



Emma Utter Eckerdal
Uddevalla

Döden som fenomen i adolescentens föreställningsvärld

Själv mord och fantasier om en vacker eller uppseendeväckande död är vanligt förekommande teman i ungdomsterapier. Det är min erfarenhet att den egna döden och dess slutgiltighet inte existerar på ett medvetet plan i adolescentens föreställningsvärld. Snarare verkar självmordshandlingen och döden inte betraktas som oåterkalleliga för den unge. Eftersom dödstankar och dödsönskan är så vanligt förekommande, ställer jag mig frågan om detta kan tyda på att de är en normal del av adolescensutvecklingen, medan suicidhandlingen är en mer patologisk utveckling av densamma?

Själv mord och fantasier om en vacker eller uppseendeväckande död är vanligt förekommande teman i ungdomsterapier. Det är min erfarenhet att den egna döden och dess slutgiltighet inte existerar på ett medvetet plan i adolescentens föreställningsvärld. Snarare verkar självmordshandlingen och döden inte betraktas som oåterkalleliga för den unge. Eftersom dödstankar och dödsönskan är så vanligt förekommande, ställer jag mig frågan om detta kan tyda på att de är en normal del av adolescensutvecklingen, medan suicidhandlingen är en mer patologisk utveckling av densamma?

Hos många av de ungdomar jag träffar i psykoterapi har fantasier om döden och önskan om att dö följt med dem genom livet sedan flera år tillbaka. Många beskriver en dödsönskan som stundom är en påträngande följeslagare och stundom ter sig mer som en avlägsen skugga utan tydliga konturer. Ibland följer självmordshandlingar på en längre tids dödsönskan, men oftast verkar det vara så att några självmordshandlingar aldrig utförs, utan fantasierna förblir dolda inom den unge. Och samtidigt som det pågår en önskan om att dö i dessa tonåringar, så finns det på samma gång en existens

av en livsdrift; parallellt med dödsfantasierna finns en balanserande önskan om att leva. Mitt resonemang kring att döden inte betraktas som oåterkalllig, utan oftare som en lösning på en i stunden mycket påfrestande psykisk situation, grundar sig på att jag i flera fall haft ungdomar som efter ett genomfört självmordsförsök knappt tett sig förvånade, om ens förvånade alls, när de vaknar igen efteråt. Jag tror att dessa skeenden lätt misstolkas i kliniken. Jag tror vi tenderar att göra en omedelbar koppling mellan självmord och viljan att dö, som dock inte finns lika självklar i den unge patient. Kan vi verkligen vara säkra på att självmord och önskan om att dö är samma sak? Många av de ungdomar jag träffar är påfallande upptagna av döden. De har många tankar om och kring att avsluta sitt liv, samtidigt som de inte ger uttryck för en uttalad självmordsönskan. En hypotes blir då att det finns en mycket mer komplex och omedveten relation mellan självmordshandlingen och önskan om att dö.

Hur kan människan överkomma den mäktiga livsdriften och ta död på sig själv?

Tanken om död och förstörelse beskrivs som allmänmänsklig av Freud (1926) och förekommer i flera av hans arbeten (Freud, 1917, 1921, 1923b). I *Hämning, symptom och ångest* (Freud, 1926) beskriver Freud en drift, motsatt till Eros, som är en betydande del av människans utveckling. Lättast är den att urskilja när den frikopplats från Eros, men Freud skriver att vi nästan aldrig har att göra med rena driftsimpulser, utan genomgående med sammansmältningar av båda drifterna i olika proportioner. Melanie Klein (1945), som utvecklade teorierna om denna grundläggande destruktivitet som en balanserande kraft till vår medfödda förmåga att älska, ledde slutligen tankarna ifrån betoningen av sexuell lust som den mest ångestsskapande kraften, till en tydligare betoning på rädslan för konsekvenserna av hatet och våldet mot dem vi älskar och hatar. Klein (1948) refererar till dödsinstinkten som förhållandet mellan ångest och skuld och menade att dödsinstinkt och avund har gemensamt att de attackerar själva livet och dess ursprung.

Freud (1917) tycks ha sett frågan om självmordet som ett teoretiskt svårslösligt problem. Han brottades med hur det är möjligt för en individ

att överkomma den mäktiga livsdriften och ta död på sig själv. Lösningen fann han senare i konstaterandet att det råder en skillnad mellan sorg och melankoli. I ett sorgearbete med ett normalt förlopp ges de känslomässiga banden upp till den som individen har förlorat. Det sker i en långsam process där insikten gradvis ökar om att den man har förlorat inte längre existerar. Sorgearbetet sker dock i regel under starkt motstånd, då vi som sörjande människor, inte gärna överger de bindningar som vi en gång skapat till en nära annan. Vanligtvis leder emellertid sorgearbetet till att vi måste ge efter inför verkligheten och ge upp den förlorade. När vi gör detta ställs den tidigare känslomässiga laddningen till förfogande och vi kan finna andra relationer att binda den i. Freud fann ytterligare ett tillstånd som har sitt ursprung i förlusten, nämligen melankolin, där förlusten tes sig mer komplicerad. ”*Melankolikern uppvisar ytterligare drag som bortfaller vid sorgen: en extrem minskning av jagkänslan, en oerhörd jagutarmning. Vid sorgen är det världen som blivit fattig och tom, vid melankolin är det jaget självt*” (Freud, 1917/2003, s 217). Medan sorg är en växande process hos individen, är melankoli en omedveten förlust av objektet som orsakar individen självförebärelse. Hur kan då denna förlorade jagkänsla och dessa självförebärelser förstås? Nyckeln till sjukdomsbilden, skriver Freud, får man om man betraktar självförebärelserna som förebärelser mot ett älskat objekt, som nu i stället har vältrats över på det egna jaget. Självförebärelse är i själva verket inte en egentlig attack mot jaget, utan en attack mot det förlorade objektet. Det finns alltså en väsentlig skillnad mellan sorg och melankoli. Den sörjande förmår till slut ge upp sina känslomässiga band till den förlorade för att på sikt kunna rikta laddningen mot någon annan. I stället kan sorgen ge upphov till en inre rikedom med goda minnen. Den melankoliske identifierar sig i stället delvis med sitt förlorade objekt. Förlusten behöver då inte erkännas och laddningen dras in i jaget.

