

# Kunst og håndverk

Det som kommer med pakkeforløp, er noe annet enn psykologi. I en kulturell ideologi som preger vestlig tenkning og har sitt utgangspunkt i moderne bedriftskultur.

TEKST

**Akiah A. Ottesen**

PUBLISERT 6. april 2021

PSY  
KOL  
OGI

EMNER **Standardisering**

I siste utgave av tidsskriftet ble jeg beskyldt for å romantisere «... en behandlingshverdag uten dokumentasjonskrav, diagnoser, behandlingsplan og behov for evaluering» i innlegget «Standardisering har fremmet faget». Min først reaksjon var overraskelse. Så ble jeg nysgjerrig på romantikk i psykologien – og det var spennende lesning.

LES OGSÅ

## **Standardisering har fremmet faget**

Akiah Ottesen romantiserer en behandlingshverdag uten dokumentasjonskrav, diagnoser, behandlingsplan og behov for evaluering.

Store norske leksikon definerer romantisk som «virkelighetsfjern, svermerisk, eventyrlig, spennende, malerisk eller stemningsfull», ikke ord man til vanlig forbinder med psykologisk terapi. Jeg reiste videre og fant flere tekster om temaet. Blant annet har Schneider (1998) en glimrende sammenfatning av feltet, dets styrker og svakheter. Der påstås det blant annet at romantikken egentlig ikke var en irrasjonell bevegelse, men faktisk et forsøk på å forhøye rasjonalitet og sammenføre det med følelser og intuisjon, nettopp for å løse de store utfordringene i livet – kjærlighet, frihet og frykt.

Mange bevegelser innenfor psykologi har vært opptatt av dette holistiske perspektivet. Forståelse av spiritualitet, affekt, intuisjon, kinestesi og fri fantasi fikk plass i vår forståelse av menneskesinnet og eventuell lidelse samt behandlingen av den. Der psykiatrien en periode hadde til hensikt å kutte de reelle båndene mellom fornuft og følelser gjennom lobotomi, var det krefter i psykologien som var opptatt av en mer humanistisk holdning basert i både filosofi og fenomenologi, slik som humanisme, kulturpsykologi og eksistensiell og humanistisk psykoterapi, for å nevne noen.

## Behandlingsmål

«Å avtale behandlingsmål med klienter kom ikke med pakkeforløp, men har vært en integrert del av psykologisk terapi gjennom generasjoner»

Altså en personsentrert tilnærming til terapi, som tar utgangspunkt i klientens livsverden og særegne ønsker. Å avtale behandlingsmål med klienter kom ikke med pakkeforløp, men har vært en integrert del av psykologisk terapi gjennom generasjoner (Rogers, 1965). Forskere fra SINTEF har spurt 3200 behandlere om deres erfaring med pakkeforløp (Ådnanes, Kaspersen, Melby, & Lassemo, 2020), og stort sett svarte de at det ikke endret deres praksis i særlig grad. Men de opplevde at det hadde ført til økt byråkratisering og tidkrevende arbeid med å dokumentere gjennomføring av intervensjoner og tiltak som allerede var etablert i klinisk praksis. Folk er ikke redd for å bli sett i kortene. Behandlere har i mange år skrevet journal og dokumentert hva klienten er opptatt av, hva som skjer i møtene, og deres egne tanker og vurderinger.

Det som kommer med pakkeforløp, er noe annet enn psykologi – det er byråkrati basert på en kulturell ideologi. En ideologi som preger vestlig tenkning og har sitt utgangspunkt i moderne bedriftskultur. En kultur preget av privatisert og forsikringsbasert finansiering, der forventninger om effektivitet er fremtredende og målet er selvrealisering og lykke. Tanker utviklet i en kultur preget av konsumerisme, utålmodighet og lett tilgjengelige varer, der holdningen er at naturen kan temmes. Psykologer har fått maktposisjon, det forplikter oss til å være interessert i de implisitte normene og forestillinger som ligger i vår ervervete praksis (Harnischfeger, 2020). Normer og forestillinger som etter hvert styres av anbefalingene i et pakkeforløp, og konsekvensene av dem.

