

Ny fagbok om uvanleg tema

## - Manipulasjon er eit samfunnsproblem

Arne Olav L. Hageberg

Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet

Born vil kunna sparast for alvorlege lidingar, samfunnet for enorme kostnader, og fagpersonar, rettsvesen og helsevesen for unødige arbeid. Grethe Nordhelle har skrivne bok om eit farleg underadressert fenomen: manipulasjon.



FOTO: YAY MICRO

Har du blitt manipulert? Eg spør ikkje om du er blitt utsett for ungar som for å få ein is på butikken seier at du er fin på håret. Eg tenkjer heller ikkje på den du møter på byen som er så fascinert av deg at vedkomande nyttar alle moglege strategiar for å gjera deg interessert. Dette er det Grethe Nordhelle kallar kvardagsmanipulasjon. Det eg spør om, er: Har du nokon gong opplevd å bli utsett for ein bevisst falsk eller usakleg presentasjon, som på ein skjult måte og med hensikt får deg til å gjera noko for ein annan som du – om du hadde vore klar over kva som skjedde – ikkje ville ha gjort? Slik definerer nemleg advokaten og psykologen Grethe Nordhelle fenomenet i den nye boka si *Manipulasjon – forståelse og håndtering*.

– Manipulasjon slik eg definerer det, er eit samfunnsproblem fordi manipulatorar har det i personlegdomen å finna situasjonar der dei kan manipulera, seier ho.

## Går ofte ut over born

Vi sit i hagen hennar på Bygdøy. Det er ein av desse aller første skikkeleg varme junidagane, og Grethe serverer frukost. Med utsikt over Oslofjorden, blomehonning, olivenar og kaffi på steinbordet og bugnande bed på alle kantar kan ein koma i tankar om at ho prøver å påverka meg til å skriva ekstra positivt om den tredje boka si. Frå før har Nordhelle gjeve ut to bøker om mekling, og etablert seg som ein ressurs på området.

– Nokon har gjort det til ein livsstil å manipulera, seier Nordhelle, som i den nye boka si ikkje bare dreg opp grensene mot det kvardagslege og ufarlege, men òg mot psykopati og andre personlegdomsforstyrningar. Ho argumenterer for at notorisk manipulerande framferd er ein eigen kategori der kriteriet om at påverkinga skal vera bevisst, er veldig sentral.

– Eg har hatt folk i terapi som har vore heilt nedkøyrde av ein manipulator.

Om det er snakk om ei barnefordelingssak, kan dei ha vore i kontakt med barnevernet, familievernet og domstolane, men får likevel ikkje hjelp fordi den andre parten fortel ein forteikna versjon og manipulerer i alle instansane.

– Borna er dei største taparane, understrekar Nordhelle.

Den som blir manipulert, framstår ofte som usikker, til dømes i møte med barnevernet, og ifølge psykologen er dette med god grunn. Manipulatoren, som ser ut til å vera ein fantastisk person, tek i forteljinga si gjerne utgangspunkt i nokre element som stemmer, men overdriv og fordreier dei. Resultatet blir ofte at barnevernstilsette, dommarar, sakkunnige og andre som er der for å hjelpe, sjølv blir offer for manipulatoren og snakkar vedkomande si sak. «Han verkar jo så sympatisk!»

– Her treng vi at barnet blir løfta opp, seier Nordhelle.

## Avsløring tar tid

Eit typisk problem med manipulasjon er at den vanskeleg lar seg dokumentera. For å få bukt med dette kan ein som sakkunnig måtta ty til uvante metodar. Sjølv har Nordhelle ved mistanke om manipulasjon i visse tilfelle snakka med kollegar av manipulatoren, tidlegare sambuarar og folk på gamle arbeidsplassar.

– Det er den tidlegare kvardagen ein må få tak i, understrekar ho. – Ein må leita på andre stadar enn der dei presenterer seg sjølv. Men eg er ikkje detektiv, og den andre vegen til å avsløra manipulatorar er å ta seg tid. Det er grenser for kor lenge vedkomande kan finna på noko å seia. Ein må spørja og spørja til ein avslører dei.

