

SYNAPSEN



# Innhold

7

Reisebrev fra San Diego  
Ingvild skriver om sitt liv på utveksling

13

Flyvende Jakob  
En oppskrift litt utenom det vanlige

10

Fremtiden: Digital psykolog?  
Reportasje fra workshop med SuperEgo

16

Ferdig utdanna  
En hilsen fra Sigbjørn, som nettopp har tatt steget fra student til psykolog

22

Min kamp  
Kvardagen til ein nynorskbrukar

18

Etikkproblematikk  
Hva om du treffer pasienten din i dusjen på treningssenteret?

24

Er du smartere enn kull 40?  
Vi har testet hvor mye av ExFac-kunnskapen som sitter

27

Anvendt kognitiv psykologi  
Game Theory

## Leder

Tekst: Trine Smedbøl

Gratulerer! Det du sitter med i hånden nå, er intet mindre enn første utgave av Psykologsjens egne linjeforeningsavis Synapsen! Ta godt vare på denne, om mange år når vi er gamle og grå, og de som studerer psykologi ennå ikke er påtenkt, vil du kanskje kunne selge denne førsteutgaven for en liten formue? Hvis du får den signert av en av oss i den originale redaksjonen kan det til og med redde pensjonen!

Synapsen. Jeg regner med at ordet er kjent for de fleste av dere, men for de som ikke har tatt biologisk psykologi (eller sovet i samtlige bioforelesninger)

er dette altså den lille kløfta der et nevron sender ut et signalstoff til neste nevron. Selve signaloverføringen skjer her, og det er jo nettopp det vi ønsker at denne avisen skal være; en signaloverføringskanal fra oss til dere, og mellom alle dere flotte losjinger der ute.

Ideen er det Jakob, vår HR-ansvarlig og hurragutt, som skal ha æren for. Da han spurte meg om å ta roret var jeg ikke vond å be, og etter noen ukers hemmelighetsfull grubling tok vi også Linnea, Live og Kine inn i varmen. Etter sommeren var vi så heldige å få med oss Vilde, Eirin og Elisa, og sammen har vi nå endelig fått Synapsen

på bena. Som dere kan se av forslagene våre til logo blir ikke alt vi tar i til gull, men med godt samarbeid, mye latter og mange lange innsjekker ble det til slutt en førsteutgave vi er veldig stolte av.

Det fine med å starte en avis helt fra scratch er at vi ikke har noen retningsslinjer, ikke noe å leve opp til, ingen tidligere redaksjon å svare til, faktisk kan vi bestemme alt helt selv. Denne friheten har gitt grobunn til både Hitler-illustrasjoner og Midside-Pavlov, og publisering av en matoppskrift kun for muligheten til en morsom illustrasjon. Jeg har endelig en kanal for å ventilere

frustrasjon over grammatikkfeil jeg skuffende ofte møter på et universitet, og Elisa har fått dele sin sterke historie som minoritet. Vi har testet om professorer og eldre losjinger egentlig er smartere enn kull 40 (cue are you smarter than a 5th grader themesong), og Linnea har fundert over noen litt finurlige etiske problemstillinger vi kanskje kan møte på som fremtidige psykologer. Vi har også lurt inn noe litt mer matnyttig innimellom, med reportasje fra workshop med SuperEgo, reisebrev fra Ingvild på utveksling, og selvfølgelig har Sigbjørn aka Siggy aka Losjenlegende fremdeles ikke helt gitt

slipp på Psykologsjen.

Til slutt vil jeg oppfordre alle dere som har noe på hjerte til å kontakte oss, enten om dere vil skrive noe selv eller om dere vet om noe veldig spennende vi burde skrive om. Det er jo dere vi er her for, og alle bidrag og innspill mottas med stor takk!

Hei og hopp, losjen er topp! ...skal jobbe med mottoet mitt til neste gang...

Trine Smedbøl  
Redaktør, Synapsen

**Synapsen**  
Tidsskriftet til Psykologsjen  
Linjeforeningen for profesjonsstudiet i psykologi

**Redaktør**  
Trine Smedbøl  
trinesmedbol@gmail.com

**Økonomi**  
Live Bårdsdatter Eidet

**Web/PR**  
Kine Johanne Bjørkmann  
Baanrud

**HR**  
Jakob Hardersen Prydz

**Skribenter**  
Eirin Kjøl Wiig  
Elisa Bruvik Sætre  
Linnea Marie Dramdal Borg  
Vilde Nerdal

**Trykk**  
NTNU Grafisk senter  
Opplag: 200  
Dato: 15.11.2016

**Kontakt**  
avis.psykologsjen@gmail.com  
facebook.com/synapsenavis

I. årgang, #1  
2016

# Redaksjonen

Tekst: Kine Baanrud

Foto: Live Bårdsdatter Eidet

Noen av dere kjenner oss kanskje fra før, andre ikke. Dere siste, ikke fortvil! Redaksjonsmedlemmene har vært villige til å gi dere en liten smakebit på hvem de er, og hvem de ikke er. Klarer dere å gjette hvilket av de tre utsagnene som er løgn?

## Linnea Marie

- Takket nei til landslagsplass for Norge i rytmisk sportsgymnastikk.
- Reddet en strandet hai.
- Fikk karakter 7 i fysikk på videregående.



## Live

- En lærer ga meg en gang karakteren "bæsj minus" på en katastrofal tysk-prøve.
- Møtte Kristoffer Hivju og sa vi burde bli venner på grunn av "the ginger connection".
- Fikk en gang direkte rødt kort i håndball kun på grunn av himling med øynene.



## Trine

- Tapte en gang et veddemål og måtte som straff pugge alle de amerikanske presidentene. Kan de fortsatt.
- Jeg orker ikke se folk på TV som pusser tenna.
- Har sett Oprah, IRL



## Elisa

- Har sunge Bernhoft-song til Bernhoft.
- Er tidlegare krinsmeister i hekkeløp.
- Har dansa ballett i 15 år.



## Kine

- Jeg tryna på Tinstafetten, og løy om at det var fordi skolissen min hadde løsnet.
- Jeg tryna i trappen på skolen, fordi jeg hadde høye hæler.
- Jeg tryna i en hekk, og har aldri løpt hekkeløp siden.



## Jakob

- Snakket flytende tysk i 1999.
- Har prumpet noen i fjeset (Åre 2016 Hehehe).
- Har seilet jorden rundt på 142 dager.



## "Vidle"

- Har møtt opp på døra til læreren min i gorilla-kostyme og spurt etter grøtris.
- Vant en nasjonal skrivekonkurranse i 2008 med diktet "Pappa på dass".
- I 10. Klassen fikk jeg betennelse i venstre arm fordi jeg spilte så mye World of Warcraft.



## Eirin

- Jeg har tatt på en ekte dinosaur.
- Jeg kan ikke synge, men har sunget solo for statsministeren i Nepal.
- Jeg elsker ekstremsport, særlig basehopping.

# Styreord

I hver utgave av Synapsen får lederen av Psykologsjen denne spalten til sin disposisjon. Her er nåværende leder Cornelia Sørensen hilsen til dere



Tekst: Cornelia Sørensen

## Kjære Losjinger

På vegne av hele styret vil jeg bare få takke dere for et flott år. Håper dere har kost dere like mye som oss, altså i overkant mye. Litt mimring og skryt coming up, men søren ta, det fortjener vi. Janteloven er ikke skapt for psykologistudenter.

Til dere alle; for en super gjeng dere er som stiller manns- og kvinnesterke på det vi har å tilby av tradisjonsrike sosiale sammenkomster som 17. mai, vaffellunsjer, vårfest og julegalla, i tillegg til kulturinnslag, faglig input og friluftaktivitet. Det står det respekt av.

Til så overraskende

mange av dere; så utrolig kjekt at det finnes så mye skaperglede hos dere, og at dere tar initiativ til å dekke de behovene som dukker opp. Velfungerende komiteer er gull, og det er klart at det vi trengte nå var en linjeforeningsavis!

Til en god gjeng av dere; takk for at dere stilte som faddere for å hjelpe snublende ferskinger inn i varmen.

Til dere ikke-fullt-så-skjulte talenter der ute; dere er rå som stiller som underholdning på vaffellunsjer og fester, og tilfører det lille ekstra som gjør dagen minneverdig.

