

En praksismodell for å styrke psykologstudenters relasjonelle ferdigheter



Steffen André Fagerbakk

Institutt for psykologi, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

steffen.fagerbakk@ntnu.no

Tidlig praksis i terapirommet kan gi studentene bedre relasjonelle ferdigheter.

Forfatteren har fylt ut interessekonfliktskjema og oppgir ingen interessekonflikter.

Omtalt artikkel

Fagerbakk, S. A., Brattland, H., Laugen, N. J., Holgersen, K. H., Vogel, P. A. & Ryum, T. (2026). Developing facilitative interpersonal skills: A randomized controlled study of an apprenticeship training for first-year clinical psychology students. *Psychotherapy Research*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/10503307.2026.2615393>

Profesjonsstudiet i psykologi er i stor grad basert på lesing, skriving og forelesninger. Slik læring er viktig for å bygge et solid teoretisk fundament, men har begrenset betydning for utvikling av kliniske ferdigheter (Frank et al., 2020). Observasjon og modellering, som bidrar til ferdighetsutvikling (Bandura, 2004), har en mer begrenset plass i psykologutdanningen sammenlignet med andre profesjonsutdanninger. Nyutdannede psykologer kan dermed ha lite erfaring med hvordan terapi faktisk utspiller seg i praksis, og utfordrende relasjonelle situasjoner i terapirommet, annet enn eksemplene fra lærebøker. I vår nye artikkel (Fagerbakk et al., 2026a) har vi undersøkt effekten av mester–svenn-praksis på relasjonelle ferdigheter hos profesjonsstudenter i psykologi. Studien er en del av et større prosjekt som undersøker ulike utfall av mester–svenn-praksis i psykologutdanningen (Brattland et al., 2022).

Metode

En «mester–svenn-modell» (*apprenticeship*), som vi de siste årene har testet ut ved Institutt for psykologi ved NTNU, innebærer at en svenn (studenten) jobber sammen med en mester (terapeut) under tett veiledning. Vi organiserte en praksis hvor førsteårsstudenter fikk delta ukentlig i en terapisaftale sammen med en terapeut (psykolog, psykiater, sosionom, osv.), over en periode på ti uker. Studentene observerte terapien i terapirommet, men ble også oppfordret til å bidra med enkle intervensjoner når det var hensiktsmessig. Slik skiller praksisen seg fra annen type observasjonspraksis det første året, hvor studentene kun blir bedt om å observere. I tillegg roterte studentene mellom ulike terapeuter og klinikker, som bidro til bredde i erfaring og høy økologisk validitet. Ved å legge praksisen første eller andre semester i profesjonsstudiet utnyttet vi studentenes høye motivasjon for praksis, samt at praksisen var gjennomførbar uten krav om forkunnskaper.

I en randomisert studie (Fagerbakk et al., 2026a) som inngår i mitt doktorgradsprosjekt, testet vi om studentene utviklet bedre relasjonelle ferdigheter gjennom observasjon og modellering. For å måle effekten av praksisen benyttet vi rammeverket «fasiliterende interpersonlige ferdigheter», et sett med åtte ferdigheter som terapeuten bruker for å motivere en pasient til å sette i gang positiv endring, slik som empati, overbevisningsevne og emosjonsuttrykk (Anderson et al., 2009). Kjernen i ferdighetene, som antas virkningsfulle på tvers av psykoterapeutiske retninger, er terapeutens evne til å etablere en sterk allianse, reparere alliansebrudd og overbevise pasienten om å bruke foreslåtte løsninger på et problem og gi slipp på mer uhensiktsmessige mestringsstrategier. Terapeuter med høyere nivå av slike ferdigheter er funnet å ha gjennomgående bedre behandlingsresultater (Anderson et al., 2009).



Ferdighetene ble målt i en observatørvurdert ferdighetstest (Ryum et al., 2021), hvor deltakere presenteres for videosnutter av skuespillere som spiller pasienter i utfordrende terapisisituasjoner, for eksempel der pasienten er sint og konfronterende eller passiv og stille. Deltakeren blir bedt om å respondere med en hjelpsom intervensjon. Responsene blir filmet og senere vurdert etter en standardisert manual, der responsene skåres ut fra i hvilken grad deltakeren demonstrerer interpersonlige ferdigheter. Vi målte endringen i studentenes relasjonelle ferdigheter fra før til etter praksisperioden med denne testen, og sammenlignet med en kontrollgruppe som kun fulgte ordinær undervisning, som de to første semestrene hovedsakelig består av teoretiske basalemer.

Hovedfunn

Studentene som gjennomførte en ti ukers mester–svenn-praksis, viste en moderat og statistisk signifikant forbedring i ferdigheter, mens studentene i kontrollgruppen viste en liten, men ikke-signifikant forbedring av ferdigheter i samme periode. Forskjellen i ferdighetsutvikling mellom gruppene var ikke statistisk signifikant, men praksisgruppen viste en noe større forbedring enn kontrollgruppen.

Styrker, begrensninger og implikasjoner

Vi fant en moderat forbedring av ferdigheter hos dem som gjennomførte praksisen, som kan være klinisk meningsfullt ettersom intervensjonen var relativt kort. Fraværet av en signifikant forskjell i forbedring av ferdigheter mellom gruppene gjør at effekten av praksisen likevel må tolkes med forsiktighet. Studien hadde imidlertid relativt begrenset statistisk styrke til å oppdage mellomgruppeskjeller i endring. Vi er derfor forsiktig optimistiske til mester–svenn-praksis, selv om flere studier med større utvalg er nødvendige for å undersøke fordelene med praksisformen.

