

Karin sökte hjälp för att komma till rätta med vredesutbrott som hon kan få i de mest oväntade situationer. Ibland händer det att hon blir tvärarg på något av sina barn när de bara höjer rösten eller säger emot henne. Hennes man, som får ta det mesta av hennes utbrott, har sagt att han snart inte står ut längre.

I terapin har hon framför allt arbetat med sin känsla att inte räcka till, att ständigt misslyckas, att skämmas över att hon inte blivit den som hon tror att hennes föräldrar hoppades att hon skulle bli. Det handlar inte om framgång i yttre mening utan snarare om att vara en kreativ och intressant människa med koll på politik och kultur.

Hon har en syster som är musikaliskt begåvad och som hon tror att föräldrarna är stolta över. När hon funderar kring hur föräldrarna faktiskt förhåller sig till sina barn beskriver hon det snarare som att de är särskilt måna om henne själv. Men hon uppfattar det som att de ser svagheter hos henne som de behöver kompensera genom att bry sig särskilt mycket om henne. Det händer att hon får utbrott mot dem också, särskilt vid tillfällen när de oombedda har erbjudit henne hjälp med barnen.

Under de senaste samtalen har Karin talat en del om att hon undrar om terapeuten förstår henne. Hon har fått intrycket att terapeuten inte tar hennes situation på allvar utan tycker att hon kunde vara nöjd med att föräldrarna verkar bry sig om henne. Hon undrar om terapeuten tycker att hon gnäller, att hon förstorar bagateller. Att hon betar sig som en bortskämd tonåring och i stället borde lära sig att styra sina impulser i förhållande till sina barn.

EN ÖVERFÖRINGSFANTASI, SANNOLIKT HAR FÖRESTÄLLNINGEN LIKHETER BÅDE MED HENNES TANKAR BÅDE OM PERSONER I HENNES LIV NU OCH I HENNES HISTORIA

Terapeuten känner sig besviken och lite kritiserad av Karin. Hon har försökt visa Karin att hon förstår hennes känsla av att inte duga. Men hon inser också att det ligger lite sanning i det Karin säger, det händer att hon tycker att Karin är överreagerar på mamman och på sin man.

MOTÖVERFÖRING SOM KAN KALLAS FÖR KOMPLEMENTÄR

En dag berättar Karin att hon och hennes mamma har varit ute och fikar. Mamman hade då anförtrott Karin att hon ibland funderar på hur det ska bli när hennes man, alltså Karins pappa, blir äldre. Det är ganska stor åldersskillnad mellan dem och mamman hade sagt att hon verkligen inte vill bli sköterska åt sin man, om han nu skulle bli skröplig före henne.

Efteråt hade Karin blivit väldigt arg på mamman och tänkt att om inte mamman tar hand om pappan så kommer hon att göra det. Hon pratar om situationer då hon har tyckt att

mamman har varit kritisk eller avvisande mot pappan. Det blir tydligt för både henne och terapeuten att hon ofta har varit arg på mamman och att hon har tänkt att pappan har blivit orättvist behandlad.

Terapeuten funderar på om Karins känsla att terapeuten inte förstår hur hon har det kan ha att göra med att hon känner igen sig i pappan. Pappan har inte klagat på sin frus kritik men Karin har ofta tyckt att mamman har gått för långt med den. Terapeuten föreslår att Karin kanske känner igen sig i pappan som hon tror har känt sig oförstådd.

"Har han det?" undrar terapeuten. "Har han känt sig oförstådd"? Karin ser på terapeuten. "Du fattar ju inte hur det varit. Hon har inga gränser för sitt förakt." Terapeuten funderar på hur Karin uttrycker sig. Det känns som att Karin tycker att hon är dum, att hon inte har förmåga att sätta sig in i hur elak mamman kan vara.

"Det verkar som att du tycker att jag inte fattar hur din mamma är" säger terapeuten. Karin håller med. "Jag blir så trött på att behöva förklara allting. Ingen vill se hur min mamma är."

KOPPLING MELLAN RELATIONER UTANFÖR OCH TERAPIRELATIONEN

Efter lite funderande kommer Karin på att det är ju så hon känner för sin pappa. Han fattar inte att hans fru hunsar honom, eller så vet han inte hur han ska reagera. Karin upptäcker att hon nog har en ganska nedvärderande inställning till honom. När hon nu tänker på det inser hon att hon ofta har varit väl beskyddande mot pappan; hon har förhållit sig till konflikterna mellan föräldrarna som om pappan inte kunde ta hand om sig själv. Hon börjar fundera på om hon föraktar honom.

