

# ***Terapeuten*** ***och*** ***Hästen*** ***-i tvångsvård***

---

Sven Forsling



En bok i blivande

## Terapeuten och Hästen

När jag avslutade den engelska versionen av "Flickan och hästen" lekte jag med begreppet; "Hästen som co-terapeut". När jag nu företar mig mina vandringar i hästens land kommer jag på mig själv med att jag alltmer söker mig till de berg där just den leken leks," Hästen som co-terapeut". I den leken, blir överföringar och motöverföringar till kollegan hästen allt mer spännande och intressanta. I den leken framträder något som skimrar terapeutiskt unikt, huvudterapeutens många gånger mycket personliga och starka motöverföringar till sin co-terapeut. Vad innebär detta i den terapeutiska situationen? Kan detta skimmer förstärka effekten eller störa?

Klassisk co-terapi är mest förekommande i par och familjebehandling. Den stora vinsten är att två ser mer än en och att själva terapituationen blir mer likvärdig och att terapeuternas trygghet med varandra och deras sätt att gemensamt hantera konflikter kan tjäna som en modell och förebild för deras klienter.

I Co-terapibergen väljer jag mina egna stigar, ställer mina egna frågor, söker mina egna svar. Hur ser min egen motöverföring ut? När ser jag inte bara hästen utan grumlar bilden med att också se mig själv? En fråga jag ställer mig och det är en fråga som jag har haft med mig länge; varför väntade jag alla dessa år med att starta Stall Frossarbo.

Jag hade gjort en offentlig presentation av en hästassisterad terapimodell redan 1962 och jag hade fått ett starkt erkännande av Richard Blum, då professor vid Berkeley. Jag prövade modellen i praktiken vid ett nystartat behandlingshem i Stockholms stads regi 1967 och den gav uppenbara positiva resultat. Men det var först 20 år senare som jag tog steget fullt ut med Stall Frossarbo. Och märk väl att det inte var den hästassisterade terapin som jag i första hand framhöll och ville pröva utan det var den miljöterapeutiska och detta att jag ansåg att paragraf 12 vården var på väg att bli terapeutiskt omöjlig. Och följdriktigt var det kring Stall Frossarbo som paragraf-12 vårdsalternativ som jag lade den forskningsmässiga tyngden. Jag märkte också att när jag argumenterade för en start av Stall Frossarbo blev jag ofta känslomässigt berörd när jag kom in på "hästbiten", och det bidrog till att jag höll tillbaka den och förminskade den, som om jag var rädd för att någon skulle skratta åt den och inte ta den på allvar. Det fick mig att härska till på mig själv och jag minns att jag vid några av slutpresentationerna tvingade mig att med skärpa framhålla att det skulle bli både roligt, spännande och viktigt att arbeta med hästar och ungdomar. Att Stall Frossarbo inte skulle bli mindre professionellt bara för att vi hade roligt . Faktum kvarstår emellertid. Under alla frossarboåren kom jag att vara överdrivet känslig för kritik som skulle kunna drabba stallet Jag har aldrig kunnat ge mig själv ett fullgott svar, varför. Nu i Co-terapibergen när jag ställer mig frågan om

mina egna känslor och mina egna tillkortakommanden i förhållandet till min medarbetare hästen, då tycker jag plötsligt att bitarna faller på plats. Varje bit har funnits där tidigare men det är nu, i denna nya ljussättning, som de bildar en helhet och formar ett personligt mönster som berättar något. Det är en berättelse som vill förtälas. Men är den för personlig? Det är svårt att själv bedöma.

Det djupt personliga härbärgerar en paradox. Som gruppterapeut upplever du den ständigt. När en väl förborgad och inlåst upplevelse, känsla, tanke släpps fri och du sitter där ensam och utblottad med din gråt, avslöjad att detta är din eländiga botten. Då sker paradoxen. Din botten är också andras botten. Din djupt personliga upplevelse är också andras. Gunnar Ekelöf skriver i en dikt:

"Jag bor i en annan värld men du bor ju i samma"

Här är min berättelse.

Jag kom att tala med min mor, ett par månader före hennes död, om mitt intresse för hästar. Jag sa att jag funderade ibland på hur det kunde komma sig att jag hade blivit så intresserad av hästar. Jag var den ende bland alla mina kompisar. Vår familj hade inget hästförflutet, och ändå var jag så intresserad. Då säger min mor plötsligt ”Jag vet det. Har jag inte berättat det för dig. Jag kan nästan säga på dagen då ditt hästintresses föddes. Först var det bilar. Du var tre och ett halvt år. Vi hyrde nedervåningen i ett hus i villasamhället Storängen utanför Stockholm. Det var krig och bilarna gick med gengas. Du kunde stå i timmar och vänta i hörnet av trädgården och hoppas att någon gengasbil skulle komma åkandes förbi. Året innan hade du fått en magsjukdom och du hade i omgångar behandlats på barnsjukhuset Samariten, som var din skräck. När du skulle på din första efterkoll, det var tre månader före den här händelsen, hade du trots dina tre år ändå förstått att något var på gång, och du hade sprungit och skrikit och uppfört dig helt omöjligt. Du skall veta att du hade mycket spring i benen på den tiden.. Och där stod alla hemmafruarna bakom sina gardiner och ojade sig över den unga norskan som inte hade någon pli på sin son. Det var pinsamt. Nu var det dags igen för den förhoppningsvis sista efterkontrollen och jag våndades. Hur skulle jag få med dig i bilen till sjukhuset utan ett nytt uppträdande. Du vet, pappa var inkallad. Jag kunde inte räkna med någon hjälp från honom. Jag sa då till dig att vi skulle åka till stan och köpa en present till dig, en fin träbil. Du hoppade glatt in i taxin. Det blev inga uppträden. Efter en vecka fick jag hämta hem dig. Jag hade köpt en bil till dig som jag hade lovat. Du sa ingenting. Du satt bara där i ditt rum och tittade på bilen. Du satt tyst länge. Plötsligt tog du bilen och kastade den med all kraft i väggen och sedan sprang du ut i trädgården. Jag lät dig vara. Efter en stund gick jag ut för att hämta dig. Men du fanns ingen stans. Jag började bli orolig, och snart blev jag riktigt orolig. Tack och lov ringde då telefonen och det var från Nymans tvättereri. Du satt i spiltan hos deras gamla ardenner som de fortfarande hade kvar och använde sig av för att köra ut och

hämta in tvätt med. Du satt längst in i spiltan vid hästens framben. Och du ville inte gå där ifrån. Du måste ha kommit ihåg vägen upp till stallet. När pappa var hemma på permission hände det att ni två gick upp till hästen och sa god natt. Du fick alltid ge hästen en sockerbit med öppen handflata. Och nu satt du där och ville inte gå därifrån. Efter den dagen lekte du aldrig mer med bilar.”

Jag kände igen mig i mina frossarboflickor. Jag kunde höra hur de om och om igen berättade för mig hur de hade trotsat mörkerrädsla och nattkyla och smugit sig upp till stallet och sin häst för tröst och närhet.

För mig är berättelsen inte slut. Den har också en bakgrundsrelief, som för mig personligen är oerhört betydelsefull.

När min mor berättade om resan till stan för att köpa bilen, är detta ett minne som jag många år tidigare hade kämpat mig tillbaka till under min terapiutbildning. Jag hade aldrig velat berätta det för henne, jag har inte velat göra henne ledsen. Det jag aldrig berättade var detta:

Vi som var färdiga psykologer och läkare i Stockholm under slutet av sextioalet fick skapa oss vår egen utbildning för psykoterapeutkompetens. Stockholms landsting anställde under en tid, Walter Kempler, en amerikansk familjeterapeut och gestaltpsykolog. Vi var en grupp läkare och psykologer som erbjöds att gå i utbildnings och egenterapi hos honom. Han arbetade individualterapeutiskt men använde sig av den stora gruppens dynamik. Jag kom från den statliga ungdomsvården och trots att min meritlista var väl så god som någon annans, kände jag mig i början utanför, jag var en outsider från en av många illa sedd vårdform, och jag kände ett behov av att visa min kompetens. Vid en gruppsittning ger jag flera intelligenta tolkningar kring kollegors bearbetningar och jag får många beundrande och instämmande nickningar och jag mår alldeles utmärkt. Jag stiger i aktning. Då säger Kempler och vänder sig till den övriga gruppen: ”Det är anmärkningsvärt hur lätt ni låter er manipuleras”. Det blev som en smäll i magen. Han hade alldeles rätt. Jag var inte ett dugg intresserad av att hjälpa mina kollegor i deras arbete. Jag ville bara visa mig märkvärdig. Jag tystnade, blev stum och kände mig alldeles kall. De beundrande blickarna försvann. Jag protesterade inte, jag sa ingenting. Jag satt bara där som i en kall, tom isbubbla. Andra fortsatte att arbeta. Jag lämnades i min ensamma värld. Jag bara satt där. Jag hade varit i denna värld förut. Jag kände igen den tomma, kalla känslan.

