

Er woke relevant for psykologisk praksis?



Silje Stevens

Begrepet woke kan være nyttig for å forstå dynamikker i samtiden og fagetiske debatter.

path: /var/lib/sites/psykologtidsskriftet/storage/element/image/article/2025/02/Er-woke-relevant-for-psykologisk-praksis-/01.jpg



Silje Stevens

Foto: privat

Begrepet woke, eller originalt *stay woke*, oppstod i USA på 1920-tallet ved slavetidens slutt (Choi & Knudsen, 2024). Intensjonen var å fungere som en advarsel eller oppfordring til fargede personer: Husk å «stay woke», det vil si: Vær årvåken i møte med urettferdighet og strukturer som kan diskriminere. Jeg er nysgjerrig på hvorvidt fenomenet kan ha relevans innenfor vårt fagfelt – og i så fall, på hvilken måte. Jeg lurer på om woke kan ha en form for samfunnspsykologisk nytteverdi, men opplever først et behov for å utforske hva woke egentlig er. Jeg forstår begrepet i hovedsak som et verb, altså en handling eller noe vi aktivt velger å gjøre. Andre forstår kanskje woke som et adjektiv – noe man *er*, eller en slags identitetsmarkør. Jeg tror noe av kontroversen rundt begrepet handler om at vi forstår begrepet på ulike måter.

Wokes relevans for psykologifaget

Jeg vil påstå at woke er relevant for faget vårt av mange grunner. Blant dem kan teorien om minoritetsstress (Jessen, 2024) nevnes, og økt oppmerksomhet på bias og skjevheter i forskning. I tillegg kan det koples til psykologiske konsepter som opplevelse av urett, og påfølgende handlingstendenser, som å demonstrere mot denne opplevde uretten. Boutaleb og Rosslund (2024) er gode eksempler på woke psykologer, som har kritisert fagforeningen for deres manglende handling når det gjelder krigen i Gaza. Mer om det senere.

Danby Choi sier at woke personer ikke tåler uenighet, og mener dette fører til kansellering av personer som ikke mener det politisk korrekte (Choi & Knudsen, 2024). Psykologer er, i alle fall på papiret, opptatt av kritisk tenkning, empiri og etikk. Uenighet kan inspirere til å undersøke fenomener nærmere, og er også viktig i terapeutisk kontekst. Dersom Choisis analyse av begrepet stemmer, og at woke-holdninger fører til mindre deltakelse i viktige debatter, kan det true noen av våre faglige verdier.

En rask titt på Facebook-gruppen *Psykologer* viser et tidvis ufint debattklima, særlig innenfor kontroversielle temaer. Som nyutdannet kunne jeg ofte la meg provosere av «trollene» der inne, og ble skuffet over hvor krasse kolleger kunne være mot hverandre. Likevel er aktiviteten i gruppen fremdeles høy, noe jeg velger å tolke som et tegn på at vi som faggruppe tåler uenighet ganske godt – i alle fall slutter vi ikke å uttale oss selv om enkelte gir harde tilbakemeldinger. Jeg har derfor inntrykk av at kanselleringen som Choi frykter, i alle fall ikke har fått særlig rotfeste i vårt miljø.



Trenger vi kalle det woke?

Da jeg var tilskuer på et foredrag med Danby Choi og Lisa Esohel Knudsen (2024), var det noen i salen som spurte hvorfor vi ikke bare kan kalle woke for «folkeskikk» eller «å følge kardemommeloven». Kanskje vi behøver en slik god fornorskning, i stedet for å forsøke å adoptere et historisk amerikansk begrep. For jeg tror noe av årsaken til at woke skaper så mye debatt, er fordi det ikke er et begrep vi naturlig har eierskap til, og som er tilpasset en amerikansk offentlighet.

Jeg ønsker ikke at høyresiden skal forkludre woke ved å la det bli et skjellsord for hårsåre moralister som i hovedsak heier frem politiske saker i sosiale medier, heller enn å engasjere seg «på ordentlig». Litt som folk før i tiden prøvde å bruke feminist som et skjellsord med assosiasjoner til hårete, surmaga kvinner. Ved å nøytralisere begrepene kan vi risikere å viske ut viktige historiske konnotasjoner, slik som 1920-tallets kamp mot rasisme. Som psykologer vet vi hvor viktig språket vårt er. Ordene vi velger å bruke, har stor definisjonsmakt. Det vil derfor være uklokt å avvise et begrep som har vært nyttig for mange gjennom tidene. Kanskje vi som psykologer kan bidra til å «ta tilbake» begrepet ved å møte det med nysgjerrighet. Hva legger personen vi snakker med, i begrepet, og hvordan kan vi bruke det som en måte å komme i kontakt med vår moralske bevissthet på? Og det å være moralsk bevisst er tross alt annerledes fra å være moraliserende. Det kan virke som Choi oftere kritiserer det sistnevnte, mens de som handler/er woke, knytter det til en moralsk bevissthet.

