

Sosial fobi

Individualterapi slår gruppeterapi, som igjen slår medikamentell behandling, viser en ny svensk studie.

Ewa Mörtberg ved Karolinska Institutet har studert 100 pasienter med sosial fobi som er blitt fordelt i tre behandlingsgrupper: (1) gruppebehandling med kognitiv atferdsterapi over tre uker, (2) individuell kognitiv terapi, 16 sesjoner over 4 måneder, og (3) behandling med SSRI administrert i vanlig psykiatrisk behandling.

– Det mest overraskende er at individualterapi er mer effektivt enn gruppeterapi. Det er en vanlig oppfatning at gruppeterapi er det mest effektive, men dette er den fjerde studien som viser det motsatte, uttaler Ewa Mörtberg i en pressemelding på hjemmesidene til Karolinska Institutet.

Mörtberg undersøkte også hvilke personlighetstrekk som kunne predikere behandlingsutfall, og fant en sammenheng mellom trekket «harm avoidance» og utfallet av behandlingen. De som skåret høyt på dette trekket, har dårligere behandlingsprognoser uavhengig av behandlingform. Mörtberg konkluderer med at dette målet kan være en nyttig indikator i klinisk praksis på hvem som trenger mer behandlingsoppfølging.