Ungdomstidens sorg och glädje

I ungdomsterapier ter sig denna process särskilt relevant då det som måste ges upp, kärleken till de primära föräldraobjekten, är kopplade till såväl kärlek som hat, vilket gör sorgearbetet svårt. Verklighetsflykten från förlusten och från sina egna

aggressiva och ibland hatiska känslor mot föräldrarna, leder till att den ilska som jaget skulle ha riktat mot dem som överger henne, nu i stället riktas tillbaka mot jaget självt (Manor, et al., 2004). I detta hänseende beskriver Freud dödsdriftens uttryck som en tvångsmässig upprepning – en sadomasochistisk dödlig önskan av det melankoliska överjaget. Det är denna mördande önskan som kan kulminera i självmord.

Till skillnad från senare psykoanalytiska tänkare (Blos, 1962, Winnicott, 1971, Bollas, 2012) som betonar adolescensens separationsprocess och den ökade ångesten kopplad till denna, så hade Freud en muntrare inställning till ungdomens frigörelse från de primära libidinösa föräldraobjekten. Freud (1926) betraktade adolescensen som en andlig omvandling och pånyttfödelse och Freuds texter skiljer sig här från senare tänkare. Ungdomen kommer i adolescensen att mogna sexuellt, vilket förvisso leder till ett ökat behov hos den unge av självkontroll, men Freud såg i synnerhet ungdomens nya upptäckter, värderingar och sexuella önskningar som något lovande. Utgången av adolescensen, som sammanfaller med den genitala fasen, skall frambringa en hälsosam och vuxen individ. En frisk människa, skriver Freud, kännetecknas av att kunna arbeta och älska (1926/2001). I processen mot ett vuxet liv behöver ungdomen finna lösningen på konflikten mellan idealjag och överjag, genom att idealjaget integreras i överjaget. I och med detta kommer ungdomen behöva genomarbeta upplevelsen av att jaget förlorar en del av sig själv i och med att det narcissistiska objektet måste överges. Barnet hamnar så i en position där det måste börja acceptera sin förlorade barndom, samtidigt som vuxenlivet fortfarande ter sig orealistiskt och okänt. Ungdomen slits mellan att efterlängta att bli förstådd och att inte vilja bli förstådd överhuvudtaget, att veta precis vad hon vill och att inte veta alls. Så befinner sig adolescenten i en bubbla där hon inte längre är bunden till mycket annat än just till uppdraget att forma den egna identiteten som sedan skall följa med henne under resten av livet (Anderson & Dartington, 1998). Kroppen mognar och kan plötsligt ge liv. Den genitala fasens två mål, att arbeta och älska leder till betydande livsval för den unga, som står inför ett krav att välja sig ett yrke och en kärlekspartner.

Mognadens pris

I Winnicotts texter (1971) får vi förståelse för den här processen. Han menar att barnet ska klara av resan att gå från det totala beroendet i livets början, via ett relativt beroende, till ett som vuxen fungerande oberoende. Även om ett oberoende av omgivningen aldrig kan bli totalt för individen, så betonar Winnicott att det finns möjlighet att ändå känna sig fri i sådan grad man behöver för att erfar tillstånd av lycka och en personlig upplevelse av en sammanhållen identitet. I den omogenhet som barnet erfar på väg mot oberoende och vuxet liv, ser Winnicott fascinerande företeelser som kreativa nya tankar, friska känslor och idéer till ett nytt sätt att leva. Det gör omogenheten i adolescenten till en dyrbar del i dennes liv. Ett barn som mognar för tidigt upplever inte sällan att hon måste förlora och offra spontaniteten och leken. Priset för sin nya status och mognad är att adolescenten måste offra den bekymmerslösa, *skapande impulsen* (1971).

