

# Supervision af psykoterapi og andet behandlingsarbejde. Almen og psykodynamisk supervisionsteori.

Claus Haugaard Jacobsen og Karen Vibeke Mortensen:  
Hans Reitzels forlag 2017. 333s.

Anmeldt av Lilian Mortensen Stokkeland<sup>1</sup>

I løpet av de siste tiårene har psykoterapi vunnet status som en av de viktigste og mest effektive behandlingsmetoder vi har i psykisk helsevern, ved siden av biologiske og sosialpsykologiske behandlingstiltak. Psykoterapi har i dag en selvsagt plass blant behandlingstilbudet i nær sagt enhver psykiatrisk helseinstitusjon, og tilbys også av de fleste privatpraktiserende psykologer og psykiatere. De mest anvendte og veldokumenterte terapiformer er den psykodynamiske og den kognitive terapimodellen. For både leger og psykologer som utdanner seg til spesialister i psykiatri / klinisk psykologi, er det obligatorisk å lære seg å drive psykoterapi, under veiledning av spesialister i feltet.

Claus Haugaard Jacobsen og Karen Vibeke Mortensen, som tidligere har utgitt boken *Supervision af psykoterapi. Teori og praksis* i 2007, har sammen skrevet en ny og særdeles informativ og grundig lærebok i feltet psykoterapiveiledning (på dansk: supervision)<sup>2</sup>. De tar utgangspunkt i at supervisjon er et eget fagfelt med sin egen teori, og at denne teori til dels er almen og kan gjelde på tvers av teoretisk terapigrunnlag. De referer til nyere forskning som er gjort på psykoterapiveiledning, og på utviklings- og læringsprosessene hos den som veiledes, og drøfter hva som kan fasilitere og hemme læring av psykoterapikunsten. Man vet i dag mye om hvordan man utdanner

- 1 Lilian Mortensen Stokkeland, psykiater i avtalepraksis og psykoterapiveileder ved Stavanger universitetssjukehus, kursleder ved utdanningsprogram for psykoterapiveiledere for leger i spesialisering, [lilian.stokkeland@lyse.net](mailto:lilian.stokkeland@lyse.net)
- 2 Begrepen supervisjon og (psykoterapi)veiledning brukes synonymt i denne teksten, da det norske uttrykket «veiledning» sammenfaller med det danske «supervision». Supervisand brukes likeledes synonymt med veiledningskandidat, og supervisor synonymt med psykoterapiveileder.

gode psykoterapeuter. Psykotera-  
piveilederes rolle er å forholde seg til  
et helt system, ikke bare å ha fokus  
på hva som utspiller seg i feltet  
mellom terapeut og pasient. I til-  
legg skal veileder ha et blikk på or-  
ganisasjonen der supervisanden  
arbeider, på arbeidsforholdene, på  
ledelsen, på stedets funksjon i sam-  
funnet – på hvilke rammeforhold  
det arbeides under. De totale ram-  
meforholdene kan i beste fall un-  
derstøtte det terapeutiske arbeidet,  
men også det motsatte kan være  
tilfelle. Det belyses fordeler og  
ulempes ved å bruke hhv intern og  
ekstern supervisor.

Boken gir et rikt og nyansert  
bilde av nåtidens veilednings-  
oppgaver og hvordan de kan løses.  
Det avgrenses og defineres hva su-  
pervisjon er, og grenselinjer trekkes  
mot andre beslektede oppgaver  
som konsultasjon, psykoterapi, un-  
dervisning og personaltrening. Det  
presenteres både en historisk over-  
sikt over fagfeltets utvikling og tid-  
ligere utgitt litteratur, samt ulike  
modeller for supervisjon, fulgt av  
gode tabeller som underletter bru-  
ken av disse modellene i det prak-  
tiske arbeid. Særlig plass er viet et  
tidligere noe underbelyst område:  
supervisors kontrollfunksjon og  
rolle som portvakt for psykoterapi-  
profesjonen. Det skisseres hvordan  
supervisor kan evaluere hvor kan-  
didaten står ift de faglige kompe-

