

# Impuls

tidsskrift for psykologi

1 - 2013 66. Årgang



## Religionspsykologi



# Om Gud og religiøsitet i psykologien

Frederick Lucius Nathanael

”Finnes vi  
han? Hva er h  
spørsmål. Ikke  
større, rikere  
er, i den siste  
instans. Kjærlig  
og alle nivåer  
impulsen” (Jar

Sigmund J  
annet enn en sl  
og at spiritua  
forsvarsmekar  
stand til å mest  
i en utrygg v  
for realitetene  
nektende, ov  
(Geels, 1991).  
presten forvis  
sikre anerkjen  
de harde natu  
ved siden av  
mektige religie  
seg retten til  
sannhetskriteri  
rett i sitt forsø  
forurensning a  
2006). Tidså  
virkeligheten v  
som lar seg erl  
teknologiens fi  
2003). Siden v  
om guddomme  
også den ble av

”God is de  
we have killed  
ourselves, the r  
What was holic  
the world has y  
under our kniv  
off us? What v

"Finnes virkelig Gud? Hvordan finnes han? Hva er han? er så mange irrelevante spørsmål. Ikke Gud, men livet, mer liv, et større, rikere og mer tilfredsstillende liv er, i den siste analysen, religion i sin siste instans. Kjærlighet til livet, på hver eneste og alle nivåer av utvikling, er det religiøse impulsen" (James, 1902/2003, s. 391).

Sigmund Freud mente Gud ikke er annet enn en slags forvrent farsprojeksjon og at spiritualitet bunner i en tarvelig forsvarsmekanisme som gjør mennesket i stand til å mestre sin angst og føle kontroll i en utrygg verden ved å lukke øynene for realitetene og skape virkelighetsfornektende, overnaturlige forklaringer (Geels, 1991). I psykologiens fødestue ble presten forvist som den onde feen for å sikre anerkjennelse i styrkeprøven overfor de harde naturvitenskapene og livsrom ved siden av legestanden. I kamp mot mektige religiøse krefter som forbeholdt seg retten til å foreskrive dogmatiske sannhetskriterier, synes psykologien å hatt rett i sitt forsøk på å unngå såkalt teologisk forurensning av faget (Berggraf & Reme, 2006). Tidsånden statuerte videre at virkeligheten var sammenfallende med hva som lar seg erkjenne av de fem sanser og teknologiens forlengelse av disse (Bjærke, 2003). Siden var det ingen som hørte stort om guddommer i læren om sjelen, etter at også den ble avslørt som naiv diktning:

"God is dead. God remains dead. And we have killed him. How shall we comfort ourselves, the murderers of all murderers? What was holiest and mightiest of all that the world has yet owned has bled to death under our knives: who will wipe this blood off us? What water is there for us to clean

ourselves? What festivals of atonement, what sacred games shall we have to invent? Is not the greatness of this deed too great for us? Must we ourselves not become gods simply to appear worthy of it?"

(Nietzsche, 1882, *The Gay Science*, Section 125).

### Hvordan forstå Gud?

I en renessanse for religionspsykologi anklages psykologien generelt for en tendens gjennom historien til å karakterisere opplevelse av nærkontakt med det Guddommelige som irrasjonelle (Skoe, 2008), paradoksale (Cole & Pargament, 1999), illusoriske (Jung, 1965), patologiske (Austad & Follesø, 2003), fantasiskapte (Berenson, 1987), absurde (Baumeister & Exline, 2002; Wulff, 1997) og virkelighetsflukt (Bjærke, 2003). I beste fall reduseres slike erfaringer til uttrykk for mer grunnleggende fysiologiske, sosiale og psykologiske funksjoner (Pargament & Mahoney, 2002). Det nye er hjerneforskning som foreslår at religiøse opplevelser er et produkt av forbigående endringer i temporallappene, omtrent som ved epleptiske anfall. Forskning, enda kontroversiell, har også vist at stimulering av visse områder av temporallappene virker å vekke en rekke mystiske opplevelser, områder som er blitt kalt "the God spot" eller "the God module" (Flekkøy, 2004; Fontana, 2003). Dette betyr verken en bekreftelse eller avkreftelse av det Guddommeliges eksistens eller muligheten for kommunikasjon mellom menneskets og en Guddommelig bevissthet, selv om mange nok pustet lettet ut når det tilsynelatende endelig ble avklart at Gud sitter i hjernen.



