

# Psykologiens og psykologens samfunnsperspektiv

Stefan Skår

Lina Søreide Slåtta

Ragna Tørstad

Sigrid Thori Kroken

stefansk@student.sv.uio.no

De gamle grekerne regnet det som idioti ikke å omfavne fellesskapet. Et samfunnsperspektiv på psykologien retter blikket nettopp mot menneskets fellesskaplige arv, og peker ut over individet som forklaringsfaktor.

Denne artikkelen startet som et gruppearbeid på kurset PSYC3204 «Perspektiver på psykologien» våren 2011, som undervises i på profesjonsstudiet på UIO. Vi var opprinnelig en gruppe på seks studenter: Kine Waaler Kristoffersen, Kristine Olufsen, Anders Iversen, Lina Søreide Slåtta, Ragna Tørstad, Sigrid Thori Kroken og Stefan Skår. De fire sistnevnte arbeidet videre med utformingen av den foreliggende artikkelen. Slåtta og Skår har hatt hovedansvaret for artikkelens innhold og form slik den ser ut i dag.

Psykologien påvirker samfunnet både som fag og profesjon. Samtidig påvirkes psykologien av de rådende ideologiene i samfunnet. Å ha et samfunnsperspektiv med seg som fagperson og terapeut blir dermed viktig for å kunne være seg bevisst de samfunnsideologier psykologien som fag og profesjon er flettet inn i. Videre vil enhver klient eksistere i en større samfunnskontekst, og en terapeut som også tar et samfunnsperspektiv, vil kunne ta høyde for dette i sitt arbeid. Et samfunnsperspektiv tilbyr et utenfra-perspektiv som inkluderer den større samfunnskonteksten. Vi vil undersøke hvorvidt et samfunnsperspektiv ivaretas på tre ulike, men nært relaterte områder i Norge: psykologutdanningen, profesjonens selvforståelse og psykoterapeutisk praksis. Men først skal vi se på psykologiens rolle i samfunnet og hvordan samfunnsperspektivet kan virke bevisstgjørende og frigjørende for både psykolog og klient.

## Psykologien i samfunnet

På 25 år ble medlemstallet i Norsk Psykologforeningen firedoblet; fra 1 775 i 1987 til 7 110 i fjor (Psykologforeningen, 2012). Psykologi som profesjon har også hatt en formidabel vekst i andre vestlige land (Ekeland, 2012). Det samme oppsvinget gjelder bruken av psykologiens språk i norske stuer og hjem. Et begrep som selvrealisering brukes i 2007 tre ganger så ofte som i 1984 (Nafstad, Blakar & Rand-Hendriksen, 2009). Gitt at økt psykologisk kunnskap til folket alltid er av det gode, er dette ønskelig. Men flere – også psykologer – stiller seg kritisk til en slik ensidig antagelse (se for eksempel Ekeland, 2009; Madsen, 2010; Nafstad & Blakar, 2009).

Psykologisk kunnskap har stor innflytelse på hvordan vi forstår oss selv og andre. Men psykologien er ikke bare ett sett med kunnskaper; den *gjør* noe med oss også (Ekeland, 2009). Det den gjør, er å psykologisere, altså redusere samfunnsmessige og kulturelle fenomener til psykologiske fenomener. Psykologiens definisjonsmakt over vår selvforståelse får dermed en potensiell

skyggeside. Samfunnspsykologen Prilleltensky (2008) viser dette når han beskriver den psykologiske definisjonsmakten i konteksten av et undertrykkende samfunn:

The more people internalize oppression through various psychological mechanisms, the less they will see their suffering as resulting from unjust political conditions. At times, the internalized psychological oppression will almost completely obscure the political roots and dynamics of oppression. (s.128)

Denne skyggesiden kom tydelig fram i det ideologiske grunnlaget for apartheid i Sør- Afrika. Med empirisk støtte i psykologisk forskning ga oppfatningen om den mørke manns intellektuelle underlegenhet legitimitet til datidens regime (Cooper et al., 1990). Denne psykologiske «kunnskapen» ble internalisert hos mange mørkhudete kvinner og menn, og fremmet en forståelse hvor deres lidelse var forårsaket av underlegenhet fremfor samfunnets ideologi og institusjonaliserte diskriminering (Bhana, Petersen, & Rochat, 2007; Cooper et al., 1990). Samfunnsmessig forårsaket lidelse ble kamuflert som individuell svakhet og underlegenhet.

