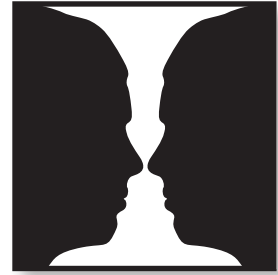


Coaching psykologi

www.coachingpsykologi.org



Praktikerperspektivet og oplevet evidens – nye veje til forståelse af evidens?

Af Lillith Olesen Løkken og Ole Michael Spaten

Med udgangspunkt i en fremstilling af den fremherskende (medicinske) forståelse af evidensbegrebet vil artiklen diskutere formålet med evidens i den psykologiske praksis. Begreber som 'praksisbaseret evidens' og 'oplevet evidens' vil blive fremstillet og sat i forhold til det klassiske evidensbegreb. Med et kritisk lys på evidenshierarkier, som kan føre til en forsnævret virksomhed i forhold til såvel forskning som praksis, diskuteres såkaldte 'endegyldige sandheder' i forhold til det unikke og kontekstbundne. Fra praktikerperspektivet plæderes endelig for at der anvendes et bredere evidensbegreb i psykologisk praksis og nogle af de udfordringer vi må være opmærksomme på fremover.

Nøgleord: Evidens, Evaluering, Coaching, Oplevet evidens, praksisbaseret evidens, reflekterende praksis

Anvendelsen af evidensbegrebet og evidensbølgens betydning bliver markant debatteret, og finder sted både på metateoretisk, samfundsmæssigt og individuelt plan samt indenfor en bred vifte af fagfelter, indenfor psykologien og dermed også indenfor coaching psykologien. En del hævder, at hvis evidens bliver opfattet enøjet, efter kun én manual eller at der kun skulle være en metode der duer, vil det tænkeligt bidrage til en forsnævret virksomhed i forhold til såvel forskning som praksis (Brinkman et al., 2012; Flyvbjerg, 2000; Larsen, 2011; Stelter, 2012; Spaten et al., 2011).

Vi vil her plædere for et bredere – et mere inkluderende – evidensbegreb, hvor vi først fremstiller, hvad begrebet 'evidens' typisk dækker, herefter dis-

kuterer vi nogle af de muligheder, der ligger i begrebet *oplevet evidens - praktikerperspektivet*, ligesom vi frembringer en række udfordringer vi må være opmærksomme på fremover.

Evidensbegrebet stammer fra den medicinske verden og med en naturvidenskabelig og positivistisk videnskabsteoretisk positionering kan evidens overordnet forstås som et forsøg på, systematisk at evaluere, hvilke behandlinger der 1) faktisk virker, 2) virker bedre end andre behandlinger og 3) er omkostningseffektive (Zachariae, 2007; Hougaard, 2007). Med kritiske briller kan vi tænke: *Er det overhovedet muligt (og frugtbart) at forsøge at indsamle viden omkring (coaching) psykologisk intervention ud fra kun denne forståelse af behandling?*

Psykologer og andre professionspraktikere bliver hyppigere forespurgt om dokumentation for interventionens virkning. Er der "blot" tale om et legitimt ønske om at opnå en vis grad af indsigt i om den ene intervention – i forhold til et konkret menneske – skal anvendes fremfor den anden? Men hvordan kan og vil psykologer indgå i at dokumentere virkningen af behandling? Vi kender situationen fra klinisk praksis: der findes næppe to behandlingsforløb der er ens: en frugtbar intervention for den ene klient, 'virker' ikke nødvendigvis for den næste. Skulle der være påsat klienten en diagnose vil fremtrædelsesformen af diagnosen kunne være betragtelig forskellig fra en anden klient med nøjagtig samme diagnose, ligesom symptombehandling i det hele taget kan problematiseres (Holmgren, 2012). På samme måde risikerer en enøjet tro på evidenshierarkier, at vi ser bort fra det enkelte menneskes fortælling og kontekstuelle forankring, idet vi støtter os op ad en generaliseret spådom om hvad der plejer at virke.

