

Kapitel 2: Övningen

"Dagens övning kommer att gå ut på att ni ska spela psykolog och patient", sade Ben. Alex kunde inte låta bli att se framför sig hur han skulle kunna utnyttja denna övning för att manipulera Anna. "Jag kan börja som psykolog," sade Alex och flinade. Han märkte hur Anna rodnade lätt för en sekund och han insåg snabbt att han hade henne precis där han ville ha henne. Alex lutar sig tillbaka i stolen, korsar benen och biter på pennan. Han funderar noga över hur han ska fortsätta övningen och närma sig Anna.

"Hur mår du idag?" frågade Alex med en lugn och mjuk röst. Han ville skapa en atmosfär av förtroende och intimitet.

Anna tvekade lite innan hon svarade: "Jag känner mig faktiskt ganska stressad och orolig. Det är mycket att göra nu med alla uppgifter och prov."

Alex log för sig själv, nöjd över att ha hittat en känslomässig ingång med Anna. Han insåg att om han kunde utnyttja hennes stress och osäkerhet, kunde han gradvis skapa en starkare kontroll över deras interaktion.

"Stress kan verkligen vara påfrestande," sade Alex och riktade sin fulla uppmärksamhet mot Anna. "Vad tror du orsakar din stress? Finns det några specifika situationer eller tankar som triggar den?"

Anna tänkte efter en stund och svarade: "Jag tror att det beror på pressen att prestera bra. Jag vill göra mitt bästa och vara framgångsrik, men det känns som att jag aldrig riktigt når upp till mina egna krav."

Alex nickade förstående och sträckte sig över skrivbordet för att lägga sin hand på Annas, under förevändning att trösta och ge stöd. Han kände hur hon spändes till under hans beröring, men hon visade inga tecken på att dra sig tillbaka.

"Så du har höga krav på dig själv," sa Alex mjukt. "Kanske du kan ta en stund och reflektera över om dessa krav verkligen är realistiska eller om det finns utrymme för självförlåtelse och acceptans av att ingen är perfekt."

Anna verkade vara djupt försjunken i sina tankar medan hon lyssnade på Alex. Han kände att han hade hennes stadigt i sitt grepp och fortsättde att styra samtalet i den riktning

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Spiken med Poeter.se id #62057 innehar upphovsrätten