

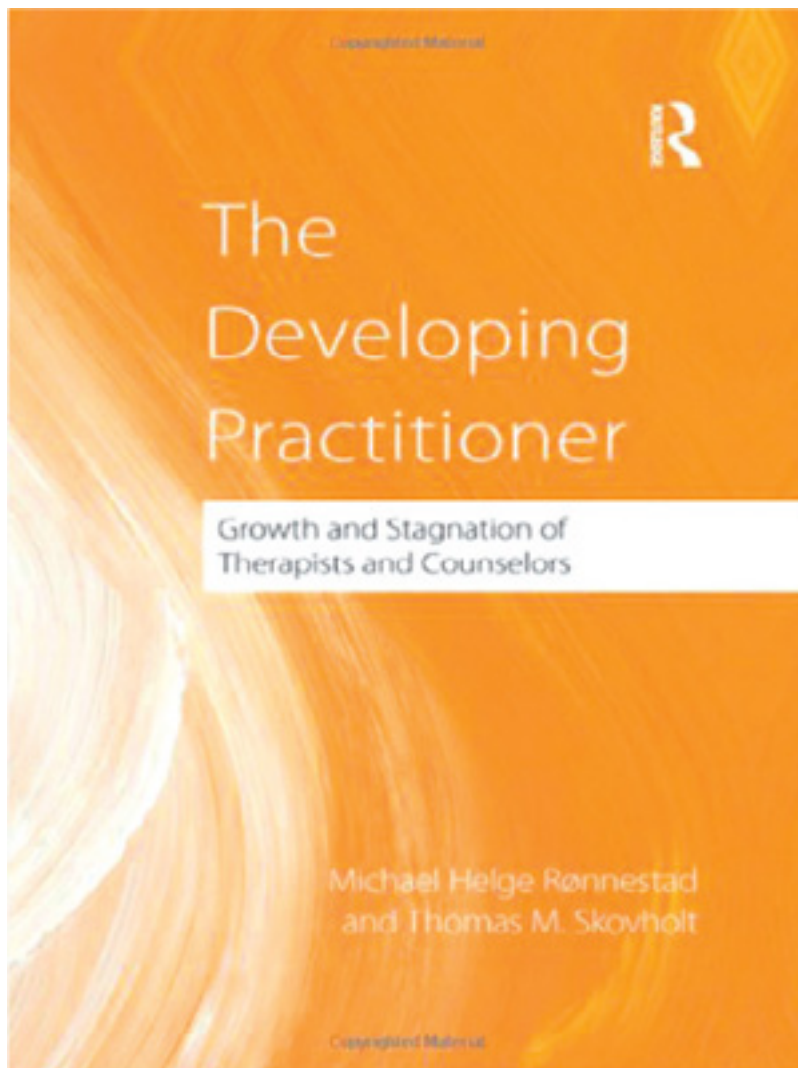
Bok

Om terapeuter i endring

Morten Anker

Ph.D., spesialist i klinisk psykologi og klinisk familiepsykologi. Sertifisert KOR-PCOMS-trener, arbeider på familievernkontoret i Vestfold, Tønsberg.

Hva skaper vekst og hva skaper stagnasjon hos terapeuter? Et stort forskningsarbeid om terapeuters utvikling gir mye kunnskap.



Michael Rønnestad og Thomas M. Skovholdt *The Developing Practitioner -Growth and Stagnation of Therapists and Counselors*
Routledge, 2013

Rønnestad og Skovholt har gjennomført et imponerende grundig forskningsarbeid på terapeuters profesjonelle utvikling. De har samlet data på hvordan 11 000 terapeuter fra 41 land opplever sin egen faglige utvikling, og har analysert svarene. I tillegg har de fulgt tettere 100 amerikanske psykologer fra studietiden til 40 år etter.

Terapeuten som person

Boken er en viktig akademisk referansebok om terapeuters utvikling. Hovedfokus er hvilke betingelser som påvirker både vekst og stagnasjon i terapeuters profesjonelle utvikling. Boken er viktig på flere måter. Den tar for seg terapeuten som person. I en tid da det legges stor vekt på ulike evidensbaserte behandlingsformer, blir det ofte underkommunisert at effekten av behandlingsformene ikke kan løsrives fra den som leverer behandlingen, altså terapeuten som person. Psykoterapiforskning av terapieffekter viser at det er mer variasjon knyttet til terapeuter som jobber innenfor samme behandlingsmodell enn mellom ulike behandlingsmodeller.

På denne måten blir terapeuters utvikling og stagnasjon ikke bare viktig for terapeuten selv, men også for de klientene han eller hun arbeider med. En uttalt målsetting som forfatterne har i boken er: «We feel that the knowledge ... has a potential to enhance the professional development...».

Utfordringer skaper utvikling

Jeg opplever at boken på mange måter har realisert denne målsettingen. Forfatterne har gjennom sin forskning vist sentrale betingelser for utvikling: Terapeutene opplever hovedsakelig en helende og i mindre grad en stressende involvering med klientene. De opplever en umiddelbar utvikling gjennom den direkte kontakten med klientene, og hva terapeutene gjennom kontinuerlig åpnende refleksjon lærer fra dem. Terapeutene oppnår en bredde i problemstillinger, behandlingsformer og behandlingsteorier.

Et viktig premiss i utviklingsmodellen de presenterer, er at det nettopp er de vanskeligheter terapeutene opplever i sitt arbeid, og måten disse vanskelighetene blir håndtert på, som kan lede terapeuten til utvikling eller stagnasjon. Forfatterne har også vist gjennom sin forskning hvordan en konstruktiv utvikling kan være beskyttende mot utbrenthet. Et meget interessant forskningsfunn i boken er at terapeutenes opplevelse av sin generelle utvikling over tid, bare er moderat korrelert med år i klinisk praksis. Dette peker mot at det ikke er tilstrekkelig for terapeututvikling bare å oppnå år med klinisk praksis, en må også gjøre noe med den for at utvikling skal skje.

Savner klientperspektivet

For meg ville boken blitt enda mere interessant hvis forfatterne i tillegg hadde brakt inn klientperspektivet på terapeututvikling. Det er ikke tilstrekkelig at de fleste terapeuter har en selvopplevelse av egenutvikling når forskning ofte viser at år med klinisk praksis ikke predikerer endring slik klientene opplever det. Forskningen har i de siste årene også frambrakt systemer for å måle klientens opplevelse av endring i terapi. Disse systemene gjør det mulig for terapeutene å kartlegge og kvalitetssikre sin egen utvikling som terapeut. Det ville vært naturlig om boken også hadde drøftet nærmere hvordan dette kan være til hjelp i terapeututvikling.