

Et fagetisk ansvar for å ivareta demokratiet?



Kristin Lyse
Privat praksis
kristinlyse@hotmail.com

Forfatteren har fylt ut interessekonfliktskjema og oppgir ingen interessekonflikter.

Psykologer har mye å bidra med i møte med konspirasjonsteorier og autoritære krefter.



Illustrasjon Kristian Utrmark

Det var litt forstemmende å se Norsk psykologforening uttale at «(...) Psykologforeningen ikke har noen oversikt over hvor ofte deres 11 000 medlemmer møter konspirasjonsteorier i sin praksis» (Rehn Jensen, 2026, s. 152). Samtidig virket foreningen opptatt av å differensiere konspirasjonsteorier og ytterliggående politiske holdninger fra psykisk lidelse, selv om de mente konspirasjonstro kunne inngå som et element i psykisk lidelse.

Foreningen er ikke alene om å plassere konspirasjonstro utenfor psykisk lidelse eller sykdom. Mange forskere vil heller sammenligne tro på konspirasjonsteorier med sterke ideologiske eller religiøse overbevisninger, selv om forestillingene kan være uttalt paranoide, falske og elleville (Rehn Jensen, 2026).

Det er som om norske psykologer ikke har forståelsesrammer eller virkemidler i møte med det «normale» ved konspirasjonstro, og foreningen mangler etter min mening et uttalt etisk imperativ om å bidra til forebygging av konspirasjonsteoretiske «epidemier» som ytterliggående populistiske ledere utnytter og forsterker for å svekke demokratier i flere land.

Det kan være lett å falle for troen på en konspirasjon. I dagene etter at Norge hadde tapt 1–2 i kvartfinalen under fotball- VM, diskuterte norske mediehus om ballen traff en vaier, endret retning og dermed bidro til en utligning for England da stillingen ennå var i vår favør. Ble kampen

nærmest rigget av FIFA for å hjelpe England til seier, da ballen ikke ble bedømt droppet? Altså en slags «Vaiergate» (Frogner et al., 2026)?



Istedenfor å la seg synke inn i en «konspirasjonsteori om hendelser» (Dyrendal & Emberland, 2022, s. 34) som «Vaiergate» kunne utviklet seg til – gjennom å finne en utenforliggende forklaring i et «opprør mot realitetene» og nettopp ikke ville innse tapet – var det gleden og takknemligheten overfor de norske spillerne som fikk dominere i publikums velkomst ved returen til landet.

Ubevisst søken etter identitet

Få vil være uenig i observasjonen om at store deler av den norske befolkningen var samlet under VM. Blodfan eller ikke, vi rodde og vi rodde mot et felles mål om at det norske laget skulle vinne mot neste motstander – fra Slottet, over det ganske land og over dammen. En slik gruppesammensmeltning er det psykoanalytiker Robert Douglas Hinshelwood (2023) mener er et eksempel og indikasjon på at vår identitet på et ubevisst nivå har en viss fluiditet som lar oss «adoptere et gruppeideal idet vi entrer en gruppe» og som kan overta plassen for våre individuelle idealer (min oversettelse). I likhet med Erich Fromm (Mack-Borander, 2026) mener Hinshelwood at populistiske ideer gir en viss stabilitet for vår ellers usikre følelse av identitet, som vi på et ubevisst nivå stadig søker å oppnå.

Ved å bruke kunnskap fra flere fagdisipliner forsøker Hinshelwood å forstå hvordan skuffelser og konflikter som finnes implisitt i ethvert demokrati, kan være avspaltet og projisert på «de andre», hvor en gruppe blir i opposisjon mot en annen, istedenfor å være tenkt om og bearbeidet, som aksept av tap innebærer. Han beskriver hvordan ubevisste dynamikker mellom konsumenter og privilegerte eliter i et kapitalistisk samfunn kan forsterke polarisering og depersonalisering. Han viser til at oss-mot-dem-dynamikken er innebygd i alle kulturer, hvor Freuds hyppig siterte «narsissism of minor difference» gir en gruppe tilhørighet, identitet og en viss selvtilfredshet; en har kvittet seg med uønskede aspekter ved en selv og plassert det hos «de andre» (Hinshelwood, 2023, s. 113). Også Emberland og Dyrendal (2022), som presenterer de siste årenes forskning om konspirasjonsteorier og deres virkning på individ og samfunn, beskriver hvordan en form for kollektiv narsissisme (s. 107) preger den populistiske politikkens retorikk. Konspirasjonsfortellinger og appell til følelser av å være offer eller å være truet, brukes gjerne som valgkampstrategi (Emberland & Dyrendal, 2022).