Förmågan att ge och ta liv - den tidlösa barndomens slut

I och med puberteten uppnår ungdomen även en mental och fysisk förmåga att faktiskt kunna agera på sina egna känslor, impulser och fantasier. Plötsligt har ungdomen en faktisk möjlighet att både ge liv och ta liv. Denna nya potens är upphetsande, men den innebär samtidigt en oåterkallelig markering om att den tidlösa barndomen är över och att den unga måste inse sina begränsningar och lämna tidigare omnipotenta fantasier och önskningar bakom sig (Meeks & Bernet, 2005). Kroppen signalerar nu tydligt att den endast har ett kön, vilket kan kännas förödande, som ett svek, för den unga. Kroppens mognad kommer att tvinga ungdomen att ställa sig frågan: *vem är jag och tycker jag om vad jag ser? Den sexuella mognaden kan alltså väcka tankar om liv och död både medvetet och omedvetet. Är jag beredd att leva med mig själv som jag är eller är självmordet en lösning?* Jag skall kort redogöra för två kliniska exempel från min erfarenhet, som hänger samman just utifrån adolescensutvecklingens uttryck för den ibland komplexa relationen mellan dödsönskan och faktiskt självutplåning.

Ett kliniskt exempel - att lämna omnipotensen

Den första patienten är en ungdom i den senare delen av adolescensen som själsligen brutit samman efter puberteten. Patienten beskriver att hen innan dess var lekfull och obekymrad och hade inga nämnvärda bekymmer. Nu präglas hens liv av konfliktfyllda relationer till föräldrarna, utan att hen kan redogöra för dem. Ungdomen är oförmögen att känna närhet i sin familj och heller inte i sin relation till en jämnårig kärlekspartner. Denna kärlekskamrat uttrycker ungdomen sig ständigt få vänta in gensvar ifrån och hen känner sig inte älskad. Patienten är en stjärnelev i skolan som haft påfallande lätt för sig i det mesta hen tagit sig an, men nu har patienten börjat skjuta upp skolarbetet och hamnat efter, trots att arbetet i sig inte beskrivs som mödosamt för hen. Ungdomens tidigare intressen ger hen inte längre någon njutning utan upplevs som betungande och kravfyllda. Patienten brottas sedan ett par år tillbaka med dagdrömmar om hur skönt det vore att inte leva. Några månader innan artonårsdagen intoxinerar sig patienten med tabletter, vilket hen överlever utan komplikationer. Två månader senare gör hen samma sak igen. Även denna intox kan hävas av vården i ett tidigt skede genom att behandla patienten med motgift och det råder aldrig någon klinisk fara för ungdomens liv. Jag kommer nedan ge en kortare redogörelse för den psykoanalytiska teorin och hur denna kan hjälpa oss förstå detta skeende av känslomässig kollaps under adolescensen, innan jag sedan återvänder till denne patient.

Freud (1920) och Klein (1945) beskriver att relationen till döden vaknar samtidigt som vi föds, men tendenserna till att önska och börja fantisera om att begå självmord tycks vakna tio till femton år senare i och med inträdet i adolescensen. I och med den kroppsliga tillväxten i puberteten förvärvar ungdomen även en verklig styrka. Denna förändring i kroppshydda kommer snart i ungdomen att sammanhånga med verklig fara som plötsligt kan sammankopplas och ge mening åt de inre aggressiva fantasierna (Winnicott 1971). Adolescensen är tidpunkten då önskan att dö kan börja få en kvalitet av suiciduttryck. I ungdomens ögon tenderar beslut om yrkesval och sätt att leva som eviga och bestämda för alltid. Tanken på döden kan te sig skrämmande då den representerar en upplös-

ning i intet, samtidigt som känslan av evighet är minst lika skrämmande (Meeks & Bernet, 2005). Om adolescenten stöter på större hinder i processen att internalisera sin sexuella kropp med det sköra självet, kan det leda till en önskan att stoppa kroppens utveckling eller på andra sätt förstöra den (Laufer, 1995). Det kan uppstå ett behov hos den unge att stoppa tiden och bevara saker som de är. Den unge som hatar sin nya status minns latensen, livet innan puberteten, som lättare och vänligare och när detta ställs mot adolescensens hårda fördömande samvete: att hen är ett misslyckande, en skam för sin familj i och med sina nya sexuella lustar, kan döden te sig som något att föredra.

Hjälp mig, jag står ensam! - om oedipuskomplexet

En annan aspekt av adolescensutvecklingen är en ny känsla av ensamhet, som uppkommer i samband med att den unge erfar att hon på ett oförutsett sätt nu står utanför föräldraenheden. Plötsligt kan hon inte längre vara del av den kärlek som pågår där på samma sätt som tidigare, då hon nu, med sin mognade kropp, står öga mot öga med incesttabut. De tidigare kärleksfulla och erotiskt laddade impulserna mot föräldraobjekten har nu blivit problematiska och hon inser nu till fullo att hon måste lämna ursprungsfamiljen och själv finna sig den kärlek hon behöver. Och att hon måste finna denna ute i det främmande, borta från familjen. I ungdomsterapier möter jag inte sällan just känslan i den unga, att hon blivit avskuren från föräldraenheden, har kastats bort, valts bort och snart inte tillhör familjen längre. Detta leder delvis till djup smärta, men även till avund och i vissa fall till en bottenlös känsla av förlust. Låt mig helt kort gestalta detta mot Freuds oedipuskomplex och visa på hur detta har relevans för vår förståelse av dödsönskan i ungdomsåren.

