

Mind-Body ReprogrammeringsTerapi er misledende



Beate Stenkløv
beatestenklov@gmail.com

Ingen oppgitte interessekonflikter.

Mind-Body ReprogrammeringsTerapi (MBRT) er en psykologisk modell forkledd som helhetlig behandling.



Beate Stenkløv

Foto: Sindre Nyborg

I fagartikkelen «Mind-Body ReprogrammeringsTerapi (MBRT): ny behandling for long covid» presenterer Henrik Børsting Jacobsen og Silje Endresen Reme (2024) en modell som hevder å være biopsykososial, men som ved nærmere analyse viser seg å være sterkt psykologisk forankret. Etter mitt syn er det flere grunnleggende problemer med teorien og metodologien de fremmer, som fortjener kritisk gjennomgang.

Mangelfulle forklaringer

Jacobsen og Reme hevder at symptomer som utmattelse og smerte er resultat av hjernens feilaktige prediksjoner, basert på psykologiske modeller som klassisk betinging og prediktiv prosessering. Men de gir ingen plausible forklaringer på hvorfor slike feilaktige prediksjoner primært oppstår etter visse virusinfeksjoner, som Covid-19 eller Epstein-Barr-virus. Hvordan kan symptomer som dukker opp etter en mild infeksjon, og som ofte ikke engang ligner på symptomene i den akutte fasen, være «lært» gjennom klassisk betinging? Og en enda mer påfallende ting de ikke tilbyr forklaring på: Hvorfor skulle hjernens «alarmsystem» gå amok kun etter visse infeksjoner, som Covid-19 eller Epstein-Barr-viruset, men ikke etter andre alvorlige påkjenninger som skader eller andre sykdommer? Denne mangelen på kausal forklaring gjør teorien intellektuelt svak og lite overbevisende.

En kamouflert psykologisk modell



Forfatterne påstår at MBRT er en biopsykososial tilnærming, men de tre teoretiske pilarene – klassisk og operant betinging, prediktiv prosessering og relasjonell rammeteori – er slik jeg ser det, utelukkende psykologiske teorier. Selv om de inkluderer kroppslige fenomener som resultat av psykologiske prosesser, gjør ikke dette modellen biologisk. Videre mangler modellen nesten helt sosiale komponenter, som miljømessige, økonomiske eller kulturelle faktorer. Å ignorere disse og likevel kalle modellen biopsykososial gir den en falsk legitimitet. Som det står i artikkelen, finnes det omfattende forskning som dokumenterer immunologiske, hormonelle og nevrologiske dysfunksjoner hos ME- og long covid-pasienter, men dette ignoreres eller nedtones aktivt i modellen.

Immun mot kritikk

MBRT har en iboende svakhet: Den er selvimmuniserende mot kritikk. Hvis en pasient ikke opplever bedring, kan fagfolk enkelt forklare dette med at vedkommende ikke har «fulgt behandlingen riktig» eller ikke har «justert sine forventninger til kroppen». Dette skaper en lukket sirkel hvor ansvaret alltid skyves over på pasienten, og modellen selv slipper å stå til ansvar. Dette er ikke vitenskap – det er sirkelargumentasjon.

En farlig vei for behandling

Når en behandlingsmodell som MBRT presenteres som helhetlig og evidensbasert uten å gi klare svar på grunnleggende spørsmål om mekanismer og årsakssammenhenger, risikerer vi ikke bare å mislede pasienter, men også å svekke tilliten til behandlingsmiljøene som helhet. ME- og long covid-pasienter fortjener en behandling som ikke reduserer deres komplekse sykdommer til psykologiske feilslutninger, men som faktisk tar sykdommenes biomedisinske, psykologiske og sosiale aspekter på alvor. Det er på tide at forskere og behandlere setter pasientenes reelle behov først. Da må modellene tåle kritikk, bygge på hele spekteret av tilgjengelig forskning og unngå å påføre unødvendig stigma eller ansvar på sårbare grupper.

Les også:

Mind-Body ReprogrammeringsTerapi (MBRT): ny behandling for long covid

Tvilsom behandling av long covid

Et forsvar for en biomedisinsk tilnærming til ME

Referanser

Jacobsen, H. B. & Reme, S. (2024). Mind-Body ReprogrammeringsTerapi (MBRT): ny behandling for long covid. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 61(12), 907–914. <https://psykologtidsskriftet.no/fagessay/2024/12/mind-body-reprogrammingsterapi-mbrt-ny-behandling-long-covid>

Publisert: 27.02.2025, Tidsskrift for Norsk psykologforening. Publisert under åpen tilgang med CC BY 4.0-lisensen.