



INSTITUTIONEN FÖR
BETEENDEVETENSKAP OCH LÄRANDE


581 83 Linköping

013-281000

Bedömning som psykoterapiprocess vid den inledande kontakten med ungdomar

Magnus Menfors

Psykoterapeutprogrammet
magisteruppsats
Höstterminen 2008
Handledare: Rolf Holmqvist

	Institutionen för beteendevetenskap och lärande 581 83 LINKÖPING	Seminariedatum 090121
---	---	---------------------------------

Språk (sätt kryss före) <input checked="" type="checkbox"/> Svenska/Swedish <input type="checkbox"/> Engelska/English	Rapporttyp (sätt kryss före) <input type="checkbox"/> Uppsats grundnivå <input type="checkbox"/> Uppsats avancerad nivå <input checked="" type="checkbox"/> Examensarbete <input type="checkbox"/> Licentiatavhandling <input type="checkbox"/> Övrig rapport	ISRN-nummer LIU-IBL/PST-A--08/18--SE
--	---	--

Titel Bedömning som psykoterapiprocess vid den inledande kontakten med ungdomar Title Assessment as a psychotherapy process at the initial contact with a youth Författare Magnus Menfors

Sammanfattning Syftet med intervjustudien var att skapa en modell utifrån hur psykoterapeuter beskriver den inledande processen i kontakten med en ungdom som kan leda fram till ett beslut att det finns förutsättningar för att en psykoterapi kan påbörjas. En annan avsikt var att studera om det går att uppfatta något i samspelet med den unge som visar att ett så kallat 'psykoterapeutiskt område' har skapats i situationen. Huvudresultatet av studien visar att vid den inledande kontakten med ungdomar arbetar terapeuterna parallellt med bedömningen av om den unge kan tillgodogöra sig psykoterapi och med att stödja en utvecklingsprocess. Målet för det inledande arbetet, eller det processen syftar till, är att komma fram till ett gemensamt upplevt möte i samtalet, i denna studie kallat för "psykoterapeutiskt möte". Inledningen av kontakten med en ungdom präglas alltså av ett kombinerat bedömningsarbete och psykoterapeutiskt processarbete. Längden eller omfattningen på detta arbete är inte på förhand tidsbestämt. Ungdomspsykoterapi kan utifrån resultaten i studien beskrivas som att den normala adolescensutvecklingen sätts i rörelse, att det skapas möjligheter för ungdomens frigörelsearbete. När det psykoterapeutiska mötet sker och både atmosfären som präglar denna och en arbetsallians finns närvarande i samspelet mellan den unge och terapeuten, då har vi kommit fram till den punkt som avslutar det som kan beskrivas som typiskt för en ungdomspsykoterapi. Det kan finnas kvar svårigheter som behöver hanteras inom ramen för en psykoterapeutisk behandling. Och det finns efter detta inledande arbete med en ungdom möjligheter att gemensamt formulera innehållet i ett ömsesidigt psykoterapeutiskt engagerat arbete med fokus på den unges svårigheter.
--

Nyckelord Ungdomar, psykoterapiprocess, ungdomspsykoterapi, bedömning, grundad teori.

Sammanfattning

Syftet med intervjustudien var att skapa en modell utifrån hur psykoterapeuter beskriver den inledande processen i kontakten med en ungdom som kan leda fram till ett beslut att det finns förutsättningar för att en psykoterapi kan påbörjas. En annan avsikt var att studera om det går att uppfatta något i samspelet med den unge som visar att ett så kallat 'psykoterapeutiskt område' har skapats i situationen.

Huvudresultatet av studien visar att vid den inledande kontakten med ungdomar arbetar terapeuterna parallellt med bedömningen av om den unge kan tillgodogöra sig psykoterapi och med att stödja en utvecklingsprocess. Målet för det inledande arbetet, eller det processen syftar till, är att komma fram till ett gemensamt upplevt möte i samtalet, i denna studie kallat för "psykoterapeutiskt möte". Inledningen av kontakten med en ungdom präglas alltså av ett kombinerat bedömningsarbete och psykoterapeutiskt processarbete. Längden eller omfattningen på detta arbete är inte på förhand tidsbestämt.

Ungdomspsykoterapi kan utifrån resultaten i studien beskrivas som att den normala adolescensutvecklingen sätts i rörelse, att det skapas möjligheter för ungdomens frigörelsearbete. När det psykoterapeutiska mötet sker och både atmosfären som präglar denna och en arbetsallians finns närvarande i samspelet mellan den unge och terapeuten, då har vi kommit fram till den punkt som avslutar det som kan beskrivas som typiskt för en ungdomspsykoterapi.

Det kan finnas kvar svårigheter som behöver hanteras inom ramen för en psykoterapeutisk behandling. Och det finns efter detta inledande arbete med en ungdom möjligheter att gemensamt formulera innehållet i ett ömsesidigt psykoterapeutiskt engagerat arbete med fokus på den unges svårigheter.

Innehållsförteckning

BAKGRUND	1
TEORIINTRODUKTION	2
Reflekterande funktion och Mentalisering	4
Adolescenten och reflekterande funktion	6
Analytic Space	6
Psykoterapeutiskt område	8
Förutsättningar för och inledning av psykoterapi.....	8
Ungdomspsykoterapi	10
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING	11
METOD	11
Val av metod	11
Intervjuernas genomförande	13
Beskrivning av respondenterna	13
Bearbetning och analys av data.....	14
Kvalitetsvärdering	15
Etiska överväganden	15
RESULTAT	17
Process	19
<i>Bedömning av förutsättningar</i>	19
<i>Sätta utvecklingen i rörelse</i>	19
Den unge och processen	20
<i>Motivation</i>	20
<i>Ansvar</i>	20
<i>Reflektionsförmåga</i>	21
<i>Ambivalens</i>	22
<i>Tillit</i>	22
<i>Vilja till förändring och tiden</i>	23
<i>Utan motivation</i>	24

Terapeuten och processen	24
<i>Lust och motivation</i>	24
<i>Hopp och identifikation</i>	25
<i>Aktivitet.....</i>	25
<i>Tystnad</i>	26
Samspelet och processen.....	27
<i>Överenskommelsen</i>	27
<i>Frigörelsen och kontraktet</i>	27
<i>Avslutningar</i>	28
<i>Personlig men inte privat</i>	29
Ramar och processen	29
<i>Föräldrafunktion</i>	30
<i>Enheten / verksamheten.....</i>	30
Psykoteraeutiskt möte.....	31
<i>Delad avsikt.....</i>	32
<i>Dela känslor</i>	33
<i>Engagemang</i>	33
<i>Lustfylld upplevelse</i>	34
<i>Att gemensamt reflektera.....</i>	34
<i>Om inte mötet blir till</i>	35
DISKUSSION	36
Resultatdiskussion	36
<i>Processen</i>	37
<i>Psykoteraeutisk möte</i>	39
<i>Att bli till som ett subjekt eller Ungdomspsykoterapi?</i>	40
Metoddiskussion	42
Slutsats	43
BILAGA 1	47

Bedömning som psykoterapiprocess vid den inledande kontakten med ungdomar

Upplevelsen att utveckling och förändring ofta går snabbt med ungdomar när de kommer för samtal, har fascinerat mig sen jag började arbeta som psykolog. Det händer att en ungdom kommer ena veckan för samtal, allt är upp och ned för dem, de mår mycket dåligt, de kan ställa stora och ibland orimliga krav på hjälp, för att sedan återvända veckan efter och då hävda att allt är ok. Det kan också vara så att en ungdom som uppfyller alla kriterier för någon allvarlig psykiatrisk diagnos i till exempel DSM-IV, kan en kort period senare vara i stort sett utan något av dessa tecken på samma diagnostecken. Både egna yrkesmässiga erfarenheter och studier har lärt mig att det finns utvecklingsrelaterade beteendemönster och känslomässiga tillstånd som faller inom ramen för vår standardiserade form av diagnostik utan att för den skull göra skäl för diagnosen. Exempel kan vara att ungdomar ibland kan te sig som deprimerade på sin väg mot vuxenblivandet, eller att man ibland kan beskriva det typiska adolescenta tankesättet som en form av ”borderline fungerande” i ett ofta återkommande självupptaget impulsivt antingen – eller tänkande.

Att möta ungdomar i enskilda samtal är vid de flesta tillfällen en lustfylld och spännande upplevelse. Samtalen kan skifta snabbt, man kan inte på förhand riktigt veta hur ett samtal skall gestalta sig. Att erbjuda psykoterapi till en ungdom är inte en självklarhet. Det är vanligt att han eller hon vill ha snabba lösningar på sina bekymmer, och kan ha en bild av att ett eller kanske två samtal är det som behövs och sen skall det kännas ok igen. Att finna vägen fram till en gemensam formulering kring anledningen för kontakten med den unge är inte alltid det som kommer först, även om det naturligtvis är en aktiv strävan i samtalen.

Hur hjälpinsatsen skall se ut för unga personer som uppger sig må psykiskt dåligt eller har ett agerande som vi tolkar som psykisk ohälsa har skiftat genom åren. Det fanns, och verkar fortfarande finnas i vissa sammanhang, en syn att det inte är någon mening med att försöka hjälpa unga personer via psykoterapeutiska samtal. Inom den psykodynamiska psykoterapins område har åsikterna i denna fråga växlat, men de flesta författare verkar idag luta åt att det inte bara är möjligt att arbeta psykoterapeutiskt, utan att det även är ett gyllene tillfälle att stödja en ung individ som har svårigheter.

Det finns många faktorer som påverkar hur och på vilket sätt en ung lidande person idag får hjälp. Det är viktigt att skilja vad en ung människa behöver från vad en vuxen individ behöver, och från vad ett barn behöver när det har

svårigheter. Ungdomars behov problematiseras sällan i den offentliga debatten. Det blir ofta förenklingar i diskussionen, larmrapporter kommer med jämna mellanrum. En del som skrivs och diskuteras kring denna åldersgrupp gestaltas ungefär som om de vore främlingar, som vi inte vet så mycket om, trots att vi alla varit ungdomar en gång. Det händer också att man skriver som om de egentligen antingen är vuxna eller barn, ofta beroende på vad de visar för beteende eller andra svårigheter.

Det händer att man försöker förenkla problemen i denna utvecklingsfas. Ett exempel är synsättet att depressiva stämningar skall medicineras bort, när det ofta handlar om en helt normal och nödvändig sorgprocess kring att släppa taget om sin barndom. Visst kan det handla om en egentlig depression, men att det handlar om en ung person som är i sin adolescensfas och i en framrusande utveckling mot vuxenblivandet och på väg att lämna barndomen bakom sig, tappas ofta bort i diskussionen. Mitt intryck är att det är en vanligt förekommande tolkning inom den offentlig psykiatri att det är en depressiv psykopatologi som skall "behandlas" och att detta visar på en förenklad syn kring utvecklingsfasen. Att ta sig igenom ungdomstiden och att bli en vuxen individ är för de flesta en stormig period i livet.

Vår tids ungdom älskar inget annat än lyxen och lättjan. Unga män och kvinnor uppför sig sämre än någonsin. De föraktar varje auktoritet och hyser ingen respekt för åldern. Vår tids barn har blivit tyranner över oss. De reser sig inte ens om en äldre person träder in i ett rum. De är uppkäftiga mot sina föräldrar och andra. De stör varje hyfsat samtal mellan vettiga människor. De har dåliga matvanor och har blivit sina lärars skräck (Sokrates, ca 400 f.Kr).

Syftet med studien var att skapa en modell för hur psykoterapeuter beskriver den inledande processen i kontakten med en ungdom som kan leda fram till ett beslut att det finns förutsättningar för att en psykoterapi kan påbörjas. En annan avsikt var att studera om det utifrån samspelet med den unge går att beskriva om ett så kallat 'psykoterapeutiskt område' har skapats.

Teoriintroduktion

Att frigöra sig eller separera sig som den utvecklingspsykologiska uppgift som är i fokus under det som kallas adolescensfasen (Fonagy et al., 2002). Detta ställer speciella krav på hur inledningen av kontakten med en ung person, som söker psykoterapeutisk hjälp, genomförs.

Den av biologin pådrivna puberteten, processen då kroppen mognar sexuellt, är det som drar igång adolescensen som utvecklingsfas (Briggs, 2008; Fonagy, 2002; Laufer, 1984). Brafman (2000) har gjort en översikt av framväxten av teorier om det psykoterapeutiska arbetet med ungdomar i den psykoanalytiska traditionen. Han sammanfattar teorier om hur vi uppfattar utvecklingsperioden och bedriver psykoterapeutiskt arbete med adolescenten. Han refererar till Ernest Jones (1922) som framhåller att i det andra decenniet i livet så rekapitulerar individen utvecklingen som passerats under de första fem åren i livet, med tillägget att hur barndomen påverkat den unge till stor del determinerar hur han eller hon klarar utvecklingen under adolescensen. Denna formulering har följts av de flesta psykoanalytiska författare. Brafman (2000) beskriver också Anna Freuds (1958) tankar om hur den unge strävar att lämna barndomen bakom sig och att uppnå oberoende gentemot föräldrarna. Detta medför att svårigheter och psykopatologier får en annan skepnad hos den unge än hos vuxna. Svårigheterna att engagera adolescenta patienter i psykoterapeutisk behandling har av Anna Freud jämförts med patienter i sorg eller som är förälskade. Att dessa människors libido är investerad i en verklig person, som är tillgänglig eller förlorad, medför att det finns lite libido kvar att investera i terapeuten. Hon beskriver att det är normalt för en ung person att snabbt skifta i sina impulser och att ha begränsningar i medvetandet eller tänkandet. Det är när den unge blir fixerad i sitt beteende eller i sina känslomässiga tillstånd som vi skall oroa oss, enligt Anna Freud (1958).

Peter Blos (1967) beskrev adolescensen som 'den andra individuationsfasen'. Blos betonade att vid behandlingen av en adolescent kan vi observera de alternerande och interagerande bilderna av den unges upplevelse av sin barndom men även av deras upplevelse av sig själva i nuet, fastän nu inom helt annorlunda individuella, familjemässiga och sociala villkor.

I en Kleiniansk tradition har Anderson & Dartington (1998) definierat adolescensen som en utvecklingsfas där individen försöker lämna bakom sig "infant and childhood longings" (s. 43) och röra sig mot vuxenlivet via en komplex process av förändring som de jämför med arbetet att sörja. Erikson (1965) följde Freuds formuleringar men introducerar den sociala miljön som en viktig faktor vid förståelsen av adolescenten. Han framhöll den unges roll i samhället och beskrev perioden som avslutades med vuxenblivandet som ett moratorium, där individen lagrar upp framgångar, motgångar och vad som förväntas av dem, innan de uppnår sin vuxenhet i familjen och samhället i stort. Erikson (1965, s 43) skriver: " ... The danger of this stage is role confusion... Where this is based a strong previous doubt as to one's sexual identity, delinquent and outright psychotic episodes are not uncommon."

Laufer (1976) definierade tre huvudsakliga utvecklingsuppgifter för adolescenten: 1) en förändring i relationen till de oidipala objekten, 2) en förändringen i relationen till jämnåriga samt 3) förändringen i attityden till den egna kroppen. "I would say categorically that illness in adolescence always contains some abnormality in sexual development and functioning. ... [i.e., he considers) adolescence pathology to be a breakdown in the process of integrating the physiologically mature body as part of the representation of oneself." (Laufer, 1978, s. 43). Laufer betonade i boken *Adolescent and Developmental Breakdown* (1984) individens relation till den egna kroppens sexuella utveckling, vid utveckling av psykopatologiska tillstånd hos adolescenten. Ett sammanbrott i utvecklingen beskrivs som individens omedvetna förkastande av den sexuella kroppen och en återföljande känsla av att vara hjälplös inför de krav som kommer från denna. Processen att integrera den nu fysiskt sexuellt mogna kroppen i självrepresentationerna bryter därmed samman. Laufer (1984) beskriver att psykopatologin utgör adolescentens försök att undvika eller förhindra en förändring av kroppsbilden.

