

Den teoretiske ORIENTERING

På hvilket teoretisk grundlag arbejder psykologerne? Der er store bevægelser over årene, fortæller denne anden artikel i serien om de danske psykologer som psykoterapeuter.

Psykoterapeuternes teoretiske forankring og terapeutiske orientering er i fokus i denne anden artikel i serien om danske psykologer som psykoterapeuter – en afrapportering af data indsamlet med ”Development of Psychotherapists’ Common Core Questionnaire” (DPCCQ) i perioden 2009-2010.

Denne gang ser vi på, 1) hvor stor indflydelse de forskellige terapeutiske retninger har på danske psykologers terapeutiske praksis, 2) hvilken udvikling i terapeutisk orientering der i Danmark har fundet sted de senere årtier, og 3) hvor vigtigt tilhængere af forskellige skoler vurderer at det er for deres klienter at indfri en række terapeutiske mål.

Dele af denne artikel baserer sig på Jacobsen, Nielsen og Orlinsky (2012), hvor vi præsenterer dataindsamlingen, samplet og resultaterne mere indgående, samt diskuterer undersøgelsens repræsentativitet. [1]

Teoretisk orientering

DPCCQ spørger til terapeutisk orientering på følgende måde: ”I hvor høj grad følger din nuværende terapeutiske praksis en el-

ler flere af følgende teoretiske retninger?” Dette spørgsmål gentages senere, idet der denne gang spørges til ”I hvor høj grad følger dit terapeutiske arbejde disse teoretiske retninger, da du startede som psykoterapeut?”.

Til begge spørgsmål bliver man på en sekspunkts Likert-skala bedt om at angive,

i hvor høj grad ens terapeutiske praksis er 1) psykoanalytisk/psykodynamisk; 2) adfærdsterapeutisk; 3) kognitiv; 4) humanistisk/eksistentialistisk; 5) systemisk og 6) influeret af andre retninger – ved at give en score mellem 0 (= slet ikke) og 5 (i meget høj grad) for hver teoretisk retning. På denne måde er det muligt for hver enkelt tera-



ILLUSTRATION: COLOURBOX

NOTE

[1] Bemærk, at de angivne værdier ikke er de samme som i Jacobsen, Nielsen og Orlinsky (2012, s. 172 nederst i tabel 1). Her var der oplyst forkerte værdier for, hvor mange der har en fremtrædende kognitiv og humanistisk/eksistentiel orientering.



ARTIKELSERIE

Denne artikel er nr. 2 i en lille serie om danske psykologers arbejde som psykoterapeuter. Den første, "Hvem er de danske psykoterapeuter", blev bragt i Psykolog Nyt 18, 2013.

peut at angive indflydelse fra flere forskellige teoretiske/terapeutiske retninger.

Den samlede score for de forskellige orienteringers indflydelse på de 350 psykoterapeuter, som indgår i denne undersøgelse, viser, at den psykoanalytiske/psykodynamiske tilgang er mest fremtrædende med en gennemsnitsværdi på 3,13. Denne værdi er signifikant større end scoren for de øvrige orienteringer, der har følgende gennemsnitsværdier: kognitiv=2,40; humanistisk/eksistentiel=2,06; systemisk=1,47; adfærdsterapeutisk=1,42.

Den teoretiske orientering kan alternativt opgøres ved at se på, hvor mange terapeuter der er stærk identificeret med en given retning, defineret ved en score på 4 eller 5 på ovennævnte Likert-skala. Således opgjort har 189 terapeuter en fremtrædende psykoanalytiske/psykodynamiske tilgang, mens 41 har en fremtrædende adfærdsterapeutisk tilgang, 93 en fremtrædende kognitiv tilgang, 79 en humanistisk tilgang, og 43 har en fremtrædende systemisk tilgang.

At det samlede antal terapeuter med en fremtrædende tilgang overstiger antallet af deltagere i undersøgelsen, skyldes, at man godt kan have mere end én foretrukken tilgang. [1]

Ovenstående fund viser at den psykodynamiske referenceramme er langt den mest udbredte blandt de danske psykoterapeutisk arbejdende psykologer, som ind-

går i vores undersøgelse. Vi kan naturligvis ikke med sikkerhed vide, om denne fordeling er repræsentativ for hele standen. Vi henviser til diskussionen af repræsentativitet i denne series første artikel (Psykolog Nyt 18, 2013).

