

- Terapi skapar fysiske endringar i hjernen



POPULÆR: Psykiateren Glen Gabbard var eit trekkplaster på psykologikongressen i august. I heimlandet USA er han kjend for boka si om fjernsynsserien Sopranos.

Foto: Arne Olav L. Hageberg

Psykoterapi skapar fysiske endringar i hjernen og har i fleire tilfelle større effekt på hjernen enn medikament. Dette viser forskning som psykiatriprofessor Glen Gabbard presenterte under opninga av Norsk Psykologforening sin kongress.

Gabbard sin budskap var godt nytt for kongressdeltakarane, dei fleste psykologar, som slik fekk bekrefta at psykoterapi har effekt.

– Psykoterapi kan avlesast i molekylære strukturar i hjernen, sa den amerikanske psykiateren som er direktør ved Baylor Psychiatry Clinic i Houston, Texas.

Funna vil gjera det enklare å avgjera kva for terapiformer som er effektive:

– Jo mer vi veit om nevrologi, dess meir kan vi veta om kva som er terapeutisk verksamt. Dette vil igjen kunna gjera det enklare å tilby pasienten meir målretta psykologisk behandling, sa Gabbard.

Tidsskriftet