

Teorifattigdom

Bjørnar Olsen
Sjefredaktør

«**For snart ti år siden** skrev jeg en bok om moderne sosiologisk teori. Den trenger jeg ikke revidere, for ingen nye teoretiske synteser har kommet til. Det er også slutt på de store teoridebattene», skrev Gunnar Aakvaag i Morgenbladet 15. april. Mens metodeutviklingen i samfunnsvitenskapene har hatt sunne vekstvilkår siden årtusenskiftet, har teoriutviklingen vært nær fraværende. Det er liten grunn til å tro at det er stort annerledes i psykologien.

Dagens unge forskere er datasamlere innenfor rammene av etablerte prosjekter, der stein legges på stein, alt etter en forhåndsbestemt plan. Mens klinikere helst skal bygge sin praksis på evidens fra RCT-studier. Det er lite galt i solide data og metoder. Men teorier – enten de er store eller små – gir nye vinklinger til å forstå og forklare våre liv. Ja, kanskje er det slik at vi trenger stadig nye teorier for å skape nødvendige bevegelser i terapirommet, forskningen og samfunnet.

En teorifattig psykologi står i fare for å miste sin relevans

På forelesning for snart tjue år siden fortalte Hanne Haavind om hvordan språket i terapirommet må evne å overraske, utvide forståelsen, gi endring. Hun viste til hvor revolusjonerende psykoanalysens språk og praksis opprinnelig må ha vært, men at innsiktene fra psykoanalysens begreper trolig ble redusert i takt med deres inntog i populærkulturen.

I dag møter kognitiv atferdsterapi en lignende utfordring. Tom J. Johnsen og Oddgeir Friborgs metastudie forteller at effekten av kognitiv atferdsterapi mot depresjon er halvert i løpet av 30–40 år (se nr. 8/2015 for en oppsummering av funnene). Hanne Weie Oddli forklarer i februarutgaven effektsvekkelsen nettopp med at «Når kognitiv terapi får mye omtale, lærer folk seg kanskje såpass mye om denne tankegangen at effekten av metoden *i terapi* ikke vil bli så stor». Når Onkl P & De fjerne slektingene på tre minutter sammenfatter den kognitive forståelsen av psykiske helseplager i «Styggene på ryggen», forteller dette om hvor sentralt kognitive forklaringsmodeller står i vår tids selvforståelse, men også at kraften i det kognitive begrepsapparatet ikke lenger tilhører terapirommet alene.

Skal effekten av terapi opprettholdes, trenger vi derfor nyutvikling for å tilpasse teorien til tidsånden og opprettholde dens relevans for stadig nye brukere, mener Oddli. En teorifattig psykologi står altså i fare for å miste sin relevans. Et botemiddel kan da være å trene seg opp i teoretisering, slik sosiologen Richard Swedberg foreslår. For dette er en praktisk ferdighet på linje med metode.

Vi trenger teorier, og vi trenger å kunne kritisere, utvikle, forkaste og anvende teoriene. I beste fall gir det mer effektiv behandling og et fag som kan bidra til flere sider ved samfunnsutviklingen. Og studentene virker enige. Det mangler kritisk tenkning i dagens studier, skriver Eir Torvik og Anniken Volden i et innlegg om medikamentell behandling (se side 466). Mens Trondheim-studentene innfører kulturpsykologiens forståelse på eget initiativ, slik at det teoretiske mangfoldet utvides.

Kanskje de unge kjenner at den psykologien de blir tilbudt på universitetene, mangler noe vesentlig, og at de finner en kime til noe nytt i sin søken etter andre teorier og forståelser, heller enn etter flere steiner til de gamles byggverk. Det er i så fall et sunnhetstegn.