

Psykodynamisk gruppeterapi for voksne med ADHD-diagnose

- resultater fra en naturalistisk studie.

PhD Hanne-Sofie J Dahl, gruppeanalytiker IGA, psykoanalytiker IPA, psykologspesialist NPF og Christian Hjort, gruppeanalytiker IGA, psykiater og spesialist i barn og ungdomspsykiatri

Bakgrunn: Utgangspunktet for denne naturalistiske studien var erfaringen av at voksne med ADHD-diagnose får en forklaring på sine eksekutive vansker knyttet til oppmerksomhet, konsentrasjon og utholdenhet; deres utfordringer med sviktende emosjonsregulering, negativt selvilde og relasjonelle vansker, blir imidlertid sjelden berørt og møtt fra behandlere. Behandlingstilbudet til voksne med ADHD er da også begrenset, både i Norge og internasjonalt. De få studiene som finnes av psykoterapi med voksne med ADHD baserer seg i hovedsak på kognitive terapiformer, med lite relasjonelt fokus. De fleste intervensjoner er en kombinasjon av psykoedukasjon og individuell terapi, også enkelte gruppetilbud basert på DBT og MBT.

Målsetning: Formålet med denne studien var å undersøke om korttids gruppepsykoterapi virker å kunne bidra til å utvide deltakerens refleksjonsrom samt øke den enkeltes empati for seg selv, noe som antas vil ha en positiv effekt på emosjonell toleranse og relasjoner utenfor gruppen.

Metode: Forfatterne har utviklet en tidsavgrenset psykodynamisk gruppeterapi som er prøvet ut i 6 grupper over 18 ganger, med i alt 48 pasienter. Vi arbeider med relasjoner gjennom utforskende samtaler av relasjonserfaringer utenfor og i gruppen og gjennom å bruke de affektene som oppstår her og nå. Dette er en opplevelsesbasert arbeidsform som gir deltakerne mulighet for å oppleve og bearbeide relasjonelle utfordringer i en sammenheng der alle har samme diagnose, og der det er to gruppeledere med kjennskap til diagnosen og med kapasitet og erfaring til å romme og utforske følelser og prosesser som oppstår underveis. Pasientene har fylt i en mengde spørreskjema før og ved avslutning, samt 6 mnd etter terapien da ble de også intervjuet om erfaringer fra gruppeterapien.

Resultater: Innsamling av data vil avsluttes juni 2022 og analysene påbegynnes da.

Resultater knyttet til deltakernes opplevelse av endring i egen selvmedfølelse samt egne subjektive målsetninger for gruppen vil presenteres. Funn fra fenomenologisk analyse utført av psykologene James William Makepeace og Line Larsen Holm basert på kvalitative intervjuer knyttet til hva 12 deltakere har opplevd som viktig ved gruppeterapien blir også presentert.

Diskusjon: Vi er spente på de kvantitative analysene av selvmedfølelse vil avdekke. Den kvalitative analysen finner at deltakerne legger vekt på at gruppen gav rom til *Identitetssøken*, at de gjennom forhandling utforsker ulike måter å integrere ADHD-diagnosen i selvforståelsen sin på. Temaet *Utvidet refleksjonsrom* inneholder deltakernes fortellinger om hvordan de opplevde deltakelsen i gruppa og hva de forteller om endring underveis og i etterkant av terapiforløpet. Gjennom tre undertemaer gir vi innblikk i hvordan deltakerne erfarte gruppa som en arena for *veiledning*, *erfaringsutveksling* og *sammenligning*, og at de selvrefleksive prosessene gruppedeltagelsen innebar gjorde at deltakerne opplevde å bli tydeligere for seg selv.

Konklusjon: Så langt har studien gitt kunnskap både om hvordan det er å leve med ADHD og hvordan en korttids dynamisk gruppeterapi for voksne med ADHD kan være betydningsfull for denne pasientgruppen

Hvordan drive psykodynamisk korttidsgruppe for voksne med ADHD?