KARIN UPPTÄCKER ATT HON HAR KÄNSLOR FÖR PAPPAN SOM INTE VARIT TYDLIGA FÖR HENNE

"Det är mycket förakt" säger terapeuten. "Du föraktar din mamma och du föraktar din pappa. Jag undrar hur du tänker om mig som du känner inte riktigt kan förstå hur du har det fast det är mitt jobb att göra det?"

"Du gör väl så gott du kan" säger Karin. "Men det kanske inte räcker" säger terapeuten. Samtalet fortsätter med att Karin vågar utforska sina kritiska tankar om terapeuten med hennes hjälp.

TERAPIRELATIONEN ANVÄNDS FÖR ATT UNDERSÖKA ETT KÄNSLÖMÖNSTER HOS KARIN. HON BEKANTAR SIG MED SIN KÄNSLA AV FÖRAKT. TERAPEUTEN UNDERSÖKER, KLARGÖR, TOLKAR

Den relationella fortsättningen

Samtalet om mamman och pappan leder till att Karin börjar prata om att hon ofta längtat efter att mamman skulle uppskatta henne. Visserligen är hon besviken på sin mamma, men hon börjar nu fundera på hur det kan ha varit att leva med Karins pappa.

Terapeuten tror att det finns en möjlighet att förtydliga och fördjupa Karins känslor av längtan efter mamman. Det finns situationer då Karin har känt sig övergiven där bakgrunden var att Karin längtade efter sin mamma.

När Karin pratar om sin mamma är det en sida av henne som hon verkar fastna vid, nämligen mammans intresse för kultur. Mamman fyller sina väggar med konst, hon och hennes bekanta läser de senaste romanerna och diskuterar dem flitigt. Karin läser också mycket och börjar tänka att det kanske skulle vara intressant att prata med mamman om böcker.

Terapeutens bild är att Karin både längtar efter att dela mammans kulturella intressen och ser ner på hennes sätt att prata om dem. Karin säger att mamman är snobbig men tänker nu att det kanske ändå skulle vara stimulerande att prata med henne. Terapeuten tänker att Karin kanske pratar lite föraktfullt om mammans intressen för att hon inte kan tolerera sin känsla att inte vara uppskattad som samtalspartner. En "surt sa räven om rönnbären"-reaktion. Hon undrar om Karin möjligen ibland har avstått från att dela mammans kulturella intressen fast hon skulle kunna vara intresserad. Karin håller med och berättar att hon aldrig går på de utställningar och konserter som mamman föreslår att de ska gå på fast hon möjligen skulle uppskatta dem. Karin börjar fundera på om hon kanske har fastnat i sin rädsla och i sin känsla av att vara övergiven.

Terapeuten blir engagerad i tanken att det skulle vara möjligt för Karin att komma närmare sin mamma. Hon föreslår att Karin kanske skulle prova att gå med på en konsert eller en konstutställning nån gång, bara för att känna efter hur det är att vara med mamman. Hon hoppas att Karin ska få kontakt med en känsla av att mamman på riktigt vill vara med henne. "Försök vara öppen för hur din mamma kan vara mot dig" säger hon. Karin är med på att försöka. Samtalet slutar i en känsla av att det är dags att bryta Karins negativa bild av mamman. Karin tackar terapeuten för idén när hon går.

TERAPEUTEN OCH KARIN HAR HAMNAT I ETT GEMENSAMT SPÅR SOM BÅDA BLIR ENTUSIASTISKA FÖR. ETT ENACTMENT.

VI KAN KALLA DET TERAPEUTEN GÖR FÖR EN **EVOKATIV INTERVENTION**. DEN AVSER ATT BÅDE HJÄLPA KARIN TILL EGEN AGENS I FÖRHÅLLANDE TILL MAMMAN OCH ATT FÅ HENNE ATT KÄNNA ATT TERAPEUTEN KAN ERBJUDA ALTERNATIV TILL HENNES VANLIGA SÄTT ATT FÖRHÅLLA SIG. MEN DEN INNEBÄR OCKSÅ ATT MAN BLUNDAR FÖR DEN FULLA BILDEN AV MAMMAN.

När Karin kommer nästa gång är hon arg. Hon har hon varit på en utställning med mamman. Men hon hade känt att mamman helt hade ignorerat henne och bara pratat med sina kompisar. "Försökte du delta i samtalen?" undrar terapeuten. Det hade hon inte, för hon visste att mamman inte brydde sig om henne.