Psykologsjen lever i beste velgående fordi folk

tar seg tid til å legge inn litt innsats og arbeid i at alle skal ha det bra. Dere gjør det lekende lett å jobbe både med og for dere. Nå tar snart et nytt styre over og vi ønsker dem masse lykke til på veien. Vi misunner dem nesten allerede.

Takk for konstruktive tilbakemeldinger, ris og ros, som hjelper oss å forme losjen slik dere vil ha den. Takk for samvær og moro. Takk for at dere er dere.

KLISS. Ok, jeg gir meg.

Varme hilsner fra  
Cornelia



## Utveksling i San Diego

Tekst og foto: Ingvild Lervåg

Jeg går i kull 38 på psykologi og er nå på utveksling i San Diego (California), hvor jeg skal være hele 3.året. Jeg dro til San Diego for å bli bedre i engelsk, oppleve et litt mer fristende klima enn i Trondheim, muligheten til å surfe hver dag, samt at det var relativt enkelt å finne fag her, da mange andre har vært her før, og man vet hva som typisk blir godkjent.

Jeg bor i en leilighet på Pacific Beach – og ja det er så fint som det høres ut! Leiligheten ligger så å si på stranden. Man blir ganske

bortskjemt her borte. Det tar ikke lange stunden før man trasker ut i shorts uten å ha sjekket værmeldingen og ”glemmer hvordan regnet ser ut”.

Selve byen San Diego har mye å by på! Vi utvekslingsstudentene utforsker stadig nye deler av byen, og finner ut nye ting. Dessuten er det mange spennende reisemål en liten biltur eller flytur unna! Universitetet heter San Diego State University (SDSU), og ligger ca. 20 min unna med bil. Med kollektivtransport tar dette

rundt 1 time, da det åpenbart er meningen at alle skal ha minst én bil hver her borte. Mange velger å leie bil, men siden vi er her for et helt år, har vi kjøpt en. De på universitetet her borte er veldig rutinerte og flinke med utvekslingsstudenter. Mye informasjon og greit med muligheter til å bli kjent med de andre utvekslingsstudentene (selv om det ikke er i nærheten av fadderukene hjemme da). De arrangerer også en rekke turer og aktiviteter man kan bli med på. I begynnelsen møter man

flest andre utvekslingsstudenter. Her er mange fra Europa, Skandinavia og Asia. I klassene mine er det omtrent kun amerikanere, så da har man muligheten til å bli kjent med dem også. Dessuten tar jeg volleyball som fag, og sport er en veldig grei måte å bli kjent med folk på! Folk er veldig hyggelige, pratssomme og hjelpsomme her borte. Overraskende mye av det man ser på film viser seg å faktisk stemme overens med virkeligheten.

Proessen for valg av fag er ganske stressende. Psykologifag er nokså pop-

ulære, altså er det gjerne venteliste på disse fagene. Som utvekslingsstudenter står vi nederst på ventelisten, og er ikke garantert plass i noen fag. Altså må man de første ukene gå i forelesninger både til "reservefag" og ventelistede fag. Ellers er foreleserne flinke og engasjerende. Selve systemet minner litt mer om videregående enn universitetet, da vi har ukentlige innleveringer, quizer, "hjemmelekser" og 3-4 multiple choice eksamener i semesteret.

Man blir ikke direkte søkkrik av å dra på ut-

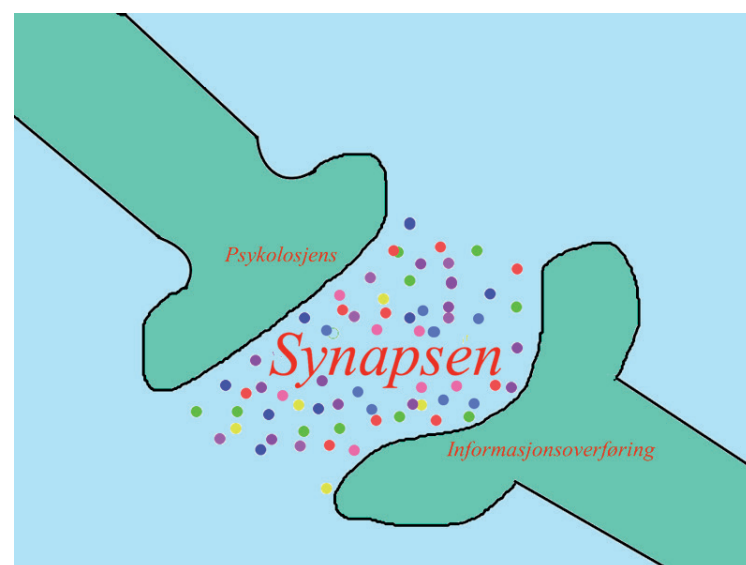
veksling, men det er heller ikke derfor man drar! Som psykologistudent er det en kjempemulighet til å få møte mange spennende mennesker og kulturer. Det er veldig spennende på utveksling, man kan finne på mye moro!

Dersom jeg skal oppsummere utveksling i ett ord: REIS!

(Det er bare å ta kontakt om du/dere skulle være interessert i å utveksle til San Diego og lure på noe i forbindelse med dette.)

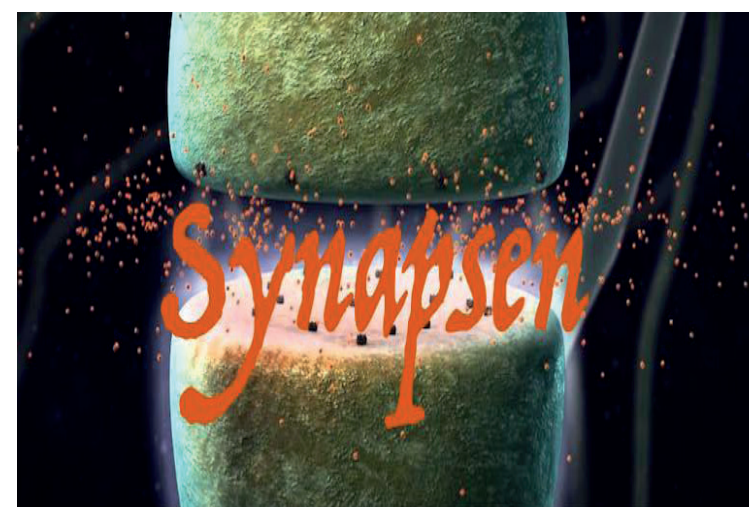
# Logoproblematikk

HVA?! Er dere amatører? Har ikke Synapsen egen logo engang?? Ikke enda, kjære leser, men ikke fordi vi ikke har prøvd! Her får du en liten smakebit på prosessen...



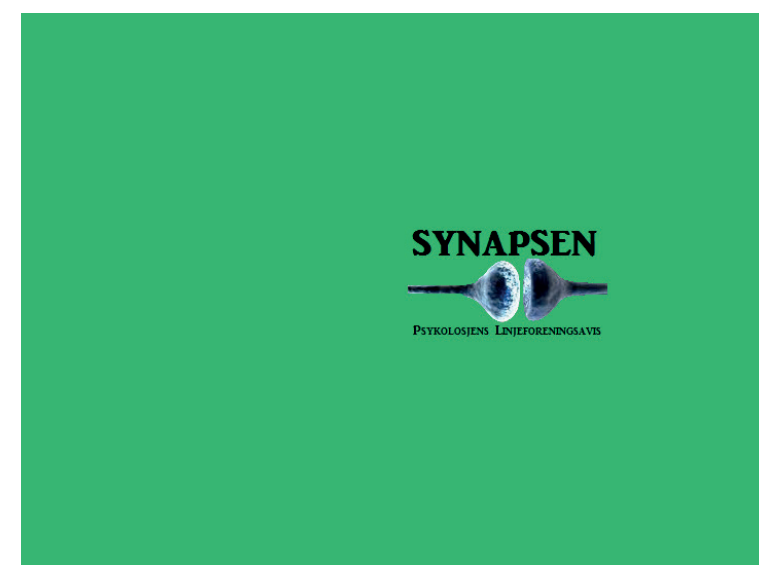
Det hele startet friskt med et kreativt verk fra vår kjære redaktør, Trine (7 år). Hun dukket opp på redaksjonsmøte med et stolt glis og lysende øyne. "Folkens, jeg har laget logo. Kall meg gjerne dronninga av Paint". Vi samlet oss ivrig rundt henne for å beskue mesterverket. Vel. Det var dagen redaksjonen fikk mageknip av å holde inne latter.

