

# Broen mellom religion og psykologi

En religionspsykologisk studie av psykodrama  
med særlig fokus på  
gudsrelasjon

MASTERAHVANDLING (AVH 5025) I KRISTENDOM VED

DET TEOLOGISKE MENIGHETSFAKULTET VÅR 2012  
av MARGIT HUSEVÅG

Hovedveileder: LARS DANBOLT

Biveileder: SUSANNE SØNDERBO



# Innholdsfortegnelse

1.	Innledning.....	1
1.1	Bakgrunn .....	1
1.1.1	Avgrensning og fokus .....	2
1.1.2	Psykodrama .....	3
1.2	Problemstilling.....	4
1.3	Materiale .....	6
1.4	Metode.....	7
1.4.1	Vitenskapsteori.....	7
1.4.2	Min posisjon .....	8
2.	Teori.....	10
2.1	Flere ulike teorier .....	10
2.2	Grunnbegreper.....	11
2.2.1	Religion.....	11
2.2.2	Gud eller gud? .....	11
2.2.3	Relasjon – gudsrelasjon .....	12
2.3	Psykodrama .....	12
2.3.1	Introduksjon til psykodrama .....	12
2.3.1.1	Grunnleggeren.....	13
2.3.1.2	Vitenskapelighet og forskning .....	14
2.3.2	Psykodrama som praktisk metode .....	15
2.3.2.1	Handlingen .....	15
2.3.2.2	Gruppen.....	16
2.3.3	Psykodrama som teori.....	17
2.3.3.1	Menneskesyn.....	17
2.3.3.2	Identitets- og rolleteori .....	18
2.3.3.3	Spontanitet .....	20
2.3.3.4	Surplus Reality .....	21
2.3.4	Rituelle trekk ved psykodrama .....	21
2.3.5	Relasjoner – møte og tele.....	23
2.4	Religionspsykologi .....	23
2.4.1	Objektrelasjonsteori .....	25
2.4.1.1	Overgangsområdet.....	26
2.4.1.2	Gudsrepresentasjon .....	28

2.4.2	Tilknytningsteori.....	29
2.4.2.1	Det religiøse aspektet.....	30
2.5	Symbolforståelse .....	31
2.5.1	Jung.....	31
2.5.2	Kritikk av Jung.....	33
3.	Materiale .....	35
3.1	Eksempel til illustrasjon og analyse fra psykodrama-arbeid i kirken .....	35
3.2	Vignetten .....	36
3.2.1	Protagonistvalg og tema.....	36
3.2.2	Spillfase.....	37
3.2.2.1	Første scene – på kunstutstilling med kvinnen han lengter etter .....	38
3.2.2.2	Andre scene – en Boa Constrictor og 15 kg gudsbilder.....	38
3.2.2.3	Dialog.....	40
3.2.2.4	Speiling .....	41
3.2.2.5	Avslutningsscene .....	42
3.2.3	Deling.....	43
3.3	Informasjonsverdi.....	43
4.	Analyse og drøfting.....	44
4.1	Stedet som muliggjør endring .....	44
4.2	Analyse av psykodramavignetten.....	45
4.2.1	Avveininger mellom terapi og analyse .....	45
4.2.2	Analyse med symbolene i fokus .....	47
4.2.3	Gudsbildene.....	48
4.2.3.1	Betrakter bilder – tilskuer til eget liv .....	49
4.2.3.2	Lys.....	49
4.2.3.3	Legger fra seg gudsbildene .....	50
4.2.3.4	Hodet og hjertet .....	51
4.2.3.5	Tilknytningsteoretisk drøfting/analyse av gudsbildenes relevans .....	51
4.2.4	Slangen .....	52
4.2.4.1	Frister og seksuelt symbol .....	54
4.2.5	Forholdet gudsbilder – kvinne – slangen .....	55
4.2.5.1	Slangen - kvinnen .....	55
4.2.5.2	Kvinnen - gudsbildene .....	55
4.2.5.3	Slangen – gudsbildene.....	56

4.2.5.4	Alle tre .....	57
4.3	Tilknytningsteoretisk analyse og gudsrepresentasjoner .....	58
4.3.1	Moren .....	58
4.3.2	Faren .....	58
4.3.3	Religionspsykologiske spørsmål .....	59
4.3.4	Ny handling til en gammel situasjon .....	59
4.3.5	Tilleggseffekt ved psykodrama .....	60
4.4	Etikk og håp .....	60
4.4.1	Anvendelse av etisk refleksjon .....	60
4.4.2	Håpet .....	62
5.	Konklusjon .....	63
6.	Utblick .....	67

# 1. Innledning

## 1.1 Bakgrunn

Mange mennesker lever med søken og lengsel etter innhold i en religiøs dimensjon i livet. Betenkingen 'Åndelig lengsel i vår tid' fra Kirkemøtet i 1999 bekreftet dette. Ulike menneskers ulike søken i vår postmoderne tid går i mange retninger, religiøsitet er i større grad blitt noe privat, og mange ønsker ikke å være knyttet til en religion. Det betyr imidlertid ikke nødvendigvis at de ikke har et gudsforhold.

Mange og forskjellige menneskers historier ligger til grunn for den åndelige søken og lengselen. Kanskje har den Gud de har blitt forkynt fra barndommen blitt dysfunksjonell i individets liv. Da vil dette også prege den psykiske balansen og livskvaliteten generelt på en negativ måte, og det handler om religiøst betinget ubehag. Mange er ikke klar over at følelsesmessig ubehag kan ha røtter i det religiøse, uavhengig av om man er troende eller ikke. Sterke og vanskelige følelser som skyld, skam, sinne, redsel eller sorg kan være knyttet opp til en dysfunksjonell gudsrelasjon. Dette kan stamme fra personens egen psykologiske og religiøse historie eller den religiøse arven, og er ifølge psykiateren Ana-Maria Rizzuto knyttet til det hun kaller de indre gudsrepresentasjoner, noe alle har (Rizzuto 1979, se kap 2.4.1.2).

Dette handler om dype, sårbare temaer i brofeltet mellom religion og psykologi, og har til dels vært tabuisert både blant psykologer<sup>1</sup> og i samfunnet ellers.

Avhandlingen har sin faglige forankring i religionspsykologien. Dette faget tar ikke stilling til hvorvidt det finnes en personlig Gud eller ikke, men er blant annet interessert i hvordan religionen fungerer psykologisk for mennesket, blant annet gjennom en indre gudsrepresentasjon. Når jeg skriver om Gud, tar jeg utgangspunkt i den kristenkulturelle kontekst og tradisjon jeg selv lever i, med en personlig monoteistisk Gud det går an å ha en personlig relasjon til. Således vil mitt perspektiv kunne være relevant for jøder, muslimer og kristne, mens andre religioner vil trenge en annen religionspsykologisk innfallsvinkel.

---

<sup>1</sup> Fagartikkel Tidsskrift for norsk psykologforening, sept. 2009, vol 46.

### 1.1.1 Avgrensning og fokus

Mange mennesker kan leve godt med sin gudsrelasjon og finne både glede og støtte til god livsutfoldelse i sin religiøsitet.<sup>2</sup> Religious coping, eller mestringsstrategier gjennom religiøsitet, vil føre til ulik adferd og ha ulik funksjon for mennesker med en trygg tro og en utrygg tro ut ifra et mangfold av bestemmende variabler. Det vil være lettere for en med trygg tro å gjenvinne psykisk balanse og gjenfinne signifikans (det som virkelig er av verdi for individet) etter en krise gjennom å søke ulike former for religiøs støtte.

Det finnes også mange som ikke har en funksjonell gudsrelasjon og som heller ikke søker i en religiøs retning, og dette er det en selvfølge å respektere. Gudsrelasjonen er da ikke et aktivt tema for dem, og de ønsker ingen relasjon til Gud. Jeg ser det ikke som min oppgave å forkynne, men å ta imot og forsøke å være en god medvandrer for dem som er motivert for å arbeide med sin gudsrelasjon slik at den blir god nok til å befinne seg i og utvikle seg i. To grupper faller dermed utenfor mitt fokus her: på den ene siden de som lever trygt i et ukomplisert forhold til den Gud de tror på, og på den andre siden de som ikke ønsker å forholde seg til Gud.

I denne avhandlingen vil fokuset ligge på det som ikke fungerer, og som trengs å arbeides med. De som melder seg på grupper for å arbeide med dette temaet, har gjerne med seg en bevisst eller ubevisst religiøs smerte og savner kanskje en stabilitet og trygghet i sin tro dersom de har en tro. De er dessuten motiverte for å forholde seg til sin historie og sine følelser overfor Gud og ønsker forandring til det bedre fra noe som er vondt, på tross av at endring kan være smertefullt.

Konkret vil jeg ta for meg en sesjon hvor psykodrama (se nedenfor og i kap. 2.3) er anvendt i arbeid med gudsbilder og gudsrelasjon i en gruppe og analysere denne med religionspsykologiske teorier. Denne sesjonen er et relativt kort psykodrama og kalles en vignett, og skal i avhandlingen fungere som et illustrerende eksempel på dette arbeidet. Grunnen til at jeg har valgt kun en vignett som case, er for det første at jeg istedenfor kort å

---

<sup>2</sup> K. Pargament har gjort banebrytende forskning på og lanserte begrepet 'religious coping'. Hans definisjon av religion er 'search for significance in ways related to the sacred' (Pargament 1992). Således blir 'religious methods of coping' til 'resources for the conservation and transformation of significance' (Pargament i Schafranske 1996). I dag er dette et felt mange forsker på med ulike vinklinger innen religionspsykologien.

ramse opp mange psykodramaforløp med sine temaer, kan gå dypere i ett psykodramaforløp innenfor den plassen jeg har til rådighet. For det andre vil caset kunne fremstå som en modell for hvordan slikt arbeid kan foregå og hvordan man kan få noe ut av det. Eksempelet vil derfor ha overføringsverdi til å kunne se for seg mulighetsområdet for andre tilsvarende, men innholdsmessig forskjellige, psykodramaforløp.

I denne avhandlingen vil jeg sette denne tilnærmingen under lupen med mål om å lære mer om hvordan dette arbeidet kan drives på best mulig måte samt hvorvidt dette arbeidet kan kaste lys tilbake på sider ved religionspsykologien.

### 1.1.2 Psykodrama

Psykodrama er for mange ukjent, og når jeg bringer dette inn i en religionspsykologisk faglig kontekst, er jeg klar over at det her dreier seg om ulike språk og faglige tradisjoner. Jeg vil presentere psykodrama inngående i et eget kapittel.

Jeg har erfart og tenker at psykodrama som terapeutisk metode kan være godt egnet i grenselandet og kombinasjonen av religiøse/eksistensielle temaer og andre psykologiske temaer. Det er (minst) to grunner til dette:

1. Psykodramateori er basert på en helhetlig tankegang om mennesket og dets omgivelser.
2. Psykodrama har måter å hjelpe individet til å komme i kontakt med blant annet symboler fra de ubevisste psykologiske nivåene. Det tilbyr en tydeliggjøring og mulighet for handlingsrettet bearbeidelse gjennom en fysisk iscenesettelse.

