

Å prøve seg frem



Er, eller er ikke, standardisering et gode i psykologisk praksis? Her vil jeg trekke frem fire momenter som uansett må tas i betraktning.*

TEKST

Jan Smedslund

PUBLISERT 1. juni 2021

EMNER **Standardisering**

I to tankevekkende debattinnlegg i Tidsskrift for Norsk psykologforening skriver Akiah Ottesen (2021) om ulempene og Lene Walderhaug (2021) om fordelene ved standardisering. Her vil jeg trekke frem fire momenter som uansett må tas i betraktning når vi diskuterer grunnlaget for vår praksis. Samlet peker de i retning av et bilde av hva psykologer må gjøre som underbygger Ottesens betraktninger, men også går videre. Temaene er kompliserte og kan her bare bli kort skissert. En fyldigere versjon finnes i Smedslund (2021).

Menneskelige opplevelser og aktiviteter er avhengige av ubestemt kompliserte, uavlatelig og irreversibelt foranderlige kontekster.

LES OGSÅ

En sakte invasjon

Gradvis mister vi kontrollen: Systemets standardiseringer invaderer våre tanker og teknikker og styrer terapien.

Kontekstens betydning

Konteksten består av alt som – når det endres – endrer opplevelsen (atferden). Kontekstens betydning er grundig belyst i akademisk forskning, og er velkjent i psykologisk praksis. En direkte konsekvens er at det ikke kan finnes universelle, det vil si kontekstuavhengige psykologiske lover, noe som også stemmer med resultatene av over hundre års empirisk forskning. Dette betyr at man aldri kan holde totalsituasjoner konstante, og at eksakt replikasjon av funn derfor er umulig. Gitt vanskelighetene med å kontrollere kontekstvariasjonen, begynte psykologene tidlig å bruke gjennomsnitt fra mange målinger og for grupper av forsøkspersoner. Fordi man ikke finner eksakte forskjeller og perfekte korrelasjoner, skiftet man til det mer beskjedne kriteriet avvik fra det tilfeldige. Funn over en grenseverdi ($p = .05$ eller $.01$) blir ansett som publiserbare, og sett på som «evidens». Denne metodikken basert på gruppegjennomsnitt, sannsynlighetsberegning og standardiserte situasjoner, har vært gjenstand for utbredt og økende kritikk, nylig sammenfattet av Lamiell (2019), som skriver: «Gruppegjennomsnitt sier ingenting om et individ.» Forskningen har derfor skiftet fokus fra psykologi til psykodemografi.

«I møtet med klienter må psykologen av nødvendighet innta en ikke-vitende, åpen og lyttende holdning.»

Statistikk i psykologi sier heller ikke noe bestemt om fremtid, fordi forutsetningene (tidligere observerte relative frekvenser) skifter med kontinuerlig skiftende kontekster. En metafor for dette er at psykologer ikke kan «spille med standard terninger», men er henvist til stadig skiftende sett av «loaded dice».

Det foregående betyr at psykologi ikke gir stabilt grunnlag for generelt holdbare diagnoser og teorier. Psykologiske fenomener (opplevelser, handlinger) er avhengige av skiftende totalkontekster, noe som gjør diagnostikk og teori vanskelig.

Et annet moment er at psykologiske fenomener ikke kan observeres, slik som naturfenomener.

Kan ikke observeres, men har mening.

Bevegelser eksisterer uavhengig av personer, mens opplevelser og handlinger eksisterer for en person. Tenk på forskjellen mellom «en arm løfter seg», og «en person løfter sin arm». At armen løftes, kan observeres, fotograferes og måles. Handlingen å løfte armen er målrettet og kontekstavhengig, og meningen med bevegelsen kan ikke observeres. Forholdet mellom observasjon og mening kan sammenfattes slik: Hver mening kan

uttrykkes på ubegrenset mange måter, og hver observasjon kan ha ubegrenset mange meninger.

Sagt på en annen måte betyr det foregående at en psykologisk beskrivelse ikke kan oversettes til en naturvitenskapelig beskrivelse og omvendt. Opplevelse og handling foregår i kontekster som omfatter fortid, nåtid, fremtid og fantasi, mens naturfenomener er her-og-nå-prosesser. Derfor kan mening ikke observeres, og den eneste måten å få kjennskap til hva et menneske opplever og gjør, på er derfor gjennom å kommunisere.

