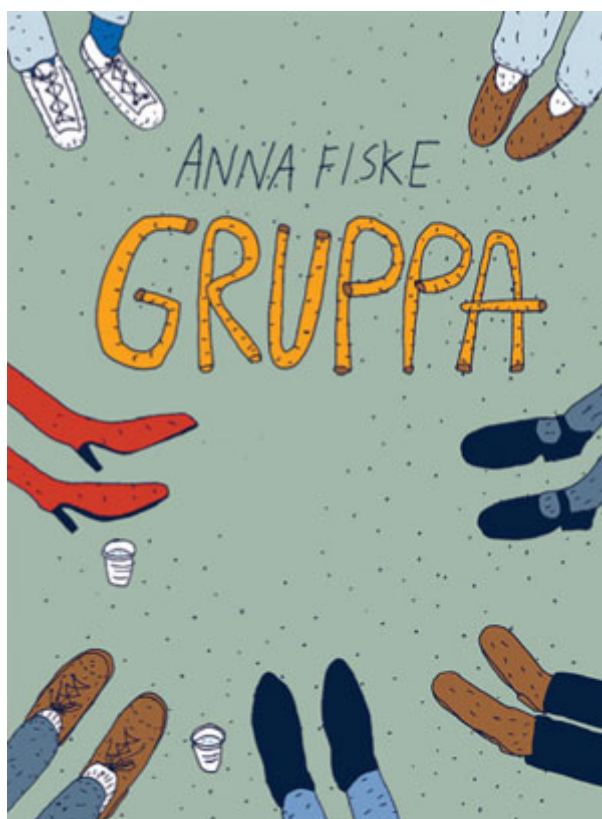


Gruppa

Dette er en effektivt illustrert fortelling om gruppeterapi, hvor historien drives av det som foregår i bilder, mellom linjene.

PUBLISERT 2. juli 2014



No Comprendo Press, 2014. 96 sider

Gruppa er ingen lærebok, ingen innføring i gruppeterapeutisk teori, metode eller praksis. Det er en tegneserieroman, altså fiksjon for voksne i tegnet form, hvor nettopp tegningene gir en helt egen inngang til det gruppeterapeutiske universet. Forfatteren selv – Anna Fiske – er å regne for en veteran innenfor denne sjangeren. Hun har over mange år befattet seg med tegneserier for barn, hun har utgitt tre tidligere tegneserieromaner for voksne og mottatt en rekke priser for sine arbeider. Nå forteller hun altså historien om en gruppeterapi, bestående av seks pasienter og én terapeut, illustrert ved tegninger som forteller langt mer enn ord.

«Enhver som har sittet i en gruppe vet hvor synlig føttene blir når vi sitter i ring, uten noe

imellom oss. Her gjelder det å ha orden på skoene sine.»

Strukturen i *Gruppa* er like enkel som den er effektiv. Vi følger gruppa gjennom syv gruppemøter, ett kapittel for hvert gruppemøte. Mellom hvert gruppemøte får vi i tillegg være med gruppemedlemmene hjem, med ett kapittel for hver person. På den måten alternerer historien mellom livet i gruppa og livet utenfor, og vi får eksempler på hvordan mønstre og temaer fra hverdagen utspiller seg i gruppeterapien.

Terapeuten definerer gruppa som et sted for de med lettere sosial angst, men ved nærmere lesning kommer det frem at dette er en sammensatt gjeng, med relasjonelle problemer av ulik art. Vi møter blant annet Grete, en litt eldre ensom og forlatt kvinne, som forteller om hvor fint det er å få besøk av datteren. I neste kapittel ser vi imidlertid hvordan datteren på besøk hos mor forsyner seg av vin, bestiller sushi, og tilsynelatende kommer kun for å bruke vaskemaskinen. Grete gråter etter datterens besøk, men forstår ikke hvorfor. I gruppa sitter også Per. Han lever alene, som en observatør til livet rundt seg. Han har gått i gruppa i to år, men strever med å gjøre seg synlig og betydningsfull, både her og i livet for øvrig. I kontrast til dette finner vi Siv, en 35-årig utadvendt, følelsesstyrt og impulsiv kvinne. Siv strever med å knytte seg til menn, og er redd for at det er *bare restene igjen* for henne der ute. Men hun erstatter nærhet med sex og skyver unna så snart partneren vil erstatte sex med nettopp nærhet. Noen er altså utnyttbare og har problemer med selvhevdelse, andre vil helst unngå oppmerksomhet, mens en tredje tåler fint å være sammen andre, men har først og fremst problemer med nærhet og tilknytning. Ja, det som på overflaten ligner sosial angst, kan romme så mangt.

