

Transkripsjon av timen

Transkripsjon av timen i Demonstrasjonsvideo 2, med skåringer

av MBT Kvalitetslaboratorium, Oslo universitetssykehus

Terapeut: Psykiater Sigmund Karterud (T)

Pasient ”Lise”: Skuespillerinne Linda Hverven (P)

- Når den ene snakker og den andre kommer med innskutte setninger eller kommentarer står disse i parentes.

De uthevede tallene til venstre er konsensususkåringer fra MBT Kvalitetslaboratorium (Sigmund Karterud, Espen Folmo og Kjetil Bremer)

T: hei

P: hei.....

T: Hvor skal vi starte hen i dag tro?

P: hmm.. fra der hvor vi slapp sist (mhm okay)..på hva som skjedde...når det ble slutt mellom meg og kjæresten (mhm)...eh, var det ikke det? når jeg kom hjem til leiligheten da...så..var jo hun veldig frustrert og (mhm, ja det...mmm ja)..over at jeg kom tilbake..

2 T: ja, ja det fortalte du, det fortalt du forrige gang. Jeg har vært litt nysgjerrig nå, hvordan har du hatt det siden...siden sist time her?

P: hmm...jeg vært litt sånn, bare gjort det man skal (mhm)...ikke, bare prøvd å ikke tenke på hva jeg tenker eller føler eller bare noen ting bare vært.... bare vært på butikken... og vært på gruppeterapi (mhm så du..)har gjort alle de ting jeg liksom skal og må og (okay)..bare ja...

16 T: mhm...ja, så...litt...jeg får det inntrykket at du har vært flink pike, er det det du? (ja) ...er det det du forsøker å si eller?

P: ja, synes ikke du det høres sånn ut da, at jeg har vært flink pike? Bare gjort alt det som man typisk må gjøre og gjøre det helt sånn som man skal (mhm)..men jeg har kanskje ikke vært så veldig engasjert (okay)..sånn veldig liksom, i den gruppa..men jeg, så jeg.. (ja fordi jeg s..) så sa hun dama at ”du trasser” og sånt. Eller hun følte at jeg trassa

T: hvem, hvilken dame?

P: hun i gruppeterapien

T: eh..terapeuten?

P: mmm, (ja, okay). at ”det er litt sånn trass, nå sitter du bare på trass” (så du, så du..) ”for du deler ingen ting i dag, du hører ikke på de andre, du sitter bare og..”(ja, det..det) og det var faktisk det jeg gjorde (ja), for jeg skjønnte ikke hva som er vitsen med å være der...

14/17 T: nei, så.. det var det vi sluttet av med litt så ...jeg sa jo da til deg: ”kan du gå for min skyld?”, sa jeg

P: ja, da gjorde jeg det. For din skyld

14/15/16/17 T: da gjorde du det for min skyld...det..all right, jeg synes det var all right jeg...det så men... for din del da..du fikk altså ikke noe særlig ut av det?

P: nei det gjorde jeg bare for din skyld, ikke for min skyld (ja, så, ja). Så hvis det er sånn man skal gjøre det, bare din skyld og ikke for seg selv så er det det samme for meg egentlig..

14/16 T: sist uke så har du vært litt ”flink pike””(ja), for min skyld (ja)

P: og for alles skyld, lissom, men det...er ikke sånn at det blir så veldig satt pris på akkurat, men det er hvertfall.. det er ingen som kan ta meg på noe heller liksom

14/2/10 T: nei...men...hvordan har du det nå? ..assa for forrige time, da du kom med at alt hadde rast sammen, da hadde du det ganske ille med deg selv (ja)..hvordan, hvordan er det i dag?

P: nei, akkurat i dag så er jeg litt sånn... nei jeg bare driver med..

T: du bare driver, driver med...okay...det så....

P: vet ikke, nå er jeg her og....

3/15 T: jeg vet ikke om det er meg nå som forsøker å si til deg ”men har du det tross alt ikke bedre nå?” (jo faktisk så..) enn du hadde det for en uke siden, det er som om du sier at: ”men jeg bare gjør det for deres, for din skyld eller andres skyld” og ja..

P: ja okay du mener at ”det hjelper faktisk?”

T: jaa...på sett og vis..