LES OGSÅ

Standardisering har fremmet faget

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

Kommunikasjon og språk

Selv om kommunikasjon også kan være non-verbal, må psykologi som vitenskap og profesjon være språklig. Vi må sette ord på og snakke om opplevelser (psykologiske fenomener), og vi kan bare gjøre det ved å bruke vårt naturlige språk. Det finnes mange tusen enkeltspråk, og en allmenngyldig psykologi må derfor bygge på det felles sett av (undefinerbare) grunnbegreper som finnes i alle språk. Det er til nå funnet over 60 begreper som ser ut til å eksistere i alle språk (Goddard & Wierzbicka, 2002). Fem av disse er sentrale i psykologien, og kan på norsk uttrykkes med ordene oppfatte, tenke, ønske, føle, og handle. I tillegg til det som følger av hva ordene betyr (f.eks. at hva vi føler, følger av forholdet mellom hva vi tenker og hva vi ønsker), forutsetter alle språk også at mennesker faktisk (i virkeligheten) oppfatter, tenker, ønsker, føler, og handler. Dette kan ikke meningsfullt benektes, men må tas for gitt. Den felles strukturen i menneskelige språk er artsbestemt, det vil si at vår opplevelsesverden er organisert på en medfødt måte.

I lys av det foregående må den vanlige typen av empirisk forskning som søker å finne forskjeller og korrelasjoner, radikalt refortolkes. Et betydelig og økende antall studier i flere land over de siste decenniene viser nemlig at psykologiske forskjeller og korrelasjoner kan avledes av språket og derfor ikke behøver å «oppdages» empirisk. Jan Kjetil Arnulf (2020) skriver: «More than 86 % of the variation in the statistics from survey responses was predictable a priori. In regression equations, this level of explanation was enough to predict the actual correlations as they were created by human respondents down to 2 decimals.» Det er nærliggende å anta at enda bedre utnyttelse av leksikalske baser (ordbøker) vil kunne øke presisjonen ytterligere. Psykologiske regelmessigheter er altså forklarlige (følger av) gjennom allerede kjent språkbasert begrepsstruktur.

Psykologi kan altså bare studeres og praktiseres gjennom språklig kommunikasjon. Man må snakke sammen. Det er imidlertid velkjent både fra psykologisk forskning og praksis at kommunikasjon bare skjer når det foreligger tillit.

«Psykologisk profesjonell praksis kan altså ikke bygge på empirisk innsamlet allmenngyldig kunnskap, men bare på kjennskap til unike lokale saker og forhold»

Tillit

Å ha tillit til en person betyr å tro at personen ikke vil gjøre deg vondt. Du vil ikke fortelle noen om deg selv hvis du tror at det vil føre til at du får det vondt. Dette betyr at psykologer bare får vite noe om personers opplevelser når det er tillit. Jo viktigere noe er for deg, jo mer forsiktig blir du med å fortelle om det til noen.

Vi vet alle mye om de fem betingelsene for tillit. For å stole på en person må du tro at personen bryr seg om deg, forstår deg, ikke kan bli tvunget til å skade deg, har selvkontroll, og har relevant kunnskap. Begrepet tillit finnes i alle språk og er grunnleggende i alle menneskelige relasjoner. For eksempel er «allianse» sett på som sentralt i hvordan vi må forstå psykologisk praksis.

Jeg tror ikke det er mulig å benekte betydningen av de fire momentene jeg har nevnt her: kontekstavhengighet, mening, språklig kommunikasjon, og tillit. Samlet peker de i retning av en dypere konklusjon, nemlig at det er umulig å sette opp retningslinjer for hvordan vi skal praktisere, utover det vi alle vet (implisitt eller eksplisitt) ut fra vår felles språkbaserte begrepsstruktur, som ofte også kalles common sense. Hva kan en psykolog da praktisere?

Psykologen som bricoleur

Akiah Ottesen skriver følgende om en god behandlingstime: «Det eneste målet jeg hadde, var å høre på klienten, følge opp og speile, utforske og intervensere, helt uten å tenke på hva som var planen.» Dette likner på hva jeg tror et stort flertall av mine kolleger i hele verden ofte gjør, og som jeg selv helt konsekvent har gjort gjennom 35 års variert praksis.

Det beskriver hva som er mulig å gjøre når irreversibelt skiftende kontekster gjør det umulig å støtte seg på empirisk basert kunnskap.

