

Ur Mellanrummet nr 2 (2000)
Terapi med tonåringar, s. 10-17



Lena Necander-Redell
Stockholm

Reflexioner om adolescensen Om sexualitet, aggression och katastrofbemängd förändring

Lena Necander-Redell, legitimerad psykolog och legitimerad barn- och ungdomspsykiater, arbetar i Stockholm som privatpraktiserande terapeut med terapi, handledning och utbildning. Hon har speciellt intresserat sig för arbete med tonåringar. Efter att artikeln först publicerades är Lena Necander-Redell även verksam som psykoanalytiker.

”Som i ett åkslag drabbades jag av min sexualitet, obegriplig, fientlig och plågsam. Jag vet ännu idag inte hur det kunde bli så, varför denna djupa kroppsliga förändring kom så utan förvarning, varför den var så smärtsam och från första ögonblicket så skuldbelastad. Hade sexualskräcken trängt in i oss barn genom huden, fanns den i vår barnkammare som en giftig, osynlig gas? Ingen hade ju sagt oss något, ingen hade varnat oss eller

ännu mindre skrämt oss.”

Citatet ovan är hämtat ur Ingmar Bergmans självbiografiska bok *Laterna Magica* (1987). Han liknar sitt sexuella uppvaknande vid att bli tagen i besittning av en fientlig, främmande kraft, en ”dämon”, vars beställningar han sedan tvångsmässigt underordnade sig och utförde, först masturbatoriskt och sedan i relation till kvinnor.

Att drabbas av sexualiteten

Att drabbas av sexualiteten utan förvarning. Är det ett fenomen som kan förpassas till historien tillsammans med Freuds hysterikor och Bergmans kyrkliga borgerlighet eller gäller det fortfarande i vår sexualexponerade tid? Jag vill påstå att det gäller. Jag möter i min praktik unga människor av båda könen, som trots upplysning, chockats av sexualitetens nedslag i deras tillvaro och som med hjälp av olika undvikandemekanismer försöker bemästra situationen. Inte särskilt många av dem presenterar sitt problem som sexuellt, även om det händer. Det vanliga är snarare att föreställningar om sexualiteten lyser med sin frånvaro, är dissocierade ur medvetandet. Olika strategier att kringgå den adolescenta integreringen av såväl sexualitet som aggression presenteras. En del av dessa strategier är mycket uppfinningsrika och trovärdiga, men är trots allt återvändsgränder. Kanske först när det blir uppenbart att kamraterna går vidare börjar det egna lösningsförsöket ifrågasättas. Ibland dock först efter ihärdigt fastklamrande eller idealisering av den egna modellen med lång självpåtagen isolering som följd. I bästa fall söker tonåringen hjälp att komma ur sin låsning och det är en del av dessa tonåringar vi psykoterapeuter kommer i kontakt med. Andra försöker gå en omväg runt det omfattande förändringsarbete adolescensen innebär, kanske till priset av pseudomognad, falskt själv eller narcissistisk instängdhet.

Mordiskhet i adolescent oedipalt perspektiv

Inte bara sexualiteten bemöts med avvärjningsmanövrer. Den aggression som driver på individuationsprocessen, och som är nödvändig för att frigörelse från primärobjekten ska komma till stånd, kan framstå som lika hotfull. Den vuxna kroppen kan iscensätta ett våld som får katastrofalt resultat. Donald Winnicott (1971, 1993) skriver om det aggressiva inslaget i växandet under ungdomstiden: ”Om tankar på döden ingår i barns fantasier, så finns det mord i ungdomarnas fantasi ... uppväxandet innebär att ta föräldrarnas plats. Det är verkligen så. I den omedvetna fantasin är uppväxandet i sig en aggressiv handling. Och barnet är inte litet längre. ... I den totala omedvetna fantasin som hör ihop

med utvecklingen under puberteten och senare förekommer alltid att någon dör. ... om man har en tonåring i psykoterapi finner man att död och personlig triumf är något som ingår i mognadsprocessen och i uppnåendet av status som vuxen. Det gör det svårt nog för föräldrar och förmyndare. Var säker på att det är svårt också för tonåringarna själva, som blygt nalkas den död och triumf som hör ihop med mognande under detta kritiska stadium. Det omedvetna temat kanske uppträder som upplevelsen av en självmordsimpuls eller som ett faktiskt självmord. Föräldrarna kan inte göra mycket åt detta; det bästa de kan göra är att överleva, att överleva oskadda och utan att förändra färg, utan att ge upp någon viktig princip.”

