

KLIENTEN SPARKER TILBAGE

Tekst: **Dav Jacobsen**

Når det er tid til at afslutte et forløb med en klient, spørger jeg som regel ind til, hvad klienten har fået ud af at gå i terapien. Jeg spørger også, hvad klienten tager med sig videre i livet, og om der er enkeltstående indsigter, oplevelser eller dele af samtaler under forløbet, som har gjort særligt indtryk. Jeg spørger, både fordi der kan være værdi i at minde klienten om indsigter opnået i terapien, og fordi der kan være vigtig viden i svarene for mig i mit videre arbejde med andre klienter.

Da Sebastian for første gang er i terapi, har han i tre år samlet mod til sig for at starte. Nu har han opsøgt et behandlingstilbud, der arbejder med unge, som er vokset op i familier med misbrug, hvor jeg har været frivillig i fire år. Han begynder hos Susanne, som efter et halvt års tid får nyt arbejde, og Sebastian får tilbud om at fortsætte med mig. Han er ikke vild med, at jeg er en mand, faktisk betragter han det som endnu et svigt i en nærmest endeløs række af dårlige undskyldninger for ikke at overholde aftaler. Han mener, han var blevet lovet en kvinde. ”Jeg kender kun firkantede mænd,” siger han opgivende.

Han er 24 år, høj, slank og veltrænet med et roligt blik, men med urolige hænder. Før han begyndte i terapi, havde han aldrig talt med nogen om sine følelser, og at skulle dele dem nu med en anden mand er en stor mundfuld. Trods modstanden får vi forholdsvis hurtigt etableret en god relation, og han går ind i arbejdet med krum hals.

ANSVAR FOR SØSKENDE

Sebastians opvækst er ikke noget at skrive hjem om. Faren var kvartalsdranker, og moren var generelt fraværende på grund af alt for meget arbejde, hvorfor det blev Sebastians udtalte opgave og ansvar, at de tre yngre søskende fik aftensmad, lavet lektier og kom i seng i ordentlig tid. Gennem sin skoletid er han på grund af overvægt blevet mobbet, og trods mod til at fortælle voksne om både mobning og fars druk var der ingen, der tog affære. Han kan ikke huske nogensinde at have fået et kram derhjemme.

Aktuelt forstår han ikke – og er træt af – sine humørsvingninger. Som eksempel fortæller han om en episode, hvor kæresten har fri, og da Sebastian kommer hjem, roder det i køkkenet. Han prøver at beherske sig, men bliver mere og mere irriteret og eksploderer til sidst. En anden gang taler de økonomi, som Sebastian opfatter som noget meget privat, og også her bliver han irriteret, bliver helt tom indvendig og er bagefter skamfuld over sin reaktion.

Da han begynder hos mig, er hans dagligdag ekstremt struktureret. Han styrketræner flere timer hver dag både før og efter arbejde, har *on and off* været på kur i årevis, har fuldstændigt styr på sin vægt og sit indtag af kalorier og arbejder målrettet for at komme ind på sin ønskeuddannelse, som kræver færdigheder, der kan opøves. Sebastian prioriterer træning over samvær med kæresten, og han tillader ikke sig selv at nyde et stykke chokolade eller en kiks, for den slags er slendrian.

DET SÅREDE BARN OG INDPISKEREN

Det er helt almindeligt (og forståeligt), at børn, der er vokset op i familier med misbrug, hvor det meste sejler, senere hen overkompenserer i ønsket om kontrol over eget liv. Sebastian og jeg mødes i terapirummet hver fjortende dag hen over de næste mange måneder, og han bliver langsomt bedre til at takle sine udfordringer. Undervejs i forløbet kommer Sebastian i kontakt med både det sårede barn og den hårde indpisker, og ganske langsomt får han et mere afslappet forhold til sine indre dæmoner – og til chokolade. På opfordring spiser han en dag efter træning et lille stykke chokolade og opdager, at verden ikke styrter sammen.

En dag fortæller han om en konflikt med sin far, som han – Sebastian – netop har stået i. Han og kæresten er på besøg hos hans forældre, og faren, der under middagen har drukket sig beruset i rødvin, opfører sig urimeligt og bliver træls at høre på. Uden at gå ind i konflikten henvender Sebastian sig til kæresten og siger, at de skal hjem nu. Så rejser han sig, siger tak for i aften og gør klar til at køre hjem. Ude ved bilen forsøger Sebastians far at optrappe konflikten, men Sebastian lader sig ikke påvirke, og det unge par forlader matriklen. Som en anerkendende gestus sparker jeg let til hans skinneben, da han har fortalt historien og spørger ham smilende: ”Hvad i alverden laver du egentlig her hos mig?” Det griner vi lidt af uden at gå videre ind i det.

Nogle uger senere kommer han glad og fortæller, at han er blevet optaget på sin ønskeuddannelse, og de efterfølgende gange står det tydeligt for os begge, at Sebastian er ved vejs ende i terapien og klar til at gå alene videre.

MIT EGO FIK ET LOS

I arbejdet med de unge får jeg ofte ondt i hjertet, når jeg første gang møder dem i terapien, og de fortæller om en til tider brutal og kærlighedsløs opvækst, hvor de ikke er blevet set. Mange af dem græder ved genkaldelsen, men også over lettelsen ved endelig at kunne dele deres smerte med et andet menneske. For mange af dem er det første gang. Den sidste session kan derfor godt blive lidt følelsesladet (mest for mig), fordi vi har delt

så mange fortrolige stunder og nu skal skilles for sandsynligvis aldrig mere at ses. Jeg kommer simpelthen til at holde af dem, både i empati med deres smerte, men også på grund af deres mod til at dele det sårbare og deres stædige arbejde for et bedre liv.

Da Sebastian sidste gang er i terapi, spørger jeg som sædvanlig, hvad han tager med sig videre og helt uden tøven, svarer han: ”Da du sparkede mig over skinnebenet, gik det op for mig, at jeg godt kan selv.”

Jeg havde nok forventet et andet svar. I hvert fald var min umiddelbare tanke: Nå, nå! Her har jeg i timevis siddet og været klog. Brugt min intuition, min viden og min erfaring, bragt mig selv i spil. Grinet med og trøstet. Forholdt mig. Lyttet, så mine ører blev røde. Og så er det et los over skinnebenet, han husker. Mit ego fik et los tilbage.

Men det er jo noget af det, der er så forløsende ved vores arbejde. Klienterne bliver opmærksomme på deres mønstre og dermed klogere på deres liv. Bedre til at håndtere det ved at få øje på nye muligheder for mestring. Og vi bliver klogere. Det blev (igen) tydeligt, at vi aldrig kan vide, hvad klienterne i sidste ende tager med sig. Vi er helt uden for indflydelse. At mit ego fik et los var helt åbenlyst fortjent.

Tak for det, Sebastian.

Personnavnene i artiklen er opdigtede.

'Sebastian' har læst og givet tilladelse til, at artiklen bringes.



Dav Jacobsen er selvstændig gestaltterapeut MPF, sexolog og supervisor med praksis i Aarhus.