Freud upptäckte under sin egen självanalys, sin egen kärlek för sin mor och sin egen avund gentemot sin far (Sjögren, 1997). Denna konstellation av djupt omedvetna känslor i förhållande till föräldrarna kom senare att få benämningen oedipuskomplexet (Gill, 1987). Enligt den psykoanalytiska teorin framkallas adolescensen av att tidigare obearbetade sexuella och aggressiva drifter återuppväcks i barnet, vilket leder till att de

bortträngda infantila barn-föräldrarelationerna och deras önskningar laddas upp på nytt. Ju mer av resterna från de tidiga barnsliga önskningarna kopplade till föräldrarna som har trängts bort utan någon egentlig lösning, desto mer rester av dessa kommer finnas kvar och behöva hanteras av adolescenten. För terapeuten blir erfarenheten ett skrik från ungdomen: *Något är inte färdigt här! Hjälp mig ordna upp detta!*

Mognadsprocessens inneboende aggression

Även Winnicott (1971) betonar aggressivitetens roll under uppväxten. I och med att livet i sig medför att man i sinom tid kommer växa om och överleva föräldern, innebär också mognadsprocessen att man så sakteliga börjar ta föräldrarnas plats. I den omedvetna fantasin blir följaktligen själva mognadsprocessen i sig en aggressiv handling. I den omedvetna fantasin kopplad till utvecklingen under puberteten, förekommer alltid att någon dör. *"Om tankar på döden ingår i barns fantasier, så finns det mord i ungdomarnas fantasi"* (Winnicott, 1971, s 181). Som ungdomsterapeut upplever jag ideligen att personlig triumf och tankar på den andres död ingår i den psykologiska utvecklingen hos den unge. Men ibland blir det svårt för tonåringen själv att nalkas denna personliga triumf då den samtidigt hör samman med graverande känslor av skuld. Samtidigt som hon strävar efter att vinna den förbjudna föräldern och uppnå oidipal triumf, så är hon rädd att nå sitt mål då erövringen jämsides resulterar i rädsla för den rivaliserande föräldrarnas död. Dels är det svårt att hata den man också älskar och inte vill förlora, dels finns en rädsla för straff. I många fall tycks ungdomen själv agera domare och ta lagen i egna händer och bestraffa sig själv, inte sällan i form av utåtagerande och engagerande i högriskbeteende, ibland även självmordsimpulser. Med detta i bakgrunden vill jag presentera min andra patient.

Kliniskt exempel - Förlusten av en förälder i puberteten

Detta var en femtonårig ungdom som beskrev en påtaglig olycklighetskänsla som hen höll i schack genom att rispa sig själv ytligt. Hen var glad och livfull emellanåt för att sedan få något mörkt över sig som inte försvann innan det gråtits ut. Ungdomens ena förälder, av samma kön som ungdomen själv, avled ett par år innan terapins början. Patienten var tydlig med att denna förälders död inte var grunden till depressiviteten inombords. Dagligen fantiserade patienten om att ta livet av sig. Oron för sin andra förälder och syskon gjorde fantasin svår för hen att förverkliga, samtidigt som fantasin tedde sig mer och mer realistisk, då patienten inte såg sig själv leva efter en viss dag. Följaktligen planerade ungdomen inte för framtiden, då hen inte kunde föreställa sig ha någon. I fallet med denna ungdom kan självmordet tolkas som en för ungdomen rimlig lösning på den oidipala skulden. I och med föräldrarnas bortgång och den oidipala triumf som detta ofrånkomligen innebär, när den rivaliserande föräldern inte längre finns kvar i den oidipala triangeln, har de inre attackerna plötsligt fått en motsvarighet i det yttre. Rivalen dör. Förlusten av det älskade objektet så svårt i den melankoliske, just för att objektet inte bara är älskat utan även hatat. I lösningen på att bevara bilden av den avlidna föräldern såsom hen önskar den, behöver ungdomen identifiera sig med det onda vilket också gör förlusten mer begriplig. Förlusten och övergivenheten kan bli förstörd när det onda ligger i ungdomen själv. Den melankoliska manövern kan nu ses som ett försök att rädda den patienten är beroende av för att upprätta en känsla av förtrostan och trygghet (Gill, 1987). Dödsönskningarna och attackerna mot kroppen kan här förstås som en önskan om en förstörelse av det egna självet för att göra bot på den skuld patienten i sitt inre gjort sig skyldig till. Ungdomen behöver återupprätta en rättvisans balans. Efter en längre tid av melankolisk sorg och års inre kreationer av skuld behöver hen bli fri från denna förskyllan genom att sona sitt brott. Och för att bli fri ser ungdomen sig behöva förstöra något som är hatat, något som bor i patienten själv. Det som hindrar patienten är, liksom det är för många av de tonåringar jag möter, en kombination av att hen känner omsorg för och kärlek från sin familj.

Är självmordsfantasierna ett försök till lösning?

