

Psykologers ukritiske omfavnelse av åpenhetskulturen



Anne-Kari Torgalsbøen

Universitetet i Oslo

a.k.torgalsboen@psykologi.uio.no

Psykologprofesjonen har i løpet av kort tid opparbeidet en høy status, og vi blir vist mye tillit. Vi har alle et ansvar for ikke å rive den tilliten ned.



Anne-Kari Torgalsbøen

Foto: Privat

Gjennom ulike medier skulle det nå være kjent at psykologen som ledet TV-programmet *Jeg mot meg*, har fått vesentlige begrensninger i sin autorisasjon. Statsforvalter og Helsetilsynet har vurdert at pasienter i podkasten *Hos Peder* har fått uforsvarlig behandling. Noen av deltakerne i *Jeg mot meg* har tidligere formidlet at de fikk det verre med tilleggsvansker som de tilskrev deltakelsen i programmet (Thorbjørnsrud & Blehr Lånkan, 2022). Åpenheten har hatt sin pris i form av dårligere psykisk helse. Nå stiller mange psykologer spørsmålet om hvorfor de ikke reagerte før. Psykologenes omdømme som en profesjon man kan ha tillit til, slår sprekker. Tiden er inne for selvransakelse, og å finne ut hva man kan lære av det som har skjedd.

Denne saken har med all tydelighet vist at vårt fagfellesskap mangler evne til å korrigere kollegaer og trender som kommer i konflikt med fagetiske forpliktelser. Åpenhetstrenden appellerte intuitivt til psykologer. Her skulle vi endelig få en positiv utvikling bort fra fortielse og skam knyttet til psykiske lidelser. Psykisk helse var på alles lepper. Den tidligere supplementsprofesjonen (Torgalsbøen, 2022a) var inne i varmen, og våre psykologiske teorier tilhørte så til de grader tidsånden. Det ble utdelt priser og rosende ord for «å normalisere livets strev og hva det vil si å gå i terapi og jobbe med egen utvikling» (NPF, 2016, avsn. 2). Jeg tror det er vanskelig for fagfellesskapet å stille spørsmål ved en kollegas yrkesutøvelse når den belønnes med pris fra vår egen fagforening. Den påfølgende hybris på standens vegne hindret også mange psykologer i å reagere på at disse «åpenhetsprosjektene» faktisk ikke var fagetisk bærekraftige.

Fra mediavegring til medieyndling

Madsen (2017) hevder at psykologer har generelt høy etisk bevissthet rundt sine klienter, men samtidig en underutviklet evne til å reflektere rundt sin egen rolle i samfunnet. I psykologenes

fagetiske retningslinjer er det nedfelt at psykologen skal være oppmerksom på det profesjonelle ansvaret de har, ikke bare for klienter, men også overfor den organisasjon og det samfunn de lever og arbeider i (NPF, 1998). En bevissthet om at man av andre oppfattes som representant for sin yrkesgruppe, bidrar til at man stiller seg spørsmålet om tjenestene våre kan misbrukes. Denne aktsomhet har i liten grad vært til stede.



I den senere tid har vi sett flere eksempler på hvordan mediene lar fagpersoner bygge seg et renommé som gir innflytelse og makt, og ofte også penger. Tillit reises, for så å rives ned når det går galt. Og det går før eller senere galt for mange som blir for opptatt av å søke offentlighetens lys. Læringspunktene her er at selv om det i dag er mange muligheter og ulike plattformer for psykologisk yrkesutøvelse, tilsier ikke dette at psykologene ukritisk skal gripe disse mulighetene og ta den plassen. Det må være en økt bevissthet hos psykologer om hvem, hva og hvilke formål profesjonen skal tjene (Øvreide & Backe-Hansen, 2025).

Som tidligere nestleder i Norsk psykologforening tidlig på 2000-tallet var det en prioritert oppgave å stimulere psykologer til å delta mer i media, fortrinnsvis som faglige premissleverandører til det offentlige ordskifte. Vi var også opptatt av at flere psykologer måtte delta i debatter og bruke faget til å belyse viktige utfordringer og tendenser i helse- og samfunnsutviklingen. Svært få psykologer ville ha noe med media og journalister å gjøre. De fryktet tap av kontroll og at viktige nyanser ved budskapet skulle gå tapt i møte med journalisten. Få psykologer var trent i å fatte seg i korthet, og var av den grunn heller ikke særlig attraktive som intervjuobjekter. Den indre justis blant psykologene var streng, samtidig som mange ergret seg over at andre yrkesgrupper med etter vår oppfatning liten faglig ballast uttalte seg med den største selvfølgelighet til media. Men det har skjedd en formidabel endring fra en nærmest kollektiv medievegning til dagens situasjon hvor det ikke går en dag før en psykolog har uttalt seg om et eller annet. Inntoget av influenserpsykologer som med jevne mellomrom bidrar med faglig florlette innspill, setter oss alle i forlegenhet. Psykologene har blitt en del av trenden i tiden, der det å iscenesette seg selv som medieyndling i folkeopplysningens og åpenhetskulturens navn har blitt applaudert.

Hva ville Harald Schjelderup ha sagt?

Vi kan ikke ha for mange psykologer i skravleklassen før det skjer en forflatning av faget, og reises spørsmål ved vår rolleforståelse og integritet. Psykologprofesjonen er ung. Vi har i løpet av kort tid opparbeidet en høy status, og vi blir vist mye tillit. Vi har alle et ansvar for ikke å rive den tilliten ned. Dersom for mange psykologer pludrer i podkaster og ikke er til nytte ved å hjelpe til med de vanskelige oppgavene i samfunnet og i helsevesenet, svekkes tilliten.