Plötsligt var jag i första klass. Det var december och om några dagar hade jag födelsedag och jag kände mig för första gången glad och inte rädd i skolan. Det hade varit en bra dag. Jag är vänsterhänt men måste skriva med höger och i dag hade fröken sagt att mina bokstäver såg inte lika bedrövliga ut längre. Det var sista timmen och vi skulle få rita. Fröken sa att vi skulle rita en fabrik. Jag kände mig fri och full av energi och på ett par sekunder ritade jag den finaste fabrik och jag lovar, det var den finaste av alla fabriker. Jag rusade upp till fröken och visar mitt mästerverk. Hon höll upp min teckning för klassen och alla barnen sa: ”ooh va braa!” Jag var jublande glad. Då fortsatte fröken att hålla upp teckningen

och klassen tystnade. Jag såg hur det blänkte till i ögonen hos en liten flicka på en av bänkarna längst fram. Hon började ana det jag också började ana. En fortsatt uppvisad teckning betydde inte ooh va braa!! utan ooh va dåligt!!. Med nedsänkt huvud gick jag tillbaka till min bänk. Min teckning var ful och slarvig. Den dög inte. Jag satt där med samma känsla, samma kalla självförnedrande känsla. Jag greps av en fullständig hopplöshet.

Så var jag tre och ett halvt år. Jag gick i trädgården i Storängen och jag kände mig glad och upprymd. Jag skulle få åka in till stan och min mor skulle köpa mig en bil! Så hamnade jag på sjukhuset i stället. Jag såg framför mig en snorig, ful, galen och gråtande unge som satt i en säng och guppade fram och tillbaka. Två sjuksköterskor stod i dörröppningen och såg med fasa och äckel på den lille. De vinkade till sig ytterligare en syster. Nu var det tre som stod och tittade på honom. Ungen som satt där och guppade har bara en tanke i sitt huvud: ”Du får inte sluta att guppa för då dör du”.

Då började jag gråta. Det var en tappad gråt. Nu kom den åter. Den var smärtsam, uppdämd och hulkande. Men den kom åter. Jag greps av en oändlig ömhet för denna fula, sketna lilla pojke som satt där och guppade och kämpade för sitt liv. Detta var det barn inom mig som jag har skämts för och äcklats av, som jag inte hade velat kännas vid och som jag hade varit rädd för. Men det var ju en liten kämpe. Jag kom på mig själv med att jag strök mig över kinden.

Det var en oerhört stark känsla, en känsla av befrielse.

Jag hörde mig ofta säga under frossarboåren att det var viktigt att flickorna först lärde känna sitt eget värde, att de började kunna klappa sig själva och förstå att de också var värdefulla innan de startade sin vandring in i de egna slutna rummen.

Det är viktigt att förstå att olika terapiformer kan komplettera varandra och samarbeta.

När jag nu kan se min egen barndoms tidiga traumatiska upplevelse där hästen blev mitt sista försök till räddning förstår jag på ett helt nytt sätt min egen sårbara känslighet för att detta viktiga inte skulle tas på allvar. Det var inte bara en intellektuell ide som jag presenterade, det var något av mitt sårade barn som jag visade. Fördelen med en psykodynamisk terapeutisk genomarbetning, är just att det som var oerhört farligt och livshotande då du var barn, kan bli helt hanterbart då du är vuxen.

Skulle jag ha fått möjligheten att vrida tillbaka klockan och starta om Stall Frossarbo hade jag på ett helt annat sätt framhållit och forskningsmässigt förankrat min kära co-terapeuts roll i det hela.

Kan erfarenheter liknande min vara till en hjälp?

Co-terapibergen är kanske ett område värt att kartläggas och beskrivas både för sin unika styrkas skull och även för den skörhet som kan finnas där.

En förutsättning för en bra co-terapi är att terapeuterna kompletterar varandra och att de är trygga med varandra. Det är något som måste arbetas fram. Det kommer inte gratis bara för att man är utbildad terapeut. Detta kännetecknar också djurassisterad terapi. Djuren är inte bara objekt. De samspelar med terapeuten i en helhet. Och denna helhet har en egen kvalitet som kanske kan ge ytterligare terapeutisk styrka men som också kanske kan skapa svårigheter. I ett pågående samtal med kollegan och vännen Matilda Ström berättar hon om flera exempel där hennes egen starka relation till sin medarbetarhund också har bidragit till öppningar i det terapeutiska arbete

## Terapeuten - Hästen - Tilliten

Inom all terapi, kognitiv såväl som psykodynamisk är en viktig förutsättning förtroendet mellan terapeut och klient. På detta förtroende vilar själva terapin, ur det får den sin växtkraft och näring.

Jag har i mitt yrkesliv arbetat med ungdomar i tvångsvård, ungdomar som har blivit svikna gång på gång, ungdomar som inte vågar säga ja eftersom ännu en besvikelse skulle göra dem alltför illa, ungdomar som fastnat i ett *nej, nej, nej*. Mitt första arbete som psykolog hade jag på Lövsta Ungdomsvårdsskola i mitten av 1960-talet. Lövsta var på den tiden både en yrkesskola och ett skolhem. På en höjd låg yrkesskolan och administrationsbyggnaden och på en andra höjd låg skolhemmet med fyra elevhemsstugor och en skolbyggnad. Mitt emellan låg Krukslätten med personalbostäder. Naturen var sörmländskt leende och den inneslöt också en sjö som hette Sillen. Det sammanlagda elevantalet låg kring cirka 80. Jag kallar Lövsta för ungdomsvårdsskola och det är något som jag kommer att kalla även andra institutioner inom samma vårdorganisation. Ibland använder jag även den något nakna benämningen §12-hem. Ordförvirringen beror på att den myndighet som under min yrkestid ansvarat för tvångsvård av unga, först staten, sedan landsting och kommuner och sedan staten igen, gärna byter namn på sin verksamhet då namnet tycks ha en förmåga att få dålig klang. Ungdomsvårdsskola, Yrkesskola, §12-hem och Hem för särskild tillsyn. Lövsta kom vid ett tillfälle att omdöpas helt och hette under en tid Sillebo för att sedan återgå till Lövsta eller Nya Lövsta.

Jag tyckte att jag under mina första yrkesår åtminstone lärde mig två saker. Den ena erfarenheten var att det tar tid att bygga en relation, att få en tillitsfull kontakt till en elev. I början kunde jag ibland tycka att jag var en baddare på att skapa kontakt, få en elev att öppna sig och bli personlig. Sedan insåg jag att detta intryck var något som just den eleven gav till alla som han mötte och som orkade lyssna på honom. Att flyga till blomma efter blomma, dricka nektar och ändå aldrig bli mätt.

Den andra erfarenheten var att förstå begreppet parallellprocess och vilka starka konsekvenser den kunde resultera i. I detta kapitel koncentrerar jag mig på relationsbyggandet, i nästa på fenomenet parallellprocesser. Inledningsvis berör jag bägge.

Det är egentligen inte svårt att förstå varför det tar tid inom tvångsvård att skapa tillit mellan elev och personal. Eleven befinner sig i ett väldigt utsatt läge. Det här är samhällets sista behandlingsutpost före fängelse. Eleven har ofta varit föremål för flera samhällsinsripanen, ofta med uppmaningen; ”skärp dig, ta vara på den här chansen, annars blir det

ungdomsvårdsskola”. Och nu står eleven där. Helt ensam inför något som varit ett ständigt hot.

Vart vänder han sig? Vad är viktigast för överlevnad? Det är inte till personalen. Det är till elevgruppen. Vem är kung/drottning, vem skall jag ligga lågt inför, vem är bäst att försöka få till kompis, vem kan jag ge mig på?

Det finns också klara paralleller till personalens situation. Med många tjänster följde kravet att bo på institutionen. Elever som personal var bundna till Lövsta. Det blev som en institution i institutionen. Personalgruppen hade sina koder, sina kungar, sina rangordningar, sina konflikter. Att komma som ny personal till Lövsta var att hamna på två institutioner samtidigt, i båda skulle du överleva. Hur du klarade dig i den ena kom att påverka hur du klarade dig i den andra.

