

Om bruk av benevnelsen psykoterapi

Glenn Sjøberg

Jan Sjøberg

Norsk Forbund for Psykoterapi

John Agnar Johansen viser i sitt innlegg i Tidsskriftet (nr 3/07) bekymring for hva slags behandling som gis under benevnelsen psykoterapi. Han savner regulering fra myndighetenes side slik at pasienter kan føle seg trygge på at de får den hjelpen de trenger når de oppsøker psykoterapi. Han viser også til Norsk Forbund for Psykoterapi (NFP) i sitt innlegg. For å forhindre misforståelser vil vi tydeliggjøre at kritikken Johansen kommer med, ikke er berettiget i forhold til vår virksomhet.

Resonnementet til Johansen sviker når han hevder at offentlig autorisert helsepersonell er de eneste som bør gi psykoterapeutisk behandling. Så lenge kvalifikasjonskrav er til stede, er det ikke avgjørende om psykoterapi gis av psykolog, psykiater – eller en alternativt utdannet psykoterapeut. Det er selvfølgelig forskjeller i behandlingen de ulike grupper gir, og som det må informeres om, men alle gruppene gir helsehjelp. Det finnes måter å regulere på som anerkjenner at seriøse aktører med solid utdanningsbakgrunn og vitenskapelig/teoretisk begrunnede metoder også tilbyr psykoterapi selv om de ikke er autorisert helsepersonell. Dette vil dermed kunne gi trygghet til pasienter om at de får den hjelpen de trenger når de oppsøker psykoterapi.

Johansen nevner faglige krav som er i tråd med de som stilles til psykoterapeuter organisert i Norsk Forbund for Psykoterapi når det gjelder hva som må tilfredsstilles for å bruke benevnelsen psykoterapi. Forbundet er en paraplyorganisasjon bestående av medlemsorganisasjoner for utøvere fra ulike psykoterapeutiske retninger. Tilhørende utdanningsinstitusjoner er også organisert i forbundet. Psykoterapi utført av våre medlemmer blir av det offentlige benevnt som alternativ behandling i forhold til det offentlige helsevesen. Medlemmer i NFP gir altså helserelatert behandling, men uten å være offentlig autoriserte (selv om en del utøvere også er offentlig autorisert helsepersonell). Av utdanningsbakgrunn krever NFP fra sine medlemmer at de:

Har en videreutdanning i psykoterapi som bygger på en treårig høyskole- eller universitetsutdanning eller tilsvarende innenfor humanistiske fag [inkl. helsefag]. Denne videreutdanningen må være fra en psykoterapeutisk utdanningsinstitusjon som tilbyr en integrert spesialutdanning i psykoterapi over minst fire år [deltid].

Krav til utdanningen: At den underviste metoden dokumenteres gjennom vitenskapelige publikasjoner, at utdanningsretningen er internasjonalt anerkjent, at utdanningsretningen er teoretisk begrunnet i forhold til forståelsen av psykiske lidelser, årsaker til psykiske lidelser og intervensjonsstrategier, og at utdanningen omfatter minimum 1400 timer [undervisningstimer] til sammen (utdrag fra vedtekter på www.psyko-terapi.no).

Psykoterapeuter som er organisert i forbundet, har altså minst fem års fulltidsutdanning, der tilsvarende to av årene er fordypning i den psykoterapeutiske retningen. Det legges vekt på at innlæring av teori og metoder skjer gjennom prosessorientert selverfaring og egenerapi. NFP er medlem i det europeiske forbundet av psykoterapeuter, EAP (The European Association for Psychotherapy). I blant annet England og Østerrike har psykoterapeuter med tilsvarende bakgrunn

som dem NFP organiserer, offentlig godkjenning. Det kan argumenteres for en slik ordning også i Norge.