### *Profesjonsutdanningen mister samfunnsperspektivet og snevrer inn forståelsesrommet for kommende psykologer*

Om samfunnsmessig forårsaket lidelse innfører Arne Johan Vetlesen (2004) begrepet *sosiale lidelser*. Slike menneskeskapte forhold sees i kontrast til livets grunnvilkår som er gitt oss uavhengig av kultur og historisk periode: avhengighet, sårbarhet, dødelighet, relasjoners skjørhet og eksistensiell ensomhet. Et samfunns rådende ideologi er en potensiell kilde til lidelse ettersom den setter rammer for den enkeltes følelsesliv, tanke og handling. Ideologier kjennetegnes blant annet ved at de representerer tankemønstre som man over tid slutter å stille spørsmål ved, men tar for gitt. Alternative måter å betrakte verden på oppleves gjerne som irrelevante og unaturlige (Nafstad & Blakar, 2009; Nelson & Prilleltensky, 2010). Det tok for eksempel lang tid før stemmene som stilte spørsmålstegn ved de ideologiske antagelsene for apartheid i Sør-Afrika, ble hørt og anerkjent som naturlige og relevante (Cooper, 1990). På samme måte kan det tenkes at det finnes regjerende ideologier i dag som har et undertrykkende potensial, og som likevel tas for gitt som sanne.

Flere ser nyliberalismen som en potensiell undertrykkende ideologi i vår tid; ikke via ytre sanksjoner og direkte kontroll, men som en ideologi som styrer oss gjennom våre indre krav til oss selv (Ekeland, 2009; Madsen, 2009; Vetlesen, 2004). Ekeland (2009) viser til denne endringen fra indre til ytre styring når han hevder at psykologi har blitt ideologi. Det psykologiske begrepet selvrealisering kan tjene som en illustrasjon. Som et ideologisk begrep blir selvrealisering ikke bare noe beskrivende, men også noe vi bør gjøre (Nafstad & Blakar, 2009). Går vi oss vill i søken etter selvrealisering, forteller den internaliserte ideologien oss at vi har vår egen utilstrekkelige psyke å takke (Madsen, 2010; Vetlesen, 2004). Derfra er veien kort til skamfølelse og opplevelsen av å være feil. En lignende kritisk stemme kommer fra Ehrenreich (2009). Hun retter oppmerksomheten mot den positive psykologiens antagelse om at individet på ulike måter kan og skal forandre seg for å oppnå mer tilfredshet og lykke i livet; en antagelse som ironisk nok har et undertrykkende potensial i seg.

Samfunnets ideologi kan altså, gjennom tankegods fra psykologien selv, bidra til å skape grobunn for psykiske lidelser, eller det vi heller bør kalle sosiale lidelser. Ekeland (2009) viser til psykologiens tosidige samfunnsrolle når han skriver:

Som praksis i terapirommet kan den utvilsomt gi hjelp til skadeskutte sjeler. Som diskurs er den i ferd med å påføre oss alle en farlig illusjon: Vi er frie og uavhengige individ som selv kan frigjøre de kreftene som trengs for å realisere våre personlige livsmål. Underforstått: Går det ille, har du selv ansvaret. (s.103)

Den kliniske psykologien har vunnet legitimitet nettopp fordi forklaringene ellers i dagens samfunn også ligger på det individuelle og psykologiske plan (Madsen, 2010; Ekeland, 2012). Hvorvidt disse individualpsykologiske forklaringene får råde grunnen mer eller mindre alene på psykologutdanningen, i profesjonens selvforståelse og i psykoterapeutisk praksis, vil være avgjørende for norske psykologers evne til å ta et samfunnsperspektiv.