Ideen om "the God sport" eller "the God module" kan forstås som bortforklaringer og er et uttrykk for hva Geels kaller "the nothing-but fallacy". Det kan være mulig å påstå at kjærlighet ikke er annet enn et uttrykk for overspent forplantningsdrift, og noen som aldri har opplevd kjærlighet har nok sine grunner til å fornekte at det i det hele tatt finnes slike vage, subtile følelser. Selv religionspsykologien beskyldes for å preges av en reduksjonisme av ontologisk type hvor tolkninger av religiøse opplevelser blir "bortforklaringer" heller enn meningsfull forståelse (Geels, 1991).

Derimot er såkalt *metodisk reduksjonisme* snakk om selve vitenskapelighetens fundament. Det dreier seg om å belyse fenomener ut ifra teori og "oversette" dem til et språk av vitenskapelige termer som velges ut og operasjonaliseres slik at de kan studeres empirisk med vitenskapelig metode. Blant påstanden om psykologiens neglisjering av religionspsykologi, er påpekelse av at faget systematisk har unngått å adoptere, legitimere og såkalt vitenskapeliggjøre begreper som har sterke røtter i religiøs tradisjon (Pargament & Mahoney, 2002). Jeg tror Geels (1991) har mye rett i at religionspsykologien dermed ikke har det rette verktøy for å gripe eller det rette språket for å artikulere det spirituelle og den meningssfæren som er uttrykt gjennom årtusener lange religiøse og spirituelle kulturer og tradisjoner. Det er jo først og fremst gjennom språket vi fanger og forstår virkeligheten (Rommetveit, 2003). Det er ikke nødvendigvis nok å "låne" begreper fra andre psykologiske retninger (Nathanael, 2010a)). Alle psykologiske

begreper kommer jo fra et sted, mange er "lånt" og vitenskapeliggjort heller enn konstruert til å være forbeholdt psykologien alene. At man på folkemunne og i populærvitenskapen operasjonaliserer disse annerledes, punkterer dermed ikke begrepenes vitenskapelige validitet.

### Gud i hverdagslivet

Legger man øret ned til marken og lytter, ser man at i USA, hvor mye av vår psykologi er utviklet, rapporterer opp til 97 % av befolkningen generelt om Gudstro (Spilka et al, 2003). 59 % rangerer religion som veldig viktig (Berggraf & Reme, 2006). I religionsundersøkelsen fra 2008 svarte 68 % av den norske befolkningen at de har en gudstro, og stadig flere beskriver seg som religiøse eller åndelige (Reme et al., 2009). Hvordan psykologer skal forholde seg til Gud, mener Geels (1991) at det vil være tilstrekkelig å ta utgangspunkt i den virkelighet informantene tilskriver sine religiøse opplevelser: "de er virkelige i den mening at informantene oppfatter dem som virkelige" (s. 19). Religion-psyko-logiens klassiker William James (1902/2003) skrev i likhet at Gud er en realitet idet Han frembringer reelle virkninger. I sin bok "Att möta Gud i kaos" skriver Geels (1991) at et viktig kjennetegn blant de som har religiøse opplevelser er at fra deres synsvinkler oppleves disse erfaringene som *virkeligere* enn "den vardagssfær de delar med oss andra" (s. 10).

Mange har nok holdt tett om sine erfaringer, kanskje fordi man nettopp har løpt risiko for å diagnostiseres som psykotisk eller overspent religiøs, i det minste litt skrullete.

Om  
følge fo  
den gj  
opplev  
religiøs  
er et f  
karakter  
viser i l  
vår tid  
oppleve  
grad ve  
menne  
fascines  
tilpassn  
(Geels,

Et sl  
som vite  
det eks  
virkeligh  
idéverde  
den ut i  
menings  
beskrive  
dem, so  
fenomer  
trenger  
eller Gu  
statemen  
ikke mer  
skriver I  
aldri psy  
sannhets  
studerer  
både i inc  
kollektive

I den  
James' (1  
"enkeltme  
opplevels  
de oppfat

Om spirituelle opplevelser er det i følge forskning en stor feilslutning blant den gjengse vesterlending at religiøse opplevelser er et uttrykk for overspent religiøsitet og sykdom, og videre at det er et fåtall mennesker av klart uvanlig karakter som har slike opplevelser. Studier viser i kontrast at det er relativt vanlig i vår tid og samfunn å ha intensive religiøse opplevelser, at det her er snakk om i stor grad veltilpassede og gjennomsnittlige mennesker og opplevelser som har fascinerende potensiale når det gjelder tilpassning, mestring, helse og velvære (Geels, 1991; Spilka & McIntosh, 1995).