Christian Hjort, gruppeanalytiker IGA, psykiater og spesialist i barn og ungdomspsykiatri og
PhD Hanne-Sofie J Dahl, gruppeanalytiker IGA, psykoanalytiker IPA, psykologspesialist NPF

Bakgrunn, presentasjon/demonstrasjon av metode/teknikker, Erfaringer, Diskusjon/konklusjon

Bakgrunn: Vanligvis fokuseres det på eksekutive vansker knyttet til oppmerksomhet, konsentrasjon og utholdenhet når tema er ADHD. I denne workshopen vil typiske relasjonelle og følelsesmessige vansker hos voksne med ADHD-diagnose få fokus og presenteres.

Presentasjon av metoden: Vi vil beskrive en behandlingsmodell som er utviklet gjennom 6 runder med terapimodellen. En vanske ved ADHD er at «ute av syne, ute av sinn» er gjennomgående. I gruppepsykoterapi med voksne med ADHD kan tempo blir høyt og det kan skje mye, noe som bidrar til å gjøre det ekstra vanskelig for den enkelte med ADHD å holde tak i egne ambisjoner for terapien. Vi vil presentere en måte å arbeide på i forberedelsen til gruppen som kan hjelpe den enkelte deltaker å finne et fokus for terapiprojektet, noe som kan være nyttig å holde fast i både i oppstartsfasen, underveis i gruppeforløpet og for evaluering i avslutningsfasen.

Erfaringer: Vi vil dele foreløpige erfaringer og eksempler fra å arbeide med emosjonelle og relasjonelle vansker i psykodynamiske korttidsgrupper (18 ganger á 90 minutter). Et arbeid vi begge har funnet meningsfylt og spennende. Nesten alle pasientene uttrykker at denne formen for behandling oppleves dypt meningsfylt i intervjuer et halvt år etter behandling. Dette er noe overraskende da det å huske kan være utfordrende for mange med ADHD.

Konklusjon: Deltakerne på workshopen inviteres til en dialog om hvordan gruppebaserte tilbud til voksne med ADHD kan videreutvikles og om hvordan best mulig finne og holde fokus for det psykoterapeutiske arbeidet i slike grupper. Arbeidsformen vil avhenge av antallet påmeldte.

Att bedriva gruppanalytisk utbildning via zoom på främmande språk- glädjeämnen och utmaningar.

Leg. psykoterapeut, gruppanalytiker Maria Anter
leg. psykoterapeut, gruppanalytiker Pia Litzell Berg
leg. psykoterapeut, gruppanalytiker Charlotta Dybeck

Bakgrund

I juni 2020 påbörjades ett samarbete mellan Gruppanalytiska Institutet i Stockholm och Teheran Center for Psychoanalytic Studies i Teheran. Det har länge funnits ett intresse för att starta en gruppanalytisk utbildning i Iran. När frågan kom via en kollega och gruppanalytiker i Sverige, med rötter i Iran var vi några som var intresserade av detta spännande samarbete. Det var glädjande att någon efterfrågade vår kunskap och erfarenhet av gruppanalys. Gruppanalytiska Institutet har sedan flera år drivit en diplomutbildning fristående från Sveriges officiella utbildningssystem. Studieplanen för denna utbildning låg till grund för utbildningen i Iran. Kursgruppen bestod till största delen av psykologer och psykiatriker.

Under presentationen vill vi förmedla våra erfarenheter från utbildningen som avslutats i juni 2022. Redan i april detta år startar vi en ny utbildningsomgång. Där följer vi i huvudsak den tidigare utbildningen men anpassar den till tätare undervisning och tar med iranska kollegor som lärare.

Syfte

Syftet var att erbjuda en kvalificerad utbildning i gruppanalys till iranska kollegor.

Målet

Målet var att de som genomgick utbildningen skulle få kunskap om gruppdynamik och gruppleddarens roll i olika typer av grupper, kunna bedriva gruppsykoterapi, samt förstå och bedöma grupper ur gruppanalytiskt perspektiv.

Metod

Hela utbildningen inklusive handledningen har bedrivits via zoom. Vi har pratat engelska och en kursdeltagare har fungerat som tolk då inte alla iranska kollegor talar engelska. Utbildningen i Iran har haft flera utmaningar vad gäller etiska dilemman, språkliga utmaningar och inte minst utmaningen att bedriva den via zoom. Att kunna skapa kontakt och relation via zoom har varit både en utmaning och en glädje under coronapandemin. De flesta deltagarna på utbildningen har också haft sina grupper online.