## Psykologutdanningen: Et fraværende samfunnsperspektiv

Det ville være naturlig å tenke seg at samfunnsperspektivet er innlemmet som en del av psykologutdanningen. Vår egen erfaring fra studiene samsvarer derimot med Olsens (2010) påpekning av at samfunns-, sosial- og organisasjonspsykologi i stor grad er faset ut til masterprogrammene. Et talende eksempel i så måte er at Bronfenbrenner, grunnleggeren av økologisk systemteori, ikke nevnes i læreboken som benyttes på de fleste introduksjonskurs i psykologi: Passer og Smiths (2010) *Psychology. The science of mind and behavior*. Tittelen alene forteller om et individ løsrevet fra en større samfunnskontekst.

Profesjonsutdanningen mister slik samfunnsperspektivet, og snevrer inn forståelsesrommet for kommende psykologer. Olsen peker på en rekke områder der psykologer er naturlige aktører, og hvor et samfunnsperspektiv kan bidra til å løse problemer. Dette handler blant annet om økende sykefravær, befolkningens psykiske helse, og situasjoner der miljøfaktorer som fattigdom og avmakt i arbeidslivet spiller en avgjørende rolle. Flere av problemene Olsen tar opp, setter spørsmålsteget ved de vanlige rammene for klinisk virksomhet, som er det arbeidet profesjonsstudenter i psykologi trenes opp i. Et viktig spørsmål blir om den nyutdannede psykologen er rustet til å se de ulike samfunnsnivåene rundt den unge sykemeldte klienten som sitter på psykologkontoret.

Men det er ikke bare ulike samfunnsrelaterte fag innenfor psykologien som neglisjeres på profesjonsstudiet. Et fraværende samfunnsperspektiv viser seg også i etikkundervisningen. Etikkundervisning er viktig for å øke *den moralske handlingskompetansen* (Solbrekke, 2008) til fremtidige psykologer. Profesjonsstudentene anser selv den rådende yrkesetiske opplæringen som mangelfull og mener den er begrenset til lovregulerte forhold mellom kliniker og klient (Solbrekke, 2007, 2008). Dagens etikkundervisning ved Universitetet i Oslo er tett knyttet opp mot helsepersonelloven, med et særlig fokus på hva man som kliniker ikke skal gjøre i forholdet til en klient. Det Nafstad (2004) kaller områdeetikk – etiske problemstillinger knyttet til fagets underliggende ideologiske ideer og antagelser – er i stor grad fraværende. Et unntak er kurset «Perspektiver på psykologien», hvor det undervises i områdeetikk. Men til tross for dette synes altså ikke behovet for områdeetiske tematiseringer å være dekket blant studentene (Solbrekke, 2007).

## Profesjonens selvforståelse

Psykologforeningens uttaler gir innblikk i hvordan profesjonen selv ser på sin samfunnsrolle. Blant Psykologforeningens målsettinger i perioden 2004–2010 finner vi ønsker om økt psykologtilgjengelighet i kommunale tjenester, flere psykologer i lederstillinger, et psykologisk

lavterskeltilbud til befolkningen, samt et ønske om at psykologfaglige synspunkter må sterkere inn i samfunnsdebatten (Madsen, 2010). Dette ble videreført og ytterligere spesifisert på Landsmøtet 2010 som et lavterskeltilbud til befolkningen i et livsløpsperspektiv (Psykologforeningen, 2010). Målene gjenspeiler tanken om at mer psykologi i samfunnet er et gode.

Madsen (2010) eksemplifiserer dette blant annet gjennom en bloggtekst av Psykologforeningens president Tor Levin Hofgaard. For mens helseminister Sylvia Brustad reagerer med bekymring når Sykehuset Buskerud melder om en tredobling i antall småbarn som går i terapi i løpet av ett år, mener presidenten at dette like gjerne kan forstås som at profesjonsutøverne har blitt flinkere til å avdekke nye tilfeller. Hofgaards kliniske blikk på verden representerer det Madsen kaller *profesjonstenkningens etos*, hvor den økende bruken av psykologer betegnes som «en ønskelig og god utvikling, mens denne hjelpen selv sjelden blir problematisert og gjenstand for en kritisk analyse» (Madsen, 2010, s. 155). Da uteblir et større samfunnsperspektiv på så vel psykiske lidelser som profesjonens praksis. Dette står i kontrast til det samfunnspsykologene Nelson og Prilleltensky (2010) beskriver som sentralt i arbeid for å skape sosial endring for å forbedre menneskers livskvalitet og livsvilkår, nemlig å utfordre antagelser som tas for gitt, redefinere problemer, bevisstgjøring rundt problemenes opphav og å gjøre det usynlige synlig (Nelson & Prilleltensky, 2010). Å forbedre menneskers livskvalitet og livsvilkår inngår i Psykologforeningens formålsparagrafer. Men dersom profesjonstenkningens etos får råde, vil viktige samfunnsmessige og strukturelle forhold kunne bli oversett, og det usynlige forbli usynlig.