Winnicott (1961) betonar tillväxten inom individen själv och att adolescenten kan ses som en rebell i samhället, som kämpar med att finna sin väg till oberoende och självständighet. Winnicott betonar det viktiga i att de vuxna accepterar utmaningen och kämpar tillbaka, som ett stöd för den unge i sitt utvecklingstumult. Han påminner om Anna Freud i sin syn att det är tiden, och bara tiden, som tillåter processen att utvecklas och nå sitt mål, som för adolescenten är att nå vuxenblivandet.

Brafman (2001) betonar att vi ur en pragmatisk synvinkel måste undersöka och ta med i sammanhanget inte bara avståndet mellan den unges emotionella och fysiologiska utvecklingsnivåer utan även den aktuella familjesituationen och den sociala situationen som den unge lever inom. Han betonar att adolescensen skall ses som en andra chans i strävan efter självständighet och oberoende.

Reflekterande funktion och Mentalisering

Den unga individens förmåga att använda sig av en reflekterande funktion i sin utveckling och nödvändigheten av detta för psykiskt välmående, beskrivs av många författare (Bronstein & Flanders, 1998; Fonagy & Target, 1996; Wrangsjö & Salomonsson, 2006). Fonagy & Target (1996, 1996), Fonagy et al. (2002) har beskrivit hur mentaliseringsförmågan utvecklas. Fonagy et al. (1998) beskriver vidare att individens reflekterande funktion kan ses som en funktion av mentaliseringsförmågan.

Att en person har förmåga att mentalisera kan beskrivas som att han eller hon kan göra egna och andras handlingar begripliga utifrån bakomliggande mentala avsikter, som till exempel önsknings, känslor och föreställningar. Att ge

erkännande åt att det som finns i sinnet, faktiskt finns i sinnet. Mentalisering kan vara både explicit och implicit, det vill säga mer eller mindre uttalad eller outtalad för sig själv och för andra (Fonagy & Target, 1996; Target & Fonagy, 1996).

Om det uppstår svårigheter under adolescensen kan dessa delvis förstås utifrån förändringen och utvecklingen av den reflekterande funktionen. Fonagy et al. (2002) är eniga med de flesta psykoanalytiska författare om att frigörelsen och separationen är adolescentens huvudsakliga utvecklingsuppgift. Detta påverkar mycket av eventuella affektiva störningarna under adolescensen och kan beskrivas i termer av bristfälligt utvecklad symbolisk kapacitet. Utvecklingen av mentaliseringsförmågan har sammanfattats av Holmqvist (2007). Begreppet mentalisering används för att beskriva hur barn som har en trygg anknytning efterhand utvecklar en förmåga att relatera intersubjektivt med andra, att alltså förstå att andra har avsikter och känslor som inte alltid är synliga, och att därmed också kunna tolerera andras och sina egna affekter. Mentalisering innebär att barnet utvecklar en "theory of mind", en förståelse för att andra individer har andra perspektiv och tolkar sin omvärld på ett annat sätt än barnet självt. Empati kan med detta sägas bygga på mentalisering. Mentalisering handlar om individens förmåga att lägga märke till och förstå innebörden hos mentala tillstånd såsom föreställningar, önskningar, planer och målsättningar hos andra och hos sig själv.

Fonagy & Target (1996) introducerar två begrepp för att beskriva förstadiet till mentalisering, *psychic equivalence* och *pretend mode*. "Psychic equivalence" innebär att barnet uppfattar allt som det själv tänker som en spegelbild av den yttre verkligheten. I detta tillstånd fungerar barnet som om tankar och känslor var en videokamera och som om det finns en likställdhet mellan den inre och yttre realiteten. Barnets andra tankesätt är "pretend mode". När barnet tänker på detta sätt har det kopplat loss förankringen till yttrevärlden. Det leker i sin egen värld, och har ingen känsla av att denna lek skulle hänga samman med den yttre. I 'pretend mode' kan inte föreställningar eller tankar upplevas som hotfulla, de har förlorat sin likställdhet med vad som är på riktigt eller verkligt. Tankar och känslor upplevs som åtskilda från den mer alldagliga realiteten. Utvecklingen hos barnet leder normalt fram till en integration av dessa två mentala förhållningssätt. Det tillstånd som barnet uppnår kallar författarna för mentalisering. Mentalisering uppstår genom att föräldern speglar barnets tillstånd i sina egna tankar och föreställningar. Barnet kan ha en egen fantasivärld, men samtidigt vet det att denna inre värld har ett samband med den yttre världen. Människor med bristande mentaliseringsförmåga fungerar som om deras tankar och känslor har en direkt korrespondens i den yttre världen. Konsekvensen av detta är att individen hämmas i sin möjlighet att skapa ett avstånd i sin inre värld mellan det som tänks och det som är. Upplevelsen av

omvärlden blir då omedelbar. Individens har internaliserat sin infantila bild av mamman och inte bilden av mammans bild av barnets olika känslotillstånd.

Adolescenten och reflekterande funktion

Vid pubertetens inledning utvecklas den unges sexualitet. Den upplevs initialt i ett 'psychic equivalence mode', där fysiska sensationer färgar erfarenheten av sig själv och andra, och under samma tid är 'pretend mode' förstärkt i masturbationsfantasier och dagdrömmeri. Då, som vid alla andra tillfällen, är det robustheten hos det psykologiska eller mentaliserande självet som bestämmer i vilken utsträckning som adolescenten kommer att klara av att reflektera kring hans eller hennes egna erfarenheter, nu färgade av genital sexualitet. Alternativen kommer att reflektera den bestående klyvningen av modaliteter av upplevd psykisk realitet, speciellt i användningen av kroppen som mediet för att uttrycka och erfara interna tillstånd, eller tillbakadragning till en värld av fantasi, där det saknas åldersadekvata länkar till den externa omgivningen. Vid alla utvecklingsstadier är mognaden av det psykologiska självet avgörande i fastställandet av individens kapacitet att anpassa sig till såväl interna som externa utmaningar i utvecklingen. Individens behöver skapa överbryggande perspektiv där känslor skapade via händelser kommer att bli kända som mentala representationer, som är mycket verkliga och ändå inte verkliga. Detta tillåter individens att finna ett mer flexibelt perspektiv, eller 'att leka med verkligheten' i sitt sökande efter ett mer komfortabelt sätt att leva i verkligheten (Fonagy & Target, 1996).

En adolescent som är beredd att reflektera över sig själv och sitt samspel med terapeuten kan enligt Wrangsjö och Salomonsson (2006) tillgodogöra sig praktiskt taget varje form av psykoterapi. De syftar framför allt på den unges förmåga till introspektion, det vill säga att förstå psykologiska resonemang och känslornas betydelse i mellan mänskligt umgänge med viktiga personer i dess liv. Om dessa förutsättningar finns så kan en ungdom tillgodogöra sig snart sagt varje form av psykoterapi oavsett vilken problematik den unge har (Wrangsjö & Salomonsson, 2006).

Analytic Space

Utifrån de två psykoanalytiska begreppen '*Potential space*' och '*Reflekterande funktion*' beskriver Bram & Gabbard (2001) begreppet '*Analytic space*', en term som de lånar från Ogden (1986). Begreppen potential space och reflekterande funktion beskrivs som överlappande och att de ofta används omväxlande och med samma innebörd. Kunskapen om hur dessa begrepp skiljer sig åt men även samspelar ger viktiga kliniska konsekvenser och hjälper till med förståelsen av begreppet Analytic space.

Begreppen potential space och reflekterande funktion liknar varandra i att de båda har sitt ursprung i den tidiga vårdgivare – barn relationen, båda involverar förmågan att kunna leka med tankar eller föreställningar och det symboliska tänkandet, båda underlättar den terapeutiska processen och representerar ett önskvärt behandlings resultat.

Begreppen skiljer sig dock åt på tre avgörande sätt. Potential space är ett bredare begrepp som kan tillämpas inte bara när vi tänker på inre tillstånd utan även angående aspekter av mänskligt upplevande, som till exempel konst eller religion. Potential space innefattar även en inre upplevd känsla av livlighet hos individen och ses som en kraft för utveckling hos honom eller henne. Bram & Gabbard (2001) skriver: "Above all, potential space is viewed as a state of 'coming into being', a sense of 'aliveness' that is an experience significant in itself, thereby transcending its role as developmental impetus" (s. 687). För det andra så betraktas reflekterande funktion som mer begränsat till inre representationer av olika känslotillstånd och hur dessa påverkar den interpersonella förståelsen. Potential space har mer av medveten introspektiv karaktär, medan reflekterande funktion har sin utgångspunkt i det procedurrella minnessystemet och fungerar till stor del utanför medvetandet. För det tredje så beskrivs reflekterande funktion som en intrapsykisk funktion, medan potential space finns inom ett interpersonellt område.

Bram & Gabbard (2001) definierar potential space med hjälp av Ogden (1986) och menar att begreppet har en bindning till symboliseringsförmågan hos en individ. "Potential space is inextricably tied to symbolisation and, in fact, can be defined as 'the space between symbol [a thought] and symbolized [that which is being thought about], mediated by an interpreting self [the thinker generating his own thoughts and interpreting his own symbols] ... the space in which we are alive as human beings ...' (Ogden, 1986, s. 213)." (s. 687). Potential space beskrivs framför allt som ett område för symboliskt tänkande. Med detta menar de att i potential space har individen möjlighet att tänka i avsikter eller innebörder och leka med innehållet. Detta pågår, i alla fall delvis, med en medvetenhet om att det är 'jag själv' som skapar denna innebörd eller avsikt, om än relevant och verkligt från den egna ståndpunkten, men att detta inte är detsamma som en objektiv verklighet.

För att få perspektiv på och till viss del kunna skilja ut de två begreppen så skriver Ogden (1986) "... that potential space is about 'being' or 'coming into being', whereas reflective functioning is a form of 'doing'" (s. 692). I en replik till Ogdens beskrivning hävdar Bram & Gabbard (2001, s 692) "... that psychoanalytic treatment is about both being and doing ..." och att begreppen potential space och reflekterande funktion kan betraktas vara användbara för

förståelsen av analytic space. Potential space, menar Ogden (1986), är den optimala terapeutiska atmosfären och själva medlet för förändring, som med sin närvaro ger möjlighet för olika tankar att bli lekta med, studerade, göras begripliga och förstådda av båda deltagarna i den terapeutiska situationen. Denna atmosfär är naturligtvis inte närvarande genom hela den terapeutiska kontakten och kanske bara under delar av en enskild session. I analytic space upplever patienten, inom överföringsrelationen i samspelet med terapeuten, en illusion som upplevs som både verklig och som på låtsas. Analytic space beskrivs av Bram & Gabbard (2001) som en psykoterapeutisk behandlingsversion av potential space och som en delad upplevelse som uppstår i det interpersonella fältet mellan patient och terapeut.

Psykoterapeutiskt område

Ett psykoterapeutiskt område, ('therapeutic space' som Bronstein & Flanders (1998) beskriver det), påminner om en relation som möjliggör ett utforskande av den unges inre värld och psykiska mående. Detta kan ge förhoppningar om att förstå och att veta något om sig själv. Att detta psykoterapeutiska område uppstår i samtalet med terapeuten ger den unge möjlighet att stå ut med den psykiska smärta som kommer när man utforskar sin upplevda psykiska verklighet, utan undvikande av denna eller med attacker mot andra eller sig själv. Detta upplevda område skapar möjlighet för den unge att vara medveten om sig själv, i meningen att känna sig själv utifrån erfarenheten av sig själv, och att klara av att tänka utan att uppleva sig tvungen att agera på tanken. Bronstein & Flanders (1998) skriver att detta är målet med en terapi och att det kan ta år att uppnå detta. När det gäller adolescenter, så krävs det ett förberedande arbete före inledningen av själva terapin.

Förutsättningar för och inledning av psykoterapi

Att individen upplever något behov av förändring, är en förutsättning för att en psykoterapeutisk behandling skall fungera (Wrangsjö & Salomonsson, 2006). Många adolescenter som kommer för behandling har, enligt Bronstein & Flanders (1998), svårt att inledningsvis själva förstå sitt behov av behandling. De kommer ofta efter att någon annan tagit initiativ till kontakten. Den unge upplever ofta att problemet är någon annans, det kan vara något eller någon inom familjen, någon lärare, till och med den egna kroppens fungerande som kan tänkas vara det som orsakar deras upplevda psykiska svårigheter. Många framhärdar i att det inte är något 'fel' på dem och deras sätt att vara eller fungera, utan de vill ha en konkret lösning på sina svårigheter, som att flytta, åka utomlands, byta jobb, bli gravida eller banta/svälta sig.

Wrangsjö & Salomonsson (2006) skriver att för att kunna erbjuda en psykoterapi till en ungdom krävs det vissa förutsättningar hos den unge. Det kan vara att komma hyfsat regelbundet, men kanske framförallt att den unge är beredd och har förmåga att göra sin del av arbetet under sessionerna. Att bedöma denna kapacitet i att vara en möjlig patient kan vara svårt. Vissa ungdomar som inledningsvis verkar ha förutsättningar för att ta emot hjälp i psykoterapi kanske inte klarar eller fullföljer men det kan även vara tvärtom. Att erbjuda ett antal samtal är, enligt Wrangsjö & Salomonsson (2006), ett sätt att bedöma om den unge skall erbjudas psykoterapi eller inte. Det primära är att inledningsvis möta den unges behov av insats och att hjälpa den unge till 'rätt' person. Att en ung person behöver prata med en vuxen är inte detsamma som att det finns behov av psykoterapi.

Denna inledande kontakt, eller intervjuande som Bronstein och Flanders (1998) kallar det, riktar sig i form och avsikt till adolescentens oro inför att behöva hjälp. Att möta de omnipotenta adolescenta försvarerna med strävan att skapa ett så kallat psykoterapeutiskt område och stödja utvecklingen i att investera ett engagemang att använda sig av detta område kan, enligt Bronstein & Flanders (1998), skapa en upplevelse av kontroll genom förståelse och öppna för skapandet av en möjlighet för kapacitet för tänkande hos den unge. Om det inte startar en utveckling av denna kapacitet och det inte skapas någon förståelse för svårigheterna som fick den unge att söka hjälp, är det liten förväntan på att adolescenten skall slutföra pågående psykoterapi eller till och med klara att ta emot hjälp. Fokus i detta inledande arbete med den unge behöver vara på att lyfta fram ambivalensen hos den unge. Ambivalensen i att både vilja ha hjälp av någon vuxen som att vilja klara sig själv styr mycket av det inledande arbetet.

Möjligheten att det utvecklas en process mellan terapeuten och den unge är, enligt Wrangsjö och Salomonsson (2006), det som möjliggör psykoterapi. Nödvändigheten av att erbjuda empatisk förståelse är grundläggande men inte tillräcklig (Bronstein & Flanders, 1998). Bedömning och snabb hjälp kan ge en initial lättnad för den unge. Om det vid denna första bedömning inte sker någon form av förmedling till adolescenten om de underliggande orsakerna till problemen, så slutar kontakten ofta med att den unge "springer" därifrån. Ofta då med en känsla av att ha underkastat sig ännu en vuxen som misslyckats med att ge dem den där "magiska" lösning de förväntade sig. Det är därför mycket viktigt att i arbetet med adolescenter ha fokus på att göra det möjligt för dem att äga sitt eget behov av hjälp genom att hjälpa dem att utveckla en förståelse för att deras beteende är symptomatiskt för något annat. Känslan av tvång att skära sig själv, att hetsäta och spy eller att dricka sig full har en innebörd som är speciell för var och en. Vad som verkat vara uppenbart för oss vuxna är det inte alltid för många adolescenter, som ofta är hänvisade att få hjälp av någon orolig vuxen.