Hvis vi trekker paralleller til Boutaleb og Rosslands (2024) kritikk av fagforeningens manglende Palestina-støtte, leser jeg dem først og fremst som moralsk bevisste, men av noen kan de kanskje også oppfattes som moraliserende. Og dette er gjerne noe av problemet til woke personer, nemlig at retorikken kan virke avskrekkende eller frastøtende for enkelte – uten at dette betyr at sistnevnte har rett. Balansen mellom å ta tydelig standpunkt mot urett og fremføre budskapet sitt på en moraliserende måte er utfordrende. Men jeg tror psykologer kan bidra med sin kunnskap her, ved å bevisstgjøre hva som mobiliserer folk til handling, og hvordan man forhindrer at folk «faller av» på veien i målet om en bedre verden.

Woke-debatt i Psykologtidsskriftet

I debatten om Gaza mellom Boutaleb og Rossland (2024) og Mortensen (2024) ser vi som nevnt praktiske eksempler på woke. Boutaleb og Rossland viser til psykologers etiske retningslinjer og bruker dem som argument for å delta i et felles opprop for å støtte Palestina. Mortensen på sin side mener retningslinjene skal brukes i egen praksis – ikke for å påvirke en profesjon til å gjøre en felles politisk handling. Boutaleb og Rossland er hva jeg vil kalle woke i denne konteksten – de ønsker oppmerksomhet på uretten som begås mot det palestinske folk, og å ta aktive grep for å fremme sosial endring.

Og kan motsvaret til Mortensen bety at han ikke er like woke? Jeg syns i alle fall det er en styrke at man kan debattere noe så sårt som krigen i Gaza på et prinsipielt nivå, også innenfor en form for

«woke ramme». Choi snakker mye om hvordan woke skaper frykt for kansellering, men Mortensen er snarere et godt eksempel på en fagperson som tør å ytre seg prinsipielt om et betent tema. Ellers er det vanskelig å konkludere i debatten om hvor langt vårt etiske ansvar strekker seg. Men jeg synes vi kan takke woke for at det i det hele tatt er en debatt, heller enn resignasjon og taushet.



Woke eller anti-woke?

Jeg vil argumentere for at woke er relevant for psykologisk praksis. Woke er nært knyttet til våre etiske retningslinjer, som for eksempel å unngå at andre utsettes for overtramp eller overgrep. I tillegg har Psykologforeningen et menneskerettighetsutvalg, som blant annet oppfordrer psykologer til å arbeide mot diskriminering. Mange av oss kommer tett på diskriminering i kraft av arbeidet vårt, både på system- og individnivå. På sitt beste kan woke nettopp gjøre oss årvåkne for diskriminering og urett, noe som kan lede til handling. Etiske retningslinjer kan dermed være vel og bra, men woke i sin beste form vil stimulere til en innlevelse i urett og brudd på menneskerettigheter. Men hvor går egentlig grensen for hva man bør gjøre, etisk sett? Holder det å ytre seg? Eller bør man gå i demonstrasjonstog, eller gi økonomisk støtte? Første steg må uansett være å fange opp uretten som skjer.

Jeg tror vi mister noe viktig hvis vi entydig avskriver woke i samfunnsdebatten. Samtidig tror jeg vi kan ha godt av å bli minnet på Chois oppfordring om å diskutere på saklige og vitenskapelige premisser, og å forstå fra både demonisering og idealisering av meningsmotstandere. Observasjonene jeg har gjort meg, både i sosiale medier og Psykologtidsskriftets spalter, taler imidlertid for at debatten – enn så lenge – lever i beste velgående.

Referanser

- Boutaleb, N. & Rosslund, M. (2024). En arrogant anklage om terror-støtte. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2024as07ae-En-arrogant-anklage-om-terror-st%C3%B8tte>
- Choi, D. & Knudsen, L. E. (2024, 20. mars). Foredrag med Danby Choi og Lisa Esohel Knudsen, «Ytringsfrihetsbyen Stavanger: Woke». Sølvberget.
- Jessen, R. S. (2024). Minoritetsstress. *Store norske leksikon*. <https://snl.no/minoritetsstress>
- Mortensen, C. (2024). Grensene mellom fagetikk og politikk. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2024as09ae-Grensene-mellom-fagetikk-og-politikk>