P: men..og det kan godt hende, at det hjelper, men jeg bare har ikke helt sett...hva det er som hjelper i så fall (m, okay) men jeg har tenkt at nå bare gjør jeg det jeg får beskjed om (mhm), og det er ikke som om at jeg synes det er gøy eller føler så veldig åh åh åh liksom, men jeg gjør det hvert fall (mhm). Men jeg ser fortsatt ikke poenget så jeg blir litt irritert og

2/10 T: mhm, ja... irritert på?

P: nei på hele systemet liksom. Hvorfor må man i gruppeterapi?! (ja)..hvorfor kan man ikke være hos..bare deg da? (mhm) åsså kan de som vil være i gruppa, være i gruppa lissom?

17 T: mhm, ja, nei det er jo et poeng at vi mener at disse to tingene henger sammen da...men...assa fordi...gruppeterapien den er da...litt tettere på livet, den ligner litt mer på det vanlige livet..

P: ja, så ja, jeg fungerer ikke i det vanlige livet da?...

T: innimellom fungerer du utmerket, av og til så går ting helt skeis...

P:ja, jeg sier ikke at det ikke gjør det (sånn er det)..ja.

2/17/12 T: så vi tenker liksom i retning av at okay, individualterapien er ganske spesiell situasjon, bare oss to (ja) som sitter og det er ikke noe ytre forstyrrende så vi kan snakke sammen om ganske dype ting (ja). Så har vi den virkelige verden som kan være kjip, dramatisk, grusom, men også flott, også har vi gruppa som er litt i mellom som ligner litt mer på den virkelige verden, samtidig som det er terapi. Tanken vår er jo det at...at hvis du får det til...gruppeterapien blir litt mer trening på ting som ligner på den virkelige verden (mmm)..enn det vi holder på med her. Det....så, hvis vi nå går tilbake til gruppa på, på torsdag så...hva var det som hendte for deg der?

P: nei det ble liksom til hun ene ikke sant hun...ja, forteller om et forhold som hun har vært i og "blablabla, han hadde vært gift og hadde unger og blablabla" og snakker om det.. Også har du hun andre som liksom snakker om familien og sjalusi med broren og blablabla. Også sitter jeg og skal bare høre på alt det der (mhm). Så tenker jeg bare, ja jeg er hvertfall her, men jeg ser ikke noe vits i at jeg skal høre på alt det der og synes det er veldig kjipt (ja), veldig kjedelig og uninteressant..

17/16 T: slik at..sånn at du kom ikke inn med din historie heller, eller dine ting denne gangen?

P: nei det var...jeg ble egentlig publikum liksom (ja, okay), også sitter hun... også ser hun på meg også sier hun sånn: "det virker som du bare er litt sånn på trass her i dag, for du har..." og jeg var litt sånn hadde lyst til å ha på ytterjakka-følelsen da (ja), og det skjønte hun, også kommenterer hun det...

17 T: men var det en av terapeutene som sa det? (ja) at "det virker som at du er her litt på trass"?

P:ja eller ikke "på trass", men jeg føler at det var det hun sa..

17/16 T: ja, okay det var kanskje litt andre ord, men du tenkte at...

P: det var det hun mente liksom.

T: ja, "at du var her på trass...og.."

P: hun spør liksom, "går det bra med deg nå" da liksom, men jeg skjønner at hun liksom sier; "jeg ser at du er her på trass", det skjønte jeg at hun mente da

9/17 T: okay, jeg skjønte ikke umiddelbart at det var det hun mente ved å si det at liksom...men

P: nei, men jeg så det på henne liksom, på blikket og alt liksom, jeg bare kjente det liksom at hun mente det (mhm) da blir jeg litt sånn...det er ikke det at jeg blir mindre der på trass da for å si det sånn

13/17 T: nei det kan jeg...det kan jeg skjønne..

P: for da synes hun liksom at jeg skal få bemerkning liksom..

9 T: ja, men sånn mellom oss...ehm...dette med at du "bare så det på henne"..(ja)..ehm, "skjønte med en gang hva hun egentlig mente" (ja)..assa dette har vi vært innom en del ganger tidligere (mmm)...assa når du får den opplevelsen..da...så er det noe med å koble inn...assa..er det noe...."tolker jeg nå litt i verste mening?", "er det mulig å forstå dette på en litt annen måte?"..

P: ja jeg vet det.

14/9 T: Når du sitter her, sammen med meg da, tenker på det som liksom skjedde...er du liksom helt sikker på at hun var....det er som om hun var litt ute etter deg...assa sånn?