Målet med den inledande kontakten är, enligt Bronstein och Flanders (1998), att skapa kontakt inom den unge med hans eller hennes bekymmer och primärt de som är närmast medvetandet. Det kan handla om att den unge känner sig utan känsla av kontroll och ur detta kan en önskan väckas att förstöra sig själv för att uppnå en känsla av att ha kontroll över något som kan upplevas som eget. Det kan förekomma en rädsla för att bli galen och eventuellt en rädsla att bli övergivna av alla om andra bara visste vad de gjorde med sin kropp när de är ensamma eller om någon visste hur mordiska de kan känna sig. Men den inledande kontakten handlar även om att skapa en gemensam förståelse för den unges känsla av desperation och hopplöshet. Detta tar oftast tid och kan inte självklart uppnås på två, tre intervjuer. Den unge behöver visa någon form av engagemang inför det terapeutiska arbetet. Att klara av att som ung att formulera något hjälpbehov i ett resonemang är, enligt Wrangsjö och Salomonsson (2006), ett krav på den unge. Detta arbete kan ta tid att utföra tillsammans med terapeuten.

Ungdomspsykoterapi

Föreningen för barn- och ungdomspsykoterapeuter (2008) ger, i den skrift som Samrådsforum för Psykoterapi ger ut och som kallas för Den Stora Gula, en kortfattad beskrivning av Ungdomspsykoterapi. De beskriver ungdomspsykoterapi som en egen terapiform där terapeuten har en mer aktiv hållning och ett mer personligt förhållningssätt än vid vuxenterapier. Ibland, om behov framkommer, kan föräldrar behöva delta i behandlingen, antingen i familjesamtal eller som en parallell samtalskontakt. Det sistnämnda handlar oftast om yngre tonåringar.

Syfte och frågeställning

Syftet med studien var att undersöka hur psykoterapeuter beskriver den process i inledningen av kontakten med en ungdom som leder fram till beslutet att det finns förutsättningar för att en psykoterapi kan påbörjas.

Fokus har varit på vad det är en psykoterapeut uppfattar i samspelet med den unge som ligger till grund för en bedömning angående förutsättningarna för om det är möjligt eller lämpligt för en ungdom att få hjälp genom psykoterapi. Undersökningen har också studerat frågan om vad terapeuten uppfattar för signaler om att ett så kallat 'psykoterapeutiskt område' (*'therapeutic space'*) har skapats, och där man antar att ett sådant område möjliggör att gemensamt formulera innehållet i ett ömsesidigt psykoterapeutiskt engagerat arbete med fokus på den unges svårigheter.

Metod

Val av metod

I denna studie presenteras en beskrivning av det inledande arbetet med ungdomar som kommer för psykoterapi, så som psykoterapeuter med ungdomsinriktning beskriver detta i en halvstrukturerad intervju. Med utgångspunkt från dessa beskrivningar används en kvalitativ metod för att skapa en teoretisk modell för denna inledande fas. En lämplig metod för att generera fram en modell ur dessa intervjuer är '*Grounded Theory*' eller *grundad teori*. Poängen med grundad teori, enligt Guvå och Hylander (2003), är inte att organisera en mängd data utan att samla och utveckla idéer, genererade från dessa data. Vidare beskriver de hur grundad teori delvis bygger på symbolisk interaktionism och pragmatism. Utgångspunkten med dessa teorier är att tillvaron, såsom individen upplever den, konstrueras och förändras via samspelet eller interaktionen mellan individer. Pragmatismens utgångspunkt är att all kunskap kommer ur människors erfarenheter och måste kopplas till sitt sammanhang för att förstås. Helheten i individens upplevelse betonas. Man visar på svårigheten med att dela upp kunskap i mindre beståndsdelar, all ny kunskap som uppstår eller tillkommer påverkar helheten. Forskning utifrån detta synsätt ses som en föränderlig process där nya kunskaper och erfarenheter ständigt påverkar helheten och kan då ses som en meningsskapande process där vi konstruerar modeller och system för att göra en komplex verklighet mer begriplig. Den kvalitativa ansatsen kretsar då inte kring att avtäckta vilka egentliga förhållanden som ligger till grund för intervjupersonernas

beskrivningar, utan snarare är det en fråga om att skapa meningsfulla beskrivningar angående det som det berättas om i en intervju.

Syftet med grundad teori är, enligt Guvå och Hylander (2003), att upptäcka nya perspektiv utifrån data, som skapar förutsättningar och ger möjlighet att förstå och förklara en social process, och inte att undersöka förutbestämda hypoteser. Resultaten kan betraktas som välgrundade teoretiska antaganden, aldrig som bevisad sanning, inom grundad teori. Syftet kan även beskrivas som att generera en teoretisk modell, som ger möjlighet att förklara och förstå de skeenden som utforskas och att finna en röd tråd som binder ihop de olika skapade begreppen, eller upptäckta processerna, till en helhet. Med helhet menas här att beskriva en så kallad kärnprocess, som det kallas i grundad teori.

Förförståelsen är något som forskaren kan använda sig av inom grundad teori, enligt Guvå och Hylander (2003). Förförståelsen i denna studie är att forskaren arbetar med behandling av ungdomar, bland annat psykoterapi. Utifrån denna förkunskap kunde en intervjuguide formuleras. Förförståelsen påverkar naturligtvis även databearbetningen, även om strävan varit att förhålla sig så förutsättningslöst som möjligt gentemot materialet, att låta sig bli överraskad av innehållet.

Insamlingen av data hade som fokus att samla in respondenternas upplevelser och beskrivningar varför intervju som insamlingsmetod ansågs vara mest lämplig. Denna metod rekommenderas inom grundad teori (Guvå & Hylander, 2003). Att skriva ned idéer, tankar och slutsatser som växer fram under hela forskningsprocessen i s.k. memos, kan ses som den röda tråd som binder ihop materialet för studien. Att påbörja skapandet av en modell eller teori startas alltså direkt och pågår kontinuerligt parallellt med bearbetningen av data genom hela processen. Arbetet med memos stödjer möjligheten att hålla kvar tidigt uppkomna idéer utan att riskera att gå händelser i förväg, memos kan även beskrivas som preliminära teoretiska utkast. Detta är viktigt då teoretisering och konceptualisering av innehållet är syftet med att använda grundad teori som utgångspunkt i bearbetningen av data.

Att koda innebär i grundad teori att man ställer frågor till sitt material, med utgångspunkt från det som skall studeras. Det som utkristalliseras ur dessa frågor kodas, eller benämns. Dessa benämningar kan till en början ses som etiketter som sätts på olika händelser. På detta sätt skapas ny data. I detta inledande skede skall kodningen vara öppen och förutsättningslös, allt innehåll är av intresse. Kodningen kan redan från inledningen generera idéer om hur data kan ordnas utifrån olika aspekter och teoretiska innehållsnivåer. Senare kodas (benämns) även de kategorier av skeenden som utvecklas till begrepp. Dessa begrepp kodas senare i sin inbördes relation och till sist formuleras en s.k.

kärnprocess. Data kodas, analyseras och abstraheras med strävan att resultatet skall ge förutsättningar för en ny teori som kan förklara skeenden i det utforskade området (Guvå & Hylander, 2003). Studien har inte helt följt grundad teori så som den beskrivs av Guvå och Hylander (2003). Att mäta ett material med ny materialinsamling och eventuellt med andra metoder som enkäter är en viktig del i grundad teori. Detta har inte varit möjligt inom ramen för studien av många skäl, bl.a. tid och kompetens hos forskaren. Arbetsprocessen såsom den beskrivs av Guvå och Hylander (2003) har dock varit starkt vägledande i tolkningen och bearbetning av data.

Intervjuernas genomförande

Intervjuerna genomfördes med stöd av en halvstrukturerad intervjuguide, se bilaga 1. Intervjuerna genomfördes som ett samtal med intervjuguiden som stöd så att olika områden av frågeområdet belystes. Intervjuerna inleddes med en kort beskrivning av syftet för studien, för att därefter ha en öppen och reflekterande karaktär. Respondenterna uppmanades att vidareutveckla de beskrivningar och exempel de gav för att erhålla beskrivningar av upplevelser och frånga eventuella teoretiska hänvisningar. Att i en interaktiv kvalitativ och fokuserad intervju kunna fråga efter just de händelser man är intresserad av är en fördel inom grundad teori (Guvå & Hylander, 2003). Intervjuerna tog mellan 43 och 62 minuter och spelades in på mp3 spelare.

Beskrivning av respondenterna

Urvalet av respondenter gjordes från början efter vissa kriterier. Det viktigaste kriteriet var att respondenterna skulle vara psykoterapeuter som tog emot ungdomar för psykoterapi inom ramen för sin arbetsuppgift på den enhet de var verksamma vid och att de hade lång erfarenhet av detta. Urvalet gjordes även med en strävan efter spridning mellan de olika terapeuternas verksamhetsområden, såsom att vara verksamma inom privat eller offentlig sektor, men också utifrån olika teoretiska utgångspunkter i arbetet. Antalet respondenter var inte på förhand bestämt, utan anpassades till såväl tidsram för studien som forskarens behov av material.

Kontakt togs med psykoterapeuter och/eller psykologer som arbetade med ungdomspsykoterapi inom ramen för sin ordinarie sysselsättning. De arbetade vid olika enheter som uttalat erbjuder psykoterapi till ungdomar inom ramen för sin verksamhet. Tre olika psykoterapeuter med en uttalad koppling till ett utbildningscenter i kognitiv psykoterapi kontaktades. De tackade ja under förutsättning att de fick betalt motsvarande vad en session kostar. Detta erbjudande var inte möjligt att acceptera av författaren, och ansågs dessutom oförskämt, varför detta erbjudande avböjdes. Ytterligare två psykoterapeuter

som kontaktats angående att bli intervjuade tackade av okända skäl nej till deltagande. Fem respondenter intervjuades totalt inom ramen för studien. Samtliga intervjuade utgick ifrån psykodynamisk psykoterapeutisk tradition.

Bearbetning och analys av data

Intervjuerna skrevs ut ordagrant. Det inspelade materialet sparades under bearbetningsperioden för att det skulle finnas möjlighet att lyssna på det parallellt som genomläsning av intervjuerna gjordes, för att få med innehåll som har med språkliga nyanser att göra. Genom hela bearbetningsperioden har memos skrivits ned och använts flitigt i formulerandet av en slutgiltig teoretisk modell.

Bearbetning och analys av data inleddes med att intervjuerna lyssnades igenom samtidigt som författaren följde med i de utskrivna intervjuerna. I det inledande skedet var kodningen öppen och förutsättningslös. Allt var av intresse som på något sätt kunde relateras till syftet med studien. Olika citat lyftes ur texten, men även egna formuleringar användes för att tydliggöra olika processer som kunde identifieras i materialet. Inledningsvis var fokus på att identifiera olika indikatorer på skeenden som kunde sammanföras och benämnas som s.k. *invivo*-koder, d.v.s. med respondenternas egna ord. Den första intervjun skapade en del indikatorer som kunde bestå av citat, delar av en mening eller författarens egna formuleringar. Dessa användes sedan vid kodning av nästa intervju, som även den gav nya indikatorer. En ständig sortering och jämförelse mellan de olika koderna och indikatorerna pågick under denna fas av bearbetningen. Alla intervjuerna arbetades igenom på detta sätt, och det skapades ett antal indikatorer.

Dessa indikatorer kodades och jämfördes parallellt med stöd i nya kodningar som till sist delades in under olika begrepp, s.k. *dynamiska begrepp*. Dessa begrepp hade som syfte att dela upp indikatorerna inom olika områden som kunde vara intressanta för studien. Dessa begrepp var av mer beskrivande art, de gränsade av och definierade olika processer och skeenden. Efter detta studerades de möjliga inbördes mönster som kunde finnas mellan de olika begreppen. Dessa kartlagdes med hjälp av stora papper där utklippta citat samt lappar med namn på begrepp och indikatorer tejpades fast, för att lättare kunna överblicka innehållet. Möjligheten att kunna flytta olika begrepp eller indikatorer över det stora papperet och rent visuellt lägga de olika papperslapparna i olika förhållanden till varandra har varit en stor del av arbetet med den jämförande analysen.

Det utkristalliserades några huvudkategorier ur det jämförande arbetet. Dessa huvudkategorier har sedan integrerats via sina inbördes förhållanden till en s.k.

kärnprocess. Utifrån denna kärnprocess har sedan en modell skapats som ger möjlighet att förklara och beskriva sambanden mellan de olika huvudkategorierna och ligger till grund för resultatredovisningen.

Kvalitetsvärdering

Larsson (2005) anser att det är viktigt att kvalitativa studier har en tydlig struktur med en röd tråd vilket underlättar för läsaren att följa innehållet. Att redovisa sin förståelse och tydligt beskriva sin metod i texten är viktigt, enligt Larsson (2005), detta för att läsaren skall kunna bedöma kvaliteten i studien. Författarens strävan i studien har varit att tydliggöra metod och tolkningsprocess så att läsaren ges möjlighet att själv värdera innehåll, resultat och den därpå följande diskussionen. Larsson (2005) poängterar att det är viktigt med fylliga resultatbeskrivningar i kvalitativa studier, att innehållet fylls med innebördsrikedom, då detta är en viktig anledning till att man väljer en kvalitativ ansats och inte en kvantitativ i sin forskning. I resultatredovisningen har därför tydliggörande citat från samtliga intervjuer använts. Om det är möjligt att argumentera övertygande för de tolkningar som görs utifrån data i studien så är ett validitetskriterium uppnått enligt Larsson (2005). Tolkningarna bör i detta ha framställts och systematiserats så att de bidrar med någon ny aspekt till det aktuella forskningsfältet.

Analysen riskerar bli ytlig, enligt Larsson (2007), om man har ett omfattande material men otillräckliga resurser som till exempel tids- eller kunskapsbrist. Om analysen blir ytlig så riskerar man att förlora poängen med en kvalitativ intervjustudie, ”eftersom man då inte finner något *nytt*, utan endast ser det som man tidigare visste eller kunde räkna ut” (Larsson, 2007, s. 30). Dessa risker har beaktats i föreliggande studie.

Etiska överväganden

Vetenskapsrådets (2008) fyra forskningsetiska principer har följts i studien. *Informationskravet* i det att de intervjuade informerades om innehållet och anledningen till studien före intervjun. De intervjuade tillfrågades om att frivilligt delta i studien enligt *samtyckeskravet*. *Konfidentialitetskravet* tillsammans med den yrkesetik som författaren har som Legitimerad psykolog har varit vägledande när det gäller sekretess kring innehåll och vid hanterandet av allt material. Att information som framkommit behandlats på liknande sätt och endast används inom ramen för föreliggande studie tryggar *nyttjandekravet*.