Evidensstudier og evalueringsstudier bliver kaldt "den nye gud" og kan ønsket om evidens blive et demokratisk problem (Brinkmann et al., 2012)? Brinkmann spørger hvorvidt evidens- og evalueringsbølgen er med til at udvikle det senmoderne menneskes mulighed for at finde et mere eller mindre sikkert ståsted i forhold til hvad der virker og hvad der ikke gør? Eller om evidensbølgen på den anden side nærmere forsøger at finde "almene sandheder" i en verden, hvor de store fortællinger ikke længere er gældende? Spørgsmålet er om evidensbølgen egentligt frembringer brugbar viden for den enkelte kontekst og det enkelte individ (den enkelte praktiker) i denne konkrete kontekst? Eller forsøger evidensbevægelsen (forfejlet) at udlede generel viden, som alligevel ikke er brugbar, da overordnede generelle retningslinjer for f.eks. behandling ofte ikke viser sig givtige i praksis (Brinkmann et al., 2012)?

Begrebet *evidens* bliver af en række forskere gengivet således at "evidens for" svarer til et 'bevis' for, en 'kvalitetssikring' af eller en 'sandsynliggørelse' af f.eks. en interventions virkning. I de seneste 5-10 år er evidensbegrebet endog blevet mere og mere fremtrædende indenfor psykologien som praksis- og professionsfelt. Som Zachariae skriver: "(...) og på længere sigt er der ingen grund til at tro, at psykologiske behandlinger vil undgå krav om at blive underkastet en kvalitetsvurdering" (Zachariae, 2007). Både indenfor psykologien generelt (Hougaard,

2007), men også mere specifikt indenfor coaching psykologien bliver krav om evidensbaseret forskning fremført og diskuteret (Green, et al., 2007; Spaten, 2010).

Men hvordan kan videns-indsamling forstås ud fra en evidensramme? Er det eksisterende evidenshierarki (rangorden) givtigt at operere med som forståelsesramme indenfor psykologien? [Evidenshierarkiet opererer som bekendt med en pyramidestruktur, hvor man på toppen placerer det randomiserede kontrollerede forsøg (RCT (Randomized Controlled Trial). RCT opfattes som det mest valide forsknings- og evalueringsdesign, blandt andet derfor benævnt "guldstandard" i forskning. Evidenshierarkiet opstår ved at man bedømmer styrken af den videnskabelige dokumentation blandt andet ud fra den metode, der har dannet grundlag for vurderingen. Systematiske metaanalyser af RCT vil frembringe den stærkeste dokumentation, efterfulgt af dobbelt-blind RCT, enkelt-blinde, osv. (se også Hougaard, 2007; Petticrew et al., 2003; Zachariae, 2007)]. Det vil være relevant at spørge om der muligvis findes nye og mere frugtbare veje at gå i anvendelse af evidens indenfor (coaching) psykologien?

I et foregående nummer af *Dansk Tidsskrift for Coaching Psykologi* (www.coachingpsykologi.org) understreger formanden for Dansk Psykologforenings Selskab for Evidensbaseret Coaching, Jens Boris Larsen, at selskabet arbejder hen imod og for en evidensbaseret coachingpraksis, der er integrativ i sin forståelse, anvendelse og undersøgelse af coaching. Eller med formandens egne ord: "*Den integrative ramme har også afgørende betydning, når man taler om, at evidensbaseret praksis handler om at inddrage 'den bedst tilgængelige forskningsbaserede viden'. Der er i selskabets forståelse ikke tale om en simpel, entydig og endegyldig rangorden, ej heller at en sådan rangordning skulle være efterstræbelsesværdig. Det handler heller ikke om at finde frem til interventioner, som praktikerne kan bruge med usvigelig sikkerhed og uden at stille spørgsmål til forskningen. I stedet gør den integrative ramme det muligt at etablere en dialogbaseret, refleksiv åbning af feltet, hvor dets fulde kompleksitet og mangfoldighed kan komme til syne, så man med forskning kan åbne sig for det nye og uudforskede, der dukker op i løbet af samtalerne*" (Larsen, 2011, p. 8).

