

Det egentlige løvetannbarnet?

Vi er mange som savner mer oppmerksomhet og forskning på *samværet* som skadereduserende og helsebringende element.

TEKST

Odd Volden

PUBLISERT 5. november 2014

EN PSYKOLOG PEKTE for noen år siden på følgende paradoks: Da Freud «fant opp» psykoterapien, hadde han pasienter som trengte et frirom fra kvelende tilknytning. For disse menneskene kunne det nok være en befrielse å snakke med en lege alene i et skjermet rom. Men det er grunn til å spørre om vi i dag behandler mennesker som sliter med å knytte seg til andre mennesker, i det samme lukkede rommet, fortsatt alene med en terapeut.

Det finnes imidlertid andre idealer og realiteter i psykoterapifeltet. En fagartikkel i juniutgaven av Psykologtidsskriftet (side 461–464) drøfter og markedsfører mentaliseringsbasert terapi (MBT), der gruppeterapi er et sentralt element: «I MBT fungerer gruppene som dynamiske ‘treningsarenaer’ for mentalisering, dvs. ‘learning by doing’ her og nå.»

Som tidligere pasient ved moderavdelingen til det som i dag er Dagbehandlingsnettverket, med 350 gruppebehandlingstimer i ryggsekken (1989–94), er jeg svært glad for at man nå bruker treningsbegrepet i omtalen av virksomheten.

Det er nemlig en vesensforskjell på den klassiske terapeutrollen og den moderne trenerrollen. Selv om selvfølgelig også trenere kan gjøre seg omnipotente og tråkke over grenser, vil psykoterapeuter, ikke minst på grunn av strukturelle forhold i feltet, gjerne bidra sterkere til paternalistisk lekkasje: Manglende evne eller vilje til å ta innover seg at også tjenesteyterne på psykisk helse-feltet skal innordne seg den idealtypiske forbrukerinteresse.

I augustutgaven (side 624–628) av Psykologtidsskriftet er temasaken av journalist Ingelin Westernen *Gruppeterapi: Løvetannbarnet?* Den morsomme tittelen reflekterer at gruppeterapien, til tross for stemoderlig behandling ved lærestedene som utdanner psykologer, og til tross for at administrative produksjonsmål favoriserer individualterapi, likevel ser ut til å være svært levedyktig og livskraftig.

I mine øyne representerer artikkelen godt journalistisk håndverk og spennende lesning, selv om Westernen kanskje kunne dempet gruppeterapeutenes entusiastiske selvfremstilling noe, for eksempel ved å minne om helsebiblioteket. no sin oppsummering av en studie, presentert av forsker Theresa Wilberg (14.09.07):

Bedre GAF (global funksjonsskåring, red. anm.), men beskjedne fremskritt på andre områder. Det er status for pasienter som deltar i psykodynamisk gruppeterapi etter avsluttet dagbehandling ved personlighetsklinikkene i Norge.

Etter å ha pløyd igjennom fire av årets utgaver av Psykologtidsskriftet, sitter jeg med en viss uro, en uro som gjerne kan uttrykkes i tilknytning til den aktuelle saken av journalist Ingelin Westeren:

Når Psykologforeningens tidsskrift lager journalistikk som tilsynelatende setter forhold i feltet under debatt, er det lett å glemme at det overordnet er psykologifeltet og psykoterapifeltet, og ikke psykisk helse-feltet, som er tidsskriftets hovedskript.

Mange av oss opplever den daglige omgangen med trygge mennesker i brukerorganisasjonen, på dagsenteret, på skolen, på jobben, eller i sosiale medier, som det viktigste bidraget til egen recovery. Vi er mange som savner mer oppmerksomhet og forskning på *samværet* som skadereduserende og helsebringende element. Kanskje er det *samværet* som er det egentlige løvetannbarnet på psykisk helse-feltet?

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 11, 2014, side 950

TEKST

Odd Volden, brukeraktivist