Deltagarna fick även information om att eventuella citat skulle vara i möjligaste mån oidentifierade. Vid utformningen av texten har möjligheten att identifiera någon av respondenterna tagits bort så långt det är möjligt. Detta så att varken

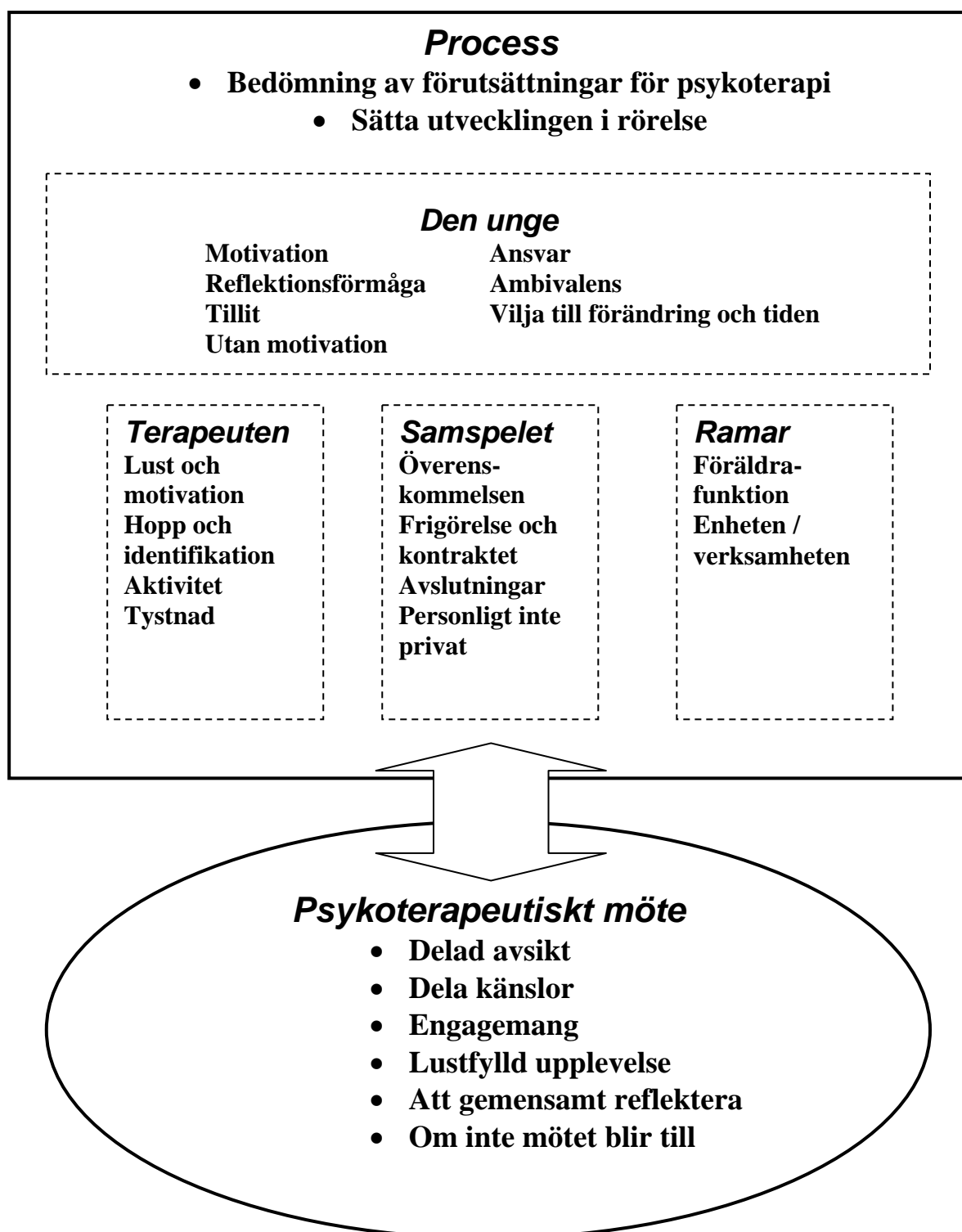
den enskilde terapeuten eller enheten de var verksamma vid skall vara möjlig att identifiera i studien. Studien handlar om ett arbetsfält som har en tämligen begränsad skara yrkesverksamma, så en, via yrket, personlig kännedom med några av de intervjuade har inte kunnat undvikas av författaren.

Resultat

Respondenterna beskriver att de vid inledningen av kontakten med ungdomar bedömer förutsättningarna för den unge att tillgodogöra sig psykoterapi, parallellt med att de aktivt arbetar med utvecklingsprocessen kring dessa förutsättningar. Att stödja möjligheten för att en utvecklingsprocess utgår från var den unge befinner sig i sin utvecklingsfas beskrivs som centralt för terapeuterna. De beskriver en process som innehåller många olika delaspekter och hur dessa samspelar. Målet för detta inledande arbete, eller det processen syftar till, är att komma fram till ett gemensamt upplevt möte i samtalet, i denna studie kallat för *Psykoterapeutiskt möte*. För att detta skall kunna ske beskrivs ett antal förutsättningar som är i fokus för bedömnings- och processarbetet. Dessa förutsättningar finns framför allt hos den unge, men även hos terapeuten. Hur samspelet dem emellan behöver fungera och vilka ramarna är för kontakten, är också av betydelse.

Processen i sig beskrivs innehålla både ett bedömningsarbete kring förutsättningar för psykoterapi och ett arbete kring att sätta den ”normala” adolescensutvecklingen i rörelse, eller det som är typiskt för en frigörelseprocess hos en ungdom. Dessa två arbeten sker parallellt och vävs även samman med varandra. Om utvecklingen kommer till stånd skapas förutsättningar för och ges möjlighet till att ett psykoterapeutiskt möte gemensamt kan upplevas. Detta gemensamt upplevda psykoterapeutiska möte beskrivs som målet för det psykoterapeutiska arbetet med ungdomar och som den egentliga målsättningen för psykoterapi med just adolescenter.

Modellens kärnprocess kallas i studien för Process och är uppdelad i fyra olika kategorier: *Den unge*, *Terapeuten*, *Samspelet* och *Ramar*. Dessa kategorier har ett antal underkategorier. Målet, eller syftet, med Processen kallas för *psykoterapeutiskt möte*. Modellen för hur dessa teman samspelar och de slutgiltiga kategorierna med respektive underkategorier redovisas i grafisk form i figur 1.



Figur 1. En modell över processen och det inledande psykoterapeutiska arbetet med ungdomar, samt det beskrivna innehållet i de olika kategorierna som framkom i studien.

Process

Respondenterna beskriver att deras huvudsakliga uppgift vid inledningen av kontakten med en ungdom är att starta en utvecklingsprocess. De låter processen styra innehållet i samtalen, även om de ibland kan visa på var fokus kan eller bör vara i sessionen med den unge.

Bedömning av förutsättningar

Att avgöra var den unge befinner sig i utvecklingsfasen beskrivs av respondenterna som den egentliga bedömningen. Det innebär att huvudintresset är att hjälpa igång utvecklingsprocessen, om möjligt.

”Men det är så tydligt med ungdomar att de är ju i utveckling som det är, och att sätta denna utveckling i rörelse, blir det helt centrala.”

Att det inte bör finnas något krav på en snabb lösning, behöver vara en utgångspunkt för arbetet med ungdomarna enligt respondenterna. Det behöver finnas utrymme för processen att ta olika riktningar beroende på var den unge har sitt fokus och befinner sig i sin utvecklingsfas. Vissa ungdomar kan komma med ganska konkreta frågeställningar om hjälp. Respondenterna beskriver vikten av att hjälpa till med vad som är möjligt för den unge att få hjälp med, och samtidigt ha fokus på om och i så fall hur det skulle kunna vara möjligt att arbeta med det aktuella problemet i psykoterapi i samtalet med den unge.

”Process är ett bra ord, tänker att min huvuduppgift är att starta en process, och att vara med och skapa en process.”

Sätta utvecklingen i rörelse

Att ungdomar är i en utvecklingsprocess med fokus på frigörelse från föräldrarna är tydligt i respondenternas beskrivningar. Att denna utvecklingsprocess är i rörelse är något som är centralt, och att då sätta utvecklingen i rörelse blir en central uppgift för terapeuterna. Att den unge ännu inte fastnat i något mönster beskrivs som en stor möjlighet för utveckling. Varje session med en ungdom kan beskrivas som terapi, i den meningen att något sätts i rörelse enligt respondenterna.

”... går in i en utvecklingsprocess, med fokus på var den unge är i sin utveckling, försöker få igång en utveckling i här och nu.”

”Vi kan göra så mycket nytta i att de inte har fastnat i något mönster ännu, att det inte är fastcementerat, även på en eller två gånger går det att förändra något. Så man kan nog tänka att varje samtal är terapi med unga personer, tycker jag, i den meningen att vi sätter något i rörelse.”

”Utvecklingen stannar av för en del och det visar sig via skolan, relationer, svåra depressioner på alla möjliga sätt. Min viktigaste uppgift är att sätta normalutvecklingen i rörelsen.”

Den unge och processen

Den av respondenterna tydligast beskrivna bedömnings och utvecklingsprocessen kretsar kring olika versioner av ambivalens och med detta motivationen hos den unge att komma för samtal med en terapeut.

Motivation

Respondenterna ägnade stort utrymme åt att beskriva motivationen hos den unge som en central kategori i process- och bedömningsarbetet med ungdomar. Bedömningen av den eventuella förmågan till egen motivation beskrivs som en mycket viktig aspekt vid det inledande arbetet med en ungdom.

”En sak som är mycket viktig, det är motivation, den egna viljan, eller intresse för att jobba med dessa saker eller svårigheter, det är en av de saker ett så kallat bedömningsamtal går ut på, eller att leta efter och ibland hjälpa till att skapa motivation.”

Att stödja utvecklingen av motivation hos den unge beskrivs som centralt i processarbetet. Utvecklingen den unge befinner sig i, eller frigörelseprocessen, beskrivs med att man som terapeut inte kan räkna med att den unge har en egen tydlig motivation till ett gemensamt terapiarbete med en terapeut, som ju är en vuxen person. Detta skiljer sig klart från vad vi kan utgå ifrån när det gäller en vuxen i terapi enligt respondenterna.

”Och det har ju att göra med att vi börjar motivationsarbetat då, det är nog det egentliga arbetet med ungdomar, därför att vi kan inte räkna med att man som ung har det med sig eller har så att säga har motivationen själva”

Det kan räcka med att den unge beskriver att de mår dåligt eller inte klarar av att prestera som man önskar själv, för att ge dem möjlighet att komma inledningsvis, enligt respondenterna. Detta kan vara en tillräcklig utgångspunkt i processen att utveckla motivationen för terapi.

”Den egna motivationen, behöver inte vara så jättemycket av den varan, det räcker att man känner att man mår dåligt tycker jag, eller att man inte presterar som man vill, för att ges möjlighet att komma inledningsvis.”

Ansvar

Förmågan att ta ansvar för det egna lidandet är något som respondenterna bedömer för att kunna avgöra om det är möjligt för den unge att kunna få någon hjälp i samtalssituationen. Den unges förmåga att bära sitt lidande skiljer sig

från vuxnas, där vi kräver att de skall bära sitt egna lidande. Respondenterna beskriver hur en ungdom kan överösa terapeuten med projektioner och med detta tillskriva dem olika känslor och viljor, och i detta vilja att terapeuten tar över något av ansvaret för lidandet.

”... ungdomar bombaderar ju en ibland med projektioner och känslor som gör att det blir svårt att tänka ibland, de vill ju ibland att vi tar över något ansvar för lidandet.”

”Att som ung stå ut med det här motståndet, att stå ut med att ångesten kanske stiger, att det finns en beredskap, att det finns en förmåga att tolerera den lite eller ta ansvar för, det är viktigt.”

Var i utvecklingsprocessen den unge är, påverkar förmågan att ta ansvar för det egna lidandet. Om den unge kan säga att det är de själva som känner som de gör och med detta visa att de önskar hjälp med sitt lidande, så kan de få ut något av en terapi. Detta är en aspekt som är i fokus för terapeuten att bedöma. Detta samspelar tydligt med graden av den unges motivation.

”... det ser olika ut utvecklingsmässigt naturligtvis ... förmåga att börja ta ansvar för sitt eget lidande, om den unge kan säga att ’ – det här är jag som känner såhär’ ... om detta finns så handlar det mycket om den egna motivationen finns där, tänker jag”

Den unges mottaglighet för en bearbetande psykoterapikontakt har enligt respondenterna samband med hur öppen hon eller han är för sitt eget lidande.

Reflektionsförmåga

Att samla information kring hur mycket reflektionsutrymme den unge har beskrivs som viktigt av respondenterna. Detta syftar på hur den unge klarar att i tanken röra sig från det yttre till det inre i sitt själsliv kring vad som påverkar dem och hur flexibla de är i sin rörelse fram och tillbaka i detta, samt hur de har kapacitet till detta utifrån sin utvecklingsnivå. Bedömningen kretsar även kring den unges beskrivningar av sitt lidande och om detta handlar om hur alla andra eller olika omständigheter skapat det svåra, eller hur andra personer varit eller gjort mot dem. Frågan som är i fokus, enligt respondenterna, kretsar kring vad det är som beskrivs som anledning till att de har det som de har det, och om det går att få fram någon tanke hos den unge om att de själva är delaktiga. Om denna förmåga inte kan påvisas, kan det handla om ett betydligt svårare och längre arbete. Motivationen till terapi kan då eventuellt saknas.

”Men för ungdomar är det mycket viktigt med hur de har förmågan att röra sig från det yttre till det inre och fram och tillbaka.”

”... om det är en beskrivning av hur alla andra eller omständigheterna skapat det svåra, hur andra varit mot ”mig” och det är därför jag har det som jag har det, om det inte finns någon tanke om att ”jag själv” är med. Då är det väldigt svårt att börja jobba...”

Ambivalens

Den unges skiftande motivation att komma för samtal beskrivs av respondenterna visa sig i hans eller hennes ambivalens för samtal. Den unges upplevelse av behov för hjälp kan växla med upplevelsen att inte behöva komma. Dessa två skiften i motivationen kan vara svårt för den unge att ha med sig samtidigt, detta att både vilja och inte vilja komma för samtal. Att denna motivation att arbeta med sina svårigheter skiftar snabbt beskrivs av respondenterna ha med utvecklingsfasen att göra. Den unge beskrivs ofta komma i panik. Det kan upplevas som en akut kris. De är då mycket krävande gentemot terapeuten, och hjälpsökande i stunden och kan beskriva sig som självmordsbenägna, för att nästa gång de kommer vara på mycket gott humör och beskriva sig som att allt är ok igen. De kan då även tycka att de inte behöver komma mer.

”... de kommer ju ofta i panik, och då är det är mycket av kris, och det kan spruta av tårar härinne, det kan flöda, som att livet är slut och sen nästa dag, så kan de vara jätteglada och allt känns ok, och säga: ’– du, tror inte jag behöver gå hit mer nu’, så det är ju inte så himla lätt att förklara hur man jobbar med en sån grupp som ungdomar är.”

Den unges syn på hur många gånger som kan behövas för att få hjälp med en uttalad svårighet kan skifta snabbt, enligt respondenterna. Den unge beskriver ofta att de tänker sig att komma för ett eller några tillfällen. Att boka tider efter hand eller i anslutning till varje session beskrivs därför som viktigt med ungdomar. Ett viktigt tema för respondenterna var att ge utrymme för frigörelseprocessen i motivationsarbetet.

”... utan man lever ett sånt liv, tiden är nog inte riktigt inprogrammerad ännu hos en ung människa. Detta något som skiljer mot vuxna, tiden är, eller man har ett annat förhållande till tiden kanske man kan beskriva det som, ibland, vid inledningen av en kontakt så kan en ung person säga att ’ – jovisst, jag kan komma nästa vecka också’.”

”En del har ju den där föreställningen att varje gång de går ut genom den där dörren, efter de där femtio minuterna, så skall de känna sig mycket bättre, de skall vara glada, känna sig lättade, då brukar jag säga att ibland är det inte så varje gång du går härifrån. Du kommer kanske att vara ledsen eller du har kommit att tänka på grejer som är djävligt jobbiga.”

Tillit

Den unges tillit inför vuxna och deras förmåga att vara till hjälp uttrycks av respondenterna med att den unge beskrivs som modig. Att vara modig beskrivs även som en aspekt av motivationen hos den unge. Att ha mod att klara av beskriva sina svårigheter, att svara på frågor, att ha tillit och klara av ta emot hjälp beskrivs alla som viktiga delar i om den unge har motivation för terapi eller inte.