Diskussion

Utbildningen har inneburit ett ömsesidigt lärande mellan studenter och utbildare. Vi har haft spännande, utmanande och intressanta möten. Pandemin har funnits som en oroande fond där både vi och deltagarna i utbildningen drabbats på olika sätt. Det har även funnits svårigheter som vi i kollegiet inte räknat med och behövt anpassa oss till. Att skapa och upprätthålla en gruppanalytisk hållning, via zoom, i alla delar av utbildningen har varit en utmaning, som vi tror att fler av er arbetat med under denna period. Detta och mer vill vi diskutera med er.

Pasienter med personlighetsforstyrrelse var sårbare under første Covid-19 bølge i Norge. En multi-senter undersøkelse av pasienter i gruppeterapibasert behandling

Seksjonsoverlege/1. amanuensis Elfrida H. Kvarstein

Bakgrunn: Første Covid-19 bølge fikk store konsekvenser for ordinær pasientbehandling innen psykisk helse og rus fra 12.mars 2020, ikke minst for pasienter med personlighetsforstyrrelse (PF) ved behandlingsenheter tilsluttet Nettverk for personlighetsforstyrrelse hvor gruppeterapi er et sentralt behandlingsformat. PF innebærer følelsesmessige og mellommenneskelige vansker og kan ledsages av selvdestruktiv adferd og rusproblematikk. Man var bekymret for pasientenes evne til å tilpasse seg samfunnsendringer og nyttiggjøre seg alternative behandlingsformer med telefon og digital terapi og konsekvensene av at gruppebaserte program ble betydelig modifisert.

Formål: Studien kartla pasienter med PF og deres situasjon under nedstengning av ordinært terapitilbud

Metode: Anonym spørreundersøkelse ved 12 behandlingsenheter i juni-oktober 2020.

Spørreundersøkelsen hadde til hensikt å undersøke psykisk og sosial belastning under første bølge, umiddelbare reaksjoner og erfaringer med endringene i behandlingstilbudet.

Resultater/momententer for diskusjon: Pasientene rapporterte økt psykisk og sosial belastning under nedstengningen. Det tok lang tid å få implementert digital terapi. Majoriteten av grupper ble avlyst. Et fåtall fikk gruppeterapi digitalt. Den mest anvendte kontaktform var telefon. Umiddelbare reaksjoner fra pasientene omfattet engstelse, tristhet og hjelpeløshet og «overveldende uforutsigbarhet i både hverdag og behandling». Majoriteten uttrykte likevel forståelse for situasjonen, og ønske om å tilpasse seg/mestre «nødløsninger». Pasienter med antatt høyere risiko (selvskading, depresjon, svak personlighetsfungering) fikk hyppigere kontakt per telefon og digitalt og spørreundersøkelsen viste ikke tegn til økt selvdestruktivitet under nedstengningen. Pasienter med unnvikende personlighetsforstyrrelse fikk oppsiktsvekkende sjeldnere kontakt med terapeuter under pandemien, sjeldnere digital terapi og uttrykte savn og bekymring for sin terapi og spesielt terapigruppen.

Samarbeid mellom Forskergruppen Personlighetspsykiatri og Nettverk for Personlighetsforstyrrelser.

Arbeidsgruppe med brukermedvirkning: Zahl,KE, Stänicke,LI, Pettersen,MS, Baltzersen, ÅL, Johansen,MS, Eikenæs,IUM, Hummelen,B, Wilberg,T, Arnevik,EA, Pedersen,G, Kvarstein,EH

Mentalization-based treatment – is it sustainable?

Head senior Consultant, Oslo University Hospital/Associate Professor, University of Oslo, Elfrida Hartveit Kvarstein, Research affiliation: The Research Group for Personality Psychiatry, University of Oslo and Section for Personality Psychiatry, Oslo University Hospital, Norway
Coauthors: Henning Jordet, Dag Anders Ulvestad, Øyvind Urnes, Geir Pedersen.

Background: Positive effects of one of the group therapy-based treatment approaches for people with borderline personality disorder - mentalization-based treatment (MBT) have been reported in several studies. The evidence-base includes randomized controlled trials, naturalistic comparison studies, long-term follow-up, and health economic considerations. Investigations have been performed within different countries and clinical research environments. Nevertheless, research also indicates that effects may vary, and not least, be highly vulnerable to situational and organizational factors. As yet, sustainability of the effectiveness of MBT programs is poorly documented.