Eit vanleg og alvorleg problem i saker som skal opp for retten, er at domstolen set for stramme rammer for vitneføring.

– Ofte avgjer dommaren at partane til dømes skal få føra fire vitne kvar. Problemet er at ein må ha mange fleire enn fire vitne for å avsløra ein manipulator. I slike situasjonar må den sakkunnige stilla krav.

Ifølge Nordhelle kan møtet mellom juristar og psykologar opplevast som ein kulturkollisjon.

– Eg har undervist på spesialiteten i samfunnspsykologi om jussen sin fenomenologi, fortel ho. Jussen forenkler røynda, og advokatar vil pressa sakkunnige inn i ja/nei-svar. Men i psykologien finst det ikkje absolutte svar, understrekar Nordhelle – som altså har erfaring frå begge faga, men som meiner psykologi er mykje meir utfordrande enn jus.

– For å gjera ein god jobb i rettssystemet må psykologen vera med på å setta premissa for arbeidet som skal gjerast, seier ho, og foklarar korleis psykologar som er oppnemnte som sakkunnige har høve til å ønskja seg fleire vitner eller på anna vis vera med på å utforma rammene for saksgangen. Slike

detaljar blir skisserte av dommaren i kvar sak, og her er det fullt mogleg å koma med dei krava ein treng for å kunna gå god for kvaliteten av sitt eige arbeid.

– Du må sjølv skapa deg dei gode arbeidsvilkåra, seier Nordhelle.

## Psykologen i retten

Grethe Nordhelle er oppteken av at sakkunnige ikkje skal konkludera i rettssaker.

– I staden bør ein ta dilemmaa ut på papiret i rapporten og skissera alternative hypotesar.

Ho har forståing for at ferske aktørar i ein rettssal vil kunna kjenna seg usikre og forsøka å framstå som meir nyttige enn dei kanskje har grunnlag for. Ein har urealistiske førestellingar om dommarane sine forventingar, og har kan henda òg store forventingar til kva ein sjølv skal levera. I ein slik situasjon er det dessverre lett å seia meir enn ein har belegg for, og konkludera når ein heller burde halda fram motsetnader.



**DOBBELTKOMPETANSE:** Grethe Nordhelle er både jurist og psykolog, og dei to bøkene hennar om mekling har sett standarden på feltet i Noreg. Erfaringar frå rettsvesenet har òg vore viktige når ho no har skrive om manipulasjon. Foto: Arne Olav L. Hageberg

– Den nøytralt oppnemnte sakkunnige er ei heilag ku i rettssystemet. Dommarar, som vanlegvis kan altfor lite psykologi sjølv, følger det dei sakkunnige måtte anbefala, åtvarar Nordhelle. Ho understrekar at psykologar i rettssystemet er i ein veldig vanskeleg situasjon. Advokatar har faste spelereglar. Dei har lært kodane og kjenner seg trygge, medan psykologar går inn i ei svært krevjande rolle som ikkje er lett å takla sjølv om dei er kompetente fagfolk.

– Dette er eit vanskeleg område å jobba med psykologi. Ein må freista vera tydeleg på noko som er utydeleg.

## Vanskeleg å avsløra

Vi spør kvifor Grethe Nordhelle er komen i kontakt med så mange manipulatorar i arbeidet sitt. Er det ikkje ein fare for at ho blir eit offer for selektiv persepsjon – at ho ser det ho ventar å sjå – og slik blir talsperson for ein slags mistankekultur? Ho fortel at innvendinga ikkje er ukjend, men meiner mykje av forklaringa på at ho har blitt ekstra merksam på fenomenet, ligg i den doble kompetansen ho ber med seg – som både jurist og psykolog.

– Bare ti prosent av alle meklingsaker blir så fastlåste at partane kjem i retten, og dei fleste meklingsakene som kjem i rettssystemet, involverer personar med personlegdomsforstyringar. Det er nett slike saker eg har jobba mest med. Difor er det ikkje rart at eg har sett mykje av dette.

Observasjonar av eit firesifra tal konflikter har altså gitt henne grunnlag for å seia noko overordna om fenomenet.

