

# Anmeldelse av "Brug Gruppen". Psykodynamisk gruppeterapi. Red. av Jan Nielsen og Per Sørensen. Hans Reitzels Forlag (2013).

Anmeldt av Christian Schlüter

I denne læreboken har et tyvetalls av Danmarks fremste gruppeterapeuter bidratt til en oppdatert oversikt over hvordan dynamisk gruppeterapi kan drives, og hva som er denne terapiformens status i dag. Boken veksler forbillig mellom teori og praksis, noe alle eksemplene bidrar til. Det er en kunst og kunne oversette kompliserte begreper, som gruppeanalyse-litteraturen er full av, til faktiske hendelser i en terapigruppe. At forfatterne har lang erfaring i å praktisere dynamisk gruppeterapi er leseren sjelden i tvil om.

Stilen i «Brug gruppen» holdes i en fin balanse mellom drøftelsen av teoretiske begreper, konkrete råd og refleksjoner omkring praksis. Tidvis formidles stoffet i en slentrende, noen ganger kåserende, tone, noe som vitner om et litterært overskudd og en utpreget evne til å se utover bokens tema. Forfat-

terne forlater imidlertid aldri sitt mandat.

Boken har en tradisjonell inndeling og starter med en oversikt over hvordan gruppeanalysen ble dannet, og hvordan den senere utviklet seg til mange varianter innenfor området «dynamisk gruppepsykoterapi». De historiske kapitlene er både gode og nødvendige, og tar leseren pent i hånden gjennom til dels komplisert farvann. Et stort pluss her for et levende språk, og for at forfatterne trekker inn de utfordringene terapiformen står overfor i møte med dagens psykiatri. Man må altså kjempe for sin berettigelse, og det skjerper lysten til å lese videre.

De praktiske kapitlene, om å sette samme en gruppe, utredning, utvelgelse av kandidater, administrasjon etc., er nødvendige i en lærebok, og igjen illustrert med detaljerte eksempler slik at leseren

kommer på innsiden av hvilke dilemma en gruppeterapeut står overfor. En del av disse problemstillingene er kjente for mer erfarne gruppeterapeuter, men for nybegynnere er slike overveielser viktige. Jeg lot meg spesielt imponere over kapittel 7 om psykodynamiske gruppeprosesser, som er noe av det klareste jeg har sett noen formidle en teoretisk rammeforståelse av hva denne terapiformens egenart går ut på. Kapittel 8 om alminnelige problemer, kapittel 9 om lederskap og kapittel 10 om utvikling av en profesjonell identitet, var også nyttige.

I kapitlene om anvendt gruppeanalyse/psykodynamisk gruppeterapi stifter leseren bekjentskap med gruppeterapi for «unge voksne», «spiseforstyrrede» og «sedelighetsdømte». Det blir tydelig at den gruppeanalytiske metode her må modifiseres, og forfatterne får dette klart frem. Kapitlene er noe korte, og det slår meg at den måten terapiene blir presentert på, like godt kunne falt under en annen teoretisk orientering. Det synes jeg er en god ting, og viser at man kanskje er mer på jakt etter «det som virker» enn at man følger en teoretisk tvangstrøye.

Kapittelet om «dynamisk korttidsgruppeterapi» var spennende å lese, da den setter mange av gruppeanalysens postulater på prøve.

Samtidig peker den også på hvordan fremtidens (dynamiske) gruppeterapi muligens kan se ut, med tendensen til å homogenisere pasientgrupper og by dem et kort, men fokusert opplegg. Personlig kunne jeg tenke meg at denne tilnærmingen kunne vært sett i relasjon til intensiv dynamisk korttids terapi (ISTDP), mer enn til gruppeanalysen. Selv om ISTDP har et individuelt nedslagsfelt, og primært benyttes overfor hemmende problematikk, kunne det vært interessant å høre hva forfatterne tenkte om muligheten for å låne begreper (f. eks. om konflikt) og terapeutiske intervensjoner (f. eks. rettet mot forsvar) fra denne tradisjonen. Postulatet om at ens relasjonelle vansker utspiller seg i gruppen, kan utfordres ved tanken om at de nettopp ikke gjør det – at man vegrer for seg å spille dem ut, og at de dermed aldri blir aktualisert. Det du da har med å gjøre, er motstand mot relasjonell repetisjon, et uforandret symptom og litt dårligere tid ... Hva gjør man da?

Delen om anvendt gruppeanalyse avsluttes med et kapittel om veiledning, som er praktisk og fenomenært. Det å lese om veiledning får meg alltid til å tenke på hvordan begrepet «parallell-prosesser» blir brukt for vidt. Bare det oppstår et fenomen i veiledningsgruppen, som likner på det som skjer i grup-

pen, så er man i gang. Personlig synes jeg begrepet er interessant, men bruken av det gir ofte en «falsk enighet», mer enn at det faktisk sier noe vesentlig om hva som har skjedd i veiledningsgruppen.