Å skape sosial endring er trolig en fjern tanke og store ord for mange psykologer i dag. Nøytralitet har vært og er en verdi som står sterkt i psykologien (Anderssen & Dundas, 2009). Samfunnsengasjement er nødvendigvis et ideologisk anliggende, da det innebærer et valg om hva som er rett; da er ikke nøytralitet mulig. For flere er også nøytralitet et kunstig og tildekkende begrep (Anderssen & Dundas, 2009; Blakar & Nafstad, 2004; Ekland, 2012). Nøytralitet som ideal gjenspeiler slik et manglende samfunnsperspektiv i profesjonens selvforståelse. Mens samfunnsperspektivet representerer et blikk fra «utsiden», et blikk som kan lede til bevisstgjøring om profesjonen som ikkenøytral, men heller farget av samtidens ideologiske strømninger.

### *Nøytralitet som ideal gjenspeiler et manglende samfunnsperspektiv i profesjonens selvforståelse*

I samfunnspsykologisk arbeid har man beveget seg fra idealet om nøytralitet til et ideal om åpenhet; man ønsker å være åpen om sine overbevisninger og analyser. Deretter er det opp til mottakeren – enten det er politikere, organisasjoner eller klienter – å bruke eller forkaste de foreslåtte sammenhengene (Nelson & Prilleltensky, 2010). Sammenhengene kan handle om forholdet mellom arbeidsplassens krav og klientens utbrenthet; individualiseringen og den sykemeldtes ensomhet; for få tilpassede arbeidsplasser og den trygdedes opplevelse av verdiløshet. Ved å fokusere på slike sammenhenger tones nøytraliteten ned, og eget ståsted synliggjøres.

## **Psykoterapeutisk praksis og empowerment**

Psykologens perspektiv former psykologens forståelse av klienten. Diagnosen moderat depresjon kan forstås som dysfunksjonelle tankemønstre og attribusjoner, som dypereliggende og ubevisste motiver eller som manglende fokus på det positive i livet. De ulike perspektivene knyttes likvel sammen av et felles perspektiv: Alle legger vekten på klienten som *både* opphavet til og løsningen på sine

problemer. Det er ikke de samfunnsmessige forklaringene klienten får servert i terapirommet, det er de individuelle.

Individualiseringen av psykiske lidelser gjør at man lett overser at større forhold enn den enkeltes har betydning for ens livskvalitet. Individualterapi hjelper kanskje den enkelte, men kamuflerer samtidig kilder til lidelse som kan ligge i lokalmiljøet eller på samfunnsnivå, kanskje med urettferdig global ressursfordeling som kronksempet. Terapien lindrer sår, uten å konfrontere sårenes opprinnelse (Nelson & Prilleltensky, 2010). Prilleltensky (2008) mener at både samfunnsmessige og psykologiske forklaringer må med når menneskelig lidelse og livskvalitet skal forstås:

By themselves, neither psychological nor political explanations suffice in accounting for the sources of suffering and human welfare. By the same token, neither political nor psychological interventions alone can improve human welfare. (s.129)

Empowerment er et overordnet mål i samfunnspsykologisk arbeid (Nelson & Prilleltensky, 2010), og viser til hvordan de samfunnsmessige forklaringene og intervensjonene bør tas med i psykologisk praksis. Ordet mangler en god norsk oversettelse, men viser til det å få styrket innflytelse over sin egen situasjon. Å bli seg bevisst samfunnsmessige kilder til egen lidelse er et nødvendig første steg mot slik innflytelse, og klarer vi dette også i individuelterapien, kan klienten oppleve helt nye endringsmuligheter. Som når psykologen og den unge kvinnen med spiseforstyrrelse sammen skriver et innlegg til Si:D-sidene i Aftenposten om opplevelsen av å stå alene som ansvarlig hvis hun mislykkes i de valgene hun tar. Slik kan klienten begynne en prosess mot styrket innflytelse i sitt eget liv og i samfunnet.