Derfor har jeg valgt å anvende psykodrama i religionspsykologisk sammenheng, noe som er gjort andre steder i verden, men, så vidt jeg kjenner til, ikke i Norge. Det er ikke vanlig å anvende psykodrama i arbeid med gudsbilder og gudsrelasjon, og det har dermed ikke vært noen tradisjon å følge. Det har således blitt til en del nytenkning fra min side, og forsiktig utprøving av en sterk metode i møte med dype og sårbare temaer.

Siden høsten 2003 har jeg arrangert psykodramagrupper i samarbeid med en menighet i Den norske Kirke på Østlandet med fokus på tema gudsbilder og gudsrelasjon. Jeg er sertifisert psykodramaleder ved Norsk Psykodrama Institutt, som i dag heter Moreno Instituttet etter sin grunnlegger Jacob Levi Moreno (1889-1974). Dette er et fem års studium på deltid, hvor



den praktiske delen tillegges stor vekt sammen med egen utvikling. I tillegg har jeg gjennomført en treårig deltids videreutdanning på samme sted, og har tatt eksamen som psykodramaregissør (CP).

Deltakerne har vært invitert gjennom en åpen annonsering via menigheter på Østlandet samt utdanningsinstitusjoner for prester, kateketer og diakoner. De har selv aktivt meldt seg på gruppene, og jeg tolker det slik at det innebærer at de har vært motiverte til å være i kontakt med og arbeide med gudsrelaterte temaer i sine liv. Deltakerne har ikke vært i akutt behov for terapeutisk hjelp, men har på ulike måter hatt ønske om å arbeide med, kjenne på og undersøke sitt gudsforhold. Psykodrama-prosessen vil likevel ha kunnet gi enkelte terapeutisk effekt (noe som har kommet frem i skriftlig evaluering og senere samtaler/ etterarbeid med deltakerne etter hver gruppeprosess).

Noen ganger er psykodrama terapi og andre ganger er det selvutvikling med en eventuell terapeutisk effekt. Dette forholdet gjenspeiles i min tekst ved at jeg vekselvis bruker begrep knyttet til 'terapeutisk arbeid/terapeut' og 'leder/psykodramaleder'. Fordi psykodrama er en handlingsorientert metode med iscenesettelse som et viktig aspekt, vil psykodramatikeren alltid ha flere nødvendige delroller, inkludert terapeut- og administrator/regissør-rollen.

## **1.2 Problemstilling**

Det er et viktig anliggende i denne studien å foreta en analyse av psykodramaets anvendelighet med fokus på individets gudsforhold. Jeg skriver ut ifra en antagelse om at psykodrama fungerer godt i denne sammenhengen, og at deltagelse i en slik gruppe kan være et viktig bidrag blant annet til individets arbeid med, aksept for og utvikling av egen gudsrelasjonen. Jeg antar også at det vil være hensiktsmessig å bringe mer religionspsykologisk faglighet og forankring inn i denne måten å bruke psykodrama på. Dette er noe jeg håper å bidra til både gjennom psykodrama-arbeidet jeg holder på med og gjennom denne avhandlingen om temaet. Videre undrer jeg meg over muligheten for at en faglig berikelse kan gå begge veier, og at psykodrama potensielt kan komme med bidrag tilbake til religionspsykologien.

Et konkret moment i denne studien er å finne paralleller mellom fenomener fra psykodrama og objektrelasjonsteori, og hvordan en indre og en ytre virkelighet fra begge disse fagfeltene kan anvendes i terapi med religiøse tema.

Jeg ønsker å belyse arbeid med eksistensielle psykologiske temaer, religiøsitet generelt og gudsrelasjon spesielt, med psykodrama som terapeutisk metode. Dette vil jeg gjøre ved hjelp av religionspsykologisk teori. Jeg vil vektlegge hvordan religionspsykologi kan bekrefte, berike, opplyse og korrigere en psykodramatisk tankegang.

Som fokus i dette vide landskapet har jeg kommet frem til følgende problemstillinger:

Hovedproblemstilling:

- Hvordan kan psykodrama brukes i utforsking av menneskers gudsrelasjoner?

Underproblemstillinger:

- Hvordan gjenspeiler det psykodramatiske scenerommet et indre psykologisk rom, og hvordan kan dette brukes for å skape bevissthet om religiøse og psykologiske temaer og sammenhenger i individets liv, med muligheter for positiv endring?
- Hvordan kan en religionspsykologisk analyse av psykodramatisk arbeid med religiøse temaer fungere som bidrag og korrektiv til psykodrama-metoden?
- Hvordan kan resultatet av en religionspsykologisk analyse av et psykodrama-arbeid med religiøse temaer være med på å belyse religionspsykologien?

I tilknytning til den første underproblemstillingen vil jeg undersøke nærmere hva som gjør psykodrama unikt egnet for å arbeide med gudsrelasjoner, og si noe om hvordan det i praksis kan åpne opp for nye måter å møte mennesker på med deres religiøse temaer. Noen begrensninger og hensyn vil også bli nevnt.

De to neste underproblemstillingene er orientert mot det teoretiske. For det første vil jeg studere hvordan en religionspsykologisk faglig ballast for en psykodramatiker vil gi økt innsikt i problemstillingene mennesker kommer med, slik at terapeuten både kan møte med forståelse og legge til rette for at også de religiøst relaterte temaene naturlig kommer fram. Og for det andre vil jeg se på hvordan psykodrama på sin side kan bidra med en utvidet forståelse av religionspsykologiske temaer når slik psykodramatisk praksis blir analysert som i denne avhandlingen.

### **1.3 Materiale**

Til å understøtte de vitenskapsmetodiske grepene i oppgaven, anvender jeg hermeneutikken med fokus på Gadamer's hermeneutikk. For å belegge religionspsykologiens mange innfallsvinkler, har jeg vært innom et tilsvarende mangfold av kilder. Jeg viser derfor til litteraturlisten for fullstendig oversikt. Som hovedkilder har jeg imidlertid brukt Geels & Wikström, David M. Wulff, Pehr Granqvist, Ana-Maria Rizzuto og Göran Bergstrand. I psykologien generelt har jeg henvist til Sigmund Freud, Erik H. Erikson og Donald Winnicott m.fl. Når det gjelder symbolforståelse har jeg i hovedsak anvendt teoriene til Carl Gustav Jung samt brukt Biedermans symbolleksikon.

Psykodrama står sentralt i avhandlingen, siden caset jeg analyserer er en psykodramavignett. Presentasjonen av dette faget her er basert på alt fra originalverker av grunnleggeren Jacob Levi Moreno (1889 – 1974), via internasjonale bøker av Peter F. Kellermann, Jonathan Fox og Zerka Moreno & Leif Dag Blomkvist til en fersk norsk bok om psykodrama av psykolog og psykodramatiker Lillian Borge (2011). Jeg har også hentet inspirasjon fra andre avhandlinger på hovedfag/masternivå om psykodrama i Norge og en doktoravhandling (se fotnoter i kap.2.3.1.2).

Etter omfattende litteratursøk for denne oppgaven, er det lite jeg har funnet som berører både psykodrama og gudsrelasjon. Jeg har ikke fått treff på psykodrama - og religionspsykologiske temaer. Dette utelukker ikke dermed at de foreligger. Jeg har imidlertid fått flere treff i søk på psykodrama og objektrelasjonsteori, hvorav den viktigste

forfatteren er psykiateren og psykodramatikeren Paul Holmes. Her er imidlertid ikke den religiøse dimensjonen med.

Ett case fra mine erfaringer som psykoterapeut i psykodramagrupper i kirken med fokus på gudsbilder og gudsrelasjon, vil bli brukt som studieobjekt. Jeg har valgt en psykodramavignett som viser en religionspsykologisk interessant utvikling. Den blir for det første stående som en illustrasjon på hvordan psykodrama-arbeidet kan foregå og for det andre som gjenstand for analyse og drøfting.

To psykodramaforløp er aldri like. Det skapes og handles i et 'her og nå', og kan vanskelig rekonstrueres. Bredden og mangfoldet i temaer som er tatt opp og de ulike forløp psykodramaene i gruppene i kirken har hatt, er ikke mulig å gjengi. Derfor har jeg heller valgt å dvele ved ett enkelt kort psykodrama, én vignett. Dette for å kunne se tilbake på elementer fra illustrasjonen gjennom den teoretiske analysen og gjøre denne mer levende og konkret. Jeg har valgt en vignett hvor hovedpersonen ikke fremstår som troende, men hvor temaet for gruppen var 'gudsbilder'. Det vil da være ekstra interessant i et religionspsykologisk perspektiv å finne ut hvorvidt det fantes en sammenheng for ham mellom religion og psykologi.

## **1.4 Metode**

### 1.4.1 Vitenskapsteori

Dette er en teoretisk og kvalitativ oppgave med sitt vitenskapsteoretiske grunnlag i hermeneutikken og sin faglige forankring i religionspsykologien. Gadammers hermeneutikk og begreper forutsettes kjente for leseren. Den delen av religionspsykologien som jeg anser relevant for denne studien vil få en kort presentasjon i teoridelen. Psykodrama forutsettes ukjent for leseren, og vil derfor få en litt mer detaljert beskrivelse både i teoridelen (Kap.2.3, s 12ff) og i beskrivelsen av vignetten (Kap.3.2, s 36ff).

Jeg skal studere eksistensielle og religiøse livstemaer som fremkommer fra erfaring fra psykodramagrupper i kirken og se disse i sammenheng med psykologisk balanse forøvrig. Siden jeg skal analysere en psykodramavignett som det er tatt notater fra, vil 'saken' som skal analyseres både være vignettens hendelsesforløp og den nedskrevne teksten om

hendelsesforløpet. Utgangspunktet for teksten var notater som min assistent tok underveis i vignettens forløp. Etter en dialog med henne er notatene renskrevet av meg og brukt i kortform i en psykodramaoppgave (Husevåg 2007). I forbindelse med dette avhandlingsarbeidet har jeg laget en mer detaljert beskrivelse i en tilnærmet narrativ form for å skildre vignetten slik at den kan forstås av en leser som ikke kjenner psykodrama fra før. For å oppnå dette, må jeg skrive slik at teksten treffer innenfor lesernes forståelsehorisont. Nettopp for å få i stand et 'møte' og en 'samtale' mellom min avhandling og leseren (Vetlesen 1983).

Helt eksakt kan gjengivelsen aldri bli. Dialog-sekvensene var i virkeligheten mye lengre, det var flere rollebytter og flere stille stunder der hovedpersonen kjente etter i sine følelser eller tenkte. Jeg er klar over at jeg kan risikere å utelate noe vesentlig eller legge noe til som ikke hadde så stor betydning for protagonisten (hovedpersonen i et psykodrama) i den skriftlige fremstillingen. Ikke alt som skjer i virkelige møter mellom mennesker er mulig å fange opp og videreformidle. De små elementene i kommunikasjonen kan være utenfor bevissthetens rekkevidde hos alle parter og dermed bare være med til å skape en stemning, grad av kontakt, umerkelige projeksjoner og opplevelser av aksept eller avvisning. Konkret er det vanskelig å få frem skriftlig det som i psykodrama foregår av bevegelser og mimikk, samhandling, tempo, lydnivå og kroppsspråk. Dette er faktorer som gir mye informasjon og er med på å gi innhold til relasjonene i fellesskapet, påvirke gruppens dynamikk så vel som protagonisten og dramaets utvikling.