Vi kan forstå at forholdene nevnt over, kombinert med skruppelløse algoritmer, netttroll og diverse ikke-redaktørstyrte medier – som knapt bryr seg om hva som er sant eller ikke – utgjorde en farlig cocktail i det journalisten Gabriel Gatehouse (2025) beskriver som et kaninhull ned i politisk paranoia. «Pizzagate», en konspirasjonsteori om det liberale establishment, som via QAnon-bevegelsen fikk stor utbredelse – ble medvirkende til stormingen av den amerikanske kongressen 6. januar 2021 (Sommer, 2023, s. 161). Spredningen av «Pizzagate» som ifølge Emberland og Dyrendal (2022) utgjør en «systemkonspirasjon» (s. 34), har bidratt til at tilliten til viktige samfunnsinstitusjoner og redaktørstyrte medier er svekket (Sommer, 2023). Deler av konspirasjonsfortellingene har i dag nådd «mainstream politics» i USA hvor så mange som 20 % av republikanerne synes å tro på QAnons konspirasjonsteorier (Prince, 2023).

Fantasifulle systemkonspirasjonsteorier som «Pizzagate» kan være vanskelig å motbevise, siden motargumenter gjerne fortolkes som «bevis» på selve konspirasjonens eksistens: Fravær av evidens forsterker altså troen (Emberland & Dyrendal, 2022). Når «sannhetssøkeren» (Rehn Jensen, 2026), altså konspirasjonsteoretikeren, selv tror hen gjør godt (s. 200) og kan utvikle en slags avhengighet «fordi konspirasjonstroen kan føles beroligende og euforisk» (s. 156), blir de selvforsterkende mekanismene svært tydelige.

Å teste realiteter og akseptere tap



Jeg mener det er fagetisk sentralt at psykologer ikke bare er opptatt av psykisk fungering, inkludert evnen til å teste realiteter, i hvilken grad vi tåler frustrasjon og aksepterer tap, men også hvordan svekkelser eller mangler i fungeringen kan påvirke samfunnsforhold. For vi møter konspirasjonsteoretisering hver eneste dag, siden det også er helt «normalt» (Dyrendal & Emberland, 2022), om ikke hos pasientene, så i oss selv. Vi kan selvsagt problematisere i hvilke dimensjoner eller nivå, men som profesjon mener jeg vi må kjenne vår besøkestid og være i stand til å problematisere og identifisere i hvilken grad befolkningen, og oss selv for den del, styres av realitets- versus lyst/ulyst-prinsippet som Freud formulerte allerede i forrige århundre. I en verden hvor teknologigiganter og autokratiske ledere ved bruk av KI kan komme til å utnytte våre sårbarheter, som følelser av sinne og frustrasjon kombinert med en usikker følelse av identitet, vil demokratiet utfordres ytterligere (da Empoli, 2025).

Jeg mener psykologer må rette oppmerksomheten vel så mye mot hvordan det psykiske apparatet hos en så langt demokratisk befolkning fungerer, som å finne «riktig diagnose» for det vi forsøker å kurere. Altså ikke bare underlegge oss «profesjonell konformitet» som Mack-Borander (2026, s. 611) advarer mot. Er vi godt nok rustet til å tåle hjelpeløshet og mangel på kontroll, nederlag og skuffelser for «vår sak» uten å skylde på andre og benekte realitetene? Ifølge Dyrendal og Emberland (2022) kan konspirasjonstenkning være uttrykk for en form for kritisk vurdering av informasjon, via vår forestillingsevne, mønstergjenkjenning og tilbøyelighet til å forstå andres vilje som årsak til hendelser. Men vi trenger kanskje mer psykologisk innsikt i bevegelsen fra nødvendig mistanke om andres intensjoner over i farlig radikaliserings og ekstremisme, som inneholder det som kalles «superkonspirasjoner» (Emberland & Dyrendal, 2022, s. 34).