P: ja, det er hvertfall det som umiddelbart skjer med meg da når noen har akkurat den holdningen til meg som hun hadde akkurat når hun spurte; "sitter du godt, får du med deg det hun sier"- aktige tanker så får jeg ..i måten som hun sier det på så er det akkurat som at hun hadde det litt sånn i seg da, når hun så på meg, at "ja, er du her egentlig på trass eller?"

(mhm). Hun hadde det litt i blikket sitt, og ja, kanskje det er mulig at jeg, kanskje hun egentlig ikke hadde det, men....for meg så...jeg følte meg..

9/17 T: Ja, nei, fordi....ehm, fordi....kan det muligens komme inn her det at du hadde vært borte to ganger? (ja) fra gruppa og...ehm

P: jeg synes ikke det er gøy hvis hun skal ta opp det foran hele gruppa; "ja her kommer hun som ikke har vært her på to ganger og nå skal vi høre alt om henne" (mhm). Nei fordi da føler jeg at da skal jeg stilles til veggs foran alle de andre

17/16 T: mhm, ja, så ble ikke dette et tema da at du hadde vært borte..?

P: nei jeg var litt (for du...) jeg var kanskje litt avvisende i forhold til å si så mye (mhm ja så..) og det var det det blikket kom det derre.. (ja) ..og da tenkte jeg (så...) at da skal jeg i hvertfall være der på trass (ja) fordi, du har allerede bestemt deg for at det er det som..det er jeg liksom, det er feil da at jeg....(mhm) ja

17/16 T: ja, så på en eller annen måte så ble det til at, du og de andre i gruppa, dere unngikk litt dette temaet om at du hadde vært borte to ganger, eller...er det slik å forstå?

P: eller kanskje det er jeg som unngikk det da (ja)

17/16 T: kom det forslag fra noen (ja) om å skulle snakke om det? er det slik? (ja) også sa du et eller annet om at "nei..dette.." (jeg bare...) "nei dette...." er det sånn å forstå?

P: ja (ja, mhm). Jeg bare skjønner ikke hvorfor jeg skal si det foran alle andre (mhm). Jeg synes ikke det...

17/16 T: ”si det”, tenker du på da at du måtte komme med hele storyen?

P: storyen ja liksom, foran en hel gjeng med folk som...nei jeg synes ikke det er noe gøy alltid..

13 T: mhm nei, nei, det er ikke noe..

P: jeg hadde ikke noe lyst da fordi..

17/11 T: hvilke andre følelser er det som ligger i det tro..?

P: nei jeg er redd for at de skal bare tro at jeg er..at jeg er helt feil da og...også at de... ser på meg som verre enn dem selv eller (mhm)..de har sine greier liksom

17/16/11 T: ja så du er redd for hva de vil tenke omkring deg?

P: for jeg synes ikke jeg...

17/11 T: hvordan er det med dine egne følelser? Sånn hvis du skulle...

P: nei for det første så tenker jeg at jeg ikke har behov for å høre hva de har å si, og for det andre så har jeg ikke noe behov for å fortelle dem hva jeg har å si (mhm). For det tredje så synes jeg det er kjedelig å høre igjen og igjen på dems greier og...

17/16/11 T: når jeg spør om dine følelser så tenker jeg på..hva er det... kommer det inn i bildet her at det..at det er ting her du skammer deg over...ja for eksempel..eller noe du har skyldfølelse for...er det noe som går på din egen selvspekt

P: jeg føler at jeg har gjort feil igjen ikke sant, ”og nå skal jeg fortelle om enda noe som ikke er ideelt i Lises liv liksom” (mhm) ”hør hør” (mhm). Det gir ikke meg så god følelse og jeg hadde liksom nok av dårlige følelser egentlig (mhm) og, og da føler jeg liksom at alle skal høre det og mene noe om det og sånt, og da får jeg litt sånn, jeg blir litt mistenksom i forhold til hva de egentlig tenker (mhm). Så blir jeg lei meg da liksom, jeg føler meg ikke noe vel i det

17/2/10 T: nei, men det som vi sitter og snakker om nå, at det knytter seg veldig mange følelser til denne, alt det som skjedde for noen uker siden...(det sitter jo i meg fortsatt liksom..) ja som gjør at det er vanskeligere å snakke om det (mhm). Kunne det ha vært sagt? I gruppa

P: ja, jeg sa jo egentlig litt det da (okay) så (mhm) det var egentlig nesten bare det jeg sa, men jeg sa hvertfall det at. At jeg hadde litt vanskelig for å skulle si noe akkurat nå

17/2 T: mhm, ja. Var det noen som sa noe til det?