#### 1.4.2 Min posisjon

Jeg er bevisst på at jeg befinner meg 'nært' eksemplene på flere måter. Jeg har hatt flere roller både i det faktiske hendelsesforløpet og i leddene av fortolkning av dem i etterkant. Dette kan representere utfordringer i den forstand at jeg kan risikere å sitte fast i egne fordommer i mangel på dialog og justeringer utenfra og at jeg i mindre grad er i stand til å innta et metaperspektiv til saksinnholdet som skal analyseres. Jeg ønsker å fremstå transparent med mine roller slik at leseren er optimalt kjent med denne siden av rammebetingelsene for analysen. Jeg forholder meg bevisst til dette for å kunne skrive avhandlingen på en så ryddig måte som mulig slik at vitenskapeligheten blir ivaretatt.

Jeg hadde rollen som terapeut/psykodramaleder i vignetten. I tillegg hadde jeg rollen som forfatter av teksten om vignetten i etterkant. Den tredje og aktuelle rolle i dag er som analytiker av vignetten slik den presenteres i avhandlingen. Fordi jeg kjenner vignetten så godt gjennom tidligere arbeid med den på flere måter, går jeg inn i analysen med en omfattende forforståelse. Jeg ser den ikke bare slik den fremstår, men også gjennom eget minnemateriale og skriftlige notater. Derfor kan det være feilkilder her, knyttet til fordommer, fortolkninger og antakelser om hva jeg vil komme fram til, som jeg ikke er meg helt bevisst. Dette ønsker jeg å respektere ved å 're-spectare'<sup>3</sup>. Ved å se på nytt ønsker jeg å se mer enn jeg har sett før. Jeg forsøker, som Gadamer mener er en forutsetning for en ekte samtale: 'å suspendere min pretensjon' (Gadamer sitert i Vetlesen 1983 s 227) om i hvilken grad mine antagelser, mine fordommer er sanne eller gyldige. Det kan jeg bare gjøre med de pretensjoner jeg er, og underveis blir, meg bevisst. Dersom jeg skal kunne samtale ekte med teksten/hendelsesforløpet og analysere med et åpent sinn, må jeg altså først få tak i hva jeg nå antar jeg vil komme fram til igjennom avhandlingens analyse, for så å legge disse antagelsene til side (Vetlesen om Gadamer 1983 s 227).

Det at vi var to ledere er imidlertid en faktor som avhjelper nærhetsaspektet noe. Jeg ledet dette psykodramaet, mens assistenten noterte når hun ikke var aktiv på scenen som hjelpe-ego. Hun ledet også noen av øvelsene, mens jeg noterte. Da kunne jeg bevege meg bort fra scenen, få fysisk avstand og dermed et bredere perspektiv gjennom et utenfrablikk. I etterkant av hvert psykodrama hadde vi en gjennomgang av hva vi syntes fungerte og hva vi kunne gjort annerledes. Dette er vanlig i psykodrama-sammenheng og kalles prosessing. Slik kommer dialogaspektet med muligheter for justeringer av fortolkning inn på et tidspunkt hvor gruppen fremdeles er samlet, og det fremdeles er mulig å oppdage og gjøre noe med eventuelle prosesser som oppleves uferdige.

Dette er for meg et godt hjelpemiddel til å beholde avstand til teksten jeg skal analysere og dermed utvide mulighetene for at jeg skal kunne komme frem til en ny fortolkning og utvidelse av min forståelseshorisont. Et interessant svar på problemstillingen avhenger av at

---

<sup>3</sup> Latin for å se om igjen.

jeg får til å stille et ekte spørsmål<sup>4</sup>. Jeg må lure på noe på ordentlig, slippe opp litt av min verdens måte å tenke begrenset på og virkelig være åpent nysgjerrig på hva som kommer av svar.

Videre er det essensielt både som fortolker og som terapeut å anerkjenne de involverte parters ulike virkningshistorier. Siden vi jobber med individ i gruppe, vil det være mange virkningshistorier og forståelseshorisonter som møtes. I en psykodrama-vignett kjenner vi ikke alltid forhistorien til protagonisten. Desto viktigere er det å unngå å trekke forhastede slutninger om hvordan dette eller hint virker psykologisk på vedkommende. Symboler står som et sentralt element i den vignetten jeg skal analysere. Innholdet av et symbol som for eksempel en slange vil variere fra kulturkrets til kulturkrets. Jeg tenker at det er et krevende felt å stille spørsmål til teksten i, og jeg vil arbeide meg frem til måter å stille så sanne spørsmål som mulig på et tema som eksempelvis dette.

## **2. Teori**

### **2.1 Flere ulike teorier**

I denne avhandlingen foretar jeg en, i norsk sammenheng, ny kobling av fagfeltene psykodrama og religionspsykologi, som besitter ulike språk og tradisjoner. For at lesere fra de ulike fagfeltene skal forstå hverandre, har jeg lagt stor vekt på presentasjon av den teoretiske delen.

Sentralt i avhandlingen er en gjengivelse av en psykodramavignett. Jeg velger å gi presentasjon av psykodramafaget en del plass fordi psykodrama ikke er en akademisk innarbeidet og velkjent fagdisiplin i Norge, men det er viktig å forstå for å kunne lese min analyse.

I tillegg presenterer jeg både objektrelasjonsteori og tilknytningsteori i lys av religionspsykologi. Objektrelasjonsteorien er sentral for å belyse sider ved psykodrama samt

---

<sup>4</sup> 'Det viktigste kjennetegn på et ekte spørsmål i Gadammers forstand, er at det er en spørsmål man ikke vet svaret på på forhånd [...] spørsmålet er åpent' (Vetlesen 1983).

som grunnlag for forståelsen av gudsrepresentasjoner. Tilknytningsteorien bidrar sammen med objektrelasjonsteorien til å kunne fortolke relasjonsaspektet i gudsrelasjonen.

Psykodramavignetten jeg har valgt til å illustrere hvordan et slikt arbeid kan gi religionspsykologisk relevans, er mettet med symboler. Derfor har jeg også trukket inn elementer fra Jungs psykologi. Siden han i store kretser er betraktet som kontroversiell, har jeg også skrevet noe om kritikken av ham.

Alt dette fører til at teoridelen i avhandlingen blir relativt omfattende både hva gjelder plass og innhold. Vektingen av teoridelen og analysedelen blir dermed ikke ideell, men jeg vurderer det imidlertid slik at, på tross av til dels manglende kompatibilitet, bidrar disse teoriene sammen til å utdype forståelsen av det denne avhandlingen handler om.

## **2.2 Grunnbegreper**

### 2.2.1 Religion

Religion som begrep har et uttall av definisjoner, alt etter hvilken innfallsvinkel man har for å studere det. Definisjonen har som hensikt å snevre inn et felt man vil undersøke, og man kan skille mellom en substansiell og en funksjonell religionsdefinisjon. Den substansielle sier noe om hva religionen er, mens den funksjonelle sier noe om hva religionen gjør. Pargaments definisjon er vid, og omfatter både det substansielle og den funksjon religionen har for mennesker: 'Search for significance in ways related to the sacred' (Pargament 1992). Med signifikans menes hva som er overmåte betydningsfullt og verdifullt for individet. Det er et spørsmål med individuelle svar. Hva som er hellig er et vel så mangeartet og individuelt betinget.<sup>5</sup> Likevel vil det kanskje være fellestrekk for ulike mennesker ved det som er hellig.

### 2.2.2 Gud eller gud?

Gud med liten g er individets egen indre gudsrepresentasjon (Rizzuto 1979). 'Dette for å tydeliggjøre at den indre representasjonen, bildet vi har av gud, er dannet ut ifra våre

---

<sup>5</sup> Rudolf Otto (1869-1937) kalte idéen om det hellige for 'det numinøse', noe han forbandt med 'non-rational feelings, the sense of the tremendous, the awful, the mysterious' (Otto 1923).



relasjonelle og emosjonelle erfaringer og er forskjellig fra den Gud mange tror på' (Follesø 2006 s 119). Uavhengig av tro, mener Rizzuto at gudsrepresentasjonen, som jeg vil komme tilbake til i et eget kapittel, eksisterer i psykologien hos det vestligkulturelle mennesket som har hatt påvirkning fra monoteistisk religion (Rizzuto 1979). Gud med stor G kan henseile på troen på en av fellesskapets definerte skikkelse, en entitet utenfor oss mennesker.

### 2.2.3 Relasjon – gudsrelasjon

Alle mennesker er relasjonelle og styres av blant annet to grunnleggende behov: behovet for å nærme seg andre mennesker i relasjon, og behovet for å bli et individ med en autonom identitet (Wennerberg 2011). Gudsrelasjonen henger nært sammen med relasjoner til signifikante andre. Utviklingen av gudsrepresentasjoner starter gjennom relasjonene til de første omsorgspersonene i tidlig spedbarnsalder og fortsetter gjennom hele livet (Rizzuto 1979). De er således relasjonelt betinget.

## 2.3 Psykodrama

### 2.3.1 Introduksjon til psykodrama

Psykodrama som begrep kan oversettes med sjel i handling<sup>6</sup>. Jeg vil presentere psykodrama som praktisk metode og som teori.

Beslektede terapiformer er blant annet integrativ terapi, psykosyntese, gestaltterapi og bibliodrama. Den siste er en gren utviklet med basis i psykodrama og baserer seg på og begrenser seg til tekster både på og mellom linjene i Bibelen.

Begrepet metode brukes i avhandlingen både for å referere til metode for det akademiske arbeidet, og for å referere til utførelsen av psykodrama og læren om psykodramaets gang.

'Psykodrama er en av flere kreative metoder innen et metodesystem skapt av psykiateren Jacob Levy Moreno og senere videreutviklet av blant annet hans enke Zerka Moreno.

Dessuten bruker vi betegnelsen på det totale filosofiske og teoretiske grunnlaget for disse metodene' (Borge 2011).

---

<sup>6</sup> Psyke (gresk) = sjel, drama (gresk) = handling

Psykodrama, som like gjerne kunne hete relasjonsterapi, er en kreativ og handlende metode for arbeid med livstemaer primært i grupper. Dette er ikke gruppeterapi, men terapi for individ i gruppe. En gruppedeltaker om gangen arbeider med sitt tema. Dette er i den gjeldende arbeidsøkten hovedpersonen, som kalles protagonisten. Hensikten er å hjelpe individet med å komme bedre i kontakt med og håndtere sitt følelsesliv og leve bedre både med sine ressurser og livsutfordringer. Dette gjelder ikke minst i relasjon til andre – til seg selv, til sin gudsrepresentasjon og Gud. Man jobber ut ifra et helhetlig menneskesyn, som betyr at man inkluderer alt fra kropp, tanke og følelser til sjel og åndelighet.<sup>7</sup> Tanken om at alle har kreativitet og spontanitet<sup>8</sup> i seg innebærer at lekfulle øvelser kan hjelpe individet til å få tilgang til mer av sin naturlige kreativitet. Ved hjelp av spontaniteten kan kreativiteten komme til uttrykk og bli en ressurs.

