

Hva bør vi lære?

Sverre Urnes Johnson
Seniorforsker og Psykologspesialist, Modum Bad

Even Rognan

Grunnmuren i psykologutdannelsen bør være konkrete ting som kan gjøres i konkrete tilfeller.

DEBATT: EVIDENS OG PRAKSIS

Evidensdebatten etter Oddli og Kjøs sitt fagessay «7 løgner om psykoterapi» reiser også spørsmål om psykologutdannelsens innhold, skriver Johnson og Rognan.

«Det lønner seg mer å stå som talsmann for forutsigbarhet enn å innrømme at du ikke helt vet hva du behandler, hvilke metoder du vil bruke, hvor lang tid det vil ta, og hvilket resultat det vil få,» skriver Oddli og Kjøs i Tidsskriftets februarutgave. Som psykologstudenter gjør tanken på at vi ikke vet hva vi holder på med eller hvor vi skal, at vi undres over utdannelsens innhold. Evidensdebatten engasjerer oss fordi den omhandler kjernen i psykologens virke.

En hvilepute

Grunnmuren i psykologutdannelsen bør etter vårt syn være *konkrete ting som kan gjøres i konkrete tilfeller*. Dette er kunnskap som må læres og anvendes. Vi må vedlikeholde grunnmuren ved å oppdatere oss og eventuelt bygge en ny hvis dette kreves. Ny kunnskap innebærer oppdatering på den terapien som per dags dato har best effekt på pasienten, noe som krever en livslang vilje til oppdatering.

En utdanning som er tro mot postmodernismen, dyrker derimot det relative og utydelige. Oddli og Kjøs illustrerer hvor uklar terapi kan være, men *bør* terapien være uoversiktlig og usystematisk bare fordi den kan oppleves slik? Postmodernismen i psykologien leder til en relativisme hvor man får overdreven tro på at et mål kan nås på *flere* forskjellige måter. Men er det virkelig slik at hvis vi som studenter bare får nok støtte og tillit til egen mestring, så blir vi gode terapeuter? Resultatet av dette blir at alt er like bra, så lenge man er empatisk og gjør sitt beste. Normen for hva som er rett og galt blir utvisket, og ender i ytterste konsekvens som en hvilepute i klinisk praksis. Men pasientene fortjener å møte psykologer som har en solid verktøykasse med teknikker, og som vet å anvende verktøyene, kombinert med ydmykhet knyttet til den enkeltes problemer.

Vi trenger dommere

Nielsen, Vøllestad, Schanche og Niensens artikkel i Tidsskriftets marsnummer er interessant i en slik sammenheng. Her beskriver de studentterapeuters bekymringer, og en av bekymringene er at veilederen mest fremstår som en dommer. Men en dommer som avslører feil, kan være bra for studentene, for hvem ønsker en kultur der veiledere ikke gir berettiget kritikk?

Som psykologer in spe ser vi nytten av å lære teknikker det finnes evidens for, samtidig som man anerkjenner kompleksiteten i terapifeltet

Enkelte aktører i evidensdebatten fremstiller det som at teknikker og manualer betyr at man automatisk underkjenner menneskets kompleksitet. Som psykologer in spe ser vi nytten av å lære teknikker det finnes evidens for, samtidig som man anerkjenner kompleksiteten i terapifeltet. Spisset kan man si at mens diagnoser, teknikker og manualer gir oss et forenklet, men anvendbart språk for å forstå lidelser og intervensjoner, så får vi gjennom veiledning hjelp til å forstå kompleksiteten. Uansett må minstekravene til en nyutdannet psykolog være at pasienten blir sikret adekvat behandling.