva verket visar undergivenhet.

När det gäller likheterna i människans och hundens psyken hittar man dem, enligt Mickie, i såväl positiva som negativa sammanhang.

Ett bra exempel är hur lika hunden och människan reagerar på inlärning. Hunden förväntar sig en godbit när den utfört en uppgift. Människan vill ha pengar. Båda slickar dessutom med glädje i sig massor av beröm.

På den negativa sidan kan nämnas att både människor och hundar kan lida av såväl stress och tristess som neuroser, depressioner och dåligt självförtroende. För hunden är problemet att den lever i en onaturlig miljö. För människan handlar det om att hon lever under större press än hon klarar av.

– Många av oss försöker anpassa oss till det förväntade, utan att ta reda på vad vi egentligen vill göra. Det orsakar mycket lidande, inte minst i form av stress, säger Mickie.

Mickie Gustafson har telefonnummer 031- 27 09 12.