Så hur kan vi då relatera dessa båda fall till varandra och vad har de att säga oss om den ungas önskan att dö? Vi kan i båda dessa terapier konstatera att det råder något lockande och avlastande i ungdomarnas fantasier om självmord. Suicidfantasierna och självskaumbeteende erbjuder en lättnad från den psykiska smärtan. I det första patientfallet så var min tolkning att ungdomens höga prestationer länge gjorde det möjligt för hen att hålla kvar en barnslig, narcissistisk fantasi om sin egen omnipotens. Hens prestationer gynnade en självbild där hen kunde göra allt hen ville, vilket fick till följd att hen inte kunde inse och acceptera sina begränsningar. Den ljuvliga sötma som berömmet från föräldrarna hittills gett avtar i och med att det nu ställs andra krav på ungdomen, som vuxen och som man/kvinna. Det är andra värden som gäller utanför familjen och det är i den riktningen hen nu ser sig tvingad att vandra. I vuxenheten skymtar en värld där relationer kräver ömsesidighet, där hen förväntas ge och ta och där är hen inte ännu. När kroppens mognad inträder och med den adolescensens klokare, depressiva insikter om jagets begränsningar, blir en lösning att attackera kroppen. Självmordet blir ett fåfängt försök att försöka stanna tiden och bevara det omogna, barnsliga; att rädda det som räddas kan.

Jag vill mena att materialet i båda fallen gestaltar hur adolescensen är den tid då det tidigare livet kommer i kapp en. Det är under denna period som den mentala bilden av en själv med en specifik sexualitet och en mer sammanhållen identitet etableras. Den unga brottas med vad som är acceptabelt för hennes eget ideal och medvetande och vad hon behöver förpassa, förtränga eller åtminstone hålla borta och neka tillfredsställelse. På så vis kan den identiteten som vi skapar oss alltid i slutet betraktas som något av en kompromiss mellan vad vi vill ha och vad vårt samvete låter oss leva med. Det är min uppfattning att många ungdomar bär på ett omedvetet behov av att hämnas, oftast utan att veta vem eller vad hon skall hämnas. Ett mål med adolescensen blir att tonåringen lyckats försonas med sitt eget hat och sina egna besvikelser. Adolescensen är en tid att vinna en inre frid och låta sig själv förlåta de föräldrar från det förflutna

som oundvikligen har gjort en besviken på ett eller annat sätt.

Förälskelsen som bryggan till det vuxna livet

Astrid Lindgren beskriver just adolescensutvecklingen och separationen från ursprungsfamiljen på ett gripande sätt i sin roman Ronja Rövardotter. Barnet behöver här med egen fysisk kraft hoppa över helvetesgapet för att hitta kärleken utanför familjen och bli vuxen. Astrid Lindgren fångar just den ungdomliga förälskelsen som en bild för bryggan ut i livet. I berättelsen om Ronja tecknas en bild av att samtidigt som puberteten och tonåren innehåller ett sorgearbete, så är förmågan till ömsesidiga relationer utanför familjen vad som bidrar till att barnet klarar sig och överlever. Med Ronja Rövardotter som bakgrund kan självmordet ses som en konsekvens för de ungdomar som har svårt med just detta. Jag finner att historier om den första ungdomsförälskelsen eller näravänrelationen, i många fall kan betraktas som prognostiserande. Kan ungdomen ladda sina inre objekt med verklig mening? Inte alla ungdomar jag möter kan detta, utan umgås med äldre eller yngre och visar sig i detta ha svårt med uppriktig jämnårig ömsesidighet. Det första patientfallet uppvisar just svårigheter i relationen till närhet. Relationer upplevs av patienten som konfliktfyllda och kravfyllda och skänker hen inte längre något lugn och välbehag. I sin kärleksrelation beskriver hen svårigheter att ge utan att först ha fått, vilket renderar till att hen ständigt väntar in den andre. I den andre lyckas hen inte längre spegla sig och uttröna svaret på frågan kring huruvida hen själv är värd att älskas för den hen blivit.

Julia Kristeva lyfter i sin artikel *This incredible need to believe* fram behovet av att tro på en ny mening hos den unga. "... there is no such thing as an adolescent without the need to believe" (Kristeva, 2011 s. 13). För att uthärda separationen från ursprungsfamiljen måste adolescenten tro på att det existerar ett idealobjekt utanför familjen som hon kan finna. Den perfekta andre. Den som gör henne hel. Hon måste tro att det som nu håller på att gå henne förlorat kan upptäckas av henne igen. Bekymret är, skriver Kristeva, att den ungas drifter och önsk-

ningar är ambivalenta vilket gör att bilden av idealobjektet kommer att te sig flyktigt och gäckande. Den unga kommer i jakten gång på gång stöta på besvikelsen i form av att den perfekta andre visade sig ha brister precis som hon själv. Den ungas passion och tro på kärlek får i ungdomsåren följeslag av besvikelse som leder till depressivitet och en önskan om att sökandet skall få ett slut. Ibland i form av att den egna döden sätter punkt. Läser vi Kristeva så förklarar hon ungdomstidens turbulens kopplad till föräldrarelationerna som en utveckling som startar i en idealisering, vilket får ungdomen att ge sig ut i jakten på dess avbild, helst i en ännu mer fulländad utformning. För att möjliggöra denna bild kommer den unga snart behöva förminska föräldrakärleken, nedvärdera den och skära bort sig själv från den för att ge plats åt denna nya relation som skall kunna ge henne absolut tillfredsställelse.