Nestemann ut var Live, økonomiansvarlig i avisen. Hun var ved godt mot da hun lastet ned "amator-Paint", og var rimelig fornøyd med egen innsats da herligheten var ferdig. "Litt sånn bleik og utvasket eller?" var ikke kommentaren hun forventet å få fra sine kjære kollegaer. "Det kalles minimalisme, faktisk", sa hun selvhøytidelig, og prøvde å skjule tårene i øynene.



"Eehh.. hvor alvorlig tar vi det med opphavsrett liksom? Jeg bare brukte det første bildet som kom opp på google, jeg". Skribent Linnea presenterte sin frekke variant, og var rimelig stolt over å ha funnet fram til Psykologiens egne font. Redaktør Trine rynket litt kritisk på nesene. "Nææh, vet ikke... orker vi å lete fram regler på det da?"

Hurragutt Jakob meldte seg også på med dette Paint-mesterverket. Han fortalte stolt at han hadde croppet synapsen ut av det opprinnelige bildet og inn på grønn bakgrunn helt selv. "Shit, hvor lang tid brukte du på det da?" spurte vi. "Hehe. Lenge nok". Hvorfor han, med sine overlegne ferdigheter, ikke klarte å croppe ut logoen fra et hav av grønt, forblir et mysterium.





Svein Øverland fortel om SuperEgo si nye storsatsing, Idoru, på DIGS

# Vil gje psykologien tilbake til psykologane

Tekst og foto: Elisa Bruvik Sætre

- Dersom unge i dag slit psykisk, er sjansen stor for at dei leitar etter hjelp på internett. Då risikerer dei å rådføre seg på bloggar. Det fortel Svein Øverland, psykologspesialist og grunnleggjar i tenesteleverandøren SuperEgo. Dette selskapet lagar elektroniske tenester for psykisk helse, og står bak appar som Stopp Selvskade, Stopp Bulimi og Stopp Panikk. No kjem dei med ei heilt ny og endå meir omfattande satsing, kalla Idoru.

Denne presenterte Øverland nyleg for eit knippe profesjonsstudentar under

ein workshop på DIGS i Olav Tryggvasons gate.

Enkelt forklart er Idoru eit internettbasert program for pasientar, helsepersonell og pårørende. Programmet lar mellom anna psykologen sende beskjedar til brukaren gjennom ein administrasjonskonsoll. I tillegg inneheld Idoru ein app for brukaren, kor dei kan rangere kjenslene sine og få støttande tilbakemeldingar frå ein kunstig intelligens á la Siri på iPhone. Øverland sin visjon med denne tenesta er å gje psykologien tilbake til psykologane.

Ideen om å lage slike e-helseløysingar for psykiatriske pasientar, kom

i praksisen der Øverland jobba som privatpsykolog. I terapien brukte han mellom anna hypnose og avspenningsmetodar, og etter kvart ville gjerne pasientar ha lydopptak av dette. Då tenkte Øverland at dette kunne han lage ein app av.

Han starta dermed utvikla av appen Stopp Selvskade, som seinare har blitt etterfølgt av Stopp Bulimi, Stopp Panikk, Stopp Sjalusi og HappyTap. Men Idoru er meir omfattande enn appane SuperEgo har levert tidlegare, og består som nemnd av fleire komponentar. Ein av desse er appen "Go", som er meint for pasienten. Her kan

pasienten mellom anna rangere kjenslene sine fleire gonger dagleg. Dette skjer på skalaer som går frå mellom anna trist til glad og frå sint til kjærleg. Og dersom humøret skulle skifte betydeleg i løpet av ein dag, er det trøst å få. Appen er nemleg utforma som ein person, litt á la Siri på iPhone. Denne "seier" støttande responsar dersom humøret svingar eller på tidspunkt ein veit kan vere vanskelege for psykisk sjuke. - Når ein har eit angstanfall, vil ein ikkje lese gjennom råd om kva ein skal gjere. Ein vil høyre, forklarar Øverland.

Ein annan komponent i Idoru er administrasjons-

delen. Denne kan behandlar bruke til å følgje med på pasienten sine behov. Den tillét til dømes at behandlar kan sende sjølvskrivne eller ferdiglaga meldingar til pasienten, som pasienten ikkje har høve til å svare på. I tillegg har Idoru funksjonar som tillét pårørende å følgje med på pasienten, samt forum-funksjon som gjer at brukarar kan kommunisere med kvarandre.

I følgje Øverland kan Idoru vere særleg nyttig i fasar kor ein er spesielt sårbar for å droppe ut av behandlinga si. - Fleire stader i Noreg har ein mellom 60 og 80 % dropout i terapien, påpeikar han, og ytrar at dette truleg kan endre

seg om ein bruker løysingar som Idoru som supplement til terapien.

Og for å gjere det motiverande å bruke Idoru-programmet, har dei nytta "gamification". Dette inneber at ein tek i bruk dataspel-element for å løne deltakarar som fullfører oppgåver ein ønsker utførte. Til dømes kan pasienten kome til eit nytt "level" eller motta "badges" for ulike oppgåver. - Vi ønskjer få gjennomført evidensbasert behandling ved å gjere det morosamt. Ein skal bli gira og ikkje berre føle at ein må. Eg trur vi vil sjå meir og meir til denne typen løysingar," seier han og legg til at det òg skal



Susanne Aabel Lia, Mira Pallenchat og Ingrid Hjertaas frå kull 39 synest SuperEgo verkar spennande



appellere spesielt til den yngre generasjon.

- Men er det ikkje ganske enkelt å jukse?" spør ein av dei tilmøtte på DIGS. - Jo, svarar psykologgründeren. Men det er det jo i vanleg terapi òg.

- Ein annan fordel med Idoru, er at det gjev oss likskap til helsetenesta – ein får tilgang uansett kor ein er.

For i følge Øverland har helsetenesta, slik ho fungerer i dag, rom for betring. Her viser han til det han sjølv kallar "meny"-prinsippet": - Når du går på restaurant, får du presentert ein meny slik at du kan velje det som passar deg best.

Slik synest eg det i større grad bør vere i helsesystemet òg. I dag kan ein berre følgje ei anbefaling, og ein risikerer å ikkje vere sjuk nok eller å vere for sjuk. Pasienten må tilpasse seg systemet, og eg meiner at det bør vere omvendt.

SuperEgo har motteke støtte frå Innovasjon Norge til prosjekta sine. Dei har vunne ulike pitchekonkuransar i tillegg til ein tur til Silicon Valley kor dei mellom anna skal møte Google og Facebook for idear. Dei samarbeider òg med fleire universitet.

Susanne Aabel Lia i kull 39, var blant dei oppmøtte på DIGS. Ho er begeistra

over prosjektet: - Eg synest det var veldig interessant. Det er kult å sjå kor framtida og teknologien er på veg når det gjeld klinisk psykologi. Og eg blei inspirert og fekk lyst til å bruke Idoru når eg er ferdigutdanna - det verkar som eit bra verktøy, seier ho.

Og dersom du òg synest dette høyrer ut som eit spennande prosjekt, ønskjer SuperEgo interesserte studentar til workshops. I så fall kan du ta kontakt med Edona Zilkiqi. Kanskje blir du då med på å hindre at Fotballfrue eller Mamma til Michelle tek over våre framtidige pasientar.

Kjelder:  
www.superego.as

## Trines grammatikkspalte

"Kan jeg spørre deg et spørsmål?" Jeg kjenner hårene i nakken reiser seg. "Nei, men du kan stille meg et spørsmål hvis du lurer på noe. For jeg regner med det er meg, og ikke spørsmålet, du vil ha svaret fra?"

Å spørre om noe er nemlig noe du gjør mot noen; du kan spørre en person om noe, men du kan ikke spørre et spørsmål om noe. Med mindre det er

en magisk personifisering av et spørsmål som faktisk kan svare på noe da... Det samme gjelder for verb som å dømme; du dømmer ikke en dom, du avgir en dom. Prinsippet er det samme; det er ikke dommen du dømmer, det er personen du dømmer.

