

# Spirituell overgivelse og mestring

Frederick Lucius Nathanael

Det postmoderne menneskets helseatferd som et av samfunnets største satsingsområder har gitt psykologien enorm utfordring i utarbeidelse av intervensjoner relatert til ulike typer avhengighetsatferd (Peterson, 2006). I klinisk praksis, psykologisk forskning og implementering av helseintervensjoner er arbeidet med å øke individers personlige kontroll, både i forhold til situasjoner, emosjoner og impulser viktig (Cole & Pargament, 1999). Vi lever i en tid med dyp tro på at alt er opp til hver enkelt, vi er hver og én herre over våre skjebner. Jeg synes det i denne forbindelse det er et besynderlig paradoks at psykologien frem til nylig har glimret med sitt fravær i kontakten og utforskningen av de velkjente og tilsynelatende suksessfulle behandlingstilbudene basert på Anonyme Alkoholikeres (AA) 12-stepsprogram.

For mange er dette innlysende når man tar i betraktning at 12-stepsfilosofien bygger på kjerneaspekter fra frelse- og omvendelsestradisjoner, som spirituell overgivelse og åndelig oppvåkning - ofte beskrevet som en moderne religiøs, rettere sagt spirituell bevegelse som oppfordrer til fundamental forandring av ens relasjoner, verdensanskuelser og livsstil (Berenson, 1987; Pargament, 1997). Dette må særlig sees i sammenheng med det jernteppet som har hengt mellom akademiske disipliner preget av det medisinske, naturalistiske og reduksjonistiske verdigrunnlag og vitenskapparadigme og religiøse og spirituelle aktører med sakrale verdier og menneskesyn (Pargament, 1997; Vederhus, Kristensen, Tveit og Clausen, 2008).

I en tid med utbredt skolering i englekommunikasjon og healing, hvor

psykolog og seksjonsleder på Blakstad sykehus tilkaller klarsynte for å drive ut åndersomplagerinnlagte rusmisbrukere (Aftenposten, 2008), med Snåsamannen på alle kanaler og religion og spiritualitet høyt på dagsorden i ymse fora, synes også psykologien å ha opphevet tabuet omkring religiøse tema og tarmenneskets spiritualitet og religiøsitet på alvor. Til manges overraskelse kan man nå observere fremmarsjen av en zeitgeist, en tidsånd åpen for det spirituelle i helsevesen, medisinsk og psykologisk forskning som har ført til en aksept for og utarbeidelse av spirituelt og religiøst integrerte behandlingstilnæringer (Pargament, 2007; Richards & Bergin, 2005). Disse tilnærmingene oppfordrer psykoterapeuter og annet helsepersonell til å ta opp klienters spiritualitet definert som deres relasjon til det hellige (Pargament, 1997), erkjennelse av deres åndelige natur (Fontana,

2003) og relasjon til det guddommelige (James, 1902/1963) når det er relevant. Dette gjelder også bruk av språk og typer intervensjoner som er følsomme for, viser respekt for og utnytter det helberedende potensialet som ligger i klientenes tro og spiritualitet (Richards & Bergin, 2005).

Når det gjelder avhengighet, viser nå bred forskning en klart negativ sammenhengen mellom religiøsitet, spiritualitet og negativ helseatferd (Bormann et al, 2006; Leigh, Bowen & Marlatt, 2005; Oman & Thoresen, 2005; Pargament, 1997). For eksempel når det gjelder rusmiddelbruk er en fremtredende mekanisme i denne sammenhengen assosiasjonen mellom religiøsitet, selvkontroll og mestringsprosesser. Studier har vist at religiøsitet har en innvirkning på hvordan mennesker mestrer stress og

hvordan de beholder en opplevelse av kontroll fremfor unnvikende og hjelpeløse mestringsmekanismer. Ved siden av sosial påvirkning ved deltakelse i ulike religiøse aktiviteter og miljøer som oppfordrer til selvregulering, kan linken mellom religiøsitet og selvkontroll være snakk om et sett av personlige oppfatninger som virker på både resiliens og mestring (Walker, AINETTE, WILLS & MENDOZA, 2007).