Mon tro hva professor Harald Krabbe Schjelderup, grunnleggeren av psykologi som selvstendig vitenskap i Norge, ville ha sagt om utviklingen i deler av faget? De av våre psykologiske forfedre på Psykologisk institutt ved UiO som kjente ham, ville nok si at han fremsto som et modent menneske, og at Schjelderup selv hadde et eget ord for nettopp det. Han snakket om det ukunstlede menneske som ikke må være på banen for å fremheve seg selv hele tiden, som ikke gjør seg til. Dette er saktens noe å tenke over i en tid der ekshibisjonismen har tatt av, og det å iscenesette seg selv er et viktig ego-prosjekt, både for psykologer og folk flest. Det har blitt kult å være kjendispsykolog.

Med bakgrunn i det fagetiske havari vi nå har erfart knyttet til psykologers deltagelse i den kommersialiserte åpenheten, må foreningen og Fagetisk råd være en tydeligere aktør og gjenreise betydningen av medlemmenes fagetiske forpliktelser. Et tidligere forsøk på å engasjere foreningen i dette spørsmålet (Torgalsbøen, 2022b) ble møtt med taushet.

Faglig selvregulering



Et sted å starte er, slik Madsen (2017) har argumentert, at samfunnsutviklingen over tid i for stor grad har vært preget av psykologien som premissleverandør til introspeksjon og selvgransking. Dette på bekostning av å øke forståelsen om samfunnsmessige faktorer som kan gi opphav til lidelse. Det har vært en tankegang om at tilgjengelighet av psykologisk kunnskap for allmennheten vil føre til forbedringer i samfunnet. Psykologer har derfor ut fra gode intensjoner vært villige til å spre kunnskap. Dette har ført til betydelige endringer, blant annet av menneskers selvforståelse, men tilsynelatende ikke redusert plager eller ført til større samfunnsmessige forbedringer. Samfunnet generelt og klienter spesielt forventer at psykologer er til å stole på og kompetente, og at de ikke gjør skade. I henhold til de fagetiske retningslinjene er det psykologen som må sikre mekanismer som gjør at de balanserer egeninteresser opp mot interessene til de menneskene de skal hjelpe. Man er ikke faglig kompetent dersom man ikke samtidig viser fagetisk bevissthet.

Dette gir også en anvisning til profesjonen om selv å tøyle egeninteressen ved å spre psykologisk kunnskap på alle plattformer. Evne til selvregulering er ikke kun noe som vi skal hjelpe våre klienter med, men noe standen selv må vise evne til. Psykologenes omfavnelse av åpenhetskulturen og foreningens legitimering av denne har spilt fallitt. Jeg forventer at Norsk psykologforening nå viser profesjonelt lederskap, og med forankring i de fagetiske retningslinjene er tydelige på hvordan psykologene skal forvalte faget til beste for pasienter og samfunnet.

Referanser

- Faldbakken, S. & Stabell, E. (2018, 25. september). Jeg mot meg er samtaler Norge trenger. *Aftenposten*. <https://www.aftenposten.no/meninger/debatt/i/11y04A/jeg-mot-meg-er-samtaler-norge-trenger-elisabeth-stabell-og-stefan-faldbakken>
- Madsen, O. J. (2017). *Den terapeutiske kultur* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- NPF (1998). *Ethiske prinsipper for nordiske psykologer*.
- NPF (2016). Begrunnelse for tildeling av Åse Gruda Skards pris, avsn. 2.
- Thorbjørnsrud, K. & Blehr Lånkan, K. (2022). «Someone should have looked after us»: the boundary work of mental health disclosure on TV. *Media, Culture & Society*.
- Torgalsbøen, A-K. (2018a, 9. september). «Jeg mot meg» og åpenhetens pris. *Kronikk*. *Aftenposten*. <https://www.aftenposten.no/meninger/kronikk/i/4deVLE/jeg-mot-meg-og-aapenhetens-pris-anne-kari-torgalsboeen>
- Torgalsbøen, A-K. (2018b, 2. oktober). Ja, trenger vi egentlig «Jeg mot meg»? *Aftenposten*. <https://www.aftenposten.no/meninger/debatt/i/P3xQgz/ja-trenger-vi-egentlig-jeg-mot-meg-anne-kari-torgalsboeen>
- Torgalsbøen, A-K. (2018c, 13. oktober). Vi kan ikke overlate til mediene å definere hva som er god folkeopplysning. Lite å hente hos Peder Kjos. *Aftenposten*. <https://www.aftenposten.no/meninger/debatt/i/J181m8/vi-kan-ikke-overlate-til-mediene-aa-definere-hva-som-er-god-folkeopplysning-anne-kari-torgalsboeen>
- Torgalsbøen, A. & Engedal, M. G. (2022a). Skepsis til makt hos psykologprofesjonen. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 59(6), 474–481. www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2022as01ae
- Torgalsbøen, A. (2022b). «Jeg mot meg»: Hvor ble fagetikken av? *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 59(5), 388–391. www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2022as04ae--Jeg-mot-meg-Hvor-ble-fagetikken-av-

Øvreeide, H. & Backe-Hansen, E. (2025). *Fagetikk i psykologisk arbeid*. Cappelen Damm Akademisk.