Så, for å være helt tydelig: Du *spør* noen om noe. Du *stiller* et spørsmål til noen.

Og helt til sist, for de som virkelig blander hummer og kanari: det heter ikke å stille spørsmålstegn ved noe. Du setter spørsmålstegn ved noe.

Følg med i neste utgave der du kan lære om feil bruk av uttrykk du kanskje trodde du visste hva betydde.

## Flyvende Jakob

Tekst og illustrasjon: Linnea Marie Dramdal Borg

Flyvende Jakob er en relativt tradisjonell svensk middagsrett som involverer så meget som ovnsstekte bananer, pisket kremfløte og chilisaus. Opphavsmannen var flyentusiast Ove Jacobsson, og forholdene på ingredienslisten er tentative alt ut ifra hvor modig du føler deg. Jeg lover at retten er spiselig, og faktisk ganske populær, selv om jeg skydde den som pesten da jeg var liten. Det har dog mer å gjøre med min frykt for bananer enn noe som helst annet, men det kan vi snakke om en annen gang.

### Ingredienser

4 kyllingfileter, stekt i strimler med litt tykkelse  
3 bananer, oppskåret i lange biter  
1-2 dl saltede peanøtter  
4 dl kremfløte (bland opp med crème fraîche dersom den skal bli tykkere, eller ned med matfløte dersom den føles for tykk)  
3 dl Heinz chilisaus  
(Bacon)

### Slik gjør du

1. Sett ovnen på 225 °C. Skjær kyllingen i strimler med litt tykkelse, og stek den opp med salt og pepper. Del bananen i skiver.
2. For å lage sausen, pisk kremfløten og bland den med Heinz chilisaus (IKKE sweet chili sauce, det blir regelrett guffent). Ha eventuelt i sriracha dersom chilisausen er for mild. Det finnes to typer, og du velger selv hvilken du foretrekker.
3. Finn frem en ildfast form og legg brunede kyllingbiter i bunn, med bananskiver over. Hell over sausen, og stek i cirka 20 minutter.
4. Dryss masse peanøtter over. (Bacon er en til-og-fra-del av oppskriften, men dersom ovnsbakte bananer i fløtesaus i en middagsrett føles litt utenfor komfortsonen kan det på et rent psykisk nivå hjelpe å drysse over biter med sprøstekt bacon sammen med peanøttene.)



Serveres med ris, salat og rosévin. Vinanbefalingen som følger med originaloppskriften fra 1976 er i alle fall en rosévin ved navn "Perlerose". Så server det slik, eller ikke, dersom budsjettet allerede har gått åt skogen.







# Fra student til psykolog



Tekst og foto: Sigbjørn Henning

I løpet av de syv årene jeg brukte på å bli psykolog, ble det hele tiden snakket om hvor tøft vi før eller siden kom til å få det:

”Når du begynner på klinikksemesterne, da forsvinner livet ditt!”

”Hovedpraksis? Nei, da er det virkelig slutt på moroa.”

”Din første jobb? Du skal vite at psykologer er den yrkesgruppen som har

størst andel utbrente blant nyutdannede.”

Og slik gikk nå dagene.

Da jeg gikk på barneskolen snakket alle de eldre gutta om hvor fælt det var å ta stivkrampe-vaksinen. Noen elever ble angivelig holdt fast av de voksne, mens helsesøster kjørte en sylskarp nål inn i den stakkars barneskulderen. Enkelte hylte av smerte, mens andre besvimte. Det ble hvisket om at noen til

og med døde. Sprøyte var grusomme saker.

Da det var tid for at mitt kull skulle i ilden, var det noen elever som hadde sprøytefobi. For disse var denne opplevelsen genuint ganske kjip, men for resten av oss var det hele en rimelig antiklimatisk affære. Jeg husker ikke stort av det hele selv, og jeg er rimelig sikker på at det ikke handler om at jeg dissosierte. Det hele var rett og slett litt overdrevet. Storm i vannglass, som min far liker å kalle det.

Detsnakkes mye om at det å tre inn i psykologrollen er svært tøft. ”Vi må snakke om hvor vondt det er å bli psykolog” – som en artikkel i Katarsis så fint kalte det. ”Sekundærtraumatisering” beskriver hvordan vi kan få vansker med å skille vår egen og andres smerte, et fenomen som enkelte forteller at de lider under. Andre beskriver en svært høy arbeidsbelastning kombinert med et enda høyere ønske om å være flinke, som til sammen resulterer i utbrenthet i løpet av det første året som psykolog.

Selv har jeg bare vært psykolog tre måneder (+ seks måneder som praksisstudent på akuttpost i hovedpraksis), og enkelte vil helt sikkert hevde at dette er for kort tid til å uttale seg på. Jeg tar likevel sjansen:

Å være psykolog er utrolig gøy!

Selvsagt møter du arbeidspress, andre menneskers smerte, og til tider din egen tilkortkommenhet. Men du møter også mange interessante folk, ny innsikt og mestringsfølelse. Det er ganske så artig når du er med på reisen til en angstpasient som plutselig oppdager at han kan snakke med folk likevel, eller når en psykose-

pasient innser at noen av hennes antagelser om verden skurrer. Etter seks år med studier er det veldig godt å komme i gang med det man hele tiden har jobbet mot – å anvende denne kunnskapen som del av en arbeidshverdag. Uendelige timer i forelesning, x antall semesteroppgaver og eksamensbesvarelser har endelig resultert i at noen gir deg tillit og ansvar for å gjøre noe nyttig her i verden. For min del føles dette svært godt.

Noen ganger bommer man også, og føler man ikke helt får til alt som er forventet. Men min erfaring så langt er imidlertid at nettopp den tilkortkommenheten er forventet, om enn av andre folk enn deg selv. Alle har jo vært der – ny og småforvirret i en jobb der man ikke alltid vet hva som er hva. Likevel ordner det seg som regel.

Å være ny psykolog er å møte mange folk, drikke mye kaffe og skrive masse journal. Å være ny psykolog er å ha mange baller i luften, å gå på kurs for videreutdanning, og å få sin første lønsslipp. Å være ny psykolog er å bli ertet for å ha en kjip matpakke, å (ikke alltid) forstå hva folk på møtet egentlig prater om, og å hjelpe de med ”tekniske utfordringer” til

å få printeren til å fungere (eventuelt selv bli hjulpet).

Å være psykolog er masse rart. Veldig mye er gøy, noe er helt ok, og noe er kjipt. Ikke helt ulikt livet ellers, forøvrig. Det snakkes mye om normalisering av følelser og symptomer når vi skal behandle pasienter som sliter. Likevel tror jeg ikke alltid vi er like flinke til å anvende denne kunnskapen på oss selv, og har lett for å tolke en dårlig dag på jobben som et tegn på mye mer enn bare nettopp det.

På fellesprogrammet, første del av veien mot å bli psykologspesialist, diskuterte vi nylig dette. En av de andre deltakerne hadde en svært interessant kommentar: ”Det er litt vanskelig, men det går jo egentlig veldig bra så langt! Men jeg bare venter på at smellen kommer, for det er så mye snakk om utbrenthet”. Jeg tolker dette som et tegn på at det kan være lett å psyke seg selv ut, litt på samme måte som mange av de pasientene vi forsøker å hjelpe overtenker en del problemstillinger. Det var nemlig tydelig ut i fra kursdeltakerne at alt i alt syntes flertallet at det de drev med var ganske ålreit. Og det synes jeg også, så det er bare å glede seg.

# Er det uetisk for en psykolog å bli sett naken av en pasient?

Tekst: Linnea Marie Dramdal Borg

Scenarioet er veldig enkelt, og ikke rent usannsynlig skal jeg høre på den indre, noe angstpregede monologen. For hva gjør man egentlig, dersom man står i dusjen på treningssenteret, og går ut uten å ha dratt håndkledet ordentlig rundt seg, og plutselig får øyekontakt med, eller selvfølgelig enda verre, går rett på, en klient/pasient?

