

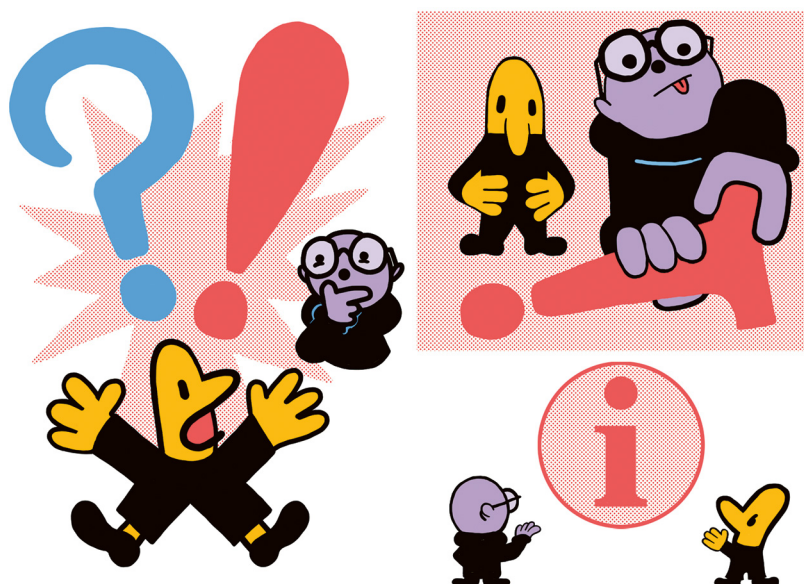
Fagetiske dilemmaer i helsekommunikasjon



Siv Hilde Berg
Universitetet i Stavanger
siv.h.berg@uis.no

Når helsemyndighetene holder tilbake informasjon i helsespørsmål, kan det føre til en umyndiggjøring av befolkningen.

Forfatteren har fylt ut interessekonfliktskjema og oppgir ingen interessekonflikter. SHB sitter i Psykologtidsskriftets redaksjonsråd.



Illustrasjon: Kristian Utrimark

Helsekommunikasjon befinner seg i skjæringspunktet mellom medisin, psykologi og medievitenskap, og er et praksisfelt i samfunnspsykologi. Feltet berører folkehelsearbeid rettet mot ulike grupper, med mål om å gi mennesker mulighet til å ta informerte valg. Jeg leder en forskergruppe i folkehelsekommunikasjon ved Universitetet i Stavanger og har vært opptatt av en etisk problemstilling som særlig berører psykologer; hvordan skal vitenskapelig usikkerhet kommuniseres? Å holde tilbake usikkerhet kan dempe uro, men også svekke tillit og autonomi – og dermed undergrave det psykologfaglige målet om å styrke mestring og myndiggjøring i befolkningen. Her drøfter jeg slike avveininger med eksempler fra koronapandemien og kostrådsdebatten.

Å ikke si noe er også et valg

Åpenhet om hva man vet og ikke vet, er et veletablert prinsipp i helsekommunikasjon og grunnleggende for å bevare tillit (WHO, 2017). I samfunnspsykologien står det sentralt å gi

mennesker grunnlag for informerte valg. Men det er forståelig at informasjon holdes tilbake i enkelte situasjoner. Kommunikasjon av usikkerhet kan vekke uro og samtidig være tillitsbyggende. I møte med folkehelsestrusler må helsemyndigheter balansere hensynet til å beskytte befolkningen mot frykt og forvirring, og respekten for individets autonomi og rett til informasjon. Samtidig, å unnlate å kommunisere noe er i seg selv en autoritær handling. Kan det forsvares fra et etisk ståsted?



Under koronaepidemien og i formidlingen om ultraprosessert mat i nasjonale kostråd har helsemyndighetene holdt deler av informasjonsgrunnlaget tilbake. I begge situasjoner ble beslutningen om å ikke kommunisere usikkerhet basert på antagelser om målgruppens helsekompetanse og evne til å forstå informasjonen.

Under koronapandemien var kommunikasjon av luftsmitte krevende fordi evidensgrunnlaget hadde stor vitenskapelig usikkerhet. Ekspertene i Folkehelseinstituttet, kommuneoverleger og smittevernekspertene formidlet at de valgte å ikke kommunisere om luftsmitte. De mente at forståelsen av usynlige aerosoler krevde høy helsekompetanse, og fryktet at slik informasjon kunne skape uro. Ekspertene sto i et tydelig fagetisk dilemma: Frykten for å skape panikk måtte veies mot risikoen for å gjøre skade ved å holde tilbake informasjon (Berg et al., 2022a).

Jeg intervjuet også et mindre utvalg av befolkningen om deres informasjonsbehov. Oppfatningene var delte. Noen opplevde at det var nok informasjon fra myndighetene, og at de levde under konstant usikkerhet; de ønsket kun konkrete råd om hva de skulle gjøre, i mindre grad hvorfor. Andre savnet at myndighetene tematiserte og tok stilling til det de uansett fikk med seg fra andre kilder om luftsmitte. For dem handlet det mer om symboleffekten av åpenhet enn om den konkrete kunnskapen om luftsmitte (Berg et al., 2022b).

