

Kultur, ikke kontroll



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

TEKST

Ida Holth

FOTO

Nora Skjerdingstad

PUBLISERT 6. november 2019

- Jeg er livredd for ordet bivirkning. For det kan ta av, sa Dag Stormbo i en debatt under Schizofrenidagene i Stavanger. 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.

Ødeleggende samtaler

Harestad innledet diskusjonen med å fortelle om egne erfaringer med ødeleggende og lite nyttige terapeutiske samtaler. I terapi med en privatpraktiserende psykolog erfarte hun verken å 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.

I novemberutgaven snakket Psykologtidsskriftet med Flor i forbindelse med bokutgivelsen. Han uttalte da at psykologer har "sovet i timen i 70 år". Nå er det på tid å ta inn over seg at noen pasienter faktisk får det verre av å gå i terapi, mente han.

Et usikkert prosjekt

Ottesen Kennair argumenterte for at helsevesenet ikke kvalitetssikrer tilstrekkelig for å forhindre det Harestad opplevde:

- Det finnes ingen systemer for evaluering av terapeutene. Etter studiene kan du starte for deg selv og aldri igjen bli sett i kortene, sa han, og:

- Når psykologer skal fortelle om pasienter som blir dårlige, blir det vagt og mumlete. Når vi har et helt system som selges som bivirkningsfritt, uten oppfølging av drop-out og om pasienter blir dårligere, har vi latt en del av helsevesenet slippe unna kvalitetssikring.

Stormbo, som var plassert i panelet som en motstemme, ønsket debatten velkommen, men var ikke enig i at psykologer ikke snakker om negative konsekvenser av terapi. Han var også opptatt av terapi som et usikkert prosjekt:

- Vi må ikke gå i den fella å tenke at fordi noen oppsøker hjelp, så må det bli et positivt resultat. Det er to frie mennesker som snakker sammen og prøver å finne ut noe sammen. Essensen, etter mitt skjønn, er at vi prøver noe sammen.

Det kan være mange årsaker til at en terapi går galt, sa han, men:

- En samtale er ikke skadelig i seg selv. Å ønske å prøve å snakke med noen når man har det vanskelig, kan aldri være galt, sa Stormbo, og minnet om at det i alle profesjoner er noen som ikke får det til.

Metasamtaler

Harestad var opptatt av betydningen av at pasient og behandler har samme oppfatning av hva det er de holder på med, et poeng tilhørerne applauderte. Hun oppfordret klinikere til å ha en metasamtale om terapien med sine klienter, for å sikre enighet om mål og metode. Flor sa seg enig:

- I forventningsavklaringer kan vi snakke om hvordan det går bra og hvordan det skjærer feil av gårde. Men vi må snakke om det, for pasienter kan tro det er dem det er noe galt med, sa han, og mente at dette handler om kultur, mer enn måling og standardisering.

TEKST

Ida Holth

FOTO

Nora Skjerdingsstad, redaksjonssekretær