



Af Ole Karkov Østergård,  
*cand.psych., ph.d*

Hvad forsker danske psykologer i? Det skiftes de til at skrive om i denne ph.d.-stafet. Her skriver Ole Karkov Østergård om sin ph.d. med titlen *Feedback Informed Treatment-Effectiveness and Moderators*, der blev forsvaret 13. marts 2019 på Aarhus Universitet.

---

# Feedback Informed Treatment — effekt og moderatører

Ph.d.-projektet sætter spørgsmålstegn ved evidensen for et af de mest udbredte systemer til løbende at monitorere klienternes terapiudbytte, kaldet the Partners for Outcome Management System (PCOMS), som i Danmark mest er kendt som Scott Millers Feedback Informed Treatment. En metaanalyse med 18 studier fandt således ingen effekt af at bruge PCOMS, når der blev brugt uafhængige effektmål (som ikke var en del af PCOMS interventionen), ligesom primærstudiet fra Studenterrådgivningen i Danmark heller ikke fandt en effekt. Dette står i kontrast til Lambert gruppens meget indflydelsesrige meta-analyser, hvor de konkluderer, at der er evidens for at anvende PCOMS i klinisk praksis (Lambert, M. J., & Shimokawa, 2011; Lambert, M. J., Whipple, J. L., & Kleinstäuber, 2018).

## Udfordringer i psykoterapi

Studenterrådgivning er i store dele af verden en væsentlig udbyder af rådgivning og terapi, således også i Danmark, hvor Studenterrådgivningen tilbyder gratis rådgivning og terapi til ca. 5000 studerende om året. Selv om studenterrådgivning og psykoterapi generelt er effektivt og har få bivirkninger sammenlignet med medicinsk behandling for psykisk lidelse, har psykoterapien også en række udfordringer, som de sidste 50 års forskning og klinisk praksis ikke for alvor har ændret på: Cirka 50 % får det ikke signifikant bedre af psykoterapi, 5-12 % oplever endda flere symptomer efter terapien sammenlignet med før terapien, og i gennemsnit dropper 20 % ud af behandlingen eller helt op mod en tredjedel i studenterrådgivninger (Swift & Greenberg, 2012). Desuden har utallige forsøg

på at udvikle en teorispecifik manualiseret metode, som er bedre end andre metoder eller bona fide behandlinger, stort set slået fejl. Forskningen viser desuden, at vi som terapeuter har meget svært ved at bedømme, om vores klienter får det bedre i løbet af terapien, når vi sammenligner med forudsigelser af behandlingsudbytte, baseret på klientens selvrapportering.

### **Routine Outcome Monitoring som en mulig løsning**

Routine Outcome Monitoring (ROM) har i de sidste 20 år etableret sig som en mulig løsning på ovenstående problemer og er en integreret del af evidensbaseret praksis hos den amerikanske psykologforening (APA) og i en række lande og organisationer. I ROM monitoreres klientens terapiforløb løbende med spørgeskemaer. Informationerne fra denne monitorering gives som feedback til terapeuter, som herved kan sammenligne klientens udbytte med andre klienters udbytte og bruge dette til at gå i dialog med klienten eller tilpasse interventionerne ved fx at ændre mål, metode eller søge at forbedre den terapeutiske alliance. Tidligere forskning har vist, at fravær af tidlig bedring i terapien er en god prædikator for dropout og negativt terapiudbytte. De to mest benyttede og undersøgte ROM systemer er Michael Lamberts Outcome Questionnaire og Scott Miller og Barry Duncans Partners for Change Outcome Management System (PCOMS). I 2018 havde cirka 75.000 terapeuter og mere end 1.000 organisationer licens til at bruge PCOMS på verdensplan.

