

# Kan fagetisk bevissthet og refleksjon gjøre oss til bedre terapeuter?

Maria Løvvik Norheim  
leder i Fagetisk råd i Norsk psykologforening (FER)

Kristian Utrimark  
illustratør



MARIA LØVVIK NORHEIM er leder for Fagetisk råd i Norsk psykologforening og spesialist i barne- og ungdomspsykologi. I de neste utgavene er hun en av flere som vil svare på fagetiske spørsmål fra leserne våre. Foto: Stian Sørheim Espevoll

Den siste tiden har innlegg i tidsskriftet gitt oss nære innblikk i opplevelser fra begge stoler i terapirommet knyttet til ISTDP. Som sikkert mange andre, har jeg vært takknemlig for at skribentene har våget å dele sine erfaringer og tanker med oss på en åpen måte. Det er lærerikt og tankevekkende.

Uavhengig av terapiform kan nok mange psykologer kjenne seg igjen. Vi holder fast ved en metode eller intervensjon mye lenger enn det vi burde ha gjort. Vi mister pasienten av syne bak kartleggingsarkene. Vi kommer tilbake fra kurs og fyrer løs med det siste vi har lært – uten å virkelig å ha tenkt helt igjennom om dette er rett for akkurat den personen vi har foran oss. Kanskje vi til og med gjør alt dette uten først å spørre den som sitter i rommet sammen med oss.

For min del vet jeg at jeg mer enn én gang har klampet ut i det med begge bena og vel så det. Heldigvis har jeg, i hvert fall noen ganger, hatt personer foran meg som har våget å si ifra. Når det har skjedd, har jeg fått muligheten til å justere meg og forhåpentligvis blitt bedre. Likevel minner innleggene meg om at det helt sikkert også har vært ganger der jeg ikke har fått tilbakemeldinger og ikke har justert. I verste fall har jeg gjort vondt verre.

At terapi kan ha liten og ingen effekt, forholder vi oss til. At terapi også kan skade, er det vanskeligere å ta inn over seg. Vi har valgt å bli psykologer for å hjelpe, og det er vondt å tenke på at vi også kan bidra til det motsatte.

Jeg har fått spørsmålet fra studenter i veiledning – og mer erfarne kolleger: «Hva er egentlig det vanligste fagetiske dilemmaet for psykologer?» Det er gjerne de tydelige overtrampene de ser for seg. Privatisering av relasjoner eller psykologer som mottar store og fine gaver fra pasienter. Jeg er usikker på om slike situasjoner egentlig presenterer reelle fagetiske dilemmaer, eller om de for de fleste oppfattes å være situasjoner der det fins et tydeligere rett og galt handlingsalternativ. Dilemmaene de fleste av oss står i langt oftere, er nok vanskeligere å få øye på, men ikke mindre viktig.

Noen tror kanskje at fagetiske dilemmaer ikke oppstår mer enn en sjelden gang. Andre kan ha en tanke om at det er mulig å gå igjennom et langt yrkesliv som psykolog uten et eneste fagetisk feiltrinn. Jeg er ikke enig i noen av delene. Fagetiske dilemmaer står vi i hele tiden – bevisst eller ubevisst. Vi forsøker å finne løsninger og gjør valg i hvordan vi går videre. Men definisjonen av et dilemma er at dette er en situasjon man befinner seg i når man er tvunget til å godta den ene av to like ubehagelige muligheter. Det er altså ikke alltid et spørsmål om å handle innenfor eller utenfor fagetikken, men om å avveie alternativer som alle på en eller annen måte oppleves å være i strid med prinsippene.

Kanskje et vanligere fagetisk dilemma for psykologer er balansen mellom det å gi riktig og god hjelp – følge metoden, og samtidig virkelig respektere pasientens rett til samarbeid og medvirkning? Det å sørge for at vi til enhver tid har et godt orientert samtykke, legge til rette for selvbestemmelse og respektere pasientens perspektiver kan høres lett ut – men i praksis kan det være krevende.

Det er viktig for oss at hjelpen vi forsøker å gi, har et tydelig kunnskapsgrunnlag. Dette gir oss som yrkesgruppe legitimitet og tillit fra de vi skal hjelpe. Det er en del av de etiske prinsippene å «ha høy faglig kompetanse». Samtidig kan en ensidig etterlevelse av dette prinsippet være i konflikt med vårt ansvar for å ha respekt for pasientens rettigheter og verdighet, slik andre av prinsippene oppfordrer oss til. Kan vi legge til rette for autonomi og selvbestemmelse dersom vi ikke lytter til tilbakemeldingene vi får? Har vi tilstrekkelig respekt for pasientens egen kunnskap og ekspertise dersom vi avskriver deres tilbakemeldinger som reaksjoner og symptomer – ikke som deres egne meninger? Og dersom tilbakemeldingene er reaksjoner eller symptomer – skal vi ikke likevel legge til rette for muligheten til at pasienten tar egne valg? Hva gjør vi så da, om valget pasienten vil ta, slik vi ser det, er til skade? Dette er virkelig et dilemma – og jeg vil tro et ganske vanlig et.

Etter å ha lest innleggene om ISTDP, har jeg tenkt på om fagetikken kan brukes til å helle litt mer is i årene på oss psykologer. Vil det å ha teorien i den ene hånden og fagetikken i den andre, og klare å

bruke begge disse aktivt, kunne bidra til å bli mer oppmerksom på dilemmaer vi står overfor? Jeg tror og håper det.

*I hvert nummer drøfter representanter fra Fagetisk råd (FER) i Norsk psykologforening en fagetisk problemstilling. Du kan sende fagetiske spørsmål til [etikk@psykologtidsskriftet.no](mailto:etikk@psykologtidsskriftet.no).*