Sentralt i dette er spirituelt overgivelse, identifisert som en distinktiv mestringsstil. Dette innebærer en spontan, uvilket, mystisk opplevelse av kort varighet som innleder en pågående transformerende prosess av overgivelse på bevisst og ubevisst plan (Jones, 1994; Tiebout, 1949) hvor personlig kontroll, stolthet og vilje overgis til en Gud eller spirituelt kraft (Dyslin, 2008; Wong-McDonald & Gorsuch, 2000) hvilket paradoksal styrker individets selvkontroll (Cole & Pargament, 1999), mestringsstro, autonomi og integritet (Gordon, 1984; Geyer & Baumeister, 2005), gjerne stikk i strid med velartikulerte fordommer mot religiøsitet som patologiserende, hjernevasking, depersonaliserende og undertrykkende.

### **Religion – psykologisk tabu og paria**

På tross av mange pionerer og autoriteter i psykologiens historie sin positive holdning til religiøsitet, William James, Carl Jung, Viktor Frankl, Jean Piaget, Erik Erikson og Lawrence Kohlberg (Murken, 2005; Skoe, 2008; Fontana, 2003; Zinnbauer & Pargament, 2005), har psykologer gjennom mesteparten av det 20. århundret altså tendert til å a) ignorere spiritualitet, b) anse spiritualitet som patologisk eller c) behandle spiritualitet som en prosess som kan reduseres til mer grunnleggende psykologiske, sosiale og fysiologiske funksjoner (Pargament & Mahoney, 2002).

På mange måter var nok overgangen fra religionens hegemoniske monopoli på sannhet og virkelighetsfortolkning

til vitenskapens kritiske rasjonalisme en frigjøring (Jones, 1992). Men med sverging til behaviorismen og Freuds naturalisme (Jones, 1994) og det nye medisinske verdigrunnlag og paradigme (Skoe, 2008) som en ontologisk reduksjonisme (Geels, 1991) og reduktiv rasjonalisme (Jones, 1992), kan man si at psykologien ga menneskenes utvikling og fremgang hva kunnskap og viten angår en ny tvangstrøye. Selv om religion i alle sine fasetter kan være dehumaniserende og at mennesker kan tro på Gud av nevrotiske grunner, er det ikke minst like forsvarlig å si at ontologisk reduksjonisk holdning og neglisjering av menneskets religiøsitet er dehumaniserende, og at mennesker like mye avviser tro på en Gud av nevrotiske grunner (Jones, 1992).

Kort kan man oppsummere religionspsykologers begrunnelser for at psykologer burde vie spiritualitet og religiøsitet betydelig oppmerksomhet som følger: a) Spiritualitet er et kulturelt og sosialt faktum (Paloutzian & Park, 2005; Pargament & Mahoney, 2002), b) i et enormt økende antall studier viser spiritualitet å ha implikasjoner for en rekke aspekter ved menneskelig fungering, spesielt i forhold til mental helse, ikke bare patologi, men også for mestring og resiliens (Oman & Thoresen, 2005), f eks i forhold til alkohol- og rusavhengighet (Avants, Beitel & Margolin, 2005, Galanter, 2007; Leigh, Bowen, & Marlatt, 2005), konsekvenser etter negative, traumatiske og stressende livshendelser (Pargament, 1997; Taylor, 2006) og fysiologisk helse (Bormann et al., 2006; Wachholtz & Pargament, 2005) og morbiditet og mortalitet (Pargament, 1997). c) Videre har studiet av religion og spiritualitet nå fått både politisk mandat (Kunnskapsdepartementet, 1995; Stortingsproposisjon nr. 63, 1997-98) og etisk forpliktelse (American Psychological Association, 2003).