Psykologrollen möttes av kluvna förväntningar. ”Vad kan den där snorvalpen som inte vi kan?” Nu har vi ju en psykolog, nu får väl han lösa problemen!”

Jag insåg att skulle jag ha någon chans att nå in i dessa två institutioner måste jag skapa mig någon form av egen position, skapa ett egenvärde som kunde få någon att vilja lyssna på mig. Jag försökte på många sätt. Jag tog över undervisningen för de tre yngsta grabbarna på skolhemmet en eftermiddag i veckan. Vi gjorde utflykter och levde vildmarksliv. En kväll i veckan hade jag öppet hus i ”personalmässen” där personal var välkommen att ta en fika och ”prata”. Jag kallade det för ”Drop in för snack ut”.

Med de äldre killarna spelade jag pingis, fotboll och handboll och åter pingis. Med personalen försökte jag samtala mycket.

De två institutionerna existerade parallellt men med vissa klara skiljelinjer. Eleverna fick inte säga du till personalen. Tilltalsordet var efternamnet. Den utövande makten, den som exempelvis avgjorde permissioner och isoleringar låg naturligtvis också hos personalen, men det var en makt som var hierarkiskt uppbyggd. Den formella makten låg hos rektor och assistenter och i viss mån hos psykolog och gästande psykiater, dvs. Kontoret. Den informella makten menade däremot många låg hos tillsyningsmännen. De som inte hade någon makt alls - och det var alla överens om - var vårdarna. De som var närmast eleverna var maktlösa.

På de här två institutionerna kom jag att möta elever och personal som i systemen ändå lyckades hitta livsutrymmen att växa i. Många krossades dock och gav upp. Många drömmar om att bistå och göra något bra slocknade, många elevers ensamma krampförsök fortsatte att vara just bara det, ensamma krampförsök.

På hösten 1967 fick jag tjänsten som psykolog vid ett nyöppnat skolhem för flickor, Lövsättra skolhem. Hemmet drevs av Stockholms stads barnavårdsnämnd och låg nära Ullnasjön i Vallentuna. Elevantalet var 24, i åldrarna 14-16 år. Flickornas problem beskrevs som psykosociala. Eleverna bodde i fyra fristående avdelningar, villor, sex elever i varje.



Behandlingstanken – före sin tid- var följande: ”Varför skulle Stockholm stad sända iväg ungdomar till ungdomsvårdsskolor, drivna av staten och spridda över hela landet?” Borde inte Stockholm med alla sina resurser kunna erbjuda ett bättre alternativ hemmavid och då också med möjligheter att arbeta med ungdomarnas hemförhållanden. Lövsättra skolhem ville vara ett sådant vettigt hemmavid. Sexton år senare skulle denna tanke under en period vara allmänt vedertagen. Januari 1983 trädde den nya socialtjänstlagen i kraft. Under elva år kom kommuner och landsting att vara huvudmän för den tyngre institutionsvården, de så kallade § 12-hemmen eller hemmen för särskild tillsyn.

På Lövsättra kommer hästarna in i behandlingsbilden.

Jag fick hyra ett stall som låg intill institutionsområdet. I stallet hade jag ett sto som jag tävlade med och ett fölsto med föl och en unghäst som skulle köras in. Stallet hade i sig inget med institutionen att göra, det var mitt eget privata. Men det var här som jag för första gången kom in i behandlingssituation som psykolog tillsammans med en häst och en elev.

Flickan var 14 år. Hon vistades mest bakom ett hårsvall som skylde halva ansiktet. Det hon mest ville var att inte gå i skolan, och att inte vara på Lövsättra. Hennes tal var fräs blandat med tystnad. Vi kom ingen vart. Då försökte vi oss på ett avtal. Låt oss kalla flickan Anna. Anna skulle hjälpa mig i stallet på morgonen före skolan, skulle följa med mig de dagar jag åkte till Solvalla och körde fort och även hjälpa till en stund efter skolan. I gengäld skulle Anna gå i skolan. Anna accepterade. Hon satt av sin tid i skolan och hon kom till stallet. Vi förde just inget samtal med varandra. Jag visade henne hur jag skötte hästarna, vad som var viktigt att tänka på, hur man selade på och av hästen, hur man fick en unghäst att inte bli rädd för sele och träns, hur man skötte hovarna osv, med andra ord alla de vardagliga sysslor som sker i ett stall. Det var inte många ord Anna sa men hon var med och gjorde det jag bad henne om. Mest arbetade vi i tysthet. Jag hade heller ingen brådska. Jag visste att ett relationsbygge tar tid och det här fick ta tid och skulle ta tid. Efter en och en halv, eller kanske var det två veckor kom jag hem till Lövsättra ganska sent en kväll. Jag såg att det var något på gång vid en av villorna. Folk hade samlats och jag tyckte att jag hörde klirr av glas. Jag körde förbi och fick då se min stallflicka stå där och vilt svänga en cykelkedja omkring sig. Hon stod på villans utealtan. Ett par fönster var krossade och övriga flickor och personal stod som fastfrusna på slänten ner mot villan. Jag hoppade ur bilen Någon ropade att de hade ringt polisen. Jag rusade fram mot Anna och jag hörde mig skrika något som ”Är du inte klok. Va fan håller du på med?” Min röst var gäll och ilsken. Jag kom fram till henne. Hon började skaka, släppte cykelkedjan och jag kunde hålla om henne. Hon sa inget. Hennes gråt kom stötvis. Polisen behövde inte komma. Vi åkte till psykakuten med Anna.

På morgonmötet nästa dag fick jag mycken ros. Det var skönt med en vuxen som kunde sätta tydliga gränser och som vågade stå för dem.

”Våra ungdomar behöver gränser.” Jag tog emot berömmet och allt borde

ha varit bra. Men det var det inte. Det var något som satt där och gnagde. Jag hade sett något som de andra inte sett, något som förbryllade mig, men detta behöll jag för mig själv. Jag hade sett Annas blick då hon först såg mig komma. Det var en blick av befrielse, vad skönt att du kom. Äntligen. Sen såg hon mitt ilskna jag, hörde min hårda röst. Och blicken liksom brast och blev tom och intetsägande. I tankarna återkom jag ofta till detta. Kunde det vara så att jag redan hade skapat en bas av tillit mellan mig och Anna? Kanske hade jag bara helt stilla kunnat gå fram till henne, ta av henne cykelkedjan och sedan hålla om henne? Men var detta möjligt? Här var en flicka som tvångsomhändertagits, som hade taggarna utåt, var obstinat och kontakträdd. Skulle hon efter knappa två veckor vara beredd att riskera ett ja i förhållande till mig? Jag hade svårt att tro det. Men kanske ändå?

Under 70-talet arbetade jag på Bärby Ungdomsvårdsskola utanför Uppsala. Elevgruppen var äldre kriminella pojkar 16-21 år, många också med missbruksproblem. Under de första tre åren hade jag en ren forskartjänst. Mitt arbete finns redovisat i Behandlingsundersökningar vid Bärby 1971-1973, Socialstyrelsen rapport 7, 1974. I och med tjänsten på Bärby köpte jag och min familj en avstyckad gård i Stalbo, sex mil nordväst från Uppsala och där hade vi våra hästar. Under åren kom flera elever att följa mig hem, över natt eller helg för att i pressade lägen komma ifrån och få lite andrum.

En sådan elev var Hasse. Vi kallar honom så. Han var stor, tjock och drullig, hade svårt att läsa omvärlden, han retade upp de andra eleverna, hamnade i ständiga bråk och förstod oftast inte att det blev som det blev. Han rymde ofta. Hans språk var torftigt. Om Anna fräste så brölade Hasse. Han blev något av en ensamvarg. Ingen orkade umgås med honom. En dag frågade personalen på den slutna avdelning där Hasse var intagen, om jag inte kunde ta med mig honom hem på kvällen, ge honom och dem själva lite andrum. Det höll på att bli alldeles för mycket av Hasse. Ingen orkade med honom längre. ”Han har det inte bra” Jag hade inte haft mycket med Hasse att göra. Han ingick som alla andra elever i det försök som vi bedrev vid skola om normaliserade elevlöner. Jag hade bytt något ord med honom i samband med datainhämtning. Det var allt.

