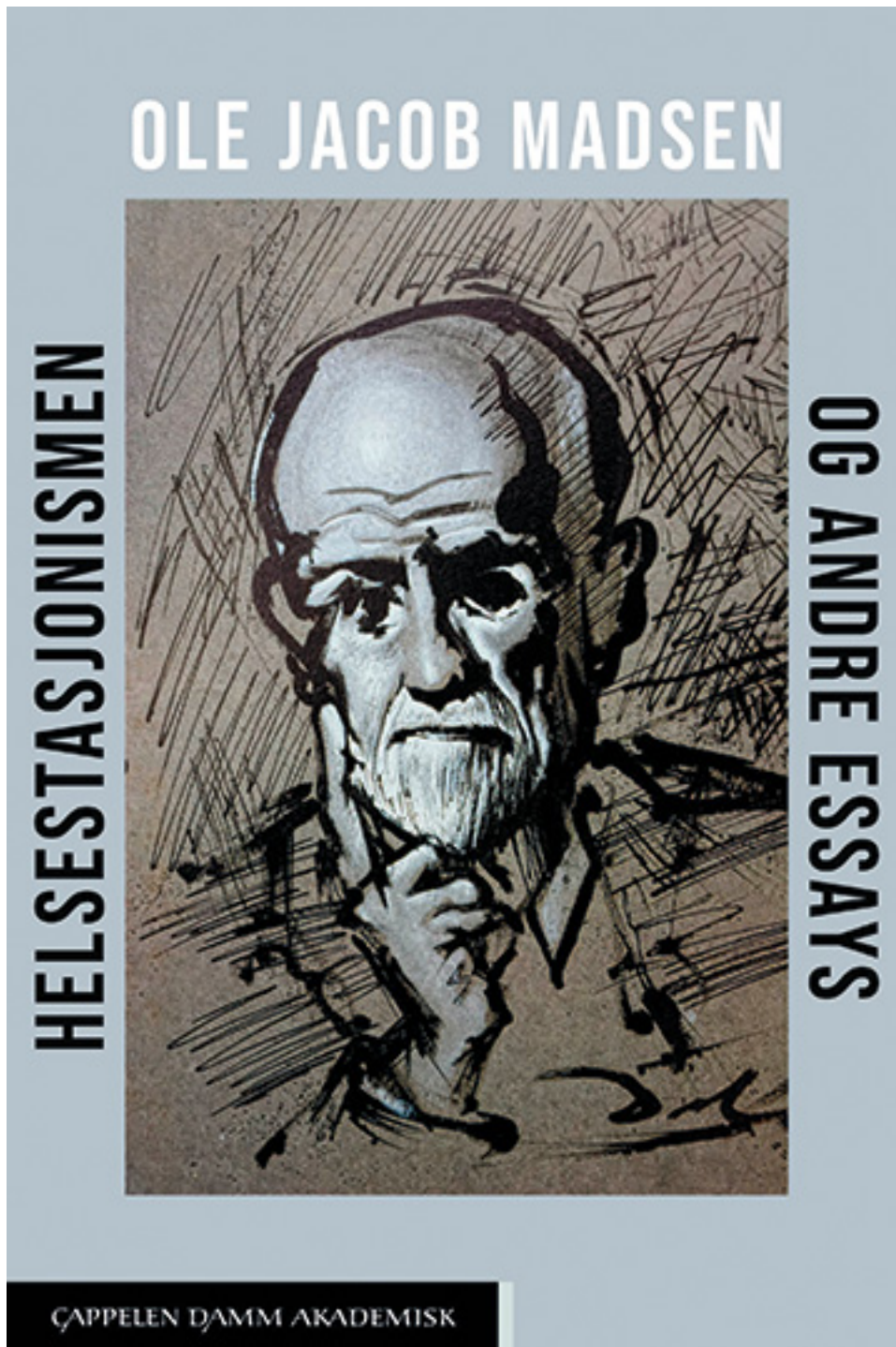


Tilbake til den terapeutiske kultur

Helén Ingrid Andreassen

Ole Jacob Madsens skriver om velkjente temaer. Men selv når jeg tror jeg vet hvor han vil med et essay, blir jeg overrasket og må konfrontere min egen forutinntatthet.



BOK Helsestasjonismen og andre essays **FORFATTER** Ole Jacob Madsen **ÅR** 2024 **FORLAG** Cappelen Damm **SIDER** 216

Ole Jacob Madsen har gjennom mange år skrevet bøker og tekster som utfordrer psykologiprofesjonen, den terapeutiske kulturen og sannheter vi tar for gitt. *Helsestasjonismen og andre essays* er intet unntak. Denne boken gir leseren en rik samling av Madsens tekster som har blitt publisert i aviser og tidsskrifter gjennom de siste tiårene. Temaene han utforsker, inkluderer psykologi, selvhjelp, ideologi, mannskrisen, klimakrisen, ungdom og teknologi. Bokens mangfold gjenspeiler Madsens evne til å problematisere ulike aspekter ved samfunnet og se hvordan psykologien former vår kultur og samtid. Det er lettere å analysere historien enn samtiden, men Madsen er god til å løfte blikket og se hvilke underliggende premisser som preger nåtiden. Han er generelt kritisk til den terapeutiske kulturen, individualiseringen av samfunnet – og psykologers rolle i dette – manglende maktanalyse og dårlig bruk av forskning, for å nevne noe.

