

# Å se hele bildet

Audhild Sinnes dumpet borti begrepet frigjøringspsykologi ved en tilfeldighet. Hennes fagartikkel om temaet er kåret til fjorårets beste i Psykologtidsskriftet.

**TEKST OG FOTO:**

**Per Olav Solberg**

**PUBLISERT 5. juni 2014**

---



**PRISVINNER:** Audhild Sinnes var ute av psykologifaget, men skrev seg

inn igjen og blir belønnet med Bjørn Christiansens minnepris.

– Dette er som å vinne en konkurranse jeg ikke visste jeg var med i.

Det sier Audhild Sinnes da vi møtes på Ostehuset kafé, i bydelen Storhaug i Stavanger. Her stikker prisvinneren ofte innom for å innta noen av sine kaffedoser siden hun bor like i nærheten.

– Det begynte så langt tilbake som i 2009. Jeg kom over en gripende artikkel i Stavanger Aftenblad om en nigeriansk trebarnsmor som var her for å selge sex. Gjennom artikkelen oppdaget jeg en annen virkelighet i min egen by, under den rike overflaten. Omtrent samtidig leste jeg en artikkel av Nora Sveaass i Psykologtidsskriftet om politisk psykologi og frigjøringspsykologi. Til sammen åpnet disse to artiklene opp et nytt rom jeg hadde lyst til å utforske, sier hun.

Før dette hadde Sinnes hoppet av hele psykologifaget for en periode. Hun fikk tre barn temmelig tett, og da hun kom tilbake til psykisk helsevern, hadde den forandret seg til det ugjenkjennelige.

– Det var ikke noe kjekt å jobbe der lenger. Man var blitt så opptatt av «produksjon» og «effektivitet», ord jeg ikke kjente meg igjen i. De virket kvelende på kreativiteten og gleden ved å jobbe. Jeg følte meg ute av faget og visste ikke om jeg hadde lyst å være psykolog lenger. Da dukket disse to nevnte artiklene opp. Jeg tenkte at dette kunne være måten å komme tilbake til faget på. Jeg ville skrive meg inn igjen, sier hun.

**«- En hovedinnvending  
frigjøringspsykologien har mot  
tradisjonell psykologi, er at du  
ikke alltid finner løsningen på  
individnivå»**

### **Audhild Sinnes**

Kanskje er det kaffe basert på nigerianske kaffebønner vi sitter og drikker mens Sinnes legger ut om den brokete og lange veien fra idé til ferdig artikkel, som også er hennes spesialistoppgave i klinisk voksen. Den tar utgangspunkt i de prostituerte nigerianske kvinnenenes livssituasjon i Stavanger som Sinnes har fulgt på nært hold gjennom frivillighetsarbeid i Kirkens Bymisjon. Én kveld i måneden de siste årene har hun brukt på å gi lavterskelhjelp til disse kvinnene i sentrum av byen: smøre niste, tilby kaffe og te, snakke med kvinnene og dele ut kondomer, for å nevne noe.

– De reiser hit på turistvisum. Etter tre måneder må de ut av landet og skaffe seg nytt visum før de kommer tilbake. Sannsynligvis er de ofre for menneskehandel, selv om dette er vanskelig å finne ut av. De er som regel tilbakeholdne med å snakke om det. Dette er fattige kvinner, ofte analfabeter. Det er utenkelig at disse kvinnene har havnet i Stavanger uten noen form for «hjelp».

## «Alt» er psykologi

– *Hva har disse kvinnenes situasjon med frigjøringspsykologi å gjøre?*

– Mye. Frigjøringspsykologien gir både et håp og et annet perspektiv fordi den viser oss at politikk på makronivå og individualpsykologi hører sammen. Situasjonen disse kvinnene har havnet i, kommer av mange faktorer som har svært lite med deres egen indre psyke å gjøre. Den politiske situasjonen i Nigeria, og fattigdommen der, er helt sentrale forklaringer. Ujevn fordeling av verdens ressurser mellom det rike nord og det fattige sør er en annen strukturell faktor som frigjøringspsykologien bringer inn. Jeg leste akkurat den nyeste rapporten til FNs matvareprogram, som slår fast at 1/8 av jordens befolkning er underernært. Psykologer vet mye om hva underernæring gjør med oss. Det skaper utviklingsforstyrrelser, depresjon, angst og alvorlige traumer i tillegg til fysisk sykdom. Skal de nigerianske kvinnene i Stavanger komme ut av sin situasjon, da må ?