Det er dog for meg et paradoks at psykologien helt frem til nå har tendert til å fremstå blottet for interesse for religionens dynamikk og dens uomtvistelige kraft til å endre

menneskers liv, en holdning som er blitt kalt ”religionsfobi” (Borgen, 2003) og en usikkerhet om hvorvidt religionspsykologien overhodet hører innunder psykologiens felt” (Fontana, 2003).

### **Sannhet og virkelighet**

Et mer positivt standpunkt i forhold til religiøsitet og spiritualitet betyr ikke at man som vitenskapsmann tar stilling til hva som er sannhet i forhold til Guds eller en åndelig virkelighets eksistens. Man skal derimot kunne studere det ut ifra ulike hypoteser som gjør det meningsfullt å utforske fenomenene slik de beskrives av informantene som opplever dem, som introspektiv observasjon eller fenomenologisk analyse (Hood, 2002). Psykologer trenger ikke å ha troen på en mystisk virkelighet som ”a statement of faith” (s. 12), men det er dog ikke meningsløst som empirisk hypotese (Hood, 2002).

### **Religionens renessanse**

Jean Piaget uttrykte et håp om en renessanse for religion (Kvale, 2003). Både blant lekmenn og i psykologien synes dette å ha slått røtter allerede (Richards & Bergin, 2005; Roehlkepartain, Benson, King & Wagner, 2006). Samtidig søkte Piaget å finne en måte å tro på og samtidig være objektiv, en vitenskap som var konsistent med religiøs tro (Kvale, 2003).

Helt nylig synes dog religionspsykologien, for mange antakelig uforståelig, å nærme seg en oppfyllelse av Piagets ønske. ”Nå trenger vi ikke lenger hviske i gangene”, uttrykte en av vår tids betydelige religionspsykologer, Kenneth I. Pargament under en religionspsykologisk konferanse på Hamar i år, delvis arrangert i forbindelse med Innlandet Sykehus’ åpning av det første offentlige religionspsykologiske senteret i Norge, en del av et paradigmeskifte som innebærer en veldokumentert revolusjonær økning i teoretisk og empirisk interesse

for religion og spiritualitet blant psykologer (Paloutzian & Park, 2005; Roehlkepartain et al, 2006; Shafranske & Sperry, 1999; Zinnbauer & Pargament, 2005; Zinnbauer, Pargament, & Scott, 1999).

”We are entering a renaissance in psychological healing as spirituality is being discovered anew” skriver Shafranske og Sperry (1999, s. 11), hvor oppmerksomhet henledes på religiøs tro og spiritualitetens rolle i klinisk praksis i et forsøk på å humanisere psykoterapien. For mindre enn to decennier siden fantes det knapt en håndfull psykologiske artikler som berørte dette, mens i dag florerer det av alt fra håndbøker, journalartikler, bokkapitler og innføringsbøker på området (Shafranske & Sperry, 1999; Pargament, 1997; Pargament, 2007; Richards, Rector & Tjeltevit, 1999; Richards & Potts, 1995)

En av de betydelige bidragene til et holdningsskifte i psykologien hva religion og spiritualitet angår, kan blant annet tilskrives fremveksten av positiv psykologi, som representerer en skjellsettende endring i tilnærming til psykologisk helse (Shafranske & Sperry, 1999).

Positiv psykoterapi (PPT), i kontrast til standard psykoterapi, fokuserer på å indusere og øke positive følelser, engasjement og mening hos individer med affektive lidelser og symptomer heller enn å direkte jobbe mot og fokusere på symptomer og deres årsaker (Seligman, Rashid, & Parks, 2006). Målet handler altså om å øke individers potensiale for å leve det gode liv og styrke resiliens i forhold til de ulike problemene mennesker stilles overfor gjennom livet (Galanter, 2007). Positiv psykologi har i stor grad blitt informert av religiøse tradisjoner (Peterson, 2006), da spesielt med tanke på PPT som benytter elementer fra meditasjon og elementære begreper fra religiøse skrifter som håp, tilgivelse, gode gjerninger, velsignelser, takksigelse osv. 12-stepsprogrammene Et behandlingsprogram som nå vekker