Empowerment-begrepet handler ikke bare om mobilisering av folks egne krefter, men også om å nøytralisere krefter som leder til avmakt (Thesen & Malterud, 2001). Det betyr å motvirke samfunnsbetinget undertrykking for at klienter skal bli friske og få beholde helsen. Joranger (2009) viser hvordan den samfunnsmessige undertrykkingen kan videreføres inn i det psykisk helsevern: Det *syke* mennesket fjernes fra det *friske* samfunnet. Et samfunnsperspektiv nyanserer bildet, ved at lidelsens forklaring ikke lenger utelukkende blir lagt hos den syke klienten. Da er det ikke lenger like åpenbart at «den syke» klienten skal fjernes fra «det friske» samfunnet. Å engasjere seg utover terapirommet ved å våge å gi en stemme til klientens *sosiale* lidelse i samfunnsdebatten kan være med på å nøytralisere krefter som skaper avmakt, det være seg fattigdom eller et uavhengighetsideal. Et slikt engasjement er avhengig av et samfunnsperspektiv som åpner for alternative betraktninger, slik at nyliberalismens tankegods bare blir ett mulig alternativ, og andre måter å forstå seg selv og verden på ikke lenger oppleves som irrelevante og unaturlige

## Fellesskap som alternativ

I en verden hvor velferdsstatens fellesskaplige idealer stadig offerer må vike for nyliberalismens privatisering og konkurranseutsetting, ser vi at enkeltindividene oftere må klare seg selv både materielt og mentalt. I motsetning viser Lunden (2003) oss fellesskapet som en ideologisk arv:

«Idiot» var for dei gamle grekarene (?) den som hadde ein horisont som var avgrensa til privat- eller intimsfæren. Sant menneskelig var å delta aktivt i det offentlege rommet.  
«Idiotisering» var for grekarane privatisering.

Betegnelsen «idiot» virker nok underlig for dagens leser, men viser hvor høyt grekerne verdsatte et samfunn som ikke begrenset seg til ulike former for privatisering. I dagens psykologi er imidlertid det fellesskapelige, blant annet forstått som delte goder og felles innsats, neglisjert (Flowers, 2005). I stedet er faget rettet mot hva som tjener *meg* eller *deg*, mens det som tjener *oss*, sjelden tas opp.

Å se mennesket i kontekst er samfunnsperspektivets viktige bidrag til psykoterapien. Å ha dette perspektivet med seg som psykolog fremmer ens blikk for kilder til psykisk lidelse som kan ligge utenfor pasienten, og dermed også ens evne til å intervensere også på dette nivået. Å *ikke* inkludere dette i psykologien som fag og praksis vil i tråd med gammel tradisjon kunne kalles idioti, og begrense terapiens endringsmuligheter.