Min andra patient kom under terapins gång att finna en ny kärleksrelation. Denna gjorde det möjligt för ungdomen att förskjuta sin libido från de tidiga föräldrarelationerna till en ny person och med detta kunde hen även orientera sig mot nya bekantskaper som kom att skänka patienten mening. Från att befinna sig i ett sorts adolescensens ingenmansland kom livet för ungdomen att få en riktning och en avsikt. På samma sätt som objektet lyckas övermanna jaget vid självmord, kan så även ske i den djupaste förälskelse, skriver Freud i *Sorg och Melankoli* (1917). I mitt eget terapeutiska arbete med ungdomar hör jag många förälskelser bära tydliga spår av relationerna till ursprungsfamiljen och jag ser det inte som långsökt att betrakta dessa som en sorts omedveten bearbetning av den ungas primära relationer. Hur än den första kärleksrelationen ter sig så är den viktig för att barnet skall kunna tro på att hon har en möjlighet att leva vidare fast hennes kropp inte längre är ett barns. Och i bästa fall är det en stor glädje för henne att det är så.

Kärleken och hatet - det sanna och det falska självet

De flesta tonåringar jag möter har i stort en positiv relation till sina föräldraobjekt tvärs igenom adolescensen. De flesta föräldrar kan förmå sig själva att härda ut i barnets aggressivitet och försök att konkurrera ut dem. Ungdomen tillåtes ibland

vinna, men oftast förlorar hon. I de flesta fall lyckas så inte ungdomen i det yttre göra det som hon fantiserar om i det inre, och hon ser sin förälder överleva attackerna. Att hata den man också älskar och vet sig vara beroende av är att försätta sig i en livsfarlig situation, om attacken lyckas. De skuld-känslor som kan kopplas samman med ungdomens hat och destruktivitet är inte sällan förskräckliga och det tar många gånger år av utveckling hos en individ, innan hon lyckas upptäcka en jämnvikt i det goda och det onda i sig själv. Freud (1917/2003) beskriver hur det i det melankoliska tillståndet utkämpas separata strider runt förlusten, där hat och kärlek brottas med varandra. Hatet kämpar för att frigöra libido från det förlorade objektet och på så vis möjliggöra för individen att gå vidare. Kärleken vill försvara libidopositionen mot hatets attacker, vilket så leder till att den så nödvändiga separationen inte kan ske. För att få slut på den inre konflikten kan så individen döda sig själv om hon lyckas dra tillbaka hatet från objektet och i stället behandla sig själv såsom objekt. Hon vänder föraktet och fientligheten mot sig själv och på så vis kan vi säga att ingen kan ta sitt liv utan att först, i fantasin, ha dödat någon annan. I adolescensutvecklingen blir lösningen på lidandet att den unge slutligen kan börja acceptera att hat och förstörelselusta finns jämsides med kärleken inom henne själv. Det är först då hon kommer i beröring med sin verkliga, nya mögnare, existens. Det är då hon kommer i kontakt med *det sanna självet* (Winnicott, 1960). Priset för denna nya känsla av att vara levande är att hon nu står ut i kontakten med sin egen skörhet och sårbarhet och samtidigt med sin egen aggressivitet och potens. Det är min erfarenhet att i de fall där ungdomen faktiskt lyckas finna sig själv på detta sätt, så kommer hon heller inte nöja sig med mindre än helheten. När hon väl lyckats integrera delarna av sig själv med varandra så kommer hon, för att kunna fortsätta känna sig sann och hel, behöva vara i kontakt med både den inre destruktiviteten likaväl som de delar av henne själv som är ömma och kärleksfulla. Det är detta mer kreativa betraktelsesätt på sig själv som får henne att känna att livet är värt att leva. Winnicott (1971) beskriver motsatsen till denna kreativitet som ett förhållningssätt till livet, till omgivningen och till sig själv som präglas av anpassning. *Ett falskt själv* (Winnicott, 1960) utvecklas i barnet när dess behov och önsningar inte accepteras och barnet tilldelar sig

själv en roll att uppfylla andras behov. De egna begärens i barnet kommer att bli alltmer främmande och dunkla, i samma takt som barnet agerar ut den andres begär, i stället för sitt eget. Med en anpassning som innebär att motstridiga känslor förpassas till det fördolda kan individen komma att befinna sig i ett tillstånd där det upplevs som likgiltigt för henne huruvida hon lever eller dör. Eftergivenhet för med sig en känsla av hopplöshet som förbinds med föreställningen om att ingenting spelar någon roll och att livet inte är värt att leva.

Självmodsförsöket och magiskt tänkande

Så hur kan då denna samtidiga dröm om liv och önskan om död förstås? Jag tror att frågan om döden är så existentiell och svarslös att den är omöjlig för den unge att lösa utan en komponent av magiskt tänkande. En fantasi om att dö och till och med ett självmodsförsök skall i kliniken inte per automatik betraktas som en faktisk dödsönskan. Jag tar det i många fall för troligare att ungdomen håller ifrån sig det faktum att döden är ett absolut tillstånd och att hennes dödsfantasi handlar om att göra slut på den del av henne som lider; hennes dödsönskan handlar om att avliva sina onda inre objekt för att rädda de goda. På så vis bör vi inte förutsätta att en önskan om att dö och en önskan om att begå självmord är samma sak. Det råder en betydligt mer komplex och omedveten relation mellan dessa två och terapeutens dilemma blir just att verka i mellanrummet mellan det medvetna och det omedvetna i patienten. Det är ett krävande arbete att stanna kvar och stanna upp i det mörka, i det hopplösa och i detta föra ett meningsfullt samtal. Det krävs mod och styrka av terapeuten att tro på den behandling som pågår och det krävs lyhördhet för såväl sitt eget inre som för patienten, när det kommer till att veta när lyssnandet inte längre räcker till och andra åtgärder omedelbart måste till.