økende interesse hos psykologer og helsevesen, er 12-stepsprogrammene, som bygger på spirituelle prinsipper, men som og er kjent for i stor grad å etterstrebe uavhengighet av religiøse dogmer og karismatiske nøkkelpersoner, anonymitet, stor toleranse for ulikhet og individualitet, og som bygger like mye på spirituell overgivelse som individets frihet, autonomitet og ansvarliggjøring (Alcoholics Anonymous World Service, 2006; Berenson, 1987).

Dette kan man dog spore tilbake til 30-tallet inspirert i stor grad av pionerene, både innen religionspsykologi og moderne, tradisjonell psykologi, William James og Carl Jung. I dag er blant andre AA et kjent navn for de fleste, og verden over har AA lenge vært et selvsagt hjelpetilbud for alkoholikere. Nå finnes det over 141 000 AA-grupper i 181 land, og deres modell og filosofi har videre blitt tatt i bruk av mange andre typer selvhjelpsprogrammer som behandler andre typer tvangsmessig avhengighetsatferd, som overspising, sexavhengighet, rusmisbruk, spilleavhengighet osv. De 12 stegene er kjernen i disse gruppene og representerer en måte å leve livet på for medlemmene for å hjelpe dem å mestre avhengighet som et gjennomgripende livsproblem i et livsløpsperspektiv (Vederhus et al, 2008).

### Spirituell transcendens

12-stepsbehandling karakteriseres som et åndelig program (Berenson, 1987) og har i stor grad blitt ignorert av psykologisk og medisinsk forskning og praksis (Jones, 1994; Vederhus et al., 2008). Mange terapeuter har unngått det som nettopp er sentralt i AAs 12 steg, spirituell transcendens, en henvendelse til Gud slik en selv oppfatter Han. Mange har videre forstått AAs spirituelle oppfordring som et avhengighetssubstitutt, som en slags gruppeoverbevisning (Jones, 1994).

Men nå kan det vises til nyere forskning som presenterer evidens for nytten av å delta i slike grupper, og det blir vanligere

og vanligere å henvise individer som sliter med avhengighetsatferd til 12-trinnsbaserte grupper for bedre kunne stimulere til og vedlikeholde et positivt forløp. Nylig har tolvstegsgrupper i Norge også fått politisk mandat i opptrappingsplanen for psykisk helse sin Nasjonal plan for selvhjelp som anbefaler bedre utnyttelse innen det offentlige helseapparatet av den ressursen slike selvhjelpsgrupper utgjør (Vederhus et al., 2008).

De 12 trinnene handler mest av alt om en levemåte. Det er snakk om verdier, holdninger og handlingsoppfordringer i form av 12 steg uten videre streng kronologi. 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 en selv oppfatter Han, foreta en ydmyk, utilsørt 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 (Alcoholics Anonymous World Service, 2006).

### Spirituell overgivelse

Overgivelsen i 12-stepsprinsippene kan beskrives som en handling av å ”give up willfulness in favor of willingness” (Berenson, 1987, s. 28), med andre ord å slutte og forsøke kontrollere ved å utvise viljestyrke og åpne seg for oppdagelsen av en høyere kraft. Jones (1994) sier videre at det er avgjørende å merke seg at i AA er overgivelse ikke bare å gi slipp på ens destruktive forestillinger, og å fris fra rigid selv-tilstrekkelighet, men det er like avgjørende for overgivelsen å skape en kontakt og relasjon til en kilde til hjelp hinsides individet, en større kraft av spirituell karakter uttrykket i form av Gud, slik individet selv forstår Han. I følge Jung kan rusavhengighet nettopp sees som et substitutt for menneskets spirituelle behov og lengsel etter helhet eller unio mystica, sjelens møte med den Guddommelige virkelighet og kraft (Berenson, 1987; Jones, 1994).

