

BOGANMELDELSE:

# Fokuseret Gruppeanalytisk Psykoterapi:

en integrasjon av klinisk erfaring og forskning

Steinar Lorentzen. 264 s.  
Gyldendal Norsk Forlag 2020.  
Pris: 511 NOK. ISBN 978-82-05-50379-3

Anmeldt af Peter Ramsing

Forfatteren ønsker med bogen at præsentere en speciel type gruppeterapi, *fokuseret gruppeanalytisk psykoterapi* (FGAP), der beskrives som en forskningsbaseret, systematisk tilgang, der søger at hjælpe patienter med en bestemt type psykiske problemer indenfor en begrænset tidsramme.

Bogen består af fire dele.

Del 1 er en indledning med en oversigt og beskrivelse af gruppepsykoterapi med historik og klassificering af gruppeterapier. Der er en mere uddybet beskrivelse af psykodynamiske grupper og af gruppeanalysen med teori og begreber samt gruppeanalysens menneskesyn. Det er en kondenseret beskrivelse som giver et godt overblik. Komplicerede begreber beskrives på en kort og forståelig måde. Jeg syntes det er let at læse og følge, men kan jo ikke se bort fra, at jeg har et godt forhåndskendskab til teorierne. Til slut er der et overblik over gruppepsykoterapiens udvikling i Norge.

Del 2 indeholder en detaljeret beskrivelse af fokuseret gruppeanalytisk psykoterapi (FGAP). I denne del kommer der omkring alle elementerne i FGAP. Med udgangspunkt i bogen kan man kortfattet beskrive FGAP på denne måde:

Fokuseret gruppeanalytisk psykoterapi er en tidsbegrænset, psykodynamisk gruppebehandling som har til hensigt at lindre mental lidelse ved at ændre dysfunktionel adfærd eller afdække og løse indre konflikter. Behandlingen er fokuseret og tager udgangspunkt i afgrænsede problemer ofte uhensigtsmæssige interpersonelle relationsmønstre, som kan relateres til symptomer og negative oplevelser. Gruppen er lukket og har 20 ugentlige sessioner med 7-8 patienter. Målsætningen for gruppen er øget indsigt i egne og andres relationsmønstre gennem refleksion og tilbagemeldinger fra terapeuten og andre gruppemedlemmer. Udforskningen i gruppen kan give udgangspunkt for korrigerende emotionelle erfaringer, ny læring og ændring af interpersonelle strategier. Gruppen er karakteriseret ved både dens proces og struktur. Dette bliver omfattende beskrevet i bogen.

I det første kapitel i denne del beskrives i øvrigt rammefaktorer med tidsbegrænsningen, den teoretiske baggrund og gruppeformatets tre dimensioner: Strukturen, processen og indholdet. Fokus og målsætning for terapien både individuelt og for gruppen som helhed beskrives. Og der redegøres for forskelle og ligheder mellem FGAP og Gruppeanalyse.

I næste kapitel beskrives hvilke patienter, der kan have nytte af FGAP, og i det følgende kapitel beskrives det grundigt, hvordan man skal evaluere patienterne til FGAP med både klinisk og psykodynamisk interview samt et diagnostisk interview med henblik på at vurdere patientens personlighedsstruktur. Der beskrives relevante måleinstrumenter (selvudfyldte standardiserede spørgeskemaer), der bør anvendes. Det skal munde ud i en klinisk diagnose og en psykodynamisk kausformulering. Der bygges på Otto F. Kernbergs model for personlighedsorganisering, og ifølge den angives det, at dem, som kan have nytte af FGAP, er patienter med normal, neurotisk eller højeste niveau af borderline personlighedsorganisering. Dette uddybes meget mere i kapitlet end denne korte opsummering. En meget væsentlig del er, at der udarbejdes et behandlingsfokus sammen med patienten. Et behandlingsfokus som der skal arbejdes med i gruppeterapien. Der gives flere eksempler på den samlede beskrivelse med kausformulering og behandlingsfokus, hvilket giver et godt overblik over, hvordan evalueringspraksis omsættes til en brugbar handling med det helt nødvendige grundlag for at beslutte, om patienten vil være egnet til det fokuserede korttidsformat.

Herefter beskrives etableringen og sammensætningen af gruppen, og forfatteren

har lavet en demonstrationsgruppe med beskrivelse af 8 deltagere. Selvom det giver mange data, så er det et godt grundlag for at forstå og kunne følge diskussionen af retningslinjer og udfordringer ved sammensætningen af en FGAP-gruppe.

Selve gruppeprocessen beskrives med forskellige perspektiver og elementer og især gruppens udviklingsfaser (engagement, differentiering, interpersonelt arbejde og afslutning) uddybes både med en oversigt og mere detaljeret beskrivelse, da det er meget centralt for både forståelse og terapeutaktiviteten i FGAP. Følgende citat er illustrativt for beskrivelsen af processen og den måde bogen er skrevet på:

*”Processen i FGAP vil imidlertid framstå som relativt strukturert og styrt, gjennom at den enkelte pasient har sitt behandlingsfokus og muligens også gjennom en økt aktivitet fra terapeutens side, for eksempel ved i større grad å foreslå latent mening bak overføringsselementer som manifesteres i gruppen. Terapeutens aktivitet vil imidlertid variere, fordi han også ønsker å mobilisere alle deltagerne i gruppen i behandlingsarbeidet.”*

I kapitlet tydeliggøres, hvad der er patienternes udfordringer og terapeutens opgaver i de fire faser samt, hvad der gør sig gældende og skal opnås på gruppeplan. Det er meget illustrativt for, hvordan processen skal være mere fokuseret og terapeuten mere aktiv og strukturerende i FGAP end i en traditionel gruppeanalytisk gruppe. Der bygges på en systemisk forståelse for forandring, og det at gruppen er lukket og tidsbegrænset giver nogle særlige forhold. Kapitlet afsluttes med et kort illustrativt klinisk eksempel.