Da de nordiske ernæringsanbefalingene kom i 2023, ventet mange at risiko knyttet til ultraprosessert mat ville omtales. Det skjedde ikke, blant annet fordi begrepet ble vurdert som for komplekst for forbrukere, og fordi evidensgrunnlaget ble ansett som usikkert (NNR, 2023). I årene etter ble Helsedirektoratet møtt med omfattende etterspørsel etter informasjon og tydelige råd om ultraprosessert mat.

Begge eksemplene viser at tilbakeholdenhet med usikkerhet kan få ulike utslag for tillit. Til tross for at norske helsemyndigheter var mer tilbakeholdne enn andre land med å kommunisere om luftsmitte, seilte norske myndigheter gjennom koronapandemien med tilliten i behold. Tilliten til myndighetene varierte under koronapandemien, men ble i hovedsak opprettholdt over tid (Fjæran et al., 2025). For ernæringsrådene ser bildet foreløpig annerledes ut: Helsedirektoratet rapporterte redusert tillit til kostrådene fra januar 2023 til januar 2024 (Helsedirektoratet, 2024).

Paternalisme i forkledning?

Å unnlate å kommunisere usikkerhet kan fremstå som omsorgsfullt, men innebærer samtidig et normativt valg om hva befolkningen anses å tåle og forstå. For psykologer, som har et særskilt ansvar for å fremme autonomi og myndiggjøring, aktualiserer slike valg spørsmålet om hvor grensen går mellom omsorg og paternalisme.

Usikkerhet formidles gjennom ulike emosjonelle virkemidler som påvirker risikopersepsjon, tillit og atferd hos mottakeren. Frykt kan styre oppmerksomhet og motivere til beskyttelse, men har en dobbelthet. Moderat fryktappell kan øke engasjement og situasjonsforståelse, mens overdreven frykt kan utløse handlingslammelse og mistillit, særlig når mestringsstrategier som gir befolkningen handlingsrom for å beskytte seg, utelates i budskapet (Ruiter et al., 2014; Slovic, 1987; Tannenbaum et al., 2015).

Samtidig varierer befolkningens helsekompetanse og evnen til å omsette informasjon til handling. Personer med høy helsekompetanse håndterer usikkerhet bedre, søker mer informasjon og har større tillit når usikkerhet forklares. Lav helsekompetanse kan føre til forvirring, uro og redusert tillit hvis usikkerhet kommuniseres uten handlingsråd (Ratcliff et al., 2022).



Pandemien innebar for mange en tilværelse preget av konstant usikkerhet. Koronapandemiens joker – luftsmitten – kunne ikke møtes med tydelige mestringsstrategier, annet enn ytterligere isolasjon; vi manglet det sentrale mestringsbudskapet, som var tydelig i møte med dråpesmitten (hold avstand). Myndighetenes strategi kan ha hatt en beskyttende effekt for grupper av befolkningen som strevde med å omsette usikker informasjon til handling (Slovic, 1987; Tannenbaum et al., 2015).

Ved å holde tilbake informasjon om usikkerhet, og uten nyansene som trengs for å gi muligheten til å ta informerte valg, glir kommunikasjonsstrategiene over i det overtalende. Selv om hensynet er å beskytte mot misforståelser eller kollektiv uro, kan det uintendert fremstå som statlig paternalisme hvor staten tar beslutninger på vegne av befolkningen med begrunnelsen at det er «til deres eget beste». Slik kommunikasjon kan utløse defensive reaksjoner og redusere tillit (Oxman et al., 2022).

Troverdigheten kan svekkes av enkle budskap

I ernæringsrådsdebatten har hensynet til befolkningens evne til å håndtere komplekse budskap blitt brukt som begrunnelse for å holde tilbake informasjon om ultraprosessert mat (NNR, 2023). Konsekvensen gir utslag i redusert tillit, fordi det siver inn fryktappeller og uenighet via media, samtidig som myndighetene er for lite transparente og gir befolkningen kunnskap (Berg & Fjæran, 2023).

Å holde tilbake informasjon står i sterk motsetning til myndiggjøring som fagetisk prinsipp: Makten flyttes ikke til befolkningen, men fra dem. Som en talsperson i Helsedirektoratet formulerte det i et intervju: «Vi er en tillitsleverandør.» For direktoratet betyr det å være tro mot beste tilgjengelige evidens og gi tydelige budskap. Men for befolkningen handler tillit også om det som *ikke* sies, om nyansene, om å forstå begrunnelsene bak rådene som gis, og om myndiggjøring.