Overgivelse, selvkontroll og mestring

Menneskers forsøk på å dyrke dyd og moral og unngå fristelser kan føre til hardt selvregulerende atferd (Baumeister & Exline, 1999). Religiøs og spirituell praksis avkrever ofte individet for overgivelse av selvkontroll til en høyere makt for å gjenopprette balanse. Overgivelse kan slik virke som en svakhet og fungere direkte mot menneskelig streben etter kontroll. Men forskning har som sagt vist en positiv sammenheng mellom overgivelse og styrket selvkontroll (Exline & Rose, 2005; Galanter, 2007; Cole & Pargament, 1999).

Det betyr dog en stor forskjell til hvem eller hva individet overgir seg til (Cole & Pargament, 1999; Gordon, 1984; Jones, 1994; Pargament, 2007). Overgivelse til det spirituelle eller hellige vil kunne ha helt andre implikasjoner enn fatalistisk overgivelse til tilfeldighetene eller et meningsløst univers. I 12-stepsprogrammene er det en kjensgjerning at overgivelse til gruppen eller et annet gruppemedlem på langt nær vil ha samme effekten og stimulere til tilfriskning som overgivelse til et gudskonsept. Og det er en fellesnevner i selvrappporter fra individer i slike programmer at bedring attribueres til den åndelige oppvåkningen og overgivelsen (Alcoholics Anonymous World Service, 2006; Jones, 1994)

Spirituelle ressurser, for eksempel frigjort via den spirituelle overgivelsen og aktiviteter som innebærer dette, som bønn og meditasjon, kan spille en viktig rolle i å hjelpe mennesker å gi slipp på gamle verdier. Handlingen å overgi uholdbare mål kan styrke et individs evne til å definere nye mål og handle for å oppnå dem (Pargament, 2007).

### **Spirituell transformasjon**

Overgivelse til andre aktører enn det spirituelle er blant annet kalt psykisk overgivelse (Cain 1983), foreclosure (Berenson, 1987) eller compliance (Tiebout, 1953). Slik overgivelse som ikke innbefatter en genuin spirituell motivasjon og individuell integritet og ansvarlighet (Hidas, 1981; Pargament,

2002), og som for eksempel er styrt mot en karismatisk, åndelig leder og rigide dogmatiske, religiøse institusjoner, kan beskrives som et surrogat for den ekstatiske mystiske opplevelsen som preger de fleste religiøse og spirituelle erfaringer; unio mystica, numinosum, unity of self, og opplevelsen av agape kjærlighet og dypere mening i livet som den spirituelle, mystiske opplevelsen i et glimt gir en smak av. Ulike sosiale krefter og gruppeprosesser kan gi individet et surrogat når individet ikke klarer å takle et liv hvor den mystiske opplevelsen ikke er vedvarende, på samme måte som rusavhengige kan sies å ikke takle å leve et liv uten rusens ekstatiske tilstand (Bateson, 1971; Cain, 1983). Dermed er fokusering på spirituell helse og modning over tid avgjørende. Bateson (1971) mener at alkohol utgjør en delvis og subjektiv "snarvei" til den mystiske bevissthetstilstanden og opplevelse av enhet og sammenheng i tilværelsen og i selvet. Men gjennom den spirituelle overgivelsen foreslår forskning at denne "overfladiske" bevissthetsendringen erstattes av en dyptlodgende endring i personlighet og verdenssyn.

