MELLANRUMMET
NORDISK TIDSKRIFT FÖR BARN- OCH UNGDOMSPSYKOTERAPI
NORDIC JOURNAL OF CHILD AND ADOLESCENT PSYCHOTHERAPY

Pia Litzell Berg
Stockholm

Avslutning med förhinder

Att avsluta terapier är den del av det psykoterapeutiska arbetet som kanske är lättast att undvika eller inte göra fullt ut. Både de som går i psykoterapi och psykoterapeuten kan mer eller mindre medvetet undvika att säga adjö. Djupast sett är det att undvika insikten att vårt liv är ändligt. Något som alla vet men som vi kollektivt gärna förnekar.

Att avsluta individuella psykoterapier är att i någon mening möta den andres och den egna rädslan för döden, att det tar slut, ofta kanske med en förhoppning om att ses igen som ett lindrande inslag. Inför livet avslut finns det många förhållningssätt, både ”att det tar slut, inget mer” och en förvissning om att ”det finns ett liv efter detta”. Och alla vars inställning är att ”inte veta”.

Att arbeta med avslutningar i terapigrupper är att möta gruppmedlemmarnas samlade motstånd mot och rädsla för avskedet. I en halvöppen grupp slutar medlemmarna individuellt och gruppen kan arbeta med avskedet i ”lagom” takt. Ibland kunna sörja en medlem och önska henne eller honom lycka till, ibland vägra släppa taget om någon som till exempel anses sluta för tidigt. Då kan gruppens samlade protest se kallsinnig ut.

I en grupp där alla slutar samtidigt kan alla gruppens medlemmar samlas kring ett förnekande eller ibland ilska mot gruppens ledare som försätter dem i den svåra och oönskade situationen att gruppen ska avslutas. Detta trots att alla känner till att det ska ske. En utmaning för gruppens ledare i båda formerna för gruppterapin är att både förstå alla nivåer i gruppens dynamik – gruppens medvetna fak-

Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

tiska nivå och dess omedvetna processer – och leda gruppen i det avslutande skedet. Det kräver både kunskap och mod och en förmåga att förmedla att gruppen dör men att livet fortsätter med erfarenheterna från gruppen.

En annan kollektiv avslutning är när utbildningar avslutas och där en ritual med examen är en markering att ”nu är det slut”. Inför sådana avslutningar finns ofta en mer blandad dynamik. För en del är det skönt – äntligen mer tid till annat. Och en glädje över att ha klarat av något viktigt och utmanande. För andra är att det en starkare känsla att det ledsamt att inte träffa kurskamrater regelbundet längre och att säga adjö till de man träffat under en ofta lång tid. Ytterligare är de som inte har fullgjort alla moment och som måste fortsätta med ex klinisk praktik och handledning eller fortsatt arbete med ett vetenskapligt arbete, om det är en psykoterapiutbildning. Då blir examen ett avslut men det finns också en fortsättning. Det kan vara en tröst men också ge en känsla av misslyckande.

Men hur hantera en utbildningsavslutning när yttre faktorer gör det omöjligt att följa den sedvanliga strukturen? Hur hantera en utbildningssituation som invaderas av hot utifrån?

När samhället blir otryggt och hotfullt och kontakten mellan deltagare i utbildningen och mellan lärare och deltagare inte går att upprätthålla? Vilka utmaningar står kursledning och kollegium inför och hur hantera dessa?

År 2020 startade vi en digital 2-årig utbildning i gruppanalys/gruppanalytisk psykoterapi i Iran med de flesta lärare och handledare från Sverige Utbildningen gavs i samarbete mellan ett svenskt och ett iranskt institut. Under de två år utbildningen pågick dog en ung kvinna i säkerhetspolisens förvar i Iran. Det ledde till protester och demonstrationer. Oro och osäkerhet blev närvarande i utbildningen och alla kunde inte vara med vid alla kurstillfällen. Kursledningens diskussioner utmynnade i beslutet att utbildningen så långt som det var möjligt skulle fortsätta som planerat med undervisning, seminarier, kliniskt arbete, handledning och presentation av essäer.

Utbildningen avslutades efter två år med digital examen och diplom kunde delas ut när en av de kursansvariga var i Iran en period.

År 2022 startade den andra två-åriga utbildningen med samma innehåll och upplägg, men med några lärare från Iran och Danmark utöver de från Sverige. Även under denna utbildning var det stor oro i landet och kursledningen tog samma beslut som tidigare. Utbildningen avslutades även den gången enligt planerna.

Den tredje två-åriga utbildningen startade 2024 och utmaningarna blev påtagligare då Iran anfölls av Israel och USA under sommaren 2025. Kursansvariga och de kliniska handledarna höll kontakt med de studerande så mycket som det var möjligt. Fientligheterna pågick under sommaren.