Aim: The main aim in the present study is to compare outcomes after attending a three-year MBT program for patients treated in two different time periods.

Method: The study is longitudinal and investigates a large sample of patients (N=185). Period I is from 2009- 2012 (n=101) and period II is from 2013-2016 (n= 84). A broad range of clinical outcomes will be compared. Mixed Models are chosen for statistical analyses of longitudinal change.

Results: Both periods recruited poorly functioning patients with BPD with considerable comorbidity. Period II included patients with more severe conditions, poorer self-control and more self-harming and suicidal behaviors. Both periods had low rates of drop-out, but rates were higher in period II. Initial therapy alliance was poorer in period II, but increased over time to levels corresponding to period I. Therapist-reported countertransference feelings were stable over time irrespective of time-period. Clinical improvement was a main trend with high remission-rates of self-harming and suicidal behaviors irrespective of time-period.

Conclusion: Results support positive effects and sustainability of MBT for poorly functioning patients. Differences within the target group and treatment organization will be discussed.

Cooperative storytelling: An option for traumatized refugees suffering from PTSD.

Jone Schanche Olsen, psychiatrist, senior consultant

Background

The understanding of psychological traumatization and the development of treatment methods have undergone a major development during the last 10-20 years.

Working with treatment of traumatized refugees and asylum seekers is challenged by cultural differences and different attitudes towards health services. Aspects of shame and guilt in the traumatic events also challenge the possibilities for psychotherapeutic treatment.

Purpose

For assisting traumatized refugees and asylum seekers, a group intervention model is suggested.

Method

Organizing groups of refugees with the intention of by proxy processing of trauma has been carried out with refugees from Eritrea, Afghanistan, Chechnya, Syria and with Kurdish refugees from different countries.

Group participants are invited to a 10-session process where the group make up a story of a refugee from their own background who flies to Norway. The story is supposed to be a detailed story of the fictive person's life, reason for flying, flight and relocation in Norway.

Group leaders write down the story, and at the end, the written story is distributed among the participants as their own property.

By participating, refugees have a possibility to process their own traumatic events by proxy, without exposing their own history.

Results

Eight groups have been conducted at Transcultural Center, Stavanger University Hospital, in cooperation with refugee services in the municipalities.

Results from a qualitative study of groups with Syrian and Chechen refugees give the overall impression is that the intervention is considered helpful and important. Group members follow the program with few dropouts.

Comment

Group interventions with traumatized refugees narrating a story, with the possibility to process their own history by proxy, is a treatment method worth further exploration.

Principles for Growth in Groups and Teams

Halvor Kjølstad, clinical and organizational psychologist

Background

Close to 50 years experience in group work, clinical and in organizations. Key publication: Kjølstad, Halvor: Gruppeterapi. Gyldendal Akademisk, Oslo 2004.

Aims

Putting a distinct focus on **what to do** in order to activate the healing/growth stimulating factors in groups (ref Yalom, Irving: The Theory and Practice of Group Psychotherapy. Basic Books, New York 1970).

Methods

Presentation followed by dialogue. A model for group work will be presented. Basic therapist or group leader qualities will be described, and Yalom's process qualities will be mentioned. Particular emphasis will be on what good clinicians/group leaders should **do** in order to make the group climate safe enough and challenging enough for members to start supporting and challenging each other in a growth enhancing way

Discussion points

Exchange/dialogue about participants' experiences, in clinical groups and in other group settings. Participants will be encouraged to share experiences, with particular highlighting of similarities and differences between what happens in clinical groups and in other group settings.

Hvorfor og hvordan drive en samtalegruppe med eksistensielt fokus innenfor offentlig psykisk helsevern?

Forfattere:

Sykehusprest og gruppenalytiker Audun Magne Ulland, lærer ved Institutt for gruppeanalyse (IGA)

Psykolog og gruppeterapeut Anne-Kari Kvarstein, lærer ved Institutt for aktiv psykoterapi (IAP)

Bakgrunn:

Konseptet Samtalegruppe med eksistensielt fokus ble utviklet av sykehusprest og gruppeanalytiker Audun Magne Ulland, psykiatrisk sykepleier Linn Renate Eriksen og psykiatrisk sykepleier og gruppeterapeut Jeanine Rogge Reuyter ved Lovisenberg DPS i 2010.

