

Teologi i terapirommet

Sigrun Tømmerås

Brukererfarer og eier av Sigruns blogstomm-blog.blogspot.no

Teologien åpenbarer et mangfold som ville gi klienten valgmuligheter og større trofrihet. Psykologer vil derfor ha godt av mer kunnskap om kristen teologi.



FRIGJØRENDE: Litt teologisk ballast vil gi psykologen et redskap til å «åpne» klientens oppfatning av hva kristendom er. Foto: Flickr.com.

DEBATT: RELIGION OG PSYKOLOGI

I novemberutgaven av Tidsskriftet fulgte Heine Hagenberg opp Reme et al. sin fagartikkel fra september om at religiøse temaer bør styrkes i profesjonsstudiet. I dette innlegget skriver Sigrun Tømmerås at behandleren bør ta veien om den kristne religions grunnlag, teologien.

I Tidsskriftets septemhernummer ble det spurt om religion er neglisjert i psykologutdanningen. Ett av de emnene psykologistudentene kanskje trenger kunnskap om, er ulike religiøse tradisjoner, leste jeg. Som tidligere psykologklient og oppvokst med majoritetsreligionen kristendommen kan jeg bare bekrefte at psykologer godt kunne ha litt kunnskap om kristen teologi.

Teologiens mangfold

Jeg vokste opp i et livsfornektende og voldelig pietistisk miljø. Religionen formørket barndom og mye av voksent liv, og skapte skyldfølelse og angst. Men inntrykket jeg fikk da jeg gikk i terapi, var at terapeuten hadde en forestilling om hva som var «sunn» kristendom, en forestilling psykologen prøvde å få også meg til å akseptere. Det virket ikke som det ble forstått hvor viktig og alvorlig religionen var for meg da. Hvordan skulle så den ideelle terapeut ha møtt meg, for å lede meg fra en nedbrytende religiøsitet til en som skapte mening og trygghet i livet? Jo, for at terapeuten ikke skal bli nok en autoritet på hva som var god kristen tro, ville han tatt veien om min religions grunnlag: teologien. Å vise til store personligheter fra kristendommens historie vil gi en helt annen tyngde enn en terapeuts syning. Dessuten vil teologien åpenbare et mangfold som ville gi klienten valgmuligheter og større trosfrihet.

En klient som føler seg syndig, kan da lære at det i den kristne tradisjonen fins ulike forståelser av synd. Synd trenger ikke nødvendigvis være handlinger vi gjør, men kan også være krefter vi er underlagt. I frigjøringssteologien, som er en kontekstuell teologi, fins begrepet *strukturell synd*, som viser seg i urettferdige strukturer. For klienter som går rundt og føler seg som dårlige mennesker, kan dette være godt å vite.

Bibelens rolle

I teologien er det ikke gitt at en troende skal ha skyldfølelse om hun ikke følger Bibelen i ett og alt, og at man sannsynligvis er uenig med den i mange ting. Jeg ville fått vite at det innenfor kristen teologi fins forskjellige syn på Bibelens rolle i etiske spørsmål. Ett syn går på at det kun er gjennom Bibelens åpenbaring at vi får kjennskap til Guds vilje, men et annet tar utgangspunkt i at Bibelen er en inspirasjonskilde og ikke noen kokebok i etikk – i likhet med annen kunnskap, inkludert psykologien.

Hva så med døden og dommen, som skremmer mange? Det greske ordet for dom er det samme som har gitt opphav til ordet kritikk. Litteraturkritikk betyr ikke at bøker fordømmes, men at de vurderes. Ifølge kristen tradisjon er et alternativ til evig fortapelse for mange, tanken om at alle vil bli frelst til slutt. Jeg liker godt varianten om Gud som Den store terapeut, som stiller seg uforbeholdent på ofrenes side, men som også lar overgriperne få se hva de har gjort, og slik gjennomgå en forvandling. Det er altså håp for alle.

Respekt for klientens trosvalg

Siden de fleste av oss som er oppvokst i et kristent land, enten vi selv har en religiøs tro eller ikke, har en forestilling om hva kristendom og Gud er, vil mange forbinde kristendom med den pietistiske vekkelseskristendommen som har stått sterkt i Norge. Jeg tror at litt teologisk ballast vil kunne gi psykologen et redskap til å «åpne» klientens (og sin egen!) oppfatning av hva kristendom er, slik at klienten får større personlig frihet på det religiøse plan. Når terapeuten viser respekt for klientens troshistorie og alltid lar trosvalgene være klientens, kan jeg ikke se noen som helst fare for at terapien kan komme til å likne religiøs indoktrinering eller forkynnelse.