Et slikt standpunkt betyr ikke at man som vitenskapsmann tar stilling til hvorvidt det eksisterer en Gud eller absolutt virkelighet eller noe som tilsvarer Platons idéverden for den saks skyld. Man studerer den ut ifra ulike hypoteser som gjør det meningsfullt å studere fenomenene slik de beskrives av informantene som opplever dem, som introspektiv observasjon eller fenomenologi (Hood, 2002). Psykologer trenger ikke å ha troen på en mystisk eller Guddommelig virkelighet som "a statement of faith" (s. 12), men det er dog ikke meningsløst som empirisk hypotese, skriver Hood (2002). Dessuten har vel aldri psykologien utgitt seg for noen sannhetsforeskriver, men en disiplin som studerer menneskelig atferd og bevissthet både i individets personlige og den sosiale kollektive virkelighet (Nathanael, 2009).

I den forbindelse vil jeg fremheve James' (1963) definisjon av religion som "enkeltmenneskers følelser, handlinger og opplevelser i deres ensomhet, for så vidt de oppfatter sig selv som stående i forhold

til det, som de måtte anse for at være det guddommelige" (s. 28). Om spiritualitet skriver Pargament, en av dagens rådende forskere innen religion og mestring, i samme ånd at spiritualitet skiller seg fra alle andre psykologiske attributter ved at det er sentrert omkring persepsjon av det hellige, en kvalitet som særlig inkluderer konsepter som *Gud, det Guddommelige, det metafysiske og det transcendent* (Pargament & Mahoney, 2002).

### Om religion i positiv psykologi

Ett av bidragene til et holdningsskifte i forhold til sammenhengen mellom helse og spiritualitet er blitt sagt å kunne tilskrives fremveksten av positiv psykologi – en relativt ny retning i psykologien som representerer en radikal endring i tilnærming til psykologisk helse (Shafranske & Sperry, 1999). Positiv psykoterapi fokuserer, i kontrast til tradisjonell psykoterapi, på å indusere positive følelser og øke engasjement hos individer med affektive lidelser og symptomer heller enn å direkte jobbe mot og fokusere på symptomer og deres årsaker (Seligman, Rashid, & Parks, 2006). Dette har i stor grad blitt informert av religiøse tradisjoner, da spesielt med tanke på at retningen benytter elementer fra meditasjon og begreper med dype religiøse røtter som "håp", "tilgivelse", "gode gjerninger", "velsignelse" og "takksigelse". Målet er å formidle det gode liv ved å fokusere på individets styrker og det som gjør livet verdt å leve (Peterson, 2006). I positiv psykoterapi jobbes det med å strippe intervensjon for theistisk og dogmatisk innhold for at de skal kunne implementeres uavhengig av eventuell trosbekjennelse individene praktiserer

(Avants, Beitel, & Margolin, 2005). Det er en markant forskjell mellom en slik tilnærming, som sekulariseres og bruker elementer fra religion instrumentelt for å øke lykkefølelse og selvkontroll (Peterson, 2006) og theistiske terapiformer (Richards & Bergin, 2005), som gir spirituelle verdier og modning signifikans. For religion er mer enn bare livsrettledende og metafysiske dogmer og stressreducerende og angstdempende teknikker. Det handler først og fremst om dyptlodgende spirituell praksis og søken etter mening og svar på livets eksistensielle spørsmål, hvor troen på en hellig, guddommelig virkelighet er essensiell (Cole & Pargament, 1999).