#### 2.3.1.1 Grunnleggeren

Jacob Levi Moreno (1889 – 1974) var psykiater, teatermann og filosof. Hans biografi er omfattende og handler om en mann som i hele sin livssyklus satte sine mange idéer ut i livet. Noen mislyktes, andre ga resultater som er videreført som psykodramaets filosofi og metode frem til i dag. Han ble født inn i en sefardisk jødisk familie som første barn i 1889, og ble skolert både i jødedom og i katolisisme. Han vokste opp i Wien, hvor han utdannet seg til lege og senere psykiater. I dette miljøet fantes også blant andre Sigmund Freud og Carl Gustav Jung, som Moreno naturlig nok var påvirket av. Han var mye syk som liten, og ble ivaretatt og bekreftet av moren og andre som en 'spesiell gutt som skulle bli noe stort'. Dette kan ha ført til at han senere av noen ble betraktet som grandios. Han lette etter de store sammenhengene, og var opptatt av religion.<sup>9</sup> Han betraktet kreativiteten i mennesket som guddommelig, og mennesker som Guds medskapere<sup>10</sup>. Fortolkninger av hans utsagn om mennesket og Gud spenner vidt, og er ikke noe jeg begir meg inn på her.

---

<sup>7</sup> 'Mennesket oppfattes som et sosialt vesen med en medfødt skapende kraft og dermed mulighetene til å skape sitt eget liv gjennom spontane og adekvate handlinger' (Borge 2011).

<sup>8</sup> Spontanitet, av det latinske ordet sponte som betyr 'av fri vilje' (Borge 2011 s. 52).

<sup>9</sup> 'Rundt 1910 formulerer han idéen om at det guddommelige ikke bare er en fjern skaper, men et aktivt og tilstedeværende prinsipp som kommer til uttrykk gjennom levende skapningers eksistens og spontanitet' (Borge s 31).

<sup>10</sup> Morenos tankegods som grenser opp mot teologi, bærer preg av at han nettopp ikke var teolog. Den åndelige, eller 'kosmiske' dimensjonen står imidlertid sentralt i hans filosofi. Hans begrep 'I-God' er basert på

Utviklingen av psykodrama startet med observasjoner av barns lek og siden teater som selvhjelpsgrupper for prostituerte i gatene i Wien, og fortsatte i USA via psykiatrien til han etablerte sin egen klinikk, The Moreno Institute in Beacon. Han døde i 1974, og den faglige arven etter ham er ivaretatt av mange internasjonale bidragsytere, inkludert hans mye yngre kone Zerka Moreno som også har utgitt en rekke bøker om psykodrama. I 2011 ble det utgitt fire bøker av norske forfattere om psykodrama<sup>11</sup>.

### 2.3.1.2 Vitenskapelighet og forskning

Psykodramalitteraturen bærer preg av praktiske fremstillinger av klinisk erfaring, og mangler tyngde i vitenskapelig basert forskning (Kellerman 1987). Teoriutviklingen har imidlertid tatt seg noe opp i nyere tid. Internasjonalt forskes det på psykodrama i bruk i flere ulike sammenhenger, men det foreligger foreløpig ingen faglig sammenfatning. Det er også levert noen avhandlinger i Norge knyttet til psykodrama, som jeg har med i litteraturlisten<sup>12</sup>. Kanskje er psykodramafaget underbelyst vitenskapelig, med den følge at det ikke har oppnådd en akademisk status ved universiteter her slik det har i noen andre land, blant annet USA.

I Europa ivaretar FEPTO, The Federation of European Psychodrama Training Organisations, samordning og faglig kvalitetssikring av psykodramautdanningene i de ulike landene.

Moreno var først og fremst en nytenkende praktiker, men hadde i tillegg en stor litterær produksjon og var opptatt av vitenskapeligheten i sitt arbeid. Hans hovedverker er i tre bind: Moreno Volume I – III. Han førte skriftlige samtaler med flere av sine samtidige innen psykologi og medisin (Fox 1987 s xvii), og la et teoretisk grunnlag som andre innenfor psykologiens andre områder har videreutviklet.

---

en tankegang som ligger nær soteriologiens tanker om frelse som guddommeliggjøring (Gregor av Nyssa i Dokka 2000 s270) og mystikernes 'unio mystica' (den mystiske forening) i for eksempel Angelus Silesius, 'Den kjerubinske vandringsmann' fra 1657 og 1675).

<sup>11</sup> Borge, Røine og Risvik/Husjord og Rasmussen/Kristoffersen.

<sup>12</sup> Arbeider på hovedfagsnivå i Norge: Kristoffersen 1993, Brekke 1995, Tefre 2000, Røkholt 2003, og Sverdrup 2010. En norsk doktorgrad på feltet ved Melinda Ashley Meyer DeMott 2007.

### 2.3.2 Psykodrama som praktisk metode

Fasene i et psykodrama vil komme tydelig fram i den detaljerte beskrivelsen av vignetten. Kort kan man presentere dem som følger: Etter at gruppen har fått anledning gjennom øvelser til å bli kjent og trygge på hverandre, starter oppvarmingsfasen. Her er målet å komme i kontakt med spontaniteten og derigjennom kreativiteten. Metoden baserer seg på at det som spontant kommer frem av tema, er det riktige å gripe fatt i 'her og nå'. Deretter følger protagonistvalg (gruppen velger protagonist basert på tema, slik at det som arbeides med er relevant for flest mulig av gruppedeltakerne), spillfase (inngang, opphold i og utgang fra surplus reality), avslutning av psykodramaet, deling (jeg er ikke alene om å oppleve dette: jeg hører til) og avslutning for gruppen.

#### 2.3.2.1 Handlingen

Med støtte fra terapeuten setter protagonisten opp en enkel scene for å arbeide med det aktuelle temaet. Når temaet er kommet klart frem, kan protagonisten velge 'hjelpe-egoer' blant gruppedeltakerne til å spille roller i det dramaet som utvikler seg på scenen basert på hennes eget indre drama. Slik blir det mulig å gå i dialog og samhandling med skikkelser fra hennes indre konflikt. Hjelpe-egoene instrueres gjennom rollebytte: protagonisten går selv først inn i rollen som den andre, mens hjelpe-egoet følger nøye med på både mimikk, kroppsbevegelser og ord som sies. Deretter bytter disse to roller, slik at protagonisten igjen er seg selv. Herfra utspiller det seg en dialog, og det skjer noe aktivt og konkret.<sup>13</sup> På denne måten kan protagonisten få oppleve den andres møte med henne selv, hun trer bokstavelig talt inn i den andres sko og står overfor 'seg selv', spilt av en hjelper.

Dette beriker forståelsen av relasjonen og gir klarere innsikter, først og fremst for protagonisten, men også for den som spiller hjelpe-egoroller. Det kan også hjelpe til å bearbeide og få uttrykt vanskelige eller tilbakeholdte følelser som er viktige, slik at protagonisten på sikt vil kunne stå opp for seg selv og være ærlig og samtidig hensynsfull i møtet med omverdenen. I psykodrama kan en teste ut hvordan det føles å få uttrykke for

---

<sup>13</sup> Handling = 'noe en person gjør til forskjell fra hva som bare hender for – eller skjer med personen' (Filosofisk leksikon 1983). Det er dermed en hensikt bak handlingen, og et viktig moment her er den frie vilje, jf spontanitetsteorien.

eksempel sinne uten å måtte være redd for å såre den man i den ytre virkeligheten er sint på. I psykodramarommet er vedkommende representert gjennom et hjelpe-ego fra gruppen. Man kan arbeide seg frem til akseptable og adekvate måter å uttrykke vanskelige følelser på gjennom å prøve ut ulike roller og handle nytt heller enn å følge gamle mønstre og gamle, ubevisste mestringsstrategier som ikke lenger er hensiktsmessige. Slik kan man unngå at reelle relasjoner settes på spill for eksempel i et fåfengt forsøk på å sette grenser, som ender med å krenke den andre.

Dersom leder vurderer at protagonisten trenger avstand til å se seg selv og sin situasjon utenfra, kan han velge å gjennomføre en 'speiling'. Da trer protagonisten og leder bort fra scenen og for eksempel bak en stol, mens et nytt hjelpe-ego spiller rollen som protagonisten selv i en repetisjon av handlingen som har foregått.

Hvis leder eller en fra gruppen tenker at han 'ser' noe som kanskje ikke er tydelig for protagonisten, kan han komme frem og stille seg bak denne og si en setning i jeg-form. Protagonisten gjentar med egne ord dersom dette stemmer for henne. Dette kalles dublering, og åpner for aktiv deltagelse fra gruppedeltakerne.

I psykodramateorien er virkelighetsbegrepet 'Surplus Reality' sentralt. Dette begrepet omfatter protagonistens opplevde virkelighet i et grenseland mellom fantasi og materiell virkelighet. Her kan hun forflytte seg fritt gjennom både tids- og rom-barrierer, og gruppen følger med inn i dette scenebildet, enten som aktive tilskuere eller fysisk handlende som valgte hjelpe-egoer som kommer frem på scenen. Skikkelsene som kommer frem behøver ikke være reelle og stamme fra en materiell virkelighet. Man beveger seg sammen over i en kreativ virkelighet hvor man verken driver sensur eller rådgivning.

### 2.3.2.2 Gruppen

I psykodrama, til forskjell fra sosiometri, arbeider man med ett individ om gangen i gruppen. Resten av gruppen er støttespillere, og er forpliktet til å være lojale mot hennes virkelighetsopplevelse. Som representanter for 'verden' og for et hvilket som helst relevant fellesskap for protagonisten, er gruppen verdifullt tilgjengelig i den enkeltes tjeneste i psykodrama. Den har stor verdi som aktive deltakere og hjelpere samt som levende vitner til individets synliggjøring av sine temaer og indre liv. En stor gevinst ved gruppen er

gjenkjennelsesaspektet (Borge 2011 s 22). I delingsfasen i psykodrama får alle innblikk i noe fra hverandres liv som har gitt gjenklang av noe som foregikk i psykodramaet. Delingen er individuell og personlig, men gjenkjennelsen knytter gruppedeltakerne sammen i et menneskelig fellesskap. Man er ikke alene om å være alene siden man blir hørt, sett og trodd på. Man må likevel være klar over at grupper ikke alltid fungerer optimalt. Når det skjer, vil det være nødvendig å arbeide med gruppeprosessen før en går videre og inn i enkeltindividets livstemaer. Spesielt i arbeid med et tema som religion er dette viktig. Gruppen kan bestå av individer med ulike religiøse ståsteder, og det er nødvendig å sikre at toleransen for og evnen til innlevelse i den andres ståsted er tilstede. Her brukes øvelser for å forberede gruppe medlemmene til å støtte hverandre.

### 2.3.3 Psykodrama som teori

#### 2.3.3.1 Menneskesyn

Morenos menneskesyn innebærer at individet hele tiden er i stand til å bevege seg, handle nytt i gamle situasjoner og dermed stanse rekken av repetisjoner man gjør som stagnerte mennesker. Psykodrama innebærer forståelse og aksept for at sannheten finnes hos den enkelte. Sensuren er fraværende, og det ligger til rette for spontane livsuttrykk som hele gruppen er med og støtter opp om.