P: ja de spurte liksom ”hvorfor synes du det er vanskelig og?”...ikke sant (mhm). Jeg bare, ah, bare

10 T: ”ahh” hva er?

P: ja da får jeg sånn ”da kan jeg like godt ta livet mitt- følelsen”. For jeg har ikke lyst til å si det. jeg har ikke lyst til å snakke om det, det blir veldig voldsomme følelser og da tenker jeg da holder jeg heller helt kjeft (okay), for jeg er ikke klar. Eller jeg vil ikke nå

13 T: okay, skjønner så ”alarm alarm” inni deg men ..

P: ja, jeg blir anspent av det

17/16/11 T: så du, så det var faktisk noen som sa på en litt vennlig måte da hvis jeg skal si det sånn at.. oppfordret deg litt ”du skjønner Lise at..” (ja). Men det var nesten slik at den litt sånn vennlige invitasjonen fikk det til å knytte seg ekstra, eller..?

P: ja men det er jo liksom selve intensjonen er ”nå skal du stå her og fortelle alle andre hvor jævelig du er”-liksom følelsen..

T: så du

P: de sier det på en fin måte, men det man skal gjøre er, det er ikke noe, jeg har ikke lyst til å fortelle om alt som skjedde til alle de som sitter der (mhm) og de har liksom sine greier og de, jeg synes de egentlig er verre enn meg, men akkurat nå var kanskje jeg verre enn de liksom (mhm) og da hadde jeg ikke så lyst til å pøse på med (nei), skyte meg selv foran de liksom

17/16 T: ja, så da ble det helt blokkert så (da ble jeg liksom) da kom dere ikke videre..

17/11 T: hvordan hadde du det da du gikk fra gruppa?

P:nei jeg.....følte vel at jeg liksom....gikk derfra....med en like dårlig følelse..som forrige gang neste.. vi så hverandre (okay, ja). For da fikk jeg sånn (okay), ja litt sånn følelse av at jeg liksom...

17/16 T: ja, så du.... Good news i og for seg, var altså at du gikk, ehm for, på mine vegne så å si (ja). Ja, men det bad news er at det ga deg ingen ting, slik at du fikk ikke noe mer lyst til å komme tilbake ut ifra deg selv?

P: ikke noe særlig akkurat da fordi jeg sk...ja jeg skammer meg liksom (mhm)

13 T: mhm, ja (ja), det...det kan jeg skjønne

P: hvis jeg hadde hatt litt andre historier å fortelle liksom så hadde det vært greiere

13 T: ja, det å skamme seg er en jævlig kjip følelse (jha), det er ikke noe særlig....det..og når man skammer seg så er det lett å tro samtidig at andre forakter en (ja)..det...det er lett.

P: og det hadde ikke vært...det trengte ikke jeg liksom

13 T: nei det skjønner jeg

P: at de skulle sitte der og bare (nei)...ja, få meg til å skamme meg og da vet de det, da er det bedre å bare ikke... det er ingen som vet hva du skammer deg for hvis du ikke sier det liksom (mhm). Når du sier det så forteller du liksom om ting du vet selv kanskje ikke var bra da (ja) så er det jeg som har gjort det liksom (ja)

13 T: ja, det...sånn at... mhm, det jeg skjønner...

P: da blir det lettere med en person da som er deg, som kjenner meg og som har kjent meg et halvt år liksom (mhm) og som jeg liksom..da er det liksom vi som snakker (mhm), og da får jeg fortalt ting på min måte uten at jeg føler liksom at det er hundre andre som skal mene noe liksom

11/14/16 T: og da kommer ikke den tanken så fort om at jeg forakter deg?

P: nei

11/14/2 T: nei. Er det fordi at vi sitter her og som gjør at du ser meg? (ja) er det det som gjør at ikke den tanken der dukker opp så sterkt?..at jeg forakter deg, eller?