Dette har egentlig ingenting med seksualitet å gjøre, og det er heller ikke meningen å forsterke det skjeve maktforholdet som allerede kan eksistere ganske tydelig mellom pasient og psykolog – litt ettersom hvor man jobber, sannsynligvis, men likevel. Men hvilken plass har normalisering av kropp og seksualitet i dette scenarioet, og spesielt dersom rollene er motsatt? En psykolog er ikke en gynekolog, uansett hvordan man vrir og vrenger på det. Det blir likevel som ikke helt naturlig. En sexolog vil kanskje kunne håndtere det litt bedre, men dette er ikke annet enn ren spekulasjon fra egen side.

Det er ingen videre idé å diskutere hvordan en

skal te seg dersom en møter på en pasient utenfor terapissettingen. Dersom det er noe du har diskutert med pasienten din på forhånd, flott, da har dere begge retningslinjer å forholde dere til, men hvis ikke, bare se an pasienten. Det er mer din oppgave enn din pasients oppgave å følge opp cuet som gis, og hvis det ikke gikk kjempebra har dere mulighet til å debriefe neste time. Så se det an, og avvent den psykoanalytiske tilnærmingen med fullstendig ignorering av hverandre inntil du ser at det eventuelt er det pasienten din ønsker. Men det er altså ikke dette som er problemstillingen.

En psykolog som er beruset, en psykolog som mister besinnelsen (selv om det er fordi du har med deg tre sultne barn alene på Ikea), en psykolog som skjeller ut noen (uavhengig av om det er rettmessig eller ikke), eller en psykolog som kanskje har funnet ut at stand-up er noe den skal satse på på fritiden, og hvis eksempler ligger farlig nær noe som er gjenkjennelig for den stakkars pasienten som gikk ut og tenkte at

den skulle prøve å ha en hyggelig torsdagskveld. På en måte kan det sikkert være både betryggende og fint for enkelte pasienter å se at psykologen deres også er et menneske. Men til hvilken pris? Det kan dessuten tenkes at Festinger ligger og hytter med nevene.

La oss utbrodere en variant. Det er naturlig å føle seg ubekvem når man er naken blandt ukjente mennesker, så hva skjer i en situasjon hvor den eldre og litt skrøpelige klienten er betydelig mer avslappet og komfortabel i den offentlige garderoben, uten klær, og blandt flere mennesker, enn den unge, pene psykologen?

Klienten har for et par timer siden beskrevet sine problemer og tanker rundt usikkerhet, mindreverdighetskomplekser og hemninger i møte med andre mennesker. Klienten beklaget seg over at han/hun aldri har hatt en spesielt interessant jobb, aldri har turt å stikke seg ut, og kjenner seg grå og sjarmløs blandt alle velkledde kollegaer med deres selvsikkerhet i sosiale sammenhenger. Klienten

forteller videre at den alltid har holdt seg selv tilbake selv om den har mye å gi, både fordi den føler seg uinteressant og fordi den ikke har noen nevneverdig fysikk. Kanskje er klienten fortsatt ugift selv om hun/han har passert 50.

Den vellykkede, unge, pene og respekterte psykologen står i garderoben på treningssenteret etter en halvtime squash etter jobb, og har som så mange andre kompleks-er for at kroppen ikke er helt perfekt. Kanskje er psykologen litt for lav, kanskje har den for små bryster/brystmuskulatur, for spinkle legger, er for bred over baken, eller kanskje henger psykologen seg opp i helt andre størrelsesbetyrninger. Alt dette selv om det i utgangspunktet ikke er noe å bekymre seg for, og psykologen innbiller seg, mot beste viten, at alle gransker ham/henne med kritiske blikk, noe som fører til både usikkerhet og utilpasshet.

Plutselig dukker klienten opp. Like naken, men på ingen måte like vakker. Litt rynkete og med noe fremoverlent holdning, litt slapp, og med en hel del andre småskavanker. Men der, i dusjen uten klær, er ikke klienten utilpass i det hele tatt. Klienter kommer bort, hilser, og legger ut i det vide og det brede om hvor deilig det er å svømme/trene/løpe, og hilser kanskje til og med til andre ukjente mennesker. Psykologen blir kanskje litt stresset, og bestemmer seg for å belemre seg inne i båsen til det hele er over. Til slutt er det imidlertid bare psykologen og klienten igjen i dusjen, og psykologen forsøker å gjøre det beste av situasjonen.

Psykologen kommenterer at han/hun ikke kan se noen som helst form for hemninger hos klienten slik klienten beskrev det for bare noen timer siden. Til det svarer klienten at det bare er her, i den offentlige garderoben, at

alle er like. Eller i det minste klarer ikke klienten å se hvem som jobber hvor eller hvem som tjener hva når de står der både uten klær og nevneverdig hårstyling. Dette er altså det eneste stedet klienten ikke føler seg dårligere enn alle andre. Eller kanskje slenger klienten ut av seg en helt annen klisjé. Hvem vet.

Poenget er ikke en forfengelig moral, poenget er problemstillingen. Hvilke forskjeller er det egentlig som gjør seg gjeldene i de ulike møtene, både med og uten klær? Hva er det som skjer med rollene? Hvordan utspiller det seg dersom psykologen er en veletablert svømmer, mens pasienten er tydelig svakere og underdanig; og hvordan blir det hvis det er snakk om en tykkfall- en psykolog med dårlig selvtillit som treffer på en struttende og entusiastisk Birken-syklende pasient?

Spør du meg, ja så spør jeg deg.



# Hva skjer?

## Sosial- og samfunnspsykologikonferanse

17. & 18. november

Psykologi og tverrkulturelle dialoger: under sosial- og samfunnspsykologikonferansen 17. og 18. november kommer forskere fra hele verden til Trondheim for å delta i workshopen Cross-cultural dialogues. Psykologistudenter og forskere får presentert arbeidet sitt for et internasjonalt publikum!

## Skidag med Psykologien & PSI

Januar

Utelek, bål, snøballkrig, kakao, afterski og hook

Åre

29. januar - 2. februar

Magiske skiforhold, intime hytter, afterski, dype samtaler og vennskap. Se facebook-event for mer informasjon. Frist for påmelding er 1. desember.

## Psykologirevyen

16., 17. & 18. februar

Lys opp den mørke vinterhverdagen som publikum på revyen

PUG

Jau. PUG har sikkert noen arrangementer fremover. Sjekk ut deres nye, fine nettside.