Att lita på den psykoteraeutiska processen

Att arbeta psykoteraeutiskt med dessa ungdomar kräver en särskild typ av uppmärksamhet hos terapeuten att i rummet kunna arbeta med de

omedvetna sidorna hos patienten och samtidigt behålla sin egen förankring i den riskfyllda verkligheten. Då man i terapin arbetar med den inre världen, måste den unga kunna känna sig trygg i att terapeuten inte sammanblandar yttre och inre och genast agerar med yttre åtgärder på den unges inre skräckfyllda och smärtsamma fantasier. Om terapeuten oroligt kallar på annan hjälp än det psykoteraeutiska arbetet, finns risken att ungdomen uppfattar detta som terapeutens misstro mot det psykoteraeutiska projektet och, kanske allra allvarligast, att terapeuten inte litar på den unges förmåga att tillsammans med terapeuten stå ut och komma till rätta med sina lidanden. Följaktligen behövs ett förtroendefullt samarbete mellan terapeuten och de andre teammedlemmarna i organisationen så att ett meningsfullt och verksamt arbete kan bedrivas med den unges inre fasor och demoner, men där man i teamet hjälps åt att vara vaksam på de tillfällen där andra yttre åtgärder är nödvändiga för patientens överlevnad.

Jag finner att det som patienten kan uttrycka och gestalta i ord, oavsett hur mörkt det är, sällan är det terapeutiska dilemmat. I de fall en ungdom behandlas just för hennes ambivalens kring att leva eller dö, måste terapin adressera just denna problematik och såväl patient som terapeut behöver få utrymme att finna tilltro till det gemensamma psykoteraeutiska arbetet. Jag finner, att i de fall ungdomen kan få hjälp att finna ord och göra lidandet psykologiskt meningsfullt, behöver dödsönskan sällan längre utageras, utan den förblir fantasier inom den unga.

Det paradoxala i det psykoteraeutiska arbetet är just att oron för patienten i sig inte indikerar graden av nöd, utan att det snarare är frånvaron av laddning i terapeuten som kan tyda på att objektkontakten är bruten. I de fall, och de är otaliga, då jag som terapeut nästan förgås av oro för ungdomen, arbetar jag sannolikt med en patient som med sin projektiva kommunikation visar en levande förmåga till kontakt. Hon som väcker oro, har därmed en större överlevnadsförmåga än hon som inte väcker denna ångslan. Det är de patienter som inte laddar mig med oro och som inte alls formulerar sin förtvivlan, som säger mig att vad som helst kan ske. Där det inte finns något att formulera, där det inte finns något att prata om, är just det ensamma och ordlösa tomrummet problemet. När affekten inte längre kan symboliseras

via språket kommer den endast kunna uttryckas i handling. Detta leder mig till slutsatsen att när jag som terapeut blir tom, kan det vara riktigt farligt för patienten. Som terapeut ser jag det som en djupt allvarlig situation när en patient som vaknar upp efter ett självmordsförsök svarar att hon inte tänkte på någonting alls innan hon försökte döda sig själv. Jag tror att hon då berättar för mig att hon redan har dödat sina egna inre objekt, såväl goda som onda, och att hon just nu upplever att det inte finns någonting kvar i henne av den inre kreativiteten och det hopp som kommer med denna. Hon säger mig att det som just skett, kan ske om igen, när som helst.

Patienten som i stället berättar för mig att hon tänkte på sin mamma eller pappa innan hon handlade, har, för mig, ännu inte helt dragit sig undan den verkliga världen. Denna patient berättar att hon har en känsla av att det fortfarande finns något kvar att undersöka och att rädda i henne. Patienter som tänker på föräldrarna i ögonblicken då hon tänker sig dö, har utöver behovet av att hämnas genom att förgöra de inre föräldrarna, fortfarande kvar förmågan att bevara relationen till sina föräldrar. På samma sätt visar sig ungdomen som önskar dö men som söker terapi för detta, fortfarande erkänna sin ambivalens och sitt tvivel på sina egna tankar. Detta leder mig till att tro att hon fortfarande skyddas av känslor av tilltro och omsorg om sina föräldrar. Tonåringen som tänker på mamma innan hon skadar sig, håller ännu de inre föräldraobjekten helt nära sig själv. En självmordsönskan, i ljuset av detta, blir mer av en känsla av att vilja återvända hem till den gamla, ljuvliga omnipotensen.

Abstract

Suicide and fantasies about a beautiful or startling death are common themes in adolescent therapies. This article problematizes the link between the desire to die and the act of suicide. The author concludes that the fact that thoughts of death and the desire to die are so common in young people, suggests that it can be considered part of a normal adolescent development, rather than a pathological field. The suicidal act can perhaps be seen as a more pathological development of the same? Clinically, this has the consequence that a wish to

die should not be confused with an actual wish to commit suicide and should therefore not be treated as one.

Keywords: suicide, adolescence development, adolescence, death wish, suicide desire.