Hasse följde med mig hem den kvällen. Tidigt följande dags morgon, innan vi skulle åka tillbaka till Bärby, gick vi till stallet för att sela ut vår fyraåring, en stor svart hingst. ”Det var en djävla stor faan”, sa Hasse. ”Du kan få borsta honom”, sa jag. ”Du stryker bara medhårs så här.” Hasse borstade lite avigt och på avstånd men mycket koncentrerat. ”Det där tyckte han var skönt. Nu selar vi på” sa jag. ”Faan också” sa Hasse där också och så fortsatte han. Det var en mycket välryktad häst som vi körde ut med. Under åkturerna verkade Hasse njuta stort. Jag körde, Hasse höll sig i ett rep i vagnen, och han satt lite halvlutad bakåt med kisande ögon. Det var en vacker vårmorgon. Det var April, solen hade just gått upp. Hasses kommentar under turer var: ”Faan, Forsling, faan”!

Några dagar efter Stalbobesöket hamnade Hasse i en helt låst konflikt på sin avdelning. Han hade dragit kniv. ”Han skulle ta mig faanen sticka ner varenda djävvel”. Jag tillkallades och sprang över till avdelningen. Hasse stod där mot en vägg, stor och väldig, håret på ända, rött i ansiktet och med en kniv i ena handen och en stol i den andra. Jag hämtade andan och stod stilla. Vi såg på varandra. Han mötte min blick. Jag kom ihåg att jag tänkte att detta är nog första gången som Hasse ser på mig. Tidigare hade blicken varit antingen ovanför eller på sidan av mig, aldrig rakt på. Jag sa ett tyst hej och gick fram emot honom. Han ryggade först tillbaka och sedan framåt som om han skulle ge sig på mig. Sen gav han mig bara kniven, satte sig på stolen och sa med en suck ”Faan, Forsling, faan”.

Jag har ibland i föreläsningar återkommit till den här episoden. Det har då varit för att belysa att samma ord kan betyda olika saker och att ords betydelser färgas av sina sammanhang och att även torftiga ord kan beskriva stora och äkta känslor och kan ha kraftiga emotionella laddningar.

I Co-terapibergen får den här berättelsen en annan innebörd. Den handlar inte om språk, den handlar om tillit.

Jag ser dig och du ser mig och jag tror att du inte vill mig illa.

I den tilliten ingick också en som var en ”djävla stor faan”, en fyraårig svart häst.

Två dagar senare skulle Hasse på rättegång för brott som han hade begått i samband med några av alla sina avvikningar. Hasse dömdes till fängelse. Vi tappade kontakten. Vad som sedan hände honom vet jag inte.

Det var under första frossarboåret. Det var lunch. Boendepersonalen tyckte att jag hade sagt ett ja där jag borde ha sagt ett nej till en av flickorna. ”Hon jidrar. Du är alldeles för godtrogen”. Jag tappade humöret. Jag kan skylla på att det var mycket som jag skulle hinna med på luncherna, förutom att äta gällde det att klara av frågor med huvdkontoret, och alltid var det någon som hade ringt som ville ha ett samtal tillbaka. Jag skällde ut flickan så något om hur otroligt besviken jag var på henne och avslutade med att nu får du gå upp till stallet så får vi fortsätta att reda ut det här när jag har ringt mina samtal. Flickan dröp i väg. ”Bra” sa mina kollegor ”men du förstår väl att nu drar hon”. ”Drar hon” sa jag ”är det jag som åker efter henne, ingen annan”. Jag ringde mina samtal. När jag kom upp till stallet stod flickan där och väntade på mig. Hon grät. ”Jag har inte jidrat” sa hon.

Jag tror att det var sista gången jag tappade humöret. Det betyder inte att det var sista gången som jag blev arg eller ledsen, men det var sista gången som jag tappade humöret.

Flera år senare, vi var på hemväg på vår årliga utomlandsresa, vi hade varit i Italien och vi hade besökt vår gudfader Sören Nordin. Vi närmade oss gränsen till Tyskland. Vi hade tagit rast. Jag kom att sitta bredvid den flicka som snart skulle avsluta sin första tvåmånaderskurs. Jag frågade henne om hon hade bestämt sig för att säga ja till ytterligare en tvåmånaderskurs på Frossarbo. Jag var inte alls säker på att hon skulle säga ja. Hon hade landat hos sin häst men inte hos oss vuxna. Hon hade inte mycket till övers för oss, släppte inte någon in på livet. Hon var otålig, lättirriterad och envis som synden. Jag var rädd att hon skulle säga nej bara för att trotsa. Hon tittade länge på mig och så sa hon ”Jo, jag kommer att stanna kvar. Jag skall stanna kvar ända tills att jag kommer att få se dig bli riktigt förbannad på mig eller någon annan”. Jag svarade att jag tyckte det var en fin utmaning att jag antog den och att jag visste en som skulle bli glad över hennes beslut. Det var hennes häst. ”Ja”, sa hon, ”utan min häst hade jag aldrig brytt mig om att utmana dig”.

I Co-terapibergen sätts ett minne till ett annat minne som i sin tur väcker ytterligare ett minne. Till slut är det ett pärlband av minnen. De berättar alla för mig, om och om igen, om min co-terapeuts förmåga att skapa tillit hos någon och få tilliten att också spilla över på mig. När vårt samarbete fungerar väl, när hästen litar på mig och följer mig, då blir hästens tillit till mig också en möjlig tillit för min elev att hysa den för mig. ”Kan den där stora hästen vara trygg med Sven då kanske jag också kan vara det”. När jag blir okänslig och driver på för mycket då ger eleven ändå inte upp. Hon stannar för sin väns skull, min co-terapeut, och jag får genom min co-terapeut en andra chans.

## Terapeuten – hästen – parallellprocessen

Du är i en personalgrupp för första gången. Du märker att du börjar känna dig obekvämt och utanför. Din osäkerhet ökar. Din rörelse blir lite hämmad, din röst låter forcerad. Du krymper och du gör inte dig själv rättvisa. Du regredierar. Skyggglapparna åker på, ditt synfält minskar. Det är då du skall höra din mentors röst. ”Missa inte chansen. Ta ett stort steg åt sidan, ta ett djupt andetag, riv av dig skyggglapparna och se. Det är inte du som krymper, du är i en grupp som får dig att krympa. Din osäkerhet är inte din, den är gruppens. Din blick är ännu fri. Den har ännu inte grumlats av gruppen. Du kan höra gruppens signaler. Den signalerar otrygghet och olust. Nu vet du vad du har att arbeta med och arbeta mot. Det är den här gruppen som skall ta emot och förvalta ungdomarnas ilska, förtvivlan, rädsla, frustration och alla förvirrade sätt att försöka få kontakt och nå fram. Det är den här gruppen som skall få ungdomarna att känna sig sedda, känna sig trygga och känna att det finns hopp till förändring. Det är den här gruppen som är behandlingsinstrumentet. Fungerar det behandlingsinstrumentet dåligt blir elevernas chans till positiv förändring inte stor. De lämnas att finna sin egen överlevnad i en elevgrupp där alla befinner sig i kris, kriser som kan ta sig många olika uttryck. Du inser att det inte är konstigt att den här vårdformen många gånger beskrivs i termer som brottsskolor och inte i termer av behandling, att vårdformen gärna döps om då en ny huvudman tillträder.

I förra kapitlet talade vi om tilliten som en av grundbultarna för ett terapeutiskt arbete. I institutionsbehandling ingår också en annan av dessa grundbultar, den att det krävs en trygg och samspelt personalgrupp för att skapa en trygg miljö som kan få eleverna att växa. I tvångsvård är det här en grundbult som lätt hamnar snett och låser bygget. Det är två grupper som skall samverka i två parallella processer som båda är viktiga men där förutsättningarna är olika och många gånger oklara och med dubbla budskap.

Har du sett en tulpanaros. Vill du se en. Tvångsvård av unga är en . Där försöker man förena makt med behandling. Det finns de som anser att det nästan är en omöjlig uppgift. Många är de trädgårdsmästare som där har sett sina tulpanarosplantor vissna och dö. Ändå fortsätter försöket. Det är flera liksom du som tycker att unga skall få ännu en chans innan samhället kapitulerar med utanförskap och återkommande inlåsnings. Uppgiften är svår. Tänk själv. Du är ung, du är i kris, allt är fel och omöjligt, allt går i svart, vuxenvärlden är bara hotande och oförstående och så plötsligt placerar denna vuxenmakt dig med våld på en sluten avdelning inom tvångsvården. I det läget är det inte lätt att känna trädgårdsmästarens kärleksfulla omvårdnad. I det läget är det inte lätt att

vara trädgårdsmästare och se att allt det han gör och allt det han vill bara missförstås och förkastas. Det är krig och det är frågan om överlevnad.

