

Psykoterapi i 80-årene

Grovt og skjematisk fremstilt har undersøkelsen vist at prototypen av 80-årenes norske, psykologutdannete terapeut er kjennetegnet ved følgende: Han/hun har primært en psykodynamisk eller eklektisk orientering, med åpenhet særlig mot kommunikasjonsteori, som mer enn en fjerdedel av deltagerne i denne undersøkelsen angir som sin sekundærtilhørighet. Størstedelen av aktiv behandlingstid går med til individualterapeutisk arbeid, oftest med voksent klientell. Behandlingen som gis foregår stort sett innenfor rammen av én kontakt per uke, og den er utpreget praktisk/pragmatisk i sin form. De langt fleste terapiene avsluttes innenfor rammene av det man i litteraturen gjerne omtaler som korttidspsykoterapi (maksimum 40 timer). Endelig kan nevnes at terapeuten, gjennom en eller annen form for egenbehandling, har erfaring fra klient-/pasientrollen. Det bildet som her er beskrevet, stemmer godt overens med resultatene fra de nyere (etter 1980) amerikanske undersøkelsene.

(...)

Mens rundt regnet 30 % av utvalget betrakter seg som psykodynamikere, ligger avkrysningsprosenten for bruk av utpreget psykoanalytiske/psykodynamiske teknikker (e.g. fri assosiering, påpekning, fortolkning og drømme analyse) atskillig lavere (gjennomgående 10 - 20 %). En mulig forklaring på dette tilsynelatende misforhold kan være at enkelte terapeuter velger å «forstå» sine klienter/pasienter psykodynamisk, men i praksis intervenserer på et mer bredspektret grunnlag. I så fall kan termer som teoretisk vs. teknisk eklektisme (kfr. Nielsen 1973) synes å være et fruktbart konseptuelt skille.

Undersøkelsen har ellers vist at det finnes markante forskjeller i den faglige profil hos Oslo-utdannede og Bergensutdannede psykologer. Forskjellen kommer særlig til uttrykk i spørsmålet om terapeutisk orientering og i spørsmålet om egenerapi.

Tatt i betraktning den lange og sterke tradisjon psykoanalyse og psykodynamisk tenkning har hatt i Oslo-universitetets kliniske miljø, er denne retningens dominans hos Oslo-kandidatene ikke særlig overraskende. Tilsvarende er det, under hensyntagen til den uttalte og intenderte generalist-orientering som helt fra starten har preget studieopplegget i Bergen, rimelig at en eklektisk teoriforankring er mest fremtredende hos kandidatene derfra. Overraskende er det derimot at underutvalget av Bergens-kandidater langt på vei har ekskludert () den psykodynamiske retning som primærorientering.

(...)

Forskjellen mellom Oslo-kandidatene og Bergens-kandidatene i spørsmålet om egenerapi er iøynefallende. En forklaring på den observerte forskjellen kan være at Bergens-kandidatene gjennomgående oppfatter egenerapi som en mindre verdifull faglig og personlig erfaring enn sine Oslo-utdannede kolleger. (

) Mer sannsynlig er forklaringen å finne i et Bergens-kandidatene som gruppe har hatt kortere tid på seg til å skaffe seg egenerapierfaring.

Fra en artikkel av Wenche Bergaust, Marit Bruseth, Odd Havik og Geir Nielsen, februar 1984