P: ja, du er liksom en person da, istedenfor ti. så er du en person som jeg har på en måte litt sånn forhold til at her kan jeg si hva jeg vil (mhm). Og du er der fortsatt liksom (mhm). Men jeg har følelsen av at de andre i gruppa de kan ha, de kan godt vise meg litt sånn hva de synes om meg noen ganger...sånn i kroppen og hva de sier liksom sånn (ja)..i gangen etterpå eller ..

T: jada jada, det er mye mer upredikerbart assa hva er det som..

P: hvordan reagerte de på det nå liksom..

T: jada jada, ti personer de kan reagere høyst forskjellig det..

P: da er det hverfall noen av de som tenker masse slemt om meg da eller..

T: ja det er mulig

P: synes de jeg er dårlig eller

T: vi skal ikke se bort i fra det..at det er mulig

P: jeg synes det er vanskelig å se bort fra det i det hele tatt

17/9/11 T: jada ja, men vil det også kunne være noen der ehm, som liker deg, som setter pris på deg...som tenker at "uff, det var dumt at ting skjedde på en sånn måte at det gikk utover deg selv og som da"...ehm.. men som er tilstede for deg, og ønsker å være sammen med deg? Er det noen i gruppa som du tenker at kan være slik?

P: ja det er kanskje en av de faktisk, men derfor så vil jeg ikke ødelegge at.. for den tror liksom så godt om meg da...eh kanskje (okay). Det vet jo ikke jeg, men jeg tenker at tenk hvis kanskje hun synes jeg er en all right person da. Men hvis jeg forteller den historien så synes hun ikke det lenger

17/16 T: okay, skjønner. Assa hvis du kommer med ”the true story of your life” på en måte (ja) så, det vil bli too much (ja kanskje det) ja.

P for jeg er ikke sånn som jeg var hele tiden. Det er ikke sånn at jeg kaster mobiltelefonen på alle liksom (mhm). Eller det...de jeg har gjort sånne ting med er jo faktisk de jeg har vært kjæreste med (mhm) faktisk. Det er liksom ikke hvem som helst det er jo... Ja så jeg vil ikke at hun...kanskje hun er redd for meg da hehe etter på eller..

10/17/13 T: for eksempel, men alle de tingene som du sitter og snakker med meg om nå, og som gir veldig mening. Assa for slike bekymringer kan man ha, det kan være helt naturlig og ehm, men...det er noe av poenget med gruppeterapi at dette er det også mulig å snakke med andre om...eh...det virker for deg som om det er gaaanske skummelt...å snakke med om andre, altså hvilke tanker (ja) man har, hvilke fantasier man har, hva man frykter hva man føler det..

P: jeg kan si mye liksom men det, hvis jeg forteller liksom alt det som jeg blir spurt om i terapien da, da synes ikke jeg det er gøy. For da blir jeg redd for å bli avvist (mhm). At det er liksom, da mister jeg den relasjonen da (mhm), hvis jeg forteller om sånne ting liksom (mhm). Så jeg pleier å fortelle om det som bare virker bra da

T: ja, så du ja

P: men jeg blir veldig sliten av det og jeg føler meg liksom så anspent liksom

2/14/17 T: ja, at du ja...ehm... hva gjør vi nå tro?...med..vi har et problem når det gjelder den gruppeterapien. Altså den gruppeterapien er jo ikke til for å skulle skade deg, det er ikke derfor den... eller for å plage deg, det er ikke derfor vi har den. Samtidig så..

P: da er det veldig rart at den gjør det og... det er ikke sikkert de andre synes det er så gøy å gå der heller

T: haha, nei

P: men jeg kjenner at den plager meg, det plager meg å gå der.

T: Innimellom så...

P: kanskje den gjør at jeg er lei meg nå, faktisk

17/10 T: ja, det ville jeg også tro at den kan bidra til det (mhm)..er det fordi at det blir litt sånn nederlagsopplevelse eller hva er det som gjør at den, at det kan bidra til at du er veldig lei deg nå?

P: nei, jeg kan mestre det liksom, men bare akkurat den historien der synes ikke jeg er noe gøy å fortelle om, fordi det var noe som, jeg var ganske høyt opp da (mhm) eller sånn...hun ene fikk jo høre om han som jeg hadde møtt og sånn

T: jaha okay (ja og), inne på kjøkkenet da eller? I forbifarten at liksom ”jess nå...”

