

Den underliggende strukturen til fellesfaktorer i psykoterapi

Psykoterapeutisk forskning trenger et felles rammeverk for hvordan man skal studere og klassifisere fellesfaktorer, påpeker forskerne av en nylig publisert studie i tidsskriftet *Psychotherapy Research*. Ingvild Finsrud har sammen med forskere ved Universitetet i Oslo, Modum bad og Universitetet i Wisconsin-Madison sett på den underliggende strukturen til fellesfaktorer. Fellesfaktorer i psykoterapi refererer til generelle terapeutisk komponenter som eksisterer uavhengig av terapeutisk modell og intervensjoner, slik som empati, forventninger, eller enighet om målsetting for terapien. De siste tiårene har det vært en oppblomstring i forskning som har sett på slike faktorer og hvordan de predikerer utfall og bedring i terapi. Problemet med mye av denne forskningen er imidlertid at disse faktorene gjerne studeres isolert, og at mange av begrepene og faktorene overlapper betydelig. Det blir derfor vanskelig å skille effektene av det ene eller det andre på det terapeutiske utfallet, samt hvordan de interagerer over tid. Basert på responser fra 332 pasienter, undersøkte de den latente strukturen til ulike fellesfaktorer ved bruk av faktoranalyse. Resultatene avdekket en to-faktor-struktur, som ble navngitt som henholdsvis «Confidence in the therapist» og «Confidence in the treatment». Resultatene viser at et betydelig overlapp mellom tidligere etablerte relasjonsfaktorer som blir benyttet i terapiforskning.

Referanser

- Finsrud, I., Nissen-Lie, H. A., Vrabel, K., Høstmælingen, A., Wampold, B. E., & Ulvenes, P. G. (2021). It's the therapist and the treatment: The structure of common therapeutic relationship factors. *Psychotherapy Research*, 1 - 12.