Forskningen på psykedelika vokser opp

Matt Oxman
Journalist
matt@psykologtidsskriftet.no

Otto Simonsson og andre forskere har vært overentusiastiske om effektene på psykisk helse, sier han. I dag er de kanskje mer nøkterne, men forskningen er fortsatt mangelfull.

MOT VEGGEN: Otto Simonsson gjestet nylig Oslo, hvor han holdt foredrag på utdelingen av Bjørn Christiansens minnepris.

Foto: Christian von Schack

På årets utdeling av Bjørn Christiansens minnepris var Otto Simonsson spesielt invitert for å holde minneprisforedraget. Presentasjonen handlet om bruken av psykedelika utenfor vitenskapelige og kliniske rammer. Simonsson beskriver bruken som et enormt og ukontrollert eksperiment.

Prisvinnerne Bjørn Holmøy og Kristoffer Andreas Aamodt Andersen hadde ønsket seg foredraget fra den svenske forskeren, som også har skrevet en ny kommentar i Psykologtidsskriftet (2026).

Holmøy og Andersen vant minneprisen for en artikkel om psykologisk behandling av vedvarende vansker etter bruk av psykedelika (Walø-Syversen, 2026).

Psykologtidsskriftet intervjuet Simonsson for å lære mer om forskeren, dagens forskning på feltet og feltets fremtid. Intervjuet foregikk på engelsk.

– *Hvordan endte du opp med å forske på psykedelika?*

– Jeg tok en doktorgrad mellom 2017 og 2020, der jeg forsket på meditasjon. På den tiden kom det noen banebrytende studier av psykedelika. Det ble tydelig for meg at det var mye overlapp mellom psykedelika og meditasjon, noe som gjorde meg nysgjerrig. Begge virket som de hadde et potensial for å redusere lidelse.

– *Hvilke antakelser hadde du om psykedelika før du begynte å forske på feltet?*

– Jeg var i overkant optimistisk, delvis fordi forskningen på den tiden – som kanskje ikke er like grundig som i dag – var veldig positiv. Jeg er fortsatt optimistisk og ser et stort potensial for å behandle en rekke psykiatriske lidelser med psykedelika, men jeg har et mer nyansert syn enn før.

– Mye av variasjonen ser ut til å avhenge av blant annet konteksten for bruken, i tillegg til typen psykedelika.

– Hvordan har du forsket på psykedelika, og hva har du funnet?

– Epidemiologisk forskning på psykedelika er fortsatt på et svært tidlig stadium og kjennetegnes av en rekke begrensninger. Mye av min forskning har forsøkt – uten helt å lykkes – å ta fatt på noen av begrensningene. For eksempel har kollegaer og jeg tatt grep for å rekruttere utvalg som er mer representative for befolkningen. Det vi har funnet, er at å bruke psykedelika tilsynelatende er til hjelp for noen, men ikke nødvendigvis alle. Mye av variasjonen ser ut til å avhenge av blant annet konteksten for bruken, i tillegg til typen psykedelika.

– Hva forsker du på om dagen?

– Mye forskjellig. Faktisk jobber jeg med min kone, som er perinatal epidemiolog. Vi utfører studier for å forstå hva som skjer med foster og spedbarn hvis mor har brukt psykedelika under svangerskapet. Folk kan ha en mening om hvorvidt det er skadelig eller ikke, men fra et vitenskapelig perspektiv har vi ikke peiling på hva som er effektene på barnet. Og bruken av psykedelika øker raskt, spesielt i USA. Det er uunngåelig at flere gravide vil bruke psykedelika.

– Hvorfor er det viktig å forske på skadevirkningene av psykedelika utenfor kliniske rammer?

– Den kliniske forskningen er lovende. Det virker som å bruke psykedelika i kontrollerte forhold med støtte og oppfølging, er relativt trygt. Men vi må vite hva vi hanskes med utenfor de rammene.

– For å hjelpe folk, er det nyttig å vite nøyaktig hva de sliter med?

– Nettopp. Fra et folkehelseperspektiv må du vite hvor vanlig det er å bruke psykedelika, hva som er spekteret av mulige skadevirkninger, og hvor vanlig forskjellige skadevirkninger er.

– Mye av forskningen du viser til, er amerikansk?

– Ja, og det er mange årsaker. Mange av forskerne og de fleste selskapene på feltet er amerikanske, og det finnes relativt mange som bruker psykedelika i USA. I tillegg finnes det store nasjonale undersøkelser som spør amerikanere om bruk av psykedelika, og politiske endringer i ulike delstater gir oss muligheter til å studere hva som skjer når tilgangen endres. Men det betyr også at vi må være forsiktige med å overføre funnene direkte til andre land.

– Skal vi forstå hva som skjer her, trenger vi nordisk forskning.

– Hvor relevant er forskningen fra USA i en nordisk kontekst?

– I kliniske studier er mye av konteksten kontrollert: hvem som deltar, hvilken dose de får, og hvem som er til stede. Derfor lar funnene seg trolig overføre ganske godt mellom land. Utenfor kliniske rammer kan konteksten i større grad formes av forholdene der folk bor, som lovverk, tilgang og holdninger. Mens flere amerikanske delstater har åpnet for avkriminalisering og regulert tilgang til psykedelika, er narkotikapolitikken i Norden fortsatt streng, og bruken ser ut til å være mindre utbredt. Vi kan ikke uten videre anta at amerikanske funn om bruk utenfor kliniske rammer gjelder under nordiske forhold. Skal vi forstå hva som skjer her, trenger vi nordisk forskning.

– Hva tenker du om rollen til kvalitativ forskning på feltet?

– Den er kjempeviktig, spesielt i startfasen, når det er noe vi ikke forstår, så vi kan lage hypoteser. Feltet trenger mer kvalitativ forskning.

– *Hvis du ikke trengte å ta hensyn til tid eller ressurser, hvordan ville du forsket på bruken av psykedelika utenfor kliniske rammer?*

– Jeg ville gjort så store epidemiologiske studier som mulig med representative utvalg, og fulgt deltakerne over tid. Så ville jeg sett på de som blir bedre etter å ha opplevd skadevirkninger. Hva har de til felles? Er det et sosialt støtteapparat? Tilgang til en psykolog? Hvordan de forstår opplevelsen? Eller noe annet?

– *Hva tenker du om entusiasmen blant forskere for psykedelika?*

– Jeg er entusiastisk selv. Jeg tror psykedelisk behandling kan hjelpe mange. På den andre siden er jeg bekymret for skadevirkninger av bruken utenfor kliniske rammer.

– *Men har det vært i overkant mye entusiasme blant forskere på feltet?*

– Definitivt. Det har helt klart vært hype. I 2023 var jeg på det som var verdens største konferanse om psykedelika. Da jeg fortalte at jeg forsket blant annet på skadevirkninger av psykedelika, ble enkelte stille og samtalen stoppet der. Siden den gang tror jeg feltet har blitt mer modent og balansert – i hvert fall håper jeg det.

Referanser

Simonsson, O. (2026). The uncontrolled experiment: Psychedelic use in the wild. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. https://doi.org/10.52734/SUHE2643

Walø-Syversen, G. (2026). Artikkel om psykedelikabruk får minneprisen. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, *63*(5), 287. www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2026as05ae-Artikkel-om-psykedelikabruk-far-minneprisen

Publisert: 22.10.2026, Tidsskrift for Norsk psykologforening.