



Aina Holmén

Visepresident med ansvar for fagutviklings- og utdanningspolitikk

## Evidens og praksis

I 2007 sluttet Norsk Psykologforening seg til *Prinsipp-erklæringen om evidensbasert praksis*.<sup>1</sup> Hva betyr så dette for deg som psykolog? Har det konsekvenser for hvordan du utøver faget? Må du endre din praksis? Eller er det «business as usual»? På et prinsipielt plan kan det virke umulig å være i mot evidensbasert praksis. Men når erklæringen skal realiseres i den enkelte psykologs virke, betyr det kanskje at flere av oss må endre enkelte deler av vår praksis. Først når prinsippene er fylt med innhold og forståelse som er relevante for praksis, får den betydning. Vi må derfor starte med å lære mer om erklæringen – og hva den sier og ikke sier.

**Evidensbasert psykologisk praksis** er – i følge Prinsipp-erklæringen – en integrering av den beste tilgjengelige forskningen med klinisk ekspertise sett i sammenheng med pasientens egenskaper, kulturelle bakgrunn og ønskemål. Ser vi mer grundig på erklæringen, finner vi at den hviler på de tre pilarene i) beste forskningsevidens, ii) klinisk ekspertise og iii) pasientens egenskaper, verdier og kontekst. Det slås fast at alle tre er like viktig for å utøve faget godt og forsvarlig. Og viktigst av alt – de tre perspektivene skal integreres. Evidensbegrepet er altså langt videre enn det klassisk forskningsbaserte effektbegrepet.

<sup>1</sup> *Beste forskningsevidens*. Det er viktig å merke seg at vi her snakker om et repertoar av forskningsmetoder ut over randomiserte, kontrollerte studier, fra

kvalitativ forskning, kasstudier og N=1-design, via helsetjenesteforskning og epidemiologiske studier, til randomiserte kliniske forsøk, eksperimentelle design, og metastudier. Relevante forskningsmetoder må benyttes til ulike problemstillinger. Det er også viktig at intervensjoner som ennå ikke er undersøkt gjennom kontrollerte studier, ikke uten videre anses som uvirksomme.

**2 Klinisk ekspertise**. Dette omfatter all kunnskap og alle ferdigheter som fremmer positive terapeutiske resultater. Denne ekspertisen utvikles gjennom opplæring, teoretisk forståelse, erfaring og egenrefleksjon. Det ligger også en forventning om at psykologen oppdaterer og utvider sin ekspertise gjennom hele sin yrkesaktive karriere.

**3 Pasientens egenskaper, verdier og kontekst**. I tråd med norsk helselovgivning ellers vektlegges pasientperspektivet sterkt, og er likestilt med for eksempel kravet om forskningsevidens. Pasienten skal vurderes individuelt og behandling tilpasses hennes forutsetninger og egenskaper, og hun skal dessuten ha reell medvirkning i forhold til hvordan behandling skal igangsettes og hvordan behandlingen utformes. Brukermedvirkningsprinsippet står altså sterkt når det gjelder evidensbasert praksis. Punktet understreker også psykologens ansvar for å vurdere pasientens situasjon, enten det er vedkommendes personlighet, sosiokulturelle kontekst og egne preferanser. Grunnlaget for dette er ikke utelukkende pasientrettigheter, like viktig er vår kunnskap om at psykologisk behandling er mest virksom når den er tilpasset den enkelte pasient. Det er også verdt å merke seg at begrepet pasient favner bredt, og derfor inkluderer par, familier, grupper, organisasjoner, samfunn eller andre populasjoner som mottar psykologiske tjenester.

Prinsipp-erklæringen skal sørge for vissheten om at behandling hos psykolog baseres på vitenskapelig funderte metoder. Slik trygghet handler om tilliten til vår profesjon

