

En ny bemærkelsesværdig bog til klinikere er udkommet: en antologi bestående af elleve kapitler om kognitiv gruppeterapi skrevet af både danskere og prominente udenlandske navne som Alan Fruzzetti og Michael Scott. Birger Larsen og Tina Holm Nyland har stået for redigeringen og bidrager desuden med to glimrende kapitler.

Vurderet ud fra bogens introducerende kapitel er det tydeligt, at bogens redaktører er fagligt velfunderede og har været optaget af at få beskrevet både det kognitive adfærdsterapeutiske håndværk, gruppeteori og gruppeprocesser. I de bedste af bogens kapitler balanceres dette, så det bliver klart, hvordan terapeuter på et kognitivt adfærdsterapeutisk grundlag kan udnytte gruppeterapiens enestående muligheder. Hvert kapitel omhandler en specifik problematik eller diagnose, således at bogens kapitler umiddelbart kan læses uafhængigt af hinanden. Gennemgående indledes kapitlerne med en beskrivelse af målgruppen efterfulgt af en beskrivelse af gruppeformat, metode samt eksempler på problemstillinger og teknikker.

Morten Willerts, Peter Dalgaards og Nicole Rosenbergs kapitler om gruppebehandling af henholdsvis stress, selvværdsproblemer og angst hviler alle på solide behandlingskoncepter, og kapitlerne rummer klare sessionsbeskrivelser og gode eksempler. Det er gennemgående både i disse og andre kapitler, at det psykoedukative har en meget central plads i kognitiv gruppeterapi. Der er i næsten alle kapitler mange gode øvelser med et pædagogisk sigte. Blandt andet har Dalgaard et glimrende fiktivt øvelseseksempel med en kvinde med grønt hår, der illustrerer den såkaldte fordomsmodel for deltagerne.

Det er lidt af scoop, redaktørerne har gjort med at få gode kapitelbidrag fra Alan Fruzzetti, Joan Farrell og Ida Shaw om henholdsvis dialektisk adfærdsterapi og skematerapi. Interessen for disse behandlingsformer er betragtelig, og der har manglet opdateret dansk primærlitteratur på området. Skemafokuseret gruppeterapi vil formentlig trods et ganske godt evidensgrundlag være kontroversiel for mange, særligt i forhold til det oplevelsesorienterede aspekt. Eksempelvis tales der en del om begrebet "begrænset forældrekomensation", ligesom en heksejagtslignende overskrift lyder "Modus-dialoger til at fordrive straffende forælder-modus".

Bogens mest problematiske kapitler er i mine øjne Marianne Breds Geoffreys kapitel om ADHD og Michael Scotts kapitel om depression. Geoffreys kapitel lægger for meget vægt på en psykopatologisk beskrivelse og dækker gruppeformatet fra en "outsider"-position, hvor tilgange beskrives, uden at man får indtryk af, at forfatteren har stor erfaring med at praktisere formatet.

Scotts kapitel er på i alt elleve sider! En hoveddel (ca. 25 %) er kolonneskemaet for General Group Therapeutic Skills Rating Scale (GGTSRS), hvor terapeuten kan scores i forhold til forskellige færdigheder. Det er efter min mening en for overfladisk måde at behandle de komplicerede processer på, som nødvendigvis er en del af ti sessioners gruppeterapeutisk behandling af depression. På et mere generelt niveau er det, som redaktørerne også påpeger, godt med brug af efterlevelsesskalaer i forhold til både supervision og forskning. Dog savner jeg her, at man forholder sig til, at efterlevelsese- og vurderingsskalaer jo ligesom andre tests ikke bare er noget, som kan anvendes uden forudsætninger. En supervisor, der vil gøre brug af skaleringen i fx GGTSRS eller Cognitive Therapy Rating Scale, bør i udgangspunktet have demonstreret, at vedkommende kan score skalaen pålideligt og i overensstemmelse med en gylden standard. Hvis dette ikke er tilfældet, er der intet grundlag for at tro, at supervisors vurdering er bedre end fx supervisandens, og brug af efterlevelsesskalaer kan her gøre mere skade end gavn, fordi en simpel holdning får præg af at være mere generel eller videnskabelig, end der er dækning for.

Bogens stærkeste kapitler er de to sidste, som omhandler gruppebehandling til børn og unge. Sara Kerstine Kaya Nielsen, Marie Louise Reinholdt-Dunne og Barbara Hoff Esbjørn beskriver deres model for case-baseret gruppeterapi, som den praktiseres i Copenhagen Child Anxiety Project ved Universitetsklinikken i København. Birger Larsen og Tina Holm Nyland gennemgår deres manualiserede gruppeterapi til døgnindlagte unge med anoreksi. Niveauet i disse kapitler er højere af flere årsager, blandt andet fordi det lykkes disse forfattere at få beskrevet gruppens særlige betydning på godt og ondt. Eksempelvis forholder forfatterne sig til almene gruppefænomener, fx at gruppens deltagere til tider kan blive meget stille og passive, eller betydningen af at opdage, at de spiseregler, deltagerne tror er noget særligt for dem, i virkeligheden er supraindividuelle. Inddragelsen af pårørende står også stærkt i begge disse kapitler.

I en tid med standardiserede pakkebehandling og pres på patient-flowet i psykiatrien er det vigtigt med velovervejede og præcise behandlingsbeskrivelser, der er anvendelige for klinikere. Det er også vigtigt at få teoretisk og empirisk hjælp til at fastholde argumenterne for kvalitet. Afslutningsvis skal det derfor nævnes, at stort set alle bogens forfattere gør sig til fortalere for vigtigheden af at være to terapeuter i gruppebehandling. Som det nævnes i forordet af Peter Bieling, opnår man meget med lidt ved anvendelsen af kognitiv adfærdsterapi, men lidt kan formentlig også blive så småt, at meget bliver til lidt. Heldigvis rammer bogen Kognitiv adfærdsterapeutisk gruppeterapi en passende dosis af det meste og opnår derved en hel del af det, der er rigtig godt.

*Af Sebastian Simonsen, psykolog, ph.d.*