Oedipuskomplexet

Att integrera sexualitet och aggression, att på ett vuxet sätt ta ansvar för det egna driftslivet, är mer komplicerat än att enbart lära sig kontrollera sina impulser. Det innefattar en omprövning av det oedipala sammanhanget. Den oedipala bearbetningen, under adolescensen, handlar i sin tur om mer än att ge upp föräldern av motsatt kön som kärleksobjekt och den andre som rival. Erövrandet av genital sexuell identitet medför en omstrukturering av hela psyket. Att införliva och låta sig inlemmas i en ny världsordning, att lämna en gammal föreställningsvärld för en ny. En ny mer verklig, i bemärkelsen delad med andra. Där ambivalens kan tolereras och där skillnader, gränser, begränsningar råder. Där de infantila gratifikationerna ges upp och de incestuösa önskingarna får övergå i identifikationer. Där jag accepterar att min plats i mänskligheten är jämställd med andra mäns och kvinnors, men där jag kan göra min röst hörd, och kanske titt och med har en skyldighet att göra det. Där mina storslagna ambitioner och självföreställningar vingklipps, men där också omnipotensens destruktiva möjlighet blir begränsad. Där både skulden och skammen mildras när min plats på jorden blir mindre central och mer realistisk. Där de hittills mäktiga föräldragestalterna förlorar sin makt, men också sin beskyddande funktion. Och inte längre kan anklagas för alla mina tillkortakommanden. Där min kropp är min och bestämmanderätten över den är min. Av endast ett kön dessutom. Där tiden existerar i organisk bemärkel-

se, så att den egna livsprocessen kan omfattas som något som har en början och ett slut. En början genom konceptionen i föräldrasamlaget och ett slut genom döden. Där jag kommer att vara ansvarig för mina val och mina handlingar, även dem jag gjorde men inte avsåg och dem jag avstod från att göra när jag borde.

Katastrofbemängd förändring

För en del unga människor blir denna omvandling övermäktig eller omöjlig. Den får kvalité av det Wilfred Bion (1967) beskriver som *catastrophic change*, katastrofbemängd förändring. Individens biologiska, sociala och utvecklingspsykologiska historia kan ha byggt in hinder för framåtskridande, så att den utveckling, som av de flesta tonåringar upplevs som huvudsakligen efterlängtat och hoppfull framstår som just katastrofal och, för att använda Bions terminologi, omöjlig att hårbärga. Olika undvikandemanövrer sätts in, allt från försök att förneka och uppskjuta hela adolescensprocessen till att gå olika omvägar runt del-temata i det oйдipala komplexet.

Den katastrofbemängda förändringen är egentligen ett inslag i all förändring och växt enligt Bion. Därför hör den självklart hemma i psykoterapi och psykoanalys. Det är i förhållande till den förändringen han formulerar de välkända orden om den analytiska hållningen: Utan minne och begär. För att det outvecklade och okända inte prematurt skall förstås, tolkas och läsas av ett för båda parter tryggnadsteoretiskt system och därigenom hindra verklig utveckling.

En av mina unga patienter drömde:

”Jag befann mig med mamma i en luftballong. Så kände jag att nu måste jag att hoppa. Jag hade en fallskärm, men visste inte om den skulle fällas ut. Det gjorde den, men sen började den ändå halka av mig, jag blev rädd och försökte hindra det fria fallet genom att hålla ut armarna. Det hjälpte inte. Skräckslagen ställde jag in mig på att dö. Diffust på ena sidan kunde jag se en man som också var på väg mot marken i fallskärm. Jag sträckte ut armen efter honom ... vaknade i panik innan jag nådde fram.”