P: ja, da synes jeg det er litt ekstra kjipt å fortelle hva jeg faktisk gjorde mot han liksom (mhm) og prøve å forklare at det var liksom... nei jeg bare hadde ikke lyst til at hun skulle vite akkurat hvordan det (mhm). Det er lettere å si bare ”nei det ble slutt for det var liksom ikke noe...det var ikke så riktig eller”

17 T: skjønner, at det kan være... og det er ofte sånn man gjør i det ordinære livet. Det som er spesielt med gruppe og gruppeterapi da er at der skal man gå dypere inn i ting og forsøke å være mest mulig ærlig og åpen når det gjelder...og

P: det vet jeg (ja ja) jeg skjønner det

T: og det..

P: men jeg har ikke lyst til det med akkurat det..

14/13/2 T: nei det er triky og vanskelig...så...hva...hm....hvordan....kan vi da gripe an dette her med sånn at..?

P: må man liksom fortelle alt liksom i den gruppa?

T: nei du må ikke fortelle alt, det, men hvordan..

P: vi skal jo være så ærlig, men akkurat sånne historier (mhm) hvor jeg skjemmes veldig over det som er gjort, hvor jeg har skikkelig problemer iforhold til meg selv i forhold til det...jeg vil heller liksom slenge meg i veggen enn å gå i den gruppa og fortelle det liksom (mhm ja...det). Da blir det så veldig fristende å ikke gå...

14/17/2 T: ja, veldig bra at du gikk selv om det ikke ble noe sånn høydare for å si det sånn. Assa at du gikk derfra med litt sånn ”uff hva har jeg vært med på”, men hvordan kan vi snu dette på en måte som at det, at du får noe ut av det? for din egen del. Assa jeg synes som sagt at det var ok at du gikk for min del..men, du kan ikke hehe fortsette å gå i terapi for min del...eh det så hva mon tro for din egen del som hvordan kan dette bli noe all right for deg...og..som...hva?

P: nei, i begynnelsen synes jeg det var helt okay å gå i den gruppa

17/2 T: ok så da var det litt annerledes?

P: ja, men etter hvert nå så føler jeg at det stagnerer litt da (mhm). For vi hører på de samme menneskene sine historier som blir, det er veldig mye som blir gjentatt og det er de samme greiene og det begynner å bli ganske kjedelig da. Og når jeg da i tillegg opplever ting som jeg ikke har lyst å fortelle om og skal si det til alle de, så synes jeg det blir kjedelig. Og jeg synes det blir vanskelig, og det gjør at jeg plutselig går hjem og har det enda verre (mhm, ja). Og ødelegger for alt annet og ikke sant. Hvis jeg går inn i sånn hvor jeg blir skikkelig deprimert liksom, så gjør det at jeg bare har ikke lyst til å stå opp om morgenen liksom (mhm) og det er faktisk..Så ille er det for meg å gå i den gruppa. Akkurat forrige gang (mhm). Og før det så har det vært sånn, meningsløst følelsen. At jeg bruker tid på noe det ikke er noe vits å bruke tid på, men nå ble det faktisk veldig vondt å være der..

15/17 T: ja, mhm..og det er leit å høre at det har kommet dit samtidig så er det også noe som vi må forsøke å skjønne og forstå da...ehm, assa at du har...det minner meg litt om dette som

skjedde med kjæresten din og som var veldig komprimert i tid, assa det var..til å begynne med så var det veldig begeistring og ”yes!”, også skjedde det et eller annet og så ender du helt der nede. Og i gruppeterapien da, så virker det som at til å begynne med så virker det som at det ga det deg noe

P: ..jeg synes det var kult og., at det var fint å se at det var flere enn meg som hadde noe å deale med da ..

10 T: også skjer det et eller annet og så blir det dårlig, det blir... Og som noe som du aller helst ønsker å trekke deg fra....det...sånn at.

P: sånn at du tenker det... nå føler jeg at du kanskje prøver skyld på meg

14/3 T: nei, nei jeg prøver ikke å skyld på deg det gjør jeg ikke

P: for jeg mener at det er gruppa, det er ikke jeg, det er den gruppa, selve gruppa som er for meg meningsløs (mhm). Og det har ikke egentlig noe med meg å gjøre