Dette innebærer at hvert enkelt individ er unik, har uendelig verdi og et potensiale til å ta i bruk sine ressurser på en spontan og ekte måte. '[...] det kreative menneske som er i stand til å bytte rolle med Gud skaperen og dermed selv bli skaper' (Moreno 1947). Slik påpeker han menneskets evne til å påvirke sitt eget liv og ta i bruk sine potensialer. Forutsetningen er imidlertid, for Moreno, at individet har tilgang til sin spontanitet. Når noe blokkerer spontaniteten er mennesket i ubalanse og kan få hjelp til å gjenfinne balanse og spontanitet gjennom psykodrama.

### 2.3.3.2 Identitets- og rolleteori

Morenos bidrag til forståelsen av utvikling og personlighet er hans begrep 'Matrix of identity' sammen med rolleteorien. Disse er med på å danne grunnlaget for forståelsen av tankegangen om psykodramascenens funksjon.

Matrix of Identity er en teori om prosessen mot barnets tidlige opplevelse av identitet. Kort skissert går barnet gjennom tre hovedfaser. Først: 'Matrix of all identity', fasen hvor barnet ikke skiller objekter og personer. Verden finnes i barnet og er sammensmeltet med det. Derneft: 'Matrix of all reality', når barnet er i stand til å oppfatte personer og objekter som atskilte, men opplever alt som like virkelig. Etter den tredje fasen: 'Matrix of the breach between fantasy and reality', kan barnet skille mellom den indre og den ytre verden, mellom fantasi og virkelighet. Dette bruddet, mente Moreno, at individet resten av livet forsøker å få til å henge sammen (Borge 2011). Men det er også etter å ha lært å skjelle mellom indre og ytre virkelighet at mennesket blir i stand til å forholde seg til og gå inn i sosiale roller og samspille med andre ut ifra disse. Vi forbinder det med god psykisk helse at vi er i stand til å holde fantasi og virkelighet fra hverandre og være oss bevisste på når vi befinner oss i fantasiens verden og når vi er i den reelle virkeligheten.

Moreno fremstilte sin teori om roller først i Volume I i 1946 og videre i 'Who shall survive' i 1953. Det er en omfattende teori basert på både sosiologiske og psykologiske roller. Av de psykologiske rollene er den som kan iscenesettes på den psykodramatiske scene og som stammer fra både indre fantasifigurer og fra ytre reell virkelighet, den psykodramatiske rollen, han mener er dynamisk. Det innebærer at det er gjennom denne rollen endring kan skje og individet kan oppnå bearbeidelse, heling og øke anvendelsen av sitt livspotensiale (jf Matrix of Identity over). Slik oppnår individet et større handlingsrom ved å besitte og beherske flere sosiale roller. Ved utvidelsen av rollerepertoaret vil individet besitte flere og mer fleksible muligheter til å svare adekvat (og handle nytt) til vanskelige situasjoner som kanskje trigger vonde følelser. Den indre tålegrensen for ubehag vil utvides i tråd med utvidelse av rollerepertoar, fordi man kan leve mer i samsvar med sin samlede identitet.

Omtrent på samme tid, i 1959, kom svenske Hjalmar Sundèn med sitt omfattende verk 'Religionen och rollerna' som har vært banebrytende for svensk religionspsykologisk

forskning. "Han menar att de religiösa traditionerna möjliggör människans integration i kosmos. Människans religiösa upplevelse är därför ett resultat av en 'dialogens relation till tilvaron som totalitet'" (Sundèn sitert i Geels & Wikström s 40). Dialogaspektet, og dermed den inter-personelle erfaringen i roller ligger som en fellesnevner mellom Moreno (Moreno 1946 s 184) og Sundèn. Dette er et tema som i seg selv hadde fortjent inngående studier, men her vil jeg kun ha med meg Sundèns tanker som et religionspsykologisk bakteppe for Morenos tanker om roller.

Ofte lever individet med fastlåste mønstre og gjentar seg selv ved automatisk å innta den samme rollen i situasjoner som minner om hverandre. Noen ganger er dette lite fleksibelt, og man kan havne i for eksempel en tendens til å innta slitsomme eller ensporede sosiale roller som for eksempel 'hjelperen' eller innta 'offerrollen'. Ved å arbeide utenfra, direkte med de sosiale rollene på et kognitivt plan, kan endring oppnås, men kanskje med større vanskeligheter for at endringen blir forankret i det sjelens smertepunkt som gjorde at en havnet med denne rollen i sin psykologiske 'ryggsekk' enn om man jobber innenfra, direkte med de psykosomatiske rollene (Moreno 1953).

Viktig er det også å skille mellom måter å være i roller på: å 'ta en rolle' innebærer liten eller ingen grad av frihet, siden rollen allerede er definert utenfra. Å 'spille' en rolle, gir noe mer handlingsrom, mens å 'skape' en rolle tillater stor grad av frihet som åpner for spontanitetens bidrag. Det er på dette nivået de terapeutiske prosesser i psykodrama kan foregå. Spontaniteten og den frie kreativiteten til å skape og iscenesette sine egne rollefigurer er en forutsetning for å kunne oppnå terapeutisk effekt i psykodrama (Moreno 1953 s47ff).

Psykodramaets hovedmål er å etablere eller re-etablere ekte kontakt eller 'tele' (se nedenfor) mellom mennesker eller mellom de forskjellige indre (intrapsykiske) rollene og figurene. Et ekte rollebytte innebærer også skifte av perspektiv og krever absolutt involvering selv om vi aldri fullstendig kan innta en annens posisjon (M&B s14 og 15). Men sammen med eget indre arbeid med det Moreno kaller de psykodramatiske rollene og ved gjentatte ganger å få anledning til å besøke andres ulike former for roller gjennom å spille hjelpe-ego-roller, vil man gradvis utvide sitt sosiale rollerepertoar. Dette innebærer i praksis



at man har flere sosiale roller å trekke veksler på som menneske i samhandling med andre, flere posisjoner å velge fra i livets ulike situasjoner.

De psykodramatiske rollene har et tilfang fra mange lag og mange kilder, siden de kan stamme fra det indre overgangsområdet, fantasien og kulturen. De kan være både bevisste og ubevisste. De intrapsykeiske rollene representerer sider ved individets indre. Skikkelser fra det ubevisste som kommer gjennom drømmer, kunst eller annen kreativ virksomhet, har et ubegrenset omfang av former og betydninger. Sammen med de sosiale og de psykosomatiske rollene, kan alle iscenesettes og bli gitt 'liv' gjennom surplus reality på den psykodramatiske scenen.

### 2.3.3.3 Spontanitet

Ordet spontanitet kommer fra 'sua sponte' (lat) som kan oversettes med 'innenifra selvet' eller 'for egen regning' (Moreno & Blomkvist, heretter kalt M&B, 2000 s12). En viktig avgrensning går mot både impulsivitet, som er ubevisst agering motivert fra ubearbeidede følelser og må sees som noe mer patologisk (Fox 1987 s43) og improvisasjon, som er mønstre bygget på allerede kjente fraser og krever liten grad av 'mental organization' (Moreno 1947 s79). Ingen av disse må sammenblandes med ekte spontanitet som er genuint og originalt skapt i øyeblikket av fri vilje.

Spontanitet er ekte og ligger som et potensial i alle mennesker og er preget av lek og fravær av angst. Det å slippe til spontaniteten vil sette i gang en prosess som forsterker det ekte selvet, menneskets sanne innerste vesen. Moreno beskriver det som en elv hvis kilde er spontanitet og hvor menneskets selv befinner seg et sted i denne elven. Mennesket vil vokse på alle plan, både seksuelt, biologisk, sosialt og kosmisk ved å la sitt selv overstrømmes av ekte spontanitet. Et helt utviklet selv er ifølge Moreno guddommelig (Moreno 1947). Slik henger begrepene frihet og spontanitet uløselig sammen med evnen til gudskontakt og videre evnen til ekte menneskemøter.

Ifølge Moreno er graden av denne evnen avhengig av om rollerepertoaret er lite eller stort. Moreno betrakter spontanitet som selve nøkkelen til å sette ny innsikt ut i livet (Moreno 1947 s10). Han peker på at vi alle har et enormt ubrukt utviklingspotensial i vår spontanitet.

Spontanitet og kreativitet er faktorer som er gjensidig avhengig av hverandre og som gjensidig forsterker hverandre. Spontanitet leves ut i samspill og relasjon med andre mennesker. Det er nært sammenbundet med tele-begrepet og innebærer at alle parter opplever handlefrihet og mestring i forhold til situasjonen. Spontanitet er 'en ny respons til en gammel situasjon', og dessuten: 'en adekvat respons til en ny situasjon' (M&B 2000 xvii). For at en utfordrende situasjon skal føre til utvikling og positiv endring, må mengden spontanitet som er tilstede stå i forhold til utfordringens omfang (M&B 2000 s13).

Spontanitet er et nøkkelord i det skapende psykodramafaget, og Moreno utviklet en hel spontanitetsteori som behandler temaet mer i detalj (Moreno 1947). Han viste gjennom sin praksis og sine teorier at spontanitet var essensielt i mellommenneskelig omgang, og kilden til den virkelige menneskelige frihet. I etterkant av leken, latteren og den spontane handlingen kreves refleksjon for at indre vekst og utvikling skal skje. I det kognitive integreringsarbeidet av psykodrama og rollereportøret som er utvidet, dannes grunnlaget for gode valg i senere situasjoner.

#### 2.3.3.4 Surplus Reality

'Surplus reality can be defined as an intersection between different realities, known and unknown, where the ego's ability to control and distinguish ceases' (Blomkvist & Rutzel 1994, sitert i M&B 2000 s 23). Surplus reality representerer et mellomområde mellom fantasi og reell virkelighet og utgjør derfor verdener uten lenker, siden de ikke er reelle.

Moreno påpekte at surplus reality er mer enn fantasi og en annen verden man finner på. Den er knyttet til individets egen forståelse av sin livshistorie og ens opplevelse av en situasjon (Moreno 1947). 'Scenen kan sees som protagonistens klode, et sted der hun lærer å mestre sin egen verden spontant' (M&B s 20). Her tilbys et sted/en virkelighet som er beskyttet og eksklusivt tilhører protagonisten som kan befolke denne virkeligheten med sitt indre materiale, også fra det ubevisste gjennom symboler, myter og drømmer. Derfor ligger det mye terapeutisk potensial i å arbeide ut fra surplus reality.

#### 2.3.4 Rituelle trekk ved psykodrama

Ritualer forbindes normalt med religiøse sammenhenger som for eksempel fastsatte ordninger for kirkelige handlinger i kristen sammenheng. Riter finnes i alle folkeslags

religiøse mer eller mindre fastlagte handlingsmønstre og har ofte å gjøre med det som holdes for å være hellig i fellesskapet. Siktemålet er ulike positive, gjerne transformerende funksjoner for individ og /eller samfunn<sup>14</sup>. Men 'å ritualisere' defineres også som (hva gjelder dyr) 'å gjøre en bevegelse som et bestemt signal' (Kunnskapsforlagets fremmedordbok 1986).