## Psykologidagen

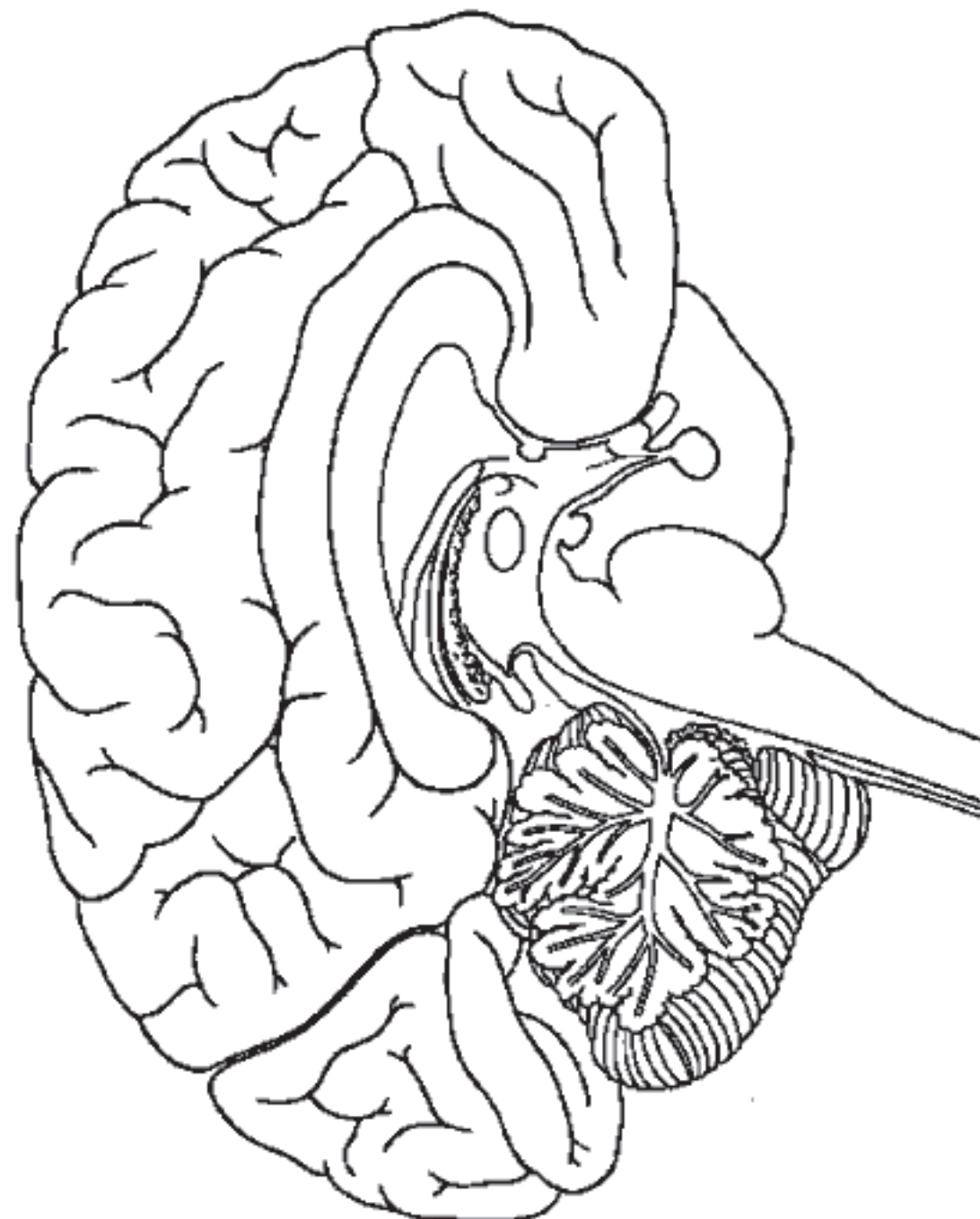
7. mars

Psykologifaglig stimulering av ypperste kvalitet



# Prokrastineringshjørnet

*Vi i redaksjonen vil gjerne gi dere noe dere kan sitte tilsynelatende konsentrert bøyd over, slik at de andre på lesesalen tror dere pugger for harde livet. Dere kan selvfølgelig bruke denne til faktisk å pugge alle hjernens sulci og gyri, eller dere kan fargelegge den. Sistnevnte gir visstnok mindfulness, så vi anbefaler det.*





Tekst: Elisa Bruvik Sætre

Foto: C. C. Wischmann//aasentunet.no

# Min kamp

Eg skal ikkje nekte for at det har vore hardt. Skjellsorda, dei nedsettande blikka, kjensla av ikkje å vere heilt som alle andre, å vere del av ein minoritet. Det har tæra på meg, brote meg ned i søla, fått meg til å gjere ting eg ikkje kan stå inne for i dag. Men eg ber ikkje nag. Eg trur på det gode i menneske, og eg trur på openheit. Og no trur eg tida er inne for sjølv å vere open. Difor vel eg endeleg å stå fram: Eg er ein nynorskbrukar.

For eg innser at idet ordet

”nynorsk” blir nemnd, er det få som får nostalgiske kjensler til ei eventyrleg tid med sidemål på skulen. Og utruleg nok er det ikkje så mange med abstinensar etter fleire ”ar”-endingar eller Ivar Aasen-sentrerte diskusjonar i kvardagen. For det er nettopp kvardagen som er utgangspunktet for min kamp.

Sjå for deg at du skal i førelesing og finn ut at den skal gå føre seg på engelsk. Kanskje til og med av ein utan engelskspråkleg opphav, som til dømes tysk (tilfeldig døme). Kva tenker du? Jo: ”Fåkk, no må eg jo omsetje alt før eg kan skrive det ned! Eller skal eg skrive notat på engelsk? Herre jemini, her var det mykje å ta stilling til ein tysdag morgon”. Ja, akkurat

det tenker du. Og dette er ikkje så langt unna mine eigne tankar kvar einaste førelesing med slides på bokmål. Og tru ikkje at det er få av dei. Skal eg skrive ’personlighet’, eller vere prinsippfast med ’personlegdom’, sjølv om det kanskje gjev overdriven dramatisk effekt? Og kva i alle dagar blir ei god omsetjing av ’etterprøvbarhet’? Er det rart eg blir fortvila? Er det rart at eg tidvis sleng bøkene i golvet og ropar ”NO ER DET NOK!” før eg stormar gråtkvalt ut av auditoriet? Eller at Magne Flaten si førelesing om berøring og smerte var som jul, påske og andre oppdikta høgtider på ein gong for meg? Eg berre spør.

Og ikkje berre må eg gjennomgå fortviling, men

skamfulle kjensler er òg hyppig aktiverte. Den verste skamma er den som breier seg gjennom kroppen kvar skriftlege eksamen. Når eg, i motsetnad til majoriteten, må bla om til side to for å kome til den nynorske oppgåveteksten. Eg prøver å gjere dette så lydlaust og diskret som mogleg. men ikkje ein gong nynorskbrukarar er perfekte. Brått blafrar det i papiret, det blir heilt stille og alle blikk vender seg mot meg og blir talande. Ja, dette kan verke som overdriving av ein bagatell, men det heile vert berre så symbolsk tydeleg. Nynorsk er annanrangs, nynorsk kjem i andre rekkje, du må anstrengje deg og forbrenne viktige kaloriar for å få tilgang på nynorsk, og er det då umogleg å tenkje seg at vi nynorskbrukarar kanskje har litt færre krefter til overs for sjølv eksamenssvaret? At nynorskbrukarar dermed får dårlegare karakterar, som gjev dårlegare jobbmoglegheiter, slik at vi blir fattige og ulukkelege og må nave oss gjennom livet med låg SES og alt som høyrer til? Eg berre spør.

I tillegg er det å vere nynorskbrukar assosiert med å kome frå ei inngrodd, ukjend vestlandsbygd kor alle er i slekt med

alle. Dette kan nok i mange høve stemme. Sjølv er eg frå ein liten plass, og fordelane er mange. Utanfor heimfylket ser folk på deg som eksotisk. Dei spør kor du er frå sånn eigentleg, om du ikkje kan snakke litt på dialekt og om dei kan ta bilete av deg. Men det har òg ulemper å vere så unik og sjeldan. For ALL del; det er fantastisk givande å høyre på ein samtale mellom to Oslo-borgarar om kor vidt dei har vore på same Kiwi på Karlsrud. Det er lite som gjer den geografiske kunnskapen min rikare. Men når dette blir del av ei dagleg rutine, må eg innrømme at eg kjenner eit sårt sagn.

*“...utruleg nok er det ikkje så mange med abstinensar etter fleire ”ar”-endingar eller Ivar Aasen-sentrerte diskusjonar i kvardagen”*

For tenk om eg hadde hatt ein med-student som eg kunne juble med over at vi begge har handla på Felleskjøpet i Førde (har ein caps derfrå iallfall). Tenk om vi kunne skratte og le over at vi i alle år har teke same buss til skulen utan å kjenne kvarandre (lell,

høgst usannsynleg sidan vi var om lag fire personar på bussen). Og tenk om vi kunne diskutere kven av oss som har flest kjendisar i nabolaget sitt (klar siger til meg. Både P3-Ronny og eg er frå Vieåsen). Er det utenkjeleg at det å ha ein alliert kunne ha heva tilveret mitt? At det ville fått meg til å føle meg uovervinnelig og stolt, og at vi saman kunne konvertert alle landets bokmålsskrivarar til å bruke nynorsk, og etter kvart resten av verda? Eg berre spør. nynorsk

Nei, det er ikkje lett å orientere seg/overleve i eit bokmålsdominert samfunn. Men eg prøver å gjere det beste ut av det. Eg går gjennom Gata med heva hovud og tappert blikk, og overser stands for å unngå at hjartet nok ein gong skal søkke i brystet når eg ser brosjyrar skrive på rival-skriftspråket. Eg vel å tru at dette har gjort meg til ein sterkare person sidan det enno ikkje har drepe meg. Derfor skal eg, noko motvillig, sitere ein bokmålsnyttande dramatkar som nokon av dykk kan ha høyrd om: ”Saken er den, ser dere, at den sterkeste mann i verden, det er han som står mest alene”. Den sterkaste kvinna òg for så vidt, men då er vi over i ein heilt annan kamp.



