

Håndbok i kognitiv atferdsterapi i behandling av barn og unge

En god norsk fagbok for ferske terapeuter. Til nytte også for erfarne klinikere, tross enkelte svakheter.

PUBLISERT 5. juni 2014

PSY
KOL
OGI



Gyldendal, 2012. 368 sider

Innledningskapittelet er godt skrevet, kortfattet og informativt. Kapittelet tjener som en meget god innføring for en uerfaren KAT-terapeut, og som en god påminner for erfarne terapeuter som ønsker en oppfriskning av de grunnleggende prinsippene. De øvrige kapitlene vil fungere godt som oppslagsverk for behandlere i møte med spesifikke vansker hos barn. Overordnet gir de grei innføring i forskningskunnskap om vanskene, nyttige tips til kartlegging og en viss retning for behandlingsplanlegging.

«Samlet sett fungerer
terapeuttipsene bare delvis godt
som oppsummerende
hovedpunkter»

Foruten et innledningskapittel med oversikt over prinsippene i kognitiv atferdsterapi (KAT), dekkes angstlidelser, depresjon og selvskading, samt psykoseproblematikk, atferdsvansker og spiseforstyrrelser. De avsluttende kapitlene omhandler henholdsvis motiverende intervju ved rusproblematikk og kognitiv miljøterapi. Kapitlene er skrevet av godt erfarne fagfolk innenfor sine respektive fagområder. Den dekker en rekke av problemområdene barneklirikere møter i sin hverdag, men egne kapitler om barn med lærevansker og/eller oppmerksomhetsvansker ville ha styrket boken. I innledningskapittelet omtales det at KAT har lovende effekt på førskolebarn med ADHD, noe som får en til å savne mer detaljer eller et eget kapittel om dette i boken.

Lite om komplekse saker

Dessverre er det bare to kapitler (kapitlene om spiseforstyrrelser og selvskading) som i større grad omtaler vurderinger av vanlige komorbide tilstander og hvordan problemområder skal veies mot hverandre. De øvrige kapitlene er som regel nøye avgrenset til ett problemområde. Alle kapitlene kunne med fordel hatt en egen seksjon som omhandlet arbeid med mer komplekse saker. Kapittelet om psykose har en meget god slik sekvens hvor sentrale utfordringer i arbeid med denne pasientgruppen beskrives. Dette omtales også tidvis i de andre kapitlene (for eksempel i kapittelet om traumefokusert behandling), men et redaksjonelt grep om å inkludere en fast slik sekvens i hvert kapittel ville gitt boken ytterligere dybde.

Det utviklingspsykologiske perspektivet er også i ulik grad trukket inn i kapitlene, og en kan spørre seg om boken med fordel kunne vært bygget opp etter alderstrinn heller enn etter problemområder. Foreldreinvolvering omtales i enkelte kapitler, og det ville også styrket boken med et eget kapittel om dette.

Vekslende kvalitet

De ulike kapitlene følger til en viss grad samme mal, hvor problembeskrivelser, forekomst, kartlegging og kasusformuleringer følges av behandlingsprinsipper. Alle kapitlene avsluttes med en boks med «terapeuttips», som varierer fra svært konkrete og overordnende tipslister (for eksempel i traumekapittelet: «*vurder alltid barnets sikkerhet før terapistart og gjennom terapiforløpet*»), til eksempler på spørsmål som kan stilles i et terapiforløp (for eksempel kapittelet om sosial angstlidelse: «*dersom jeg hadde sett deg i den situasjonen da, hva tror du jeg ville ha tenkt om deg?*») til vagere anbefalinger (for eksempel i kapittelet om atferdsforstyrrelser: «*vær nøye med å få med ungdommens stemme i behandlingsarbeidet*»). Samlet sett fungerer derfor terapeuttipsene bare delvis godt som oppsummerende hovedpunkter.

Alle kapitlene inneholder kasusbeskrivelser som stort sett fungerer godt og levendegjør stoffet. Kapittelet om tvangslidelser er meget godt i så måte, hvor oppbygningen av et angsthierarki følger et omfattende kasus som er tilbakevendende gjennom kapittelet. Men i tilfeller hvor det beskrives konkrete eksempler på samtaler mellom terapeut og barn fremkommer det ikke om dette er konstruerte eksempler eller reelle utdrag fra terapisaamtaler, noe som med fordel kunne vært spesifisert.

De fleste kapitlene har med eksempler på kartleggingsverktøy, og i mange tilfeller beskrives norske oversettelser av disse. Dessverre er det kun unntaksvis at det fremkommer hvordan klinikere utenfor academia får tak i disse. Kapitlet om atferdsvansker er et hederlig unntak i så måte. Flere av kapitlene inneholder grundige gjennomganger av behandlingsmanualer, for eksempel kapitlene om angstlidelser, om traumefokusert behandling og om spiseforstyrrelser. Disse fungerer meget godt, men detaljer om tilgjengelighet og opplæring i manualene kunne med fordel vært inkludert.

Hvor grundig forskningsgjennomgangen knyttet til forekomst og prognoser er i de ulike kapitlene er vanskelig å bedømme med mindre man er godt inne i de ulike fagområdene. I kapitlet om sosiale angstlidelser beskrives det at manglende sosiale ferdigheter er et eksklusjonskriterium for sosial fobi, noe som i praksis er meget omdiskutert. Forfatteren motsier også seg selv her ved senere i kapitlet å omtale et gruppebehandlingsopplegg som har styrking av sosiale ferdigheter som en egen komponent, grunnet en antakelse om at mange barn med sosial fobi mangler slike ferdigheter.

Godt eksempel

Det omtales ikke i boken hvem som er målgruppe. Min vurdering er at psykologistudenter og uerfarne KAT-terapeuter vil kunne ha svært god nytte av boken. For mer erfarne KAT-terapeuter er boken muligens for grunnleggende. For eklektiske eller dynamiske terapeuter vil boken kunne gi nyttige tips til alternative metoder. Vi er ikke bortskjemt med gode håndbøker på norsk, og samlet sett tjener denne boken som et godt eksempel på en slik.

Anmeldt av Krister W Fjermestad, Psykologspesialist/ PhD, Frambu senter for sjeldne Funksjonshemninger

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 6, 2014, side