Det blir stille. Sinnes tar en lang tenkepause. Det er som om fortsettelsen på resonnementet er for stort til at ord helt kan fylle det.

– Det er store forandringer som må til. Vi har et ansvar for å protestere mot de systemene som holder så mange mennesker nede, erkjenner Sinnes.

Frigjøringspsykologi er et relativt ukjent og lite omtalt felt i Norge. Det finnes for eksempel ikke noen artikkel om det verken på Wikipedia eller i Store Norske Leksikon, i den grad dette er et symptom på manglende bevissthet rundt begrepet.

Frigjøringspsykologien som retning stammer fra Latin-Amerika, og grunnleggeren regnes for å være sosialpsykologen Ignacio Martin-Baró (1942–1989) fra El Salvador.



FRIGJØRINGSPSYKOLOGI: Illustrasjonen er hentet fra Audhild Sinnes' fagartikkel som stod på trykk i nummer 5, 2013.

ILLUSTRASJON: TRUDE TJENSVOLD

Baró mente blant annet at psykologien som fag må sees i sammenheng med historisk kontekst og de politiske og sosiale forholdene folk lever under. En av hans kongstanker er denne: Et menneskes psykiske symptombilde kan vise seg å være normale reaksjoner på helt abnormale tilstander. Et godt eksempel her kan være å leve i et land hvor det er krig og sult, og hvor mennesker hele tiden frykter for sitt liv. I denne abnormale konteksten er frykt en normal psykisk reaksjon på truende omgivelser. Man er svært årvåken og skjerpet, hele tiden i alarmberedskap. Hvis man i denne tilstanden kommer til et fredelig land som Norge, snus dette på hodet.

– Da vil individet kunne oppleves som sykt. Ved å stille diagnoser uten oppmerksomhet på dette vil psykisk helsevern kunne medvirke til at politisk status quo opprettholdes og

menneskerettighetsbrudd ikke blir tilstrekkelig belyst. De nigerianske kvinnene i Stavanger har ofte med seg sterke traumer fra hjemlandet og blir ytterligere traumatisert her, gjennom livet som prostituert. Det er lag på lag med traumer.

*– Hvilke reelle muligheter har disse kvinnene til å få hjelp og komme seg ut av situasjonen de er i?*

– Det er svært vanskelig. Dersom man får status som «mulig offer for menneskehandel», kan man få innvilget «refleksjonsperiode» i 6 måneder. I denne perioden får man visse rettigheter, som tilgang til advokathjelp og helsehjelp, eksempelvis tilbud om seks måneder i terapi ved et DPS. Å ta fatt på traumebehandling med en kvinne som er i tenkeboksen om hvorvidt hun skal anmelde menneskehandlere, er ikke lett. Blir det rettsak hvor kvinnen medvirker til at menneskehandlere pågripes, er sannsynligheten stor for at hun får opphold og helsehjelp i Norge. Velger hun, av ulike hensyn, å ikke gå til sak, kan hun søke om asyl i Norge, eller hun kan take ja til en frivillig-retur-pakke fra norske myndigheter, sier hun.

– Et annet problem er at mafianettverkene i Vest-Afrika som driver med menneskehandel, er svært profesjonelle og flinke til å skjule spor. I tillegg spiller de på religiøs frykt og truer med å skade familiemedlemmer hvis kvinnene forsøker å gjøre noe med situasjonen sin. Det finnes også avansmuligheter for kvinnene i prostitusjonsmiljøet som kan oppleves som attraktivt. Jobber du bra, kan du bli en såkalt «Madamme», med flere prostituerte under deg. Dette gir økt innflytelse, mer lønn og flere andre goder, sier Sinnes.

### **Plassering av ansvar**

*– For at endring skal være mulig i terapi, tenker man – i hvert fall i den vestlige psykologiske tradisjonen – at enkeltmennesket må ta ansvar for seg selv og sin situasjon, og ikke skyld på omgivelser og uheldige omstendigheter. Går ikke frigjøringspsykologien imot denne tradisjonen, ved nettopp å legge skylden på samfunn og politikk i så stor grad?*

