

Selvevaluering gir bedre terapeuter



Barry Duncan
Bli en bedre terapeut
 234 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk,
 2012. Pris NOK 345
 ISBN 978-82-05-41966-7

Barry Duncan prøver med denne boken å overbevise leseren om den store nytten av å bruke noen enkle måleinstrumenter i alle terapitimer for å bli en bedre terapeut.

Målgruppen er alle psykoterapeuter. Ved å ta i bruk to enkle skjemaer basert på visuell analog skala (VAS) vil terapeuten kunne justere sin teknikk og ta bedre hensyn til pasientperspektivet. Dermed blir man en mer effektiv terapeut. Dette viser forfatteren ved omfattende henvisninger til forskningsresultater.

Ved bruk av slike skjemaer involveres pasienten i sin egen behandling på en svært interessant måte. Duncan konsentrerer seg om endring i terapitimene, og han hevder at allerede etter tre til seks timer kan prognosen i rimelig grad predikeres, avhengig av pasientens tilbakemelding på de to skjemaene. Han sier også at i langvarige terapiforløp der det ikke skjer fremgang og endring, skapes kun avhengighet.

Teksten er bygd opp rundt introduksjonen av skjemaene og en grundig gjennomgang av bruken av disse. Forfatteren presenterer kritikk som er reist mot hans metode, og han synliggjør den gevinsten han mener å finne. Boken inneholder også massevis av interessante kliniske eksempler fra ulike terapitimer. Et avsnitt omhandler terapierfaringer hos terapeuter i andre land enn USA, blant annet i Norge. Dette gjør at eksemplene er gjenkjennelige for de fleste terapeuter.

Boken er godt og levende skrevet, i tillegg til at selve budskapet er svært relevant for norsk psykiatri og psykoterapimiljøer. Et systematisk kritisk blikk på egen praksis mangler i stor grad i våre miljøer i Norge. I tillegg bør pasientinvolvingen øke, både for å ansvarliggjøre pasienten mer og i tråd med aktuelle samfunnsendringer.

Man kan selvfølgelig reise kritikk mot hans metode, for eksempel at han i for stor grad følger pasientens bestilling. Eksempelvis vil en terapeut kunne tenke at pasienten strever med en betydelig tilknytningsproblematikk, og at dette er noe pasienten i liten grad evner å verbalisere i en innledende time. Dermed kan utgangspunktet i terapien bli for overfladisk og kortsiktig med søkelys på pasientens primære problematisering.

Likevel vil kritikken kunne oppveies av den åpenbare gevinsten som metoden byr på. Ved å ta i bruk hans skjemaer, både i den alminnelige kliniske praksisen og i den mer forskningsbaserte aktiviteten, vil terapeuten innføre en systematisk selvevaluering. De kliniske skjemaene kan lastes ned gratis fra sider som er angitt i boken. Forskningsbasert statistikk og tilgang til større data-mengder kan man betale for og dermed også få tilgang til.

Duncan mener at eklektisk orienterte terapeuter er best, at uspesifikke faktorer, det vil si terapeutvariabler, er viktigere enn metodevariasjon. Han har stor kjærlighet til psykoterapi.

Jeg anbefaler boken til hele det norske terapeutmiljøet, inkludert alle institusjoner som utdanner psykoterapeuter.

Synnøve Bratlie
 Oslo

Et nytt bilde av Afrika?



Asbjørn Eidhammer
Afrikas tid
 264 s. Oslo: Unipub, 2012. Pris NOK 399
 ISBN 978-82-7477-524-4

Tidligere miljø- og utviklingsminister Erik Solheim skriver i forordet at vi må slutte å vurdere hele Afrika ut fra tilstanden til de aller fattigste landene, men at erfaringene i ulike land må vurderes hver for seg. Solheim håper at *Afrikas tid* får oss til å ta av «Afrika-brillene» – der vi bare ser et kontinent preget av bunnløs fattigdom, konflikt, politisk uro, korrupsjon og lite håp.

Når jeg leser, føles imidlertid teksten mer som en gjennomgang av ulike sider ved Afrikas utvikling etter kolonitiden enn et grundig forsøk på å presentere et «nytt» bilde av Afrika. Boken passer for alle som er interessert i å lære mer om Afrikas utvikling, men kanskje spesielt for dem som ikke har lest slike bøker før. Den er lettlest, og forfatteren presenterer en rekke eksempler for å illustrere problemstillingene.

Gjennom et bredt sett med temaer belyser forfatteren ulike sider av utviklingen i regionen: tradisjonelle maktrelasjoner, økonomisk politikk, bistandsprosjekter, Kinas inntog i Afrika, vellykket utvikling i Botswana og oppblussingen av vold i Kenya etter valget i 2008. Han omtaler også politiske ledere som har preget kontinentet – fra fryktede tyranner som Idi Amin til fremgangsrike ledere i nyere tid som Paul Kagame.

Forfatteren beskriver hvordan neopatrimonialismen gjennom-syrer afrikansk politikk og fører til uformelle politiske strukturer og utbredt korrupsjon. Dette fører, ifølge forfatteren, til at grupper med tette bånd til ledere drar fordel av for eksempel tilførte bistandsmidler og økonomisk vekst. Forfatteren tar her et tydelig valg: Han vektlegger neopatrimonialismen, med rot i tradisjonelle maktrelasjoner, og spenningen mellom tradisjoner og det moderne. Dette illegges større betydning enn påvirkningen som globale økonomiske strukturer, for eksempel Bretton Woods-institusjonene og mektige lands utenrikspolitiske hensyn, spesielt under den kalde krigen, har hatt for Afrikas utvikling.

Eidhammer stiller følgende spørsmål: «Hvordan kan fattige land utvikle seg til uavhengige og demokratiske stater som kan møte innbyggernes behov?» Dette spørsmålet er vanskelig å besvare utelukkende ved å se på neopatrimonialisme og bistand. Det krever samtidig en analyse av samspillet som disse faktorene har med globale maktstrukturer, økonomi, handelspolitikk og politiske interesser, hvor også bistand brukes for andre hensyn enn fattigdomsbekjempelse. Dette helhetsbildet føler man ikke er til stede.

Det er ingen tvil om at forfatteren har et godt utgangspunkt for å skrive en slik bok. Med over 30 års erfaring med utviklingspolitikk og inngående erfaring med bistandsprosjekter i ulike land besitter Eidhammer mengder med erfaring og kunnskap for å gi oss en god introduksjon til ulike sider ved utviklingen i afrikanske land. Samtidig bør man være oppmerksom på valgene forfatteren tar for å formidle sitt budskap. I tillegg vil det være lurt å sammenlikne forfatterens fremstilling med andre bøker på området, slik at man kan få dannet det nye bildet av Afrika som Erik Solheim etterlyser.

Unni Gopinathan
 Institutt for helse og samfunn
 Universitetet i Oslo