Fagetisk standpunkt å støtte informerte valg

Det fins ikke entydige svar på om det å kommunisere usikkerhet alltid styrker tillit; effekten er kontekstavhengig og påvirkes av virkemidler, type usikkerhet og mottakerens helsekompetanse. Derfor blir valget om å synliggjøre hva man vet og ikke vet, et etisk spørsmål om å støtte informerte valg.

Ved å holde tilbake usikkerhetsinformasjon undergraves myndiggjøring som fagetisk prinsipp. En slik tilnærming har også et alvorlig bakteppe: Manglende informasjon kan påføre befolkningen helserisiko, og det rammer målgruppen med lav helsekompetanse hardest – de som nettopp mangler evnen til å kritisk vurdere informasjon, og omsette den for å beskytte seg mot risiko.

Helsekommunikasjon skjer i en medievirkelighet der uformelle aktører kan både forsterke og neglisjere risiko og påvirke risikopersepsjon i befolkningen. Konkurrerende narrativer, fryktappeller og uformelle kanaler i sosiale medier har i stor grad overtatt rollen som sannhetsformidlere.

I dette landskapet bør psykologer, særlig i samfunnspsykologien, ta en mer aktiv rolle og et tydelig fagetisk standpunkt for å kommunisere usikkerhet, også når den kan vekke bekymring, for å beskytte fagetiske prinsipper om myndiggjøring av befolkningen i folkehelsearbeid. Samtidig må slik informasjon alltid ledsages av balanserte budskap og konkrete handlingsråd som styrker

mestringsevnen og gir befolkningen verktøy til å håndtere risiko, tilpasset ulike nivåer av helsekompetanse (WHO, 2017).



Referanser

- Berg, S. H., Shortt, M. T., Røislien, J., Lungu, D. A., Thune, H. & Wiig, S. (2022a). Key topics in pandemic health risk communication: A qualitative study of expert opinions and knowledge. *PLOS ONE*, 17(9), e0275316. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275316>
- Berg, S. H., Shortt, M. T., Thune, H., Røislien, J., O'Hara, J. K., Lungu, D. A. & Wiig, S. (2022b). Differences in comprehending and acting on pandemic health risk information: A qualitative study using mental models. *BMC Public Health*, 22, 1440. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13853-y>
- Berg, S. H. & Fjæran, L. (2023). Usikkerhet om kostråd må kommuniseres bedre. *Tidsskrift for Den norske legeforening*, 143(11). <https://doi.org/10.4045/tidsskr.23.0422>
- Fjæran, L., Gould, K. P., Berg, S. H. & Lofthus, L. (2025). Trends in Norwegians' trust in government over time and across risk events and crises: A story of stability and resilience. *Risk, Hazards & Crisis in Public Policy*, 16, 1–13. <https://doi.org/10.1002/rhc3.70043>
- Gustafson, A. & Rice, R. E. (2020). A review of the effects of uncertainty in public science communication. *Public Understanding of Science*, 29(6), 614–633. <https://doi.org/10.1177/0963662520942122>
- Helsedirektoratet (2024). *Utviklingen i norsk kosthold 2024: Kjennskap og tillit til Helsedirektoratets tidligere kostråd*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/utviklingen-i-norsk-kosthold-2024>
- NNR (2023). *Nordic Nutrition Recommendations 2023: Integrating environmental aspects. Public consultation draft*. Nordic Council of Ministers.
- Oxman, A. D., Fretheim, A., Lewin, S., Flottorp, S., Glenton, C., Helleve, A., Vestrheim, D. F., Iversen, B. G. (2022). Health communication in and out of public health emergencies: to persuade or to inform? *Health Research Policy and Systems*, 20, 28. <https://doi.org/10.1186/s12961-022-00828-z>
- Ratcliff, C. L., Wicke, R. & Harvill, B. (2022). Communicating Uncertainty to the Public During the COVID-19 Pandemic: A Scoping Review of the Literature. *Annals of the International Communication Association*, 46(4), 260–289. <https://doi.org/10.1080/23808985.2022.2085136>
- Ruiter, R. A. C., Kessels, L. T. E., Peters, G.-J. Y. & Kok, G. (2014). Sixty years of fear appeal research: Current state of the evidence. *International Journal of Psychology*, 49(2), 63–70. <https://doi.org/10.1002/ijop.12042>
- Slovic, P. (1987). Perception of risk. *Science*, 236(4799), 280–285. <https://doi.org/10.1126/science.3563507>
- Tannenbaum, M. B., Hepler, J., Zimmerman, R. S., Saul, L., Jacobs, S., Wilson, K. & Albarracín, D. (2015). Appealing to fear: A meta-analysis of fear appeal effectiveness and theories. *Psychological Bulletin*, 141(6), 1178–1204. <https://doi.org/10.1037/a0039729>
- WHO (2017). *Communicating risk in public health emergencies: A WHO guideline for emergency risk communication (ERC) policy and practice*. World Health Organization.