

Ydmyke terapeuter søkes

Bjørnar Olsen
Sjefredaktør

Scott Miller og Mark Hubble hevder i *Psychotherapy Networker* at behandlingsutfallet er rundt 25 prosent bedre blant de som jobber i kliniske fellesskap enn de som jobber alene. Hvis dette er et stabilt funn, gir det psykologstanden flere utfordringer. Skal man jobbe for flere private hjemler? Hva med kommunepsykologer og andre som jobber alene? Hvordan forhindrer vi at psykologer havner i individuelle faglige vakuum?

Så få som fire prosent av terapeutene omtaler seg selv som gjennomsnittlige, mens ingen vurderer seg som under snittet

I 1983 uttalte William R. Miller i et intervju her i Tidsskriftet at systematiske tilbakemeldinger på ens daglige arbeid er det absolutt viktigste for å tilby bedre behandling, for uten feedback, ingen læring. Nær tretti år senere er utsagnet like sant. Det gjelder altså å danne faglige fellesskap som utfordrer behandlere til å vokse, bli bedre og utvikle seg selv og sine tjenester. Heldigvis eksisterer det mer enn kimer til dette i dagens psykologstand: Veiledning, faglige nettverk, etterutdanning og videreutdanning er bare noen av de institusjonaliserte faglige rammene vi tilbys og anvender i rikt monn.

Fellesskap fører imidlertid ikke automatisk til faglig vekst. Fellesskapene må være preget av trygghet og tillit, av et ønske om utvikling fremfor kontroll. Bare da åpner vi for å innrømme egne feil og tør vise frem våre svakheter. Og effektive terapeuter kjennetegnes nettopp ved at de innrømmer flere tabber og feil enn den gjengse behandler. Med dette i mente er det tankevekkende at mange av helsevesenets tilbakemeldingssystemer mer preges av kontroll enn av utvikling – ikke akkurat den beste forutsetningen for å innrømme feil.

Det ikke bare det offentlige som motvirker en kultur hvor tilbakemeldinger på egne feil er naturlig, men også terapeuter selv. Det vanligste er nemlig at vi overvurderer våre egne evner som behandler. Kanskje kan vi innrømme at vi ikke står øverst på pallen, og si at vi er en terningkast fire-psykolog. Men psykologer burde vite nok om normalfordeling til å innse at det også må finnes en del terningkast to- og terningkast tre-psykologer. Studier viser i stedet at så få som fire prosent av terapeutene omtaler seg selv som gjennomsnittlige, mens *ingen* vurderer seg som under snittet. I stedet mener de fleste at de er blant de 20 prosent beste behandlerne. En slik egenforståelse står i sterk kontrast til funn som forteller at effektive terapeuter er mer selvkritiske og viser frem flere av sine svakheter.

Slike funn kaster også et nytt lys over utdannelsen av norske psykologer. Kritikere av utdannelsen har pekt på at mange studenter kommer inn på profesjonsstudiet med en rimelig grad av selvtillit, men forlater det med en kraftig knekk i troen på seg selv som behandler. Men kanskje er ikke det så ille? Kanskje man slik skaper mer ydmyke terapeuter – med de beste forutsetninger til å utvikle seg?

bjornar@psykologforeningen.no