tansenivåer som ønskes oppnådd,  
og det tas utgangspunkt i relevante  
internasjonale retningslinjer. Psy-  
koterapiveiledningen bidrar til  
kvalitetssikring av det som foregår i  
det terapeutiske rom, og sikrer at  
klienten får et faglig adekvat til-  
bud. Boken er instruktiv når det  
gjelder hvordan veileder kan gå  
frem, gjennom et veiledningsfor-  
løp, for å gi løpende, «formative»  
evalueringer til kandidaten, i det  
det stadig holdes fokus på hvordan  
best understøtte kandidatens læ-  
ringsprosess. Supervisandene be-  
finner seg på ulike nivå, og alt kan  
ikke gripes fatt i på en gang – prio-  
ritering og timing av intervensjo-  
ner og fokusområder er nødvendig.  
En særlig utfordrende oppgave er  
det, ifølge forfatterne, å veilede ny-  
begynner-terapeutene. Disse har  
bruk for særlig erfarne veiledere, da  
de i tillegg til å lære teoretisk om  
terapi, ofte må gå gjennom en per-  
sonlig krevende utvikling, da psy-  
koterapi innebærer å bruke seg selv  
emosjonelt. Det kan være skrem-  
mende å skulle undersøke og arbei-  
de med egne følelser i møtet med  
pasienten.

Boken beskriver fint hvordan en  
første veiledningstime kan se ut,  
hvordan kontrakt og rammer utar-  
beides, og hvordan en veilednings-  
time typisk foregår. Det redegjøres  
for bruk av ulike teknikker, som  
skrivning av prosessnotat, bruk av

lyd- og video-opptak, og fjernsupervisjon (via nettbasert teknologi). Utvikling av veiledningsrelasjonen tematiseres, og hvordan selve relasjonen (i tillegg til det som sies i timene) kan bidra til læring i seg selv – både gjennom måten veileder opptrer på som rollemodell, og ved at ubevisste prosesser gir seg til kjenne i relasjonen, f.eks. via parallellprosesser.

Til slutt er det satt av tre kapitler til hhv. gruppeveiledning, veiledning av psykoterapeutisk arbeid med barn og unge, og utdanning av psykoterapeveiledere. Kapitlet om barn og unge ble for undertegnede noe kondensert, det var mye som skulle forklares for de som ikke arbeider med barn og unge, og det synes som dette stoffet hadde fortjent mere plass, eller en egen bok. For øvrig er det en styrke ved boken at den er relativt kortfattet, lettlest og tilgjengelig. Det er lite gjentakelser. Kanskje skulle jeg ønsket meg noe mer eksempler. Boken forutsetter en basal kjennskap til hva psykoterapi er, men det henvises også til forfatterens tidligere utgivelser for en mer grunnleggende innføring i psykoterapi-faget.

Når det gjelder feltet psykoanalytisk veiledning, så blir denne boken for kortfattet og summarisk. Det er de grunnleggende forhold, særlig ved utdanning av terapeuter i den offentlige sektor som er be-

lyst. Ikke desto mindre vil også den erfarne veileder kunne finne nyttige innfallsvinkler i boken, som kan være til hjelp f.eks. der veiledningsprosessen har kjørt seg fast.

Bokens undertittel er *Almen og psykodynamisk supervisionsteori*. Boken viser hvor relevant det moderne psykodynamiske perspektivet er for å oppnå en helhetlig forståelse av veiledningssituasjonen, klienten, terapeuten, samspillet deres i terapirummet, og det omgivende system – også der terapeuten anvender andre terapi-teknikker, som f.eks. kognitiv terapi. Å hjelpe terapeuten å bli klar over hvor sterke følelser som kan være i spill i et terapirum, f.eks. angst, sinne, tiltrekning, lengsel, og til å kunne tenke over og forsøke å forstå disse fenomener (overføring, motoverføring og parallellprosesser), er i høyeste grad en veiledningsoppgave. Pasienten iscenesetter ubevisst i terapitimene det han ikke har ord for å formidle, og disse repetisjoner av relasjonsmønstre er en kilde til kunnskap om problematikken. Supervisjon bidrar til at terapeutene får øye på disse mønstrene, og samtidig får de et veiledningsrom der de kan sette ord på egne reaksjoner og følelser fra møtet med pasienten. På denne måten bidrar supervisjon til å forebygge utbrenthet og empati-avflatning, forhold som vies særlig plass i boken.

Boken er forsynt med en god

innholdsfortegnelse, en omfattende litteraturliste, samt emneregister.

Til slutt: denne læreboken i supervisjon av psykoterapi er svært velkommen og anbefales varmt. Målgruppen for boken er de som arbeider med supervisjon, de som utdanner seg til supervisorer, psykologer, leger og andre faggrupper som arbeider psykoterapeutisk i psykisk helsevern. Også ledere vil ha nytte av å lese boken, for å sette seg inn i hva supervisjon er og ikke er. Boken anbefales også som pensum på psykoterapiveileder-utdannelser.