3 T: nja, jo..dette har noe med deg å gjøre...men det er ikke det at du har ”skylda”

P: jeg gjør ikke noe feil. Jeg går i gruppa, men det fungerer ikke for meg

9/17 T: njaaa her er det liksom et samspill da. Hva som skjer mellom deg og gruppa, så...nei det jeg sitter og tenker litt på, er det et lite mønster her i retning av...jeg tenker også på alle disse jobbene du har hatt, som av og til har vært sånn...til å begynne med, du starter opp optimistisk og nye folk og greier liksom og det svinger, og så etter en tid blir det mer og mer trasig og så blir det helt pyton...også slutter du...og

P: ja det er the story of my life det der

2 T: det er ”the story of your life” ja..så av den grunn så tenker jeg at det kan være nyttig for oss å si at liksom det er et eller annet som gjentar seg her, og hva er det mon tro? Og for å sette det på spissen så er det du som gjentar et eller annet. og hva mon tro er det du gjentar?

P: nei alt jeg gjør er bare feil da.

15 T: jeg tenkte på det i det øyeblikket jeg sa det, tenkte jeg det at nå ha, nå vil du tenke sånn at jeg vil gi deg skylda for...

P: ja men er det veldig rart at jeg tenker det egentlig? for det er liskom sånn, ”alt det som går til helvete med deg det er din skyld”

14/3 T: neei, nei, det er ikke det jeg sier

P: det er fordi ”du, det er typisk deg liksom”

14/3 T: neeei, det er ikke, det er ikke det jeg sier, men det er mulig at jeg uttrykker meg også litt klønete. Hvordan skal jeg si dette tydligere da? Hm, er det noe bilde mon tro, assa ..?

P: for du tenker at jeg går inn i en situasjon og har det bra, også gjør jeg noe som gjør at alt går til helvete. Og det gjentar seg, alltid. Er det det du sier?

14/3 T: hehehe nei, nja...

P: da tenker jeg at vi må bare ta bort hu da

T: hehe, jaha, nei, det er ikke det, det er ikke det jeg sier. Jeg sier at du går inn i forhold, i situasjoner og gjør et eller annet, også kommer det inn en måte å være sammen med andre på (ja), men så er det med noe du gjør og som andre gjør i forhold til deg, som gjør at etter en tid, så kommer dere uti ett eller annet spor som gjør at det blir....ille å være der (mmm). Så det er, nei det er ikke bare deg, det er noe med.....

P: det er noe med de andre og

T: i aller høyeste grad, visst er det noe med de andre...så...sånn at.....

P: jeg føler liksom jeg blir sittende noen ganger og bare...det liksom...skal alt skje med meg?...er liksom hele verden, gjør alt for at ikke det skal gå bra med meg? ..liksom..(mhm ja sånn...) det er ikke bare at jeg kommer inn og så forsvinner alt, det er liksom på en eller annen måte, alt rundt meg bare... gjør så...det skjer så mye rundt meg da, at jeg til slutt blir hun som må gjøre noe eller så det topper seg da

2 T: ja, nemlig, og hva jeg tenker på er hva i all verden er det som gjør at du kommer dit? Det er...fordi at slik var det ikke til å begynne med...det, det skjer et eller annet som gjør at du havner der...det...og

P: det er vel sånn av og til da at jeg plutselig bare ”nei nå gjør jeg det i stedetfor”

16 T: ...ja du tenker nå at du blir litt impulsiv, er det det

P: ja hvis jeg på en eller annen måte har gjort dette og føler meg litt sånn ferdig med den jobben, eller føler meg litt sånn at jeg har fått en ny ide eller det er noe annet jeg kan gjøre da (mhm) som....nei jeg veit ikke

17/16 T: mhm, jo det er noe med... en side ved det kanskje....men det som skjer nå her i gruppa er vel det at du tenker, sånn som jeg forstår deg da, du tenker at hvis du skulle vært ærlig og oppriktig og fortalt noe om hva du nå har vært igjennom, så får du en forestilling om at de vil ta avstand fra deg (ja), for å gjøre det veldig enkelt

P: ja (ja), det er vel egentlig sånn

16 T: de vil ikke, de vil ikke akseptere deg og si at ”jamen Lise, hør nå her, alle kan gå på tryne Lise....likevel, vi synes du er okay”....det.

P: det skal vel litt til å tenke sånn når man forteller sånne historier liksom.....

3 T:ja...ja og nei. Det kommer litt an på hva slags, hva du er vant til, hva slags erfaringer du har hatt

P: de har hatt sine erfaringer de, og kunne sikkert forstått at jeg gjør de tingene jeg gjør liksom...men..