Formål:

Denne gruppebehandlingen har som formål å gi rom for terapeutisk utforskning av eksistensielle tema som ofte følger det å ha en psykisk lidelse; tap av tilhørighet og håp, og svekket opplevelse av mening og sammenheng. Ordet «eksistens» defineres gjerne som «det å være til» eller «finnes». I dagligtale har begrepet «å eksistere» gjerne vegetative konnotasjoner, eksemplifisert og kontrastert i uttalelsen «jeg ønsker ikke bare å eksistere, men også å leve». I konseptet Samtalegruppe med eksistensielt fokus har en imidlertid i enda større grad vektlagt relasjonelle perspektiver ved eksistens, og derfor tatt utgangspunkt i det latinske ordet «eksistrere»; å tre frem og bli synlig for andre og for seg selv. Gruppekonseptet er inspirert av en terapeutisk modell beskrevet i VITA-prosjektet ved Modum Bad, hvor begrepet eksistens, utledet av «å eksistrere», slik kontrasterer til en destruktiv og isolerende skamproblematikk og et behov for å skjule seg, slik mange som oppsøker hjelp for ulike psykiske lidelser ofte formidler.

Metode:

Dette er et lukket gruppekonsept med varighet på 18 mnd, med opp til åtte deltakere. I tillegg til en prosessuell psykodynamisk tilnærming har en i dette gruppekonseptet også hentet elementer fra narrativ teori og terapitradisjon. Gruppedeltakernes livsfortellinger utgjør gruppens sentrale begivenhet, og fungerer som ramme og struktur for gruppeforløpet. Deltakerne skriver og deler seks nøkkelfortellinger med gruppen, hvor fravær /nærvær av de eksistensielle faktorene tilhørighet, håp, mening og sammenheng belyses og utforskes i gruppen.

Hva ønsker vi å oppnå med dette gruppetilbudet?

Mange av pasientene som deltar i dette gruppetilbudet mangler en tydelig og forståelig fortelling om seg selv, og om egne eksistensielle behov av å høre til og oppleve mening og sammenheng i eget liv. Avstengte og ordløse eksistensielle erfaringer kan hindre personlighetsutvikling og modning. Når vi ikke har fått hjelp til å finne ordene klarer vi ikke å fortelle våre egne historier, og i stedet siver historiene ut i form av uforståelige symptomer og handlingsmønstre. Med dette gruppetilbudet ønsker vi å gi stemme og språk til eksistensielle erfaringer og behov. Flere av dem som søker psykoterapeutisk hjelp formidler ofte endimensjonale fortellinger om seg selv. Det finnes imidlertid alltid minst en annen historie bak den dominerende fortellingen. Målet med det gruppetilbudet er en terapeutisk bevegelse fra en endimensjonal og innsnevret konklusjon om egen identitet, tilhørighet og behov, til en flerdimensjonal og kompleks fortelling. Mangefasettete fortellinger om liv og identitet kan gi språk til de mange lag av personlighet og egenskaper som bor i mennesker, så vel som økt distanse til tidligere etablerte selvfortellinger. Dersom tiden tillater det ønsker vi gjerne å dele kliniske erfaringer fra en spesifikk gruppe.

Kreativitet i gruppeterapi

Forfatter: Geir Løkling, psykologspesialist og universitetslektor

Bakgrunn:

Gruppeterapi er komplekst og krevende, og som gruppeterapeuter står vi i kontinuerlig informasjonsflyt og meningsdannelse knyttet til hva som skjer i gruppa. Det eksisterer et mangfold av veivalg knyttet til hvordan påvirke deltakerne og gruppen på best mulig måte. Til forskjell fra individualterapi kan vi i gruppe utforske og intervenere på relasjoner, subgrupper, og gruppen-som-helhet. Da alle disse nivåene eksisterer samtidig kan man lett bli overveldet av alle mulighetene, og en helt sentral forutsetning for å håndtere *mulighetsrommet er kreativitet* (Winnicott, 1962).