Karin tycker att terapeutens förslag att hon skulle följa med på en utställning var idiotiskt. Hon kände efteråt att hon hade varit utsatt för ett experiment, att det omigen visade att terapeuten inte förstår henne. Tror terapeuten verkligen att hennes livslånga känsla att inte bli sedd av sin mamma kan botas av att de går på en utställning tillsammans?

HÄR SKULLE DET KUNNA VARA LÄGE ATT GÅ MOT EN **SYMBOLISK INTERVENTION**. KARIN OCH TERAPEUTEN PRATADE TILLSAMMANS OM ATT KARIN SKULLE FÖLJA MED MAMMAN; I TERAPEUTENS MINNE VAR DE BÅDA ENTUSIASTISKA FÖR IDÉN. NU KÄNNER KARIN ATT HON BLIVIT LURAD.

TOLKNINGEN SKULLE KUNNA HANDLA OM SKAMMEN ATT BLI ÖVERGIVEN SOM PROJICERAS PÅ TERAPEUTEN. MEN TERAPEUTEN VÄLJER ATT I STÄLLET GÅ VIDARE MED SIN EGEN REAKTION:

Terapeuten känner sig ställd och vet inte vad hon ska säga. Hon vet inte ens riktigt vad hon känner. Skam, kanske. Det känns så självklart nu att hon försökte komma med en förenklad lösning. Karin har förstås rätt, så enkelt går det inte. Fast hon ville ju väl, hon hoppades så att Karin skulle inse att mamman uppskattar henne. Hon känner sig som en amatör som har blivit avslöjad. Som en som inte tar sina patienters problem på allvar. Hon känner sig också övergiven av Karin, som att hon får ta ansvar för det misslyckade projektet ensam.

KARIN AVSTÅR FRÅN ATT TÄNKA PROJEKTIV IDENTIFIKATION ELLER NÅGOT ANNAT KONCEPTUELLT. HON STANNAR I SIN KÄNSLA.

Terapeuten försöker sig på att säga något om hur fel det blev. Att hon förstår att Karin kan ha känt sig inlurad i något som hon inte ville vara med om. Karin säger att så här är det alltid, hon är trött på alla som tror att hennes problem med mamman kan lösas med lite umgänge med henne. På alla som tror att mamman egentligen är snäll. För det är hon inte alls.

Terapeuten vet inte vad hon ska säga. Att be om ursäkt känns ytligt och stämmer inte med det hon känner. Att be Karin säga mer om sin besvikelse känns fel. Det skulle vara som att såra någon och sedan be den sårade att utforska hur det känns.

Hon väljer att säga något lite trevande om att hon anar att Karin kanske från början kände på sig att det inte skulle bli bra. Att terapeuten själv känner sig lite dum som kom

med förslaget. Och att Karin kanske gick med på det liksom mot sin vilja, för att vara terapeuten till lags. Karin håller med och säger att hon ofta gör som hon blir tillsagd. Hon pratar en bra stund om hur trött och arg hon är på att ingen fattar. Hon känner sig hunsad av sin omgivning.

Ordet hunsad får terapeuten att reagera. Hon tycker att Karin överdriver. Det är förstås sant att terapeuten har en auktoritet som det kan vara svårt att stå emot. Men hunsad?

TERAPEUTEN HAR VISAT SIN OSÄKERHET, VARIT ETT SLAGS MENTALISERINGSMODELL. NU FÅR HON FATT I EN NY OCH TYDLIG KÄNSLA

Terapeuten försöker nu säga något om det som händer mellan dem. Hon säger att hon förstår att Karin kan ha upplevt hennes iver att få Karin att följa med mamman som svår att stå emot, det finns ju alltid en asymmetri i relationen mellan patient och terapeut. Hon känner sig själv lite dum som trodde att det skulle hjälpa. Men hon blir också bekymrad och irriterad över att Karin känner sig hunsad.

SELF-DISCLOSURE

Karin blir tyst och funderar. Hunsad var kanske fel ord, säger hon. Det kanske var orättvist. Hon vet ju att terapeuten försöker hjälpa henne.

Terapeuten anar att Karin kände sig tillrättavisad. Hon säger utan mycket eftertanke. "Men just nu känns det ju som att jag hunsade dig nu".