### *Sørgeleg mange fagfolk går på limpinnen når manipulatoren er avansert*

Nordhelle meiner at politi og advokatar ofte er flinkare til å avsløra manipulatorar enn psykologar er. Dei har eit innøvd kritisk blikk. Sjølv om sakkunnige òg skal vera nøytrale, tar dei altså for ofte parti.

– Dette skjer fordi ein har for stor tru på kva ein som fagperson kan få ut av den vesle informasjonen ein ofte sit med. Eller ein har ikkje teke med i likninga at ein kanskje blir utsett for manipulasjon. Denne kunnskapen må vera veldig høgt oppe i medvitet, konkluderer Grethe Nordhelle.

## Manipulasjon av fagpersonar

*Manipulasjon – forståelse og håndtering* er bygd opp rundt ei rekke kliniske vignettar som tener som døme på manipulerande åtferd.

– Alt er reelle saker som eg sjølv har vore involvert i, fortel Grethe Nordhelle.

I boka dreg ho på bakgrunn av desse opp grensene mellom manipulasjon og tilgrensande fenomen som påverknad, overtaling, hjernevasking og psykopati. Ho klassifiserer og forklarar òg ulike manipulasjonsteknikkar og viser korleis desse kan manifestera seg på ulike arenaer, som overfor born, i andeleg samanheng og overfor fagfolk.

Nordhelle åtvarar særleg mot situasjonar der eine parten i ein konflikt set seg føre å manipulera fagpersonen for å få gjennomslag for eigne krav, til dømes ved fordeling av omsorg for born. – I slike situasjonar er fagpersonar arbeidsudyktige. Det skremmande er at dei ikkje er klare over dette. Konsekvensen blir at dei legg store tilleggsbørar på offera, understrekar ho.

Ein manipulasjonsteknikk kan vera å påverka det profesjonelle offeret emosjonelt. Ein annan hyppig brukt strategi er å få merksemda bort frå eigne svake sider gjennom å sverta den andre parten.

## Sunn skepsis

– Erfaringa mi er at det er sørgeleg mange fagfolk som går på limpinnen når manipulatoren er avansert, seier Nordhelle.

Som terapeut er det òg fullt mogleg å bli manipulert av personar som går i eineterapi. Det kan visa seg at favorittklienten, som du kanskje har hatt i mange år og som du alltid ser fram til å møte, manipulerer deg for å oppnå eiga bekrefting.

Undervegs i samtalen har vi flytta oss bort i paviljongen for å koma unna den mest steikande føremidagssola. Etter å ha drukke opp kaffien og teke bilete av intervjuobjektet på smale duftstiar

mellom bugnande bed, set eg meg på sykkelen og konkluderer med at om eg blei manipulert, så var det heilt greitt. Eg lever godt med litt sommarluksus, og ein frukost i det grøne kan knapt kallast falsk og usakleg. Dessutan er eg meg bevisst dette moglege påverkingsspelet – som i verste fall altså kan kallast kvardagsmanipulasjon. Eg har skjøna at den farlege og samfunnsskadelege manipulasjonen er noko heilt anna. Grethe Nordhelle oppfordrar oss ikkje til å tru vondt om partnarar, born og vener. Mest av alt er ho ein talsperson for sunn skepsis, refleksjon, medvit og merksamnt nærvere – i kvardagen, på terapirommet og i rettssalen. Ta det til seg den som treng det. u

#### **GRETHE NORDHELLE**

- Psykolog og advokat med erfaring som som meklar, terapeut og rådgjevar
- Fagleg ansvarleg for utdanninga i konflikthandtering og mekling ved Diakonhjemmet Høgskole
- Har tidlegare gitt ut bøkene *Mekling – konfliktforståelse og konflikthåndtering (2006)* og *Mekling II – Sentrale temaer i konflikthåndtering (2007)*
- Aktuell med boka *Manipulasjon – forståelse og håndtering*, og lanseringsseminar i lokala til Gyldendal Akademisk tirsdag 8. september klokka 13.00: «Manipulasjon – virkninger i rettssystemet»