”du vet ibland när jag kör hemåt så kan jag tänka att herregud vad modiga de är, att vara 17 år och berätta allt detta och svara på svåra frågor och de kommer tillbaka, och att de väljer detta. Det fordras nog lite mod för detta, när de har det, men samtidigt så att våga låta sig hjälpas, att våga ta emot hjälp och visa den tilliten. Det kan ibland vara en avgörande faktor om det blir terapi eller inte.”

”Ofta imponerad av dessa ungdomar, att de vill ta ansvar, det är modigt, de har kommit långt. De har ett bekymmer och undrar om jag eller vi kan hjälpa dem med det. Mycket av jobbet är gjort när de väl kommer.”

Vilja till förändring och tiden

Vem som är drivande i att den unge kommer för samtal behöver det göras en bedömning kring tidigt i kontakten enligt respondenterna. Detta att vilja komma ses som en del av motivationen, där viljan till förändring ibland finns hos någon annan än den unge. Respondenterna lägger ned mycket tid inledningsvis kring att utforska vad den unge tänker och tycker om sig själv, om det är deras val att komma eller inte.

Med i detta finns enligt respondenterna att det är många ungdomar som kommer för samtal utifrån andras behov, till exempel deras föräldrars oro, en orolig skolsköterska etc. och att någon av dessa då även tagit initiativet till kontakten.

”... det är ju väldigt många ungdomar som kommer på andras behov. Och sen kan det ju bli också tydligt om de kommer för terapi att de kommer för mammas skull.”

Det kan finnas motivation för att påbörja en terapi även om någon annan varit drivande i att den unge kommer. Den unge kan ha ett ansvarstagande för sitt lidande och vilja till förändring, vilket också beskrivs av respondenterna som nödvändigt för att kunna påbörja en terapi. Om den unge inte klarar att ge någon beskrivning av ett eget lidande utan hänvisar till exempel till en orolig vuxen, kan terapeuten vända på frågan och fråga kring vad de tycker själva, vad de själva vill, i en strävan att göra det till en personlig angelägenhet för den unge och med detta stärka motivationen och ansvarstagandet för sitt lidande.

”... motivation kan ju finnas även om någon annan skickat hit ”mig” givetvis”

Att bedöma om det finns någon egen motivation beskrivs av respondenterna som viktigt på så sätt att det behöver bli en erfarenhet som är positiv för den unge att träffa någon vuxen för ett enskilt samtal. Det är viktigt att ta tid på sig och att försöka skapa en positiv atmosfär, så att det inte blir orimligt pressande för den unge utifrån frigörelseprocessen.

”Så att det kan bli en erfarenhet som är positiv, även om man inte är klar med den. ... och har man gott om tid på sig kan man ju i lugn och ro känna efter hur mycket man kan göra.”

Utan motivation

Om den unge blivit ditskickad på någon annans uppdrag, om de inte har någon egen motivation eller tanke om att de vill komma för samtal, och det inte fungerar att få fram någon egen motivation i en process, då är det bättre att avrunda kontakten, enligt respondenterna. De ges då möjlighet att återvända, att höra av sig igen, vid senare tillfälle, om de skulle ändra sig.

”... då kan jag säga: ’ – att nu jobbar vi ju utifrån någon annans önskemål och är det någon annan som inte är här i rummet som vill något då kan vi inte jobba med det som är svårt, för då handlar det ju om någon annans initiativ’. Då är det bättre att avsluta eller erbjuda något annat.”

Terapeuten och processen

Terapeutens förmåga att möta den unge i hans eller hennes aktuella utvecklingsfas beskrivs av respondenterna som centralt när det gäller förutsättningarna hos terapeuten.

Lust och motivation

Att som terapeut sträva efter att skapa ett så kallat lekområde med den unge är mer tydligt än vid vuxenterapier och är mycket viktigt och behöver vara i fokus vid inledningen av kontakten, enligt respondenterna. Svårigheter med att skapa ett sådant lekområde kan bero på att terapeuten skulle kunna vara deprimerad eller vara depressiv i sin läggning. Det beskrivs ett behov hos terapeuten att vara leklysten i sitt sätt att vara med andra människor generellt och att i detta vara orädd för att själv vara i relation.

”Detta mer tydligt med ungdomar att man behöver skapa ett ”lekutrymme”, detta är mycket viktigt, och måste vara i fokus. Är man själv till exempel deprimerad så skall man nog inte arbeta med ungdomar, för det är svårt jobba med ungdomar om man är mycket depressiv. Man måste nog vara ganska så leklysten i sitt sätt att vara med andra, när man erbjuder terapi med ungdomar.”

”... får ju inte vara för rädd för att själv vara i relation när du jobbar med ungdomar.”

Respondenterna beskrev hur det ibland kan bli fel och misstag begås i en kontakt och att det är viktigt att som terapeut orka med detta utan att anklaga sig själv för mycket och att fortsätta sträva efter att skapa en relation.

” ... att lita på processen är ju så viktigt tänker jag, att tillåta att det kan bli fel lite taffligt och omständligt, jag måste ju orka med det.”

Hopp och identifikation

Att som terapeut kunna identifiera sig med det svåra i ungdomens erfarenheter att känna in sig i hur det kan ha varit för dem, även om de gjort hemska saker, framhålls av respondenterna som nödvändigt i arbetet att kunna förmedla hopp om förändring. Detta handlar inte om att tycka synd om den unge utan snarare om att förmedla en känsla av samhörighet och ömsesidig förståelse, i strävan efter en personlig relation. Det beskrevs som viktigt att som terapeut fånga in en känsla eller tanke som hör ihop med den unges erfarenheter och förmedla detta till den unge med ord, så att det kan skapas en känsla av samhörighet och hoppfullhet med den unge.

”... så måste jag kunna känna att, eller identifiera mig med, den här, vad skall jag säga, den här sårbara eller förtvivlade delen av dem, att jag måste kunna fånga in den, detta handlar inte om att tycka synd om, utan att jag måste kunna förstå något ... det är när jag får den känsla, att 'så här måste det ha varit för dem' det kan ju ibland ta lite tid innan detta kommer till mig. Och då när jag kan sätta ord på det, eller delar av det, då kommer denna känslan.”

Aktivitet

Många unga beskrevs av respondenterna som att de kan vara undvikande och avvisande i hur de relaterar till terapeuten. Detta samspelar vanligtvis med frigörelsen som utvecklingsfas och kan göra det svårt för den unge att engagera sig i terapeuten. Detta medför att terapeuten behöver vara aktiv och engagerad i skapandet av relationen i rummet med den unge enligt respondenterna, för att på detta sätt reglera det känslomässiga innehållet i kontakten.

Respondenterna beskrev det som viktigt att aktivt ställa frågor i samtalet kring vad som sker med dem i deras vardagsliv, hur det fungerar i skolan eller på arbetsförmedlingen. Att som terapeut berätta hur vissa instanser som till exempel arbetsförmedlingen fungerar kan vara viktigt för att skapa ett relaterande i rummet. Att ungdomar uttrycker sitt mående i handling på den yttre arenan till exempel i skola, med kamrater eller hemma, detta gör att frågandet om livssituationen är viktigt. Svaren på dessa frågor visar ofta enligt respondenterna hur den unge mår psykiskt och innehåller meningsbärande information om hans eller hennes psykiska mående. Att inte med självklarhet räkna med att den unge själv berättar om sitt psykiska mående är en viktig utgångspunkt i terapi med ungdomar enligt respondenterna. Terapeutens frågande hållning lyfts fram som en viktig komponent i att den unge skall känna motivation att klara av reflektera kring sitt mående och livssituation, och med detta eventuellt starta upp en terapiprocess.

”Måste komma ihåg att ungdomar uttrycker sig mycket på den yttre arenan, detta är viktigt, så att fråga kring hur går det i skolan, hur gick det på arbetsförmedlingen etcetera är mycket viktigt. Detta visar ju på hur deras utveckling fungerar, vi får inte

glömma bort det. För man kan ju se att en person mår väldigt dåligt på detta till exempel att de inte klarar skolan eller liknande, och att fråga om det kan ju lösa upp något och dra igång en reflektion som startar upp en terapiprocess.”

”... detta sker ju helt utifrån vem du möter, du möter ju ungdomar där du måste vara ganska så aktiv, och andra där du får söka upp dem hela tiden ungefär som med det lilla barnet, du kan inte räkna med att de söker upp dig i samtalet.”

Det beskrevs som viktigt för processen att vid tillfälle ge råd till en ungdom eller aktivt stödja arbetet med problemlösningsstrategier som de kan använda sig av när de inte själva upplever sig kunna hantera sin livssituation.

”du måste vara ganska aktiv med vissa ungdomar, utifrån till exempel att de får panik; ’ – hur kan du göra, vilka strategier kan du tänka via’, så att du är så att säga där, då är man med dem, detta är mycket viktigt med unga.”

Tystnad

Det får inte bli för tyst i samtalet med en ungdom, enligt respondenterna. Detta innebär att den unge kanske inte klarar för långa perioder av tystnad i samtalet. Förmågan att reglera sig i relationen till terapeuten beskrevs som ofta bristfällig, inom ramen för den unges normala utvecklingsprocess, och att då vara aktiv som terapeut i detta reglerande är nödvändigt. Den unges förmåga att hantera den ångest som kan uppstå i tystnaden är ofta begränsad och terapeuten behöver vara aktiv för att inte skada den unges motivation att komma, enligt respondenterna. Att vara aktiv beskrevs även som en möjlighet att skapa ’inre liv’, och att tystnad under en session kan ses som en form av ’död’ i detta sammanhang. Detta beskrevs som något som skiljer från terapi med vuxna där abstinens – och neutralitetsprinciperna kan få större utrymme.

”... det får inte bli tyst för länge, det är inte bra, då är det bättre att jag bluddrar på lite för mycket i onödan ... om jag inte skapar liv så kommer de ju inte, vuxna kommer nog ändå, de kan stå ut med att sitta tysta gång på gång.”

” ... när det gäller ungdomar så tycker jag man måste vara försiktig med hur tyst det får bli, i alla fall i början, och om det inte finns speciella skäl till annat. För utvecklingsmässigt är ju en ung människa inte färdigväxt psykiskt, eller i sin jagfunktion, vilket gör att härbärgeringsförmågan är ju sämre. Och jag skall inte låta dem härbärgera för mycket ångest som de kanske inte klarar av, och som bara innebär att de inte kommer nästa gång, för då har jag ju bara gjort dem illa.”

Men med vissa ungdomar kan det ibland vara bra att vara tyst utifrån hur de hanterar tystnaden, enligt respondenterna. Det är då tydligt att de är i en reflekterande inre process. Andra ungdomar kan man behöva stoppa i sitt prat, ofta har de då stora bekymmer och försöker bli av med upplevelsen via ett ohämmat pratande utan att reflektera över vad säger. Att då stoppa dem, i hopp om att starta upp någon form av reflektion och process, beskrevs som viktigt.

” ... vissa ungdomar måste ju stoppas också, ungefär: ’– nu tar vi det lite lugnt här’, för det kan ju också vara en hög ångestnivå i det att det pratas på i någon form av frenesi, det blir ungefär som; ’–nu finns det någon som sitter still och lyssnar då passar jag på.’”

Samspelet och processen

När samspelet mellan terapeuten och den unge var i fokus under intervjuerna, framhölls några områden som viktiga vid kontakten med ungdomar av respondenterna.

Överenskommelsen

Att båda har uttalat och är överens om att det är terapi man skall syssla med för att skapa ett gemensamt område att samspela inom lyftes fram av respondenterna. Att vara överens om och uttala ett gemensamt formulerat kontrakt kring kontakten och vad syftet eller innehållet för samtalen skall vara. Detta skapar enligt respondenterna en trygghet för den unge såväl som för terapeuten i situationen och då bland annat utifrån var den unge är i sin frigörelseprocess.

” ... är ju en trygghet för båda att ha ramor eller ett kontrakt, att det här området har vi att arbeta inom, och det måste man ju komma överens om först.”

”... någon terapi kan inte börja förrän ett kontrakt är gjord, vi måste göra ett kontrakt för att jag skall kunna tolka deras inre värld tänker jag, för annars är det ingen terapi, för har inte någon gett mig det uppdraget så kan inte jag tolka, då kan jag bara föra samtal, så det försöker jag vara väldigt noga med att göra.”

Frigörelsen och kontraktet

Att inte vara för upptagen av kontraktet som terapeut lyfts fram av respondenterna som mycket viktigt utifrån var den unge är i sin frigörelseprocess. Terapeuten bör i möjligaste mån försöka vara följsam och anpassa sig till processen den unge är i, utan att för den skull göra avkall på att hålla ramarna, ansågs vara mycket viktigt. Den unges motivation att komma samspekar med deras upplevelse av sina behov och hur de klarar att formulera ett kontrakt. Många unga beskrivs ha tanken att de bara skall komma någon enstaka gång och efter detta tänker de att de mår bra eller i vart fall bättre. Detta för att inte bli infångade i en relation utan klara sig självständigt, som ju är en del av frigörelseprocessen. Om formerna blir för låsta eller upplevelsen av att vara infångad blir för stark, beskrivs den unge ofta reagera med att utebli eller på annat sätt reagera på kontraktet.

”Jag får inte vara för upptagen av vårt kontrakt, det där med att; ’ – vill du nu komma tre gånger eller fem gånger?’ det hoppar jag om jag kan med ungdomar, ibland kan jag

inte för att jag behöver veta, men tiden är ju fast och ramen också väldigt fast eller det är ju det som gör att det blir terapi.”

”... när jobbar med ungdomar så jobbar man ju med en ram, men den får inte vara för fyrkantig, för då måste de hacka på den omedelbart, på ett eller annat sätt, det är där jag menar att man måste hitta någon form av mellanläge.”

” ... om man är en klok ungdomsterapeut så håller man inte på med kontraktet för mycket, utan jobbar mer på spontanitet i nuet. Och att på det sättet följa med dem på något sätt. Och jag tror att många tänker ungefär så också, att de bara skall komma en gång, detta ganska vanligt till och med, framförallt med unga personer, och det är ingen ide att gå in på det (*kontraktet*) brukar jag känna. Jag låter det vara mycket.”

Det är centralt att ungdomar vet vilken tid och plats som gäller, men att man under inledningen av kontakten ger utrymme för den unga att reglera tempot i kontakten, enligt respondenterna. Att ge möjlighet för den unge att själv formulera ett behov eller motivation efter varje session och då ta ett beslut om en ny tid kan vara avgörande för en ungdoms motivation och utvecklingsprocess. Att få pröva på terapi under en period, att få känna efter innan man bestämmer sig lyfts fram som viktigt i processen med en ungdom.

”... att ok, att de skall veta vilken tid, plats, sånt skall vara noga, men att man i alla fall de första gångerna skall jobba enligt: ’ – kom tillbaka nästa vecka, känn efter om det känns bra igen, bestäm dig och sen får vi se hur du vill ha det.’ Som ung måste man ges möjlighet att få pröva några gånger.”

Avslutningar

En terapi med en ungdom avslutas inte i samma bemärkelse som med vuxna. Den unge ges alltid möjlighet att återvända om det finns förutsättningar inom ramen för den verksamhet man som terapeut arbetar inom, enligt respondenterna. Detta beskrevs som viktigt med tanke på frigörelseprocessen och den unges behov av att ges möjlighet att komma och gå i kontakten under en varierande lång inledningsperiod.

”... jo, för man avslutar ju aldrig en ungdomsterapi, eller egentligen så handlar det ju om att man ger ju dem alltid möjlighet att komma tillbaka.”

”Sen kan jag säga, ’ – du vet var jag finns, så hör av dig om du behöver’ och en del hör ju av sig. För många unga är detta gott att ha med sig.”