Tilsynelatende unntak fra dette er når språk og kultur danner lokalt stabile områder opprettholdt av selvforsterkende systemer (i dynamisk likevekt) som kan ha betydelig varighet. En god metafor er virvlene i en bekk, som er konstante, men bare så lenge bunnforholdene og vanngjennomstrømmingen opprettholdes. Alle studier som finner avvik fra tilfeldighet, avspeiler sosiale og språklige regler og er pseudoempiriske, det vil

si at de viser bare hva som følger av det vi allerede vet (implisitt eller eksplisitt) som deltakere i samfunnet. Funnene er også å betrakte som historiske, fordi de er tids- og stedsbegrenset.

Psykologisk profesjonell praksis kan altså ikke bygge på empirisk innsamlet allmenngyldig kunnskap, men bare på kjennskap til unike lokale saker og forhold, og støtte seg på hva vi alle vet (eksplisitt eller implisitt), fordi vi er mennesker. Psykologi er ikke et område der vi akkumulerer stadig mer empirisk kunnskap, men bare økende klarhet og tydeligere nyansering av det basale begrepssystemet vi er født med og må leve i.

I møtet med klienter må psykologen av nødvendighet innta en ikke-vitende, åpen og lyttende holdning. I tillitsfull samtale konstruerer psykolog og klient nye virkeligheter, og åpner nye muligheter for klienten. Psykologer arbeider for det meste med avvik der gjengse hjelpemetoder ikke har virket. Engstelige som ikke kan beroliges, deprimerte som ikke kan trøstes, tvangshandlinger og avhengighet som ikke kan stoppes, osv. Psykologen som bricoleur (Levi-Strauss, 1966) blir innkalt når problemer ikke kan løses på konvensjonell måte. De ubestemt komplekse skiftende kontekstene gjør at psykologen må arbeide uten sterk støtte i tidligere erfaringer, og må improvisere og prøve seg frem. Usikkerheten som er den negative siden av psykologyrket, kompenseres av friheten fra innsnevrende regler. Hvordan du kan hjelpe en klient, kan ikke avledes fra en lærebok, men må vokse frem eller improviseres. Jeg har ofte brukt som eksempel på ukonvensjonell behandling en sak der en klients vrangforestillinger ble kurert ved at han fikk nye, pene tenner.

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.

Det foregående taler mot at psykologisk praksis er et håndverk, som hevdet av Walderhaug. Det finnes ikke noe stabilt grunnlag i metodikk, diagnostikk og teori. Men vi må omforme rammene for psykologprofesjonen slik at vi ikke blir invadert, som beskrevet av Ottesen.

Psykologisk forskning og praksis fører således ikke til at vi akkumulerer tidløs kunnskap. Vi lærer stadig mer om hvordan hjernen fungerer, men dette er ikke direkte relevant for psykologi, på grunn av det nevnte uoversettbare forholdet mellom beskrivelser av naturfenomen og mening.

Vi kan tenke igjennom og formulere bedre hva vi allerede implisitt vet, men det er vanskelig å se hvordan faget kan gå fremover på annen måte. Fremdeles gjelder etter min mening ordtaket som jeg hørte allerede i 1949: «Det som er nytt i psykologien er ikke bra, og det som er bra i psykologien er ikke nytt.»

* Dette innlegget sammenfatter argumentasjon fra en tung internasjonal fagartikkel med tittelen *From Statistics to Trust: Psychology in Transition (New Ideas in Psychology, 2021)*.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 58, nummer 6, 2021, side 513-515

TEKST

Jan Smedslund, professor emeritus, Universitetet i Oslo

+ Vis referanser

Arnulf, J.K. (2020). Wittgenstein's Revenge: How Semantic Algorithms Can Help Survey Research Escape Smedslund's Labyrinth. I: T. Lindstad, E. Stänicke, & J. Valsiner (red.). *Respect for Thought: Jan Smedslund's Legacy for Psychology*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-43066-5_17

Goddard, C. & Wierzbicka, A. (2014). *Words and Meanings: Lexical Semantics Across Domains, Languages, and Cultures*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199668434.001.0001>

Lamiell, J. (2019). *Psychology's misuse of statistics and persistent dismissal of its critics*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-12131-0>

Levi-Strauss, C. (1966). *The Savage Mind*. Oxford University Press.

Ottesen, A. (2021). En sakte invasjon. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 58(2), 128-131.

Smedslund, J. (2021). *From Statistics to Trust: Psychology in Transition*. *New Ideas in Psychology*, 61, <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2020.100848>

Walderhaug, L. (2021). Standardisering har fremmet faget. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 58(3), 214-215.