Formål:

Miniforedraget har som formål å øke bevissthet på hva kreativitet er, og hvilken rolle kreativitet kan ha i gruppeterapi. Kreativitet kan vise seg som kommunikasjon, mental tilstand, og relasjonsform. I gruppeterapi eksisterer alle disse kreativitetsformene innenfor gruppens såkalte *matrix* (Foulkes, 1964). Matrix er gruppens erfaringer og normer som har utviklet seg gjennom gruppens historie, og som skaper et mer eller mindre *holdende miljø* for gruppens mulighet til å engasjere seg i kreative prosesser. Hvis gruppen har vært preget av konflikt og angst, kan mulighetsrommet være innskrenket, mens det i en gruppe preget av samhold og aksept åpner seg muligheter for deltakerne til å vise seg og utfolde seg. I møte med de mangefasetterte gruppeprosessene som utspiller seg kan man fort bli overveldet, og kanskje er det akkurat i disse øyeblikkene vi trenger å ha tilgang på lek og kreativitet. Som Winnicott selv sa trenger «mennesker som ikke kan leke å hjelpes over i en lekende tilstand, og hvis terapeuten ikke kan leke, må terapeuten hjelpes over i en lekende tilstand».

Metode:

Miniforedraget vil presentere en kort klinisk vignett som belyser hvordan deltakernes iboende lekenhet forløses gjennom nonverbalt samspill, og hvordan det kreative samspillet etter hvert skaper endring i deltakernes mentale tilstand og i gruppen-som-helhet.

Diskusjon:

Hvordan kan vi stimulere til lek og kreativitet i gruppeterapi? Trenger vi å gi slipp på prefrontal korteks og ordenes begrensning? Hvilke muligheter åpner seg ved å gå nonverbalt til verks? Diskusjonen vil hente inspirasjon fra både Platon og Spinoza, men også Winnicott og Stem.

Focused Group-analytic Psychotherapy. An integration of clinical experience and research.

Prof. emeritus, Group Analyst, Psychoanalyst, Steinar Lorentzen

Background: Group-Analytic Psychotherapy or group analysis (GA) is a commonly used therapy in Europe, usually in a version of intermediary or long duration. Since health resources are limited, it has become increasingly popular to offer shorter therapies to different patients groups, sometimes based on the wish to do justice to all: everyone should have the right to get the same amount of therapy! I will argue, with reference to results from our own research, that exactly because resources are limited, it is urgent that allocation to different kinds of therapy should be based on empirical evidence: What kind of patients profit from what kind of therapy?

Objective: Based on the work of others and myself, I have formulated "Focused Group Analytic Psychotherapy (FGAP)", a relatively new time-limited group-analytic therapy that is more structured and individually oriented than GA. Suitable patients have a higher level of personality organization. FGAP recommends that a circumscribed therapy focus should be established for each patient, based on interpersonal problems and aspects of conflicts related to a psychodynamic hypothesis/case formulation.

Methods: Central aspects of FGAP will be presented briefly – possibly demonstrated through role play in a group, if number of participants allows it.

Discussion: Hopefully there will be participants using other brief forms of group psychotherapy, which can stimulate a discussion of the relevance of FGAP, compared to other time-limited group psychotherapies, psychodynamic or others.

Erfaringer fra et undervisningsopplegg om bruk av grupper i en Nepali kontekst

Ellen Hagemo, psykiater, gruppeanalytiker

Bakgrunn: Norsk psykiatrisk forening har i mange år hatt et samarbeid med Tribhuvan University, Teaching Hospital med årlige seminarer i Kathmandu. På seminaret i 2014 ba de nepalesiske legene om mer undervisning i spesifikke terapeutiske metoder.

Formål: Formidle erfaringer fra et norsk-nepalesisk samarbeid for å øke kunnskap om gruppeterapi blant klinikere med utdanning i mental helse-arbeid i Nepal.