Det beskrevs av respondenterna som viktigt att stödja förståelsen hos den unge att vissa svårigheter och upplevelser får man lära sig att leva med. Att de kan behöva hjälp längre fram i livet, att vissa av de svårigheter de sökt hjälp för kan återkomma till exempel när de själva blir föräldrar.

”Tror jag blivit bättre på eller mer att vara beredd på att, alltså förbereda dem på att de kan komma tillbaka. Att det är ok komma hit igen, eller att detta (*svårigheten de kommer med*) är något de får lära sig att leva med eller att de kan komma tillbaka när de själva till exempel får barn, om det är något som varit i fokus. Det är ungefär som att man förbereder dem på livet.”

Personlig men inte privat

Att som terapeut ta ett stort ansvar i att relationen med den unge och att vara personlig men inte för privat beskrevs av respondenterna som viktigt. Att det blir ett personligt och öppet klimat i samspelet framhålls som betydelsefullt.

”Man får inte bli för fast i en terapeutroll med ungdomar, när det gäller ungdomar är det ju ett samspel som måste till hela tiden.”

Att man som terapeut är närvarande på ett personligt och öppet sätt, beskrevs som centralt i samspelet med den unge.

”Den där verkliga eller personliga närvaron är ju mycket viktig när du arbetar med ungdomar, det måste vara på riktigt liksom.”

Den unges process kring frigörelse ställer krav på att samspelet hanteras med fokus på terapeutens ansvar enligt respondenterna, så den unge inte upplever sig infångad eller utsatt av terapeuten.

”... ja, en allians, eller att vi ska få en relation det är ju syftet. En relation får man ju i att man knyter an, så det blir en personlig relation mellan oss. Så att det blir personlig relation, men inte privat, och där har jag ju ett mycket större ansvar än vid vuxenterapier, jag ju till exempel ett ansvar att inte låta det gå i långbänk med vissa saker.”

Ramar och processen

Processen kring ramar och att de kan beskrivas som grunden för det psykoterapeutiska arbetet togs mycket kortfattat upp av respondenterna. Ramar och kontrakt kan betraktas som utgångspunkt och grunden i arbetet enligt respondenterna. Det som beskrevs av respondenterna kretsar kring rummet och tiden som bärande av det psykoterapeutiska arbetet. Ramarna och formulerandet av kontraktet med den unge har tagits upp delvis i andra kategorier i förhållande till den unges utvecklingsprocess. Det som skall beröras här kretsar kring de mer fasta ramarna eller det givna som finns kring en terapituation.

”Bara man kommer in i lokalen, sätter sig i rummet, fyrtiofem minuter, tittar på klockan, bara den ramen de får, detta är ju terapi. Terapi är ju på ett sätt bara ramar på ett sätt, lite filosofiskt, detta är ju inte det hela men en mycket viktig del av.”

” ... men jag tror inte det är så jag eller mig bara, det är också kontinuiteten, rummet, att jag också bara är representant för något i att jag bara är den som är där. Så jag tror man kan luta sig mot det på ett sätt, formen eller ramen, att den är bestämd, detta bär också, så även om jag inte är så bra just den dagen så har ändå den unge den här tiden och den här platsen.”

Föräldrafunktion

Hur man hanterar och upprätthåller ramarna beskrivs av respondenterna likna en föräldrafunktion i att terapeuterna tar betydligt större ansvar för att ramarna hålls än vid vuxenterapier. Den unges frigörelseprocess gör att terapeuten behöver ta ett stort ansvar i att ramarna hålls. Den unges kapacitet att reglera samspelet är under utveckling och uttrycks i tid, plats och innehåll.

”Man har ju lite av en föräldrafunktion i en ungdomsterapi, i att man är hela tiden är observant på hållande och ram, så att de behöver inte ”hålla” så mycket som jag, medan i en vuxenterapi får ju patienten mycket mera stå ut med frustration. Med en ungdom räcker det ju med att man möts och skiljs, det kan vara illa nog det, jobbigt nog, men viktigt att hålla tider och så. Jag ruckar inte på tider. Så hålla ramen viktigt, att hålla tiden är ju oerhört verksamt även för en ungdom.”

Att ramarna skyddar samspelet från att bli av för privat karaktär och fungerar som ett skydd för den unge, enligt respondenterna. Den unges ambivalens och process kring frigörelsen beskrevs behöva ett yttre skydd i form av uttalade ramar för terapin för att inte bli för privat.

”Kontraktet är ju också ett skydd, för tolkar jag utan att ramarna finns så kan det bli någon form av övergrepp. Det blir för privat, eller utan något skydd mellan oss.”

Enheten / verksamheten

Själva enheten eller verksamheten man tog emot ungdomarna vid kan innebära ett tydligt hållande eller att ha en ramfunktion, enligt respondenterna. Enheten i sig beskrevs representera något som kan vara hjälpsamt eller stödjande för utvecklingsprocessen.

Verksamhetens uppgift eller mål, som är att ta emot ungdomar med någon form av psykiskt lidande, kunde beskrivas som hållande och skyddande. En del av detta kunde beskrivas som att knyta an till huset eller enheten. Detta i sig kunde vara stödjande för terapeutens möjlighet att visa på och vara öppet intresserad av den unges situation och inre liv. Detta beskrevs av respondenterna kunna betyda att fokus inte är på att de skall komma just till den enskilde terapeuten, och med detta skydda den unges frigörelseprocess och att möjliggöra för en kapacitet att reflektera.

”Vad jag jobbar med och tror att vi alla här jobbar med är att de skall få en anknytning till huset eller relation till stället i sig. Inte till mig utan till hela huset och det känns ju

mer när de kommer nästa gång. Att det finns något mer, redan där börjar ju något terapeutiskt hända.”

” ... det betyder att jag måste släppa iväg hela tiden lite förenklat, det har ju med frigörelse processen att göra, jag får vara väldigt intresserad av deras inre liv, men inte för intresserad av att de skall komma just till mig, utan det är till detta hus eller verksamheten i sig de skall komma för sin egen skull.”

Psykoterapeutiskt möte

Målsättningen med det inledande arbetet, så som det beskrivs av terapeuterna, är att nå fram till ett gemensamt upplevt *psykoterapeutiskt möte*. Detta upplevda möte beskrivs som en gemensam upplevelse mellan terapeuten och den unge. Mötet kännetecknas av att en gemensamt reflekterande samtalssituation uppstår ömsesidigt i samspelet mellan terapeuten och den unge. Upplevelsen av mötet beskrivs av respondenterna framför allt som att det finns närvarande en gemensamt upplevd avsikt med samtalen och känslor delas. Det finns ett engagemang i samtalen som upplevs som lustfyllt av båda. Den unge kommer på sina bokade tider och är aktiv och engagerad i sin attityd. Det finns ett tydligt gemensamt reflekterande i samtalet, där det språkliga innehållet förstås tillsammans och det symboliska innehållet i det talade upplevs som gemensamt delat.

Detta psykoterapeutiska möte beskrivs som målet för bedömnings- och processarbetet och det som visade sig kunde skiljas ut som det typiska för psykoterapeutiskt arbete med ungdomar. När det psykoterapeutiska mötet uppstår kan det egentliga ungdomspsykoterapeutiska arbetet beskrivas som färdigt enligt respondenterna.

”Jag tycker ju egentligen att detta vi pratar om just nu är vad man kan kalla för terapi med ungdomar egentligen, men efter böckerna så kanske det är något annat. Men när vi nått dit med ungdomar, då är vi ju på ett sätt egentligen klara.”

”... det behöver finnas en tilltro till att relationen tror jag, att det här (*pekar mellan oss*) skall kunna vara hjälpsamt, inte att jag pratar om sånt som överföring, ångesttolerans och annat sånt, duvet de har oftast inte det språket, men att det uppstår den där tilltron till relationen mellan oss, då är vi där, då är vi framme eller klara kan man säga.”

Fram till detta möte arbetar terapeuten, enligt respondenterna, med det som beskrivs i de tidigare nämnda kategorierna. Det inledande arbetet beskrivs som ett igångsättningsarbete och terapeuten söker då aktivt förståelse för den unge och dennes livssituation. Terapeuterna söker då skapa begriplighet och någon form av klarhet kring innehållet i den unges berättelser och situation, både för sig själv och för den unge.

”... fram till dess tycker jag det är ganska mycket av grovarbete, alltså hacka sig fram till någon förståelse.”

”Jag får verkligen jobba på för att förstå i arbetet fram till detta, att komma fram till, ja ett personligt möte. Sen kan vi arbeta mer tillsammans, som i, ja man kanske kan säga ”vanlig terapi” (*krokar två fingrar framför sig*).”

Kännetecknen för ett psykoterapeutiskt möte beskrevs av respondenterna vara när den unge visar på en vilja till att gemensamt reflektera kring sin situation tillsammans och att hon eller han har ett eget ansvar för detta, dvs. när de i samtalet visar att de kan stå ut med den känslomässiga smärta som det kan innebära att närma sig sina svårigheter och att dela denna känsla och upplevelse med terapeuten.

”... och sen lite beroende på hur de är och vilken tid vi har på oss så säger jag, ’ – jag tror att vi skulle behöva jobba med det här och det här, men vet du, det här kommer att ta tid’, när vi är där så svarar de ofta att ’ – jag vet’ och då när de är med mig på det, och de är med på att det kommer till att bli ett arbete och det kommer att bli lite slitsamt arbete, det är en signal om att vi är klara, att det är färdigt på ett sätt.”

Delad avsikt

Det psykoterapeutiska mötet kännetecknades enligt respondenterna bland annat av att det framträdde ett gemensamt motiv i samtalen som delades av terapeut och ungdomen. Att uppmärksamheten hos båda i samtalet var riktat mot ett gemensamt ämne och innehåll. Detta behövde inte alltid uttalas i rummet, det kunde även vara en tyst upplevelse där ögonkontakten var viktig i bekräftelsen av avsikten. Händelser som skedde i nuet mellan den unge och terapeuten beskrevs vara i fokus för uppmärksamheten.

” ... tror vi båda vet att det som den personen fick kontakt med just i det nuet är något viktigt, det som sades eller hände, det är något bra i sig, och det var något viktigt och det behöver inte sägas, vi vet det bara. Vi sitter tillsammans och vi vet att det är det här det gäller, att det är därför vi ses.”

”... och om det uppstår ett möte så känner man det tror jag, ungefär så att vi tittar på varandra och säger eller bara tänker ’ – hmmm, vi skall jobba med varandra’.”

Avsikten eller anledningen till att man sitter i ett rum och pratar beskrevs som tydligare för terapeuterna i och med detta gemensamt upplevda möte. Upplevelsen blir vägledande för avsikten med samtalen och den gemensamma uppmärksamheten riktas mot ett gemensamt ämne eller en känsla. Det blir tydligt i respondenternas beskrivningar att anledningen för samtalen, i det gemensamt upplevda mötet, blir en gemensam angelägenhet med den unges svårigheter i fokus.

”... tror det är något som händer i mötet, något uppstår i mötet mellan mig och ungdomen. Tror vi båda vet varför vi är där just då. Jo, precis så menar jag, och att denna gemensamma upplevelse av ett möte behöver ju uppstå för att vi skall förstå något om varför vi ses.”

”Det enda man har att utgå ifrån är ju det som sker i mötet med den unge. I det utrymmet händer ju någonting, där man känner att man kan agera på olika sätt, som hjälper en i vad man gör och framför allt i vad som är viktigt.”

Dela känslor

När avsikten till samtalen var tydlig och den unge visade att han eller hon kom för sin egen skull så beskrev respondenterna hur det uppstod ett gemensamt upplevt känslomässigt möte. Det fanns då en aktiv strävan hos den unge att vilja dela med sig av sina känslor kring sin situation. Upplevelsen av gemensamma känslor i rummet och att dela den unges känslor beskrivs av respondenterna som en viktig förutsättning för psykoteraeutiskt arbete med ungdomar.

”Men jag tror att när den unge är i kontakt med någon känsla som är dens egen, då tror jag det händer något inom dem och när de vill dela den känslan med mig, då blir det ett möte av.”

”Jo, absolut, då är det tydligt att ansvaret är hos dem, att vi delar upplevelsen av någon känsla eller så, och som blir gemensamt i nuet, eller där vi är just då och där i samtalet. Tänker att detta är ju en viktig förutsättningen och ett av målen för terapi med ungdomar, man måste ju uppleva detta gemensamma känslomässiga.”

Engagemang

En viktig faktor som enligt respondenterna bidrar till att det psykoteraeutiska mötet uppstår är att den unge visar engagemang inför samtalsituationen på olika sätt. Många ungdomar beskrivs ha svårt inledningsvis att hålla tiderna som erbjuds dem och ett viktigt tecken kan vara att de kommer på sina tider. De kan på olika sätt visa att situationen får lov att vara viktig för dem, att de själva vill något när de kommer. Detta behöver inte alltid uttryckas med ord enligt respondenterna, det kan visa sig i det engagemang som den unge visar inför situationen och terapeuten som individ.

”Framförallt med att de kommer, dels att de mer självklart börjar använda sig av situationen, de kommer och vill snacka med mig om något de lägger här mellan oss och så håller vi på med det.”

” ... duvet att, på det sätt att de pratar, de kommer på sina tider, och är måna om sina tider, de byter inte tider, duvet det är också såna delar som påverkar också, sättet de pratar, inte dialekt då, utan ifall de ger något förtroende till mig ungefär som att de säger: ’ – du får lov att lyssna till mig, för jag tror att du kan hjälpa mig, att det här skulle kunna vara hjälpsamt’.”

” ... en del kommer och säger inget men de kan inte göra på det sättet som andra (*prata engagerat*) och de kanske inte kommer varje gång så det har inte med det att göra heller, men de har satt igång någonting mellan oss. Det är något jag känner och det är något som märks på dem när det händer. Det har med engagemang, och uppmärksamhet att göra, att det har, eller att de har hakat tag i mig eller jag i dom, skapat någon sorts relation eller någonting.”

Lustfylld upplevelse

När det psykoterapeutiska mötet upplevs gemensamt, beskrivs det av respondenterna som att en genomgripande upplevelse av lust genomsyrar situationen. Då kan det uppstå en form av livlighet och kreativitet i rummet som upplevs gemensamt och ömsesidigt. Det beskrevs som roligt att vara tillsammans och att det finns humor närvarande i samtalet. Men det kan även finnas en känsla av gemensam förståelse av att det finns något bortom orden, något ickeverbalt som aktivt delas i det lustfyllda mötet.

”Jag får verkligen jobba för att försöka förstå i arbetet fram till detta. Att komma fram, ja, då uppstår en känsla i mig att det är mer lustfullt i det som händer i rummet.”

” ... hur det känns? Ja, det första som far upp i mitt huvud är att det blir mer lustfullt, alltså det är någon kreativitet som känns av i rummet. Ja, absolut, att vi gör saker tillsammans, att det är roligt, det finns skratt, det kan vara mycket humor i detta. Ja, humor.”

” ... gav mig en otroligt pigg blick ungefär som att han fråga ”vad är det jag varit med om?”. Och då kände jag, inte något fientligt utan tvärtom med värme och så, att det här betydde något som ... hmm, där han visar att det finns ett intresse för något bortom det som sägs.”

Att gemensamt reflektera

När det är möjligt att gemensamt reflektera kring olika situationer som uppstår i rummet eller de livssituationer som är ämnet för samtalet i stunden så har ett psykoterapeutiskt möte uppstått och den egentliga ungdomspsykoterapin kan beskrivas som färdig, enligt respondenterna. Det beskrevs då som möjligt att gemensamt kunna förklara för varandra med ord i samtalet vad olika känslor betyder och hur dessa påverkar mig själv, situationen eller andra. Metaforer och mer symboliskt laddade ord och språkliga beskrivningar används och delas i en gemensam upplevelse. Det går att tala om svåra upplevelser och livssituationer, där det språkliga innehållet förstås och upplevs av båda.

