

Korttidsterapi i grupper

En spændende fremstilling af anvendt dynamisk korttidsterapi, som lykkes med at beskrive forudsætninger, indhold og praksis.

Psykoterapi vokser i udbredelse og efterspørgsel. I psykiatrien er der øget fokus på behandling af ikke-psykotiske lidelser, og generelt åbnes der for, at flere får psykologforløb med offentligt tilskud. Udviklingen har givet flere 'kunder i butikken' med implicite spørgsmål til tidsforbrug, evidens, fokus, terapeutisk metode, uddannelse m.m. Dette har accentueret konkurrencen mellem psykoterapiformerne og deres udvikling.

Psykodynamisk funderet psykoterapi er i de senere årtier blevet relevant udfordret heraf og har taget udfordringen op, bl.a. ved at reducere tidsforbrug, skærpe fokus og applicere en dynamisk tilgang til monodiagnostiske problemer.

Den voksende interesse for korttidsterapi skal ses i det lys, og Anne Stokkebæks monografi, "Korttidsterapi i grupper", er et forsøg på at bibeholde traditioner for psykodynamisk gruppeterapi og balancere disse med fordringen til effektivitet, fokus og evidens.

Bogen er udsprunget af en praktikers arbejde med smertepatienter. Der er tale om ofte svært diagnosticerbare kroniske smertetilstande med dårlige prognoser og meget beherskede resultater ved anden behandling. Med fare for restigmatisering af patientgruppen er der måske ikke tale om det mest attraktive psykoterapiemne, især ikke hvis der tænkes i hurtige synlige succeser. Alligevel er det lykkedes godt for forfatteren at beskrive sit projekt, så man får tiltro til indsatsens relevans og gavn.

Oveni får vi en mere grundbogslignende generel indføring i området.

Bogens tre dele

I bogens tredje del beskrives smertetilstandene, arbejdet med fokus, information og forberedelse til terapien samt vignetter fra selve terapien. Dette er gjort med overblik og en betryggende grundighed og med en klædelig ydmyghed over for det herkuliske i den terapeutiske opgave.

Årsagen til tredje dels ro og overblik findes tidligere i bogen, hvor man mærker forfatterens forankring i de mere langstrakte gruppedynamiske forhistorier til den tidsbegrænsede fokuserede gruppeterapiform. Der er fint overblik, behandlingsregimet bærer præg af grundighed.

Bogens første del er et forsøg på at beskrive en ramme for behandlingen med forskellige teoretiske inspirationskilder. Forfatteren fremhæver sin særlige inspiration fra foulesiansk gruppeanalyse. Man sidder tilbage med en oplevelse af at være blevet kyndigt indført i et kompliceret og mangefacetteret materiale. Dog er denne del lidt opremsende i sin stil, mængden af bullits opleves overvældende.

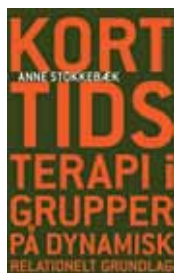
Dette rades der bod på i bogens anden del, som beskriver dynamisk relationel korttidsterapi i grupper, sådan som forfatteren praktiserer det. Der er ikke tale om en manual, men teksten udgør en meget anvendelig vejledning. Der er kapitler om rammer, fokus, udviklingsfaser, gruppeterapeutiske faktorer og terapeutroller og stil. Alle letlæselige og godt gennemskrevne.

Efter endt læsning sidder man med en oplevelse af sammenhæng med tidligere tiders mindre tids- og temabegrænsede terapi-bestræbelser – og sammenhæng i den snævrere betydning af ordet, hvor sammenhængskraft i terapigruppen (coherence) ses som en af de vigtigste helende faktorer i gruppeterapi.

Der er mange brugbare bud på terapeutisk behandling til fx smertepatienter som Anne Stokkebæks og hvis man fortsat ønsker at arbejde med psykodynamisk gruppeterapi er det af central betydning at gøre sig sine virkemidler klare, herunder disses rodfæstede historie og den nødvendige revision og integration af selv samme.

For første gang findes nu på dansk en grundig fokuseret indføring i og inspiration til dynamisk korttidsgruppeterapi. Behovet har været der længe, nu er der gjort noget ved det, og tak for det. ■

Christian F. Jacobsen



BOGDATA

Anne Stokkebæk (2011): Korttidsterapi i grupper – på dynamisk relationelt grundlag.
Hans Reitzels Forlag.