

UiO : **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Gud i terapirommet

Silje Endresen Reme
Professor, UiO
Psykologspesialist, OUS



UiO : **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Paal-André Grinderud

– Jeg sa flere ganger at «Gud har forlatt meg, og jeg forstår ikke hvorfor». Psykologene svarte med å si «akkurat, ja», for så å snakke om noe annet.



Vårt Land, 21.feb 2015: *Slipper ikke Gud inn i terapirommet*

Sykdom og åndelighet

- I århundrer har det vært kjent at sykdom og uhelse dreier fokus mot mening, hensikt og transcendent
- Pasienter finner ofte styrke og trøst i sin spiritualitet
 - Uformelt – dypere kontakt med familie/venner
 - Formelt – religiøse samfunn og ritualer
- I nyere tid har denne dimensjonen ofte blitt ignorert i helsevesenet

VanderWeele et al (2017) *JAMA*

Spiritualitet / åndelighet

“Spirituality is a dynamic and intrinsic aspect of humanity through which persons seek ultimate meaning, purpose, and transcendence, and experience relationship to self, family, others, community, society, nature, and the significant or sacred. Spirituality is expressed through beliefs, values, traditions, and practices”

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

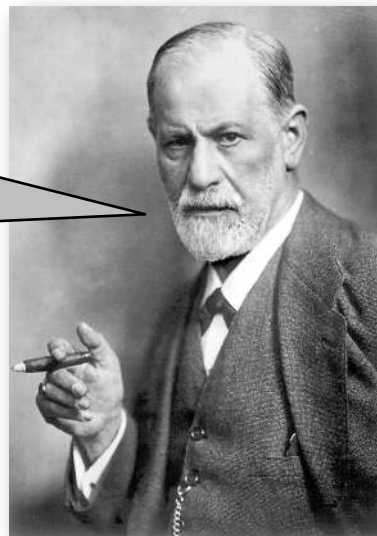
Hvorfor blir Gud kastet ut av terapirommet?



UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

"Religion er en
universell
tvangsnevrose"

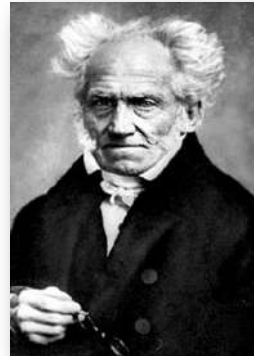
Freud, 1959





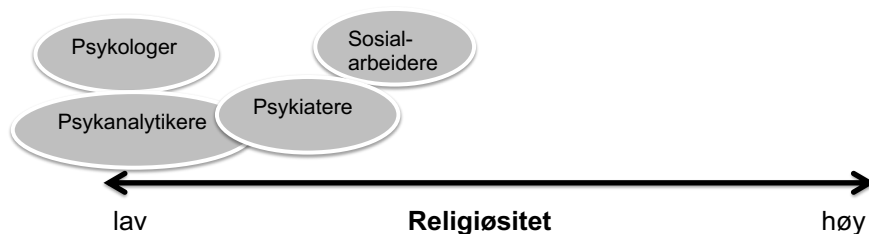
Hvorfor?

- Seleksjonseffekt
- Utdanningen påvirker grad av religiøsitet
 - Faglig-distanse-hypotesen



Jones, 1970; Larson & Witham, *Nature*, 1997

Religiøsitet hos ulike faggrupper

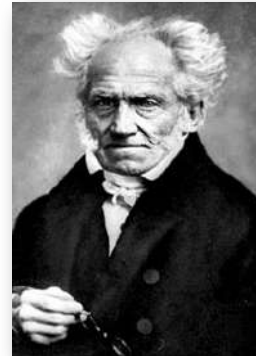


- Psykologene/psykoanalytikerne forlot i større grad sin barndoms religion

Sims & Spray, 1971

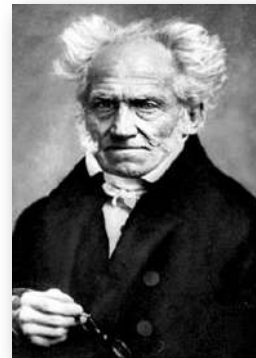
Hvorfor?