Udvikling i teoretisk orientering

En nærmere analyse af vores data viser en klar historisk udvikling i terapeuternes orientering.

Sammenligner vi med et andet sample indsamlet med samme spørgeskema i 1995-96, ses et fald i andelen af terapeuter med en fremtrædende psykoanalytisk orientering fra 80 % i midthalvfemserne til 53 % i 2009-10, et fald i humanistisk/eksistentiel orientering fra 32 % til 23 %, og et fald blandt systemiske terapeuter fra 19 % til 12 %. I samme periode er andelen af kognitive orienterede terapeuter tredoblet fra kun 9 % til nu 27 %, mens forekomsten af psykologer med en fremtrædende adfærdsterapeutisk profil er firedoblet fra små 3 % til 12 %.

Samme udviklingstendens findes ved

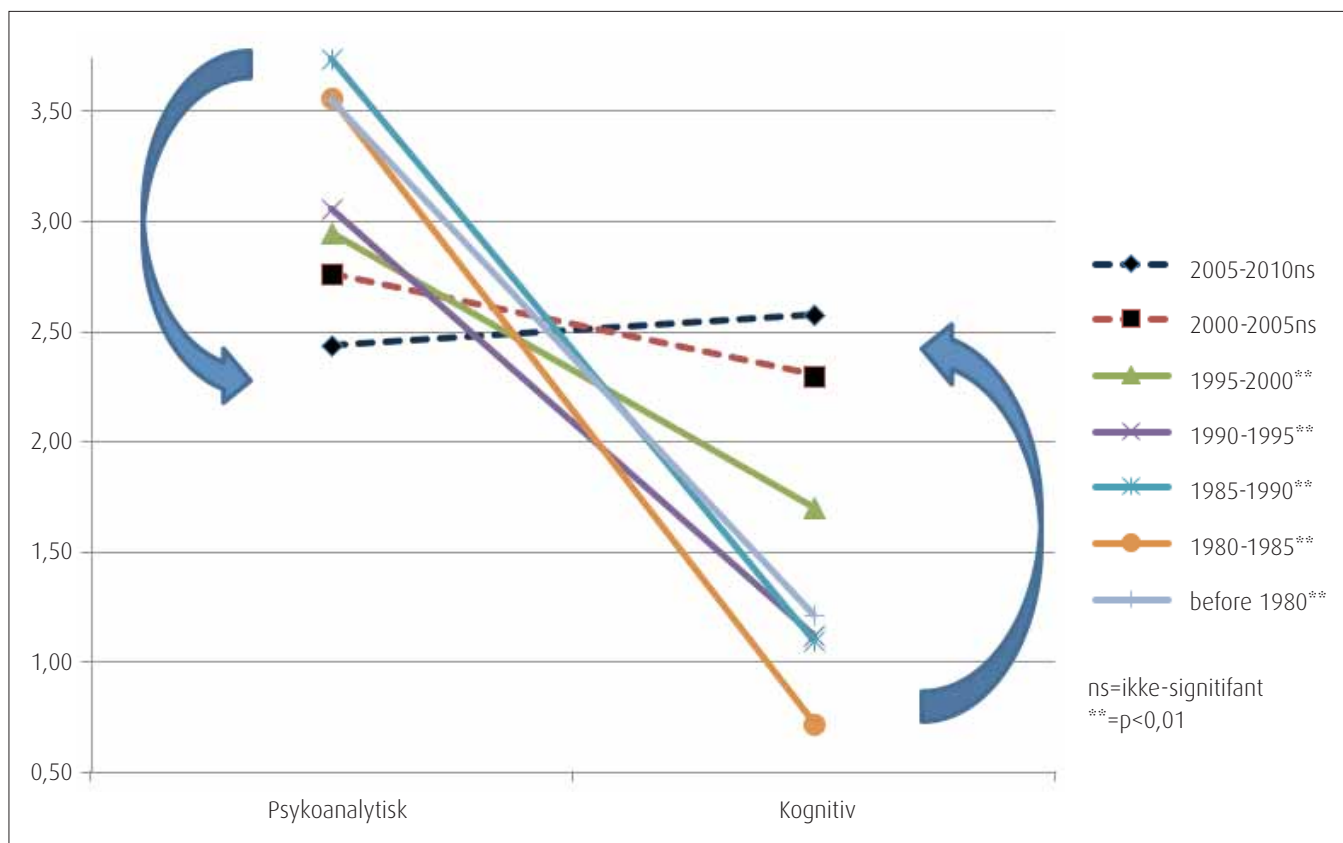
alene at granske data indsamlet i 2009-10. Eksempelvis er der en signifikant korrelation mellem, hvor lang tid man har praktiseret psykoterapi, og hvilken teoretisk orientering man har. Jo større anciennitet, desto mere psykoanalytisk og humanistisk/eksistentiel er man tilbøjelig til at være.

