

Forskningsnytt
desember 2017

Hanne-Sofie Johnsen Dahl
Redaksjonen, Oslo



Forskningsnytt – desember 2017

Nå mot slutten av 2017 vil vi gjerne dele noe av det som er publisert på psykoterapiforskningsfronten knyttet til barne- og ungdomsterapi i løpet av året. Spesielt relevant for mange av Mellanrummets lesere er tre svenske doktoravhandlinger, der alle fokuserer på psykodynamiske terapi i et vidt spekter, fra mor-spebarn dyader, til barn og unge voksne.

Først, *Majlis Winberg Salomonssons* avhandling er en spennende langt-tids oppfølging av 80 mødre-spebarn dyader i en randomisert kontrollert studie, der mor-barn psykoanalyse (MIP) ble sammenlignet med den behandling som vanligvis tilbys mødre som strever. Studien inkluderer en mengde ulike spørreskjema og semistrukturerte intervjuer av både mødre og barn når barna var 3,5-4,5 år. Barna ble vurdert både av mor, barnehagelærer, eksterne forskere og Salomonsson selv. Hovedkonklusjonene i avhandlingen er at MIP-mødrene hadde lavere depresjonspoeng i barnets første år og at deres sensitivitet i forhold til barnet økte raskere. Dette kan forklare hvorfor barna viste bedre utfall på generell fungering og psykologisk velvære når de var 4,5 år. Både mødrene og analytikerne rapporterte positive erfaringer med MIP, og at alliansen er essensiell. I enkelte tilfeller bør metoden

tilpasses mødrenes behov i større grad, og en fremtidig mulighet vil være å inkludere fedrene i større grad.

Fredrik Odhammars doktoravhandling fokuserer på samspillet mellom barn, forelder og terapeut i psykodynamisk barneterapi. Odhammar undersøkte ulike forhold ved 33 psykoterapier i avhandlingen sin: Forventninger og målformuleringer hos foreldre og terapeuter før terapien begynte, hva i samspillet er det som bidrar til at psykoterapien utvikler seg, forskjeller på kvalitative og kvantitative mål på endring, ulike måter å undersøke psykoterapiprosess på, samt hva terapeuten faktisk gjør i rommet sammenlignet med hva som anbefales av teknikk utfra teoretiske antagelser. Ett av hans funn viser at barnas funksjonsnivå økte etter psykodynamisk barneterapi med parallell foreldreveiledning(kontakt); barnas

frustrasjonstoleranse, impuls kontroll og selvtilit økte, og de forbedret evnen til å håndtere utfordrende situasjoner. Avhandlingen viser også at både terapeutene og foreldrene var motiverte og hadde hovedsakelig positive forventninger til barneterapi med parallell foreldreveiledning. Hvis mål for psykoterapien var tydelig og formulert slik at den overensstemte med familiens referanseramme og livserfaringer, syntes det å øke sannsynligheten for positive forventninger, og for at behandlingen faktisk ble tilpasset den spesifikke familien. Avhandlingen viser også at ulike metoder for å forstå psykoterapiprosess kompletterer bildet og angir forskjeller mellom terapeutens subjektive erfaringer og en objektiv tilskuer.

Camilla von Below har undersøkt unge voksnes erfaringer av psykoanalytisk terapi. Gjennom intervjuer både rett etter og 18 måneder senere har hun forsøkt å få et tydeligere bilde av hva som fører til at unge voksne er misfornøyde med psykoanalytisk terapi. Det som da kommer frem er en opplevelse av å bli overlatt til seg selv med sine problemer, både fordi terapien ikke ble knyttet til deres daglige liv, med også på grunn av for lite fleksibilitet, aktivitet og forståelse fra terapeuten. Andre faktorer som kom opp var at relasjonene til terapeuten ikke ble reell, selv om terapeuten i blant ble erfart som hjelpsom, og at fokus ble for mye på tidligere hendelser og opplevelser. von Below trekker frem at terapeuten meta-kommunikasjon om progresjon eller mangel på progresjon er viktig, for selv erfarne terapeuter kan være uvitende om at pasienten er misfornøyd eller har blitt verre. Sett fra mitt perspektiv så vil overføringsarbeid være en del av meta-kommunikasjonen om prosess og progresjon, men det er jeg nysgjerrig på hva von Below vil mene om. Kanskje jeg får utdypet dette i avhandlingen som jeg dessverre bare har lest oppsummeringen av. I alle tre avhandlinger virker relasjonen mellom terapeut og pasient å være et tema som går igjen, hvor viktig den er for å få til et godt samarbeid og god terapi. Gratulerer til de tre doktorene og tusen takk for arbeidet med å sette psykodynamisk terapi på forskningsagendaen!

