

## ”Att metodutvecklare i regel utvecklar metoden negligeras”

Metodprövningar, som genomförts under inflytande av den som uppfunnit metoden, tenderar att ge signifikanta, om än små effekter, skriver Rolf Sandell, professor emeritus i artikeln ”Att testa egna terapier ger bättre utfall” (*Psykologtidningen* nr 3 2011).

-Sandell negligerar den viktiga frågan om den utforskade metoden tillämpas rätt, skriver psykolog Tord Borgström i detta bemötande.

Rolf Sandell kommer i sin artikel fram till att det som han kallar denna ”uppfinnareffekt” är ”en av de starkaste och mest allvarliga felkällorna i all slags forskning”... Vidare: ”särskilt allvarligt är det om... riktlinjer huvudsakligen bygger på *partsinlagor* (min kurs) från personer som prövat sina egna metoder.” Sandell bygger sitt påstående på en gjord metaanalys. Han tar bara upp aspekten ”partsinlaga”. Då förbiser han att metodutvecklare (liksom den som i grunden lär sig metoden) i regel utvecklar metoden under lång tid med ständig feedback. På det sättet integreras metoden gradvis.

Sandell negligerar med andra ord den viktiga frågan om den utforskade terapimetoden tillämpas korrekt. Utifrån egna erfarenheter av en metod, tidsbegränsad terapi (TLP – Time-limited Psychotherapy), som Sandell har forskningserfarenhet från, vill jag bemöta hans slutsats.

DET ÄR FRAMFÖR ALLT före detta Psykoterapiinstitutet i Stockholm som har introducerat och forskat på TLP-metoden. Där har Rolf Sandell medverkat i TLP-forskning men även i andra sammanhang. Som en röd tråd i denna forskning går att TLP inte har integrerats, det vill säga, att man inte har brytt sig om att i grunden lära sig metoden. Detta påstår jag utifrån dels att jag genomfört tillämpningsavsnittet i en planerad doktorsavhandling om TLP, dels att jag var god vän med framlidne psykoanalytikern i Boston James Mann, vi hälsade bland annat på i varandras hem. Han anförtrorde mig att översätta hans andra bok (*Tidsbegränsad psykoterapi*). Jag lärde mig gradvis under lång tid, i kontakt med James Mann, hans på ytan enkla metod.

Till saken: Av pedagogiska skäl utgår jag här från en psykoterapeutexamensuppsats vid Karolinska institutets sektion för psykoterapi: *Hur överlever Mann?* som publicerades 2002 av Karin Degerfeldt och Elisabeth Jonsson.

För att ta ett exempel: Författarna formulerar helt riktigt fem kriterier som kännetecknar TLP: Tidens och ramens betydelse, formulering och fasthållande vid fokus, separationsarbete, fasutveckling samt patienturval. De redovisar följande tabell som visar hur väl kriterierna uppfyllts:

Antal uppfyllda kriterier	Antal terapistuderande
5	0
4	1
3	10
2	9
1	1
0	1

Tabellen talar ett tydligt språk. Den i TLP insatta vet att samtliga ovan nämnda avseenden är viktiga och oundgängliga. Ingen enda har dock uppfyllt detta grundkriterium för godkännande. (Det framgår för övrigt inte om de terapistuderande blir godkända på avsnittet Manns metod).

Däremot framgår det vid ytterligare läsning av rapporten att *en* lärare av elva känner till alla kriterier. Majoriteten lärare använder inte = behärskar inte den metod - TLP – som de undervisat i.

I ingen av de undersökningar som Sandell medverkat i har man tillämpat TLP i enlighet med de riktlinjer som James Mann dragit upp. Samtliga utvärderingar lider av exakt de problem som beskrivits ovan, det vill säga bristfällig integrering av metoden.

UTIFRÅN BREDA KONTAKTER med psykoanalytiskt verksamma har jag dragit en helt annan slutsats än Rolf Sandell. Det har visat sig att psykoanalytiskt utbildade terapeuter är blinda för TLP. De får i stället lära sig att det krävs lång tid för "genomarbetning" med mera. De får lära sig att inte tro på en tidsbegränsad metod.

Vid närmare eftertanke är det dock självklart att terapeuter får bättre resultat då de tillämpar en metod som de tror på och som de själva har utvecklat, eller utvecklats i under lång tid. Vid ytterligare eftertanke är det också självklart att det krävs lång, systematisk utbildning i en metod som på mycket begränsad tid ger likvärdiga resultat med resultat erhållna vid långa terapier. Det är ett problem att forskare inte kan, vill eller törs grundligt sätta sig in i den metod de utforskar. Just detta illustrerar Sandells inlägg.

Vad TLP beträffar skulle jag för seriös utvärdering vilja sätta gränsen för metodprovning efter tre år och 10 till 20 behandlade fall. De tre åren skulle omfatta generös tid för diskussioner och handledning. (Tre års utbildning krävs för godkännande i en annan korttidsterapimodell, nämligen Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy). Då skulle man med saklig pondus kunna redovisa för metoden rättvisande resultat. Förmodligen skulle de vara i paritet med de som James Mann själv redovisat (och som jag redovisat vid internationella konferenser).

DETTA SKULLE KRÄVA en fördomsfri forskare väl insatt i TLP. Eftersom de presumtiva patienterna är många och grunden/metoden redan finns väl utformad är det en angelägen uppgift. Förmodligen skulle en välkommen bieffekt bli att större uppmärksamhet skulle komma att ägnas åt den i all effektforskning avgörande frågan om forskningsupplägget genomsyras av integrerat kunnande om terapimetoden. Det är ohållbart att forska på korta metoder bara därför att de är korta och därför "lätta" att forska på. Det blir då naturligt att tala om partsinlagor eftersom man själv inte får till något bra.

Det är nödvändigt med gedigen kunskap om den terapimetod man forskar på. Det är lika nödvändigt att noggrant granska samtliga metodtillämpningar vid metaanalyser. Slutsatserna blir aldrig starkare än den svagaste länken. Sandell skulle först ha granskat den egna forskningen – då skulle hans slutsats blivit en annan.

**TORD BORGSTRÖM**

Psykolog

Publicerad 2011-09-14