Det afsluttende kapitel i del 2 omhandler terapeuten i FGAP. Terapeutens lederrolle i FGAP med ansvar og opgaver beskrives. Centrale opgaver for terapeuten beskrives at være:

- oprette og opretholde gruppens struktur og forsøge at forstå og intervenere konstruktivt, når der opstår grænsefænomener
- initiere og facilitere udvikling af gruppeprocessen og at engagere gruppemedlemmerne og gruppen i denne proces
- at være en model for den analytiske holdning som viser, hvordan man skal forholde sig til hinanden for hurtigt at udvikle en behandlingskultur
- arbejde med meningsskabning via oversættelse og tolkning

Den grundlæggende terapeutiske holdning og tilgang, der er gennemgående i bogen, illustreres yderligere med dette citat:

*”Under utførelsen av oppgavene som er spesifisert ovenfor, er terapeutens funksjon som modell helt sentral. Hun skal ta imot all kommunikasjon som verdifull, være dirigerende i moderat grad og bidra til oversettelse, klargjøring og tolkning av førbevisst materiale, slik at medlemmene lærer noe nytt om seg selv og andre. Terapeuten stiller seg til rådighet for gruppen som overføringsobjekt og er villig til at kommentere de relasjonene som utvikles mellom henne og pasientene og gjøre disse til gjenstand for analyse. Terapeuten skal lede, men også til en vis grad la sig lede av gruppen, stimulere til interaksjon og være kontrollert til stede og for eksempel ikke utnytte gruppen som publikum. Ideelt sett skal hun i størst mulig grad overlate til gruppen at fange opp mening og plassere det som skjer, i den riktige dynamiske setting. Når det så ikke skjer, har imidlertid terapeuten det endelige ansvaret for å se hendelsen i rett perspektiv.»*

Efter min mening beskriver det også på en kortfattet måde et ideal og tilgang, jeg kan følge som gruppeanalytiker. Beskrivelserne af terapeutens holdninger og tilgang giver anledning til refleksion over det at være terapeut i alle gruppeanalytiske grupper.

Ved den yderligere uddybning i kapitlet og fra de foregående kapitler, tydeliggøres det, at terapeuten i FGAP skal være aktiv og fokuseret men på en tilpasset måde i forhold til gruppens udviklingsfaser, og at patienterne skal være godt forberedte og være i stand til at arbejde med en individuel problematik, som der tilbagevendende fokuseres på. Det uddybes ved en gennemgang af de specielle forhold for terapeuten, terapeutens holdninger og balancen imellem støtte og fortolkning. Og ved en grundig beskrivelse af interventioner med overvejelser over, hvornår der skal interveneres. Det er et centralt kapitel og er meget brugbart for at forstå, hvordan FGAP kan udøves, og hvordan det er anderledes end tilgangen i en gruppeanalytisk langtidsgruppe.

Del 3 omhandler klinisk kvalitetssikring, forskning og vejledning (supervision). I første kapitel i denne del argumenteres der for, hvorfor der skal evalueres og beskrives måder at gøre det på. Det gøres på en praksisnær måde med anvisning af brugbare måleinstrumenter.

I det følgende kapitel gennemgås empirisk forskning på gruppepsykoterapi, og forfatteren trækker på sin store viden og egen forskning. Det fremstilles på en overskuelig og forståelig måde. Og det har interesse mere bredt, da det også beskriver forskellen mellem langtids- og korttids terapi og siger noget om, hvilke patienter der har brug for længere tid i en gruppeanalytisk gruppe.

Afslutningen omkring vejledning kommer omkring centrale forhold i vejledning med god beskrivelse, brugbare råd og forfatteren trækker på sin kliniske erfaring sluttende med eksempler på problemer i vejledningen, og hvordan det kan håndteres.

Hvis du er gruppeanalytisk psykoterapeut og skal lave en korttids- eller tidsbegrænset gruppe skal du læse denne velskrevne og meget informative bog. Bogen er også meget anbefalelsesværdig for alle gruppeterapeuter, der udøver psykodynamisk orienteret gruppeterapi eller har en interesse for det. Jeg har fundet bogen meget inspirerende, og det er en fornøjelse at læse en bog af en forfatter, der kan kombinere en omfattende forskningsbaseret viden med en langvarig klinisk erfaring og integrere det til en velgennemarbejdet model for en fokuseret og tidsbegrænset gruppeanalytisk psykoterapi. Der præsenteres meget viden i bogen, og det kan jo være en udfordring at gøre det på en læsevenlig og interessant måde. Det syntes jeg er lykkedes, selvom enkelte kapitler kan være lidt tunge at læse. Det gælder kapitlet omkring evaluering, udvælgelse og forberedelse af patienter til gruppen og kapitlet om etablering og sammensætning af gruppen. Disse kapitler er dog det helt nødvendige fundament for at kunne udvælge og forberede patienter til denne form for gruppeterapi med et korttidsformat og fokuseret terapeutisk arbejde, og det kan bruges konkret, hvis man skal etablere en korttidsgruppe. Resten af bogen er læsevenlig og kapitlerne om terapeuten i gruppen, gruppeprocessen og kapitlet om empirisk forskning i gruppeterapi har jeg fundet meget inspirerende for min egen gruppeanalytiske praksis.

## **Oplysninger:**

Peter Ramsing, speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri, diplomeret gruppeanalytiker, specialist og supervisor i psykodynamisk psykoterapi. E-mail: ramsingpeter@dadlnet.dk