

## Sosiale medier krever god rolleforståelse og etisk bevissthet

Fagetisk råd  
mette.ekenes.garmannslund@helse-bergen.no

Fagetisk råd består av Mette E. Garmannslund (leder), Ole Magnus Vik (nestleder), Anne Marthe#K. Hanstveit, Hanne-Marthe Liabø, Turid Moen, Hilde Sundvor Brendalsmo, Olaug A. Trøan, Ida Marie Eide, Pravin Tembjerg#og Jon Rekstad.

Applausen bør ikke avhenge av antall følgere og stilige priser, men av klok forvaltning av ansvar.



Mette E. Garmannslund

Foto: privat

Psykologer beveger seg ut på stadig nye arenaer i samfunnslivet, og det er viktig å ta debatten som nå pågår om deltakelse i sosiale medier (Abrahamsen, 2025; Gunstveit, 2025; Kristiansen, 2025; Selland, 2025; Sjølie, 2025). Det kan sees på som ønsket pionerarbeid å bringe faget dit mennesker søker informasjon og støtte. Kanskje det kan være etisk problematisk å la være? Samtidig mener vi i Fagetisk råd (FER) at sosiale medier er et komplekst og utfordrende landskap som krever god rolleforståelse og etisk bevissthet. Applausen bør ikke avhenge av antall følgere og stilige priser, men av klok forvaltning av ansvar.

## Rolleforståelse og etikk

Når det gjelder rolleforståelse, etikk og sosiale medier, melder tre spørsmål seg. Hvor går skillet mellom privatperson og psykolog, hvilket ansvar har vi overfor andre, og hva kan bidra til etisk praksis? Vi i FER mener at Etske prinsipper for nordiske psykologer (Norsk psykologforening, 2022, heretter forkortet EPNP) gir hjelp til å finne svar på disse spørsmålene.

Først og fremst må vi som psykologer avklare hvilken rolle vi opptre ut fra. Som privatpersoner er handlingsrommet vårt ganske stort, men vi må også da være psykologrollen bevisst. Det vi gjør som privatpersoner, kan påvirke hvordan andre oppfatter oss og psykologstanden. Vi må tenke gjennom hva som er uproblematisk å fronte i det offentlige rom, og hva vi eventuelt bør avstå fra.

## Mulighet for å gjøre skade

Andre ganger er det klart at vi handler som psykolog. Da forplikter etiske prinsipper på samme måte som i terapirommet. Det mest problematiske er kanskje når vi hopper bukk over rolleavklaringen – overfor oss selv eller mottakerne av det vi formidler. Da kan vi fort ha flere hatter på én gang, eller feil hatt til feil tid. EPNP gir oss grunn til å hevde at psykologer er psykologer også i sosiale medier, noen ganger uten å mene det selv. Følgerne kan noen ganger anses som klienter.

En influenser i sosiale medier kan ifølge ChatGPT ha en betydelig følgerskare på ulike plattformer og påvirke følgernes meninger, holdninger og valg gjennom innholdet som publiseres. Dersom vi plusser på psykologers særskilte kunnskap og makt, kan vi kanskje anses som «super-influensere»? Dette kan ha et positivt potensial dersom det forankres i forsvarlig og etisk praksis, men også ha mulighet for å gjøre skade dersom psykologen ikke er sitt ansvar bevisst.

## Prinsipper, ikke atferdsregler

I en kompleks kontekst er det forståelig at det etterlyses klarere etiske retningslinjer. EPNP sier lite om hvordan psykologer konkret skal handle. EPNP er utformet som prinsipper heller enn atferdsregler for å kunne gjelde i mange situasjoner og være gyldige over tid. Det mener vi er en styrke. Samtidig kan nok gapet mellom EPNP og praksis virke stort, spesielt når psykologer beveger seg ut på nye og utradisjonelle områder. Men vi i FER tror ikke at klare atferdsregler vil være løsningen. For hvilke regler kan sikre etisk praksis i et fagfelt som er så komplekst og forbundet med så mye usikkerhet som vårt? Relevansen og nytten av prinsippene ligger i å kontinuerlig anvende dem i reflekterende praksis.

## Spørsmål for refleksjon

For at de etiske prinsippene skal vise oss vei her og nå, er det nyttig å bruke dem som utgangspunkt for refleksjonsspørsmål innen de fire prinsippene Respekt, Kompetanse, Ansvar og Integritet. Alle spørsmålene kan starte med «Dersom jeg legger ut dette i sosiale medier ...», og fortsette slik:

- ... viser jeg da respekt for andres grunnleggende rettigheter, verdighet og integritet? For andres kunnskap, innsikt, erfaring og ekspertise? For kollegers og andre yrkesgruppers særlige kompetanse, forpliktelse og ansvar? Ivaretar jeg konfidensialitet, taushetsplikt og retten til informert samtykke?
- ... har jeg nok kompetanse og informasjon til å uttale meg som jeg gjør? Er det jeg formidler, riktig, og står det seg i drøfting med kolleger? Er rammebetingelsene gode nok for at jeg kan bruke kompetansen min på denne måten?
- ... hvordan kan det jeg gjør, påvirke andres oppfatning av yrkesgruppen min? Hvordan kan det bli oppfattet og brukt av andre? Kan det skade eller misbrukes? Har jeg klargjort eventuelle etiske dilemma og rådført meg med andre?
- ... opptrer jeg ærlig, upartisk og respektfullt overfor berørte parter? Har jeg klargjort min egen rolle? Er jeg saklig og nøyaktig når jeg uttaler meg? Er jeg oppmerksom på grenser, profesjonalitet og rolle, og bevisst om egne behov, holdninger og vurderinger som påvirker?

## Ingen etisk bar bakke

Disse spørsmålene er ikke uttømmende, men kan være en god start. Dersom vi ser etisk refleksjon som det viktigste virkemiddelet for etisk praksis, står vi på ingen måte på etisk bar bakke i sosiale medier. Skulle det utformes en ny tekst for å sikre etisk praksis i sosiale medier, mener FER at det viktigste er at den stimulerer etisk refleksjon – alene og sammen med andre.

## Referanser

- Abrahamsen, M. (2025). En etterlengtet diskusjon om fagformidling i sosiale medier. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as01ae-En%20etterlengtet%20diskusjon%20om%20fagformidling%20p%C3%A5%20sosiale%20medier>
- Gunstveit, D. (2025). Når psykologen blir influenser. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 62(1), 40–43. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as01ae-N%C3%A5r%20psykologen%20blir%20influenser>
- Kristiansen, V. (2025, 6. januar). Tilsvar til «Når psykologen blir influenser». *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as01ae-Tilsvar%20til%20%C2%ABN%C3%A5r%20psykologen%20blir%20influenser%C2%BB>
- Norsk psykologforening (2022, 25. november). Etiske prinsipper for nordiske psykologer. *Norsk psykologforening*. <https://www.psykologforeningen.no/fag-og-politikk/etikk/etiske-prinsipper-for-nordiske-psykologer>
- Selland, L. (2025, 10. januar). Psykologer trengs i sosiale medier. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as01ae-Psykologer%20trengs%20i%20sosiale%20medier>

Sjølie, E. (2025, 9. januar). Et skjørt skille mellom konto og person. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as01ae-Et%20skj%C3%B8rt%20skille%20mellom%20konto%20og%20person>