Fortellende bilder

Via tegningene evner Fiske å illustrere flere svært gjenkjennbare opplevelser fra gruppelivet: stillheten som kan følge av det som blir sagt, lek med perspektiver, skifte av tema, hvordan det kan være å tilfeldig møte et gruppemedlem utenfor gruppa, hvor en innimellom lar blikket hvile under timen: ut av vinduet, på fugler og trær, klokken og bildene på veggen, lysstoffrøret i taket, og ikke minst på gruppemedlemmenes føtter. Enhver som har sittet i en gruppe, vet hvor synlig føttene blir når vi sitter i ring, uten noe imellom oss. Her gjelder det å ha orden på skoene sine.

Gruppemøtene i boka inneholder også stillhet og ettertenksomhet, overraskelser, gråt og latter. Medlemmene utforsker og utfordrer hverandres perspektiver, de snakker om relasjoner til barn, foreldre og partner, og de tar opp temaer som sex, dødsfall, ensomhet og selvmord. Terapeuten tar ikke mye plass, men det hun gjør, er på mange måter illustrerende for en gruppe som fungerer. Siv er for eksempel langt mindre kontrollert enn resten av gruppen, og hun utfordrer de andre med å være kritisk og uvøren. Hun risikerer med sin form å bli gruppas utskudd, en syndebukk for det som ikke fungerer. Terapeuten lar gruppa jobbe, men kommer iblant med innspill hvor hun bringer fokus ut i gruppen: *Hvordan føler dere det når Siv kaller dere for pingler?* På

den måten er det gruppa fremfor individet som jobber med hvert enkelt tema. Terapeuten rommer og anerkjenner også forskjellighet, inviterer til humor og varme, hun holder frem gruppens mål, og ikke minst, hun holder på rammene. Vi kommer altså inn i en godt etablert gruppe, med høy grad av samhold, som tilsynelatende tåler og rommer den forskjellighet Siv representerer. Ja, det virker som at den setter pris på det. Siv er jo også direkte og forløsende for de andre.

For aksepterende terapeut

Gruppas kanskje eneste svake punkt ligger like fullt hos terapeuten, slik det også kan være i det virkelige liv. Hun oppleves for endimensjonal, for lite utfordrende. Når for eksempel Per sier han føler seg *kurert*, at han nå *snakker som en foss*, og vil slutte i gruppa, reagerer de andre spontant med å si at han fortsatt nesten ikke sier noen ting. Per lever antakelig like ensomt som før, men terapeuten velger å fokusere på den utviklingen hun har sett hos Per i gruppa, og forteller at man må sammenligne denne med sitt eget utgangspunkt. Sant nok, men her virker toleransen lukkende fremfor å åpne for refleksjon og alternative perspektiver. Har det skjedd noe i gruppa, eller i livet utenfor? Har dette vært en egnet behandlingsform? Er avslutningen kun en repetisjon av det distanserte livet Per lever utenfor gruppa?

En tegneserieroman har selvsagt begrensninger når det gjelder teori og inngående skildringer av persongalleri, men Fiske når overraskende langt i å skildre en gruppes liv og leven. Vi inviteres ikke inn i hodet på karakterene, men vi leser hva de sier, og tegningene illustrerer følelsesuttrykk, stemninger og ikke minst hva de gjør. Slik er dette en effektiv historie om gruppeterapiens mangfold og muligheter. Når vi etter syv uker forlater gruppa, har det for enkelte gruppemedlemmer kanskje skjedd vel mye, men litt dramaturgi må en tegneserieroman kunne tillate seg. *Gruppa* er en annerledes og underholdende bok om gruppeterapi, egnet både for pasienter, pårørende og terapeuter. Den leses raskt og effektivt, men kan til gjengjeld og med fordel leses flere ganger.

Anmeldt av Eivind Normann-Eide, gruppeterapeut og psykologspesialist, seksjon for Personlighetspsykiatri, OUS

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 7, 2014, side