Vi har naturligvis ikke funnet opp mester–svenn-praksis, og observasjonspraksis brukes allerede i noen grad i psykologutdanningen. Mester–svenn-modellen skiller seg likevel ut ved at praksisen ble innført allerede første år av utdanningen, og at studentene kunne delta aktivt fremfor å bare observere, selv uten tidligere erfaring. Studentene roterte også mellom ulike terapeuter og klinikker fremfor å følge en fast veileder, noe som ga dem erfaring med et bredt spekter av kliniske tilnærminger og terapeutiske stiler. Mester–svenn-praksis kan gi studentene verdifull innsikt i hvordan terapeuter håndterer vanskelige relasjonelle situasjoner. Samtidig får studentene profesjonelle rollemodeller, og blir dermed bedre forberedt på selvstendig klinisk arbeid senere.

Andre studier fra prosjektet viser at praksisen opplevdes som nyttig av både studentene (Laugen et al., 2024) og terapeutene (Holgersen et al., 2025), og at studentene fikk høyere terapeutisk mestringstro (*therapist self-efficacy*) etter praksisen (Fagerbakk et al., 2026b). Tydeligere søkelys på

praksis og relasjonelle ferdigheter i utdanningen kan bidra til å gjøre kommende psykologer tryggere, mer fleksible og bedre rustet for klinisk praksis.



Design

- Kontrollert studie av en mester-svenn-praksis på profesjonsstudiet i psykologi.
- 108 førsteårsstudenter ble tilfeldig plassert i praksisgruppe eller kontrollgruppe.
- Praksisgruppen deltok i en ukentlig terapisamtale mellom en profesjonell terapeut og en pasient over en periode på ti uker.
- Relasjonelle ferdigheter ble målt i begge gruppene før og etter praksisperioden med en standardisert observatørvurdert ferdighetstest.
- Ferdighetene til praksisgruppen ble sammenlignet med ferdighetene til kontrollgruppen som kun fulgte ordinær undervisning.

Hovedfunn

- Praksisgruppen viste en moderat forbedring i relasjonelle ferdigheter som var statistisk signifikant ($d = 0.43$, 95 % CI [0.19, 0.67], $p = .001$).
- Kontrollgruppen viste en liten forbedring som ikke var signifikant ($d = 0.16$, 95 % CI [-0.06, 0.39], $p = .16$).
- Forskjellen i forbedring av ferdigheter mellom gruppene var ikke statistisk signifikant, men praksisgruppen viste en noe større forbedring ($d = 0.24$, 95 % CI [-0.09, 0.58], $p = .15$).
- Resultatene tyder på en mulig positiv effekt av mester-svenn-praksis.
- Flere studier med større utvalg trengs for å undersøke hvor robuste og varige effektene er.

Referanser

- Anderson, T., Ogles, B. M., Patterson, C. L., Lambert, M. J. & Vermeersch, D. A. (2009). Therapist effects: Facilitative interpersonal skills as a predictor of therapist success. *Journal of Clinical Psychology*, 65(7), 755–768. <https://doi.org/10.1002/jclp.20583>
- Bandura, A. (2004). Swimming against the mainstream: The early years from chilly tributary to transformative mainstream. *Behaviour Research and Therapy*, 42(6), 613–630. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.02.001>
- Brattland, H., Holgersen, K. H., Vogel, P. A., Anderson, T. & Ryum, T. (2022). An apprenticeship model in the training of psychotherapy students. Study protocol for a randomized controlled trial and qualitative investigation. *PLoS ONE*, 17(8), e0272164. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0272164>

- Fagerbakk, S. A., Brattland, H., Laugen, N. J., Holgersen, K. H., Vogel, P. A. & Ryum, T. (2026a). Developing facilitative interpersonal skills: A randomized controlled study of an apprenticeship training for first-year clinical psychology students. *Psychotherapy Research*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/10503307.2026.2615393>
- Fagerbakk, S. A., Brattland, H., Laugen, N. J., Holgersen, K. H., McAleavey, A. A. & Ryum, T. (2026b). *Developing Therapist Self-Efficacy in Clinical Psychology Students: A Randomized Controlled Study of an Apprenticeship Training* [Innsendt til tidsskrift].
- Frank, H. E., Becker-Haimes, E. M. & Kendall, P. C. (2020). Therapist training in evidence-based interventions for mental health: A systematic review of training approaches and outcomes. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 27(3), e12330. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12330>
- Holgersen, K. H., Laugen, N. J., Grøtte, T., Brattland, H., Vogel, P. A., Selnes, M. & Ryum, T. (2025). “It’s incredibly fun”: Psychotherapists’ perspectives on participating in a pilot study of an apprenticeship model for training psychology students. *The Clinical Supervisor*, 1–30. <https://doi.org/10.1080/07325223.2024.2448992>
- Laugen, N. J., Grøtte, T., Ryum, T., Vogel, P. A., Brattland, H. & Holgersen, K. H. (2024). Something has sort of opened up for me: psychology students’ reflections after participating in an apprenticeship training model. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 27(2). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2024.794>
- Ryum, T., Nordnes, A. M., Brattland, H., Holgersen, K. H., Anderson, T. & Vogel, P. A. (2021). En norsk pilotstudie av ferdighetstesten fasiliterende interpersonlige ferdigheter. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 58(4), 256–265. www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2021as03ae-En-norsk-pilotstudie-av-ferdighetstesten-fasiliterende-interpersonlige-ferdigheter