Denne endringen som innebærer en dyp reorganisering av karakter begrepsfester Bateson (1971) som learning III. Dette er en endring som går hinsides hva som kalles terapeutisk endring eller andreordens endring til tredjeordens eller transformerende endring. Dette dreier seg om en fundamental, radikal reorganisering i ens syn på hva som er virkelig, ikke en reframing av virkeligheten som i andreordens endring, men en erkjennelse av at det finnes en virkelighet hinsides alle rammer, en transformasjon med en vedvarende innvirkning på individets liv. Berenson (1987) hevder at om denne effekten på personligheten hadde blitt vasket vekk etter hvert, ville det heller enn en overgivelsen vært snakk om en peak experience. Berenson trekker også opp et skille mellom en overgivelsestransformasjon i AA og en omvendelse, hvor sistnevnte til forskjell kan føre til en omfavning av eksisterende dogmer for å forklare hva som har skjedd med en selv heller enn

å forbli åpen for en fortsatt utvikling av ens opplevelse.

Learning III og spirituell transformasjon krever mer spesifikt at man går hinsides den konvensjonelle verden av form og innhold. (Berenson, 1987). Dette innebærer noe av det karakteristiske med mystikken, det uutsigelige (James, 1902/2003), og også hva bl.a. Bateson (1971) beskriver ved å sitere Pascal: "The heart has its reasons og which the reason knows nothing" (s. 8). Berenson (1987) beskriver videre at den virkeligheten man i den spirituelle overgivelsens mystiske opplevelse erkjenner ikke kan fanges av intellektuelle tanker, men kun "entered into or called forth or surrendered to" (s. 29). Et innstendig forsøk på intellektuell forståelse av denne virkeligheten vil i følge Berenson kunne foreclose spirituell forståelse.

### **Tilstand og prosess**

Forskning på spirituell overgivelse foreslår at den spirituelle overgivelsen foregår på ulike nivåer. Hidas (1981) beskriver overgivelsen som en gjerne overraskende og rystende hendelse som oppløser individets opplevelse av personlig virkelighet og bringer det i kontakt med "unitive forces" (s. 27) - "surrender comes over one in a wave, when reason, will, and knowledge are no longer adequate to sustain self-directed live" (s. 30). Videre fremstilles den også som å ha den funksjon å skape et grunnlag i individet for fundamental og positiv endring av selvet.

I beskrivelser av transformasjonen og den overgivelsen i 12-stepsprogrammet, virker det som om overgivelse skjer på ulike plan, både som a) en viljeshandling, et artiklert vågestykke, en tidsbegrenset, plutselig, overveldende mystisk tilstand og opplevelse av sterk emosjonell karakter som åpner opp for åndelig perspektiv og transcendens, og b) som en vedvarende prosess med daglig atferd som dyrker og bekrefter et nytt verdiheraki, verdens- og virkelighetssyn (Hidas, 1981; Jones, 1994; Tiebout, 1949, 1953). Det som karakteriserer overgivelse da, for meg, og gjør dette til



et unikt psykologisk fenomen, er selve overgivelsesopplevelsen som en mystisk erfaring, som til stede i James (1902/2003) plutselige omvendelser, som for mange virker å være noe som ”skjer med” en, påført av en ytre kraft utenfor selvet og hinsides sosiale krefter, en type livsavgjørende opplevelser som frigjør krefter som på noen få sekunder eller minutter forvandler et menneske (Geels, 1991).

Med åpen nysgjerrighet og ildsjel å kunne arbeidet med fenomener som spirituelt overgivelse er mer en reise enn en gjennomtrengning i teori og empiri, en reise i en metafor. Som Bastiansen (2003) skriver i ”Den tusende dråpe”, har mitt møte med psykologien i så måte vært en sjokkartet opplevelse. En psykolog sa en gang til meg at å tilegne seg oversikt i psykologien på mange måter er en ørkenvandring. Jeg vil si at jeg nå har kommet meg litt videre. Noen vil kanskje si at dette er luftspeilinger. Jeg tror det er en oase.

## Referanser

Aftenposten, 2008. Hyret inn klarsynte for å jage vekk spøkelses. Hentet 13.januar 2009 fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/iriks/article2755272.ece>

Alcoholics Anonymous World Service, (2006). Anonyme Alkoholikere. (A. litteraturkomité, Red.) Oslo: Anonyme Alkoholikere i Norge.