De handlende og symbolgivende egenskapene ved ritualer kan også være gjeldende for psykodrama. Psykodrama kan derfor sies å ha rituelle trekk i sin form, uten at det ligger et religiøst innholdsmessig aspekt i det. Sosialantropologen Victor Witter Turners (1920-1983) teori om liminalitet er relevant her. Han kaller ritualer 'sosiale dramaer', men til forskjell fra teater er de ikke til for å underholde, men for å gi kraft, virkning eller effekt (Danbolt & Stifoss-Hanssen 2009 s 65ff). Liminalitetens første fase, den preliminale, er separasjonen. Dette kan sammenlignes med når protagonisten i psykodrama trer ut av gruppen og entrer scenen alene. Da kommer hun over i liminalitetsfasen, som Turner i likhet med Winnicott kaller et overgangsområde. Det er her ritualene utspiller seg. Og det er her surplus reality i psykodrama åpner rom for det spontant skapende. I surplus reality oppheves hverdagens rammer som tid og rom. I liminalitet gjelder heller ikke de samme samspillsreglene som utenfor. Man trer ut av de konvensjonelle, sosiale rollene og forholder seg til andre, uskrevne kontrakter. Siste fase, den postliminale, er innlemmelsen. Individet tas opp igjen i fellesskapet. Protagonisten på sin side i psykodrama har ryddet sin scene og setter seg sammen med gruppen igjen. Etter spillfasen og delingsfasen vil det følge en lukking i rituell form, for eksempel ved at deltakerne står opp i en ring, holder hverandre i hendene og gjentar taushetsløftet.

I ritualene anvendes gjerne symboler (se eget teorikapittel). Symboler binder sammen og bringer helhet inn i det oppdelte<sup>15</sup>. "Begrepet symbol kan forstås som 'et tegn som er tillagt verdi' eller er 'bærer av mening'" (Danbolt & Stifoss-Hanssen 2007 s 41).

---

<sup>14</sup> 'Ritual is transformative, ceremony confirmatory' (V. Turner i *Betwixt and Between*)

<sup>15</sup> Symbol (gr. *symballein* = å bringe sammen)

Gjennom den ønskede transformasjonen i et rituale har individet kanskje skapt og funnet en mening ut over det hun gikk inn i ritualet med (jf overgangsområdets paradoks omtalt nedenfor).

### 2.3.5 Relasjoner – møte og tele

Psykodrama kan defineres som Møtets Teater, The Theatre of Encounter, siden det faktisk er møte og konfrontasjon (M&B 2000).

Morenos filosofi er grunnet på menneskers konkrete møte med hverandre i et 'her og nå'. Begrepet tele står sentralt i Morenos relasjonsfilosofi (Marineaux 1989 s 153). Tele kan forstås som den gjensidige sjelelige gjenkjennelsen i hverandre i et møte. På selvets nivå i menneskedypet. Tele er ifølge Moreno det som holder relasjoner og grupper sammen. Limet. Terapi virker ikke uten tele. Forhold dør og grupper oppløses uten tele. I sitt motto skriver Moreno blant annet:

*"More important than evolution of creation is the evolution of the creator.*

*In the place of the imperative steps the imperator.*

*In the place of the creative steps the creator.*

*A meeting of two: eye to eye, face to face.*

*And when you are near I will tear your eyes out*

*And place them instead of mine,*

*And you will tear my eyes out*

*And will place them instead of yours,*

*Then I will look at you with your eyes*

*And you will look at me with mine".*

(Moreno Volume I)

## 2.4 Religionspsykologi

### 2.2.2 Noen perspektiver og litt historie

Psykologiske studier av religion kan samles i betegnelsen religionspsykologi. Den har 'som oppgift att studera religion som upplevelse och beteende i historia och nutid' (Geels &

Wickstøm 1999 s 11). Opplevelsen som en indre psykologisk faktor og adferden som en ytre faktor. Man tar i dette faget ikke stilling til hvorvidt Gud finnes eller ikke, men beskjeftiger seg med hvordan Gud oppleves, hvilken funksjon religionen har i individets liv og hvordan individet anvender religionen. Man bruker psykologiens begreper og teorier, og det er dermed viktig å ha i mente at dette er 'sociala konstruksjoner som på ulike sett skapar det som de uttalar sig om' (Geels & Wickstøm 1999 s 13). Det er således et poeng å forsøke å skille mellom det som avdekkes og det som konstrueres. Det som er der fra før i den enkeltes psyke kan avdekkes og bearbeides og det som konstrueres gjennom settingen og det språk og de omgangsformer som følger med vil bli nye tilskudd i individets sammenheng. For eksempel en setting som psykodramagruppe med gudsbilder som tema.

Når religionspsykologien fokuserer på funksjon, undrer man seg altså over hva slags psykologisk løsning den religiøse søken er for individet. Og man undrer seg over hvordan psykologisk arbeid med religiøst tilsnitt virker inn på individers psykologiske velbefinnende. Psykologi og religionspsykologi er knyttet nært sammen og er faktorer som påvirker hverandre gjensidig i et individs livsløp. Sammenhengene befinner seg ofte på et ubevisst plan. Samtidig blir religiøse problemstillinger ofte henvist ut av terapirommet. Dette kan resultere i at psykologisk smertefulle sår som befinner seg på et eksistensielt plan, ikke blir avdekket og gjort tilgjengelig for bearbeiding. Religionspsykologiens fokus på generell psykologi sammen med de religiøse fenomenene hos individet, kan være nødvendig for å komme til rette med de psykiske eller sosiale plager enkelte har.

Menneskets selvbilde er påvirkelig av det gudsbildet man bærer i seg, uavhengig av om man er seg bevisst eller ikke at man faktisk har en indre forestilling av gud. Ana-Maria Rizzuto mener alle mennesker i den vestlige kulturkrets som er preget av den monoteistiske Gud, bærer i seg et gudsbilde.

I denne avhandlingen ligger det religionspsykologiske fokuset ikke så mye på adferd, men på funksjonen av den religiøst relaterte opplevelsen for individet. Jeg fokuserer på de religiøse fenomener og temaer som fremkommer gjennom psykodramaterapi og forsøker å forstå og fortolke disse fenomenene ut ifra det enkelte individs eget religiøse perspektiv. Ved siden av andre livstemaer er de temaene som er knyttet til de eksistensielle livsspørsmål og religion

velkomne i terapirommet.<sup>16</sup> Det er ikke dermed sagt at en terapi som er åpen for religiøse spørsmål, finner svar på alt. Virkeligheten er alltid større enn den delen vi som mennesker kan få tak i og forsøke å forstå og forholde oss til.

Psykodrama er en handlingsrettet metode som tillater individet å skape en fysisk handling for sitt indre materiale. Det må ikke sammenblandes med den ytre adferdsorienteringen religionspsykologien kan ha, som nærmer seg sosiologien. Her snakker vi om iscenesettelse av den indre opplevelsen, følelsene og subjektive erfaringen.

Freud avskrev det religiøse som en ren illusjon. Han avskrev den som en 'kollektiv infantil kompensasjon' (Freud 1928). Altså som 'ingenting annet enn' en illusjon, noe som ble et resultat av uløste konflikter i farsrelasjonen. Det var farsforholdet og farslengselen som var i en særstilling for utformingen av den religiøse illusjonen, og den var bygget på frykt for hjelpeløshet og avmakt. Freud hadde ingen åpning for Guds eksistens.

Hans etterkommere som har interessert seg for religionspsykologi, åpner for både Gud som en ytre entitet og som en indre opplevelse. Blant de første som arbeidet med dette var de norske brødrene Schjelderup, som allerede i 1932 på tysk ga ut boken 'Religion og Psykologi'. Her viste de til studier av ulike religiøse opplevelsestyper, basert på henholdsvis morsrelasjonen (religiøs lengsel etter enhet og sammensmeltning med det guddommelige), farsrelasjonen (religiøst behov for underkastelse preget av skyldfølelse og frykt) og den barnlige selvherlighet (religiøse fantasier om egen guddommelighet) (Schjelderup & Schjelderup 1932). Dette var tidlige tanker om forbindelseslinjer mellom gudsrepresentasjon<sup>17</sup> som var basert på både fars- mors- og selvrepresentasjoner.

#### 2.4.1 Objektrelasjonsteori

Denne psykologiske teorien er innenfor den psykoanalytiske tradisjonen etter Freud. Men mens Freud ser på mennesket som drevet av drifter, ser objektrelasjonsteorien mennesket som relasjonelt søkende.

---

<sup>16</sup> 'Från det att mina studier hade börjat följa vegen "Gud er ingenting annat enn...", kom de i stället att handle om hur en gud – existerande eller icke existerande – kan komma in i en människas psyke och bli en inre verklighet.' (Bergstrand s 16)

<sup>17</sup> Begrepet gudsrepresentasjon kom senere via Winnicott, Erikson og videre Rizzuto.

Objektrelasjonsteorien og psykodramateori kan gi hverandre gjensidig verdifulle bidrag. Ikke minst gjennom en dypere psykologisk forståelse av transitional space og surplus reality's magi. Vi kan se gjennom objektrelasjonsteorien at det som foregår i det ytre på scenen har gjenklang i menneskets indre psykologi. På dette punktet mener jeg objektrelasjonsteori og psykodramateori er kompatible, selv om det er mye som ellers skiller dem.

#### 2.4.1.1 Overgangsområdet

Transitional Space, også kalt den tredje virkelighet mellom den indre og den ytre menneskelige virkelighet<sup>18</sup>, er på norsk oversatt til overgangsområde, på svensk mellanområde og på dansk mellemliggende erfaringsområde.

Det fremkommer gjennom studier av overgangsobjektene barn benytter seg av i separasjon-individuasjonsfasen i tidlig barndom. Ofte blir bamsen brukt som symbol for et klassisk overgangsobjekt barn bruker for å relatere til i fravær av de nære omsorgspersoner. I den skapende leken mellom barnet og et overgangsobjekt (moren eller en del av moren), kan området studeres. Dette området trenger mennesket for å få mentale pusterom, kunne være skapende og leve seg inn i kunst og kultur. '...tesen att platsen for den skapande leken och den kulturella upplevelsen, inklusive dess mest sofistikerade former, ar det potensiella utrymmet mellan spedbarnet och modern' (Winnicott 1971 (sv) s 137). Selv når barnet utvikler objektkonstans og kan forestille seg moren i hennes fravær, forsvinner ikke helt forholdet til det potensielle området som ligger mellom barnet og moren. Det blir igjen i psyken som et eget virkelighetsområde (Winnicott 1971).

Winnicott knytter også an til drømmer i sin teori, og mener drøm og verdens virkelighet ligger nærmere hverandre psykologisk enn dagdrømmeri, fantasi og psykologisk dissosiasjon. I mitt materiale vil det i stor grad handle om en drøm: En drøm som får utspille seg på en scene i psykodrama, og altså blir tildelt et sted for bearbeiding. Den psykodramatiske scenen og surplus reality representerer tilsvarende transitional space en utvidet virkelighet, som psykiateren og psykodramatiker Paul Holmes skriver om (Holmes 1992). Et psykologisk

---

<sup>18</sup> 'Detta område är inte den inre psykiska verkligheten. Det ligger utanför individen, men det är inte detsamma som yttervärlden' (Winnicott 1971 (sv) s 74).

fenomen får dermed et korresponderende fysisk sted som muliggjør en konkret tydeliggjøring og forståelse av psykisk materiale som ellers er vanskelig å få tak i. I tillegg tilbyr stedet (scenen) handlingsrom som innebærer muligheter for å bearbeide og gjennom handling foreta endringer på et sted som representerer det psykologiske overgangsområdet.