### Om spiritualitetens egenverdi

Forskning har vist at individets oppfattelse og fokus på spiritualitet er en kritisk faktor i helseintervensjon, altså at det spirituelle i seg selv som mål og mening gir en egenartet positiv effekt. Slike effekter på helse og velvære tenderer til å bli fraværende om det for eksempel er styrket kontroll som er intensjonen heller enn overgivelse til en større kraft av spirituell eller Guddommelig karakter (Cole & Pargament, 1999). En studie av Wachholtz og Pargament (2005) frembringer evidens for at spiritualitet er en kritisk ingrediens i intervensjoner med religiøse røtter, som for eksempel meditasjon, når det gjelder effekt på helse og mestring. For eksempel medfører det et effekttap på angstreduksjon og smertemestring å gå utenom et spirituelt perspektiv i slike typer intervensjoner. Et element som virker å ha spesielt god effekt på stressmestring og resiliens er tilnærminger som "shifts the mind away from physical and mundane concerns to a focus on the larger universe

and the individual's place within it" (s. 369). Geels (1991) skriver i den sammenheng at institusjonalisert religion ofte virker som en legitimerende faktor når det gjelder åndelighet i vår tid. Slik har psykologien bemyndiget sin ignoranse med en slags politisk korrekthet, at det spirituelle som privatsak er beskyttet fra det psykologiske blikk. Hva angår forståelsen av rent spirituelle verdier og anskuelser henvises man til teologien, som i all tid har tatt seg av slike anliggende.

I mitt arbeid har jeg kjent på anklagen om å opptre uvitenskapelig og uansvarlig overfor akademias krav om nøytralitet og objektivitet. På sett og vis er også vitenskapsmannens forståelse definert ut ifra det han selv har erfart (Wulff, 1997), og min bias er klar: Jeg har personlig og i nære relasjoner opplevd hvor enorm virkning, både positiv og negativ, møte med hva individer opplever som Guddommelig kan ha på menneskelivet. I sin gjennomgang av et tiårs samling av intensive religiøse opplevelser i vår tid, skriver religionspsykologen Geels (1991) at det er snakk om livsavgjørende opplevelser som frigjør krefter som på noen få sekunder eller minutter forvandler et menneske.

I 2009 ble det i Norge også publisert en undersøkelse av nettopp norske psykologistudenters opplevelse av fagets forhold til religion. Nesten alle som svarte mente at utdanningen ikke la noen vekt på menneskers religiøse tro. En stor andel, nesten en tredjedel, oppfattet at faget var nedsettende overfor religiøse mennesker (Reme et al, 2009). Dette speiler et inntil nylig internasjonalt fravær av religiøse

og s  
innfø  
i aka  
Reme  
om å  
spiri  
nors  
Maga  
seg o  
tro p  
det e  
påsta  
eller  
snakl  
Jeg h  
For r  
har e  
stimu  
forst  
mest  
her g  
perso

En p  
Und.  
på F  
arra  
Syke  
relig  
uttal  
Parg  
slutt  
relig  
relig  
dags  
akku  
psyk  
"Åp  
proi  
prior  
ban  
2012



og spirituelle tema i pensumlister, innføringsbøker og undervisningsopplegg i akademisk psykologi (Fontana, 2003; Reme et al, 2009). Samme år, i et intervju om årsaken til den positive effekten av spirituell helbredelse, skal en fremtredende norsk psykologi i følge Dagbladet Magasinet (2009) ha svart at "Det dreier seg om at behandlingen virker når man har tro på den. Det er altså placeboeffekten det er snakk om". Videre siteres han med påstanden: "Enten er det en placeboeffekt eller så er det noe vi ikke kan forklare, da snakker noen om en guddommelig kraft. Jeg har ingen tro på den siste forklaringen". For mitt vedkommende påstår jeg at jeg har empirisk grunnlag for min vilje til å stimulere til akademisk, nonreduksjonistisk forskning på religiøse opplevelser i et mestringperspektiv, mens vedkommende her gjør sin konklusjon på bakgrunn av personlig tro (Nathanael, 2010b)

### En psykologi med sjel?

Under en konferanse i religionspsykologi på Hamar i september 2008, delvis arrangert i forbindelse med Innlandet Sykehus' åpning av det første offentlige religionspsykologiske senteret i Norge, uttalte en ledende forsker i feltet, Kenneth Pargament at nå kan man som psykolog slutte "å hviske i gangene" hva angår religion og spiritualitet. Og i en tid hvor religiøse og åndelige tema står høyt på dagsorden, er det med iver at jeg for akkurat ett år siden leste på forsiden til psykologisk institutt i Oslo sin hjemmeside: "Åpner terapidøren for Gud". Artikkelen promoterte disputasen til Gry Stålsett, pioner på VITA-modellen som står som banebrytende nybrottsarbeid (Gupta, 2012). Bare måneder før ble det i Tidsskrift

for Norsk Lægeforening konstatert at sykdom også må forstås ut ifra en fjerde dimensjon utover den dominerende biopsykososial modell: livets "åndelige og eksistensielle dimensjon" definert som "grunnleggende verdier, tanker om hva som gir livet mening (Magelssen & Fredheim, 2011, s. 138). Her snakker de om religiøs mestring som kvalitativt egenartede mestringsstrategier.

