

Nei til woke-terapi



Adam Njå
adam_hjem@hotmail.com

Ingen oppgitte interessekonflikter

Wokeisme kan i verste fall være psykologisk skadelig.



Adam Njå

Foto: privat

Det er ingenting med det å være psykolog som krever at man skal være sosialist eller woke. Psykologer skal kunne møte mennesker fra alle livets veier og livssyn. Det inkluderer faktisk folk på høyresiden også.

Silje Stevens (2025) skriver i Psykologtidsskriftet og argumenterer for at woke er relevant for psykologisk praksis. Hun snakker om minoritetsstress, definisjonsmakt, usynlige strukturer, konflikten mellom Gaza og Israel og anbefaler en kamp mot urettferdighet.

På overflaten kan dette selvfølgelig høres fristende ut ettersom alle saklige folk rimeligvis ønsker å bekjempe urettferdighet. Men jeg mener at problemet er bare at nøyaktig hva som er rettferdig, er det hele den politiske samtalen handler om. Å være mot et fritt marked, for Gaza, kjønnsideologi, omfordeling, en sterk stat og mer makt til akademikere er et av flere mulige svar. Min opplevelse er at akademikere flest, som psykologer, ofte liker de svarene. Andre grupper i samfunnet og verden har andre synspunkter og verdier.

Et annet sentralt moment er at woke ikke bare er «årvåken i møte med urettferdighet og strukturer som kan diskriminere», slik Stevens skriver. Det er også slik jeg ser det en gjennomgripende ideologi – wokeisme (Gjerde, 2025).

Betydningen av toleranse

Jeg snakket nylig med en ung norsk jøde som har familie som nå er gisler hos Hamas. Flere hundre unge mennesker ble drept på en festival han like gjerne kunne vært på (Johansen, 2023).

Da jeg fortalte ham om Stevens innlegg, sa han at han hadde opplevd det ekstremt ubehagelig å gå til en psykolog som henne.



Det Mosaiske Trossamfund i Oslo rapporterer slike opplevelser blant mange norske jøder, som nå er redde for å oppsøke norsk helsevesen og å bli identifisert som jøder der (Helmikstøl, 2025).

Som norskaraber har jeg selvsagt sympati for det palestinske folk, men jeg kan også se at virkeligheten er kompleks. Om vi underkjenner denne kompleksiteten, så vil mange jøder ikke komme i terapi og ikke stole på oss som profesjon.

Jeg tror det samme kan gjelde for store deler av den høyrepolitiske halvdel av befolkningen bestående av muslimer, kristne, verdikonservative og markedsliberale. Dersom Psykologforeningen fremstår som en ensidig venstreliberal profesjonsforening, så vil mange pasienter ikke komme i terapi.

Wokeideologi som antitoleranse

I den etiske prinsipperklæringen for nordiske psykologer står det klart spesifisert at psykologer skal ta hensyn til «klientens individuelle, rollemessige, kulturelle og sosiale særegenheter» og vise respekt for «*individets* grunnleggende rettigheter, verdighet og integritet» (NPF, 2022; min uthevning).

Dette er nært beslektet med grunnlagsidealene for vestlig liberale demokratier, bygget på toleranse for andres livssyn, individets rettigheter og tanken om at folk burde dømmes basert på innholdet i sin karakter heller enn den gruppen de måtte tilhøre.

Jeg mener wokebevegelsens kjerne derimot er dens antiliberale identitetspolitikk som reduserer mennesker til sin gruppetilhørighet (Gjerde, 2025). Dette vil si at hvite kvinner som Stevens og norskarabiske menn som meg, og f.eks. skeive og muslimer, aldri vil være noe mer enn sin gruppe.

I woke-ideologien er mennesker sin gruppeidentitet, og ulike grupper kan alltid deles opp i en hierarkisk konflikt mellom en undertrykker og en undertrykket. Jeg tenker at inndelingen leder til en iboende demonisering og dehumanisering av meningsmotstandere.

Woke som psykologisk skadelig

Slik jeg leser Gjerde (2025), vektlegger wokeismen den «levde virkelighet» heller enn den objektive virkeligheten, og stiller individer opp mot hverandre i en offerkonkurranse. Heller enn å oppfordre til aktivitet, fellesskap og optimisme tenker jeg den oppfordrer til grubling over ens egen offerstatus og andres ondsinnede rolle som undertrykker.

Lukianoff og Haidt (2019) argumenterer for at en slik form for offerdyrkelse hemmer utvikling og kan være psykologisk skadelig. De mener det er hemmende fordi utvikling nettopp finner sted i møte med motgang, at økt oppmerksomhet på mikroaggresjoner, fiendebilder og maligne strukturer kun forsterker lidelse.

En venstrevridd profesjon?

Jeg mener wokeismen er fundamentalt i opposisjon både til Psykologforeningens etiske prinsipper og grunnleggende verdier i vestlige liberale samfunn. Identitetspolitikken reduserer mennesker til sitt kjønn, hudfarge og øvrige identitetsmarkører.

Med sine totaliserende narrativer er wokeismen blottet for enhver reell respekt for både religiøse og øvrige motstridende politiske synspunkter. Jeg kjenner til flere både troende og sekulære som opplever at deres levevis, verdier og individuelle frihet er truet av wokeismen.

Dersom psykologene ukritisk omfavner wokeismen, vil det være en etisk og vitenskapelig fallitterklæring. Vi burde derfor snarere heller ta sterk avstand til wokeismen for å sende et tydelig signal til samfunnet – Psykologer driver terapi, ikke ideologi.



Referanser

- Gjerde, L. E. L. (2025) Wokeisme. Det liberale demokratiets nye utfordrer. Dreyers Forlag.
- Helmikstøl, Ø. (2025, 18. mars). Jødiske pasienter i brev til NSF: – Vi er redde. Sykepleien. Hentet fra <https://sykepleien.no/2025/03/jodiske-pasienter-i-brev-til-nsf-vi-er-redde>
- Johansen, P. A. (2023, 19. desember). Hamas-angrepet på Israel: Vei 232 ble dødens vei. Aftenposten. Hentet fra <https://www.aftenposten.no/verden/i/wAo79M/hamas-angrepet-paa-israel-vei-232-ble-doedens-vei>
- Lukianoff, G. & Haidt, J. (2019). The Coddling of the American Mind. SD Books.
- Norsk psykologforening (2022, 25. november). Etiske prinsipper for nordiske psykologer. Hentet fra <https://www.psykologforeningen.no/fag-og-politikk/etikk/etiske-prinsipper-for-nordiske-psykologer>
- Stevens, S. (2025). Er woke relevant for psykologisk praksis? Tidsskrift for Norsk psykologforening, 116–117. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as02ae-Er-woke-relevant-for-psykologisk-praksis->