Många luttrade historiker hävdar att det enda som vi har lyckats lära oss av historien är att vi inte lär oss något. Vi gör om och om igen samma misstag. Det lär dock finnas ett undantag och det har använts av makthavare genom århundraden. En grupp i kris, den må vara hur splittrad som helst, sammansvetsats inför ett yttre hot. Det viktigaste blir att i första hand vara solidarisk med sin grupp. Varje nyanställd personal vet att det första budordet är att vara solidarisk med sina kollegor. Varje nykommen elev inom tvångsvården vet att det första budordet är att vara solidarisk med sin grupp. Här har vi två grupper som startar ett behandlingsarbete från början dömt att misslyckas om man inte kan skapa ett förhållande där det är lika viktigt att vara solidarisk med en elev som med en personal oberoende av gruppstillhörighet. Den målsättningen kan många gånger kännas utopisk.

En elev som har vistats en lång tid på en sluten avdelning ger sin syn på personalgruppen och hon jämför sin situation där med en ridskolehästs

*Tvångsvård och ridskola är samma sak. På en sluten avdelning måste de tvinga en till att vara snäll. Dom har inte tid att vänta. Därför straffar dom när dom egentligen bara behövde vänta. Det är som med ridskolehästarna. Dom måste tvingas till att vara snälla varje dag. Därför får man slå ridskolehästar. De är de enda djur som man får slå. Man skall visa att man bestämmer. Det får aldrig ifrågasättas. Det är du som ryttare som bestämmer. Låter du hästen bestämma så skiter det sig, Det är det samma för vårdarna. Dom slår oss med regler. Vi kan inte göra det och det. Vi får inte göra det och det. Gör vi det och det i alla fall, då slår dom oss med isolering, permissionsförbud, fickpengsavgifter eller skäller ut oss i terapeutiska samtal. Dom måste också alltid visa att det är dom som bestämmer. Annars är de inga riktiga vuxna. De menar att låter de ungdomarna bestämma då skiter det sig. Det svåra är att det stämmer. Tar hästarna över på ridskolan, skiter de fullständigt i oss. Tar vi över på en sluten avdelning skiter vi fullständigt i vårdarna. Men det är för att vi aldrig får tid att bry oss om varandra på riktigt.*

*Många av vårdarna vill säkert väl. Men det blir aldrig på riktigt. Dom har sina timmar. Sen går dom hem. Och så kommer det nya och nya. Ingen kan vara som han eller hon är. Det gör att det inte går att lita på någon. Vill du verkligen bli kompis med en vårdare måste du också kunna lita på att han står upp för dig när det är rätt och när du behöver det. Men du kan aldrig vara säker på att han gör det. Han kanske vill, men han vågar inte inför de andra vårdarna. Men då kan han heller aldrig bli en riktig kompis som du kan se upp till och som det känns riktigt och rätt att följa. Det blir regler i stället för kompisskap. Du bryter inte med en kompis. Men du bryter mot regler. (Från Flickan och hästen, SiS2/01)*

Vi satt i klubbrummet på Frossarbo och gick igenom stallreglerna. Vi kollade om vi tyckte att de stämde. Fanns allt där, hjälmen, tömmen över handen, att ha koll på vilken elev som var ute och körde, att vara beredd att ta emot och hjälpa till med avselningen osv. Borde någon regel läggas till, borde någon revideras. Jag kastade då fram ett förslag om en ny regel mest för att få igång en diskussion. Kan vi inte spika följande regel: Du måste alltid vara lika lojal oavsett det gäller elever, personal eller hästar.

Går det? sa en av eleverna. För personalen borde det vara en skyldighet. Men för eleverna, går det verkligen, ja kanske efter lång tid.

En ständig pågående fas i behandlingsarbetet är handledning och sammansvetsning av personalgruppen. Under de flesta av mina yrkesår, innan jag startade Stall Frossarbo, har detta tillsammans med forskningen varit min huvuduppgift. Erfarenheter och synpunkter från rollen som handledare och personalgruppsledare är material för en egen bok. Här vill jag dock dela med mig av en enkel erfarenhet och en nödvändig målsättning.

Du har åtagit dig uppgiften att bli P-gruppsledare för en avdelningsgrupp/ behandlingsgrupp inom tvångsvård av unga. Vad väntar dig? Förutom all vanlig gruppdynamik, med formella och informella ledare, kontrakt och upplåsningar, möter du nästan alltid en grupp där medlemmarnas tid i gruppen varierar stort. Några har varit med länge, andra är helt nya. En bra start kan då vara att var och en i gruppen berättar om sina drömmar, sina tankar och motiv som de en gång bar på då de började sitt arbete. Det blir som att nollställa gruppen. Alla är där samtidigt och alla kommer med i samtalet. Drömmarna kan också vara bra att gå tillbaka till vid kommande konfliktlösningar.

Då det gäller målsättningen för personalgruppens arbete skall du sätta den högt. Gruppen skall bli en grupp där alla tar ledarskap. Du vill ha en grupp med bara ledare. Det här provocerar men öppnar för ett viktigt samtal om ledarskap och behandlingsansvar. Låt mig ge ett exempel.

Hur den moderne chefen skall vara kan variera i populärböcker om ledarskap. För en del år sedan var en bra ledare den som visade med hela handen

Vid en speciell föreläsning jag höll var flera företagsledare närvarande. Jag hävdade att för att få en kraftfull behandlingsgrupp krävdes det en grupp där alla tog ansvar och vågade ta ansvar och där alla var trygga. Alla skulle visa med hela handen. Jag mötte mothugg. Blev det inte polsk riksdag om alla pekade med hela handen? Jag föreslog att vi skulle enas om hur en bra chef skulle vara. Vi enades om följande: En bra chef känner ansvar för verksamheten han känner ansvar för sina medarbetare, och han tar ansvar för sig själv. Han tar smällar, inte bara drabbas av dem, han ger kritik framifrån och inte bakifrån han står för sig själv.

Vilka av dessa egenskaper behöver inte hans medarbetare ha? Frågan ställdes retoriskt. Alla begrep att samtliga egenskaper var tillgångar. Jag gick sedan vidare med att hävda att med en sådan grupp behövde man heller inte nära myten om den ensamme ledaren. Han skulle förvisso få ta de avgörande besluten, de var inte bortdelegerade, de låg på honom, men de var öppna beslut och även om han som chef skulle få reprimander från högre ort hade han ändå alltid ett vängång omkring sig. Vad är det för svaghet i det? Var detta inte bara styrka rakt igenom. Jag kom ihåg att jag fick en viss acceptans från företagsledarhåll.

Det är nu du skall höja rösten och målsättningen. Det är nu du säger: ”Detta är inte en fråga om vad som är opportunt eller ej, detta är inte en fråga om ordlekar. Detta är inte en fråga om oss. Detta är frågan om våra elever. Vi har som frossarboflickan så riktigt uttryckte det en **skyldighet**. Vi måste som behandlare kunna stå för oss själva, vi måste i behandlingssituationen kunna ta ansvar, möta eleven där han eller hon är, inte gömma oss bakom regler eller en hotande chef eller att ge efter förett orimligt grupptryck. Vi måste som behandlare kunna säga ett ja eller nej när vi i situationen bedömer att det skall vara ett ja eller nej. Vi kan inte om och om igen svika eleverna i relationsbygget. Då blir det aldrig ett relationsbygge”.

Vår tanke och vår förhoppning är också att vårt sätt att fungera tillsammans skall sprida sig till elevgruppen, att eleverna tar efter, att de också börjar våga ta ansvar, stå för sig själva och ta hand om sig själva, ge kritik framifrån och inte bakifrån. Detta är egentligen vad miljöterapi handlar om och som är dess innersta väsen; Att vara tillsammans så att det blir bättre.

Det blir mycket lättare för dig att ta hand om dig själv och våga stå för det du tror på, om du känner dig omtyckt och trygg i din arbetsgrupp. Jag har länge skämtsamt hävdat att det borde finnas en lag som säger att på varje arbetsplats skall alla ha minst en bästis. I Co-terapibergen ser jag att i viss hästunderstödd terapi och på Stall Frossarbo har denna lagstiftning redan i viss mån tillämpats.

