
God bok om gruppeterapi

ANMELDELSER

STEINAR LORENTZEN

Professor emeritus, Universitetet i Oslo



Synnøve Ness Bjerke

Gruppeterapi

Grunnleggende om hvorfor og hvordan. 300 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal, 2018.

Pris NOK 649

ISBN 978-82-05-50243-7

Denne boken vil gi praktisk og klinisk hjelp til de som vil lære om gruppeterapi. Målgruppen er behandlere innen psykisk helsevern og rusbehandling. Forfatteren peker på kost-nytte-fordelen med gruppeterapi, og inkluderer med det også helsemyndigheter i målgruppen. Hun er siviløkonom med spesialitet organisasjon og ledelse, lege og spesialist i psykiatri.

Gruppeterapi består av 16 kapitler fordelt på fire deler med følgende overskrifter: *Bakgrunn*, *Brukerperspektiv*, *Generell gruppeteori og gruppedynamikk* og *Hva gjør man?* I et vedlegg presenteres en ordliste,

forslag til videre lesning, til informasjonsskriv, terapikontrakt, evaluerings- og referatskjema.

Boken favner vidt og gir i første del en relativt grundig innføring i gruppens betydning for mennesker, gruppeterapiens historie, forskning og anvendelse av gruppeterapi i Norge. Del to består av beretninger fra fire brukere om gruppeprosesser som har vært viktige for dem og betydningsfulle opplevelser under terapiene. De trekker frem felles sentrale temaer og avslutter med råd til terapeutene om ting som kan forbedres. Del tre er i sin helhet viet gruppeteori i forskjellige typer grupper, med en presentasjon av teoriene til Foulkes, Yalom, MacKenzie, Bion og Nitsun. Del fire er mer praktisk orientert med anvisninger av hvordan man starter og leder en gruppe, hvilke utfordringer man kan møte, når man skal søke veiledning og kanskje også hjelpe folk til å slutte i gruppen.

Forfatteren har fått med mye viktig informasjon både om historien bak gruppeterapi, om bruken i dag og av den teoretiske forståelsen og praktiske utøvelsen av gruppeterapi. Spesielt liker jeg at hun tar inn resultater fra empirisk kvalitativ og kvantitativ forskning, et område som har vært forsømt, men det er registrert en øket aktivitet gjennom de siste tiårene. Det tjener henne også til ære at hun tar brukerperspektivet alvorlig. Boken kan sterkt anbefales som en begynnerbok på grunn av sin brede orientering, men den kan også gi mye til mer rutinerne utøvere av faget. Potensielle gruppedeltagere har også mye å hente. Forfatterens entusiasme for og oppfordring om mer utdanning og større bruk av grupper innen helsetjenesten er på sin plass og støttes fullt ut av denne anmelderen.

Publisert: 25. mars 2019. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0023
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 25. mars 2026.