Fra England har resultatene endelig kommet fra den største studien som er gjennomført på psykoterapi for ungdommer, nemlig IMPACT studien (*Improving Mood with Psychoanalytic and Cognitive behavioural Therapy*; Goodyer et al, 2017). Dette er en sammenlignende psykoterapistudie på effekten

av kognitiv atferdsterapi (KAT= 20 timer), korttids psykoanalytisk terapi (PA = 28 timer) og en kortere psykososial intervensjon (PSI = 12 timer + opp til 4 familie timer) for deprimerede ungdommer mellom 11–17 år. Hovedresultatet fra 465 behandlingsforløp er at effekten er den samme uavhengig av terapitype 12 måneder etter behandling. Det innebærer at man på generelt nivå ikke kan si at den ene typen terapi er bedre enn den andre for gjennomsnittspasienten. Artikkelen angir også kostnadsanalyser ved de tre typene terapi, og finner ingen signifikante forskjeller. Resultatene fra denne studien antar jeg er svært viktig inn i den svenske debatten, både med tanke på det ensidige fokus som er og har vært i Sverige knyttet til en antagelse fra Socialstyrelsen om at KAT er den eneste behandling som bør tilbys ved depresjon. Gjennomsnittspasienten eksisterer dessverre ikke, så det er å håpe at IMPACT studien vil bli benyttet til å undersøke moderatorer, det vil si hvilken terapi som virker best for hvem. Som så ofte i ungdomsbehandling var det mange som droppet ut. I IMPACT studien ble drop-out definert som ”ikke etter avtale med terapeuten”, og utgjorde faktisk 37 %. I KAT gruppen gikk flest ungdommer i cirka 9 timer (median), i PA cirka 11 timer og i PSI cirka 6 timer. En studie har grepet fatt i dette, og undersøkt om det er mulig å predikere hvem som vil avslutte prematurt ut fra en rekke ungdoms-, familie- og behandlings- faktorer basert på 406 deltakere fra IMPACT studien (O’Keeffe, Martin, Goodyer, Wilkinson, IMPACT consortium, & Midgley, 2017). De fant få prediktorer knyttet til ungdommen eller familiære variabler som støtte fra foreldre eller sosioøkonomisk støtte, kun at de som droppet ut ofte var eldre, viste antisosial atferd og hadde lavere skårer på verbal intelligens. I tillegg til å være oppmerksom på disse faktorene, er det kanskje mest relevante for oss som terapeuter at lavere allianse tidlig i terapien predikerte hvem som droppet ut, noe som viser til at det er viktig å arbeide mot en sterk allianse tidlig i terapien. O’Keeffe og kolleger holder frem det positive i at de fant så få prediktorer for hvem som dropper ut, det innebærer nemlig at det er ikke bare de psykisk dårligste ungdommene, eller de som kommer fra mest miserable forhold, som dropper ut. Det handler sannsynligvis mer om terapiprosessen, og det er jo noe vi som terapeuter kan påvirke.

