

Ska vem som helst tillåtas gräva i människors psyken?

I jakten på hälsa och lycka är vi många som söker oss till alternativa kursgårdar där icke-legitimerade terapeuter lovar att kureras allt från cancer och panikångest till sviter av incest. Efter att själv ha arbetat som alternativterapeut i fem år ställer jag mig följande frågor:

Ska vem som helst tillåtas gräva i en människas psyke?

Hur vet man om en terapeut är kompetent?

Borde Socialstyrelsen integrera alternativterapi i sitt regelverk för att på så sätt få bättre kontroll?

Detta är dagsaktuella och viktiga frågor som i längden är omöjliga att lämna obesvarade. Alternativa terapeuter och "coacher" av allehanda slag organiserar idag sina egna rörelser och erbjuder terapisessioner och även utbildningar med tillhörande certifiering. Det här är en verksamhet som konkurrerar med vetenskapligt beprövade terapiformer.

Till skillnad från de av Socialstyrelsen legitimerade psykoterapeuterna behöver inte alternativterapeuterna följa hälso- och sjukvårdslagen som bland annat ålägger psykoterapeuter att bedriva verksamhet som utgår från vetenskap, föra journal och hålla sig till tystnadsplikten. Om en psykoterapeut misstänks för oegentligheter prövas ärendet av Hälso- och sjukvårdens ansvarsnämnd, HSN, som i sin tur kan dra tillbaka legitimationen, vilket i praktiken betyder yrkesförbud.

Inget av dessa krav ställs på de alternativa terapeuterna. Efter att själv ha arbetat som alternativterapeut i fem års tid är jag väl förtrogen med delar av den här verksamheten som ofta bedrivs bakom stängda dörrar, helt utan insyn.

De flesta människor verkar inte heller känna till skillnaden mellan en legitimerad psykoterapeut och en icke legitimerad, menar Monica Axelsson, avdelningschef på socialstyrelsens avdelning för patientsäkerhet. Hon hänvisar till att det finns regler avseende skyddade yrkesnamn. Så får till exempel yrkesbeteckningen psykoterapeut endast användas av legitimerade terapeuter.

Men uppfinningsrikedomen är stor. I Sverige finns minst fyra andra snarlika prefix till ordet terapeut: diplomerad, certifierad, auktoriserad och ackrediterad. Men endast de legitimerade terapeuterna uppfyller de formella krav på kompetens som samhället ställer för att någon skall få utföra kvalificerad terapi. Men hur ska vanligt folk känna till den här skillnaden?

Om sedan en klient vill klaga på en alternativ terapeut finns inte heller mycket annat att välja på än att vända sig till polisen, som redan är hårt belastad och inte direkt prioriterar den här typen av ärenden. Rent lagstiftningsmässigt är det då kvacksalverilagen som gäller.

De alternativa terapeuterna har blivit vår tids nya predikanter och andligt utarmade svenskar har blivit en ny marknad. Det mest förbryllande är att så många av oss är villiga att söka svar på sina livsfrågor hos självutnämnda auktoriteter. Frågor som till exempel: Vad är meningen med livet? Hur ska jag läka min cancer? Borde jag skilja mig?

Många av oss tycks tro att om vi bara vi går en kurs till, läser ytterligare en bok om självkännedom eller besöker terapeuten, coachen eller healern ännu en gång – så skall vi för alltid uppnå inre frid, slippa sjukdom, ensamhet, tomhet och inte behöva möta några fler motgångar i livet.

Alternativa metoder – såsom frigörande andning, meditation och healing – är i princip vetenskapligt oprövade. En orsak kan vara att nuvarande vetenskapliga metoder är svåra att applicera på dessa behandlingar. Det finns dock forskare som hävdar att det är fullt möjligt att göra vetenskapliga utvärderingar av mjuka data som beskriver subjektiva upplevelser. Det vore utmärkt om en sådan prövning kunde leda till att socialstyrelsen kunde integrera bra, dvs. verksamma och oskadliga, alternativa metoder i sin verksamhet.

Under flera år har jag själv kunnat konstatera hundratals klienters framgångsrika bearbetningar av känslomässiga blockeringar, sett hur de kunnat frigöra stress och därmed fungerat bättre i både privat- och yrkesliv. Metoderna har varit alternativa. Men jag har också upplevt att många snarast fått förvärrade problem av att genomgå kurser där kraftfulla metoder som kroppspsykoterapi, frigörande andning och ”kuddbankning” varit huvudmetoder i programmet. Jag har sett klienter drabbas av sömnsvårigheter, självanklagelser (varför fungerar inte detta på mig, när det fungerar på andra?). Många har också snarare drabbats av en ökad sårbarhet då gamla ”försvar” har raserats. Att då återgå till vardagen och ett ”vanligt” liv kan ge starka känslor av ensamhet, förvirring och oro.

”Det känns lite grann som om ni först drar ut alla demonerna ur kroppen och sedan tar pengarna och rusar...” , som en klient en gång sa till mig. Han ansåg att metoderna är så kraftfulla att det behövs uppföljning under lång tid.

Sedan mitten av 90-talet har jag mött ett hundratal alternativa terapeuter, både i Sverige och utomlands och hittills har jag aldrig sett eller hört någon föra journal. Inte heller har jag mött särskilt många som hållit på tystnadsplikten.

Alternativa terapeuter sätter också mycket varierande priser på sina tjänster, ofta i en skala från några hundralappar i timmen upp till flera tusen. Självklart är det i slutändan klientens val att avgöra om den erbjudna behandlingen är värd priset. Men det kan vara mycket svårt att ta ställning till om en förälder just har dött, en cancer just har blivit diagnosticerad eller om vederbörande ligger i skilsmässa.

Legitimerad vård är momsbefriad och billigare för klienten. Är den dessutom upphandlad av landstinget träder högkostnadsskyddet in. En

mycket trolig orsak till att så många ändå vänder sig till alternativa terapeuter för att få hjälp är att man antingen måste vara mycket illa däran eller ha stor tur för att snabbt få terapeutisk hjälp från stat och kommun. Otaliga är de berättelser jag under åren har hört om människor som mått psykiskt dåligt och sökt hjälp, men endast fått ett åtta minuter långt samtal hos en husläkare och en burk piller i sin hand.

Den senaste folkhälsorapporten (2005) visar att svenskar inte är särskilt socialt aktiva. Experter och politiker är eniga om att ensamhet är ett stort problem. Människor förtvivlar i ensamhet i det vakuum som har uppstått mellan strikt vetenskap, andlig utarmning och självutnämnda New Age-terapeuter.

Så frågan är: Tänker staten ta sitt ansvar och bestämma vilka aktörerna ska vara på marknaden? USA och övriga Europa ligger långt före i att integrera komplementär medicin och alternativ terapi. De har insett att kropp, själ och sinne hänger ihop för att en människa ska bli hel.

Anette Nyman

Anette Nyman började arbeta som journalist 1988. I början och i mitten av 90-talet gjorde hon några uppmärksammade reportage om bland annat Beckomberga sjukhus, publicerade i SvD. Under åren 1999-2004 arbetade hon som alternativterapeut på en stor kursgård i Sverige. Numera arbetar hon enbart som journalist.