

TIDSSKRIFT FOR PRAKTISK TEOLOGI

NORDIC JOURNAL OF PRACTICAL THEOLOGY

ÅRGANG 41 NR. 2 (2024) S. 112–115

DOI 10.48626/TPT.V41I2.5582

Bokomtale

Spiritual Struggles

Pargament, K.I. & Exline, J.J. (2022)

*Working with Spiritual Struggles
in Psychotherapy.*

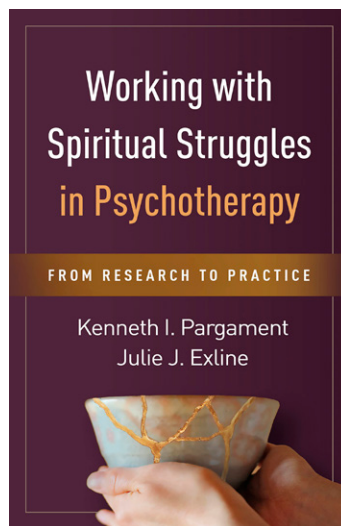
From Research to Practice.

New York, London: The Guildford Press

OMTALT AV **TOR TORBJØRNSEN**

ph.d., pensjonert prest

tor.torbjornsen@gmail.com



Den amerikanske psykologen Kenneth Pargament ble på 1990-tallet kjent for sin teori om religiøs mestring. I to forskningsbidrag, *The Psychology of Religion and Coping* (1997) og *Spiritually Integrated Psychotherapy – Understanding and Addressing the Sacred* (2007), beskjeftiget han seg med hva religiøs mestring er. Primært fokus var på positive resultater av å bruke religion som mestring.

I denne nye boka, *Working with Spiritual Struggles in Psychotherapy*, tas «religionens mørke side» opp som tema. Pargament skriver den sammen med en annen psykologiprofessor, Julie J. Exline. I de tidligere bøkene har folks strev med religiøse spørsmål, både praktisk og teoretisk blitt omtalt som negativ religiøs mestring, men i samarbeidet med Exline har Pargament byttet terminologi til hennes karakterisering av temaene som «spiritual struggles». En direkte oversettelse av dette begrepet vil være «åndelig kamp» eller «troskamp», men det er begrep som er for vide og omfattende til å kunne brukes i faglig sammenheng. Derfor foretrekker jeg å benytte spiritual struggles som uoversatt fagterm.

I første del av boka defineres spiritual struggles som «experiences of tension, conflict or strain that center on whatever people view as sacred» (s.6). Hellighetsbegrepet (the sacred) er forstått vidt. Det er først og fremst tenkt på Gud, guddommer eller høyere makter, men det hellige er ikke begrenset til det guddommelige. Alle deler av livet kan oppfattes som hellig. Et kjent eksempel er ekteskap. Det hellige reiser spørsmål av eksistensiell karakter: Hvem er jeg? Hvorfor er jeg her? Er jeg elsket? Hva er sant? Det faktum at de mest grunnleggende eksistensielle spørsmål blir betydningsfulle, gjør at «struggles become spiritual struggles» (s.7).

Spiritual struggles kan ta mange former. Forfatterne nevner seks:

1. *Divine struggles* i form av sinne mot eller skuffelse over Gud, eller når en opplever seg straffet, forlatt eller uelsket av Gud.
2. *Demonic struggles* innebærer bekymringer om at problemer skyldes djevelen eller onde ånder og oppfattelse av at de angriper eller besetter en.
3. *Interpersonal spiritual struggles* handler om konflikter med personer eller institusjoner (kirker, menigheter eller foreninger) om hellige spørsmål; sinne rettet mot organisert religion eller følelsen av å være såret, mishandlet eller fornærmet av andre relatert til religiøse eller åndelige spørsmål.
4. *Doubt struggles* kjennetegnes av å føle seg forvirret om religiøse/åndelige trosoppfatninger og føle seg bekymret over tvil eller spørsmål av religiøs/åndelig karakter.
5. *Moral struggles* tar form som spenning og skyldfølelse for ikke å leve opp til egne høye standarder og strev med å følge moralske prinsipper.
6. *Struggles with ultimate meaning* involverer spørsmål om hvorvidt ens eget liv har en dypere mening og om livet egentlig betyr noe.

Pargament og Exline har undersøkt disse formene statistisk og funnet gode grunner til å skille dem fra hverandre. Men de oppdaget også at de seks formene delvis var sammenknyttet, slik at hvis man opplevde en form for spiritual struggles ville man sannsynligvis også oppleve andre former. Samlet sett oppleves spiritual struggles som å kjempe med problemer av største viktighet.

Forfatterne framhever at spiritual struggles er vidt utbredt, og henviser bl.a. til Bibelens Job, til Jesu ord på korset, til Muhammed og andre religiøse personer, men også til litterære figurer og historiske personer. Beatles' gitarist George Harrison strevde med religiøse spørsmål. Men også «vanlige folk» strever.