Alcoholics Anonymous World Service, (1973/2006). Kom til tro... AAs åndelige vågesstykke slik enkeltmedlemmer har opplevd det. Oslo: Anonyme Alkoholikere i Norge

American Psychological Association (2003). The 2002 APA code of ethics, 2.01: boundaries of competence. Hentet 27. november, 2007, fra [http://www.apa.org/ethics/code2002.html#2\\_01](http://www.apa.org/ethics/code2002.html#2_01)

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.

Bastiansen, A. (2003). Den Tusende Dråpe. På Sporet av en Humanistisk Sosialpsykologi. Oslo: Pax Forlag A/S.

Bateson, G. (1971). The cybernetics of "Self": A theory of alcoholism. *Psychiatry*, 34, 1-18

Baumeister, R. E., & Exline, J. J. (1999). Virtue, personality, and social relations: self-control as the moral muscle. *Journal of Personality*, 67, 1165-1194.

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 psykologutdanningen. Upublisert hovedoppgave. Universitetet i Bergen, Psykologisk Institutt, Bergen, Norge.

Bien, T. H. (2004). Quantum change and psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 60 (5), 493-501.

Bjærke, S. (2003). Symbolet og det fraværende. EN dybdepsykologisk betraktning på psykologien og det religiøse. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 976-983.

Borgen, B. (2003). Det skapende subjekt. Kreativ kommunikasjon i et religionspsykologisk perspektiv. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 989-991.

Bormann, J. F., Gifford, A. L., Shively, M., Smith, T. L., Redwine, L., Kelly, A., Becker, S., Gershwin, M., Bone, P. & Belding, W. (2006). Effects of Spiritual Mantram Repetition on HIV Outcomes: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(5), 359-377

Cain, M. S. (1983). Psychic surrender. America's creeping paralysis. *The Humanist*, 32, 5-12

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.

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.

Exline, L. J., & Rose, E. (2005). Religion and spiritual struggles. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Red.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. New York: The Guilford Press

Fontana, D. (2003). *Psychology, Religion, and Spirituality*. Oxford: BPS Blackwell.

Forcehimes, A. A. (2004). De profundis: Spiritual transformations in Alcoholic Anonymous. *Journal of Clinical Psychology*, 60 (5). 503-517.

Frankl, V. E. (1984). *Man's Search for Meaning*. New York: Simon & Schuster.

Galanter, M. (2007). Spirituality and recovery in 12-step programs: An empirical model. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 33, 265-272.

Geels, A. (1991). *Att möta Gud i kaos. Religiösa visioner i dagens Sverige*. Stockholm: Norstedts Förlag AB.

Geyer, A. L., & Baumesiter, R. F. (2005). Religion, morality, and self-control. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 412-432). New York: The Guilford Press.

Gordon, D. F. (1984). Dying to self: Self-control through self-abandonment. *Sociological Analysis*, 45 (1), 41-56.

Hidas, A. M. (1981). Psychotherapy and surrender: A psychospiritual perspective. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 13, 27-32

Hood, R. W. (2002). The mystical self: Lost and found. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 12 (1), 1-14.

James, W. (1902/1963). *Religiøse Erfaringer*. København: Jerspersen og pios forlag.

James, W. (1902/2003). *The Varieties of Religious Experience*. London: Routledge.

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. (1992). Response: religion, Reductionism, and psychoanalysis. *Pastoral Psychology*, 40 (6), 401-404.

Kunnskapsdepartementet (1995). NOU 1995: 9 Visjoner for fagene, 9.2 Den religiøse dimensjon. Hentet 26. november 2007, fra <http://www.regjeringen.no/nb/dep/kd/dok/NOUer/1995/NOU-1995-9/10/2.html?id=427492>

Kvale, S. (2003). The church, the factory and the market. Scenarios for psychology in a postmodern age. *Theory of Psychology*, 13 (5), 579-603.