Skiftet i teoretisk orientering ses tydeligst ved at analysere svarene til spørgsmålet: "I hvor høj grad fulgte dit terapeutiske arbejde disse teoretiske retninger, da du startede som psykoterapeut?". Ved at inddele terapeuterne ud fra, hvornår de havde deres debut, ses det, at den psykodynamiske dominans nu er ophørt blandt de yngre terapeuter (jf. Figur 1). Mens begynderterapeuter i periode fra før 1980 og frem til og med 2000 signifikant var mere psykoanalytisk/psykodynamisk end kognitivt orienteret, er der ingen forskelle mellem udbredelsen af de to orienteringer blandt dem, der begynder at praktisere psykoterapi i perioder fra 2000 og frem til 2010. Fortsætter denne udvikling vil det på længere sigt medføre, at den kognitive orientering vil blive den mest udbredte.



Ved at inddele terapeuterne ud fra, hvornår de havde deres debut, ses det, at den psykodynamiske dominans nu er ophørt blandt de yngre terapeuter

Figur 1. Teoretisk orientering som begynderterapeut



> **Klientmål og teoretiske orienteringer**

I DPPCQ skal hver enkelt terapeut vurdere, hvor vigtigt det er for klienter at indfri for nogle givne psykoterapeutiske mål. Der angives i alt 17 mål, hvoraf man skal afkrydse de 4, som man finder det er vigtigst at opnå. Ved at opgøre resultatet for terapeuter med forskellige fremtrædende orienteringer fremkommer der et billede af, hvad repræsentanter for de forskellige skoler betragter som centrale mål. Vi angiver i det følgende nogle signifikante forskelle.

Har man en udtalt humanistisk/eksistentiel orientering, vægter man i højere grad end hos de øvrige orienteringer, at klienterne opnår en stærk fornemmelse af

selvværd og identitet samt tillader sig selv fuldt ud at opleve følelser.

Er man psykoanalytisk/-dynamisk orienteret, vægtes at forstå egne følelser, motiver eller handlinger samt at forbedre kvaliteten af deres relationer signifikant højere end de øvrige retninger, som ikke adskiller sig fra hinanden, hvad det angår.

Kognitive terapeuter og systemikere vægter, at deres klienter oplever nedgang i deres symptomer signifikant højere, og disse terapeuter scorer endvidere væsentligt højere på at ændre eller kontrollere problematiske handlemønstre samt at udvikle en bedre evne til at påtage sig vigtige familiemæssige eller socialt ansvar.

Alle disse fire skoler vægter at lære at

opdage og ændre på, at klienterne skaber eller medvirker til at opretholde egne problemer lige højt. ■

*Claus Haugaard Jacobsen, cand.psych., ph.d., Privat psykologpraksis, mail@claushaugaard.dk, Jan Nielsen, cand.psych., ph.d., lektor, Institut for Psykologi, Københavns Universitet
David E. Orlinsky, professor, Department of Comparative Human Development, University of Chicago
Birgit Bork Mathiesen, cand.psych., ph.d., lektor, Institut for Psykologi, Københavns Universitet*

REFERENCER

Jacobsen, C.H., Nielsen, J., & Orlinsky, D.E. (2012). Danish psychologists as psychotherapists: professional, demographic and personal characteristics, and change in theoretical orientations. *Nordic Psychology*, 64: 168-181.