

# Bekymringsmelding om ISTDP mottatt

Psykolog og stipendiat Camilla Bärthel Flaaten tar i juniutgaven ansvar som fagperson ved å dele sin bekymring etter erfaringer med ISTDP som pasient.

TEKST

**Filip Myhre**

PUBLISERT **1. juli 2021**

EMNER

ISTDP

psykoterapi

---

Flaatens bekymringsmelding er rikholdig og nyansert, og jeg finner lite å være uenig i. Jeg vil trekke frem fire aspekter der mulighetene for læring er særlig store i møte med arbeid med terapimodeller.

1. Kritisk forskning på psykoterapimodeller fra personer uten nære bindinger til modellene er mangelvare. Vi kan også ha stor nytte av å studere hvilke spesifikke prosesser i terapi som leder til negative utfall.
2. Et for ensidig fokus på én modell, kan lede til at man tilsidesetter kunnskap og systemer som er ment å redusere risiko for negative utfall av behandlingen. Herunder tradisjonell diagnostikk, vurdering av medikamentell behandling og andre terapiformer.
3. Psykologen har stor definisjonsmakt i terapirommet. Det kreves derfor av psykologen særlig sensitivitet og vektlegging av pasientens beskrivelser og forståelse av de aktuelle problemene som blir presentert. En for rigid holdning til en terapimodell kan lede til at terrenget tilpasses kartet med de alvorlige kostnader dette kan medføre for pasienten.
4. Ideen om at en kjølig og avmålt psykologrolle fremskynder terapiprosesser, er dårlig fundert i psykoterapiforskning. Det samme kan sies om å ikke endre kurs i terapien om pasienten opplever økning i symptom uten at det foreligger en fornuftig årsaksforklaring for det.

Ved å dele sine erfaringer bidrar Flaaten til læring hos alle psykologer som vil hjelpe folk til høyere livskvalitet. Det skal hun ha takk for.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 58, nummer 7, 2021, side 619*

**TEKST**

**Filip Myhre**, psykologspesialist ved Norsk Institutt for ISTDP