- Seleksjonseffekt
- Utdanningen påvirker grad av religiøsitet
 - Faglig-distanse-hypotesen
- Utdanning generelt påvirker grad av religiøsitet
 - Leuba: "Andel troende vil forsvinne helt etter hvert som utdanning blir mer utbredt" (1934)
 - Schopenhauer: "Når først den vitenskapelige innsikts lys har jaget vekk uvitenhetens mørke, vil religionene visne hen" (1897)



Hvorfor?

- Seleksjonseffekt
- Utdanningen påvirker grad av religiøsitet
 - Faglig-distanse-hypotesen
- Utdanning generelt påvirker grad av religiøsitet



...men prediksjonene slo feil

Larson & Witham (1997) *Nature*. [Scientists are still keeping the faith](#)

Psykologi vs Religion

- Psykologiprofesjonen har utviklet seg til å bli en religion, med sine ritualer, riter, tradisjoner, symbolikk og karismatiske ledere
- Psykologien fungerer på mange måter *som* en religion, og er på den måten med på å erstatte religionen som kollektivt rammeverk

Swinton (2001); Madsen (2011)

Psykologers holdninger til religion

- Mener religion er viktig:
 - 59% av generell befolkning
 - 29% psykologer
- Mener religion er viktig å utforske hos pasienter:
 - 50% av psykologene
- Fravær av empiriske studier, men stor økning siste tiår

Shafranske, 1995; 2000

Noen eksempler fra onkologi

- 86% av pasientene synes åndelig omsorg er en viktig del av kreftbehandlingen og kreftomsorgen
- 90% får aldri dette
- Av 7 mulige faktorer i medisinsk beslutningstaking, vurderte pasientene sin tro på Gud som den nest viktigste. Legene rangerte denne faktoren som minst viktig
- Kreftpasienter som opplevde at det medisinske teamet ivaretok deres spirituelle behov, hadde betydelig høyere livskvalitetsscore på slutten av livet enn dem som ikke fikk slik åndelig omsorg

Balboni et al (2013) *J Clin Oncol*; Koenig et al 2012; Balboni & Peteet 2017

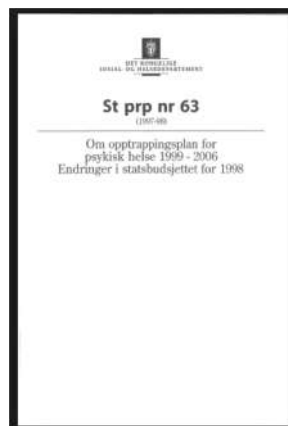
APAs retningslinjer

- American Psychological Association (APA) sine etiske og multikulturelle retningslinjer anbefaler på det sterkeste at psykologer tilegner seg nødvendig trening og kompetanse for å effektivt håndtere religiøse spørsmål i behandling

(APA 2002)

Stortingets opptrappingsplan for psykisk helse

"En person med psykiske problemer må ikke bare ses på som pasient, men som et helt menneske med kropp, sjel og ånd. Nødvendige hensyn må tas til menneskets åndelige og kulturelle behov, ikke bare de biologiske og de sosiale. Psykiske lidelser berører grunnleggende eksistensielle spørsmål... og dette må prege oppbygging, praksis og ledelse av alle helsetjenester."



(St.prp. nr 63, 1997-1998, s. 6).

Tro i psykologutdanningen

- Bakgrunn:
 - Ikke på læreplanen ved noe universitet
 - Ingen undervisning om religiøs tro ved UiB
 - Anekdotiske historier om negative holdninger og harselering

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet



Vår for-forståelse



UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Studie av psykologstudenter

- Spørreundersøkelse av alle psyk studenter
- Mål: kartlegge norske psykologstudenters holdninger og forhold til religiøs tro, samt psykologfagets håndtering av religion
- N = 564

Berggraf og Reme, *hovedoppgave*, 2006

Definisjon av religion

”Religion handler om tro, praksis og følelser som oftest uttrykkes både institusjonelt og personlig”

