

# Kultur, ikke kontroll

Ida Holth

## Kan samtaler om bivirkninger i terapi føre til mer kontroll i psykisk helsevern?

**TERAPI SOM SKADER** Schizofrenidagene i Stavanger arrangerte debatt om når det går galt i terapi. Fra venstre: Dag Stormbo, Jørgen Flor, Leif Edward Ottesen Kennair og Gro Harestad. Debatten ble ledet av fagredaktør i Psykologtidsskriftet, Kjersti Gulliksen (til høyre). Foto: Nora Skjerdingsstad

– Jeg er livredd for ordet bivirkning. For det kan ta av, sa Dag Stormbo i en debatt under Schizofrenidagene i Stavanger 5. november. Anledningen var utgivelsen av boken *Skadelige samtaler – Myten om bivirkningsfri terapi* av psykologene Jørgen Flor og Leif Edward Ottesen Kennair. Stormbo, psykologspesialist og foretakstillitsvalgt for Norsk psykologforening, var bekymret for at et begrep som bivirkning kan være med på å instrumentalisere tenkningen om terapi, og dermed bidra til økning i registrering og kontrollrutiner i psykisk helsevern.

I panelet satt også Gro Harestad, pedagog og profesjonsveileder, og medforfatter og professor Leif Edward Ottesen Kennair. Ordsiftet ble ledet av fagredaktør i Psykologtidsskriftet Kjersti Gulliksen.

Ingen av paneldeltakerne ønsket seg flere kontrollrutiner i psykisk helsevern. Snarere ønsket de fleste debattantene en kulturendring, der man i større grad samtaler med pasientene om hvorvidt terapien fungerer eller ikke. Harestad innledet diskusjonen med å fortelle om egne erfaringer med ødeleggende og lite nyttige terapeutiske samtaler. I terapi med en privatpraktiserende psykolog erfarte hun å verken bli hørt eller møtt på sine problemer. Resultat: økt angst og utvikling av en dyp depresjon. På DPS fikk hun derimot hjelp:

– At en terapeut kan lese det kroppen forteller, var nyttig. Gjennom å bli speila på det jeg uttrykte, forsto jeg mer av meg selv.

Flor understrekte at Harestads historie ikke er unik:

– Det finnes mange [som henne], og vi har ikke vært flinke nok som profesjon, eller i psykisk helsevern, til å forholde oss til disse historiene, sa Flor.

Les hele saken på [psykologtidsskriftet.no](http://psykologtidsskriftet.no)