En tanke, en upplevelse, ett minne, en struktur

eller ett system som skall övergå i ett nytt behov genomgå stadier av omstörtning och våld, där desorganisation, smärta och frustration måste tolereras. Om detta gäller för all utveckling så ställs det på sin spets under adolescensen. Där hela den barnsliga identiteten ska luckras upp och omvandlas. Fritz Redl (1974), amerikansk barn- och ungdomsanalytiker, liknar adolescensprocessens tidigare stadier vid anrättning av bönor. För att resultatet ska bli bra krävs en lång blötlägningsperiod. Vad den perioden kommer att innebära för den unga individen går ofta inte att förutse, men olika katastrofberättelser kan komma att inta scenen. Skrämmande för den unge, för hans/hennes omgivning, inklusive terapeuter. Adolescensen är trots allt en utvecklingsfas som innehåller risk, verklig och fantiserad. För en del tonåringar blir den en oöverstiglig tröskel.

I det här sammanhanget vill jag lyfta fram diagnostiseringens dilemma. Sakernas tillstånd går inte alltid att bedöma från utsidan. Dramatik är vanlig, kanske oroväckande, men brist på dramatik kan vara lika oroväckande. Och vad som döljer sig av utvecklingshinder och utvecklingspotential kan ta tid att upptäcka. Så även för terapeuten blir arbetet ett risktagande och en fråga om att hoppa utan att veta om fallskärmen kommer att veckla ut sig.

Klinisk belysning

Sedan snart tre år arbetar jag med en tonårsflicka, hon får här heta Anna, vars terapi nu börjar närma sig slutfasen. Hon var 16 år när vår kontakt inleddes och terapin har huvudsakligen löpt med en session i veckan, utom under några kritiska faser då hon kommit två gånger i veckan. Dessa faser skulle kunna karaktäriseras av just katastrofbemängd förändring. De två senaste åren före terapistarten hade Anna tillbringat isolerad i föräldrahemmet utan annan kontakt med yttervärlden än sina utflyttade syskon. Hon hade avbrutit sin skolgång och sedan successivt ökat sitt tillbakadragande, så att hon till slut inte ens vågade gå ut på den egna tomten, trots att den var skyddad av en tät granhäck. Med en envetenhet som var imponerande i sin styrka hade hon motstått omvärldens alla ansträngningar att få ut henne i skolgång, arbetsliv och behandling. Den pubertala utvecklingen i kombination med ett föräldrabeslut om skilsmässa (som inte verkställ-

des, men som inte heller återtog) hade lett till att hon förskansat sig i en slags Törnrosatillvaro, ett slutet, drömligt varande innanför granhäcken. Vad hon hoppades på gick inte att förstå, kanske försåg hon sig med mer tid i avvaktan på att mognad skulle infinna sig eller väntade hon på att prinsen skulle komma. Ett sådant uppskjutande av mognadsprocesser som ännu inte kan hanteras är inte helt ovanligt bland tonåringar och kan, ibland, också vara adekvat och utvecklingsbefrämjande. Samtidigt finns risken, om detta tillstånd inte så småningom bryts, att det blir grunden för en livslång narcissistisk inneslutenhet.

Anna började i terapi. Det som den här gången gjorde det möjligt var att hon börjat inse att hennes bunker inte var ogenomtränglig. Några små barn hade råkat sparka en boll in på tomten och tagit sig igenom häcken för att leta efter den. Detta väckte ett mordiskt raseri hos Anna, ett raseri som skrämde henne och fick henne att tänka att hon behövde hjälp.

Jag möter en blek, könsneutral och även i andra avseenden neutral varelse. Hon talar mycket och fort, men utan affekt och utan att förmedla att orden egentligen är hennes. Hon är förståndig, lillgammal och utanför sig själv. Hela driftslivet är effektivt hållet under kontroll, eller snarare projicerat, för omvärldens ondska bestod i hot om våld och våldsam sexualitet. Hon säger att hon är född i fel århundrade, skulle velat leva i 1800-talets England, i en viktoriansk idyll utan besvärande driftsuttryck för våld och sexualitet. Hon ägnar sin tid åt att skapa romantiska 1800-talsberättelser och filmscener, där hon själv har huvudrollen. Hon klipper och klistrar scenerier för sina skådespel och förser sig med attraktiva manliga motspelare. (Det skulle, mycket senare i terapin, visa sig att denna romantiska 1800-talsmiljö innehöll sexualitet av brutalaste slag.)