Tekst: Vilde Nerdal og Eirin Kjøl Wiig

I skrivende stund kjemper hundrevis av førsteårs-studenter mot klokka for å lære psykologiens historie til eksamen. Presset om å ha et unikt perspektiv og "skrive sin egen historie" gjør at man ikke bare må memorere stoffet, men også tvinge frem kreativitet og hva verre er: genuin interesse. Men hvor mye av fagstoffet henger egentlig igjen etter eksamen? Hvem kjenner egentlig psykologihistorien best av nye og gamle kull? For å finne ut av dette stilte vi fire historiespørsmål til studenter i kull 40w og kull 36. Vi spurte også professor Leif Edward Ottesen Kennair og førsteamanuensis Hroar Klempe for å undersøke hvorvidt de enda har et sterkt forhold til historiefaget. Klempe valgte å besvare i caps lock.

1) *Hva var Wundts viktigste bidrag til den nye psykologien?*

**Klempe:** WUNDT GRUNNLA DET FØRSTE PSYKOLOGISKE LABORATORIET I 1879. LABORATORIET FOKUSERTE PÅ FORHOLDET MELLOM SANSNING OG FORESTILLING. TENKNING OG SPRÅK VAR IKKE INKLUDERT I DEN EKSPERIMENTELLE PSYKOLOGIEN. DERFOR SÅ PÅ DEN SOM EN "HJELPEVITENSKAP", SOM MÅTTE KOMPLETTERES MED FOLKEPSYKOLOGIEN. STUDIER AV TENKNING KUNNE IFØLGE WUNDT BARE OPPNÅR VED Å SE PÅ SPRÅK, MYTER OG VANER. MED ANDRE ORD KULTURYTRINGER.

**Heidi, kull 36:** Wundt husker jeg! Han lagde et

laboratorium.

**Ragnhild, kull 40:** Jeg vil si at Wundts viktigste bidrag til den nye psykologien var at han åpnet opp for forskning og eksperimentering. Han hjalp med å flytte fokuset fra tanker og synsinger som ble klekket ut ved skrivepulten, og fikk folk til å faktisk teste teorier og reaksjoner (på denne tiden var det mest sansene og reaksjoner på ytre stimuli som var fokuspunktet) med god metode.

**June, kull 40:** Wundt er mest kjent for opprette det første forskningslaboratorie inne psykologi i Leipzig i 1879, og psykologien ble mer anerkjent som en vitenskap. Han var også den første som omtalte seg selv som psykolog.

**Emilie, kull 36:** Wundt drev vel med noe eksperiment-

ell forskning i laboratorier? Het hvertfall Wilhelm til fornavn. Det husker jeg.

**Kennair:** Det er ikke vondt ment, men kan det komme noe godt ut av å gjøre filosofien eksperimentell? Så mange år senere, er vi egentlig i stand til å gjøre psykologistudenter grunnleggende vitenskapelige i sin holdning til faget?

2) *På hvilke måter har behaviorismen vært med på å prege moderne psykologi?*

**Klempe:** BEHAVIORISMEN HAR FIRE ULIKE FORUTSETNINGER: FØRTS OG FREMST LOGISK POSITIVISME, MEN LIKE MYE AMERIKANSK PRAGMATISME, DARWINISME OG DEN FUNKSJONALISTISKE TENKEMÅTE OG TIL SLUTT EN GJENSKAPING AV KANTS IDE OM EN "REN VITENSKAP" (SOM OGSÅ ER GRUNNLAGET FOR DEN LOGISKE POSITIVISME). DISSE IDEALENE, DVS. FØRST OG FREMST BRUKEN AV FUNKSJONELLE FORKLARINGER OG IDEEN OM EN REN VITENSKAP

**Heidi, kull 36:** Den bidro i alle fall til noen episke rap

battles under den første psykologirevyen. What? What? W(h)atson!

**Ragnhild, kull 40:** Behaviorismen var et temaskifte i psykologihistorien: Fokusen gikk fra mentale prosesser og bevissthet til atferd. Behavioristene inspirerte Neobehavorister (1930-tallet) som Skinner, Tolman og Hull, som gjorde den ganske "enkle" tankemåten til Watson litt mer komplisert, som f.eks å koble inn mellomliggende variabler i hans S-R-modell. I dag er det framleis noen som definerer psykologien som studiet av atferden. I dag ser vi kanskje best behaviorismens preg i fokuset på språkbruk og har influensert områder som pedagogikk og læring, utviklingspsykologi, terapi og andre områder hvor atferdsendringer finner sted.

**June, 40:** Behaviorismen gjorde interessante funn når det kom til atferd og læring, i form av klassisk betingethet og operatorisk betingethet. Behaviorismen birdo til dannelsen av kognitiv psykologi, som er en av hovedretningene våre i dag

**Emilie, kull 36:** Behaviorismen har vel lært oss at

atferden vår kan formes av hva slags konsekvenser den får. Også bidro den sikkert til utvikling av teorier om læring og hukommelse?

**Kennair:** Mange opplevde behaviorismen som veldig stimulerende. Andre hadde mer negative responser. Jeg er betinget positiv. Folk bør nok eksponere seg litt mer for behaviorismen. Det er mye å lære der.

3) *Hva var hovedtrekkene ved Lewins feltteori*

**Klempe:** LEWIN HAR MED SEG GESTALTPSYKOLOGIEN SOM BALAST NÅR HAN KOMMER SOM FLYKTNING TIL USA. FELTTEORIEN ER DERFOR ET FORSØK PÅ Å BRINGE INN ALLE DE FAKTORER SOM AVGJØR BARN OG VOKSNES HANDLEMÅTER. HANS FORMEL  $B=f(P,E)$  ER I REALITETEN ET FORSØK PÅ (1) Å TREKKE INN ALLE DE FAKTORER SOM UTGJØR PERSONEN (P) OG DE OMGIVELSENE SOM ER MED PÅ PÅVIRKE (E), MEN OGSÅ (2) ET FORSØK PÅ Å IMØTEKOMME DATIDENS BEHAVIOVORISTISKE IDEAL OM EN MATEMATISK VITENSKAP.



**Heidi, kull 36:** Nei, men var ikke Lewin han som ligna på Harry Potter?

**Ragnhild, kull 40:** Menneskegrupper ble definert som gestalter (helheter) som påvirket individers atferd og opplevelser. Fokus på atferd OG opplevelse, hvor atferd er et resultat av den totale psykologiske feltet (livsrommet) som omgir individet. Tenk på livsrommet som et privat kart over individets verden, (Kvasigeografisk) som igjen handler om kvasisosielle omgivelser (personer, sosiale grupper, etc.) og kvasikonseptuelle omgivelser (ting du vil gjøre, oppgaver vi løser, etc). Livsrommet har en struktur (regioner som danner et mønster) og dynamikk (regionene har valens som enten frastøter eller tiltrekker) Livsrommet har en tendens til å endre seg mot bedre balanse og mer stabilitet. Teorien om livsrommet gjør at Lewin mer eller mindre konkluderer at mesteparten av motivasjon kommer utenfra.

**June, kull 40:** Lewins feltteori handler om at vi mennesker har et livsrom som vi beveger oss i, hvor vi for å nå et mål i livet må igjennom rom som er enten

positivt eller negativt ladde.

**Kennair:** Man skal kanskje ikke spøke med slikt, nå rett før Halloween, men han trodde på parapsykologi. En ting er jeg takknemlig for: uten ham ville nok ikke norske psykologer hatt den posisjonen de har. Kanskje han fremdeles påvirker, i den grad ånder har makt?

#### 4) Hva var Harald Schjeldrups bidrag til norsk psykologi

**Klempe:** SCHJELDRUP BIDRO FØRST OG FREMST TIL Å GJØRE PSYKOLOGIEN ALMENT KJENT FOR ALLE NORSKE STUDENTER. HANS BOK TIL FORBEREDERENDE PRØVER VAR OBLIGATORISK FOR MER ENN TO GENERASJONER (50 ÅR). BOKEN PRESENTERTE EN BRED INNFORING I PSYKOLOGIEN. LIKEVEL VAR HANS HOVEDINTERESSE KNYTTET TIL PSYKOANALYSEN, OG HAN SPILTE EN AVGJØRENDE ROLLE FOR AT DEN FIKK FOTFESTE I NORGE. NOE DEN OGSÅ GJORDE OG BLE DOMINERENDE FRA MIDTEN AV TREDVEÅRENE OG FREM TIL SEKSTITALLET.