Hermed understreges et meget bredere perspektiv end det kanoniserede, pyramidiale evidenshierarki: I stedet er en hel vifte af designs og meto-

der anvendelige til indsamling af viden, og vi kan rettere tale om en rummelig evidens typologi. En typologi, hvor forskellige ikke-rangordnede typer af evidens i stedet er knyttet til konkrete interventions- og undersøgelsesformer. Desuden vil et bredere inkluderende perspektiv indebære at både praktiker og forskeren bærer en rolle i at udvikle og nuancere et evidensbaseret coaching psykologifelt. Et felt hvor ikke kun forskeren teoretiserer, men vender sig mod praksis og samtidig har vi fokus på praktiker og dennes betydning for udvikling af viden – mod et bredere evidensbegreb.

Oplevet evidens og praksisbaseret evidens – forholdet mellem praktiker, teori og forsker

Begrebet oplevet evidens dækker over at praktiker indsamler viden omkring (her) coachings betydning og virkning for dem der anvender coaching og den der deltager i den form for praksis. Den oplevede betydning i praksis er derfor hovedfokus her og i den sammenhæng bliver praktiker og ikke kun forskeren fremstillet som en afgørende vidensproducent. Viden produceres af alle samvirkende parter. Coach igangsætter en løbende refleksion med coachee: Erkendelsesinteressen drejer sig om hvad coachee oplever som hjælpsomt og af betydning i coaching forløbet eller kort 'virker det' og hvordan? Vi nærmer os her en meget konkret forståelse af perspektivet på *oplevet evidens*.

Med inspiration fra Kvale (2008) – fremstiller Stelter (2012) – følgende to forskellige muligheder for relationen mellem praksis og teori (forsker) i forhold til oplevet evidens og praksisbaseret evidens. For det første kan forholdet forstås som gående fra Praksis til Teori: Praksis er dermed primær i teoriudvikling. Teoretisk refleksion bliver en slags hjælperedskab for praktiker, men ikke en absolut autoritet. På den anden side kan forholdet forstås som et dialektisk forhold Teori (med tovejs pile) Praksis: Teori og praksis er dermed interagerende. Problemstillinger kan opstå i akademisk forskning såvel som i psykologens praktiske arbejde.

Første punkt vil resultere i udviklingen af en reflekterende praksis (Kvale, 2007). Den reflekterende praktiker værdsætter, at man i praksis ikke blot kan overføre viden fra forskning og teori, men praktiker har sin egen vidensforståelse, hvor refleksionen over praksis er refleksiv praksis – udfoldet i praksis. En videreudvikling af denne forståelse kunne opnå status af såkaldt *praksis-baseret evi-*

dens (Stelter, 2012). Andet punkt repræsenterer en dynamisk og tæt relation mellem teori og praksis, fordi hvis ikke forholdet er nært så: "...bliver talen om en evidensbaseret praksis en mere eller mindre tom snak i det virkelige liv" (ibid., p. 243).

Den enkelte praktikers vidensfundament er således med til at styrke coachingsamtalens *praksis-baserede evidens*, hvis vi følger en definition med baggrund i punkt et og to ovenfor. Udover at "opbløde" den smalle evidensdiskurs til en mere refleksiv, åben og praksisnær forståelse af evidens, kan denne forståelse desuden medføre en mulig mindske af den ellers klassiske (dybe) kløft mellem praksis og teori. *Oplevet evidens* og *praksis-baseret evidens* kan muligvis ses som "nye veje" indenfor (coaching) psykologien i forhold til at imødekomme både de udefrakommende, men også interne, stigende krav om evidensbaseret. En klassisk snæver opfattelse af evidenshierarkiet som eneste fundament for god praksis og dermed givtige oplevelser i praksis er unødvendig og eksklusiv. I stedet tilføjes refleksioner omkring god praksis og givtige oplevelser og ses som vejen til fundamentet for øgning af evidens indenfor (coaching) psykologien.