Vi må ikke sove

Det er ikke bare psykoanalytikere som Fromm og Hinshelwood som har vært opptatt av hvordan vi kan overgi vårt personlige ansvar til grupper og sterke ledere. Statsviteren Karen Stenner, med spesialisering i politisk psykologi, mener at en tredjedel av en befolkning vil ha en «autoritær predisposisjon», som blir «(...) attracted to authoritarian ideas because they are bothered by complexity. They dislike divisiveness. They prefer unity» (s. 106). Kort sagt en andel som ønsker enkle løsninger på komplekse problemer, og som på tvers av det politiske spekteret, utdannelsesnivå eller sosioøkonomiske forhold – «(...) seek solution in new political language that make them feel safer and more secure» (Applebaum, 2020/2021, s. 106).

For om det mentale apparatet er i ferd med å bryte sammen i en type svekket evne til å teste realitetene, kan vi også være utsatt for å utpeke syndebukker og gi etter for lyst til å plage andre via «transport av smerte», slik filosofen Arne Johan Vetlesen (2014) mener manglende erkjennelse av egen aggresjon kan føre til (s. 62). Det ligger en etisk fordring hos Freud om å søke sannhet både i oss selv og hos pasienter slik jeg ser det, når han i «Formulations on the Two Principles of Mental Functioning» (1911) beskriver hvordan vi helt eller delvis kan henfalle til en lystbetont fantasi eller hallusinasjon som vi kan erstatte de ubehagelige ytre – og indre – realitetene med, og ikke klarer å avstå fra å presse tolkninger av denne over på andre, altså som en projeksjon (Freud, 1896).

Historikeren Timothy Snyder mener en viktig lærdom fra det 20. århundret for å beholde demokratiet ligger i vårt forhold til sannhet: «Man underkaster seg tyranniet når man fornekker forskjellen mellom det man ønsker å høre, og det som faktisk er sant. Det kan føles naturlig og

bekvemst å fornekte virkeligheten på denne måten, men resultatet er at man opphører å eksistere som individ – og dermed at ethvert politisk system som bygger på individualisme, faller sammen» (Snyder, 2017, s. 58).

Som profesjon med mye kunnskap om hvordan sinnet fungerer, burde vi dermed ha mye å bidra med i forhold til en slik alvorlig utfordring.

Referanser

- Applebaum, A. (2021). *Twilight of Democracy: The failure of politics and the parting of friends*. Penguin Books. (Originalt publisert 2020).
- da Empoli, G. (2025). *Rovdyrenes tid: Hvordan autokrater og teknogiganter tar over verden* (S. Sundby, Overs.). Press.
- Dyrendal, A. & Emberland, T. (2019). *Hva er konspirasjonsteorier?* Universitetsforlaget.
- Freud, S. (1896). Further remarks on the neuro-psychoses of defence. I J. Strachey (Red. & Overs.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 3, s. 162–185). <https://pep-web.org/browse/document/SE.003.0157A>
- Freud, S. (1911). Formulations on the two principles of mental functioning. I J. Strachey (Red. & Overs.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12, s. 213–226). <https://pep-web.org/browse/document/SE.012.0213A>
- Frogner, F. V., Trovåg, E. O. & Rarogijević-Vuković, D. (2026, 13. juli). Ekspertene: – Ballen trenger ikke å ha vært borti vaieren. VG. <https://www.vg.no/sport/i/0pWOKE/ekspertene-strides-ballen-trenger-ikke-ha-vaert-borti-vaieren>
- Gatehouse, G. (2025). *The Coming Storm: Inside America's radical new politics of paranoia*. BBC Books.
- Hinshelwood, R. D. (2023). Populism: The politics of emotions. *Psychoanalytic Inquiry*, 43(2), 110–118. <https://doi.org/10.1080/07351690.2023.2163148>
- Mack-Borander, K. (2026). *Frihetens paradoks*. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 63(9), 607–612. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2026as09ae-Frihetens-paradoks>
- Prince, R. M. (2023). Locating the fascist mind. *Psychoanalytic Inquiry*, 43(2), 70–83. <https://doi.org/10.1080/07351690.2023.2163144>
- Rehn Jensen, C. (2026). *Mamma er konspirasjonsteoretiker*. Res Publica.
- Snyder, T. (2017). *Om tyranni: 20 ting vi kan lære av det 20. århundre*. Press.
- Sommer, W. (2023). *Trust the Plan: The rise of QAnon and the conspiracy that reshaped the world*. HarperCollins Publishers.
- Vetlesen, A. J. (2014). *Studier i ondskap*. Universitetsforlaget.