Overgangsområdet er preget av et paradoks: det som finnes der, er samtidig noe som finnes uavhengig av barnet og noe som barnet selv skaper. Innholdet er 'funnet og skapt selv': skapt (av individet selv som noe unikt) og funnet (som noe fra kulturen allerede eksisterende). Likevel står dette området i en særstilling til disposisjon for menneskets eget bruk.<sup>19</sup> Overgangsområdet tilbyr et vedvarende tilgjengelig rom for mennesket til å skape og til å være til i en tilstand av avkobling, noe vi trenger livet ut. Innenfor paradokset og det skapte ligger også illusjonen. 'Mennesket kan ikke være menneske uten illusjoner. Den type illusjon som vi velger oss – religion eller noe annet – avslører vår personlige historie og det overgangsområde, som vi alle har skapt mellom våre objekter og oss selv for å finne det hvilestedet der vi kan leve' (Rizzuto 1979).

Religion er en sentral del av vårt felles nedarvede kulturfelt og inneholder subtile elementer og symboler som for mange er vanskelig å plassere. I alle fall innenfor en rasjonell fornuftsbasert tankegang. For noen kan tilgangen til kulturopplevelser og religiøse opplevelser dermed bli avgrenset. Winnicott påpeker at fra vår felles nedarvede kultur 'vilket vi alla kan hämta något om vi har nogonstans att göra av det vi finner' (Winnicott 1971 (sv) s 128).

Protagonisten i psykodrama tilbys en ytre iscenesettelse av sin indre opplevelse i surplus reality. Dette er nært beslektet med objektrelasjonsteoriens transitional space<sup>20</sup>. Begge disse begrepene gir overgangsobjektene legitimitet til å eksistere gjennom at de tilbyr et sted, et psykologisk sted gjennom transitional space og et fysisk og psykologisk sted gjennom surplus

---

<sup>19</sup> 'Hon kan herska över det och utforma det på ett sätt som hon inte er i stånd att göra med den yttre och den inre verkligheten' (Bergstrand s 94).

<sup>20</sup> Jeg velger i det videre å bruke det engelske begrepet for overgangsområde fordi jeg bruker det i sammenheng med surplus reality som ikke har et dekkende norsk begrep.



reality på den psykodramatiske scene. Begge stedene representerer både et indre og et ytre sted samtidig som de verken er et indre eller et ytre sted, men noe helt annet.

#### 2.4.1.2 Gudsrepresentasjon

Psykoanalytikerens Ana-Maria Rizzuto utviklet en teori om gudsrepresentasjoner innenfor den psykodynamiske tradisjonen etter Freud. Den indre gudsrepresentasjonen i barnet formes tidlig og er preget av de reelle minnebildene av foreldrene (oftest først moren, siden faren), de idealiserte foreldrerepresentasjonene, barnets grandiose selv og kulturen. Siden disse faktorene er unike for hvert enkelt individ, blir også hvert menneskes gudsrepresentasjon noe unikt.

Gudsrepresentasjonen dannes på samme måte som andre objektrepresentasjoner, og Rizzuto bygger sine teorier blant annet på Winnicotts objektrelasjonsteori og videre på Erik Eriksons utviklingsstadier<sup>21</sup> (kriser) og implementerer gudsforholdet inn i disse (Rizzuto 1979 s 205ff). 'En objektrepresentation är den samlade inre bild, som en individ har av en annan, for honom viktig person. Till denna inre bild er stärke känslor knutna. Representationen er byggd både på fantasier om personen och på verkliga erfarenheter av personen' (Bergstrand 2004 s 101). I følge Rizzuto dannes gudsrepresentasjonene tilsvarende på basis av både reelle minner og idealiserte forestillinger om foreldrene, på barnets grandiose selvilde og på materiale hentet fra kulturen og de sosiale omgivelsene. 'God, psychologically speaking, is an illusory transitional object [...] the transitional space (Winnicott 1953) is the locus where God comes to existence' (Rizzuto 1979 s177). En viktig forskjell hun påpeker mellom Gud og andre overgangsobjekt, er at Gud ikke kan forkastes når det ikke lenger er psykologisk bruk for ham, men at den følelsesmessige energien i gudsrepresentasjonen tiltar gjennom livets overganger og kriser. Dermed blir Gud som representasjon ikke egentlig en overgang, men et overgangsobjekt som livet igjennom vil finnes tilgjengelig til å tas imot eller avvises av individet. Dette gjør ham psykologisk ekstra nyttig, siden han hele tiden er tilgjengelig for å skape og opprettholde balanse i forhold til en selv, til andre og til livet som helhet (Bergstrand 2004 s104ff). 'Medvetet, förmedvetet eller omedvetet kommer Gud som

---

<sup>21</sup> Erikson 1959

er vår egen skapelse, på samme sätt som ett konstverk [...], en melodi [...] att påverka vår kjensla för oss själva, idet han återspeglar vad vi gjort' (Rizutto sitert i Bergstrand 2004 s105). Spesielt relevant i denne avhandlingen er det at gudsrepresentasjonen kan være ubevisst og påvirke vår psyke uten at vi selv er klar over det.

Gudsrepresentasjon må avsondres fra gudsbilder. Gudsbilder kan være flere for et individ og bestå av alt fra ytre bilder som for eksempel kunst, til ulike indre forestillinger av Gud. De er noe man kan ha et betraktende forhold til utenfra og på avstand, mens gudsrepresentasjonen er noe dypere, viktigere og psykologisk sterkere. Den er en del av individets indre virkelighet.

#### 2.4.2 Tilknytningsteori

Tilknytningsteorien er utviklet med bakgrunn i blant annet psykodynamisk teori og objektrelasjonsteori. John Bowlby og Mary Ainsworth står bak de sentrale begrepene i denne teorien, og siden har mange bidratt til den faglige videreutviklingen. Hovedtanken er at noe lite knytter seg til noe som er større, sterkere og klokere (tilknytningspersonen) med bånd som er basert på kjærlighet. Avhengig av hvordan man er blitt møtt, spesielt i separasjons-individuasjonsfasen, utvikler individet et tilknytningsmønster i form av en indre arbeidsmodell. Det kan være et trygt eller forskjellige utrygge tilknytningsmønstre: engstelig – unnvikende, engstelig – ambivalent eller desorganisert. For de fleste mennesker er det en kombinasjon. Utrygg tilknytning vil følge individet gjennom livet i form av problemer med å inngå og ivareta gode nære forhold til andre. Når separasjons-individuasjonsprosessen har vært dysfunksjonell, kan det føre til at separasjon fra de en er knyttet til blir et tveegget sverd. Individet med utrygt tilknytningsmønster lengter på samme tid etter ikke å komme for nær og ikke å bli forlatt, og kan ha en adferd kombinert av avvisning og klamring. Angsten for å bli forlatt er nært forbundet med angsten for å forsvinne eller bli oppslukt, for eksempel i et symbiotisk forhold. Man opplever i begge tilfellene å miste seg selv (Granqvist 2009), og autonomien trues.

#### 2.4.2.1 Det religiøse aspektet

Når vi ser på det religiøse aspektet ved tilknytningsteorien, handler det om relasjonen til Gud eller en annen, for individet sentral religiøs skikkelse som kan være tilknytningspersonen.

Ser vi på Gud som en indre representasjon i henhold til objektrelasjonsteorien, vil en dialog i relasjonen være mulig selv om det ikke er et ytre fysisk samspill.

”Religionen leder muligens til at individet erverver en økt trygghet i nåtidssituasjonen på tross av en utrygg tilknytningshistorie. Med andre ord skulle religion kunne være et domene som fremmer utvikling av ’ervert trygghet’ ”(Granqvist i Broberg, Mothander, Granqvist og Ivarsson 2009 (heretter bare referert til som Granqvist) s342 som siterer Main m.fl.2003). Gud kan representere en trygg base for individet ved utforskningsadferd<sup>22</sup>. En trygg base er forutsetningen for å kunne begi seg ut i utforskende faser som gir konstruktiv endring. Om den trygge basen ikke finnes tilgjengelig i den fysiske verden, vil Gud kunne stå for en slik nødvendighet i den psykologiske utviklingen, for hånden når individet selv ønsker det. Likeledes kan Gud stå for en sikker havn i truende situasjoner der det er behov for et tilfluktsted.

Når individet er vokst opp uten varm og lydhør omsorg, og dermed vil være preget av utrygg tilknytning, vil det ha større tendens til å rette sin tilknytningsadferd mot et ’tilknytningssurrogat’ ( Bowlby (1969/82 og Ainsworth (1985) sitert i Granqvist 2009 s 340). Dette kalles kompensasjonshypotesen.<sup>23</sup> ’Idén med denna kompensationshypotes er altså att individer vilka upplevt omvårdnad som brustit i lydhörhet, och kanske därför utvecklat otrygg anknytning i sin(a) primära anknytningsrelation(er), er särskilt benägna att ta hjälp av surrogatfigurer (t.ex. Gud) för att reglera anknytningsrelaterad stress’ (Granqvist 2009 s 340). Individer med trygg tilknytning bruker gudstilknytningen i kris situasjoner på en korresponderende måte ut ifra en trygg tro.

---

<sup>22</sup> Jf vekslng mellom faser av ’dwelling and seeking’ (Schults & Sandage 2006 s33)

## 2.5 Symbolforståelse

Symbol er noe annet og mer enn bilder og metaforer, som skal forestille noe annet.

Symboler er bærer av mening og kan ha en psykologisk innvirkning på mennesker (se under kapittelet om rituelle trekk ved psykodrama).

### 2.5.1 Jung

Den sveitsiske psykolog og psykiater Carl Gustav Jung (1875 – 1961), utviklet fra tidlig i sin virksomhet på begynnelsen av det forrige århundredet en omfattende teori om symbolforståelse innenfor sin dybdepsykologi (Jung 1924). En hovedbok om symboler ble utgitt post mortem i 1964, og var et arbeid som hadde pågått i samarbeid med andre i hans levetid.

Sentralt her er hans tanker om det førbevisste, det 'kollektivt ubevisste'<sup>24</sup> og 'arketypene'<sup>25</sup>. Arketyper som begrep stammer fra Jung, men han sier selv at: 'the theory of the preconscious, primordial ideas is by no means my own invention [...]. With special reference to psychology we find this theory in the works of Adolf Bastian and [...] Nietzsche' (Jung 1938 s 64).

Det blir for omfattende å utdype Jungs teoriverden her, og jeg vil avgrense denne presentasjonen til det som er relevant for avhandlingens analyse nedenfor.

Det kollektivt ubevisste fungerer som et ubegrenset tilfang av symboler, myter, eventyr og forestillinger alle mennesker kan få tilgang til gjennom blant annet drømmer og kreative aktiviteter. Symbolene er for Jung 'et forsøk fra naturen på å forsone og utjevne motsatser i psyken' (Geels & Wickstrøm 1999 s 375). De kan virke helbredende og spiller således en sentral rolle i den menneskelige natur. Symboler er knyttet til følelser, de berører og har meningsinnhold. Det er imidlertid ikke alle som ikke har utviklet evnen til å forholde seg til symboler, eller de har mistet den. Dermed vil heller ingen endring skje i møte med symbolene (Hognestad 2004 s 32).