### 12-trinnsmodellen for behandling av avhengighetsproblemer

I min masteroppgave presenterte jeg en atferdsendringsmodell som nettopp tar utgangspunkt i potensiale som ligger i det religiøse på en dogmefri, men endog teistisk måte. 12-trinnsmodellen med røtter i Anonyme Alkoholikere (AA) har siden 1935 utviklet seg til den mest suksessrike og utstrakte modellen innen rehabilitering og tilfriskning fra ulike typer avhengighetsatferd hvor åndelige øvelser som overgivelse, meditasjon og bønn samt begreper som "åndelig oppvåkning", "høyere makt" og "Gud" står sentralt (Vederhus et al., 2008). I 12-trinnsmodellen representerer den enkeltes utforskning av sin åndelighet og eksistensielle forståelse et ufravikelig element i tilfriskningsprosessen. Individet oppfordres til å finne sin egen forståelse av Guds-konseptet, "Gud, slik vi selv oppfatter Ham" (AA, 2006; Berenson, 1987).

12-trinnstilbud foregår både på institusjon (minnesotabehandling) hvor man gir en intensiv veiledning gjennom programmets første 4-5 trinn over noen uker samt at man motiverer og forbereder pasienter på å ta i bruk den viktigste delen av 12-trinnsbevegelsen, nemlig

selvhjelpsgruppene, som AA og NA (Anonyme Narkomane). 12-trinnsbaserte selvhjelpsgrupper finnes over hele verden og har jevnlig møter i de fleste store byer for en rekke typer avhengighetsatferd (som overspising, sex, spilleavhengighet osv) (Vederhus et al., 2008). Stegene handler grovt sett om å innrømme at man er maktesløs overfor avhengigheten og livet, overlate sin vilje til en makt man innrømmer er større enn en selv, *Gud, slik vi selv oppfatter Ham*, foreta en ydmyk, utilslørt selvransakelse, gjøre opp for seg der man ser at man har påført andre skade, dyrke ens spiritualitet og dele sin historie og erfaring for å hjelpe andre (AA, 2006; Nathanael, 2009).

Forskning viser at deltakelse i 12-trinnsgrupper er blant de mest effektive etterverntilbud for å styrke rusavhengiges rus- og livsmestring over tid. Effekten av selvhjelpsgrupper ligger bl.a. i skifte av sosialt nettverk, nye mestringsstrategier og bedre psykososial fungering. Dette handler spesielt om å oppleve samhörighet og gjensidig forståelse blant mennesker som i stor grad har følt seg utestengt og tilsidesatt i samfunnet generelt (Kristensen & Vederhus, 2005). Den grunnleggende mekanisme for forandring er *åndelig oppvåkning*. Grunnteksten som formidler de 12 trinn, *Storboka* (AA, 2006), skal gi hjelp til å legge fordommer til side og uttrykke vilje til å tro uten at man behøver å ta hensyn til andres oppfatning av Gud eller forstå eller definere hva denne ultimate kraften er.

I USA har modellen fått status som evidensbasert. Sammenlignet med andre nordiske land som Sverige og Island,

hvor det er utstrakt integrering av 12-trinnsfilosofien i behandlingsmiljøene, ligger Norge langt etter (Vederhus et al., 2008). Igjen kommer man tilbake til skepsis og motforestillinger til religiøse begreper, som virker fremmed på de fleste behandlere. Studier har identifisert dette som fordommer i form av skjulte og gjerne ubevisste motforestillinger om språkbruk og idégrunnlag (Vederhus et al., 2010).

