

# Visst finnes en enhetlig integrativ terapi



Jan Sjøberg  
jan.sjoberg@online.no

Siliva Grøndahl

Heini Ringel

Berit Aanesen

I Psykologtidsskriftets temanummer i desember 2023 skriver Hanne Oddli og Peder Kjøs at det ikke gir mening å omtale integrasjon som en enhetlig retning. Det er en fremstilling som behøver en nyansering.



Jan Sjøberg. Foto: Privat

I desemberutgaven skriver Oddli og Kjøs (2023) en interessant artikkel om integrativ terapi der de utdyper hvordan det finnes ulike måter å integrere på.

Vi er glade for at Oddli og Kjøs (2023) bringer opp temaet integrative terapier, siden det gir mulighet for diskusjon om hvordan integrering kan skje på en fruktbar måte, og dermed bidra til utvikling av fagfeltet.

Oddli og Kjøs viser blant annet til eklektiske tilnærminger, integrasjon av metoder og teknikker, vektlegging av fellesfaktorer, teoretisk begrunnede tilnærminger og sitt eget ståsted, som de benevner «interpersonlig, prosessuell integrasjon – med et metaperspektiv på teori» (Oddli & Kjøs, 2023). De utdyper videre at de som jobber integrativt, lar seg inspirere av flere enn én terapeutisk retning, og at «bruken av ulike teoretiske kilder vil arte seg forskjellig avhengig av den aktuelle terapeuten, klienten, samspillet og så videre.» Mot denne bakgrunn resonnerer de at det ikke gir mening å omtale integrasjon som en enhetlig retning.

## En enhetlig retning

Imidlertid finnes det en enhetlig integrativ terapiretning. Integrativ terapi ble grunnlagt av Hilarion Petzold og hans medarbeidere på 1960-tallet. Dette er en av de eldste terapiretningene som sikter mot å integrere ulike psykoterapiretninger på en systematisk, teoribasert og prosessorientert måte

med inkludering av et spekter av metoder. For en kort og overordnet redegjørelse, se artikkel i Psykologtidsskriftet (Sjøberg et al., 2023).



## En definert metateori

Integrativ terapi har et definert metateoretisk grunnlag, blant annet fra etikk, erkjennelsesteori, antropologi og ontologi (Petzold, 2003, 2004). Et sammenhengende filosofisk og metateoretisk grunnlag er førende for terapeutiske vurderinger og intervensjoner (Sjøberg et al., 2023; Petzold, 2008). Ut fra et helhetlig menneskesyn basert på en biopsykososial-økologisk modell utdypes dette med en kroppsoverorientert fenomenologisk forståelse fra Merleau-Ponty (1994) og kreativitetsforståelse fra Petzold (1992) og Orth og Petzold (2018). Menneskesynet får konsekvenser for terapeutiske intervensjoner med mye bruk av kroppsterapeutiske tilnærminger, bruk av kreative medier i form av f.eks. tegning, musikk og bevegelse, og med naturterapeutiske innfallsvinkler (Petzold et al., 2019). I integrativ terapi anvendes forskningsbasert kunnskap fra ulike felt og fagområder. Teorier om hvordan mennesket, samfunn og naturen fungerer, får betydning for hvilke teorier som brukes om helse og sykdom, om utviklingspsykologi, teorier om personlighet – som igjen får betydning for terapipraksis. På denne måten sikres at metodiske intervensjoner er konsistente og ikke motsier hverandre, noe som ikke alltid er tilfelle med en eklektisk tilnærming. Det blir dermed mulig å avklare om en metode er «innafor» og ikke i strid med menneskesynet som denne integrative terapiretningen bygger på. I tillegg vil trygghet på metateoriene gi trygghet i relasjonen som terapeut, med en personlig integritet.

## Integrasjon og metateoretisk base

*Oddli og Kjøs viser altså ikke i samme grad til et omfattende og sammenhengende teoretisk og filosofisk bakteppe for kliniske valg*