Jeg vil også nevne en meta-analyse og en litte-

raturgjennomgang som har kommet i år. Weisz og kolleger (2017) har inkludert hundrevis av studier på effekt av barne- og ungdomsterapi gjennom 50 år. Studien konkluderer med at psykoterapi for barn og ungdom i gjennomsnitt har moderat effekt ($ES = 0.46$)*, en indikasjon på at psykoterapi må gjøres bedre for barn og unge, og særlig for de som viser til depressive tilstander, der effekten var lav ($ES = 0.29$)*. Hovedvekten av psykoterapiforskning på barn og unge er innen kognitiv atferdsterapi (Weisz et al., 2017). Et trist, men ikke overraskende, faktum Midgley og kolleger (2017) rapporterer, er at av all forskning på psykoterapi i UK så går 1.96 % til psykodynamisk terapi, mot 27.55 % til kognitiv atferdsterapi. Allikevel, det er håp. Midgley og kolleger (2017) har på nytt gått gjennom evidensbasen for psykodynamisk terapi for barn og unge etter siste oppsummering av 35 studier i 2011. Siden da har de identifisert 23 nye studier. De fleste studiene er gjort på barn og unge med blandede diagnoser, men de referer også forskning på spesifikk behandling for depresjon, selvskadning, angst, atferdsforstyrrelser, personlighetsforstyrrelser, barn i fosterhjem og én studie på fysisk helse; idiopatisk hodepine (uten kjent årsak). I sistnevnte viste en kortvarig psykodynamisk terapi seg mer effektiv enn regulær behandling for hodepine. Dette var kun en pilot studie med 33 deltakere, men jeg synes det viser en kreativ bruk av psykodynamisk behandling og at forskning kan begynne i det små.

*Effektstørrelsen (ES) = 0,3–0,5 regnes som svak effekt (placebo ligger ofte i dette skitet), $ES = 0,5$ –0,75 moderat effekt, mens ES over 0,75 regnes som høy.

Referanser

- Goodyer, I.M., Reynolds, S., Barrett, B., Byford, S., Dubicka, B., Hill, J., ... & Senior, R. (2017). Cognitive behavioural therapy and short-term psychoanalytical psychotherapy versus a brief psychosocial intervention in adolescents with unipolar major depressive disorder (IMPACT): a multicentre, pragmatic, observer-blind, randomised controlled superiority trial. *The Lancet Psychiatry*, 4(2), 109-119.
- Midgley, N., & Kennedy, E. (2011). Psychodynam-

- ic psychotherapy for children and adolescents: a critical review of the evidence base. *Journal of Child Psychotherapy*, 37(3), 232-260.
- Midgley, N., O'Keeffe, S., French, L., & Kennedy, E. (2017). Psychodynamic psychotherapy for children and adolescents: an updated narrative review of the evidence base. *Journal of Child Psychotherapy*, 43(3), 307-329.
- Odhammar, F. (2017). *Möten i psykodynamisk barnpsykoterapi: Förväntningar, samspel och förändring*. Doctoral Theses. Stockholm University.
- O'Keeffe, S., Martin, P., Goodyer, I. M., Wilkinson, P., Consortium, I., & Midgley, N. (2017). Predicting dropout in adolescents receiving therapy for depression. *Psychotherapy Research*, 1-14.
- Ullberg, R., Hersoug, A. G., & Høglend, P. (2012). Treatment of adolescents with depression: the effect of transference interventions in a randomized controlled study of dynamic psychotherapy. *Trials*, 13(1), 159.
- von Below, C. (2017). *When psychotherapy does not help: ...and when it does: Lessons from young adults' experiences of psychoanalytic psychotherapy*. Doctoral Theses. Stockholm University.
- Weisz, J.R., Kuppens, S., Ng, M.Y., Eckshtain, D., Ugneto, A.M., Vaughn-Coaxum, R., ... & Weersing, V.R. (2017). *What five decades of research tells us about the effects of youth psychological therapy: A multilevel meta-analysis and implications for science and practice*.
- Winberg Salomonsson, M. (2017) *Long-term effects of mother-infant psychoanalysis*. Doctoral Theses. Karolinska Institutet.