– En hovedinnvending frigjøringspsykologien har mot tradisjonell psykologi, er at du ikke alltid finner løsningen på individnivå. Ikke alle svarene handler om måten du tenker eller føler på. Grunnleggerne av frigjøringspsykologien levde i et samfunn og under et politisk regime som skapte traumer hos folk. Da er noe av løsningen å bli seg dette bevisst. Man må begynne diagnostiseringsarbeidet utenfra og gå innover. Finnes årsakene til individets psykiske stress på et politisk plan, har psykologen to hovedoppgaver. Han eller hun plikter å gjøre verden oppmerksom på at samfunnsstrukturer produserer psykisk skade, kan hende for et stort antall pasienter. Psykologens ansvar er i tillegg å behandle den skaden som allerede har skjedd. Traumeterapi og empowerment er her viktige stikkord. Nettopp fordi man har plassert «skyld» på samfunnsplan, er det et mål for terapien at pasienter skal ta ansvar for seg selv ved å medvirke til endring av strukturene som har påført dem psykisk lidelse. Resultatet av psykologisk individualbehandling kan da bety at man tar et politisk ansvar, at man lar sin stemme bli hørt. Dersom en av de nigerianske kvinnene i Stavanger skulle få traumeterapi i seks måneder, ville det vært svært vanskelig å

behandle henne på den «vestlige» måten, uten å ha dette perspektivet inne, påpeker Sinnes.

Frigjøringspsykologien er også ubehagelig fordi ingen går fri. Den tematiserer tilskuernes posisjon. Vi som stilltiende aksepterer at en god del av verden og virkeligheten går sin skjeve gang uten å handle, selv når vi ser skjevhetene i vår egen bakgård. Isteden skaper vi en indre monolog med oss selv, et slags mantra, som sier: «Dette angår meg ikke. Dette trenger jeg ikke forholde meg til.» Jo, dette angår deg, dette bør du forholde deg til, er frigjøringspsykologiens svar.

– Stavanger er en by med svært mye materiell rikdom. Kontrastene mellom livet til folk flest her og kvinnene jeg møter i Stavanger sentrum en gang i måneden, gjør inntrykk. Hva er det som gjør at vi lever så godt med dette, og at også psykologien som fag og vi som psykologer gjør det? Den franske filosofen og legen Frantz Fanon skrev at de svarte er slaver av sin underlegenhet, de hvite av sin overlegenhet. Jeg synes det er et godt poeng. Vi lever i en slags kollektiv dissosiasjonstilstand og handlingslammelse selv om vi i prinsippet er frie til å gjøre noe med skjevhetene.

## Utopia

– *På hvilken måte ønsker du å bruke frigjøringspsykologi på jobb?*

– Ambisjonen min er å jobbe med frigjøringspsykologi på heltid, gjennom klinisk praksis. Jeg synes det virker svært inspirerende å jobbe med et perspektiv som setter psykologien inn i en større sammenheng, som får klinisk psykologi til også å handle om politikk, kultur og samfunn. Jeg er også opptatt av traumebehandling og har lyst til å utvikle meg videre her, sier hun.

Et moment som kompliserer ønsket om å hjelpe, er de nigerianske kvinnenes vegring mot å få psykologisk bistand. Sinnes og en kollega forsøkte å få i gang en gruppe, men ingen møtte opp, selv om de hadde fått muntlige forsikringer om at kvinnene ønsket det og hadde til hensikt å komme.

– Å takke nei til behandling er vanlig blant mennesker som er utsatt for menneskehandel. Det er flere forklaringer. Dette er stolte og sterke kvinner som ikke ser på seg selv som ofre, de har av forståelige grunner heller ikke tillit til mennesker som sier at de ønsker å hjelpe dem. De mer praktiske grunnene handler blant annet om at de er redde for å miste inntekt, de står i gjeld til tøffe kreditorer og har også familie i hjemlandet som er avhengig av økonomisk hjelp. «Madamene», som følger sine kvinner tett, kan nok også ha motforestillinger mot behandling fordi de kan komme til å røpe «forretningshemmeligheter».

– *Frigjøringspsykologien høres utopisk ut. Kan ikke handlingslammelsen du nevnte tidligere, handle om dette – at problemene som løftes fram, er så kolossalt omfattende?*

– Utgangspunktet er å jobbe i det små, nedenfra. Her er det ikke snakk om at akademikerne skal redde verden bak sine skrivebord, men at vi som psykologer jobber i dialog med «de som har skoene på». Martin- Baró ville gi psykologien til de som virkelig trenger det. Til de fattige og marginaliserte, slik at de kan bruke den som et speil og et

redskap til å bli mer bevisste, ærlige og tydelige for seg selv. Man kan nok kritisere frigjøringspsykologer for å være utopiske i sitt angrep på urettferdige og inhumane verdensstrukturer. Jeg vil heller velge å bruke ordet visjon, og for meg fungerer store og gode visjoner som motivasjonsfaktor for arbeidet mitt som psykolog. De gir meg lyst til å jobbe videre med disse utsatte kvinnene fra fattige områder sør i Nigeria, sier Audhild Sinnes.