Parallellprocess har jag hittills använt som ett socialpsykologiskt begrepp som vill beskriva två grupper som samvarierar. Jag går nu över till begreppets ursprungsbetydelse för att med den försöka belysa de omhändertagna ungdomarnas situation på ett ofta förbisett sätt och som i Co-terapibergen åter aktualiseras.

Det kan vara spännande och fruktbart att ibland sätta in ett teoretiskt begrepp i ett något annorlunda sammanhang. Parallellprocess var i början ett begrepp som arbetades fram inom den psykoanalytiska och psykodynamiska teoribildningen.



En av tankarna som de psykodynamiska modellerna är uppbyggda kring är att tidiga traumatiska upplevelser förträngs eller feltolkas av barnet men finns med som oroshärdar som påverkar och saboterar i vuxenlivet. En målsättning med terapin är att försöka lokalisera och bearbeta dessa oroshärdar. Den gamle urterapeuten Freud tänkte sig att fria associationer kunde vara ett sätt att komma i kontakt med dessa tidiga upplevelser. Att ligga utsträckt på en soffa skulle öka patientens associationsförmåga och med en terapeut som höll sig i bakgrunden. Terapeuten skulle störa processen så lite som möjligt. Han skulle vara som en blank spegel som reflekterade patientens tankar och hjälpte patienten att tolka det som patienten såg och kände. Fick patienten ett raseriutbrott mot terapeuten tolkades det som ett raseriutbrott mot någon auktoritär person i patientens liv. Det här fenomenet döptes till överföring och blev en viktig del i tolkningsprocessen.

Men allt efter som erfarenhetsmassan ökade ifrågasattes spegelns kvalite

Terapeutens roll som en klar spegel som reflekterade och tolkade patientens problem visade sig vara en roll som lätt påverkades av patientens problematik. Terapeutens spegel grumlades och patientens överföringar blockerades av terapeutens motöverföringar. Terapeuten var tvungen att i egen terapi arbeta sig igenom sin egen motöverföringsproblematik.. Motöverföringsbegreppet ledde i en förlängning till ett nytt begrepp, parallellprocess, som ville ge namn åt det märkliga fenomen som tycktes kunna uppstå att terapeuten på ett omedvetet sätt drogs in i sin klients problematik och den processen tycktes gå hand i hand med förloppet för ursprungsterapin. Klarade terapeuten att bättre hantera sina egna problem, då klarade också patienten bättre sina. Begreppet parallellprocess kom till.

Terapeuter, kontaktmän, behandlare använder ofta begreppet parallellprocess för att beskriva sina egen motöverföringar och de svårigheter de hamnar i genom att utsättas för ungdomarnas svåra problematik. Många psykologer beskriver det som att terapeuten, genom att hårbärgera för mycket ”svårta”, kan få rena förgiftningssymtom som han eller hon oftast är helt omedveten om. Hur terapeuten lyckas arbeta sig igenom sin egen motöverföringsproblematik, blir en parallellprocess till terapeutens arbete med sin klient/ungdom. I institutionsbehandling talar man om personalgruppens behov av handledning och ”avgiftning” men sätter aldrig fokus på att samma förgiftningssymtom kan förekomma i ungdomsgruppen

All fokus är ställd på personalgruppen. Det är den som måste ta hand om sina förgiftningssymtom. Det är den som infekteras. Men hur är det för eleverna? De lever i samma förgiftningsgrupp. Hur förgiftade blir de? Genom att vända på strålkastaren, genom att sätta in parallellprocessbegreppet i ett omvänt sammanhang förändras bilden och nya konturer träder fram. Vi ser elever som redan initialt är svaga och sköra, tvingas in i en grupp som till följd av sin problematik anses giftalstrande. I motsats till personalen har de ingen möjlighet att åka hem

efter ett arbetspass. De är där av tvång tvingade att vara där hela tiden, alla dygnets 24 timmar. Hur kan eleverna få hjälp med sin avgiftning?

Terapeuten som vandrar i Co-terapibergen inser att han har en kollega som redan hjälper honom. Kollegan har funnits där hela tiden och han har i tysthet utfört sitt arbete.

I Co-terapibergen, med ett omvänt parallellprocessbegrepp får hästen plötsligt i träda sig en ny roll, den som avgiftare för eleven. Eleven kan gå undan från gruppen och söka närvaro och tröst hos sin häst. När elevtrycket blir för starkt, olusten och osämjan mellan eleverna för pressande, då kan eleven hitta en egen fristad där bara hon och hennes häst finns

En elev från Frossarbo:

*Pysen och jag kunde vara ensamma tillsammans och vi kunde vara tysta ihop och det var bra. Mot människor vet man inte alltid hur man skall bete sig. Gör man rätt, säger man rätt? Man måste vakta på sin tunga. Det behövde man inte med Pysen. Jag hade en kompis där uppe i stallet. Jag behövde inte hänga med de andra tjejerna om jag inte ville. Jag behövde inte ställa upp på deras speciella sätt eller jargong. Pysen gjorde att jag kunde vara mig själv och för mig själv om jag ville. Och har man någon att ta ansvar för fastnar man inte bara i sina egna tankar. Man får tänka nya tankar.*

Vi satt i rådslag. Vi hade en elevkonflikt. Det var en gruppkonflikt. Tre flickor mot tre andra. Känslorna svallade, invektiven haglade. En flicka reser sig upp och säger:

*”Ni är några riktiga barnungar. Så ni håller på. Men håll på ni bara. Jag har min häst. Jag skiter i ert tjafsande”.*

Frossarboeleverna tycktes många gånger välja sin häst utifrån sin egen självbild eller utifrån sina egna behov. De valde sin häst därför att han verkade elak, svårhanterlig, ful, rädd, ensam, att inge ville ha honom men också för att han verkade snäll och lugn.

*”Jag valde henne för att hon var en riktigt elak typ. Hon kunde sparkas och bitas. Hon hade sin egen vilja. Jag valde henne för att jag kunde känna igen mig själv i henne. Egentligen tror jag att vi var ganska så lika. Jag visste att hon också skulle förstå mig”.*

*”Jag fick välja mellan Stumpan och Lillen. Jag fäste mig vid Lillens ögon. Dom  
Såg så förstående ut. Han blev inte rädd för mig. Han stod utmed mig”.*

Vad skulle Lillen stå ut med?

*”Man är så rädd och ledsen. Till slut orkar man inte vara rädd längre. Ledsen är man kanske men man är inte rädd. Man slår i stället. Då blir andra rädda och då kan man nästan bli glad. Så knäppt är det. Många gånger räcker det med att säga elaka saker. Andra blir rädda då med. Jag är också rädd men för skitsnack. Det knasiga är att jag vet att många snackar skit om mig men jag vill liksom hoppas att det ändå inte är så. Det är säkrast att slå först att vara riktigt djävlig och att snacka riktigt mycket skit. Så knäpp är det. Men hästar snackar inte skit. När du blir kompis med en häst behöver du inte vara rädd. Dom som är elaka mot hästar är inte kompis med hästar och därför rädda för hästar. Dom förstår inte att hästar inte är människor och att man inte behöver vara elak mot en häst. Jag fäste mig vid Lillens ögon. Dom blev inte rädda när han såg mig. Dom såg förstående ut. Dom var snälla. Jag kände mig trygg med hans ögon. Jag tänkte att han kan nog stå ut med mig.”*

Flickorna upplevde att deras häst befann sig i samma utsatta läge om de själva. Hästen förstod, han visste vad det var frågan om. Han hade varit där.

I parallellprocessens bakvändbelysning kan man ana att en elevs val av häst, bidrar till att öka hästens avgiftningsförmåga. Bilden av vår co-terapeut blir allt mer mångfasetterad. Han är en kollega med flera strängar på sin lyra.

En sträng är A-strängen, avgiftningssträngen.

