Term
Bokmål: kunnskapsbasert praksis
Nynorsk: kunnskapsbasert praksis

Forklaring
Begrepet kunnskapsbasert praksis forstås gjerne som «*å ta faglige avgjørelser basert på systematisk innhentet forskningsbasert kunnskap, erfaringsbasert kunnskap og pasientens ønsker og behov i den gitte situasjonen*» (Nortvedt m.fl. 2012: 17). Integrering av kunnskap fra forskning, erfaringskunnskap fra fagpersoner og brukerkunnskap inngår i de de fleste definisjonene innenfor flere fagområder, både i Norge og internasjonalt.

Sentrale referanser: Nortvedt m.fl (2012), Rønnestad (2009), APA (2005), Sackett m.fl (2000)

Merknad
Hva disse definisjonene legger i de tre hovedelementene forskningskunnskap, erfaringsbasert kunnskap og pasient- eller brukerkunnskap varierer imidlertid mellom disipliner, profesjoner og yrkesfelt. Nasjonal Kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) sin forståelse ligger nært opp til den amerikanske psykologiforeningens definisjon (APA) av Evidence-Based Practice, som også Norsk psykologiforening (NPF) har sluttet seg til. Her forstås kunnskapsbasert praksis som «*the integration of the best available research with clinical expertise in the context of patient characteristics, culture and preference*» (APA, 2005).

Utdypning
Begrepet kunnskapsbasert eller evidensbasert praksis ble opprinnelig definert innen medisin. Begrepet evidensbasert praksis eller medisin (EBM) ble lansert i 1991 som en ny metode for å bruke forskningsbasert kunnskap i diagnostisering og behandling av pasienter (Guyatt, 1991). I 1993 blir det internasjonale Cochrane-samarbeidet etablert innen medisin; en organisasjon som er spesialisert på å produsere forskning og forskningsoversikter bygget primært på randomiserte kontrollerte studier (RCT-studier). En sentral definisjon av evidensbasert praksis er formulert av institusjonen Institute of Medicine (2001:147) og David Sackett m.fl (2000): «*Evidence-based practice is the integration of the best research evidence with clinical expertise and patient preferences and values*». Her blir forskningskunnskap hovedsakelig forstått som RCT-studier, erfaringsbasert kunnskap som evnen til å integrere evidensforskning med pasientkontakt, og pasient- eller brukerkunnskap som pasientens individuelle preferanser og situasjon. Den norske termen for evidensbasert praksis er kunnskapsbasert praksis, som er sterkt inspirert av denne internasjonale medisinske forståelsen (Nortvedt m.fl. 2012).

Forskningskunnskap
NK LMH legger til grunn en bredere definisjon av begrepet kunnskapsbasert praksis. I denne definisjonen er forskning med ulike design, helsepedagogisk kompetanse og brukerkunnskap byggesteiner. Vektleggingen av ulike typer forskning gjenspeiler bredden i kunnskapsgrunnlaget for fagområdet læring og mestring. Dette er i tråd med

APAs definisjon. Ordet *best* viser til en oppfatning om at kvalitetskrav varierer med forskningsdesign. Ordet *available* peker på behovet for å søke kunnskap fra forskning som er basert på forskjellige design og ikke så å si utelukkende på randomiserte kontrollerte design (Rønnestad, 2009).

Forskning er en sentral del av kunnskapsbasert lærings- og mestringspraksis. NK LMH mener at forskningskunnskap innen fagområdet læring og mestring må omfatte både effektstudier og systematiske oversikter av slike studier. I tillegg er forskning med andre design fra flere vitenskapelige disipliner og profesjonsfag (for eksempel psykologi, pedagogikk, sosiologi og sosialt arbeid) viktig. Forskningen må gjenspeile det brede fag- og kunnskapsgrunnlaget.

Erfaringsbasert kunnskap
Den andre komponenten i definisjonen av kunnskapsbasert praksis er erfaringskunnskap, eller det som kalles den *kliniske ekspertisen*. Erfaringsbasert kunnskap blir imidlertid også forstått og beskrevet på forskjellige måter i ulike fag- og forskningsmiljø. I den norske definisjon gitt tidligere i denne teksten forstås erfaringsbasert kunnskap som kunnskap tilegnet gjennom erfaring, gjennom praksis og det å praktisere. Her beskrives erfaringskunnskap primært som å integrere evidensforskning med pasienters preferanser og situasjon, for å støtte pasienten i å ta gode beslutninger (Nortvedt 2012, Guyatt, Cook & Haynes 2004).

I likhet med APA og NPFs definisjon mener NK LMH at erfaringskunnskap må forstås som noe mer. Innen fagområdet læring og mestring må erfaringskunnskap knyttes til den helsepedagogiske kompetansen som anses som viktig for å gi kvalitativt gode lærings- og mestringstilbud. Systematiske kunnskapsoversikter viser at spesielt seks komponenter er sentrale i helsepedagogisk kompetanse. Det gjelder fagkunnskap om helseutfordringer, gruppeprosesser, mestring, pedagogikk, kommunikasjon og personlige egenskaper og holdninger (NK LMH 2015, Grabiowski m.fl. 2010).

