

# Principerklæring om evidensbaseret psykologisk praksis

## Indledning

Dansk Psykolog Forening har udarbejdet en principerklæring om evidensbaseret psykologisk praksis. Formålet er at forbedre den psykiske sundhed i befolkningen ved at fremme psykologisk praksis af høj kvalitet.

Principerklæringen tager udgangspunkt i den erklæring, som er blevet godkendt af American Psychological Association (APA) i august 2005, og hviler i høj grad på det omfattende baggrundsarbejde for APA's erklæring.

Principerklæringen bygger på psykologers anvendelse af empirisk underbyggede metoder i det psykologiske arbejde, men indeholder ikke nogen favorisering af bestemte metoder eller paradigmer. Den indeholder heller ikke nogen hensigt om at bremse for videreudvikling af nye metoder eller begrænse brugen af utilstrækkeligt udforskede metoder. En fortsat diskussion af vidensgrundlaget for beslutninger i psykologers arbejde er derfor vigtig.

Evidensbaseret psykologisk praksis defineres hér som en praksis, der integrerer *den bedste forskning med psykologisk ekspertise, set i sammenhæng med klientens individuelle træk, kultur og præferencer*<sup>1</sup>.

De nordiske landes psykologforeninger tilslutter sig denne overordnede definition.

I det følgende vil de tre hovedelementer i evidensbaseret psykologisk praksis, blive udfoldet.

## Bedste forskningsevidens

*Den bedste forskningsevidens* henviser til videnskabelige resultater af høj kvalitet fra laboratorieforsøg, forskning i psykologisk praksis og relevante resultater fra grundforskning i psykologi og beslægtede fag. Endvidere er der ikke alene tale om evidens hentet fra effektforskning, men også fra procesforskning.

Forskningen har imidlertid ikke svar på alle spørgsmål, som psykologen skal forholde sig til. I mange psykologiske problemstillinger vil det være vanskeligt at finde tilstrækkeligt forskningsmæssigt belæg for valg af en specifik interventionsstrategi. Ligeledes er forskningsresultater utilstrækkelige som eneste kilde til valg af intervention. Psykologen er i sit metodevalg altid nødt til at foretage en omhyggelig vurdering af problemets karakter og konteksten for det psykologiske arbejde.

---

<sup>1</sup> I teksten anvendes begreberne klient og intervention for at skabe sproglig klarhed. Klient kan både betyde barn, voksen, familie, gruppe, organisation osv. På samme måde dækker begrebet intervention over meget forskellige psykologiske arbejdsformer og metoder.

## Klientens særlige træk, kultur og præferencer

Psykologiske ydelser er mest effektive, når de er tilpasset klientens kulturelle kontekst og individuelle forhold. Den kulturelle kontekst og de individuelle forhold omfatter klientens specifikke problemer, kompetencer, personlighed, funktionsniveau, sociokulturelle miljø og personlige præferencer.

Beslutninger om metodevalg skal træffes i samarbejde med klienten. Herudover skal beslutningerne tages på baggrund af den bedste forskningsevidens relevant for den konkrete problemstilling, og med hensyn til sandsynlige ulemper, fordele samt tilgængelige ressourcer og alternativer.

En klients vanskeligheder og præferencer kan nødvendiggøre afgørelser og interventioner, der er utilstrækkeligt behandlet i den tilgængelige forskning. Fortløbende observation af klientens udvikling og den nødvendige justering af interventionen er derfor af stor betydning for evidensbaseret psykologisk praksis.

## Psykologisk ekspertise

Psykologisk ekspertise er afgørende for at kunne identificere og integrere den bedste forskning med viden om klienten for derigennem at kunne intervenere på måder, der har den største sandsynlighed for at virke.

Psykologisk ekspertise omfatter:

- Vurdering og brug af forskningsbaseret evidens fra grundforskning og forskning i psykologisk praksis med relevante data fra den aktuelle opgave.
- Kendskab til metoder for dataindsamling og -analyse samt anvendelsen af disse.
- Dokumenteret begrundelse for de psykologiske tiltag.
- Udarbejdelse af diagnostiske vurderinger, differentialdiagnostiske overvejelser, systematiske casebeskrivelser og interventionsplaner.
- Forståelse af den betydning klientens kulturelle kontekst og individuelle forhold har for interventionen.
- Beslutningstagning, gennemførelse af intervention og opfølgning på klientens udvikling.
- Interpersonel ekspertise, herunder kontinuerlig selvrefleksion og udvikling af professionelle færdigheder.

En central del af psykologisk ekspertise er psykologens bevidsthed om, at hans/hendes egne personlige egenskaber kan påvirke den psykologiske vurdering og intervention. Psykologen må til stadighed arbejde på at udvikle sin forståelse for, hvordan egne personlige egenskaber, herunder træk, kultur og præferencer, får betydning for det psykologiske arbejde.

Evidensbaseret psykologisk praksis kræver derfor, at psykologen er i stand til løbende at forholde sig til egne kompetencer, udviklingen af alliancen mellem psykolog og klient samt klientens kulturelle kontekst og individuelle forhold.

## Implementering af principerklæring om evidensbaseret psykologisk praksis

I det følgende er evidenserklæringen omsat til overordnede visioner og strategiske mål med efterfølgende forslag til konkrete initiativer.

Det er hensigten, at implementeringen af de forskellige forslag skal ske i et tæt samarbejde mellem Dansk Psykolog Forening centralt og de faglige selskaber. Når der i teksten refereres til Dansk Psykolog Forening, omfatter dette derfor også de faglige selskaber.

Evidensbaseret psykologisk praksis forudsætter integration af bedste forskningsevidens med praksis samt at der fortløbende foregår forskning af relevans for praksis. Det betyder på den ene side, at psykologen må kende styrker og begrænsninger ved evidens fra forskellige typer af forskning. På den anden side betyder det tilsvarende, at forskeren må kende til de præmisser, som praksis udspilles under.

Kløften mellem forskning og praksis er et velkendt fænomen og integrationen af forskning og praksis er en kompliceret proces. Efterhånden er der imidlertid en betydelig viden om, hvilke metoder der egner sig til integration af forskning og praksis. Der er flere modeller med forskellige egenskaber, men ingen enkelt model er i sig selv tilstrækkelig.

1. En af de strategier, der virker bedst, når forskning anvendes i praksis er, at man etablerer direkte og personlige dialoger mellem praktikere og forskere. Det er imidlertid en udfordring at etablere fora, der er interessante for begge parter.
2. En anden strategi til at sikre det fornødne kendskab til psykologiens vidensgrundlag, er forskningsformidling gennem (efter)uddannelsessystemet. Fortløbende efteruddannelse skal give psykologen et opdateret vidensgrundlag. Psykologen skal i sin praksis kunne omsætte ny viden til relevant praksis.
3. En tredje strategi er indlejring af viden i systemer. Det kan ske gennem forskellige former for forskrifter. Et eksempel er referenceprogrammer o.l., der omsætter ny viden til ofte tværfaglige anbefalinger. Disse anbefalinger kan integreres i systemer, processer, politikker, standarder og redskaber på de psykologiske arbejdspladser. Viden kan også indlejres i manualer for testprocedurer og intervention.
4. En fjerde strategi er at udvikle praksis ved at gennemføre egentlig praksisbaseret metodeforskning. Det kan ske på meget forskellige ambitionsniveauer, men specielt på universitetshospitalerne og de større psykologarbejdspladser bør der være psykologer, der kan, vil og har rammerne til at gå ind i den praksisbaserede forskning.