T: jeg tenker at du har hatt dine erfaringer med at du har gjort en del ting, assa du har vært en temperamentsfull uvøren jente..eh og som..impulsiv, og du har sikkert gjort mange ting i oppveksten, så jeg tenker at, har det blitt et mønster mellom deg og foreldrene dine at liksom ”å herregud Lise er håpløs...” at det har vært mer kjefting og smelling og at...moren din, hun er jo litt sånn opp og ned og..(ja det..) du har jo fortalt tidligere historier hvor når du har vært ulykkelig, at din mor har begynt å hyle og skrike slik at i stedenfor at du fikk trøst så har du måttet trøste henne..det..

P: jeg har liksom vært mamman til mamman min jeg (ja), ganske mange ganger

16/3/17 T: ja som..så jeg tenker er det ikke noe av dette som ligger litt i... ligger litt i kulissene her, ligger litt i bakhodet hos deg? Det slo meg med noe av det du fortalte fra gruppa, det var en som var litt nysgjerrig på hvordan du hadde hatt det (ja). Jeg tolket vedkommende helt annerledes enn det du gjorde, for jeg tenkte som så at var det der i utgangspunktet en litt vennlig sjel som lurte på hvordan du hadde hatt det i det siste? Assa det var tre uker siden du hadde vært der (mmm) og at det faktisk...at du da var på vakt, at det faktisk var litt vanskelig for deg å ta imot det at noen var genuint vennlig og interessert i å høre din story selv om den storyen da innebar at du hadde gjort en del dumme ting.?

P: nei det kan være at jeg tenkte litt sånn at ja, er dere egentlig interessert i å høre hva jeg skal fortelle liksom (mhm, mmm)...men...nei det var, jeg tenkte ikke at det liksom var et angrep fra noen. Jeg føler ikke at noen i gruppen egentlig tenker så fælt om meg, men jeg bare føler at...det er av og til at jeg bare tror det allikevel da..(mhm)..og blir redd for det og...så blir jeg redd for å føle meg dårligere liksom (mhm)at de reagerer på meg eller..

17 T: mhm, vi nærmer oss slutten..eh...du skal i gruppa igjen nå på torsdag. Det....du går kanskje fortsatt for at jeg vil det, det kan virke sånn

P: ja jeg kan prøve å være litt mer åpen, det blir jo litt lettere hvis det går bra den uka som kommer liksom (ja ja ja), at jeg ikke har så mye å fortelle da

17 T: så er det jo litt sånn i disse gruppene at det går litt på omgang sant ja, sånn at...jeg vil tippe at nå er det vel litt din tur

P: jeg vet det

17 T: det er litt sånn forventning om...det...sånn at...det kunne jo vært et tema for deg, rett og slett dette med at tidligere synes du det var okay å være der og at nå synes du det er mer problematisk, og at det er ting...det er ting som du kvier deg for å ta opp der (ja)

P: ja fordi det er det samme igjen og jeg ser de begynner å reagere

16 T: ja ja å snakke om det, det at du kvier deg for å snakke om ting som er veldig privat, veldig personlig..

P: at det kan vi ta her liksom

2/17 T: ja fordi at, du er nok ikke alene om det...jeg vil nok tippe at det er noen som kan kjenne igjen dette...det er tricky dette her i gruppeterapi, dette med å etter hvert stole på andre som...og ha den der opplevelsen av at det er okay selv om man tar opp sider ved seg selv som man skammer seg ganske mye om...men selve det temaet det...er det mulig å snakke om det, om det tro? At det er det kanskje som er det aktuelle temaet. Det er det som er ditt reelle..

P: ja det kan jeg godt snakke om (ja). At jeg synes det er vanskelig å snakke om det...og uten å måtte fortelle om akkurat hva det handler om (for eksempel) ja. Hvis det er greit (mhm) så er det greit. Jeg får bare være med på det liksom

2/14 T: så da gjør du det litt heh for min skyld da, og litt for din egen skyld?

P: ja det kan godt være det blir lettere neste gang igjen da, hvis jeg bare har liksom sagt noe nå...siden jeg var så..."vanskelig" lissom, sist

3 T: okay...det... jeg synes ikke at du var vanskelig sist (nei)...det...

P: det er godt at det er en som ikke synes det da

T: mmm....ja, det.....okay, skal vi gi oss, gi oss der?

P: ja

T: ja