Brukerkunnskap
Brukerkunnskap utgjør et tredje hovedelement i definisjoner av kunnskapsbasert praksis. Avslutningen av den medisinske definisjonen av evidensbasert praksis er, ifølge Institute of Medicine, «*with patient preferences and values*». I den norske varianten er dette oversatt til «*pasientens ønsker og behov i den gitte situasjonen*» (Nortvedt m.fl. 2012:17). Utviklingen mot at pasienter kan delta aktivt i valg som gjelder egen helse og behandling er i tråd med denne definisjonen av kunnskapsbasert praksis. Pasienters syn og kunnskap skal imøtekommes og vektlegges når beslutninger skal fattes.

Formuleringen til APA er derimot «*in the context of patient characteristics, culture and preferences*». Dette innebærer krav om en mer omfattende kunnskap enn det den medisinske definisjonen legger til grunn. APA understreker at psykologiske tjenester er mest virkningsfulle dersom de er «*responsive to the patient's specific problems, strengths, personality, sociocultural context, and preference*». APAs formuleringer betyr at fagpersoner må ha kunnskap om pasienten, hans eller hennes sosiale og kulturelle bakgrunn, samt preferanser.

NK LMHs forståelse av brukerkunnskap stemmer overens med APAs syn. Med brukerkunnskap mener vi individuell kunnskap om den enkelte brukers liv og erfaring

med å ha en langvarig helseutfordring. I tillegg er brukerkunnskap generalisert kunnskap om hvordan det er å leve med helseutfordringer, både for brukeren selv og hans eller hennes pårørende.

Brukerkunnskap er en sentral komponent i brukermedvirkning og for arbeidsmåten (Standard metode) som ligger til grunn for planlegging, gjennomføring og evaluering av lærings- og mestringstilbud. Her sidestilles fag- og brukerkunnskap, og brukerrepresentanter inngår i et likeverdig og aktivt samarbeid med fagpersoner fra tjenesteapparatet. Det er NK LMHs oppfatning at brukeres, pasienters og pårørendes erfaringskunnskap om langvarige helseutfordringer er avgjørende for å kunne tilby kvalitative gode lærings- og mestringstilbud.

Utviklingen mot at pasienter kan delta aktivt i valg som gjelder egen helse og behandling er også forankret i lovverk og sentrale dokumenter. Brukere, pasienter og pårørende i alle aldre har rett til tilpasset helseinformasjon, samt rett til å medvirke, slik det er formulert i lov om pasient- og brukerrettigheter kapittel 3 og 4 (1999/2015).

Skrevet av

Andrè Vågan, seniorforsker ved NK LMH og
Ann Britt Sandvin Olsson, spesialrådgiver ved NK LMH

Referanser

APA. (2005). Policy statement on evidence-based practice in psychology. *APA (American Pscyhological Association) Council*.

Grabowski, D., Brun Jensen, B., Willaing, I., Zoffmann, V., & Schiøtz, M. (2010). Sundhedspædagogik i patientutddannelse. En litteraturbaseret gennemgang af udvalgte sundhedspædagogiske begrebers anvendelse i patientuddannelse. *Steno Center for sundhedsfremme*.

Guyatt, G. (1991). Evidence-based medicine. *American College og Physicians Journal Club, 114*, A-16.

Guyatt, G., Cook, D., & Haynes, R. (2004). Evidence based medicine has come a long way: the second decade will be as exciting as the first. *British Medical Journal, 329*(7473), 990-991.

IOM. (2001). *Crossing the quality chas: A new health system for the 21st century*. Institute of Medicine. Washington, DC: National Academy Press.

Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven). Sist endret LOV-2015-05-22-32 fra 01.11.2015.

NKLMH. (2015). *En systematisk litteraturoversikt over forskning på helsepedagogisk kompetanse*. Paper presented at the Nasjonal konferanse Friskliv Læring Mestring - med brukerne i sentrum. Av Vågan, A, Eika, K & Skirbekk, H, Holmenkollen park hotell.

Nortvedt, M., Jamtvedt, G., Graverholt, B., Nordheim, L., & Reinar, L. (2012). *Jobb kunnskapsbasert! En arbeidsbok*. Oslo: Akribe.

Rønnestad, M. (2009). Evidensbasert psykologisk praksis. In H. Grimen & L. Terum (Eds.), *Evidensbasert profesjonsutøvelse* (pp. 39-61). Oslo: Abstrakt forlag.

Sackett, D., Strauss, S., Richardson, W., Rosenberg, W., & Haynes, R. (2000). *Evidence based medicine: How to practice and teach EBM* (2nd ed.). London: Churchill Livingstone.