De kvalitative veje til ny viden via typologisk mangfoldighed i stedet for hierarkisk snæverhed

Som det blev nævnt tidligere, synes et fokus på *evidens typologi* frem for *evidenshierarki* at øge mulighederne for at indsamle nuanceret viden omkring det virksomme og givtige i (coaching) psykologisk intervention. Tilgangen kan tilskynde til en større metodefrihed end den klassiske evidensopfattelse lægger op til, hvor f.eks. mixed methods (Cresswell et al., 2007) og anvendelsen af kvalitative metoder kan åbne flere muligheder for indsamling af ny viden via det situerede perspektiv. Her tænkes f.eks. både på observationsundersøgelser, casestudier, fortællinger (Holmgren, 2008) og interviewundersøgelser, hvor sidstnævnte er en metode der i mange tilfælde har vist sig frugtbar indenfor coaching psykologisk, evidensbaseret forskning (e.g. Gyllenstein & Palmer, 2005).

Et andet eksempel kan være et kvalitativt, longitudinelt studie omkring nystartede studerendes oplevelser med en kort coaching psykologisk intervention i forhold til deres stress, angst og depressionsniveau. Studiet arbejder netop ud fra tesen omkring praksisbaseret evidens frem for evidensbaseret praksis og én pointe fra studiet er,

at dets resultater kan ses som; *oplevet evidens af coaching som identitetsstøtte og identitetsskabende* (Spaten et al., 2011, Spaten, 2010). Men antallet af sådanne studier er dog stadig sparsomt og de efterspørges (Green, et al., 2007). Sådanne studier vil kunne være med til at videreudvikle og åbne feltet af flere grunde:

1. Studier vil gøre det muligt at praktikerne bliver videns-indsamler eller at forskeren og praktikerne i samarbejde og løbende dialog bliver vidensindsamlende.
2. Studier vil kunne undersøge konkrete oplevelser og kan derfor siges at være med til at fremme undersøgelsen af oplevet evidens, dvs. indsamle evidensbaseret viden i praksis blandt dem, der deltagere i den konkrete praksis (coache/coachee).
3. Studier med kvalitative metoder kan fremstille fortællinger om, hvad der virker og i hvilke sammenhænge og med hvem og kan gribe (coaching) psykologisk interventions mange nuancer og forskelle fra den ene intervention til den anden samtidig med, at studier på systematisk vis alligevel udleder viden som den enkelte (reflekterende) praktiker kan overføre til sin egen praksis.

På den ene side træder såkaldt "manualterapi" i baggrunden og på den anden side nøjes vi ikke med at udlede overordnede og generelle konklusioner om, hvad der virker (som kunne have været tilfældet, hvis vi kun havde anvendt metoder rod-fæstet i den kvantitative tradition).

Kan (coaching) psykologi måles og vejes?

Punkt tre ovenfor hænger sammen med en mere generel diskussion af evidens og hvilken rolle evidens bør og kan spille indenfor (coaching) psykologien – om overhovedet nogen? Svaret på spørgsmålet om evidens er både *ja* og *nej*. F.eks. er debatten i Psykolog Nyt til tider markant og argumenter fra flere positioner bliver kraftigt fremført: Overordnet går kritikken på, at evidensbaseret psykologisk intervention vil medføre "manualterapi" (f.eks. Weitemeyer, 2009). Hougaard mener dog modsat, at man undgår "manualterapi" ved at medtænke erfaring hos psykologen samt klientens egne værdier og kalder derfor også den evidensbaserede praksis indenfor psykologien for *individualiseret evidensbaseret praksis* (Hougaard, 2007). Ligeledes modargumenter bl.a. Czartoryski og