Något av ett skifte hade redan skett inom Anna när hon kom till terapin. Från att ha betraktat omvärlden som ond och farlig och något hon med alltmer omfattande försiktighetsåtgärder måste skydda sig mot, hade hon börjat ana att faran fanns inom henne själv. Vreden blev tidigt i terapin hennes och från det ögonblicket var Anna var inte längre ett neutrum. På djupaste allvar blev hon i stället rädd för att vara en mördare och framför allt var det vreden mot modern som skrämde. Anna vågade inte besöka köket, där fanns knivarna. Hon

vågade nästan inte vara hemma – i det hus, som de senaste åren utgjort hela hennes trygghet. Hon gav sig ut, åkte buss, gick på stan, på bio, i affärer, sådant som varit otänkbart några veckor tidigare. Det var svårt att se detta som ett friskhetstecken, även om det applåderades som ett sådant av omgivningen. Det var en panikhandling. Med hjälp av terapi plus olika tvångs- och besvärjelsemetoder försökte Anna bemästra sin rädsla för sina mordiska impulser. Ångestnivån var mycket hög och hela processen gick mycket fort, alldeles för fort. Inte genom något aktivt avtäckande tolkningsarbete från min sida utan snarare utifrån Annas desperata behov av hjälp att härbärgera sitt uppdämda driftsliv.

Så närmade sig det oundvikliga. Första uppehållet i terapin. Jag tänkte att det var bäst att börja tala om detta i god tid. När jag tog upp det svarade Anna artigt och på sitt neutrala sätt att det skulle nog gå bra. Några dagar senare kollapsade hon. Fick ångestanfäll, grät, skakade i hela kroppen, sov inte, gick på ett inre högvarv. Terapifrekvensen utökades till två gånger i veckan och när julledigheten började närma sig ordnades en möjlighet till samtalskontakt alternativt inläggning på ungdomspsykiatrisk klinik. Jag kände mig som privatpraktiker tacksam över den samarbetsvilja och förståelse jag mötte på kliniken. Min farhåga vid den här tidpunkten var att Anna höll på att bli psykotisk.

Det blev hon inte. Hon kom tillbaka efter julledigheten med en känsla av att ha övervunnit sig själv. Kliniken hade funnits som skyddsnet (för alla parter, inte minst mig). Den hade, bortsett från ett besök, inte behövt anlitas. I efterhand har Anna kommit att benämna sin kollaps som sin födelse. Det svåraste hon upplevt i sitt liv, men hon skulle inte vilja vara utan den upplevelsen. ”Det var då jag började bli någon. Tidigare var jag ingen.” Början till en individuationsprocess.

Vi arbetade vidare med mordiskheten, vred och vände på den, tills den förlorade sitt grepp om Anna och hon erövrade en känsla av att själv kunna bestämma i frågan. Att se skillnaden mellan tanke och handling, att låta tankar komma emellan impuls och handling.

Så kom nästa katastroftema. Anna hade läst om pedofiler och blev rädd att hon var pedofil. Den rädslan slog rot som en ny tvångstanke i henne. Samtidigt hade hon nu börjat växa i sig själv och

sin kropp och såg ut som en vanlig 17-årig, fräsch och söt ung kvinna. Hennes farhåga framstod därför först som så bisarr att det var svårt att acceptera att den var djupt allvarligt menad. Hon vågade inte gå i närheten av barn och ännu mindre hysa några varma känslor för små barn eller få lust att beröra dem. TV-reklam om blöjor och andra babyprodukter fick hennes ångest att rusa i höjden. Hennes syskon väntade barn och Anna var skräckslagen. *Nameless dread*, skulle Bion ha benämnt det. Så stor var hennes osäkerhet om vem hon var och vilken hennes sexuella läggning var att pedofili i hennes föreställningsvärld var en möjlighet. "The boy or girl does not yet know whether he or she will be heterosexual, homosexual or simply narcissistic", skriver Winnicott. Eller pervers, kan man kanske tillägga.

Vi började arbeta med pedofiltemat och hamnade i den infantila sexualiteten. Annas senaste objektrelaterade sexuella aktivitet var just med andra barn. Det hade inte varit obehagligt eller ångestframkallande då när det hände i 5-6-årsåldern, även om Anna, som var ett passivt barn, mest hade varit hund i lekarna som rörde det barnsliga sexuella utforskandet. Retrospektivt framstod dessa lekar som mycket skrämmande och tänk om det betydde att hennes sexualitet var inriktad mot små barn. Eller mot hundar, slår det henne sen. Anna hade hund och nu blev också den besmittad.