Pakkeforløp for psykisk helse og rus er reduksjonistisk og har til hensikt å tallfeste og systematisere psykisk lidelse og behandling. Målet er kontroll og effektivitet, men presenteres som kvalitetssikring. Pakkeforløp ber om så hyppige vurderinger av symptomer at klienten kan få følelsen av at de burde ha kommet lenger, og raskere kjent bedring, altså «stress og press på å bli frisk» (s. 14, Ådnanes, Høiseth, Magnussen, Thaulow, & Kaspersen, 2021).

### LES OGSÅ

#### **Vi trenger ikke å være slaver av systemet**

Hvis systemet er problemet, og det vi gjør opprettholder systemet, er vi også en del av problemet.

## Løsrivelse

Det å lære å utøve et håndverk tar tid, og det krever både kunnskap og øvelse. Som Chaucer skriver: «The life so short, the craft so long to learn.» Men håndverk endrer seg med nye oppdagelser og kunnskap. Psykologifaget trenger mulighet til å bevege seg videre, finne noe nytt, inkludere det mangfoldet som er menneskeheten, og ikke redusere det til et gjennomsnitt. Det trengs å løsrives fra reglene og rammene slik at vi kan utforske menneskesinnet med ydmykhet, nysgjerrighet, åpenhet og mot nok til å forkaste kjente teorier i møte med noe nytt. Det er mer og mer tydelig at strukturelle forhold påvirker vår psykisk helse (Metzl & Hansen, 2018), likevel tas ikke dette hensyn til ved evidensbasert behandling. Kulturelle og kontekstuelle forhold spiller en stor rolle i vår opplevelse av relasjoner, lidelse og helbredelse (Berg & Holt, 2020), uten at det vies særlig oppmerksomhet på studiet vårt.

Vi blir aldri ferdig med å innhente ny kunnskap om menneskets psyke, eller havet, eller verdensrommet. Vi er heller ikke i nærheten av å vite hva som virker best for alle. Vi kan selvfølgelig gjøre dette til en diskusjon om fornuft og følelser, rasjonalitet og romantikk. Men da tenker jeg på noe Johan Galtung sa om fredsforskningen: at man aldri vil komme til enighet og bevege seg videre ved å argumentere for to forskjellige perspektiver. Det som hjelper, er å stille et nytt spørsmål, sammen. Det krever kreativitet – kall det kunst.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 58, nummer 4, 2021, side 306-307*

### TEKST

**Akiah A. Ottesen**, psykologspesialist, ph.d

+ Vis referanser

- Berg, A., & Holt, K. (Eds.). (2020). (1 ed.). Oslo: Gyldendal akademiske.
- Harnischfeger, J. (2020). Å bli en annen. In A. Berg & K. Holt (Eds.), (1 ed., pp. 16-21). Oslo: Gyldendal akademiske.
- Metzl, J. M., & Hansen, H. (2018). Structural Competency and Psychiatry. (2), 115-116. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2017.3891>
- Rogers, C. R. (1965). . New York: Houghton Mifflin.
- Schneider, K. J. (1998). Toward a science of the heart: Romanticism and the revival of psychology. (3), 277-289. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.3.277>
- Ådnanes, M., Høiseth, J. R., Magnussen, M., Thaulow, K., & Kaspersen, S. L. (2021). . Retrieved from [https://www.sintef.no/globalassets/sintef-digital/helse/rapport-2\\_pakkef...](https://www.sintef.no/globalassets/sintef-digital/helse/rapport-2_pakkef...)
- Ådnanes, M., Kaspersen, S. L., Melby, L., & Lassemo, E. (2020). . Retrieved from [https://www.sintef.no/globalassets/sintef-digital/helse/sintef-2020\\_00064-evaluering-av-pakkeforlop-psykisk-helse-og-rus.pdf](https://www.sintef.no/globalassets/sintef-digital/helse/sintef-2020_00064-evaluering-av-pakkeforlop-psykisk-helse-og-rus.pdf)