Insentiverende diagnoser

Tittleessayet befinner seg i bokens første og største del, «Psykologi». Madsen beskriver på en gjenkjennelig måte hvordan foreldre føler seg forpliktet til å takke ja til all hjelp og utredning de får tilbud om, og hvordan psykiske helsebegreper brukes til å forklare barns atferd. Dette essayet festet seg hos meg som et tydelig eksempel på hvordan optimal helse er fokus på stadig flere arenaer, og hvordan mye innen normalspekteret kan problematiseres. I vår iver etter å forebygge kan vi også ende med å sette for mange diagnoser, problematisere normal fungering og psykologisere. Madsen peker også på flere krefter som driver psykologisering og individualisering fremover. Når diagnoser blir inngangsporten til rettigheter for enkeltpersoner og økt bemanning for skole/barnehage, skaper det insentiver for systemer og enkeltpersoner til å fokusere på psykisk helse som årsaksforklaring.

Selv når jeg tror jeg vet hva Madsen vil med et essay, blir jeg overrasket og må konfrontere min egen forutinntatthet. I diskusjonene rundt barn og unges psykiske helse har UNGDATA-undersøkelsen blitt kritisert, og man kan se en tendens til tretthet rundt temaet. Her overrasker Madsen med å problematisere også denne problematiseringen. Hvorfor tar vi det for gitt at studentene overrapporterer? På mange måter er det tøffere å være student nå enn før, og det å redusere dette til en debatt om studenter/ungdom syter eller ikke, er en beleilig måte å slippe å debattere studentenes krevende levekår. Madsen viser gjennom mange eksempler hvordan psykologiens inntreden i alle samfunnsområder bidrar til å individualisere problemstillinger som egentlig er mer komplekse – heller enn å få til systemiske tiltak som koster penger og krever ubehagelige politiske prioriteringer.



Gjennom Madsens øyne Boken gir leseren en rik samling av Madsens tekster som har blitt publisert i aviser og tidsskrifter gjennom de siste tiårene, skriver anmelder. Foto: Fartein Rudjord

De gode intensjoners tyranni

Et annet gjennomgangstema i boken er hvordan tilsynelatende gode intensjoner og økt kunnskap om psykisk helse kan føre til uheldige konsekvenser for individ og samfunn. Mange, inkludert meg selv, har betraktet økt kunnskap om psykisk helse som et gode. Men ønsket om å spre kunnskap og skape *empowerment* kan føre til at mange føler seg mislykket, fordi de ikke klarer å endre livene sine eller seg selv helt på egen hånd. Både mennesker og systemer krever mer enn bare viljestyrke og individuell innsats for å skape endring. Og som individ formes du og må forholde deg til betingelsene fra samfunnet rundt. Det kan psykologifaget godt ta mer til seg enn i dag. Psykologifaget har blitt en definerende del av vår kultur og samfunnsforståelse, men vi må samtidig ta innover oss at det er flere krefter som påvirker oss enn kun vårt eget fagfelt.

Jeg blir sittende igjen med en ekkel følelse av at psykologien kan brukes som en unnskyldning for å slippe å ta ansvar på et systemisk nivå. Det nyliberale toget ruller videre, og psykisk helse-rammen blir en beleilig kontekst å forstå samfunnsproblemer for de som sitter med makten til å gjøre systemendringer. Mental helse er i fokus, mens politikken abdiserer, og individualiseringen fører til at individet selv blir ansvarlig for å håndtere sine vansker. I dag blir psykiske helseplager i liten grad betraktet i en sosial og politisk kontekst, noe som begrenser muligheten til å håndtere dem på en mer helhetlig måte (utover å øke tilbudet av psykologer og terapi).

... vi må samtidig ta innover oss at det er flere krefter som påvirker oss enn kun vårt eget fagfelt

Hvem er meningsmotstanderne?

