

Gruppterapi i psykiatrisk sjukvård.

I Psykiatriska föreningens höstmöte 1969 ingick bl. a. en paneldiskussion om gruppterapi i psykiatrisk sjukvård. Denna inleddes med att panelexperterna kort presenterade sin speciella yrkesmässiga bakgrund och målsättning, vilket kom att tjäna som en slags kort översikt av några vanliga typer av gruppterapiverksamhet i landet för närvarande.

Problemställningarna introducerades av Thorsten Sjövall, psykoanalytiker och överläkare vid Stockholms stads mentalvårdsbyrå.



Thorsten Sjövall

Det är glädjande att Psykiatriska Föreningens ledning på det här sättet på sitt program har ägnat en hel dag åt grupp-psykoterapi. Att så inte har skett tidigare hänger väl rimligen samman med ämnets komplicerade natur och svårighetsgrad och att det nu i alla fall har kommit till stånd hänger kanske samman med att trycket från samhället i form av ett mycket starkt och snabbt ökande intresse för gruppverksamhet, grupp-psykologi och grupp-terapi har framtvingat ett upptagande av ämnet på vårt program.

Mycket av vår tids mest påträngande problematik kan beskrivas och kanske i en viss utsträckning också förstås med utgångspunkt från de ökande spänningarna mellan individ och massa. Individen finner sig fångad i en konflikt mellan sitt eget beroende av en teknologi, som bara kan upprätthållas genom välfungerande massproduktion å ena sidan, och vad han uppfattar och upplever som sina personliga, känslomässiga behov, ofta uttryckta i frihetstermer, å den andra. Kravet på teknologisk utveckling, eller kanske vi skall säga fortsatt teknologisk utveckling, förutsätter ett friktionsfritt fungerande i massan och därmed ökar också trycket av vad man kunde kalla för massintresset. Individen kommer med nödvändighet i kläm och han skriker allt högljuddare överallt där yttrande-frihet överhuvud taget existerar.

När lärde män talar om den här problematiken, ser man dom ofta uppdelade i två läger: I det ena anser man att vi driver in i en utveckling, som vi har mycket små möjligheter att göra något åt. I det andra anser man att vi ännu kan styra den och att själva vår mänsklighet hänger på att så sker, men att det fordrar mycket och ansvars-medvetet planerande och att tiden är knapp.

Alla i bägge lägren är överens om att konflikterna mellan individ och massa medför en myckenhet individuellt subjektivt lidande. Och lidande människor hänvisas i ökande utsträckning i våra dagar till läkare, och läkare har — p g r a sin utbildning en benägenhet att mer eller mindre automatiskt infoga dem i sin sjukdomslära. På senare år tycks man emellertid alltmera ha börjat uppmärksamma de svårigheter som uppstår, då mänskligt lidande utan vidare identifieras med sjukdom. Det är på den punkten som andra former av människobehandling än de traditionellt medicinska kommer in. Det är också på den punkten som psykoterapi och gruppterapi kommer in. Vad vi då har lärt om gruppterapi under de sista decennierna, om förhållandet mellan individ och massa, det har vi väsentligen inhämtat genom studier av någonting som ligger mitt emellan de bägge och som jag skulle vilja kalla för den lilla gruppen eller arbetsgruppen. Och då vill jag upp-

=====

Ett gott underlag av individualpsykologisk kunskap är en nödvändig förutsättning för förståelsen av gruppens funktioner.

=====

fatta arbetsgruppen i en mycket vid bemärkelse och i den inräkna både familj, de grupper vi möter på arbetsplatserna och den s k terapeutiska gruppen.

Det vi lärt av sådana studier är tillsvidare ganska brokigt och osystematiskt. Men det går kanske att göra en och annan generalisering, som även på kunskapens nuvarande ståndpunkt är någorlunda giltig, och jag skall ta upp tre sådana.

Den första är, att det som vi idag vet om grupp och massa inte skulle ha varit tillgängligt utan den vida mer systematiserade kunskap som vi har om individuell psykologi, särskilt då i dess s k dynamiska version. Ett gott underlag av individualpsykologisk kunskap är en nödvändig förutsättning för förståelsen av gruppens funktioner.

Den andra generalisering, som synes mig möjlig, är att vi dock inte har anledning att tillskriva gruppen och massan en slags egen psykologi, som i princip inte skulle vara möjlig att förstå och beskriva utifrån det som vi har lärt om individens psykologi.

Ändå är det så, rent erfarenhetsmässigt, och det är den tredje generaliseringen, att den lilla gruppen är ett särdeles lämpligt och kanske i vissa fall det enda praktiskt användbara mediet för studiet av vissa individual-psykologiska fenomen. Vad vi kan studera t ex i våra terapeutiska grupper under nästan laboriemässiga förhållanden är precis denna individens konflikt och ständiga oscillationer mellan sitt status som individ och sitt status som en medlem i en grupp. Vad jag vill säga med det är, att både individ och grupp är nödvändiga media för en bättre förståelse av människans villkor.

Jag antydde nyss att vi saknar en teori om gruppens psykologiska funktioner som i fasthet och konsistens är på något sätt jämförbar med de teorier som vi har om individens. Kanske kommer vi aldrig att uppnå något sådant, men när

vi nu här har samlats för att tala om våra erfarenheter av s k gruppterapi så representerar vi därför många olika metodologiska approacher. Den här förhandlingsdagen och kanske speciellt den här panelen utgör ett första och kanske trevande försök att utbyta erfarenheter. Vi har då tänkt att göra så att vi som sitter här i panelen skulle säga några korta ord om på vad sätt var och en av oss företräder en viss grupp-terapeutisk erfarenhet. För att sedan på bästa sätt utnyttja den knappa tiden ämnar vi i första hand erbjuda ordet till rapportörerna från smågrupperna, för att de skall kunna komma med möjligtst kortfattade och distinkta frågor, gärna av en konkret natur. Jag föreställer mig att det finns många rent praktiska och konkreta ting, som åtskilliga i salen vore intresserade att särskilt ta upp. Detta blir då ett sätt att under en viss tidsnöd försöka bereda de opinioner, som kan finnas företrädda i församlingen som helhet tillfälle att komma till tals genom att låta rapportörerna framträda som deras representanter. I den mån det blir någon tid över, är ordet fritt från auditoriet som helhet.

Själv representerar jag inom den grupp-psykoterapeutiska sektorn en metodik, som inte utger sig att vara symptomriktad, och som jag därför ganska mycket tvekar att beteckna med ordet terapi överhuvud taget. Jag skulle föredra beteckningen bearbetning och jag skulle vilja ange målsättningen för den att endast och uteslutande befordra gruppdeltagarnas självkänedom. Vad som kan inträffa i form av vad gruppdeltagarna sedan upplever som en symptomatisk förbättring — det är någonting som helt och hållet får komma på köpet i så fall. Själva målsättningen är ökad självkänedom och ingenting annat.

Andra deltagare i panelen vill säkert formulera sina målsättningar på ett annat sätt och jag skall nu be var och en att säga några ord om det, nämna namn, arbetsplats och något om vad gruppterapeutisk verksamhet på respektive platser företräder och eftersträvar.