Leigh, J., Bowen, S., & Marlatt, A. G. (2005). Spirituality, mindfulness and substance abuse. *Addictive Behaviors*, 30, 1335-1341.

Murken, S. (2005). Er Gudsrelasjonen til hjelp i mestring av livet? En relasjonsteoretisk analyse. *Psykologisk Tidsskrift*, 01, 56-66.

Oman, D., & Thoresen, C. E. (2005). Do religion and spirituality influence health? I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 435-459). New York: The Guilford Press.

Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2005). Integrative themes in the current science of the psychology of religion. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 3-20). 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.

Pargament, K. I. (2007). *Spiritually Integrated Psychotherapy. Understanding and Addressing the Sacred*. New York: The Guilford Press.

Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping. Theory, Research, Practice*. New York: The Guilford Press.

Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.

Richards, S. P., & Potts, R. W. (1995). Using spiritual interventions in psychotherapy: Practices, successes, failures, and ethical concerns of mormon psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 26 (2), 163-170.

Richards, S. P., & Bergin, A. E. (2005). *A Spiritual Strategy for Counseling and Psychotherapy*. Washington, DC : American Psychological Association

Richards, S. P., Rector, J. M., Tjeltveit, A. C. (1999). Values, spirituality, and psychotherapy. I R. Miller (Red.), *Integrating Spirituality Into treatment: Resources for practitioners* (ss. 133-160). Washington, DC: American Psychological Association.

Roehlkepartain, E. C., Benson, P. L., King, P. E.

- & Wagner, L. M (2006). Spiritual development in childhood and adolescence: Moving to the scientific mainstream. I E. C. Roehlkepartain, P. E. King, L. M. Wagner & P. L. Benson, *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence* (ss. 1-15). California: Sage Publications
- 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.
- 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*. Stuttgart: Franz-Steiner-Verlag.
- Stortingsproposisjon nr. 63. (1997-98). Om opptrappingsplan for psykisk helse 1999-2006. Hentet november 20, 2007, fra <http://www.regjeringen.no/nndep/hod/Dokument/Proposisjonar-og-meldingar/Stprp-nr-63-1997-98-/1.html?id=201916>
- Taylor, S. E (2006). *Health Psychology*. London: McGraw-Hill
- Tiebout, H. M. (1949). The act of surrender in the therapeutic process with special reference to alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 10, 48-58
- Tiebout, H. M. (1953). Surrender versus compliance in therapy: With special reference to alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 14, 58-68
- Vederhus, J., Kristensen, Ø., Tveit, H., & Clausen, T. (2008). Tolvtrinnsbaserte selvhjelpsgrupper: En ressurs i rehabiliteringen av rusmiddelavhengige. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 10, 1268-1275.
- 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.
- Walker, C., Ainette, M. G., Wills, T. A., & Mendoza, D. (2007). Religiosity and substance use: Test of an indirect-effect model in early and middle adolescence. *Psychology of Addictive Behaviors*, 21 (1), 84-96.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. L. (2000). Surrender to God: An additional coping style? *Journal of Psychology and Theology*, 28 (2), 149-161.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Scott, A. B. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. *Journal of Personality*, 67 (6), 889-919
- Zinnbauer, B. J. & Pargament, K. I. (2005). *Religiousness and Spirituality*. I I. R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 21-42). New York: The Guildford Press



**Frederick Lucius Nathanael** avslutter denne våren mastergrad i helsepsykologi ved UiO med hovedfokus på religionspsykologi. Er med i Norsk Religionspsykologisk Fagforum og Norsk Parapsykologisk selskap. Skriver masteroppgave om religionspsykologisk, teistisk informert forståelse av spirituell overgivelse og bruk av psykospirituelle intervensjoner. Planer om forskning på spiritualitet, /religiositet og i mestrings- og utviklingspsykologisk perspektiv.