



Dan Katz.

"Sakerna har en symbolisk betydelse"

Spela kort hela nätterna vid mormors stora köksbord. Eller ringa till grannen från den gamla knastriga telefonen. Minnesprylarna gör oss glada.

- De kan få en väldigt symbolisk betydelse, säger KBT-psykologen Dan Katz.

Prylar från barndomen kan vara svåra att skiljas från. Kanske för att vi associerar dem till positiva händelser eller för att de påminner om människor som inte finns längre.

- Människor associerar allt från dofter till prylar och personer till de känslor vi har upplevt i samband med dem. Det associationsbeteendet finns ju redan på dagmaskstadiet, säger KBT-psykologen Dan Katz.

Vi laddar prylar med minnen som gör att vi fäster oss vid dem.

- Vi funderar och grubblar över saker så att de får en symbolisk betydelse. Det enda minnet av mormor slänger man ju inte, säger Dan Katz.

Och har man haft en lycklig barndom kanske inte behovet finns att göra om och göra nytt.

- Då kan det vara trevligt att se sina barn springa omkring i samma omgivning.



Av Jessica Isaksson
jessica.isaksson@expressen.se