#### DETTE ER SAKEN:

##### ARTIKKELEN OPPSUMMERT:

- Artikkelen tar utgangspunkt i forfatterens møte med nigerianske kvinner som jobber som prostituerte i Stavanger, og som mest sannsynlig er offer for menneskehandel.
- Artikkelen retter søkelyset mot en sårbar gruppe i samfunnet vårt og argumenterer for at den fortjener en større grad av oppmerksomhet fra psykologien som fagfelt.
- Sinnes argumenterer for at frigjøringspsykologiske modeller har potensial til å sette disse kvinnenes lidelse inn i en helhetlig faglig forståelsesmodell. Det frigjøringspsykologiske perspektivet er et radikalt perspektiv som trekker oss alle inn i en samfunnsanalyse med utgangspunkt i den marginaliserte kvinnens blikk.
- Dette perspektivet ser også individuell symptomatologi i en kontekst av politisk makt og undertrykking, og som trekker paralleller mellom psykologisk behandling og frigjøring på flere nivåer.

## Om Psykologtidsskriftets beste fagartikkel

Nora Sveaass

**Førsteamanuensis ved Psykologisk institutt, UiO. Sveaas har også skrevet boken Politisk psykologi, som omhandler frigjøringspsykologi, sammen med Nils Johan Lavik.**



Først og fremst vil jeg gratulere Audhild Sinnes med prisen. Jeg synes det er spesielt hyggelig at psykologer som engasjerer seg i slike spørsmål, og ønsker å drøfte disse ut fra et perspektiv som både er psykologisk og samfunnspolitisk, blir hedret på denne måten. Sinnes har skrevet med utgangspunkt i et sterkt engasjement etter møter med kvinner som er ofre for en kynisk og umenneskelig internasjonal handel med kvinner. Hun har beskrevet de individuelle lidelsene og kastet lys over de rettighetene som kvinnene har, og også hvordan internasjonalt vedtatte forpliktelser utviklet for å forebygge og straffeforfølge denne form for forbrytelser, brytes. Hennes utfordring til psykologer er at vi skal være bevisste på rettighetene og krenkelsene, og bidra til endring.

Det bringer meg til hvordan frigjøringspsykologi kan ha mening for norske psykologer. Ignacio Martin-Baró, psykolog og jesuittpater, ble henrettet ved universitet i El Salvador i 1989 for sitt faglige og politiske virke i 1989. Han var viden kjent som forfatter av lærebøker i sosialpsykologi og for sitt engasjement mot overgrep og støtte til fattige landarbeidere. Men hans melding var: psykologien må bidra til at mennesker får større forståelse av sine rettigheter og bevissthet omkring egen verdi og styrke. Det er dette som kan bidra til å bringe mennesker ut av elendigheten. Med andre ord, det å kjenne til og aktivt forholde seg til menneskerettigheter er grunnleggende og nødvendig. En slik verdibasert holdning til faget er ikke bundet til tid og sted. Norske psykologer kan hente mye kunnskap, forståelse og tilnærming fra erfaringer og teoretiske refleksjoner utviklet innen frigjøringspsykologien.

**Reidar Jessen**

**Student ved embetsstudiet i psykologi, UiO. Ønsker å jobbe ut fra frigjøringsperspektivet når han er ferdig utdannet psykolog.**





Frigjøringspsykologi er et perspektiv som kan hjelpe psykologer med å bidra til endring, ved å se psykologiske reaksjoner i lys av de begrensningene samfunnet gir oss, og hvordan vi kan overskride disse.

Psykologene Glenda Russell og Janis Bohan har lang erfaring fra psykologisk arbeid med lhbt-klienter (lesbiske, homofile, bifile og transpersoner), og bruker frigjøringspsykologiske begreper aktivt. I forbindelse med diskusjonen om kjønnsnøytral ekteskapslov i USA for noen år siden rapporterte flere av deres lhbt-klienter økt homonegativitet blant venner og familie. Russell og Bohan oppfordret klientene til å utforske hvordan den økte fiendtligheten kunne påvirke deres egen psykiske helse negativt. Terapirommet ble dermed en arena for å undersøke hvordan de ubevisst hadde internalisert fordommene som florerte på arbeidsplassen og i andre sosiale sammenhenger, og hvordan de kunne endre denne forståelsen. Erkjennelsen av at ens egen identitet og reaksjoner kan være betinget av begrensende og undertrykkende normer er frigjørende i seg selv.

