

Evidensbasert psykologisk praksis

An-Magritt Aanonsen

Evidensbasert psykologisk praksis

Sentralstyret har vedtatt en prinsipperklæring om evidensbasert psykologisk praksis. Den er en kopi av den amerikanske psykologforeningens (APA) erklæring, som ble vedtatt i fjor sommer. Denne ble utarbeidet av en gruppe ledende fagpersoner innenfor en rekke ulike teoretiske tilnærminger, både i klinisk praksis og forskning, og arbeidsgruppen kom – etter lange diskusjoner – frem til konsensus.

Dette er bakgrunnen: I 2004 satte APAs president Robert Levant seg fore å samle en komité av sentrale eksponenter for de forskjellige standpunkter i debatten om evidensbasert psykologisk praksis. Målet var å enes om en felles forståelse av hva evidens er og hvordan den skal inngå i psykologers praksis. Resultatet fikk støtte fra APAs Council of Representatives og ble dermed prinsipperklæringen til verdens største organisasjon av mental helse-arbeidere, med over 150 000 medlemmer. Faglige retningslinjer ble en utfordring på praksisfeltet da Helsetilsynet trykket fire slike retningslinjer i 1999–2000 etter forarbeid i Psykiatrisk forening. Det ble debatt fordi tilsynets egne «Retningslinjer for retningslinjer» ikke var blitt fulgt, og fordi retningslinjene ikke alltid dekket bredden i dagens kunnskap på området. Spørsmålet om hva som er kunnskapsbasert eller evidensbasert praksis, har også vært diskutert ofte i Tidsskriftets spalter.

Norsk Psykologforening vurderte om man skulle ha en tilsvarende prosess som i den amerikanske psykologforeningen. Det var et spørsmål som ble belyst ved å sende prinsipperklæringen ut på høringsrunde til våre lokalavdelinger og til universitetene, og drøftet på lederkonferansen. Det ble klart at prinsipperklæringen utgjør en balansert fremstilling av hvilke former for evidens som bidrar til gode psykologtjenester for våre brukere. Den har også stor tyngde ved å ha blitt utformet av de største autoriteter på dette området i verden i dag.

Både prinsipperklæringen og den omfangsrrike rapporten den er bygget på, vil bli presentert i Tidsskriftet. I erklæringen og i rapporten legges det vekt på at ulike former for forskning gir verdifull kunnskap. Eksempler er kasusstudier, brukerundersøkelser, naturalistiske studier, enkeltstående randomiserte kontrollerte studier og sammenfattende analyser av mange studier (metaanalyser). Alle disse tilnærmingene er verdifulle. Ved sine ulike styrker og mangler utfyller de hverandre. Det understrekes at forskning om psykologiske metoders effektivitet må suppleres med forskning om den psykoterapeutiske prosessen, og betydningen av allianse og empati. Dessuten fremheves det at vi trenger kunnskap om resiliensfaktorer, pasientfaktorer og terapeutfaktorer. Eksempler er betydningen av pasientens nettverk og pasientens personlige ressurser, og hva som kjennetegner terapeuter som oftere får gode resultater i sine behandlinger. Betydningen av kulturelle faktorer påpekes meget

sterkt. Et eksempel er spørsmålet om en bestemt metode kan dokumentere sin nytteverdi overfor ulike grupper, for eksempel traumatiserte flyktninger fra ikke-vestlige kulturer eller kulturelle minoriteter i Norge.

Prinsipperklæringen vil bli et nyttig redskap i utformingen av Psykologforeningens videre- og etterutdanningsprogrammer. Dessuten vil vi bruke den som plattform for våre løpende diskusjoner med helsemyndighetene om faglige standarder. Vi vet at prinsipperklæringen er i tråd med hvordan helseeksperter internasjonalt, både innenfor psykologi og medisin, forstår evidensbegrepet. Det er et komplekst begrep som innbefatter en rekke ulike komponenter. Et viktig budskap vi vil formidle, er at evidens må være knyttet til forskning både på metode og relasjon, og rettet både mot forhold ved terapeuten, pasienten og de kulturelle sammenhenger pasienten og dennes pårørende befinner seg i.