

EN BOG, VI HAR MANGLET

Mørch, M. M., Rosenberg, N.K. & Elsass, P.:

Kognitive behandlingsformer.

Hans Reitzels Forlag. 1995. Pris 298,00 kr. (inkl. appendix).

Kirsten Thue Skinhøj

Det er en grundig, gennearbejdet og meget læservenlig bog, Merete Mørch, Nicole Rosenberg og Peter Elsass har redigeret. Ydermere udfylder den et tomrum, idet vi har manglet en samlet fremstilling af kognitive behandlingsformer og deres anvendelse.

Det pædagogiske præg, der er karakteristisk for kognitive behandlingsformer, kendetegner bogens opbygning og hvert enkelt kapitel, hvad enten det er skrevet af klinikere med praksiserfaring eller af forskere.

Til bogen hører et appendix med registreringsskemaer og andre terapeutiske hjælpemidler, der er gengivet i uformindsket størrelse for at øge deres anvendelighed. Bogens forfattere er absolut ikke lukkede eller tavse hvad angår deres terapeutiske fremgangsmåder og hjælpemidler. De er derimod meget åbne og »rundhandede«, idet de afslører og videregiver de skemaer og hjælpemidler, de selv har kunnet anvende i deres eget arbejde som terapeuter. I bogens enkelte kapitler henvises der ofte til bestemte skemaer i appendix. Det øger udbyttet af læsningen, at man kan slå op på skemaet og følge forfatterens intentioner med at anvende et bestemt skema i forhold til bestemte klienter.

Bogen er på læservenlig vis forsynet med emneregister og en kort præsentation af forfatterne.

I bogens forord giver de tre redaktører en kort, men meget interessant fremstilling af den historiske baggrund for udviklingen af de forskellige kognitive behandlingsformer. Endvidere anfører de, at bogens målgruppe er »behandlere og undervisere inden for sundheds-, social- og undervisningssektorerne, der interesserer sig for mennesker med psykiske lidelser«.

Kirsten Thue Skinhøj er forskningslektor, cand.psych. og gruppeanalytisk psykoterapeut ved Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet, Københavnsafdelingen. Arbejder med undersøgelsen *Behandling for afhængighed af nerve- og sove medicin*. Har sammen med centerleder, cand.jur. Jørgen Jepsen i centrets Århusafdeling planlagt de næste 4 års behandlingsevalueringsforskning inden for narkomisbrugsbehandlingsområdet. Kirsten Thue Skinhøj er stedfortrædende centerleder ved Center for Rusmiddelforskning.

Efter min mening har redaktørerne beskedent afgrænset målgruppen for snævert, fx kan også jeg – der hverken er behandler eller underviser inden for de pågældende sektorer men forsker med behandlings-evaluering som kerneområde – lære meget ved at læse bogen.

I det følgende skal gives eksempler på, hvem der kan have udbytte af bogens 11 forskellige kapitler:

- Alle, der beskæftiger sig med psykoterapeutisk behandling i deres praksis eller forskning, kan have udbytte af at læse Nicole Rosenbergs og Merete Mørchs kapitel om *Kognitive behandlingsformer ved psykiske lidelser*. Fx vidste jeg ikke, at de kognitive behandlingsformer består af fire hovedkategorier: Psykoedukation, social færdighedstræning, kognitiv terapi og kognitiv optræning.
- Alle, der arbejder med mennesker, som er deprimerede, kan lære meget af at læse Merete Mørchs og Peter Elsass' kapitler *Kognitiv terapi ved let og moderat depression* og *Kognitiv terapi af indlagte patienter med svær depression*.
- Alle, der i deres praksis eller forskning beskæftiger sig med mennesker, som er plaget af angsttilstande, kan have udbytte af at læse Nicole Rosenbergs kapitel om *Kognitiv terapi ved angsttilstande*.
- Alle, som arbejder med mennesker, der er præget af personlighedsforstyrrelser, kan blive bedre til deres arbejde ved at læse Merete Mørchs kapitel *Kognitiv terapi ved personlighedsforstyrrelser*.
- Alle, der i deres praksis eller forskning beskæftiger sig med borderline personlighedsforstyrrelser, kan have udbytte af at læse Nicole Rosenbergs kapitel om *Social færdighedstræning ved borderline personlighedsforstyrrelse*.
- Såvel praktikere, som forskere, der beskæftiger sig med schizofrene, kan lære af Bodil Vinds kapitel *Optræning af kognitive funktioner hos skizofrene*, Per Jørgensens kapitel *Kognitiv terapi ved skizofreni*, Leif Gjørtz Christensens kapitel *Social færdighedstræning* samt Peter Elsass' og Marianne Vinters kapitel *Psykoedukation af skizofrene*.
- Praktikere, der interesserer sig for effekten af kognitive behandlingsformer, og forskere, der beskæftiger sig med behandlings-evaluering, kan have stort udbytte af at læse Esben Hougaards og Thomas Nielsens kapitel *Empiriske undersøgelser af kognitiv terapi, social færdighedstræning og psykoedukation*.

Desværre stilles der ikke krav om egenerapi i det et-årige uddannelsesforløb til kognitiv terapeut, som Selskab for Adfærds- og Kognitiv Terapi (SAKT) tilbyder, idet de kognitive terapiformer læres gennem teoretiske studier og supervision. I deres kapitel om kognitive behandlingsformer ved psykiske lidelser anfører Nicole Rosenberg og Merete Mørch imidlertid, at de mener »at de kognitive terapiformer udøves bedst af terapeuter med en hel del klinisk erfaring, herunder egenerapi og viden om psykopatologi«.

Såvel teoretisk som metodisk er de kognitive behandlingsformer eklektiske. I modsætning til den klassiske adfærdsterapi er de kognitive adfærdsterapeutiske behandlingsformer åbne over for andre terapeutiske retninger. Alle bogens kapitler bærer præg af eklekticisme og åbenhed. Fx anfører Merete Mørch i sit kapitel om kognitiv terapi af personlighedsforstyrrelser, at metoden endnu ikke er velgennemprøvet over for sådanne forstyrrelser, men at den kliniske praksis ser lovende ud.

Esben Hougaard og Thomas Nielsen skriver, at kognitiv adfærdsterapi i de seneste årtier har været i stærk vækst. Nicole Rosenberg og Merete Mørch mener, at interessen for de kognitive behandlingsformer »må ses i lyset af organisatoriske omlægninger i den psykiatriske behandling på lands- og amtsplan. Kortere hospitalsindlæggelser og forsøg på hurtigst muligt at integrere patienten i samfundet enten i egen bolig, bofællesskab eller anden foranstaltning under socialvæsenet er generelle tendenser«. Jeg er ikke uenig med de fire forfattere, men vil blot anføre et andet forhold, som formodentlig også har indflydelse på væksten i de kognitive behandlingsformer og den stigende interesse for dem: psykoanalysens fokusering på emotioner og manglende interesse for kognitive processer.

Afslutningsvis skal spørges, om der ikke er en modsætning mellem den kognitive terapies vægt på terapeut-patient relationen og det forhold, at begreber som overføring og modoverføring tillægges ringe betydning teoretisk og praktisk (se s. 24, 2. afsnit og s. 22, ca. midtpå)?