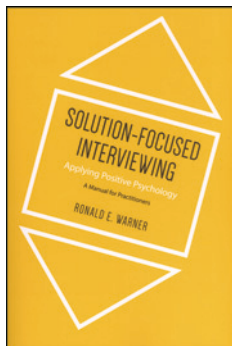


Løsningsfokuset problemtilnærming – eneste løsning?



Ronald E. Warner

Solution-focused interviewing

Applying positive psychology. A manual for practitioners. 123 s. Toronto: University of Toronto Press, 2013. Pris CAD 25
ISBN 978-1-4426-1549-6

Positiv psykologi er blitt et moteord innen psyko-feltet, med et utall av publikasjoner gjennom de siste par tiår. Den foreliggende boken, vel så mye et hefte på ca. 100 sider, føyer seg inn i rekken blant mange. Fellesnevneren for denne litteraturen er betydningen av den løsningsorienterte tilnærmingen kontra den problemorienterte. Den førstnevnte skal være ressursfremmende, i motsetning til den «invasive» med en mulig uheldig effekt av problemtilnærmingen.

Heftet er delt inn i to hoveddeler. Den første er viet en teoretisk bakgrunn for metoden, den andre delen inneholder en beskrivelse av 3-fasemodellen for læring av metoden. Her beskrives de tre fasene: *empatifasen*, les: etablering av allianse, *den målbeskrivende fasen*, les: oppdagelse av hva som ønskes oppnådd, og *måloppnåelsesfasen*, les: finne en vei mot løsning. Hvor spesifikke disse begrepene og metodene er for positiv psykologi alene, kan diskuteres. De fleste som bekjenner seg til kognitiv atferdsterapi eller psykodynamisk terapi, vil hevde at dette også inngår i deres terapeutiske strategier.

Det er imidlertid den første delen som gjør denne trykksaken interessant, idet forfatteren går inn i den pågående debatten om hva som er virksomme faktorer innen psykoterapi og rådgivning. En noe forenklet fremstilling vil være at den ene fløyen i debatten hevder det er den teoretiske forankringen og de tilhørende spesifikke behandlingsmetodene i forhold til spesifikke psykiske lidelser/problemer som er avgjørende for utkommet. Den andre fløyen hevder at uavhengig av tilstand vil det være terapeutens empati, samt en felles pasient-terapeut-oppfatning av hva som er målet med terapien, som er det avgjørende. Begge fløyer kan dokumentere sine standpunkter med forskning.

Forfatteren har åpenbart en lang og solid bakgrunn som terapeut, og han fremfører argumentene for sin metode med stor overbevisning. Blant annet gis en viktig presisering om at pasienten/klienten ikke nødvendigvis må «forstå» problemet og gå inn i bakgrunnshistorien og avdekke sammenhenger, for å finne sin løsning på det. Et slikt standpunkt vil nok ikke alle terapeutiske retninger si seg enig i.

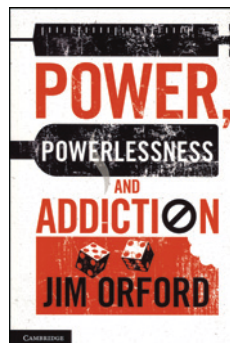
Forfatteren bruker PTSD (posttraumatisk stresslidelse) som eksempel for å belyse forskjellen mellom løsningsorientert og problemorientert tilnærming. I den førstnevnte snakker man ikke om PTSD, men om PTG – posttraumatisk vekst (Growth). Det handler ikke om diagnose, symptomer og problemer, men om vekst gjennom å mestre traumat og dets tilhørende konsekvenser.

Som leser sitter man igjen med et inntrykk av at det ikke nødvendigvis er et enten eller, men snarere som Ole Brumm sier det: Ja takk, begge deler. De som ønsker å finne ut av hvordan positiv psykologi kan bli en nyttig del av deres terapeutiske praksis, vil ha glede av dette heftet.

Tore Gude

Professor emeritus, Modum Bad

Godt om makt og maktesløshet ved avhengighet



Jim Orford

Power, powerlessness and addiction

273 s. Cambridge: Cambridge University Press, 2013. Pris GBP 19
ISBN 9781107610095

Mange teorier og fagretninger har opp gjennom årene forsøkt å forklare avhengighet eller aspekter ved avhengighet. Psykologi, sosiologi, økonomi, medisin, biologi, psykiatri, filosofi og mange andre. Man har forklart avhengighet gjennom å se på valg, vilje, preferanser, appetitt, psykologiske mekanismer, dopamin og andre biologiske mekanismer, psykiatrisk sykелighet, utagering, gener og feillæring, for å nevne noen teorier. I denne boken fra 2013 ser professor emeritus Jim Orford fra universitetet i Birmingham på bruk, misbruk og avhengighet i et maktperspektiv.

Etter å ha gjennomgått tre meget illustrerende kliniske eksempler omtaler han avhengighet av alkohol, narkotika og spill. Han snakker om rusmidlers evne til å få folk til å føle seg mindre maktesløse i den akutte fasen, for så å oppleve mindre makt etter hvert som avhengigheten overtar. Han forteller om maktesløshet i sosiale relasjoner, om hvordan rusmidler kan ta kontroll over familie og samfunn.

Forfatteren gjennomgår også på en forbillidlig måte den makt som alkohol- og spillindustrien, og også internasjonal narkotikatraffikk, har og effektivt benytter seg av for å påvirke markeder og gi seg selv større spillerom. For dem som lurer på hvorfor det alltid synes å være slik at man gir disse aktørene litt mer frihet til å øke sin utbredelse, gir den foreliggende boken svar. Her er rikelig med eksempler på hvordan alkohol og spillindustri bruker sin innflytelse til å definere en alternativ virkelighet. Vi ser hvordan alkohol og spill vinkles som noe positivt for de mange, mens problemer med dette i stadig større grad fører til sykdom og individproblemer for de få, de andre, de syke.

Etter hvert som man leser denne boken, blir man klar over at den dekker et viktig og for lite utforsket felt. «Makt» i ordets ulike betydninger er et sentralt begrep som også må tas med i vår forståelse av hva avhengighet er. For alle som jobber med avhengighetsproblematikk klinisk, forskningsmessig eller forvaltningsmessig, er dette en god bok som kan gi viktig innsikt. For av og til kan vi alle føle oss maktesløse. Da hjelper det å peke på underliggende strukturer som kan gi økt forståelse!

Jørgen G. Bramness

Professor, Senter for rus og avhengighetsforskning
Universitetet i Oslo