Karin säger att det är som om terapeuten både lever sig in i hennes besvikelse på mamman och försöker gå emot hennes eviga missnöje. Det är som att terapeuten ibland står på Karins sida och ibland går emot henne. Det är samma sak med hennes man, säger hon. Ibland försöker han uppmuntra henne och säger då att hon ska strunta i mamman, hon kan väl vara glad åt att han tycker om henne. Det känns som att han låtsas förstå henne och samtidigt kritiserar henne. Som att hon i samma stund får en klapp på kinden och en örfil. Det är på samma sätt med mamman; hon låtsas vara intresserad av Karin men struntar i henne om det kommer någon som är mer intressant.

KARIN REFLEKTERAR ÖVER SINA RELATIONER. EN BEGYNNANDE MENTALISERING

Vad får du lust att säga till din mamma, undrar terapeuten. "Sluta göra dig till" säger Karin spontant. Hon fortsätter att hitta ord och meningar som hon skulle vilja säga till mamman. "Sluta bete dig så överlägset mot mig!".

När terapeuten sitter på bussen på kvällen funderar hon på hur dagens samtal med Karin kändes. Det är något som hon inte får fatt i. Hon känner sig undrande utan att kunna sätta fingret på vad det handlar om. Det känns som att de bara letar och letar och inte kommer nånstans. Där på bussen tänker hon att hon skulle vilja ta Karin i sin famn och säga till henne att hon ska stänga till om allt letande. De går som i en labyrinth kring denna mamma som terapeuten nu är rätt trött på.

När Karin kommer nästa gång berättar hon att hon har kommit att tänka på att hon och mamman också har haft kul tillsammans. En gång åkte Karin och mamman på minisemester och bodde på vandrarhem några dagar. Först säger hon att det kändes fint att det bara var de två som var tillsammans. Men Karin minns också från de dagarna att mamman ofta tedde sig som frånvarande och att hon hade funderat på varför det var så. Kanske var mamman trött, tänker Karin, Kanske hade hon det jobbigare med sin familj än Karin har förstått. Hon kanske bara ville fly bort i tankarna.

Det slår terapeuten att Karin några gånger har sagt att hon också har verkat disträ men att hon inte har kommenterat det. Hon kommer att tänka på det som upptog henne på bussen. Det blir tydligare för henne att hon känner ett slags trötthet inför kampen att få Karins mamma att tycka om henne. Hon tänker på det Karin säger: "Jag tycker ju om dig, kan inte det räcka?". Hon tittar på Karin och får för sig att hon ser trött ut.

"Vet du Karin, ibland känns det som att jag får lust att säga: Strunta i din mamma. Du är större än hon. Det är klart att man ska reda ut saker men du har så mycket mer i dig. Jag förstår att du längtar efter din mamma. Men jag har kommit på att jag längtar efter att träffa dig, att slippa hålla på med din mamma."

Karin blir rörd. Hon skojar lite om att terapeuten försöker vara hygglig men det är tydligt att hon känner sig tagen av terapeutens ord. Hon får tårar i ögonen och säger att det känns som att hon kämpar utan att ha något hopp om att lyckas. Hon har längtat så mycket efter att mamman ska bry sig om henne, och pappan också för den delen. Hon har ansträngt sig på alla möjliga sätt, det är som att hon inte kan få ur huvudet att hon ska leva upp till mammans förväntningar på henne. Hon kommer omigen att tänka på semestern med mamman. Hon hade försökt lära sig simma och mamman hade hjälpt henne. Men mamman hade mest pratat med de andra vuxna som fanns där. Karin hade kämpat på men mest känt sig ensam.

I samtalet delar Karin och terapeuten funderingar kring hur det känns att skämmas över att bli övergiven, hur ont det gör att hoppas och inse att hoppet inte blir uppfyllt, hur närallgande det är att hitta enkla lösningar för att undvika upplevelsen av ensamhet.

VI SKULLE KUNNA KALLA DETTA FÖR EN **GENERATIV INTERVENTION** I ALL SIN ENKELHET. KARINS LÄNGTAN EFTER MAMMAN OCH BESVIKELSEN ÖVER HENNE BLIR MINDRE KRAMPKÄTTIG, TERAPEUTEN OCH HON KAN TILLSAMMANS SE NYA PERSPEKTIV. MAMMAN KANSKE HÅLLER SIG TILL SINA INTRESSEN FÖR ATT LIVET SKULLE BLI SÅ TORFTIGT ANNARS, HON KANSKE RENTAV ÄR AVUNDSJUK PÅ KARIN SOM HAR EN FAMILJ SOM HON I GRUNDEN TYCKER MYCKET OM. DETTA ÄR BARA FUNDERINGAR, DET FINNS FLERA ATT LEKA ALLVARLIGT MED.