## TERAPEUTEN - HÄSTEN - SAMTALET

*Det här samtalet mellan dig och mig är helt på dina villkor. Du gör vad du vill av det. Du kan tycka vad du vill, fantiserar vad du vill och vill du ljuga mig full gör du det. Vill du sitta tyst är det också helt ok. På den här institutionen ingår i behandlingen att vi även erbjuder kontinuerliga samtal med en psykolog. Jag är en sådan psykolog. Du är tvångsomhändertagen och du är på en sluten avdelning. Med lagens rätt kan vi låsa in dig, vi kan isolera dig, vi har rätt att kolla din avföring och vi kan läsa din post om vi vill. Vi kan visitera dig och rymmer du kan vi sätta hela poliskåren efter dig. Vi har alltså stor makt över dig. Men hur vi än samlar på oss maktbefogenheter under förespegling av att vi vill hjälpa dig, kan vi ändå aldrig leva ditt liv. Det är du som alltid gör dina val utifrån den du är. Och det är alltid du som får ta konsekvenserna av dina val. En svårighet för oss alla är att våga se och acceptera våra egna fel. Det är alltid mycket lättare att se andras, att skylla på andra. Men det är först när vi inser våra egna fel och vågar möta våra egna rädslor som vi kan göra något åt dem. Det är inte frågan om att ställas till svars eller att bli utskälld. Det är frågan om att börja inse vem jag är och vad jag vill. Kan det finnas andra val, andra möjligheter?*

*Vårt samtal är helt mellan oss. Det stannar mellan dig och mig. Vill vi föra något vidare, enas vi om det, annars inte.*

Jag hittade det här exemplet på ett inledande terapeutiskt samtal, bland material från en utbildningsserie jag höll för behandlingsassistenter någon gång i början av åttitalet. Det genomsyras av en gammal kähäst den om vikten av att framhålla det egna valet, den egna rätten och möjligheten till ett val. Den rätten blir på sätt och vis extra viktig inom tvångsvården där behandling snubblande lätt kan bli till ett maktspråk. Vi har val och gör val. Valen kan vara begränsade och trista, ibland extremt trista, men de finns där, och inom tvångsvård av unga är det viktigt att hjälpa ungdomarna att se valen och kunna visa på nya val. Jag tänker på flickan som plötsligt stod där på Stall Frossarbo, med socialassistent och polis. Hon skulle akut placeras på en sluten avdelning på Hammargården, men hennes socialassistent hade hört talas om Stall Frossarbo och tyckte att de skulle pröva där först. Båda ställena var ju §12-hem. Jag fick förklara att en flicka placerades på Stall Frossarbo endast om flickan själv sa ja till det och då till två månader och till den första grundkursen i en hästskötarutbildning. Det krävde hennes aktiva val. Det gick inte att tvinga någon att arbeta med hästar, det kunde finnas både rädsla och allergi och att det egna valet var viktigt, det var ett första steg mot samarbete och delaktighet. Jag fick förklara det om och om igen. Skulle flickan stanna på Stall Frossarbo måste hon själv säga ja. Till slut brast det för flickan.

*”Vilket djävla skitval. Du menar att jag har att välja mellan att låsas in på en sluten avdelning på Hammargården eller att stanna kvar här uppe i skogen med några djävla sketna hästar. Vad är det för ett val? Kallar du det för ett val?”*

Jag fick instämna att det var kanske inte mycket till val men att hon just nu befann sig i en sådan eländig situation att detta var hennes val. (Hon kom att säga ja och hon kom att gå igenom hela utbildningen. Men det är en annan berättelse).

Jag startar det här kapitlet med ett samtal utan att hänvisa till hästen. Detta för att understryka den självklara självklarheten att ett terapeutiskt samtal i de allra flesta fall förs utan inblandning av hästen, och att det terapeutiska samtalet handlar om dig och den ungdom du arbetar med, inte om hästen. Lika självklart är också att det finns många olika terapeutiska angreppssätt inom tvångsvården. KBT-inspirerade träningsprogram är nog de för närvarande mest förekommande. Självprovade jag hypnos under en tid på 70-talet då jag arbetade som psykolog och forskare på Bärby.

Jag lärde ut till eleverna en metod till självhypnos som jag tillägnat mig på en workshop med John Hartland, en psykiater från New York. Det här var 1974. Hans inställning till hypnos var att all form av hypnos är självhypnos, men att vi varierar i förmåga att tillägna oss ett hypnotiskt tillstånd. Några hade stor förmåga, några ingen alls. Tanken med självhypnos är att en uppmaning eller suggestion som du ger dig under självhypnosen tycks ge en mycket större effekt än en i ett vaket tillstånd. Tekniken att träna sig att gå in i ett självhypnotiskt tillstånd var enkel. Eleven fick sätta sig bekvämt i en karmstol, men armar och händer tungt vilande på armstöden. Han anmodades att ta ett djupt andetag, föra blicken upp mot taket, sluta ögonen andas ut och slappna av. Han fick sedan tänka sig att jag band en ballong i ett snöre kring hans högra hand. Fortfarande med slutna ögon uppmanades han att känna hur ballongen sakta började lyfta upp hans högra hand. När överarm och underarm intagit en v-liknande läge var det självhypnotiska tillståndet uppnått. Då uttalades suggestionen, vad det nu kunde vara, exempelvis att vid ”uppvaknandet” känna glädje och le lite. ”Uppvaknandet” skedde baklänges. Ballongen avlägsnades, hand och underarm föll tillbaka mot stolskarmen, eleven tog ett djupt andetag, förde blicken framåt och öppnade ögonen.

Vissa elever svarade utmärkt på självhypnosen andra inte alls. ”Gå till psykologen och du får en gratis påtändning” var en slogan som lanserades av några av de mer nöjda eleverna. Under självhypnosen gav de sig själva uppmaningen att vakna påtända och lyckliga.

Till och från genom åren har jag fortsatt att använda mig av själv suggestion som ett komplement, speciellt då jag har arbetat med elever med sociala fobier.

Om du är intresserad av ”selfhypnosis”, gå in på Google och du får över 1000000 träffar.

Jag kallar det här kapitlet för terapeuten, hästen och samtalet. Väljer du att arbeta med hästunderstödd terapi, oberoende av din teoretiska hemvist, kommer du att märka att samspelet med hästen plötsligt kan ge dig oanade öppningar, nya ingångar till tidigare låsta rum, till samtal som kan både föra in och hitta fram. Jag vill ge dig några exempel

Det var lektionsdags på Stall Frossarbo. Vi talade om skillnaden i att vara jägare och att vara bytesdjur. Jägaren ser världen på ett sätt, bytesdjuret på ett annat. Jag bad flickorna att sätta upp ett finger framför sig.

”Se nu på mig. Ni ser mig tydligt. Men fingret är suddigt. Se nu på fingret. Fingret är tydligt men jag är suddig. En jägare måste kunna fokusera på sitt byte både nära och på långt håll. För ett bytesdjur är det inte lika viktigt att få en skarp bild av jägaren. Det viktiga är att upptäcka jägaren i tid, ofta på långt håll. Om en av era hästar hade suttit med på föreläsningen och jag hade bett honom hålla upp en hov hade han sett både sin hov och mig med samma skärpa. Mer oklart än när ni fokuserade på endera mig eller era fingrar men bättre än den bild ni fick när ni inte fokuserade.”

En flicka sa.

*”Men är inte människor också bytesdjur?”* En annan svarade. *”Nej, det är tvärt om. Vi är dom verkliga gangstrarna. Alla är byten för oss. Vi är de värsta. Vi är de grymmaste.”*

Den första flickan svarade. *”Men barn då? Barn måste väl ändå vara bytesdjur? När upphör ett barn att vara ett bytesdjur?”*

Frågan kom att bli hängande i luften. Ingen svarade. Det blev för några ögonblick alldeles tyst. Det var som om plötsligt den egna sårbarheten och utsattheten trängde sig på och kom nära. ”När upphör ett barn att vara ett bytesdjur?” Jag hörde mig plötsligt säga tyst som nästan för mig själv: ”Kanske aldrig” Ingen sa något, samtalet dog ut och jag fortsatte min föreläsning.

Nästa morgon bad flickan med frågan ”när upphör ett barn at vara ett bytesdjur” om jag inte kunde följa med henne då hon körde sin häst. Hon var på sin fjärde månad på Stall Frossarbo. Hon var duktig med sin häst, hade hästvana sedan tidigare. Hon log gärna, även om leendet kunde vara spänt, men med ord hade hon hitintills varit sparsam.