” ... dels att vi pratar ungefär samma språk, att vi, eller att jag lärt mig hans språk, att han lärt mig sitt språk, någon grej mellan oss och att vi har förflyttat oss tex från kroppen om det funnits mycket av psykosomatiskt, till något annat. Och vägen dit det tror jag också är ett lekområde alltså. Att jag hjälper med mitt språk, tex med symboler då, försöker så gott det går.”

”... det finns något gemensamt som påverkar oss båda då. Man kan säkert använda någon term för att det nu gått framåt. Då tror jag det handlar om när vi talar ungefär samma språk, detta inte det samma som att vi är eniga, men vi har hittat ett sätt att försöka utforska, att utforska världen här i nuet ihop.”

”Ja, vad händer när vi är ”framme”? Jag tror att det är något, att det är ett lekområde som finns då, att vi kan tänka tillsammans, och kan reflektera tillsammans i stunden eller i nuet.”

Om inte mötet blir till

Om förmågan eller möjligheten att sätta utvecklingen i rörelse finns eller inte hos den unge, om det inte finns förutsättningar för att mötet skall uppstå märker respondenterna detta tidigt i kontakten.

”... detta kan man ju känna ganska tidigt om det kommer att hända eller inte, om det blir någon rörelse inom dem, och det behövs ju ibland helt andra insatser för att hjälpa en ungdom.”

”Om det inte uppstår ett möte, ja, tror att man egentligen kan veta det ganska så tidigt i en ny kontakt om det kommer att hända eller inte.”

Om det inte finns förutsättningar för att ett möte att uppstå så är det inte möjligt eller meningsfullt att bedriva det beskrivna processarbete med den unge, utan då bör den unge hänvisas till någon annan hjälpinstans, enligt respondenterna. Detta kan även ibland handla om att förutsättningarna inte finns med just den aktuella terapeuten.

”Den gemensamma upplevelsen av ett möte behöver ju ha förutsättningar för att uppstå för att det skall bli terapi. Om man leker med tanken att detta inte uppstår i samtalet, så hoppas jag att utgångspunkten är att man gör patienten en tjänst genom att hänvisa dem någon annanstans, och att man inte inbjuder till någon terapi process, om det inte finns den möjligheten till detta möte just nu och där och det är ju det som krävs i en terapi med ungdomar.”

Om förutsättningarna för en terapi med en ungdom inte finns beror det ofta på att deras hjälpbehov är stora, enligt respondenterna. En del ungdomar har ett mycket stort hjälpbehov och behöver ett omhändertagande av mer omfattande karaktär, t.ex. boende på behandlingshem eller liknande dygnet-runt vård.

” ... märker ju det på massa olika sätt. Det handlar ju då oftast om att den unge har mycket stora problem och behöver betydligt mer hjälp, ofta är de djupt störda då, och de blir ju tyvärr fler och fler, och då behöver de ofta mycket hjälp, det är ju inte bara utvecklingen som stannat upp då. Du vet trauma och andra svåra saker, socialt är det nästan alltid misär, är ofta sånt de har med sig då. Vissa kan man ju hjälpa men det tar ofta lång tid, jag tror de behöver mer och annan hjälp, i början i vart fall.”

Diskussion

Huvudresultatet av studien visar att vid den inledande kontakten med ungdomar arbetar terapeuterna parallellt med bedömningen om den unge kan tillgodogöra sig terapi och med att stödja en utvecklingsprocess. Inledningen av kontakten med en ungdom präglas alltså av ett kombinerat bedömningsarbete och psykoterapeutiskt processarbete. Strävan i processarbetet är att sätta den normala adolescensutvecklingen i rörelse. Längden eller omfattningen på detta arbete är inte på förhand tidsbestämt.

Målsättningen med processarbetet är att skapa förutsättningar för en atmosfär och arbetsallians mellan den unge och terapeuten baserad på respekt och tillit. När detta uppstår kallas det i studien för ett *psykoterapeutiskt möte*.

Process och bedömningsarbetet kan kortfattat sammanfattas med att terapeuten och den unge gemensamt utforskar de verkliga eller bakomliggande orsakerna som förde ungdomen till verksamheten för att få hjälp. Vidare att terapeuten stödjer motivationen hos den unge i att ta ansvar för det egna upplevda lidandet, och på detta sätt även hantera den unges ambivalens. Processen stödjer förutsättningarna i att bedöma och skapa möjligheten för utvecklingen av en reflekterande förmåga hos den unge. Slutligen stödjer processarbetet den unges upplevda eventuella behov av fortsatt hjälp.

Ungdomspsykoterapi kan utifrån resultaten i studien beskrivas som att den normala adolescensutvecklingen sätts i rörelse, att det skapas möjligheter för ungdomens frigörelsearbete. När det psykoterapeutiska mötet sker och både atmosfären som präglar denna och en arbetsallians finns närvarande i samspelet mellan den unge och terapeuten, då har vi kommit fram till den punkt som avslutar det som kan beskrivas som typiskt för en ungdomspsykoterapi. Det kan finnas kvar svårigheter som behöver hanteras inom ramen för en psykoterapeutisk behandling. Och det finns efter detta inledande arbete med en ungdom möjligheter att gemensamt formulera innehållet i ett ömsesidigt psykoterapeutiskt engagerat arbete med fokus på den unges svårigheter.

Resultatdiskussion

Avsikten med studien var att beskriva processen som leder fram till att psykoterapi med ungdomar kan inledas och om det går att uppfatta något i samspelet med den unge som innebär att ett så kallat 'psykoterapeutiskt område' har skapats. Huvudresultatet i studien visar att det parallellt med bedömningsarbetet finns en process som innehåller flera delaspekter, som leder fram till vad som i studien kallas för ett gemensamt upplevt psykoterapeutiskt

möte. Ett syfte med studien var att skapa en modell utifrån hur psykoterapeuter beskriver den inledande arbetet med en ungdom som kan leda fram till ett beslut att det finns förutsättningar för att en psykoterapi kan påbörjas.

Processen

Den historiska framväxten av synen på psykodynamisk psykoterapi med ungdomar pekar på att det behöver finnas en stark koppling till utvecklingspsykologin vid arbete med ungdomar. Brafman (2001) beskriver att mycket av det som sker i utvecklingen vilar på hur den unge haft det tidigt i livet. Den unges kropp som mognar sexuellt, i och med puberteten, är en pådrivande kraft i utvecklingen. Detta påverkar relationerna till föräldrarna, till viktiga andra och även till den egna kroppen och med detta föreställningen om sig själv. Att det är frigörelsen och med detta strävan mot vuxenlivet som är i fokus för den unge, märks inom flera av de redovisade kategorierna.

Frigörelsen märks kanske tydligast i ambivalensen att vilja och att inte vilja ha hjälp och motivationen att ta emot hjälp. Detta genomsyrar mycket av den beskrivna processen med den unge. Den unge kan komma för samtal men till exempel inte ha något uttalat som han eller hon önskar prata om, utan istället ha en strävan att lägga ansvaret hos terapeuten. Detta kan innebära ansvaret för innehållet i samtalet, att lägga ifrån sig ansvaret för att ha ett eget upplevt psykiskt lidande och gärna lösningarna på detta lidande. Själva motivationen för samtalen i sig kan vara svår för den unge att bära själv. Respondenterna beskrev hur de under inledningen av kontakten har tydligt fokus på att arbeta med att skapa en motivation inom den unge, framförallt med att möta den unges ambivalens att ta emot hjälp. Det kan handla om att visa ett stort intresse för den unges egna beskrivningar av sitt mående, hur det fungerar i vardagen med skola, kamrater. Vad de själva tycker om sin situation, om de önskar förändra något. Det är inte självklart inledningsvis att utgångspunkten för samtalen kan vara att den unge har egen motivation eller drivkraft att komma för samtal. Ambivalens kan vara stark utifrån var de befinner sig i sin utvecklingsfas.

Både Wrangsjö och Salomonsson (2006) och Bronstein och Flanders (1998) poängterar att det inledande arbetet med ungdomar behöver ha fokus på att stärka motivationen hos den unge, att skapa en förståelse för deras bekymmer och en vilja till förändring. Att arbeta med att stärka ett eget upplevt behov av förändring och att den unge visar ett engagemang för samtalssituationen, att skapa förutsättningar för motivation inför att komma för samtal, är något som respondenterna poängterar som centralt i det inledande arbetet.

Terapeuten är ju en vuxen och kan bli representant för mycket av det som den unge strävar att frigöra sig ifrån, samtidigt som längtan till någon vuxen skall vara till hjälp kan vara stor. Respondenterna beskriver hur de låter processen

styra innehållet i stort och att det är den unges behov som får styra mycket under inledningen av kontakten. Men de betonar att de som terapeuter tar ett stort ansvar för att ramarna hålls, genom en anpassning till var den unge är i sin utveckling. Det kan då handla om att vara till hjälp och stoppa en ungdom som pratar för mycket i ångestreducerande syfte, att de bara vill lämpa av sig en känsla utan att reflektera någonting. Andra tillfällen kan innebära att terapeuten aktivt hjälper till att hålla tiderna. Men det kan också vara viktigt att tillåta den unge att inte behöva vara för upptagen av formerna för samtal, att som terapeut inte lägga fokus på ett så kallat kontrakt om vad som skall talas om inledningsvis. Att förmedla hopp och vara aktiv i sin strävan att söka förståelse för den unges mående och situation är centralt. Det får inte bli för mycket fokus på ramarna kring kontakten inledningsvis utan mer av att det är den unge som har något bekymmer de behöver hjälp med, och med detta förmedla en upplevelse av att den unge har blivit lyssnad till och förstådd i sin situation. Om inte detta sker kan den unge uppleva sig som känslomässigt trängd eller som att han eller hon har underkastat sig en vuxens vilja och att han eller hon inte är där för sin egen skull.

Att oroliga vuxna är de som tar initiativet till en kontakt är vanligt. Det är viktigt att inledningsvis arbeta aktivt med att söka förstå vem det är som vill vara i terapirummet. Det kan räcka med att den unge visar ganska lite av motivation för samtalet, det kan vara så att mycket av motivationen för samtal finns hos den eventuella vuxne som 'tvingat' dit dem. Det är då viktigt att erbjuda dem möjligheten att komma för att pröva på samtal och aktivt arbeta på en strävan att skapa förutsättningar för samtal. Att möta upp den ambivalenta hållningen och ge den unge tid att utforska och pröva på att komma för samtal en period kan vara viktigt.

Enheten eller verksamheten som terapeuten tar emot den unge vid, har i sig en viktig funktion i arbetet med ungdomar. Detta har med den unges strävan i frigörelsen att göra på så sätt att det avleder fokus inledningsvis från terapeuten som person. Terapeuten kan visa på att stället i sig är till för den unge och hans eller hennes bekymmer. Att relationen med terapeuten inte är i fokus inledningsvis beskrevs som viktigt av respondenterna, och då framför allt med ungdomar som visade en tydlig ambivalens inför samtal. Det är som att enheten i sig hjälper till att skapa ett tredje reflekterande utrymme. Institutionen som terapeuten är verksam vid kan enligt Bronstein & Flanders (1998) jämföras med det som Britton (1989, 2004) beskriver som det tredje i den oidipala situationen. Detta skapar ett inre utrymme hos både terapeuten och den unge att tänka kring den gemensamma situationen och dess innehåll. Detta ger förutsättningar och en möjlighet för den unge och terapeuten att gemensamt kunna reflektera kring situationen och anledningen till kontakten. En tredje position skapas då, enligt Britton (1989) från vilken objektrelationer kan bli observerade. Om ett sådant

utrymme uppstår, kan individen även föreställa sig att själv bli observerad. Detta kan skapa en kapacitet för att uppfatta sig själva i interaktion med andra och upprätthålla en utomståendes reflekterande synvinkel medan den egna bilden och tanken om sig själv bibehålls. Det är denna kapacitet vi hoppas finna i oss själva och i våra patienter i terapi, enligt Britton (1989, ss. 86-87). Detta stödjer möjligheten för den unge att hantera ambivalensen kring att komma för samtal. Inledningsvis i kontakten blir det inte den direkta relationen till terapeuten som blir det viktiga, fokus är ”relationen” till huset eller enheten i sig, och hur denna verksamhet kan vara till hjälp för den unge. Att långsamt kunna närma sig en vuxen och den relation som erbjuds i situationen är viktigt för ungdomar som är i sin frigörelseprocess.

Att stödja utvecklingen av den unges förmåga till reflektion finns med som delaspekter i de flesta områden som benämndes av respondenterna. Det handlar om den unges förmåga att i samtal och tanke röra sig från den inre världen av känslor och föreställningar till hur detta gestaltar sig i det yttre. Detta är tydligt med i bedömningen och det inledande processarbetet enligt respondenterna. Detta innebär att stödja utvecklingen hos den unge, att kunna tänka kring som att gemensamt tala om och på detta sätt förstå hur olika känslor och avsikter påverkar både föreställningen om sig själv och som att det har betydelse för det mellanmänniska umgänget med viktiga andra.

Psykoterapeutisk möte

Det psykoterapeutiska mötet innebär att den unge kan reflektera kring sin situation och sina känslor tillsammans med terapeuten, och att detta reflekterande handlar om såväl den inre som den yttre upplevda verkligheten. Det sker med ett engagemang som upplevs gemensamt, det språkliga innehållet förstås och delas. Närvaron av en tydlig gemensam avsikt med samtalen upplevs och delas av båda. Det beskrivs av respondenterna som att det finns en lustfylld känsla som skapar kreativitet och ger en känsla av livlighet. Allt detta beskrivs av respondenterna som en målsättning för det som kan beskrivas som det egentliga ungdomspsykoterapeutiska arbetet. Processen och det inledande arbetet med de utvecklingsuppgifter som är typiska för adolescensfasen blir avslutat eller ”går i mål”, med att ett psykoterapeutiskt möte uppstår. Respondenterna beskriver det som att de är framme eller att det arbete som beskrivits som typiskt med ungdomar är klart, när det gemensamt upplevda mötet kommer till stånd.

Att stödja utveckling av en reflekterande funktion beskrivs som målet eller det önskvärda behandlingsresultatet för en psykoterapi av flera av de nämnda författarna som Fonagy & Target (1996, 2002), Bronstein & Flanders (1989) och Bram & Gabbard (2001). De ger sinsemellan lite olika beskrivningar men är trots allt likartade i sina beskrivningar och kan jämföras med respondenternas

beskrivningar. Det psykoterapeutiska mötet kan sägas innehålla förmåga till mentalisering då den unge beskrivs kunna klara av att göra egna och andras handlingar begripliga utifrån bakomliggande avsikter, som till exempel egna och andras känslor och föreställningar.

Respondenterna ger beskrivningar av att det finns förmåga att förhålla sig till det symboliska innehållet i det språkliga och tala om svåra ting som om de vore verkliga i stunden, att det finns en lustfylld känsla av livlighet och lekfullhet närvarande i den gemensamma upplevelsen i det psykoterapeutiska mötet. Beskrivningen respondenterna gör av det psykoterapeutiska mötet överensstämmer väl med Brams och Gabbards (2001) beskrivning av ett så kallat "analytic space" (Ogden, 1986). Detta innehåller både en tydligt reflekterande situation och en gemensamt upplevd atmosfär som delas och beskrivs som kraften för förändring.

Den gemensamt upplevda atmosfären i det psykoterapeutiska mötet kan även beskrivas som att det finns ett intersubjektivt relaterande närvarande då. Intersubjektivitet kan mycket kortfattat beskrivas som, "... att läsa av en annan persons tankar, känslor och intentioner" (s. 19, Stern 2005). I boken *Samspel och självutveckling* (Johnsen et al. 2003) ges en definition för Intersubjektivitet. "Stern lyfter fram tre faktorer när det gäller vad som kan bli gemensamt inom detta icke-verbala självområde – ett delande av gemensam uppmärksamhet, intention och affektiva tillstånd; det är detta som avses med begreppet intersubjektivitet." (Johnsen et al, s. 23).