Den største og mest kjente studien av 12-trinnsbehandlingen er Project Match. Studien viser at 12-trinnsbehandling gir en tendens til større effektstyrke enn andre behandlingsformer (Kristensen & Vederhus, 2005). Internasjonal forskning og klinisk erfaring konkluderer med at intensive fasiliteringsprogrammer på institusjon (minnesotamodellen) som motiverer og stimulerer til jevnlig deltakelse i brukerstyrte er de mest effektive etterverntilbud for å styrke rusavhengiges rus- og livsmestring over (Mueser et al., 2003; Nordsy et al., 1996; Vederhus et al., 2008). En norsk studie viste 12 ganger større odds for rusfrihet blant dem som gikk regelmessig i 12-trinnsgrupper enn for dem som ikke deltok (Vederhus et al., 2008). Selv om man i Norge satser på bruk av slike grupper fra politisk ståsted (SHdir, 2004), integrerer bare 5 % av rusrelaterte behandlingsinstitusjoner 12-trinnsfilosofien i sine tilbud (Vederhus et al., 2010).

### **Destruktiv versus sunn tro**

Gudsbegrepet i 12-trinnsmodellen er et åpent begrep man selv velger hva man legger i. Kort fortalt er det snakk om å komme i kontakt med en kilde til kraft og styrke som ligger utenfor enkeltmenneskets

kapasi  
selv.  
livsm  
mønst  
og me  
ens re  
det fre  
(Gupta  
religiø  
mestri  
oppfo  
relasjo  
forskn  
som fo  
i indivi  
som sr  
oppfor  
(Wulff,  
foreligg  
nettopp  
religiøsi  
sunnere  
å skille  
virksom  
(Borgen  
Det er  
overgir

**Spiritus**  
Tilfriskn  
er et gje  
livsløps  
for man  
represen  
til selvut  
et al., 20  
knappt o  
rusen sor  
i den avl  
overgive  
blant de  
modeller



kapasitet, noe som er større enn individet selv. Dette skal gi hjelp til å finne livsmening og bryte gamle, destruktive mønstre og åpne opp for nye perspektiver og mestringsstrategier. Dette gjelder også ens relasjon til det åndelige eller Gud. Som det fremkommer av Stålsetts avhandling (Gupta, 2012) kan arbeid med destruktive religiøse oppfatninger være avgjørende for mestring av sykdom. 12-trinnsmodellens oppfordring til å jobbe med sin tro og relasjon til det guddommelige støttes av forskning som viser potensiale i terapi som forsøker løse destruktive elementer i individets spirituelle orienteringssystem som små og straffende Gudsbegreper som oppfordrer til lidelse og ukritisk tilbedelse (Wulff, 1997; Pargament, 1997). I dag foreligger det mengder av forskning som nettopp identifiserer faktorer i menneskets religiøsitet som kan brukes for å gi dem en sunnere tro (Austad & Follesø, 2003) ved å skille mellom kreativ, konstruktiv religiøs virksomhet versus destruktiv, hemmende (Borgen, 2003) relativt til helse livskvalitet. Det er avgjørende forskjell på hva man overgir seg til (Cole & Pargament, 1999).

### **Spiritus contra spiritum**

Tilfriskning fra og mestring av avhengighet er et gjennomgripende livsproblem i et livsløpsperspektiv. De 12 trinnene blir for mange en løsning på dette, fordi det representerer en måte å leve livet på, en vei til selvutvikling og livsmestring (Vederhus et al., 2008). Faktisk handler modellen knapt om rus, men om et alternativ til rusen som løsning på problemer som ligger i den avhengiges personlighet gjennom overgivelse. Faktisk var Jung og James blant de som inspirerte til utviklingen av modellen. Overfor initiativtakerne var det

Jung som fremsatte en formel som siste mulige redning for alkoholavhengige som viser seg ufølsomme for tradisjonelle terapeutiske metoder i kampen mot avhengigheten: *Spiritus contra spiritus*. Det er det samme latinske ordet som brukes om både den høyeste mystiske, spirituelle eller religiøse erfaring og for alkoholrus (Dyslin, 2008).

I følge Wachholtz og Pargament (2005) er det lite forskning som støtter en påstand om at religion ikke er noe annet enn et forsvar og angstreduksjon. Ikke minst er det knyttet til meningskonstruksjon, selvrealisering, intimitet, personlig vekst, selvtilit, mestringstro og det spirituelle i seg selv. I møte med krise og lidelse opplever mange at deres tillit til et logisk, rasjonelt verdensbilde og virkelighetsforståelse ikke lenger gir mening og sammenheng (Geels, 1991). En av eksistensiellpsykologiens klassikere, Victor Frankl (1984), skrev om sine opplevelser i konsentrasjonsleire "Man is not destroyed by suffering; he is destroyed by suffering without meaning (s. 135)"