modsvare kritikken omkring "manualterapi" ved at understrege vigtigheden af arbejdet med evidens som et etisk valg: Ved at underbygge evidensen indenfor et fagfelts interventioner er man, ifølge ham, også med til at sikre interventionernes kvalitet og dermed de generelle etiske principper (Dansk Psykolog Forening, 2000), der er gældende for god intervention (Czartoryski, 2009). Derudover understreger Czartoryski, (ligesom Hougaard, *ibid.*), at psykologen (coachen) altid bør/skal tilpasse sin praksis til den enkelte klient. Fordelen ved en evidensbaseret praksis er, at interventionen bliver underbygget af efterprøvet anvendelse af teori og ikke blot personlige erfaringer og overbevisninger. Czartoryski ser derfor en evidensbaseret psykologisk praksis som en kærkommen komponent i arbejdet med at udvikle og forfine den psykologiske profession (*ibid.*). Mange fortællinger for en evidensbaseret coaching psykologisk praksis vil formodentligt læne sig op ad denne tankerække.

Hvis vi vender os imod de to store 'fædre' til moderne coaching psykologi Grant (2011) og Palmer (2011) så efterlyses der mere professionalisering af coaching psykologifeltet og spørgsmålet er om ikke en øgning af evidensbaseret forskning indenfor området er en af flere gode veje frem? Spørgsmålet er nok ikke længere så meget om der skal arbejdes mod en evidensbaseret eller ej! Ifølge Zachariae (2007) så er psykologien allerede ved at være underlagt kvalitetskrav i form af evidensbaseret. Spørgsmålet er nærmere hvordan evidensbegrebet skal forstås i en psykologisk kontekst? Her kan perspektivet om den reflekterende praktiker og begreberne *oplevet evidens* og *praksisbaseret evidens* komme på banen og som vi har skitseret ovenfor bydes der ind med interessante nye veje i udviklingen mod en mere solid evidensbaseret coaching psykologisk praksis i både Danmark, men også internationalt, som bygger på erfaringer og viden indsamlet i praksis blandt dem (coach og coachee), der faktisk oplever de frugtbare og udviklende komponenter ved coaching psykologiske interventioner.

Evidens er baseret på lokale hypoteser ud fra praksisnær vidensindsamling

Ser vi tilbage på det mere overordnede samfundsperspektiv, fremfører Brinkmann (2012), at generel viden omkring f.eks. en behandlings virkning ikke fremstår givtig i praksis. I stedet for at betragte evidens som vejen til at sikre "den bedste metode"

indenfor f.eks. psykologisk behandling angives det som mere givtigt at forstå evidens mere kontekst- og praksisnært. Et sådant perspektiv vil løse op for den problemstilling en del praktikere oplever omkring en snæversynet evidensopfattelse, der bunder i ønsket om at kunne forudsige (den uforudsigelige) fremtid. Eller som det udtrykkes: ”Problemet er blot, at vores ønske om sikkerhed, som bl.a. kommer til udtryk i et ofte ensidigt krav om evaluering og evidens, lige nu står i vejen for, at evaluering og evidens som mere generaliserede praksisformer suppleres med mere lokale, mere demokratiske og mere kontekstsnære bud på, hvordan vi hver især og sammen organiserer vores færd ind i fremtiden” (Brinkmann et al., 2012).

Fra denne teoretiske, kritiske diskurs har artiklen forsøgt mere konkret og specifikt at fremstille et (nyt) praktikernært perspektiv på evidens, hvor den reflekterende praktiker derfor bidrager til en bredere og mere kvalificeret opfattelse af hvad evidens er. Eksempelvis kan kvalitative studier, der fokuserer på praktikerbaseret evidens og oplevet evidens gå yderligere refleksivt og dokumenterende ind i forhold til, at anskue evidens som et lokalt, nært og kontekstbundet fænomen. F.eks. udforsker coach og coachee i fælles dialog, hvad der opleves virksomt og af betydning. Et sådant perspektiv kan være inkluderende og åbne op i forhold til udelukkende at basere forskning på at indsamle data der fremstilles som ”en generel løsning” på givne problemstillinger.

