

Psykologer i cyberspace?

Tor Levin Hofgaard
president i Norsk psykologforening



Dagens ungdom vokser opp på Internett. Å «henge med venner» skjer ikke lenger bare i skolegården, i kjellerstua eller på lekeplassen. Vel så ofte opplever barn og unge kvalitativt samvær når de chatter på sosiale medier. Og vi voksne er skeptiske. Men forskning viser at opplevelsen av vennskap og tilhørighet er helt sammenlignbar med «den virkelige verden». For noen er «virkeligheten» bare ett av mange vinduer, og ikke alltid er det mest positive vinduet engang.

Denne utviklingen vil få konsekvenser. Vi ser allerede at onlineplattformer er global vekstindustri. De som ikke er «på nett» taper, og risikerer å bli utdefinert som gammeldagse og uinteressante.

Vi som tilhører samfunnets hjelpe- og støttetjenester, må ta dette på alvor. Etterspørselen etter hjelpetjenester skjer stadig oftere på nett, fordi nettet nå for mange er en like naturlig interaksjonsarena som våre fysiske klinikkbygg. Forventningen om at vi skal levere web- og mobilbaserte tilbud vil øke. Og nettopp vår yrkesgruppe – med bred kunnskap om utviklingspsykologi, sosialpsykologi, personlighetspsykologi, nevropsykologi og relasjoner – har et ekstra godt utgangspunkt for å bidra til kvalitetssikringen av fremtidens nettbaserte helsetjenester.

Men de færreste av oss som skal legge til rette for denne fremtiden, er vokst opp med Internett. Vi kommer fra generasjonene som mente svart-hvitt-tv, telefonkiosk og skrivemaskin var flotte greier. Her ligger det utfordringer. Helsedirektoratet utvikler nå retningslinjer for bruk av moderne teknologi i helsetjenestene. De som har ansvaret for arbeidet i direktorat og andre steder, må selvsagt avstemme dette med lover, forskrifter og retningslinjer som er laget før Internett ble populært. Som så ofte i implementeringen av noe nytt, er det en fare for at «det nye» ender opp med å bare være en spraylakkert versjon av «det gamle». Det er ikke spesielt innovativt.

Faren er at ikke bare den sunne skepsisen, men også den bakstreverske, farger arbeidet, og at man først og fremst blir opptatt av problemene og farene med teknologien, mer enn mulighetene og potensialet. I så fall risikerer vi at det offentlige tilbudet på nett blir overkjørt av kommersielle aktører som tenker helt nytt, og som lager nettbaserte løsninger for selvhjelp og annet som vil tiltrekke seg de unge av i dag.

Det er ingen grunn til å underslå at det er utfordringer: Personvern, taushetsplikt og datasikkerhet stiller krav til bevisst omgang med teknologien. Men andre aktører er kommet langt i å løse disse utfordringene. Blant annet har bankene etablert portalløsninger for nettbankersom befolkningen opplever som trygge og stabile, og som også besteforeldregenerasjonen ser ut til å logge seg på. De fleste er i dag komfortable med både å styre sin økonomi og kommunisere med det offentlige online.

Jeg tror likevel vår faglige forståelse av hvordan vi best utøver vårt fag representerer en av de største utfordringene i møte med moderne teknologi i helse. Mange psykologer vil fortsatt hevde at netterapi aldri kan erstatte det å være i direkte interaksjon med et menneske. Og rent fagetisk er det sider ved denne typen behandling som mange vil mene er for utfordrende til at «konverteringen» av behandlingen over til nett lar seg gjøre.

Uten tvil vil mye av fremtidens behandling måtte skje i en direkte interaksjon som i dag. Men det er grunn til å advare mot å tenke at dagens tradisjonelle en-til-en-behandling skal fortsette å være den eneste måte vi psykologer kan levere vår kompetanse til samfunnet på.

For mange klienter vil nettbaserte helsetjenester være et godt, nyttig og ressursfornuftig tilbud. Da bør vi være på ballen når disse tilbudene skal utvikles, slik at viktige hensyn vi vet man bør ta i møte med mennesker, uansett i hvilket vindu, faktisk blir tatt.

Når fremtidens webbaserte behandlingsverden er i støpeskjeen, påhviler det oss å være proaktive til hvordan denne fremtiden skal møtes faglig og fagetisk. For å gjøre det må vi ta inn over oss at disse endringene kommer. Det handler ikke om hvorvidt vi skal bidra – men hvordan.