Integrativ terapi kjennetegnes av en fremgangsmåte med mange tilnærminger og med en verktøykasse av anerkjente teknikker og metoder, men altså alltid på grunnlag av den nevnte metateoretiske basisen. Det er klienten i sin kontekst og livssituasjon, og relasjonen til klienten, som er utgangspunkt for valg av tilnærming og intervensjon. Her er vi på linje med Oddli og Kjøs sin utdyping og vektlegging av mikrokommunikasjonen mellom terapeut og klient som sentralt for kliniske avgjørelser. Samtidig er også det nevnte filosofiske bakteppet førende for valg og utforming av intervensjoner i Petzolds integrative terapi. Kliniske avgjørelser og hvilke metoder og intervensjoner som fleksibelt kan benyttes for integrering, og fra ulike psykoterapiretninger, tas altså både på bakgrunn av den klientnære kommunikasjonen og på bakgrunn av et definert metateoretisk rammeverk. Oddli og Kjøs (2023) legger også vekt på teori og teoretisk grunnlag for intervensjoner. De skriver: «Teoriene tilskrives betydning, men hvilke som blir aktuelle, avgjøres i den fortløpende terapiprosessen.» Oddli og Kjøs viser altså ikke i samme grad til et omfattende og sammenhengende teoretisk og filosofisk bakteppe for kliniske valg i sin interpersonlige og prosessuelle integrasjonstilnærming. I deres presentasjon av ulike integrasjonstilnærminger finner de noen felles filosofiske grunnlag når det gjelder menneskesyn (som også er i tråd med menneskesyn og metateori hos Petzold), selv om det er noe variasjon i vektleggingen av ulike relasjonelle aspekter. Men de argumenterer ikke for at dette gir et felles grunnlag for å omtale integrasjon som en enhetlig retning. Vårt poeng er at Petzolds integrative terapi innebærer å integrere innenfor en enhetlig terapeutisk retning, slik at konsistens og helhet blir ivarettatt på en velfundert måte.

## Utbredelse



Integrativ terapi har utviklet seg til å bli en utbredt terapiretning med utdanninger i mange europeiske land. I dag gis denne psykoterapiutdanningen som mastergrad på Donau-Universitetet i Krems, Østerrike, som spesialiseringsforløp for psykologer i Sveits, og som egen psykoterapiutdanning på Europäische Akademie für Bio-psycho-soziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung (EAG) i Tyskland. I Norge har det blitt utdannet mer enn 100 terapeuter siden starten i 1983. I noen år var deler av utdanningen i regi av Universitetet i Sørøst-Norge (60 studiepoeng) med etterfølgende forløp til å bli psykoterapeut via Norsk forening for Integrativ terapi (NFIT) (Binder & Thuen, 2021). Studentene lærer en måte å integrere på i tråd med beskrivelsene ovenfor. Det kreves fullført bachelorgrad for å starte på utdanningen – i tråd med krav som stilles av Norsk forbund for Psykoterapi (NFP) og European Association for Psychotherapy (EAP).

*Merknad. Alle forfatterne er tilknyttet Norsk forening for Integrativ terapi (NFIT). De har ikke økonomiske interesser i driften. Jan Sjøberg, Silvia Grøndahl og Heini Ringel er lærerterapeuter i integrativ terapi.*

## Referanser

- Binder, P.E. & Thuen, F. (2021). Å utdanne seg til psykoterapeut. Kapittel 2. I P.E. Binder, L. Lorås & F. Thuen (red.), *Håndbok i individualterapi*. Fagbokforlaget.
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Kroppens fenomenologi*. Pax.
- Oddli, H.W. & Kjøs, P. (2023). Integrativ terapi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 60(12), 860–871. <https://doi.org/10.52734/IDVP596>
- Orth, I. & Petzold, H.G. (2018). Über die Heilkraft von «Poesietherapie» und «kreativen Medien». I H.G. Petzold, B. Leeser & E. Klempnauer (Red.), *Wenn Sprache heilt*. Aisthesis Verlag.
- Petzold, H.G. (1992). Die heilende Kraft des Schöpferischen. FPI-publikationen, textarchiv. <https://www.fpi-publikation.de/textarchiv-petzold/petzold-h-g-1992m-die-heilende-kraft-des-schoepferischen/>
- Petzold, H.G. (2003). *Integrative Therapie*, vol. I-III. Junfermann Verlag.
- Petzold, H.G. (2004). *Vitenskapstreet*. Norsk forening for Integrativ terapi.
- Petzold, H.G. (2008). *Integrativ supervisjon og organisasjonsutvikling – filosofiske og sosialvitenskapelige perspektiver. En håndbok for refleksiv praksis (H. Bastigkeit, Overs.)*. Conflux Forlag.
- Petzold, H.G., Ellerbrock, B. & Hömberg, R. (Red.) (2019). *Die neuen Naturtherapien*. Aisthesis Verlag.
- Sjøberg, J., Mathias-Wiedemann, U. & Petzold, H.G. (2023, 27. juli). Tripleksrefleksjon fra integrativ terapi og supervisjon: en modell for kompetanseutvikling og praksis. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 60(07). <https://psykologtidsskriftet.no/fra-praksis/2023/07/tripleksrefleksjon-fra-integrativ-terapi-og-supervisjon-en-modell>