## Referanser

- Anderssen, N. & Dundas, I. (2009). Psykologisk forskning og fellesskap – inklusjon, eksklusjon og normalitetsproduksjon. I H. E. Nafstad & R. M. Blakar, *Fellesskap og individualisme* (s. 81–100). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bhana, A., Petersen, I. & Rochat, T. (2007). Community psychology in South Africa. I S. M. Reich, M. R. Riemer, I. Prilleltensky & M. Montero (red.), *International community psychology: history and theories* (s. 377–391). New York: Springer.
- Blakar, R. M. & Nafstad, H. E. (2004). Kommunikasjon, etikk og motivasjon. I H. E. Nafstad (red.), *Det omsorgsfulle mennesket – et psykologisk alternativ* (s. 150–176). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Cooper, S., Nicholas, L. J., Seedat, M. & Statman, J. M. (1990). Psychology and Apartheid: The Struggle for Psychology in South Africa. I L. J. Nicholas & S. Cooper (red.), *Psychology and Apartheid* (s. 1–21). Cape Town: Vision.
- Ehrenreich, B. (2009). *Smile or die*. London: Granta Publications.
- Ekeland, T.-J. (2009). Psykologi – den gode kunnskapen? I H. E. Nafstad & R. M. Blakar, *Fellesskap og individualisme* (s. 101–134). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Ekeland, T.-J. (2012). Sjelens ingeniørkunst. Om psykologien og psykologens selvforståelse. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 49, 747–752.
- Fowers, B. (2005). *Virtue and psychology: pursuing excellence in ordinary practices*. Washington, DC: APA Press.
- Joranger, L. (2009). Moderne forvaltningsidealer og psykiatrimakt. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 46, 1186–1190.
- Lunden, K. (2003). Feminisering eller idiotisering. *Morgenbladet*. Hentet 22 mai 2011, fra <http://www.morgenbladet.no/article/20031128/UNKNOWN/311280343>
- Madsen, O. J. (2009). Psykologi, samfunn og etikk. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 45(2), 144–152.
- Madsen, O. J. (2010). *Den terapeutiske kultur*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Nafstad, H. E. (2004). Mennesket – egoistisk ja, men også altruistisk. I H. E. Nafstad (red.), *Det omsorgsfulle mennesket – et psykologisk alternativ* (s. 55–82). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Nafstad, H. E. & Blakar, R. M. (2009). Ideologier om fellesskapsordninger i en nyliberalistisk tid. I H. E. Nafstad & R. M. Blakar, *Fellesskap og individualisme* (s. 135–148). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Nafstad, H. E., Blakar, R. M. & Rand-Hendriksen, K. (2009). Individualisme og fellesskapsverdier i dagens norske samfunn. I H. E. Nafstad & R. M. Blakar (red.), *Fellesskap og individualisme* (s. 149–163). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Nelson, G. & Prilleltensky, I. (2010). Community Psychology – in pursuit of liberation and well-being (s. 25–47, 227–249). Palgrave Macmillan.

- Olsen, B. 2010. Norsk klinisk psykologforening. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*. 47 (1), 65–67.
- Passer, M. W. & Smith, R. E. (2008). *Psychology. The science of Mind and Behavior (4th ed.)*. McGraw-Hill International Edition.
- Prilleltensky, I. (2008). The role of power in wellness, oppression, and liberation: The promise of psychological validity. *Journal of Community Psychology*, 38(2), 116–136.
- Psykologforeningen, Referat fra Landsmøtet (2010): Hentet 23.10.2012, fra <http://www.psykologforeningen.no/Foreningen/Landsmoetet-2010>
- Psykologforeningen, Fag og Profesjon (2012): Hentet 10.11.2012, fra <http://psykologforeningen.no/Fag-og-profesjon/Om-psykologer/Hvor-jobber->
- Solbrekke, T. D. (2007). Understanding Conceptions of Professional Responsibility. Doktoravhandling. Series of dissertations submitted to Det utdanningsvitenskapelige fakultet, Universitetet I Oslo, 88, s. 1–119. (Referert i Solbrekke, 2008.)
- Solbrekke, T. D. 2008. Læring av yrkesetikk – nytter utdanning? En forskningsbasert fremstilling. *Nordic Journal of Applied Ethics*, 2(2), 115–136.
- Thesen, J & Malterud, K. (2001). «Empowerment» og pasientstyrking – et undervisningsopplegg. *Tidsskrift for Den norske legeförening*, 121:1624–1628.
- Vetlesen, A. J. (2004). Det frie mennesket? Et sosialfilosofisk blikk på patologiene i opsjonssamfunnet. I det omsorgsfulle mennesket. I H. E. Nafstad (red.), *Det omsorgsfulle mennesket – et psykologisk alternativ* (s. 17–54). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Vetlesen, A. J. (2009). Fellesskap i individualisemens tidsalder. I H. E. Nafstad & R. M. Blakar, *Fellesskap og individualisme* (s. 19–55). Oslo: Gyldendal Akademisk.