Stort pluss gis til redaktørene for å ha tatt med to kapitler om forskning; ett om kvalitativ (16) og et om kvantitativ (17). Kapitlet om kvalitativ forskning ble møtt med høy forventning. Det er på en måte der selve faget skal prøves, siden terapien er ment å virke gjennom de prosesser som settes i sving. Litt skuffende var det da å oppdage hvor lite prosess-forskning det har vært på dynamiske grupper, men også hvor vanskelig det har vist seg å være å skille «prosessene» fra hverandre. Det er kanskje ingen overraskelse, og er selvsagt ikke forfatterens skyld, som for øvrig presenterer de metoder som finnes og de dilemmaer som kvalitativ forskning står midt oppe i, på en svært god måte. Kapitlet om kvantitativ forskning er utmerket. Forfatteren loser leseren gjennom de funnene som finnes og, ikke minst, diskuterer og reflekterer over de vitenskapelige problemer som eksisterer, mens han skriver. Det er meget godt! Den aktuelle problematikken brytes ned til faglig funderte forskningsbaserte størrelser, noe som gir en tall-skeptiker en fornyet interesse for kvantitativ forskning. Ingen liten prestasjon!

Ingen dansk bok uten idehistoriske sidesprang! Kapitlet heter «perspektiver» og tilbyr flere betraktninger om gruppeterapiens status i en moderne verden. Et slikt «utvidet samfunnsperspektiv» har i alle år vært danskenes store force, og er alltid en fryd å lese. Slike perspektiver representerer en befriende desentrering («anti-narsissisme») av eget ståsted, siden forfatteren tør å stille spørsmålet: Har (dynamiske) terapigrupper overhodet noe å tilby folk i en moderne kultur? Det er «herlig upretensiøst», og gjør at denne leser får lyst til kaste seg inn i kampen!

«Brug gruppen» har med de viktigste teoriene, men byr også på en mengde referanser og noter. Jeg tok meg imidlertid i å savne Whitaker (2004) begrep om «begrensede gruppløsninger» og Kibels (1993) (dynamiske) forståelse av grupper (og organisasjoner) i psykiatriske avdelinger. Et annet spørsmål jeg stilte meg var om det burde vært et eget kapittel om intervensjoner. Selv om det skrives en del om dette, bl.a. i kapittel 9, så er dette et så sentralt område - og som adskiller denne terapiformen fra andre - at det kanskje burde fått litt mer plass?

I en slik lærebok vil en kunne stå i fare for å idyllisere sitt objekt; å snakke frem alle fordelene ved dynamisk gruppeterapi. Ikke slik i

denne bok! Det virker nærmest som om forfatterne unisont har anstrengt seg for å trekke frem alle mulige begrensninger og problemer en kan komme opp i, i sitt virke som gruppeterapeuter. Alle varianter av «anti-grupper» og destruktive prosesser blir behørig nevnt, nærmest til det selvutslettende. På denne leser virker det derimot som en befrielse, og vitner om at forfatterne har sett nok til å vite at gruppeterapi langt fra er en «walk inn the park» – for alle parter. Som en gruppedeltaker sa en gang: «Gruppeterapi er på sitt beste helt uovertruffent. Det skjer ting der som aldri kan skje noe annet sted, men på det vanligste er det noe ræl.»

Når det også må trekkes litt ned, går det først og fremst på de dilemmaer redaktørene blir stilt overfor. Hvordan unngå for mange repetisjoner når du har så mange forfattere? Litt overlæring er ikke å forakte, men i denne boken ble repetisjonene, etter min mening, dessverre litt for mange. Det virker nærmest som om hver kapittel-forfatter føler seg tvunget til å nevne Foulkes «Ego-trening i action», «at symptomet er autistisk», Nitsuns «anti gruppe», Bions «grunnantagelser», Yaloms «terapeutiske faktorer» etc. Disse gjentakelsene burde vært redigert vekk av redaktørene, uten at jeg skal påberope meg sva-

ret på hvordan det skulle vært gjort.

På den annen side har redaktørene tatt initiativ til å aktivisere det danske gruppeterapi-miljøet, noe som ikke kan roses nok. Det er viktig å motivere gruppeterapeuter til å systematisere sine erfaringer skriftlig, noe som virker forpliktende. Danmark kan være stolte av å ha en slik rik tradisjon av dynamiske gruppeterapeuter, og får med dette en oppdatert lærebok mange nåværende og fremtidige gruppeterapeuter vil ha stor glede og nytte av.