

Selvbilde og endring i terapi

Undersøkelsen viser at personens selvbilde har betydning for endringsforløpet i psykoterapi, og at en gjennom terapi utvikler et mer positivt selvbilde.

Margrethe Seeger Halvorsen



forsvarte 15. desember 2006 sin avhandling *Self-Image and Psychotherapy: Measurement, Predictor and Outcome Issues* for dr.psychol.-graden ved Universitetet I Oslo.

Avhandlingen er en del av Multisenterprosjektet for studier av prosess og utfall i psykoterapi ved Universitetet i Oslo, et stort forskningsprosjekt som har fulgt ca. 350 pasienter ved norske poliklinikker fra terapistart og opp til to år etter avsluttet behandling.

Problemstillingene som tas opp i avhandlingen, er bl.a. hvordan pasienters selvbilde ved terapistart er relatert til alvorlighetsgraden av psykiske lidelser, hvordan selvbilde er relatert til endring i psykoterapi, hvilke faktorer som henger sammen med slike endringer, samt stabiliteten i endring to år etter behandlingsslutt. I tillegg har Halvorsen vært interessert i metodologiske problemstillinger knyttet til studier av forandring.

Resultatene viser at pasienter med et kritisk og anklagende forhold til seg selv også har høyere grad av psykiske problemer. Pasienter med sterk grad av selvkontroll har noe mindre alvorlig problematikk, mens pasienter med et aksepterende og anerkjennende forhold til seg selv har mer avgrenset, og mindre alvorlig, problematikk. Pasienter med disse ulike selvbildetyperne synes også å ha forskjellig endringsforløp i terapi. Resultatene viser at pasienter med et kritisk og anklagende forhold til seg selv endrer seg mer enn pasienter med mindre alvorlig selvbildeproblematikk. En viktig faktor her er at de dårligste pasientene fikk behandling over relativt lang tid (gjennomsnitt 40 timer). Videre finner Halvorsen at pasienter med et aksepterende og anerkjennende forhold til seg selv synes å ha god prognose for endring gjennom relativt korte terapier. Generelt viser resultatene en endring i retning

av et mer positivt og anerkjennende selvbilde, og at disse endringene holder seg stabile to år etter terapislutt. Andre egenskaper ved pasienten, som kjønn, alder, varighet av problemer, sosiale relasjoner og forventning om endring, synes å forklare lite med hensyn til endring av selvbilde under terapi. Resultatene kan imidlertid tyde på at større symptombelastning ved terapistart, høyere forventinger om endring, og det å være kvinne, kan være relatert til større endringer i selvbilde under terapi.

Informasjon om pasientens selvbilde vil kunne gi en indikasjon angående prognose og spesifikke relasjonelle temaer som kan ha betydning både for den terapeutiske relasjonen og i pasientens liv generelt.

Kontakt margrethe.seeger.halvorsen@sabhf.no