Det er enkelt å være enig med Madsens kritikk og problematisering av psykologi som forklaringsmodell på det meste. Men jeg lurer også på hvem eller hva Madsen konkret kritiserer. Det er åpenbart at han stiller spørsmål ved og kritiserer den rådende tidsånden og mange av sannhetene vi tar for gitt, men hvem kjemper han egentlig mot? Hvem er det som forsterker og ønsker seg et samfunn med individfokus, der en selv må ta ansvar for sin psykiske helse, klimakrisen og utenforskap? Er det politikerne? Madsen kommer med en betimelig kritikk av venstresidens fravær i diskursene om psykisk helse, og som vanlig treffer han sylskarpt. Men det fremstår ikke som han mener at disse har skylda alene. Er det psykologenes feil? Nyliberalismen? Psykologforeningen? Det er vanskelig å identifisere nøyaktig hvem som er hans motstandere. Kanskje er det nettopp den terapeutiske kultur, som han har skrevet så godt om før, og da må vi også hente inn sosiologene, historikerne og statsviterne, som sammen kan finne gode svar på hvordan vi havnet her og hva vi kan gjøre med det. Det å kritisere kulturen blir jo også en ganske vag størrelse, for hvordan får man egentlig en kultur til å skjerpe seg eller snu? Eller en profesjon? I forbindelse med lanseringen av *Helsestasjonismen* ble det sagt at Madsen har blitt anklaget for å «pisse i eget reir». Det er lett å forstå at mange føler seg truffet når kritikken handler om selve kulturen, profesjonen og tiden vi lever i. Jeg blir derimot sittende igjen uten helt å vite hva jeg skal gjøre annet enn å bekymre meg for kulturens og profesjonens utvikling.

Jeg blir derimot sittende igjen uten helt å vite hva jeg skal gjøre annet enn å bekymre meg

Savner løsninger

Et annet element jeg savner etter å ha lest boken, er noe Madsen selv har påpekt at han mangler: løsningene. Det er selvsagt legitimt å være kritisk uten å komme med konkrete forslag til løsninger. Kritikk i seg selv er viktig, både for å utvide horisonten og sette i gang diskurser om viktige temaer. Å alltid kreve at kritikere skal komme med løsningsforslag kan også være en måte å undertrykke kritikk på. Man kan derfor spørre seg om det er for få, snarere enn for mange, som føler seg truffet av Madsens kritikk. Som så mange andre nikker jeg og tenker over hvor interessant det er at noen legger merke til hvordan psykologien kan bidra til å legge sten til byrden, og utfordrer sannheter vi tar for gitt. I flere tiår har Madsen påpekt hvordan psykologien som fag kan bidra negativt og forsterke problemene i samfunnet, men jeg kan ikke se at han har fått så mange konkrete svar. Psykologene har gjort sin inntreden i kommunene, forvaltning og innen forebygging, mens vi fortsatt jobber primært individuelt og terapeutisk, selv om mange psykologer ønsker å jobbe mer tverrfaglig, systemisk og forebyggende. Psykologforeningen tar ofte til orde for tverrfaglig behandling og samhandling, men jeg får inntrykk av at både samfunnet og vi selv ser på oss som kun individ-behandlere.

Det er svært viktig at kritikken av psykologiseringen av samfunnet ikke medfører kutt i psykisk helsevern. Selv om alt ikke trenger å forstås i en individualpsykologisk løsning, vil det alltid være behov for et robust psykisk helsesystem for de som trenger det. Jeg vil derfor utfordre premisset om at individfokus og individualterapi *alltid* fører til individualisering og at vi går i nyliberalismens ærend. For det første vil vi nok aldri forebygge oss ut av psykisk uhelse, noen vil alltid trenge behandling. For det andre kan terapi også være frigjøring, plassering av ansvar der det hører hjemme og ekte empowerment som også er samfunnsendrende. Det å hjelpe mennesker ut av undertrykkelse, PTSD

eller andre lidelser helt eller delvis forårsaket av urettferdighet, er med på å frigjøre den enkelte og skape samfunnsborgere som kan bruke sin historie til å endre verden.

Veien videre

Psykologi er imidlertid ikke bare individualterapi. Kanskje ligger deler av svaret i samfunnspsykologien, et felt som ikke tar mye plass i psykologifaget her i Norge, men som står mye sterkere internasjonalt. Å ta tak i store samfunnsspørsmål med denne tilnærmingen er mulig, men lite diskutert. Det handler blant annet om forebygging, folkehelse, intervensjoner på gruppenivå. Et sentralt poeng her er at psykologprofesjonen ikke er enerådende i møte med samfunnet, som vi til en viss grad er når det gjelder behandling på individnivå. Diagnostisering og behandling av hele samfunnet er det mange som driver med, både akademisk og rent praktisk. Og kanskje er dette også den naturlige forlengelsen av Ole Jacob Madsens kritiske prosjekt – et punkt hvor vi ikke løser problemet med psykologisering med mer individualterapi, men vender oss ut samfunnet og mot andre faggrupper. Slik kan vi sammen ta fatt på å løse noen av problemene som *Helsestasjonismen* formulerer, uten å kaste ut babyen med badevannet.

Merknad. Anmelder er nestleder i Oslo NPF og leder av Yngre Psykologers Utvalg. Psykologforeningen omtales kort i Madsens bok.