**Heidi, kull 36:** Harald Schjeldrup bidro med svært mange innflytelsesrike og banebrytende tanker innenfor norsk psykologi.

**Ragnhild, kull 40:** Harald Schjelderup bør nevnet for blant annet for: å være Norges første psykologiprofessor og en av de første psykoanalytikere. Psykologiens pensumbok i Norge i ca 30 år: Psykologi, og den reviderte utgaven som igjen var pensum i 20 år. Hans arbeid innenfor psykoanalysen gjorde at den ble sett på som mer akademisk akseptabel i Norge.

**Emilie, kull 36:** Hvem?

**Kennair:** Man skal kanskje ikke spøke med slikt, nå rett før Halloween, men han trodde på parapsykologi. En ting er jeg takknemlig for: uten ham ville nok ikke norske psykologer hatt den posisjonen de har. Kanskje han fremdeles påvirker, i den grad ånder har makt.

## Anvendt kognitiv psykologi: Game theory i uvørenhetens tid

Tekst: Linnea Marie Dramdal Borg

*Dersom saken har gått i glemmeboken: Merete Hodne nektet å klippe en dame med hijab, saken ble tatt til retten, og ett stykk irrelevant FrP-politiker valgte, i beste mening, å forsvare den rasistiske frisøren ved å sammenlikne det med at "jamen, hvis det hadde kommet inn en person i nazist-uniform, hadde du jo kastet ham ut." Han skjøt seg selv i foten, som FrP-politikere så ofte gjør, og her er vi altså.*

Innenfor samfunnsøkonomisk teori, og følgelig i omtrent samtlige ufordragelige miljø i Oslo og omegn, er konseptet "game theory", eller spillteori, relativt velkjent. Det vil det være for flere av leserne også, men for de som enten har glemt det eller kanskje aldri har lært det, kommer en liten oppsummering. Konseptet er enkelt.

Ideen kommer fra nullsumspill, hvor hver deltakers tap eller gevinst nøyaktig utbalanseres av de andre deltakernes tap eller gevinst. Forklart på en annen måte er det slik at jo større del du selv tar av kaken, jo mindre får de andre – og ingen kan gjøre noe med

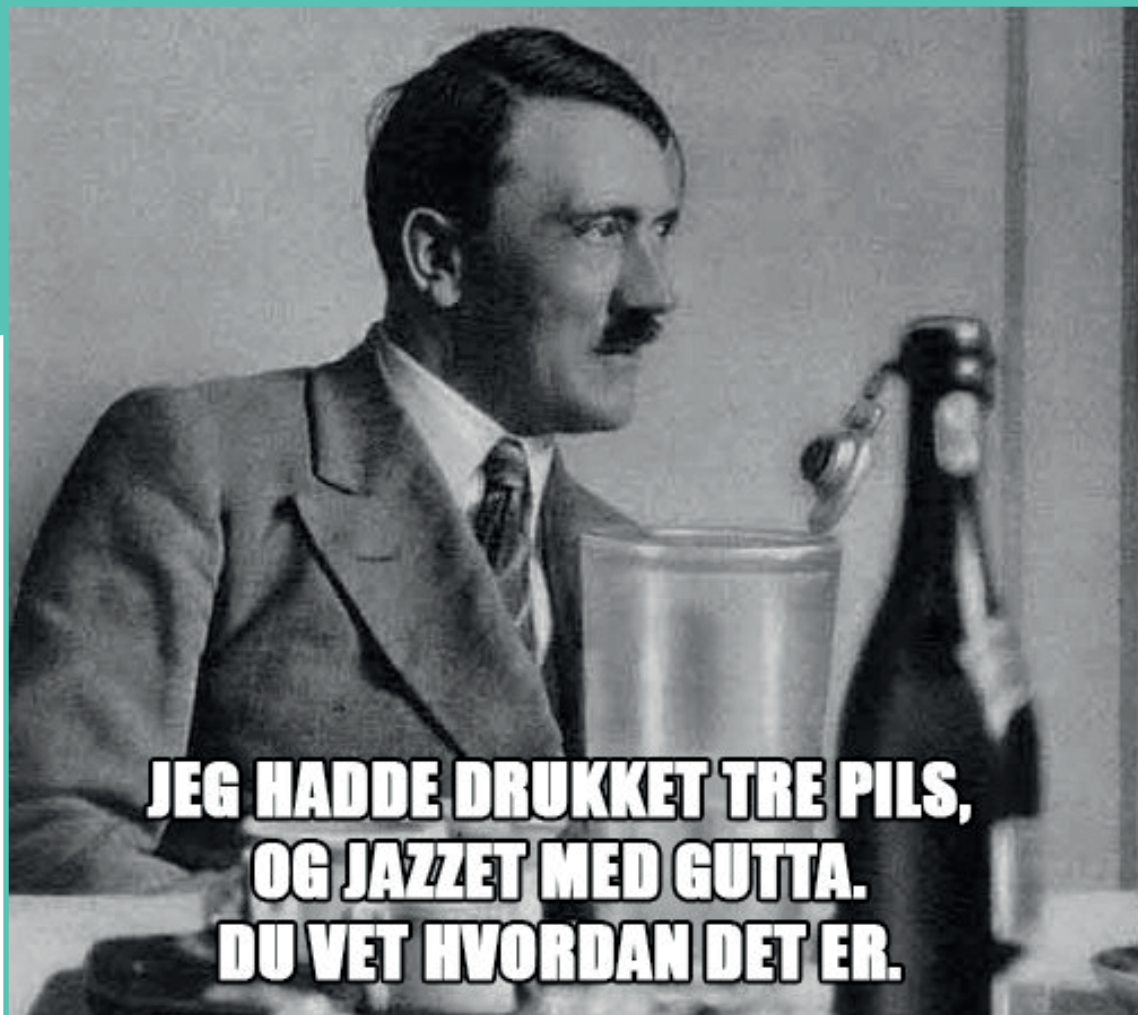
det. Gitt at de andre gir seg, riktignok. Og det er dette som er det kritiske. Det er risikoanalyse, for hva er egentlig sjansen for at de andre partene gjør x, y eller z, og hvilket alternativ er best for å sikre egen (om enn litt mindre) gevinst?

*"jo større del du selv tar av kaken, jo mindre får de andre – og ingen kan gjøre noe med det."*

Ifølge fangens dilemma, hvor partene i en sak enten kan tilstå eller holde tett, og gjerne gjør dette ut ifra hva de tror blir best for dem selv fremfor helheten, vil individet gagne mer av å utlevere den andre parten, enn å samarbeide med den. Mennesker har en systematisk bias mot samarbeid, og det koker således ned til et spørsmål om rasjonalitet. To rasjonelle individer ville utlevert hverandre, men straffen i denne saken er likevel mildere dersom de begge velger å holde munn. Så hva skjer?

I det aktuelle tilfellet er det to aktører. Takket være Peter N. Myhres kritiske og reflekterte spørsmål, er den første aktøren en velmenende og nasjonalromantisk frisør, og den andre en nazist. De har begge mulighet til å gå til politiet og anmelde den andre, men hvis de istedenfor velger å samarbeide, hvor den ene klipper og den andre betaler, er saken ute av verden i løpet av tyve minutter. Sikkert mindre enn tyve minutter også, da snuskaller ikke krever kjempekomplisert hårstyling.

Samarbeider derimot bare den ene parten, taper den andre personen rettssaken. Dersom de involverte hadde vært rasjonelle og sannferdige individer, sier egentlig game theory at situasjonen aldri skulle oppstått. Men nå er det en gang slik at selverklærte nasjonalister som bruker nyhetsspeilet.no som nyhetsskilde ikke skårer høyest akkurat der. Og se hvem som tapte rettssaken, a gitt.



Hvis du har noe bedre å komme med enn han her, så send gjerne en mail til [avis.psykolosjen@gmail.com](mailto:avis.psykolosjen@gmail.com)!

Takk til

