

## VIP – NYTT!

### VÅRD I PSYKIATRIN – NYTT!

NR 1 OKT /2008

#### "Hoarding"

Tvångsmässigt samlande.

Samlande och oförmåga att göra sig av med uttjänta gamla saker och ting kan bli en svår belastning.

Tillståndet är fyllt av skam över "att man inte kan hålla ordning". Oftast är omgivningen helt oförstående. "Det är väl bara att kasta. Varför kan du inte göra det?", tycker de och samlaren hukar sig och skäms.

Att kasta något för en samlare är lika svårt som för en lam att stiga upp och gå! Samlaren är inte lat! Många tror det. Men det är ett ångesttill-



stånd. Tanken på att "slänga något" är kopplat till en katastroftanke som

kan yttra sig som att "om jag slänger det här pappret så kan någon komma och anklaga mig, jag kan missa något viktigt, någon värdefull information". Ritualen att spara infinner sig. Samlaren är inte dum. Han vet att hans beteende är irrationellt. Men han undviker svårigheten. Samlar mer! Slänger ingenting. Gulnande tidningar hopar sig. Ångesten för att utföra själva "slänga-handlingen" är stor. Att skiljas ifrån tingen väcker starka känslor av sorg och död.

Samlaren behöver hjälp och en förstående omgivning. Tillståndet begränsar livet. Det sätter ned livsmodet. Leder kanske till social isolering. Man kan inte ta hem någon till sitt överbelamrade hem som blir allt dammigare och mer svårstädat. Den drabbade riskerar att få allergiska besvär. Men. Samlaren vill till vilket pris som helst ha kvar kontrollen över sina "högar"!

Allt samlande är inte tvångsmässigt. Det kan vara en del i en depression, demens, höra till paranoida besvär och ingå i ADD, Attention Deficit Disorder.

När personen söker hjälp är det få som känner till att samlandet är en variant av OCD, tvångsmässigt beteende. Och lika få som känner till att

det kan behandlas med SSRI-preparat och kognitiv beteendeterapi. Man kan lära sig genom träning att stå ut med den ångest man får när man "kastar något som man kan behöva". För varje gång man vågar stå kvar i ångestfloden så har man vunnit en seger. Ångesten minskar i styrka och intensitet ju mer man vågar utsätta sig för det som är svårt.

De som kommer i kontakt med "samlarna" är många gånger kommunens boendestödjare. Det ställer stora krav på respekt och lyhördhet att hjälpa en samlare. Två metoder kan man använda. Den ena metoden är att man tar det gradvis. Vänjer sig att slänga mindre betydelsefulla saker först för att sedan trappa upp svårhetsgraden. Det är viktigt att man respekterar den drabbade. Inte klampar in och börjar styra och ställa och ta över. Kränker integriteten. Kräver att "få se allt man samlat". Då kan det hända att personen övermannas av sin ångest och aldrig mer släpper in någon i sitt hem. Lyhört lyssnande och respekt är nödvändigt. Tålamod. Takt och ton. Det är inte lätt. Det kliar i fingrarna på den som står bredvid. Fullt förståeligt. Men var försiktig. Ha alltid samlaren med dig. Skriv ett kontrakt. Drag upp riktlinjerna tillsammans och kom överens om hur arbetet skall utföras.

Den andra metoden är att helt brutalt slänga. Beställa en container och hiva allt bråte. Då får man praktångest medan slängandet pågår men allt sveps ju med, alla små beslut bli ett enda stort. Få klarar brutalmetoden.

Samlandet går i skov. Ibland är man helt besvärsfri. Risken för återfall finns alltid. Ett vakande öga på växande högar är att rekommendera. Daglig träning i att "kasta något" väldigt medvetet och uttalat.

Är det genetiskt eller inlärt? Det tvistar man om.



Ansvarig för text och bild: Ulla Norras Almroth  
E-postadress: [ulla.norras@lillabjoern.se](mailto:ulla.norras@lillabjoern.se)