Kontakt



Lillith Olesen Løkken
Coaching Psychology
researchUnit
Aalborg University
Kroghstræde 3
9220 Aalborg Øst
lol@hum.aau.dk

Referencer:

- Brinkmann, S., Storch, J., Tanggaard, L., & Zietzen, M. (2012, 22. juni). Den nye Gud, *Information*. Retrieved from <http://www.information.dk/304237>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2007). *Designing and conducting mixed methods research*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Czartoryski, S. (2009). Evidens – et etisk valg. *Psykolog Nyt* 16, 16-19
- Dansk Psykolog Forening, (2000). *Etisk regelsæt for nordiske psykologer*.
- Flyvbjerg, B. (2000). *Rationalitet og magt. Bind 1. Det konkrete videnskab*. København: Akademisk forlag.
- Grant, A. M. (2011). Developing an agenda for teaching coaching psychology. *International Coaching Psychology Review*, 6(1), 84-99.
- Grant, A. M. (2011). Past, present and future: the evolution of professional coaching and coaching psychology. In S. Palmer & A. Whybrow (Eds.), *Handbook of coaching psychology: a guide for practitioners* (pp. 23-39). London: Routledge.
- Green, L. S., Grant, A. M., & Rynsaardt, J. (2007). Evidence-based life coaching for senior high school students: Building hardiness and hope. *International Coaching Psychology Review*, 2(1), 24-32.
- Gyllensten, K., & Palmer, S. (2005). Can coaching reduce workplace stress: A quasi-experimental study. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 3(2), 75-85.
- Holmgren, A. (2008). Den fraværende, Men Implícite. *Psykolog Nyt*, 9
- Holmgren, A. (2012, 21. maj). Livet er ikke et matematisk problem, *Politiken*. Retrieved from <http://politiken.dk/debat/kroniker/ECE1631251/livet-er-ikke-et-matematisk-problem/>
- Hougaard, E. (2007). Evidens: Noget for psykologer? *Psykolog Nyt*, nr. 20, 2007. (pp. 14-21).
- Jackson, P. (2005). How do we describe coaching? An exploratory development of a typology of coaching based on the accounts of UK-based practitioners. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring* 3(2), pp. 45-60
- Kvale, S. (2007). Contradictions of assessment for learning in institutions of higher learning. In D. Boud & N. Falchikov (Eds.), *Rethinking assessment in higher education: Learning for the longer term*. (pp. 57-71). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.

- Kvale, S & Brinkmann, S. (2008). *Inter View. Introduktion til et håndværk*. 2. Udgave, 2. Oplag. København: Hans Reitzels Forlag.
- Larsen, J. B. (2011). Formanden har ordet. *The Danish Journal of Coaching Psychology*, 1(1), 7-8.
- Palmer, S. & Whybrow, A. (Eds.) (2011). *Handbook of coaching psychology: A guide for practitioners*. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2003). Evidence, hierarchies, and typologies: horses for courses. *Journal of epidemiology and community health*, 57, 527-529.
- Spaten, O. M. (2010) Coaching forskning. Effekt af coaching på nystartede studerende. CPfE, AAU, Aalborg Universitet.
- Spaten, O. M., Løkken, L. O., & Imer, A. (2011). Coaching af nystartede universitetsstuderende - Et studie med anvendelsen af kvalitative og kvantitative metoder. *The Danish Journal of Coaching Psychology*, 1(1), 13-34.
- Stelter, R. (2012). *Tredje generations coaching - en guide til narrativ-samskabende teori og praksis*. Copenhagen: Dansk Psykologisk Forlag.
- Zachariae, B. (2007) Evidensbaseret psykologisk praksis. *Psykolog Nyt. Nummer 12, 2007*. (pp. 16-25).
- Weitemeyer, V. (2009) Mål, hvad der kan måles. *Psykolog Nyt. Nummer 15*