Til syvende og sist er troen og fokus på åndelig oppvåkning i 12-strinnsmodellen er av pragmatisk karakter. For mange rusmisbrukere er troen ikke snakk om hva som er sant eller ikke, men det handler om spørsmålet om liv eller død. Spørsmålet om Guds eksistens bør ikke bare avvises av psykologien som et metafysisk og religiøst spørsmål forbeholdt teologer og filosofer, men at det dreier seg i høyeste grad om grunnleggende menneskelige forhold som direkte påvirker menneskesyn og hvilke verdier som befester ens rettesnor for det gode liv (Bergin, 1980).

## Referanser

- AA (2006). Storboka. Anonyme Alkoholikere. Oslo: Anonyme Alkoholikere i Norge.
- Austad, A., & Follesø, G. S. (2003). Religiøse og eksistensielle erfaringer og psykoterapi. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 937-944.
- Avants, A. K., Beitel, M. & Margolin, A. (2005). Making the shift from 'addict self' to 'spiritual self': Results from a Stage I study of Spiritual Self-Schema (3-S) therapy for the treatment of addiction and HIV risk behaviour. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(3), 167-177.
- Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (2002). Mystical self loss: A challenge for psychological theory. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 12 (1), 15-20.
- Berenson, D. (1987). Alcoholic Anonymous. From surrender to transformation. *Family Therapy Networker*, July-August, 24-31.
- Berggraf, L., & Reme, S. E. (2006). Er religion tabu i psykologien? Norske psykologistudenters holdninger, oppfatninger og erfaringer vedrørende religion i psykologiutdanningen. Upublisert hovedoppgave. Universitetet i Bergen, Psykologisk Institutt, Bergen, Norge.
- Bjærke, S. (2003). Symbolet og det fraværende. En dybdepsykologisk betraktning på psykologien og det religiøse. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 976-983.
- Borgen, B. (2003a). Det skapende subjekt. Kreativ kommunikasjon i et religionspsykologisk perspektiv. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 989-991.
- Cole, B. S., & Pargament, K. I. (1999). Spiritual Surrender: A paradoxical path to control. I W. R. Miller (Red.), *Integrating spirituality into treatment: Resources for practitioners* (ss. 179-198). Washington, DC: American Psychological Association.
- Dagbladet Magasinet (2009). Heia-gjengen hadde rett – Han har helbredende krefter! Hentet 14/02-2009 fra <http://www.dagbladet.no/2009/01/29/magasinet/psykologi/snasamannen/45>
- Dyslin, C. W. (2008). The Power of Powerlessness: The Role of Spiritual Surrender and Interpersonal Confession in the Treatment of Addictions. *Journal of Psychology and Christianity*, 27 (1), 41-55.
- Flekkøy, K. (2004). Religionspsykologi og nevroteologi. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 12. 995-997.
- Fontana, D. (2003). *Psychology, Religion, and Spirituality*. Oxford: BPS Blackwell.
- Frankl, V. E. (1984). *Man's Search for Meaning*. New York: Simon and Schuster.
- Geels, A. (1991). Att möta Gud i kaos. Religiösa visioneri dagens Sverige. Stockholm: Norstedts Förlag AB.
- Gupta, R. (2012). Åpner terapidøren for Gud. Hentet 20.12.2012 fra <http://www.sv.uio.no/psi/forskning/aktuelt/aktuelle-saker/2012/apner-terapidoren-til-gud.html>
- Hood, R. W. (2002). The mystical self: Lost and found. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 12 (1), 1-14.
- James, W. (1902/2003). *The Varieties of Religious Experience*. London: Routledge.

Jame  
E  
pi  
Jame:  
N  
Jung,  
C  
Jone  
E  
S  
C  
U  
o  
Jones  
R  
F  
Kris:  
S  
1  
2  
Mag  
(  
f  
n  
Mar  
r  
a  
J  
Nat  
c  
?  
Natl  
r  
?  
Natl  
r  
1  
?  
Parg  
c  
?