Nachträglich, skriver Freud (1918), kan händelser, som då de skedde inte var uppladdade, ges en traumatisk betydelse. I ljuset av nya erfarenheter och nya mognadskrav träder gamla erfarenheter fram, till exempel sådana som varit dolda av den infantila amnesin och pockar på att omfattas psykiskt. Sexualitetens uppvaknande under puberteten har just den förmågan att i efterhand traumatisera om upplevelsen inte kan integreras på ett meningsbärande sätt.

På samma sätt som mordiskheten genomarbetades, fick nu sexualiteten tränga in i det ena efter det andra området i Annas tillvaro, i den ena efter den andra objektrelationen och förändra villkoren för dessa. Pedofiltankarnas anknytning till incestuösa önsknings blev tydligare. Sexualiteten utspelar sig i båda fallen mellan en vuxen och ett barn och när sexualiteten "drabbade" Anna var hon fortfarande ett barn i sitt inre. Bearbetningen medförde först stegrad ångest och så småningom minskad, alltförst integreringen av sexualiteten fortskred.

Hennes kroppsbild förvandlades i den processen från ett barns mot en vuxen kvinnas.

Bergman igen

Ingmar Bergman, som fick inleda det här inlägget får också avsluta. Han illustrerar i sin självbiografi detta *nachträglichkeits*-fenomen (vilket svenskt ord skulle man kunna använda?). Som 8-9-åring blev han "förförd" av en äldre kvinnlig bekant till familjen, en kvinna han tillfälligt bodde hos. Situationen utspelar sig i badkaret och var alls inte skrämmande då den inträffade. Snarare lustfylld. Han delade en hemlighet med henne. Fem år senare, i samband med det sexuella uppvaknandet, då minnet nästan var utsuddat, blev händelsen återigen aktualiserad och fick en förföljande innebörd. Den blev ett inslag i en skam- och skuld fylld tvångsmässigt upprepad masturbationsfantasi som under lång tid fortsatte att både plåga honom och erbjuda lustkänslor. Han beskriver i *Laterna Magica* hur han först 40 år senare började tro att han var fri från sin sexualneuros.

Och Anna ...

Anna kom också ut ur sin återvändsgränd. Idag, när hon är en blomstrande ung kvinna med förhoppningar inför framtiden, kan hon inte förstå sina tidigare farhågor. Hon vet att de fanns, för hon skrev dagbok kontinuerligt och får, när hon läser den, kontakt med de skräcktillstånd hon levde i då. Hon har släppt in en prins och såvitt jag kan bedöma gjort ett bra val och kan ta emot det han har att erbjuda. Detta betyder inte att livet är enkelt för henne. Hon ger fortfarande uttryck för att det går för fort. Men det finns energi till studier och relationer.

Det finns tonåringar som tar sig igenom tonåren med bibehållen latenspersonlighet. Kroppen, men inte psyket, förändras. Det finns tonåringar, som helt bryter samman inför de krav på psykisk utveckling den pubertala processen ställer. Så finns det de som kommer vidare fast tillvaron gungar. De flesta trots allt. En del av dem med terapeutisk hjälp. Jag tänker att detta har något att göra med förmågan att tolerera just katastrofbemängd förändring, att lämna utan att veta om något an-

nat kommer istället. Det jag velat belysa med mitt kliniska exempel är att denna katastrofbemängda förändring huvudsakligen berör integrering av sexualitet och aggression inom ramen för Oidipuskomplexet.

Referenser

- Bergman, I. (1987) *Laterna Magica*. Stockholm: Nordstedts Förlag.
- Bion, W.R. (1967) *Vid närmare eftertanke*. Stockholm: Natur & Kultur (1993).
- Freud, S. (1918) *From the History of an Infantile Neurosis. (The Wolf Man)*. SE. London: The Hogarth press and The Institute of Psychoanalysis.
- Laufer, M. & Laufer, E. (1984) *Adolescence and Developmental Breakdown*. New Haven and London: Yale University Press.
- Redl, F. (1974) *Att ha med barn att göra*. Stockholm: Prisma.
- Winnicott, D.W. (1993) *Den skapande impulsen*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Winnicott, D.W. (1971) *Lek och verklighet*. Stockholm: Natur & Kultur.