Audhild Sinnes illustrerer konkret hvordan frigjøringspsykologiske begreper som problematisering og bevisstgjøring er relevante i psykoterapi. Som psykologer er vi utdannet til å initiere endring i klienters forståelse av seg selv. Frigjøringspsykologisk teori kan virke utopisk og tungt tilgjengelig, men i bunn og grunn handler det om å stimulere til økt forståelse av hvordan samfunnet påvirker oss, med mål om å utvide vårt eget handlingsrom. Å tenke frigjørende handler om å benytte våre allerede eksisterende tilnærminger i vårt kliniske arbeid for å gi figur til samfunnsstrukturene.

**Gitte Huus**

**Avdelingsdirektør i Helsedirektoratet, hvor hun leder avdeling for psykisk helsevern og rus.**



Huus har blitt utfordret til å skrive noe om hvilken psykologisk bistand personer utsatt for menneskehandel kan ha krav på:

Det er helt sikkert slik at personer som har vært utsatt for menneskehandel, kan ha behov for psykisk bistand og behandling. Det kan selvsagt også gjelde kvinner, menn og transpersoner som selger sex. Men dette er ikke en homogen gruppe med like behov. Kommunene og spesialisthelsetjenestene har plikt til å yte nødvendig psykisk helsehjelp til alle innbyggere på indikasjon. Det gjelder også de gruppene vi snakker om her. Flere av de private og offentlige tiltakene som er omtalt i handlingsplanen «Sammen mot menneskehandel», bidrar til å legge til rette for at brukere som trenger det, får tilgang til psykisk helsehjelp. Det nasjonale kompetansesenteret Pro Sentret dokumenterer i sin årsrapport fra 2013 at dette ofte kan by på utfordringer, blant annet på grunn av den enkeltes oppholdsstatus og rettigheter, og frykt for stigmatisering på grunn av prostitusjonserfaringene. Flere av prostitusjonstiltakene som får offentlig støtte, har ansatt personell med spesiell kompetanse i psykisk helse. Utover dette er vi ikke kjent med at det er opprettet spesifikke ordninger for psykisk helsehjelp spesielt til sexarbeidere eller ofre for menneskehandel.

Helsedirektoratet forvalter et tilskudd på sju millioner kroner under ordningen «Tiltak innen fengsel, prostitusjon og menneskehandel». Dette tilskuddet ble i 2013 fordelt ut til blant annet Pro Sentret i Oslo og Bymisjonscenteret i Stavanger.

**Elise Kipperberg**

**Dosent, Institutt for sosialfag, Universitetet i Stavanger.**



Menneskehandel utgjør verdens nest største illegale industri med milliarder i fortjeneste. ILOs tall fra 2012 viser at menneskehandel omfattet 20,9 millioner mennesker, og at 75 % av ofrene var jenter og kvinner som ble utnyttet seksuelt. Vi ser dem i våre hjemlige gater, men stenger dem ute fra velferdsstatens fellesskap. Vi sier de har et valg.

Sinnes synliggjør hvordan trafficking beveger seg i skjæringspunkter mellom politikk, migrasjon, kriminalitet og kjønn. Det er viktig å ha *kunnskap* om fattigdomsproblematikk, kultur og religion i en globalisert verden der nettverk av menneskesmuglere krysser nettverk av menneskehandlere og strukturell vold reduseres til individuelle problemer. Artikkelen peker på at angst og traumer er fattigdommens ledsagere, og utfordrer oss til å tenke igjennom våre *holdninger*. Det er særlig interessant at Sinnes med kraft og klarhet argumenterer for at psykologisk bistand ikke kan foregå i et politisk vakuum, og hevder at psykologen i tillegg til å være tillitskapende til stede i terapirommet, også aktivt må kjempe mot systemer og maktstrukturer som fører til sosial og økonomisk marginalisering.

Solidaritet med utsatte grupper, kamp mot fattigdom og for sosialrett er for øvrig det yrkesetiske grunnlaget for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere (FO 2002). Perspektiver og metoder knyttet til frigjøringspsykologien har således aktualitet for flere profesjonsgrupper utover psykologenes rekke.

Synspunktene bør også få oppmerksomhet hos politikere og byråkrater. Takk til Sinnes for et betydningsfullt bidrag som gir innsikt, håp og slagkraft i arbeidet med barn og voksne med prostitusjonserfaring – og gratulerer med prisen!

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 6, 2014, side 496-502*

**TEKST OG FOTO:**

**Per Olav Solberg**, redaksjonssjef