Under hösten kunde utbildningen fortsätta enligt det planerade schemat även om det fanns stor oro inför vad som skulle kunna ske både i landet och med utländska intressenters eventuella ingrepp eller angrepp. Det var en utmaning att upprätthålla ett fortsatt förtroende för kursledning, lärare och handledare som till allra största delen lever i nordiska länder långt från livsvillkoren i Iran. Kunde vi förstå? Var det meningsfullt att försöka prata med oss? Detta var en följeslagare i alla moment och i kollegiet var det ännu en gång en återkommande diskussion om hur vi skulle göra. Och vi kom till samma beslut som tidigare; att fortsätta enligt planerna, och därmed stabilisera åtminstone en liten del i det som i övrigt var osäkert.

Utbildningen skulle avslutas med examen i början av 2026. Innan någon examen kunde schemaläggas bröt ett nytt krig ut. Den oförutsägbara situation som kriget innebar förde

MELLANRUMMET © 2026 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

med sig stora utmaningar kring hur vi skulle kunna avsluta utbildningen. Det rådde stor osäkerhet kring kursdeltagarnas situation. När vi fick kontakt med kursgruppen igen beskrev de ett omfattande lidande och det var svårt att fullt ut förstå vad de var med om.

När denna text skrivs är det fortfarande en krigssituation i landet och någon examen har inte varit möjlig att genomföra.

Betydelsen av att avsluta som vi lärt ut om det kliniska arbetet med grupper och som vi också praktiserat i de många utbildningar vi alla varit involverade i, har vi inte kunnat följa här. Vi fortsätter att, så fort det är möjligt för de som går utbildningen att koppla upp sig på internet ha examinerande essä-seminarier. Essä-seminarierna skulle annars ha hållits efter den formella avslutningen för de som inte hunnit klart till dess. Det innebär att fler efterhand fullgör alla moment i utbildningen och ett individuellt godkännande blir möjligt.

Vi har också haft reflektionsgrupper som tidigare var ett obligatoriskt inslag och som nu blev en möjlighet att mötas och kunna prata med varandra om det de var med om. De som i högre grad deltog i reflektionsgrupperna var de som arbetar privat utan naturligt sammanhang med kollegor medan de kursdeltagare som hör till en medicinsk fakultet där de går en specialistutbildning inte tycks ha samma behov. De har en tillhörighet på fakulteten som kan ha fungerat som en stödjande och hållande struktur under den pågående krisen.

Men avslutningen där vi alla kan säga adjö till varandra samtidigt och göra det viktiga avslutningsarbetet – den avslutningen vet vi inget om och i avvaktan på det håller vi tanken levande och bidar vår tid.

I kollegiet finns många års erfarenhet av att vara utbildare och vi har många internationella kontakter även med kollegor i länder där det är krig.

Den här utbildningens villkor skiljer sig dock från tidigare erfarenheter och vi kommer behöva fortsätta anpassa oss till det som händer. Någon gång ska vi även i denna utbildning ha en Riktig Examen och kunna göra det viktiga arbetet med att säga adjö och med alla de känslor det innebär och med tacksamhet för tiden vi haft tillsammans.

Under mina år i yrket som psykoterapeut, handledare och lärare har jag mött olika utmaningar. Som ansvarig för psykoterapeututbildningar har jag varit med om att både lärare och studerande har blivit svårt sjuka och avlidit. Att då ta hand om det som väckts i kursgruppen har varit stunder som inneburit att jag behövt härbärgera både kursgruppens och de egna känslorna. Det har då varit möjligt att samlas en stund i stilla samtal om den förlust vi alla gjort. Det har funnits ett fokus.

I den avslutning med förhinder jag skrivit om här, kan jag dela mina tankar och känslor dels med den jag är kursansvarig tillsammans med och dels med de övriga lärarna och handledarna i kollegiet.

Hur alla våra studerande har det, känner det och upplever sitt liv vet jag egentligen väldigt litet om. I de kontakter vi har är de naturligt sparsamma med kommentarer eftersom fienden finns överallt. Vi får lägga ihop delar av samtal till en slags helhet. Att det oerhört skrämmande, tröttande och att hela livet påverkas går att förstå. Riktigt hur det är att leva i det ständiga hotet är mycket svårare. Och på det sättet är det helt riktigt det som några sagt när vi haft kontakt: ”är det meningsfullt att försöka få er att förstå?”.

För min egen del är det trots alla utmaningar en meningsfull erfarenhet att komma i kontakt med alla de känslor det väcker att hålla fast vid en övertygelse om hur det ska gå till att avsluta en utbildning och samtidigt vara tvungen att anpassa den övertygelsen till en konkret hindrande verklighet. Jag har lärt mig mycket som inte går att lära när allt går enligt planerna. Jag känner en stor tacksam-

MELLANRUMMET © 2026 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

het till alla jag mött under de här åren och de band vi skapat tvärs igenom våra olika livsvillkor och olika kulturer.

Pia Litzell Berg
medlem i redaktionen

Kursansvarig tillsammans med Hadi Rahimi Danesh, beteendevetare, leg. ykoterapeut, gruppanalytiker, psykoanalytiker (IPA), lärare och handledare

MELLANRUMMET © 2026 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.