### **Partners for Change Outcome Management System**

I PCOMS måles klientens well-being med Outcome Rating Scale (ORS) på fire dimensioner (personligt, nære relationer, socialt og generelt), og den terapeutiske alliance måles med Session Rating Scale (SRS) på fire dimensioner (relation, mål, metode og generelt). Både ORS og SRS er såkaldte visuelle-analoge skalaer, hvor klienten afgiver sit svar ved at sætte en markering på 10 cm lange linjer. Klienten udfylder ORS i starten af hver session og SRS mod slutningen af hver session. Hvert mål tager kun 1-3 minutter at administrere. Forskellige online outcome management systemer, som fx danske FIT-outcomes, tilbyder mod betaling at analysere klientens bevarelse ved at sammenligne denne med

svarene fra mere end 100.000 tidligere klientforløb. Både terapeut og klient får derved umiddelbart grafisk feedback på, om klienten får det bedre, og om den terapeutiske alliance er under eller over klinisk cut-off. Denne information bruges til at planlægge terapiforløbet og indgå i dialog med klienten.

### **Motivation**

Inden jeg påbegyndte min ph.d. i 2015 arbejdede jeg som klinisk psykolog først 4,5 år i psykiatrien og dernæst 6 år i Studenterrådgivningen. Jeg valgte at skrive ph.d. i samarbejde med Studenterrådgivning, fordi jeg brænder for at hjælpe unge med psykisk mistrivsel. Igennem mit kliniske arbejde i Studenterrådgivning blev det tydeligt, at der var en relativ stor gruppe af unge, der havde et stort lidelsespres, som mistrivedes i deres relationer og havde svært ved at gennemføre en uddannelse, selvom de studerende ofte blev betragtet som en særlig privilegeret gruppe. Samtidig begyndte Uddannelses- og Forskningsministeriet at stille krav om, at Studenterrådgivningen skulle dokumentere effekten af sine skattefinansierede interventioner. ROM tilbød sig her med en unik kombination af at kunne tilbyde terapeuterne viden om deres psykoterapeutiske praksis og etablere evidensen for Studenterrådgivningens behandling. Studenterrådgivningen valgte PCOMS, fordi ORS og SRS umiddelbart var tilgængelige og hurtige at administrere, og fordi de første randomiserede kontrollerede studier af PCOMS havde vist imponerende resultater. Desuden lægger PCOMS særlig vægt på at engagere klienterne i behandlingen, opdage og reparere alliancebrud og forventer relativt hurtig bedring, hvilket vi tænkte passede godt til målgruppen og Studenterrådgivningens ramme med ca. 3 samtaler i gennemsnit. PCOMS blev implementeret i Studenterrådgivningen fra og med april 2015 over hele landet. Professor Esben Hougaard var hovedvejleder, og senere kom lektor Mia Skytte O'Toole til som medvejleder.

### **De tre studier og deres resultater**

Hovedformålet med ph.d.-projektet var at undersøge effekten af at bruge PCOMS. I den første artikel var målet at sammenligne symptombelastningen hos Studenterrådgivningens klienter med symptombelastningen hos ambulante patienter samt at undersøge effekten af studenterrådgivning i såkaldt treatment as usual (TAU; inden implementeringen af

PCOMS). I alt 1256 studerendes symptomprofiler på Symptom Checklist 90-Revised (SCL-90-R) blev sammenlignet med symptomprofilerne for 3253 patienter fra Psykoterapeutisk Center Stolpegård i København. Resultaterne viste, at de studerendes symptombelastning før terapien var sammenlignelig med psykiatriske ambulante patienters symptombelastning. Effekt af terapien var moderat til høj og lå i gennemsnittet af effekten fundet i ti naturalistiske studier af studenterrådgivning fra udlandet. Men vi fandt også, at mange klienter havde signifikant flere symptomer efter terapi sammenlignet med før terapi (12.5 %) eller droppede ud (31.7 %).