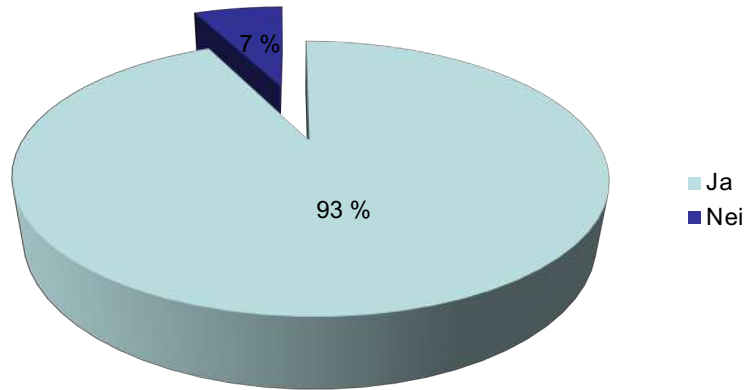
Richards & Bergin, 1997, s.13

Resultater

- Kjønn: 70% jenter
- Studentenes egen religiøsitet sammenliknet med normalbefolkning
 - Generelt mindre religiøs tilhørighet
 - Flere studenter beskrev seg som ikke-religiøse
 - Kun 6% av studentene var ukentlig religiøst aktive

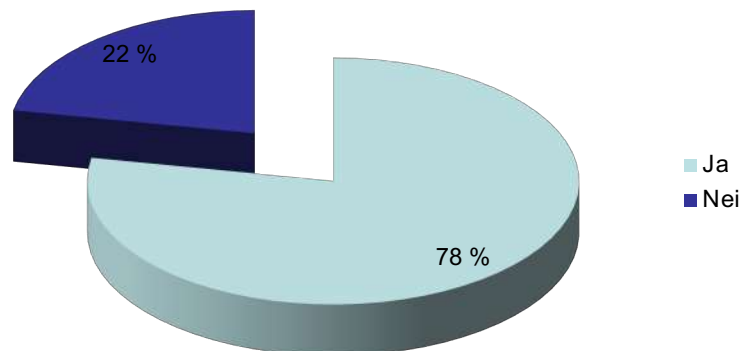
Resultater

Ikke fokus på religion i psykologutdanningen



Resultater

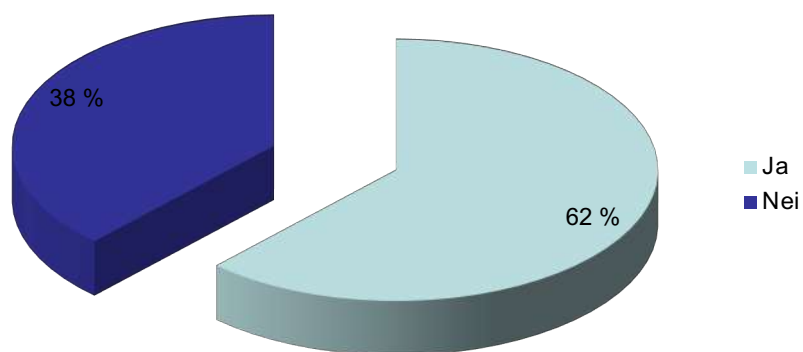
Ønsker å inkludere religion i utdanningen



UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Resultater

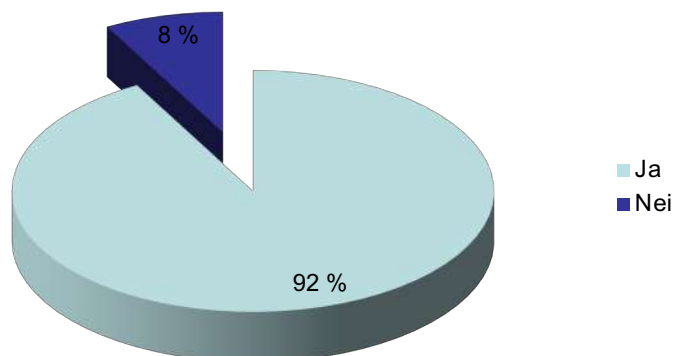
Større del av pensum bør omtale religiøse tema



UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

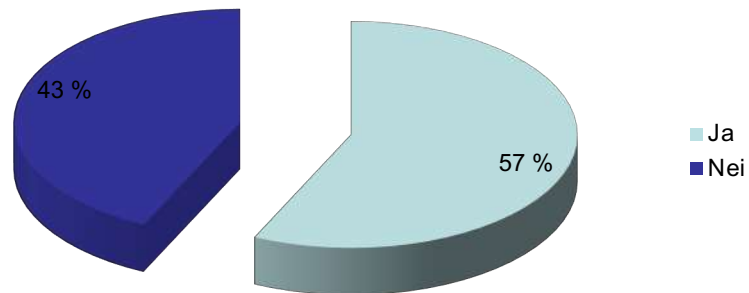
Resultater

Fokus på tro gir bedre psykologer



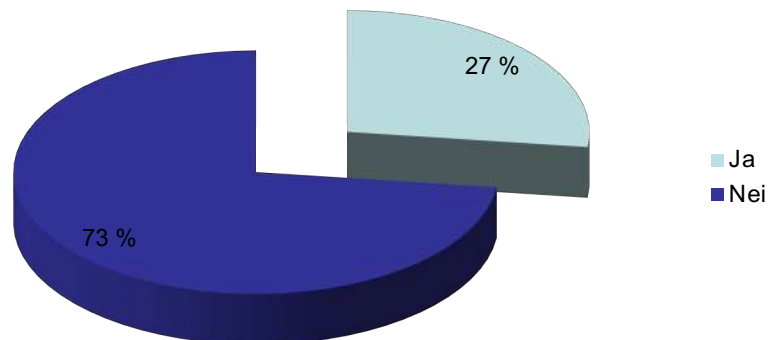
Resultater

Psykologfaget er lite opptatt av religion av frykt for å fremstå lite vitenskapelig



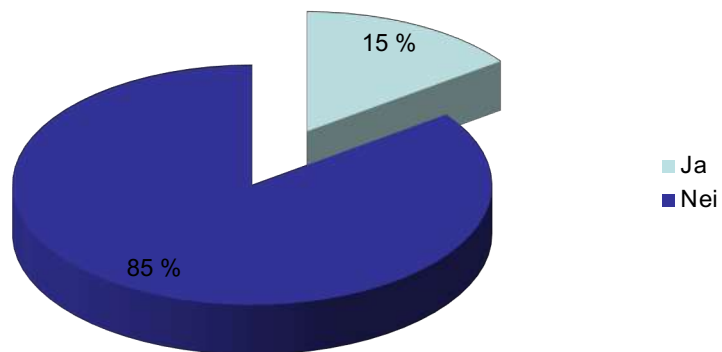
Resultater

Psykologfaget har en nedsettende holdning til troende



Resultater

Jeg har opplevd at troende har blitt latterliggjort i undervisningen



Åpent spørsmål

- Noen mener at religion er psykologiens siste tabu – hva mener du?
 - 34% - enig
 - 25% - uenig
 - 20% - vet ikke
 - 20% - religion er ikke det siste tabu, men har fått for lite fokus i psykologien

Eksempel – enig:

”Det er jeg enig i, mange terapeuter er redd for å ta opp tema. Jeg tror de er redde for å påvirke for mye, dytte sine meninger over på pasienten. Jeg mener allikevel at dette er et viktig tema for terapi fordi mange mennesker sliter med vonde gudsbilder. Hva slags gudsbilde en har kan i tillegg gi mye informasjon om hvordan barndommen har vært.”

Eksempel – uenig:

”Hvor har dere det fra?? Til og med i malen for anamneseintervju bes vi spørre om religiøs tro og livssyn. Mener dere heller muligheten for at mennesket bedre kan forklares utfra en evig sjel/guds vilje-tanke? da er det vel ikke lengre snakk om tabu, men heller på siden av faget. Psykologi slik jeg ser det må holde seg innenfor læren om psyken.”

Eksempel – ikke akkurat tabu, men...

”Jeg opplever ikke at religion og religiøse spørsmål er tabu innen psykologifaget, men vi kunne allikevel gjerne hatt mer undervisning om det, fordi det er et sentralt aspekt ved mange menneskers liv.”

Fagartikkel



Silje Endresen Reme*
Leon Berggrat*
Norman Anderssen*
Tom Backer Johnsen*

Er religion neglisjert i psykologutdanningen?

Religion er en viktig del av livet for majoriteten av Norges befolkning. Likevel synes ikke psykologutdanningen å vektlegge religion eller religiøs tro i særlig grad. En ny norsk undersøkelse viser hva psykologstudentene ved profesjonsstudiet mener om dette.

Vårt inntrykk har lenge vært at religion, åndelighet eller religiøsitet ikke er inkludert i psykologutdanningen verken i form av pensum eller undervisning, og at psykologutdanningen kanskje til og med genererer negative forestillinger om religion. Dette er påfallende med tanke på hvor viktig religion er for svært mange mennesker; majoriteten (84%) av den norske befolkning tilhører formelt et religiøst trosanfang, 68% rapporterer å ha en gudstro, og stadig flere beskriver seg som religiøse eller åndelige

spørsmål... og dette må påpege opplysning, praksis og ledelse av alle helsefagene» (s. 63, 1999-2000, s. 6).

