

Bakgrunn for Kvalitetsutvalgets arbeid 2016-2019

Kvalitetsutvalget er et uavhengig og rådgivende organ direkte underlagt Sentralstyret. Visepresident for fag og profesjon leder utvalget. Mandatet er stort og av prinsipiell karakter¹.

I starten av forrige landsmøteperiode gjorde daværende visepresident en kartlegging av Kvalitetsutvalgets (heretter KU) arbeid, basert på tidligere referat og samtaler med medlemmene av KU. Visepresident Tessand opplevde at mandatet var for stort, og ønsket å bruke landsmøteperioden til noe som kunne ha praktisk nytte for foreningen. I samråd med fagsjef, foreslo Tessand for sentralstyret at KU skulle jobbe med noen psykologiske grunnlagsspørsmål som både kunne være nyttige for fagpolitisk avdeling som utgangspunkt for et policydokument, i tråd med starten av mandatet.

Relevante forskere fra universiteter og terapiforskningsmiljøer ble samlet² for å se om det var mulig å definere «psykologisk behandling». Målet var å kunne hjelpe Psykologforeningen med å gi faglig godt funderte, men lett forståelige og omforente svar til myndigheter og presse.

Prosessen varte 2,5 år, og det ble brukt en prosessledermetode i arbeidet. Arbeidet tok utgangspunkt i å lage en definisjon avgrenset til individualterapeutisk psykologisk behandling. KU diskuterte hvordan definisjonen skulle stå i forhold til prinsipperklæringen om evidensbasert praksis (EBBP). Utvalget forsøkte å lage noen «teser» som skulle beskrive rammer og prinsipper for behandling og behandlingsforløp. Målet var å lage en beskrivelse som var kort og samtidig generell nok til at psykologer kunne være enige om det på tvers av teoretisk/ideologisk posisjon. Det var også viktig at beskrivelsen kunne skilles fra andre yrkesgruppers definisjon av behandling.

Evalueringen av prosessen viste at deltakerne syntes det hadde vært en interessant oppgave, og de var både overrasket og glade for at de klarte å lage en omforent «definisjon» av behandling. Gruppen diskuterte at dette handlet om at grad av abstraksjonsnivå i diskusjonene, og at jo mer detaljert man skulle beskrive behandling, jo mer kom uenigheter til syne. KU som til slutt fram til beskrivelser alle kunne stå inne for.

Kvalitetsutvalget i landsmøteperioden 2016-2019: Beskrivelse av psykologfaglig arbeid og psykologisk behandling

Psykologfaglig arbeid

Psykologer er kvalifisert til mange forskjellige oppgaver. Psykologer jobber blant annet med behandling av mennesker med psykiske plager og lidelser, med kompetanseutvikling, forskning, forebygging, folkehelsearbeid og organisasjonsutvikling.

Psykologer jobber i kommunen, på sykehus og andre steder i samfunnet. Vi jobber etter prinsipperklæringen om evidensbasert praksis³, altså kombinasjonen av best mulig tilgjengelig forskning, klinisk ekspertise og brukernes ønsker og behov. Det psykologfaglige arbeidet skapes

¹ <https://www.psykologforeningen.no/foreningen/utvalg-raad-og-interesseforeninger/kvalitetsutvalget-ku>

² <https://www.psykologforeningen.no/medlem/medlemsnytt/vil-gi-bedre-svar-paa-vanskelige-spoersmaal>

³ <https://www.psykologforeningen.no/medlem/evidensbasert-praksis/prinsipperklaering-1-om-evidensbasert-psykologisk-praksis-2>

sammen med dem vi skal hjelpe ut fra deres ønsker og behov, og ut fra psykologens faglige vurdering.

Rammer for psykologisk behandling

Psykologer har ansvar og myndighet som helsepersonell og må praktisere i tråd med gjeldende lovverk og etiske retningslinjer. Psykologen er bevisst sin tilgang til sensitiv informasjon, sin maktposisjon, og må forvalte denne i tråd med gjeldende krav. Psykologen har ansvar for å holde seg oppdatert og kjenne til hva som til enhver tid ansees som god praksis.

Psykologisk behandling er når en psykolog hjelper mennesker til å forstå og endre tanker, følelser og atferd som skaper problemer for seg selv eller andre. Psykologen benytter vitenskapelig anerkjente metoder i behandlingen, i kontinuerlig samspill med pasienten.

Grunnholdning

Psykologer tar utgangspunkt i at mennesker forstår og opplever verden på ulike måter. Psykologer reflekterer kontinuerlig over egen aktivitet, kompetanse, makt, innflytelse og begrensninger. Dette kjennetegner all psykologisk behandling.

Hvordan finner vi problemet, og hva gjør vi med det?

Psykologen bruker et bredt tilfang av kunnskap og metoder for å få tak i pasientens livssituasjon, ressurser og problemer og identifiserer sammenhenger mellom tanker, følelser, atferd og systemet rundt pasienten. Psykologer utforsker aktivt egne og andres måter å forstå og oppleve seg selv og sin situasjon på. For å få til dette bruker psykologen innlevelse, erfaringer og psykologfaglig kunnskap.

Psykologen og pasienten/klienten utvikler en felles forståelse av problemet for å finne retning og mål for behandlingen. Psykologen og pasienten/klienten drøfter og blir enige om hva som kan føre til ønsket endring og jobber systematisk for å oppnå dette.

Psykologen tilpasser fremgangsmåte til den enkelte pasient/klients liv, og legger aktivt til rette for pasientens/klientens deltakelse i og forståelse av endringsarbeidet. Psykologen skal fortløpende justere behandlingen for å oppnå ønsket endring. For å få til dette er psykologen oppmerksom på reaksjoner hos pasienten, og søker tilbakemeldinger om samarbeidet, endringsprosessen og resultat.

Hvordan går det? Resultater og ansvar for avslutning

Psykologen vurderer i samarbeid med klienten når behandlingen avsluttes, og hvordan dette kan gjøres på en god måte. I vurderingen inngår blant annet hvordan pasienten/klienten opplever seg selv og sin situasjon, har det sammen med andre, opplever mestring og deltar i meningsfull aktivitet.