Det konkluderes med at spiritual struggles er utbredte menneskelige erfaringer og at de er smertefulle. Samtidig blir det framhevet at de ikke er utslag av svakhet, patologi, umodenhet eller svak tro. De er verken sykdommer eller symptomer. De er allmennmenneskelige erfaringer, som regel uttrykt i narrativ form.

Boka fortsetter med kapitler om hvordan spiritual struggles dannes. Det første tematiserer hvordan mennesker søker etter det som er viktig eller betydningsfullt i livet, «search for significance». Denne forståelsen trekker store vekslers på Pargaments tidligere arbeid. I det neste kapitlet spørres det hvor spiritual struggles kommer fra. Svaret tyder på at individets betydningsfulle mål i livet, karakteren til vedkommendes livssynorienteringssyn og konkrete hendelser som individet utsettes for gjennom livsløpet, spiller sammen i å utforme personens spiritual struggles.

De to neste kapitlene spør om spiritual struggles fører til nedgang, tilbakegang (decline) i livet. Svaret på det er at det kan de, både fysisk og mentalt, men de kan like gjerne føre til vekst og modning som menneske. I et avsluttende kapittel i den første delen spørres det om hva som former resultatene av spiritual struggles. Forfatterne mener at resultatene avhenger av om individer møter utfordringer helhetlig eller stykkevis. En orientering henimot større helhet kan skje i terapeutisk sammenheng.

I bokas del to har forfatterne først et kapittel om hvordan man skal møte spiritual struggles i klinisk praksis. Her utfoldes vanlige psykoterapeutiske holdninger til klientene. spiritual struggles skal imøtekommes og integreres i psykoterapi.

Etter innledningskapitlet gjennomgår forfatterne de forskjellige formene for spiritual struggles, og lar gjennomgangen følge liknende mønstre i de forskjellige kapitlene (8–11). Etter en innledende klinisk vignett som belyser den aktuelle formen for spiritual struggles, følger en oppdatert oversikt over aktuell forskning som tematiserer problemene for deretter å ta for seg hvorledes de kan møtes i terapi.

Det vil føre for langt i denne sammenheng å recensere kapitlene som gjennomgår de forskjellige formene for spiritual struggles. Men det er av spesiell interesse å nevne omtalen forfatterne har av norske Petter Moens dagbok. Som kanskje kjent, var Petter Moen redaktør for illegale aviser under andre verdenskrig. Han ble fengslet i februar 1944, torturert og røpet sine motstandskamerater. I enecelle fikk han skrevet dagboksnotater fulle av anger og selvforakt, og han forsøkte å finne tilbake til sin mors Gud som han hadde forlatt. Han greide det nesten. Etter krigen ble dagboksnotatene funnet og utgitt som bok, også på engelsk. Exline og Pargament har lest «Peter Moen's Diary» og mener den er et godt eksempel fra norsk sammenheng på spiritual struggles.

I det siste kapitlet oppsummerer forfatterne sitt syn på spiritual struggles. Viktige hovedpunkter er at de er en naturlig del av livet, at man finner dem i alle religiøse og livssynsmessige tradisjoner, og at de har viktige implikasjoner for vår livsførsel. En mengde studier viser dette. Struggles kan være sammenflettet med alle slags psykologiske problemer, og det betyr at man må være oppmerksom på skadelige effekter. Samtidig understrekes (igjen) også mulighetene til

vekst som ligger i dem. Hvis de blir mestret kan det føre til meningsfull endring. Psykoterapeuter og andre helsefaglige yrkesgrupper kan være viktige hjelpere i bearbeidingen.

Forfatterne argumenterer imot fagfolk som reserverer seg mot å hjelpe klienter med å bearbeide dem. De viser til at majoriteten av klienter/respondenter i amerikanske undersøkelser setter pris på å kunne snakke med terapeuten sin om åndelige spørsmål, inkludert spiritual struggles. Norske undersøkelser har for øvrig vist det samme. Man kan argumentere med at samtaler om åndelige spørsmål, inklusive spiritual struggles faller utenfor terapiens grenser. Forfatterne imøtegår dette med å skrive at terapeuter ikke er prester/teologer, de skal ikke tilby religiøse ritualer eller ha ekspertkommentarer på sannhet eller ikke sannhet i religiøse spørsmål, inkludert hvorvidt Gud finnes eller ikke. Forfatterne viser imidlertid at behandlere kan møte klienter med den samme omsorg og hjelp med spiritual struggles som i bearbeidingen av andre sensitive emner. Forfatternes egen erfaring er at å åpne opp for bearbeiding av spiritual struggles i terapien beriker den.

Selv om psykoterapi har vært/er hovedhensikten med boka, er kirker og kirkelige utdanningsinstitusjoner og sjelesorg naturlige arenaer for å arbeide med spiritual struggles. Forfatterne peker også på familiene som en naturlig sammenheng for samtaler om dem.

Boka avsluttes med fyldige registre over forskningen på spiritual struggles.

Boka er skrevet med tanke på psykoterapi, men har helt klart relevans også for sjelesorg. Selv om terapeuter og sjelesørgere har forskjellig mandat og inngang til spiritual struggles, er de viktige overlappende fagfelt for begge hjelpegruppene.

Boka anbefales!