Anden artikel var et systematisk review og en meta-analyse. Målet var at evaluere effekten af at bruge PCOMS og undersøge potentielle moderatorer af denne effekt. Vi inkluderede 18 kontrollerede studier, som sammenlignede PCOMS-interventionen med en aktiv kontrolterapi (uden PCOMS). Resultaterne viste en lille samlet effekt af at bruge PCOMS på generelle symptomer. Vi fandt ingen signifikant effekt af PCOMS i psykiatrien, hvorimod en positive effekt blev fundet i rådgivning. Men denne positive effekt er meget usikker, fordi næsten alle rådgivningsstudier brugte ORS som det eneste udbyttsmål og var udført af forskere, som selv havde udviklet PCOMS. Vi fandt således ingen PCOMS effekt i studier, som brugte uafhængige effektmål, og når studierne både målte effekt med ORS og et uafhængigt effektmål, gav ORS højere effekt.

I den tredje artikel var målet at undersøge effekten af at implementere PCOMS i Studenterrådgivningen samt undersøge, hvad der havde betydning for denne effekt. Vi brugte et ikke-randomiseret kontrolleret studiedesign, der sammenlignede effekten af PCOMS med effekten af TAU udført før implementering af PCOMS. Der blev inkluderet i alt 633 klienter i PCOMS gruppen og 740 klienter i TAU gruppen. Vi brugte et effektmål (SCL-90-R), som var uafhængigt af PCOMS interventionen. Resultaterne viste ingen effektforskel mellem PCOMS- og TAU-betingelsen, hverken på primært udbytte, antallet af dropouts eller klienter, der oplevede forværring. ORS gav højere effektstørrelse end SCL-90-R. Effekten af PCOMS blev ikke modereret af rådgivernes efterlevelse af PCOMS-protokollen.

### Konklusion og implikationer

Samlet set sandsynliggør ph.d.-afhandlingen, at studenterrådgivningen i Danmark i lighed med

studenterrådgivning i andre lande er en effektiv korttids intervention for en meget belastet klientgruppe, selv om relativt mange droppede ud eller oplevede forværring. Studenterrådgivningen blev ikke bedre til at hjælpe klienterne efter implementeringen af PCOMS. Dette er konsistent med meta-analysen, hvor studier, som havde brugt uafhængige effektmål, ikke fandt signifikant PCOMS effekt. Dermed stiller dette ph.d.-projekt spørgsmålstegn ved evidensen for at bruge PCOMS og herunder Lambert gruppens konklusion, som primært bygger på studier, der bruger ORS som effektmål. Der er brug for flere randomiserede kontrollerede studier med uafhængige effektmål for at konkludere, om PCOMS øger effekten af terapi, og under hvilke omstændigheder og for hvem, PCOMS evt. gør dette.

### Referencer

- Lambert, M. J., & Shimokawa, K. (2011). Collecting Client Feedback. *Psychotherapy, 48*(1), 72-79.
- Lambert, M. J., Whipple, J. L., & Kleinstäuber, M. (2018). Collecting and delivering progress feedback: A meta-analysis of routine outcome monitoring. *Psychotherapy, 55*(4), 520-537.
- Swift, J. K., & Greenberg, R. P. (2012). Premature discontinuation in adult psychotherapy: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 80*(4), 547-559.
- Østergård, O. K., Fenger, M., & Hougaard, E. (2017). Symptomatic distress and effectiveness of psychological treatments delivered at a nationwide student counseling service. *Counselling Psychology Quarterly*. Online first publication.
- Østergård, O. K., Randa, H., & Hougaard, E. (2018). The effect of using the Partners for Change Outcome Management System as feedback tool in psychotherapy - a systematic review and meta-analysis. *Psychotherapy Research*. Online first publication.
- Østergård, O. K., O'Toole, M. S., Svendsen, M. M., & Hougaard, E. (2019). The effect of implementing the Partners for Change Outcome Management System in a nationwide student counseling service. *Journal of Counseling Psychology*. Online first publication.