- James, W. (1902/1963). *Religiøse Erfaringer*. København: Jerspersen og pios forlag.
- James, W. (1911). *Memories and studies*. New York, Longmans, Green, And Co.
- Jung, C. G. (1965). *Psykologi og Religion*. Oslo: J. W. Cappelen Forlag.
- Jones, G. S. (1994). *The Surrender Experience in Recovery from Substance Dependence: A Multiple Case Study*. PhD Thesis, The University of Memphis, Department of Philosophy.
- Jones, J. W. J. W. (1992). Response: religion, Reductionism, and psychoanalysis. *Pastoral Psychology*, 40 (6), 401-404.
- Kristensen, Ø. & Vederhus, J. (2005). Selvhjelpsgrupper i rusbehandling. *Tidsskrift for Den Norske Legeforening*, 20, 2798-2801
- Magelssen, M. & Fredheim, O. M. S. (2011). En åndelig dimensjon er viktig for mange pasienter. *Tidsskrift for Den norske legeforening*. 2 (131), 138-40
- Marks, D. F. (2002). Freedom, responsibility and power: Contrasting approaches to health psychology. *Journal of Health Psychology*, 7 (1), 5-19.
- Nathanael, F. L. (2009). Spirituell overgivelse og mestring. *Psykologisk Tidsskrift*, 01, 31-37
- Nathanael, F. L. (2010a). En psykologs reise på leting etter sjelen. *Psykologisk Tidsskrift*, 3, 24-34
- Nathanael, F. L. (2010b). Gjesteforelesning med healeren Eric Pearl på Psykologisk Institutt, UIO. - Revolusjonær presedens eller pearler for svin? *Parapsykologiske Notiser*, 01.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping. Theory, Research, Practice*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2002). Spirituality. Discovering and conserving the 'sacred. I C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Red.), *Handbook of Positive Psychology* (ss. 646- 659). New York: Oxford University Press.
- Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Reme, A. E., Berggraf, L., Anderssen, N., & Johnsen, T. B. (2009). Er religion neglisjert i psykologiutdanningen? *Tidsskrift for Norsk Psykologiforening*, 46, 837-842
- Richards, P. S. & Bergin, A. E. (2005). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy*, Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Rommetveit, R. (2003). *Språk, tanke og kommunikasjon*. Oslo: Gyldendal Akademiske Forlag.
- Seligman, M. E., Rashid, T. & Parks, A. C. (2006). Positiv psychotherapy. *American Psychologist*, 61, 774-788
- Shafranske, E. P., & Sperry, L. (1999). Addressing the spiritual dimension in psychotherapy: Introduction and overview. I R. Miller (Red.), *Integrating Spirituality Into treatment: Resources for practitioners* (ss. 11-29). Washington, DC: American Psychological Association.
- SHdir & Norsk Selvhjelpsforum (2004). *National Plan for self-help*. Retrieved April 28, 2010 from [http://www.selvhjelp.no/filestore/Nasjononal\\_plan\\_IS-1212\\_engelsk.pdf](http://www.selvhjelp.no/filestore/Nasjononal_plan_IS-1212_engelsk.pdf).
- Skoe, E. E. (2008). Why care? Moral development and religious experience. I U. V. Heyden, & A. Feldtkeller, *Border Crossings: Explorations of an*



- Interdisciplinary Historian. Festschrift for Irving Hexham (ss. 287-303). Stuttgart: Franz-Steiner-Verlag.
- Spilka, B. & McIntosh D. N. (1995). Attribution theory and religious experience. I W. Hood Jr, Handbook of Religious Experience (ss. 421-445). Birmingham: Religious Education Press.
- Spilka, B., Hood, R. W., Hunsberger, B. & Gorsuch, R. (2003). *The Psychology of Religion. An Empirical Approach*. New York: The Guilford Press.
- Vederhus, J., Kristensen, Ø., Tveit, H., & Clausen, T. (2008). Tolvtrinnsbaserte selvhjelpsgrupper: En ressurs i rehabiliteringen av rusmiddelavhengige. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 10, 1268-1275.
- Vederhus, J.-K., Laudet, A., Kristensen, Ø., & Clausen, T. (2010). Obstacles to 12-step group participation as seen by addiction professionals: Comparing Norway to the United States. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 39 (3), 210 – 217
- Wachholtz, A. B., & Pargament, K. I. (2005). Is spirituality a critical ingredient of meditation? Comparing the effects of spiritual meditation, secular meditation, and relaxation on spiritual, psychological, cardiac, and pain outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, 28 (4), 369-384.
- Wulff, D. M. (1997). *Psychology of Religion: Classic and Contemporary*. New York: John Wiley & Sons.