Metode: Etter et introduksjonskurs om bruk av grupper i mental helsearbeid, ble det i samarbeid med Himalpartner, (en norsk bistands organisasjon) tilbudt et blokk-kurs i gruppepsykoterapi. Kurset skulle være 4 ganger à 2 dager gjennom ett år med kursstart i april 2016. Hovedfokus i opplæringen var fremlegging av eget arbeid og veiledning i gruppen. Teorigjennomgangen knyttet seg i særlig grad i det kliniske materiale og lite gjennom rene forelesninger. Kurset skulle gi kliniske psykologer, psykologer, psykiatere og andre med en viss utdanning i mental helse- arbeid et bedre kunnskapsgrunnlag for de gruppene de selv hadde. Deltagerne skulle kunne lære å forstå mer av gruppepsykoterapeutiske prinsipper og kunne gjenkjenne og anvende disse i sitt arbeid.

Resultater: Vi erfarte at alle 13 deltagerne fullførte. Deltagernes egne erfaringer gjorde at de kunne relatere seg til de grunnleggende gruppeterapeutiske prinsippene. De var lette å veilede, men det teoretiske innholdet som tilsvarte det vi bruker i Oslo var for vanskelig tilgjengelig og lite brukbart. Steinar Lorentzens bok «Group Analytic Psychotherapy, 2014» var meget anvendelig. Bruk av grupper er utbredt i Nepal i mange flere settinger enn vi er vant med og med andre aktiviteter i sesjonene. Men selv om både avslapningsøvelser, lek og tegning ofte var en del av deres gruppe-arbeid, kunne dette lett tilpasses de gruppeterapeutiske prinsippene. Etter dette første året startet et nytt blokk-kurs, og deltagerne som hadde fullført ett år, var veiledere mellom blokkene. 25 stykker gjennomførte dette.

Konklusjon: Erfaringer fra Nepal viser at de grunnleggende prinsippene for gruppeterapi kan tilpasses ulike kulturer. Å tilpasse vestlig forståelse og metoder til en annen kultur er krevende og utfordrende, men spennende og givende.

«Et hav av tid»

Erfaringer med gruppedynamisk behandlingsprogram for unge ved BUP Ålesund

Knut Asbjørn Ulstein Overlege/Gruppeterapeut, BUP Ålesund, Helse Møre og Romsdal

Bakgrunn: BUP Ålesund er en mellomstor barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk som de siste 15 år har tilbudt gruppeterapeutisk behandling for ungdommer med ulike psykiske lidelser. Gruppeterapeutisk behandling i BUP er lite beskrevet og har generelt vært uvanlig i Norge, men har fått økende aktualitet de senere år gjennom ulike psykoterapi-programmer tilpasset barn og unge, herunder mentaliseringsbasert terapi (MBT) som er en gruppedynamisk tilnærming.

Formål: Formidle kliniske erfaringer fra etablering og bruk av MBT ved BUP Ålesund. Fremstillingen vil reflektere over positive og negative erfaringer med relevans for etablering av gruppepsykoterapi (GPT) for ungdommer i en offentlig, nordisk, allmennpsykiatrisk setting og belyse tematikk med aktuell faglitteratur.

Metode: Erfaringer inkluderer ulike perspektiv – pasienter, gruppeterapeuter, behandlerkolleger, lokal ledelse, og nasjonalt fagmiljø. Aktuell faglitteratur er hentet fra pensum ved utdanningen GPT-BUP i regi av Institutt for gruppeanalyse.

Resultater/momentene til diskusjon: Etablering av gruppedynamisk behandling i Ålesund var i starten preget av faglig ideologi, «utenlandske» impulser og erfaringer fra gruppeterapi for voksne.

Videreføringen av tilbudet var avhengig av lokale "ildsjeler", lederstøtte med prioritering av gruppedynamisk utdanning, eksterne veiledere og oppmerksomhet på lokale forhold.

Hindringer for å opprettholde tilbudets kvalitet, har vært manglende forskning på området, konkurrerende terapitrender, mangel på behandlere innen BUP, «ildsjelers» overinvolvering i terapitilbudet, og logistiske utfordringer.

Konklusjon: Det er behov for økt satsing på behandlingsformer som tar på alvor ungdomsfasens egenart. Gruppeterapi som er rettet mot pasientens vansker med selvforståelse, følelsesregulering, allianse i terapi og relasjoner i eget liv, kan bli et viktig behandlingstilbud i BUP i årene som kommer, men forutsetter mer forskning, utdanning og nasjonal koordinering.