Emma Utter Eckerdal is a psychotherapist and unit manager at Child and Adolescent Psychiatry (BUP), Norra Älvsborgs County Hospital and Uddevalla Hospital. She is a licensed psychotherapist and family therapist, authorized social worker, B.A. in psychology and supervisor in psychosocial work, psychological treatment and process supervision. All examinations have been obtained at the University of Gothenburg. The main focus of Emma Utter Eckerdals work is treating trauma and depression in adolescent therapies. Previously Emma Utter Eckerdal published an article in *Socialmedicinsk Tidskrift* on diagnosis inflation in Child and Adolescent Psychiatry in Sweden.

Summering

Självmod och fantasier om en vacker eller uppseendeväckande död är vanligt förekommande teman i ungdomsterapier. Denna artikel problematiserar kopplingen mellan dödsönskan och suicidhandling. Författaren drar slutsatsen att det faktum att dödstanke och dödsönskan är så vanligt förekommande i ungdomen tyder på att man kan betrakta det som något som hör till en del av en normal adolescensutveckling, snarare än till ett patologiskt fält. Suicidhandlingen kanske kan ses som en mer patologisk utveckling av densamma? I kliniken får detta konsekvensen att en önskan om att dö inte skall förväxlas med en faktisk önskan om självmord och heller ej bemötas som en sådan.

Sökord: självmord, adolescensutveckling, adolescens, dödsönskan, självmordsönskan.

Emma Utter Eckerdal är psyko-terapeut och enhetschef vid Barn- och ungdomspsykiatri (BUP), Norra Älvsborgs läns sjukhus och Uddevalla sjukhus. Hon är legitimerad psyko-terapeut och familjeterapeut, auktoriserad socionom, fil. kand. i psykologi samt handledare i psykosocialt arbete, psykologisk behandling och processhandledning.

Samtliga examinationer har erhållits vid Göteborgs universitet. Huvudfokus för Emma Utter Eckerdals kliniska arbete är traumabehandling och depressionsbehandling i ungdomsterapier. Tidigare har Emma Utter Eckerdal publicerat en artikel i Socialmedicinsk tidskrift om diagnosinflation inom Barn- och ungdomspsykiatri (2020, årg 97 häfte 5 och 6).

emma.utter@vgregion.se

Referenser

- Anderson, R., & Dartington, A. (Eds) (1998). *Facing It Out: Clinical Perspectives on Adolescent Disturbance*. London: Karnac, 2002.
- Blos, P. (1962) The second individuation process of adolescence. In *On adolescence: A psychoanalytic interpretation*. New York: Free Press.
- Bollas, C. (2012). *Catch them before they fall. The psychoanalysis of breakdown*. London: Routledge.
- Freud, S. (1920/2003) *Bortom lustprincipen i Samlade Skrifter Band IX Metapsykologi*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Freud, S. (1923b/2003). *Jaget och detet i Samlade Skrifter Band IX Metapsykologi*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Freud, S. (1926/2001) *Hämning, symtom och ångest i Samlade Skrifter Band VII Neuros och Psykos*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Freud, S. (1921/ 2008). *Masspsykologi och jaganalys i Samlade skrifter Band X Samhälle och religion*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Freud, S. (1917/2003) *Sorg och melankoli i Samlade Skrifter Band IX Metapsykologi*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Gill, H.S. (1987). Effects of oedipal triumph caused by collapse or death of the rival parent. *The International Journal of Psychoanalysis*, Vol. 68; s 251 – 260.
- Klein, M. (1945). Oidipuskomplexet och tidiga ångeststillstånd I: *Kärlek, Skuld och Gottgörelse*. Borås: Natur & Kultur, 1992.
- Klein, M. (1948). Teorin om ångest och skuld. I: *Kärlek, Skuld och Gottgörelse*. Borås: Natur & Kultur, 1992.
- Kristieva, J. (2011). *This incredible need to believe*. New York: Columbia University Press.
- Laufer, M. (Ed.) (1995). *The Suicidal Adolescent*. London: Karnac.
- Lindgren, A. (1981) *Ronja Rövardotter*. Lettland: Raben & Sjögren.
- Manor, I., Vincent, M. & Tyrano, S. (2004). The wish to die and the wish to commit suicide in the adolescent. Two different matters? *Adolescence*. Vol. 39; s 279 – 293.
- Meeks, J.E. & Bernet, W. (2005). Depression, suicidal threats, and suicidal behavior. In: *The Fragile Alliance. An Orientation to Psychotherapy of the Adolescent*. Malabar: Krieger Publishing Company.
- Sjögren, L. (1997). *Sigmund Freud. Mannen och verket*. Viborg: Natur & Kultur.
- Winnicott, D.W. (1971). Den kulturella upplevelsens plats. I: *Lek och Verklighet*. Stockholm: Natur & Kultur, 1981.
- Winnicott, D.W. (1971). Kreativiteten och dess ursprung. I: *Lek och Verklighet*. Stockholm: Natur & Kultur, 1981.
- Winnicott, D.W. (1971). Nya synpunkter på tonåringens utveckling och deras relevans för den högre utbildningen. I: *Lek och Verklighet*. Stockholm: Natur & Kultur, 1981.
- Winnicott, D.W. (1960). Teorin om relationen mellan förälder och barn. I: *Den skapande impulsen*. Stockholm: Natur & Kultur, 1993.