*”Jag har tänkt hela natten på det där vi pratade om i går. Jag kanske inte håller på att bli tokig i alla fall. Jag kanske bara håller på att sluta upp med att vara ett bytesdjur. Du förstår att jag kan plötsligt känna en så läskigt stark ilska och hat. Det bara kommer över mig. Ofta är det bara någon tanke och plötsligt blir jag som vansinnig. Först känns det nästan bara skönt. Verkligen, ingen skall få sätta sig på mig. Jag skall ge igen All gammal rädsla är som bortblåst. Här kommer jag, ”Step aside” Men inom mig blir jag sedan skitskraj. Vad håller jag på med. Vem tror jag att*

*jag är? Jag har alltid bara velat gömma mig, försvinna bort liksom. Inte klarar jag det här. Jag fick mycket stryk när jag var liten. Jag var verkligen ett bytesdjur. Vill ett bytesdjur ta sitt liv? Tror du att det är så? Jag tror att det kan vara så. När jag var liten ville jag bara försvinna. Det gjorde för ont. Det kan väl också göra för ont för ett bytesdjur? Men menar du att det också kan göra ont för en jägare. Var det så du menade att vi är både bytesdjur och jägare. Jägaren är också rädd. Och bytesdjuret kan också vara modig. Var det så du menade att det är? Att man kan vara flera saker samtidigt och ändå inte vara galen? Jag satt tyst och jag satt tyst länge. Det var en känslomässig eruption jag hade varit med om. Sen började ett samtal.*

Jag kom att tänka på min frossarboflicka när jag hörde Lena Stenvall vid Passage på Rosengård i Skellefteå berätta om en patient, en kvinna som var tyst och sluten i sig själv men som gärna ville vara med Lena i arbetet med hästarna. Vid ett tillfälle sköter de om en islandshäst och Lena förklarar att på Island är hästarna inte rädda för människor. Då säger plötsligt kvinnan: ”Där skulle jag vilja vara”. Och ett samtal började.

-----

Vi hade ridning som tillvalsämne på Stall Frossarbo. Mina egna ridkunskaper var minst sagt begränsade. Jag hade en sommar ägt en uttjänad galopphest tillsammans med några kamrater. Vi ville lära oss att rida. Jag jobbade på posten den sommaren. Vid ett par tillfällen lyckades jag få ut andra turens post till häst. Mycket mer än så blev det inte. Körutbildning ingick däremot i Stall Frossarbos grundutbildning. Många var turerna i motionsvagnen, först med mig körandes och flickan sittandes bredvid och sedan med flickan körandes med mig sittandes bredvid. Många blev samtalen. Många gånger var det också skönt att bara sitta där tillsammans i motionsvagnen, att höra hästen, se hästens rörelser, andas skogsluften och bara få vara. Tystnaden kunde också öppna för samtal  
Vid ett tillfälle inträffade följande:

Flickan körde. Jag satt bredvid. Hennes ena koftärm hade glidit upp. Jag såg ärren på hennes underarm.

*”Du ser mina gamla skärsår, sa hon. Förr visade jag dom. Nästan så att jag var stolt över dom. Dom sa att här är det jag som kommer. Nu skäms jag över dom. Jag var så djävla liten och så djävla rädd, alltid. Den enda jag kan visa dom för är Pysen. Han förstår. Han förstår mer än jag. Jag förstår nog inte själv men med Pysen är det ok. Han förstår att det hjälpte hur djävla konstigt det än låter. Kan du förstå det? Det var en tjejkompis som visade mig. Hon sa att det funkade. Men det funkade bara om man själv gjorde det. Inte om någon annan gjorde det på en. Nu behöver jag inte. Nu har jag Pysen. Det funkar mycket bättre. Det är på riktigt. Han orkar med mig och han klarar både sig själv och mig. Jag kan vara djävligt liten och rädd nu också. Men nu kan jag klara av det.*

*Känner jag hopplösheten komma skyndar jag mig upp till honom. En gång slickade han mig på armen”.*

Karin Lega på Djupedal berättar i ett brev till mig om en flicka i en liknande situation som säger om sin hästkontakt: Tomheten inombords är så stor att djuret som skall fylla hålet måste vara ”jättestort”.

-----

Var tycker hästar bäst om att bli klappade? Vi stod framför flickans häst. Hon var en av de flickorna som fräste mest och hon tycktes gå genom livet som en attackerad liten igelkott med taggarna ständigt utåt. Jag visade henne de ställen som Delvin Miller hade lärt mig. Delvin Miller var den amerikanske tränare som jag i min ungdom hade arbetat för. Känner du inte hästen, hade han sagt låt den först få nosa på dig och låt sedan handen glida bakåt mot manken och klia honom där. Då slappnar han av och förstår att du är en vän.

*”Jag tror att Lillen börjar förstå att jag är hans vän. Jag vill verkligen vara hans vän. Jag vill att han skall förstå det på riktigt. Jag vill att han skall ha det bäst.”*

Jag kunde inte låta bli att titta till på flickan. Inget fräs bara en allvarlig undran. Jag visade henne ytterligare några ställen. ”Vänj honom vid att du smeker honom över mulen. Ta lite runt överläppen. Många hästar tycker att det här är jätteskönt. Hästar kan ha huvudvärk precis som vi människor Massera i cirkelrörelser på pannan mellan ögonen. Då kan huvudvärken lätta. Håll också på mycket med öronen. Smek runt dom och i dom. I motsats till vad många tror gilla hästar det. De kan vara rädda i början. Kanske har man okänsligt tryckt på en öronkappa och skrämt hästen. Och här i början av nacken, bakom öronen blir många travhästar lätt lite stela. Det beror på att checkremmen låser huvudets ställning. Där tycker dom det är skönt att du masserar.

Flickan följde koncentrerat efter med sin hand. ”Vet du” sa hon, ”min mormor brukade klia mig just på huvudet när jag inte kunde sova. Det var när jag var liten och fick bo hos henne. Mamma var sjuk. Ibland försökte jag låta bli att sova bara för att hon skulle klia mig”.

-----

Får jag gå en runda med Scotten i skogen? Vi hade avslutat vår träningstur i vagnen. Flickan skulle börja på sin andra kurs. Hon hade varit två månader på Stall Frossarbo. ”Det kan du väl försöka”, sa jag, ”men ta det lite kortare grimskafte. Skulle han bli rädd för något och du inte orkar hålla honom, släpp honom då bara. Det är ingen fara. Han hittar tillbaka till stallet”. Vid nästa dags motionstur frågade jag flickan hur det hade gått att vandra med Pysen i skogen. Det var flickan som körde. Jag satt bredvid och höll mig i mitt rep. (Den som åkte med i ”jogcarten” hade alltid ett rep att hålla sig i). Hon såg inte på mig. Hon koncentrerade



sig helt på sin körning. Vi satt tysta. Hade hon kanske inte hört min fråga. Då säger hon: ” *Vi lekte min lek*”. *Det var bra*”. Vi satt åter tysta. Sen säger hon plötsligt: *Det var den enda leken som jag lekte när jag var liten. Mamma var mycket borta. Hon hade inte tid med mig. Då lekte jag min lek*. Vi satt tysta igen. Jag var osäker. Skulle jag fråga vidare eller skulle jag vänta. Vi satt tysta. Sedan frågade jag: ”Kunde Scotten leka din lek?” Jag ångrade mig direkt. Jag kände mig som en inkräktare. Det var hennes lek, inte min. Då säger hon: ” *Ja, han kunde leka min lek. Det var första gången jag lekte min lek och inte var ensam*”

Under hennes tid på Stall Frossarbo kom jag senare att få ta del av hennes lek, höra om hennes ensamma nattvandringar och drömmen om att komma hem, att någon satt och väntade på henne och tog emot henne som en prinsessa.

-----

Det kan vara svårt som terapeut att hitta balansen mellan sina egna ord och sin egen tystnad. Inom tvångsvård av unga kanske extra svårt. Det kan också vara svårt att förstå och att lyssna rätt. I varje terapi och längre möten kan du alltid lära dig något om dig själv. Det kan också vara slitsamt och risken är att du går på rutin, blir okänslig och lyssnar fel. Många gånger kan jag tro att jag var för tyst.

Jag var rädd att störa och bryta ungdomarnas trevande försök att sätta ord på något som kunde vara både kaotiskt och svårgripbart, deras sköra och vanskliga vandring mot att släppa minnen som saboterar och feltolkas. Att börja våga tro på sin rätt att ”jag också kan vara värd vänskap, att jag också är värd att räknas”. Det gäller att lära sig krypa först, och att sedan kunna resa sig upp innan den riktiga vandringen börjar.

I samtalet möter jag inte bara en flicka. Jag möter en flicka och hennes häst. Hästen sitter bredvid henne och stöttar henne och tror på henne och ger henne styrka att våga närmare sig och se det som gör ont. Det är en kontakt som tycks frigöra både gråt, skratt och nya tankar. Berörs jag av ett djur tycks det vara hela jag som berörs. **Det är kanske det som är den många gånger nästan magiska sprängkraften i djurunderstödd terapi. Det är hela individen som berörs.**