Att bli till som ett subjekt eller Ungdomspsykoterapi?

Bram & Gabbard (2001, s 692) skriver "... that psychoanalytic treatment is about both being and doing ..." som en metafor för det psykoterapeutiska arbetet. Det behöver finnas med både en reflekterande funktion och en upplevelse av gemensam närvaro i detta arbete. De framväxande teorierna om samspel och utveckling som bärande element i psykoterapeutisk behandling med perspektiv på ungdomar beskrivs av Briggs (2008). Identitetsbegreppet såsom det tidigare har beskrivits är inte längre aktuellt på samma sätt i och med utvecklingen och mångfalden i forskning och teoribildning av idag. Identitetsbegreppet anses idag behöva beskrivas som mer sammansatt, svårfångat och komplext än tidigare. Briggs (2008) föredrar att utgå ifrån subjektivitet i en utvecklingsteoretisk betydelse, och menar att identitet kan beskrivas som att den unge blir ett subjekt eller att det handlar om att bli till som subjekt, "... given the history of the term 'identity', it seemed preferable to work more now with the idea of 'subjectivity' or in a developmental sense, 'subjectivation' (or 'becoming a subject')." (s.xi).

Behovet av att relationen blir som på "riktigt" eller kanske mer av personlig karaktär än vid till exempel vuxenterapier lyftes också fram av respondenterna. Att detta har att göra med utvecklingsfasen i sig och att detta kräver en mer aktiv och personlig stil från terapeuten var tydligt. Detta måste göras utan att göra avkall på de ramar en terapi behöver ha för att kunna kallas för terapi. Med ramar syftas här på tid, plats och omfattning och att det är patienten som är huvudperson i samspelet (se t.ex. Riksföreningen PsykoterapiCentrum, 2008).

Ett sätt att närma sig denna aspekt av utvecklingsprocessen är att utgå från hur Davies (2003) beskriver adolescensutvecklingen. När puberteten inträder och utvecklingen tar fart är processen avhängig av den tidigare relationen till föräldern av motsatt kön. Utvecklingsprocessen bygger på hur kvaliteten i denna relation varit och då framför allt på hur kvaliteten varit när det gäller upplevelsen av intimiteten, 'eroticism' och känslomässig ömsesidighet mellan föräldern och barnet (Davies, 2003). Med eroticism syftar Davies (2003) på den känslomässigt genomgripande upplevelsen av intimitet inom relationen. Adolescensutvecklingen präglas av den unges erfarenheter av en tidigare intensiv romantisk idealisering gentemot föräldern, och skall landa i en avidealisering eller mindre perfekt bild av denne. Men förhoppningsvis ska den innehålla mer av äkta intimitet, känslighet och ömsesidighet i relaterandet som en markering i skiljelinjen i utvecklingen. Detta är typiskt för adolescensutvecklingen " ... that marks the shift from incestuous oedipal relatedness in its actual and symbolic forms to the kinds of postoedipal relatedness that are more endemic to adolescent development and ultimately to adult love relations"(Davies, 2003, s. 6). Den unge vänder sig i och med puberteten och adolescensfasen bort från föräldern för att söka sig nya relationer där den framväxande sexuellt mogna kroppen nu behöver vara en del av självupplevelsen. Detta gör att tidigare sätt att relatera till föräldern och även andra vuxna förändras. Den kroppsliga utvecklingen, puberteten, medför att det inte bara finns en möjligheten till, utan också en upplevd rättighet till ett tillfredsställande sexualliv (Laufer, 1984).

Relationen till den egna kroppen kommer i fokus på ett nytt sätt under adolescensen vilket medför att relationen till föräldern måste förändras. Den intimitet och eroticism som den unge 'har med sig' i relation till föräldern måste nu 'dödas' för att ge plats åt andra relationer där den sexuella kroppen blir integrerad i relationen. När den unge sätter sig i ett rum med en vuxen (terapeuten) och skall samtala om sin upplevelse av sig själv och sin situation kan svårigheter i relationen uppstå. Det blir centralt att, som respondenterna beskriver det, låta processen styra och låta den unge vara aktivt delaktig i att reglera frekvensen och innehållet för samtalen.

Ungdomspsykoterapi kan alltså beskrivas som att utvecklingen sätts i rörelse, att adolescentens frigörelsearbete kommer igång. Den unge ges då möjlighet att avidealisera terapeuten. Detta märks bland annat i att han eller hon slutar ställa krav på terapeuten som någon som kan hjälpa till med orimliga hjälpinsatser. Det märks på den unge när han eller hon talar om sina svårigheter med en tydlig insikt om att framför henne eller honom sitter en vuxen som kan vara till hjälp med de svårigheter hon eller han upplever sig ha. Tecken på detta kan vara att den unge kan tala om och reflektera kring känslor med engagemang och att terapeuten och den unge kan dela det lustfyllda och glädjen, men även det sorgliga och kanske hemska, och reflektera kring detta i nuet. Då har vi kommit fram till den punkt som avslutar det som kan beskrivas ungdomsterapi. Det kan finnas kvar svårigheter som behöver hanteras inom ramen för en psykoterapeutisk behandling. Då finns det möjlighet att inom ramen för kontakten gemensamt formulera innehållet i ett ömsesidigt psykoterapeutiskt engagerat arbete med fokus på den unges svårigheter.

Metoddiskussion

Syftet med studien var att skapa en modell utifrån hur psykoterapeuter beskriver den inledande processen i kontakten med en ungdom som kan leda fram till ett beslut att det finns förutsättningar för att en psykoterapi kan påbörjas. En annan avsikt var att studera om det går att uppfatta något i samspelet med den unge som visar att ett så kallat 'psykoterapeutiskt område' har skapats i situationen. Data samlades in med hjälp av en halvstrukturerad intervju. En lämplig val av analysmetod visade sig vara grundad teori, som används för att generera fram en modell vid bearbetningen av data. Avsikten med studien var inte att organisera data utan snarare att skapa en modell.

När det gäller intervjuerna kan man ställa sig frågan om respondenterna faktiskt beskrev hur de brukade göra eller om de ville tillfredsställa intervjuaren. Det uppstod i alla intervjuer ett öppet och reflekterande klimat där intervjuaren deltog aktivt i utforskandet av respondenternas uttalanden. Detta kan ha påverkat innehållet. Att det fanns en viss personlig kännedom kan också ha påverkat hur innehållet i intervjuerna till sist blev. Intervjuerna kunde ha en tämligen kollegial karaktär stundtals. Detta uppfattades av författaren som övervägande positivt, då det tidigt skapade ett öppet klimat. Man kan här anta att respondenterna utgick från att materialet skulle behandlas med varsamhet och att öppenhet inte blev ett bekymmer för dem.

Strävan att finna ny kunskap vid bearbetning och analys av data har varit svårt att uppfylla i studien. Analysen kan till viss del betraktas som ytlig, då det som framkommer till stor del redan var känt för forskaren. Det är möjligt att ett fördjupat innehåll i studien kunde ha uppnåtts om det funnits ett större

tidsutrymme och en vidare kunskap om metod hos forskaren. Det nya som överaskade forskaren under bearbetning och analys av data, handlar om respondenternas tydliga beskrivning av övergången från process till det som i studien kallas för psykoterapeutiskt område.

Att genomföra enskilda intervjuer, med en och samma intervjuare, kan ses som en begränsning i studien. Den förförståelse som fanns hos intervjuaren påverkade antagligen innehållet i intervjuerna, även om ansträngningar gjordes att vara öppen och nyfiken, att låta sig bli överraskad av det som framkom. Frågor ställdes dock utifrån denna förförståelse och respondenterna kunde ibland utgå från att visst innehåll var självklart och inte behövde förklaras. Vissa ämnen övergavs då kanske alltför snabbt. Men det fanns även fördelar med förförståelsen genom att den bidrog till att kunna fokusera kring frågeställningarna.

Respondenternas liknande teoretiska utgångspunkt kan ha likriktat innehållet. Att inga terapeuter med en annorlunda psykoterapeutisk skolbildning har deltagit i studien har sannolikt påverkat resultatet. Respondenterna visade sig dock ge tämligen skilda och personliga beskrivningar av liknande upplevelser och situationer, varför innehållet i svaren möjligen inte begränsades alltför mycket.

När grundad teori används som metod är det viktigt att man fortsätter undersökandet fram till att så kallad mättnad uppstår i materialet (Guvå & Hylander, 2003). Detta har inte varit möjligt då data utgår från fem intervjuer. Värdet av studien är till viss del tveksam med anledning av detta. För att uppnå mättnad hade troligen krävts mer data och kanske även längre tid för bearbetning. Att inte mättnad uppnås kan även handla om att studien genomförs inom ramen för en utbildning under begränsad tid och omfattning.

Slutsats

Studien är relativt begränsad och resultaten utgår enbart ifrån intervjuer. Resultat och diskussion skall därför uppfattas som ett utkast eller första skiss för en mer ordnad modell kring den inledande processen vid psykoterapeutiskt arbete med ungdomar. Resultatet visar att det är möjligt att skapa en modell för det inledande psykoterapeutiska arbetet med ungdomar. Vidare forskning skulle kunna vara en betydligt utökad undersökningsgrupp för att öka möjligheten att generalisera modellen och ge den ett större kliniskt värde. Att då vara flera forskare och vidga tidsramen skulle troligtvis fördjupa modellen. Att ha med terapeuter med mer varierande teoretiska utgångspunkter skulle sannolikt vidga materialet.

Referenser;

- Anderson, R., & Dartington, A. (1998). *Facing it out*. London: Karnac.
- Benjamin, J. (2004). Beyond doer and done to: An intersubjective view of thirdness. *Psychoanalytic Quarterly*, 73, 5-46.
- Blos, P. (1967). The second individuation process of adolescence. *Psychoanalytic Study of the Child*, 5, 162-186.
- Brafman, A. (2000). *Working with adolescents: a pragmatic view*. In: I. Wise, (Ed). *Adolescence*. London: Karnac.
- Bram, A., & Gabbard, G. (2001). Potential space and reflective functioning, towards conceptual clarification and preliminary clinical implication. *International Journal of Psychoanalysis*, 82, 685 – 699.
- Briggs, S. (2008). *Working with Adolescents and Young Adults. Basic texts in counselling and psychotherapy*. London: Palgrave Macmillan.
- Britton, R. (2004). Subjectivity, objectivity and triangular space. *Psychoanalytic Quarterly*, 73, 47-61.
- Britton, R. (1989). *The Missing Link: parental sexuality in the Oidipus complex*. In: K, Britton, M, Feldman, E, O'Shaughnessy, & J, Steiner, (Eds). *The Oidipus Complex Today: Clinical Implications*. London: Karnac.
- Bronstein, C., & Flanders, S. (1998). The development of a therapeutic space in a first contact with adolescents. *Journal of child Psychotherapy*, 24, 5-35.
- Davies, J. M. (2003). Falling in love with love. *Psychoanalytic Dialogues*, 13, 1-27.
- Erikson, E. (1965). *Childhood and Society*. London: Hogarth.
- Fonagy, P., Gerely, G., Elliot, L. J., & Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H., & Steele, M. (1998). *Reflective – functioning manual, Version 5*. London: University College, Psychoanalysis Unit.

- Fonagy, P., & Target, M. (1996). Playing with reality: I. *International Journal of Psychoanalysis* 77, 217.
- Freud, A. (1958). Adolescence. *Psychoanalytic Study of the Child*, 8, 255-278.
- Guvå, G., & Hylander, I. (2003). *Grundad teori – ett teorigenererande forskningsperspektiv*. Stockholm: LIBER.
- Holmqvist, R. (2007). *Relationella perspektiv på psykoterapi*. Stockholm: LIBER.
- Johnsen, A., Sundet, R., & Wie Torstensen, V. (2003). *Samspel och självutveckling*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Jones, E. (1922). *Some problems of adolescence*. In: *Papers on PsychoAnalysis*. Bailliére, Tyndall, & Cox. [Reprinted in *Collected Papers*, Maresfield, 1948.]
- Larsson, S. (2007) *Kvalitativ analys – exemplet fenomenografi*. Malmö: Studentlitteratur.
- Larsson, S. (2005). Om kvalitet i kvalitativa studier. *Nordisk pedagogik*, 1, 16-35.
- Laufer, M., & Laufer, M. E. (1984). *Adolescence and developmental breakdown. A psychoanalytic view*. London: Karnac.
- Laufer, M. (1976). The central masturbation fantasy, the final sexual organisation and adolescence. *Psychoanalytic Study of the Child*, 31, 297-316.
- Laufer, M. (1978). The nature of adolescent pathology and the psychoanalytic process. *Psychoanalytic Study of the Child*, 33, 307-322.
- Kieffer, C. (2007). Emergence and the analytic third: Working at the edge of chaos. *Psychoanalytic Dialogues*, 17, 683-703.
- Ogden, T. H. (1986). *The Matrix of the Mind*. London: Karnac.
- Riksföreningen PsykoterapiCentrum. (2008). *Vad är psykoterapi?*. Hämtad den 17 december, 2008 från;
<http://www.riksforeningenpsykoterapicentrum.se/Om-psykoterapi/Vad-ar-psykoterapi/>

- Samrådsforum för Psykoterapi. (2008). *Psykoterapi, information om olika psykoterapiinriktningar. Stora Gula*. Hämtad den 17 december, 2008 från; <http://www.samradsforum.se/dokument/StoraGula2008.pdf>
- Stern, D. (2005). *Ögonblickets psykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Target, M., & Fonagy, P. (1996). Playing with reality: II. *International Journal of Psychoanalysis*, 77, 459.
- Wadell, M. (2002). The assessment of adolescents. Preconceptions and realizations. *Journal of Child Psychotherapy*, 28, 365-382.
- Winnicott, D. W. (1961a). *Adolescence: straggling through the doldrums*. In: *The Family and Individual Development*. London: Karnac.
- Vetenskapsrådet. (2008). *Forskningsetiska principer i humanistisk samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad 14 december, 2008 från; <http://www.vr.se/download/18.668745410b37070528800029/HS%5B1%5D.pdf>
- Wrangsjö, B., & Salomonsson, M. W. (2006). *Tonårstid*. Stockholm: Natur och Kultur.

Intervju guide

Ang inledning av kontakt

- Vad lägger du vanligtvis först märke till hos den unge.
- Kan du beskriva hur du tänker ang samspelet mellan dig och den unge när han/hon först kommer in i ditt rum – något speciellt du har i fokus. Finns det några speciella frågor som du ofta har med i inledningen av kontakten med en ung person, något du tänker stödjer samspelet er emellan.
- Vilket fokus har du i kontakten / samtalet vid inledning

Mina huvudfrågor:

Ang. Bedömning av anledning / möjlighet till kontakt / behov av psykoterapi

- Vad är det en ung person visar dig i samspelet som gör att du anser att det är dags att erbjuda en psykoterapeutisk behandling
- Finns det något i ditt beteende / tänkande / upplevelse av dig själv, som avgör om det är dags att erbjuda psykoterapi
- Vad är det en ung person visar dig i samspelet som gör att du anser att psykoterapi är det den unge har behov av
- Hur förväntar du dig att den unge skall vara i samspelet för att du skall erbjuda en psykoterapi
- När är det ”psykoterapi” med en ungdom, märks något i samspelet då
- Hur ”är” den unge när det ”är terapi”
- Psykoterapeutiskt område, vad tänker du menas med det

- Hur lång tid brukar din bedömning ta, varierar detta, och i så fall vad får tiden att variera