Åndelige behov og eksistensielle spørsmål skal altså tas hensyn til og dermed være del av opplæringen til helseprofesjonene. Her inngår religiøsitet. Siktet med den foreliggende undersøkelsen har vært å avdekke kommande psykologers oppfatninger av og holdninger til religion i psykologifaget, samt hvordan religionsfeltet er dek-

skap i fagmiljøet, forskning, teoriutvikling, artikler i fagtidsskriftene og religionspsykologi på pensumlistene. Religion er naturligvis et stort fagområde, og det er derfor kanskje kun enkelte psykologisk relevante emner som kan være aktuelle for psykologstudenter, for eksempel hvilken betydning religiøs erfaring/tro og en spirituell livsholdning har for fysisk og psykisk helse. Religionspsykologi omfatter disse temaene og framstår derfor for oss som et relevant fagområde for psykologutdanningen.



UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Hva bør man som helsearbeider/ hjelper vite om religiøs tro?

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Et ønske fra en pasient

- Sigrund Tømmerås
- Bakgrunn fra livsfornektende og voldelig pietistisk miljø der religion formørket barndommen og voksne liv i form av skyldfølelse og angst
- Manglende evne hos terapeut til å forstå hvor viktig religion var for henne



- Den ideelle terapeut:
- «Jo, for at terapeuten ikke skal bli nok en autoritet på hva som var god kristen tro, ville han tatt veien om mitt religions grunnlag: teologien. Å vise til store personligheter fra kristendommens historie vil gi en helt annen tyngde enn en terapeuts synsing. Dessuten vil teologien åpenbare et mangfold som ville gi klienten valgmuligheter og større trosfrihet» (Tømmerås 2009, s. 1236).

Hva bør man som helsearbeider/hjelper vite om religiøs tro?

- Kunnskap om religiøs praksis
 - For eksempel for å kunne skille mellom normale og patologiske manifestasjoner av religion
- Kunnskap om hvilken betydning religiøs tro kan ha for fysisk og psykisk helse
 - Religion som ressurs og problem
- Åndelig omsorg
 - Være oppmerksom på pasientens eksistensielle spørsmål og ressurser

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Irvin Yalom



- Helt nødvendig at terapeuten er informert om pasientens religiøse standpunkt når man jobber sammen i en terapeutisk situasjon
- Eks: oppfordre til å gå dypere i troen for å finne trøst
- Eks: blottlegge usunn religiøs praksis

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Myten om verdinøytral terapi

- Viktig å være klar over sine egne verdier, skjevheter og fordommer
- Verdensbildet til en terapeut vil alltid påvirke tolkninger, valg av teknikker etc
- Problem dersom dette ikke er bevisst
- Ubevisste fordommer til religion: avvisning el mangel på grensesetting

Burke et al 1999; Passmore, 2003

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Paal-Andre Grinderud



Fortalte sin historie i 1991 og berørte en hel nasjon. Fikk til slutt hjelp gjennom Modum Bads Vitabehandling hvor det var plass til Gud
NRK, 1991

UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Takk for meg!

silje.reme@psykologi.uio.no

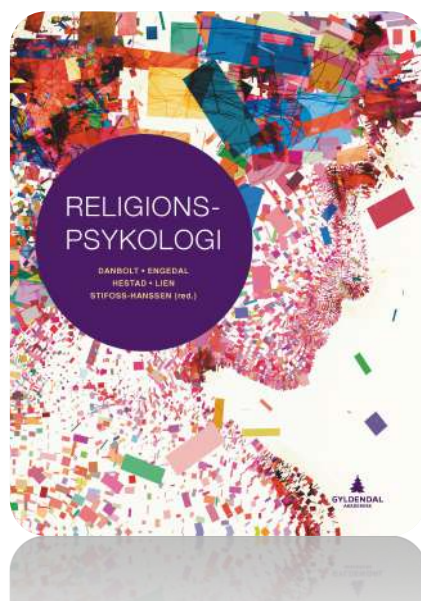


UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Medlemmer av tros- og livssynssamfunn Norge, 2017



UiO **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet



Vil du vite mer?