---

<sup>24</sup> Det kollektivt ubevisste er kultur og historie vi alle bærer med oss på et ubevisst plan.

<sup>25</sup> De viktigste arketypene vi iflg Jung bærer i det ubevisste er persona, Selvet, anima/ animus og skyggen (Geels & Wickstrøm 1999 s375).

Hans begrep arketyper er modeller fra det kollektivt ubevisste, hvis unike innhold dannes og videreutvikles individuelt. Relevant for analysen i denne avhandlingen er arketyperne animus og anima, som representerer henholdsvis kvinnens indre maskuline side og mannens indre feminine side.

Betydningen til et symbol kan variere fra kultur til kultur. Noen grunnleggende symboler har imidlertid i henhold til Jung den samme betydning overalt, eksempelvis sirkelen, som betegner helhet (Hognestad 2004 s 33). Hognestad tilføyer at det i arbeid med drømmer ofte kan virke befriende å se på flere mulige tolkninger av et symbol<sup>26</sup>, slik at en person kan se på seg selv på en mer positiv og måte. Da vil man også kunne oppleve seg selv som et mer mangfoldig menneske. I psykodramatisk språkdrakt kan dette minne om utvidelse av rollerepertoar, som er et resultat av en videre fortolkning og kunsten å se og handle ut ifra flere parallelle muligheter.

For mange åpnet Jungs innfallsvinkel til symbolfortolkningen uendelige verdener. Når alle symboler, også de religiøse, kunne fortolkes inn i psykologiske prosesser på individuell basis, kunne det unike ved den enkelte få større spillerom både i livsutfoldelse, livsfortolkning og heling av uferdige psykologiske prosesser. Jung kalte den fullstendigjørende prosessen mot heling for individuasjonsprosessen. Det som tidligere var ubevisst i personligheten, skulle bevisstgjøres. Her skulle også de enkelte indre arketyperne finne sin rettmessige plass i forhold til hverandre. Det å skulle bli hel, kunne også forstås som en forening med Gud. For noen blir dette en guddommeligjøring som kan virke forlokkende og kanskje også forførende.

Psykologer fra for eksempel den analytiske tradisjonen stiller seg skeptiske til tankegangen om fullbyrdelsen av mennesket, men er opptatt av å finne balansen mellom utvikling, heling av sår og å utvide tålegrensen for det smertefulle ved livet. Samtidig levnes det liten tvil om hvilke store bidrag Jung har levert til forståelsen av symboler. Han satte sin symbolforståelse i sammenheng med sin dybdepsykologi og hentet kunnskap og inspirasjon blant annet fra alkymien. Jung var opptatt av det skjulte, det okkulte, og prosesser for bevisstgjøring og fortolkning av det som før hadde vært skjult. Men fordi vi alle, i henhold til hans teori om det

---

<sup>26</sup> Flere tolkninger av samme symbol = amplifikasjonsmetoden= utvidelse (Hognestad 2004 s33).

kollektivt ubevisste, er bærere av et så stort materiale, vil bare det som er gavnbart for individets egen psykologiske utviklingsprosess, dukke opp i minner, drømmer og tanker.

Etterfølgerne etter Jung og de som har latt seg inspirere av hans mangfoldige tankeunivers, er mange. Både innen kunst, litteratur og i psykologien. Innen nordisk religionspsykologi er det spesielt svenske Hjalmar Sundén som har skrevet flere bøker inspirert av Jung.

### 2.5.2 Kritikk av Jung

Jung hadde også mange kritikere, og debatten holdes levende også i vår samtid. Noe av kritikken har som mål å utdype og videreutvikle Jungs tankeunivers. Men vi kan ikke komme bort ifra at det her også er snakk om tradisjoner som står langt fra hverandre. Når jeg i samme avhandlingen går inn i objektrelasjonsteori og tilknytningsteori sammen med psykodrama og Jungs dybdepsykologi, er jeg klar over at det totale faglige spennet er svært vidt, og at tilnærmingene til det religiøse er tilsvarende forskjellige.

I sitt prisbelønnede hovedverk fra 1997 'Psychology of Religion, Classical and Contemporary Views' presenterer den amerikanske psykologen David M. Wulff både historisk utvikling og teoretisk bredde innen religionspsykologi. Hva Jung angår, presenterer han hans religiøse/teologiske aspekter ved hans dybdepsykologi og fremmer også kritikk av den. Wulff presenterer en omfattende kritikk fra mange ulike bidragsytere som han fremstiller på en systematisk måte. Han siterer et så stort antall kritikere, at for å begrense dette kapittelet noe, viser jeg kun til sidene i Wulffs bok og nevner her kun sammenfatningsvis hva Jung i hovedsak ble og blir kritisert for. Jeg velger også ut det som er det aktuelle i denne avhandlingens sammenheng: det som på forskjellig vis henger sammen med symbolforståelse og symbolbruk.

Kritikken fremkommer i grove trekk på tre felter:

1. Udifferensiert forhold mellom religion og psykologi
2. Forantagelser og personlig psykologi som det kan stilles spørsmålstegn ved
3. Motstandere og tilhengere representerer ekstreme ytterligheter

Ad.1: Påstandene som ligger i kritikken på dette punktet kan sammenfattes slik: En religiøs aura omgir Jungs psykologi på en måte som svekker de tradisjonelle religiøse autoriteter. Jungs empirisme knyttet til numinøse erfaringer er verdifulle for å forstå psykologiske

anliggender, men Jung kritiseres på 50-60-tallet for å gå over grensene for psykologi i sine studier av religiøs symbolisme. Han åpner for et mangfold av fortolkninger psykologisk som også får teologiske konsekvenser. Resultatet blir at psykologiske dogmer erstatter kirkelige. Kritikerne mener han burde ha vært gjort klart at han refererer kun til psykologiske prosesser. Dette er nødvendig siden religion og psykologi både deler samme objekt: sjelen, og samme mål: å beskytte individet mot farer som truer sjelen samt å føre til selvrealisering. Wulff kommenterer kritikken slik: 'To whatever degree these charges are justified, it is true that Jung fails to make clear that he is referring only to psychological processes' (Wulff 1997 s 465). Jung selv svarer på kritikken om at han som terapeut av og til tok rollen som prest med at han: 'would have been delighted to have left this 'anything but easy task' to the church, where if not many of his patients were shed from the church 'like dry leaves from the great tree and now find themselves 'hanging on' to the treatment' (Jung sitert i Wulff 1997 s 465). Dette bringer oss til kritikkpunkt 3, som jeg kort skal kommentere:

Ad.3: Jungs psykologi får kross kritikk for å ha blitt en religion i seg selv med tilhengere som 'tilber' Jung. Med et esoterisk og metafysisk tilsnitt, individuell orientering, alkymistisk, mystisk og okkult preg, mente og mener hans kritikere at hans tenkning representerer en vei bort fra de tradisjonelle religionene og til en selv-orientert, østlig religiøst preget ny 'religion'. Hans eget ønske var imidlertid at ingen skulle bli 'jungianere', noe han selv var klar over mulighetene til og bekymret for da Jung-instituttet i Zürich ble grunnlagt.

Ad.2: Gjennom sitt begrep det 'kollektivt ubevisste', tar Jung utgangspunkt i at alle mennesker har tilgang til de samme myter og symboler som kan fremkomme for eksempel i drømmer. Hans kritikere mente han ikke hadde empirisk belegg for å kunne fremme en tanke om en slik universalitet, og at materiale som dukket opp i drømmer fra en ikke bevisst kilde med større sannsynlighet stammet fra den enkeltes universelle tidlige barndomsopplevelser gjennom kulturens og tradisjonens reelle kilder (Wulff 1997 s 466). Jung blir videre kritisert for selektivt: 'to take from religion only what confirms and illustrates his psychology' (Zaehner (1959) sitert i Wulff 1997 s 466).

Videre dreier kritikken seg om Jungs idealisering av det ensomme individets utviklingspotensiale. Flere hevdet at dette var en projeksjon inn i hans teori fra Jungs egne livserfaringer. De advarer mot at en tendens til kretsing rundt selvet kan føre til

selvtilfredsstillelsens isolasjon og bli til en tilbedelse av selvet som er forenet med Gud i en 'I-Thou' relasjon.

Jung var imidlertid ikke alene om denne tanken. Moreno hadde også en teori om sammensmeltning med skaperen og det skapte menneske som han kalte 'I-God'. Han oppnådde ikke samme teoretiske utbredelse som Jung, og man mangler dermed også den tilhørende systematiske kritikken overfor Moreno.

### Drøm og symboler

Moreno var, i likhet med Jung og den humanistiske psykologien generelt, opptatt av at målet for en psykologisk utviklingsprosess er helhet, og at menneskets adskilte deler integreres til et sammenhengende og samfungerende hele. Og drømmer var for Moreno, som for Jung, en god vei inn til det ubevisstes lager av symboler og myter. Han sa imidlertid ikke noe om det kollektivt ubevisste. Moreno forholdt seg til det som kom frem, og la til rette for at protagonisten/drømmeren selv kunne iscenesette sitt drama med sine symboler for selv å ta den i bruk i handlingen og siden fortolke innholdet. En drøm er det den er, og kan fortolkes i samtaleterapi som drøm med symboler fra det ubevisste. De psykologiske endringene vil eventuelt oppstå i etterkant av fortolkningen, gjennom en utvidet forståelse og bevisstgjøring av det ubevisste materialet fra drømmen. Når drømmen iscenesettes, oppstår forandringsmulighetene fysisk i et 'her og nå', siden scenen kan utgjøre en utvidet virkelighetsdimensjon man kan handle og foreta endringer direkte inne i. De psykologiske endringene vil også her vise seg i ettertid, men har gått en annen vei til bevisstgjøring og integrering i psyke og liv.

## 3. Materiale

### 3.1 Eksempel til illustrasjon og analyse fra psykodrama-arbeid i kirken

I det følgende kommer en detaljert beskrivelse av en psykodramavignett. Jeg beskriver den såpass inngående også med et pedagogisk siktemål: at leseren skal kunne få en oppfatning av gangen i et psykodrama ut over slik det er mulig å beskrive rent teoretisk som ovenfor. Den skal tjene som en illustrasjon på psykodrama anvendt i arbeid med religionspsykologiske



temaer. I denne avhandlingen vil den også tjene som gjenstand for analyse og vise hva man kan få ut av en psykodramavignett i form av informasjon.

Psykodramaet/vignetten foregår lørdag formiddag i en helgegruppe som starter fredag kveld og pågår på dagtid lørdag og søndag. Tilstede er seks gruppedeltakere, en psykodrama-assistent og en psykodramaleder/terapeut. Etter 'bli-kjent-øvelser' og generelle trygghetsøvelser basert på lek med hele gruppen, opplever de fleste at noe av den spenningen som eventuelt var der før de kom, har sluppet taket. I psykodrama brukes ofte kroppslige øvelser med den hensikt å bevisstgjøre sin væren i sin egen kropp. Bevegelse kombinert med bevissthet på pust er god forberedelse til å arbeide 'innover'.

Dernest foregår en oppvarming hvor deltakerne jobbet individuelt. De får utdelt hvert sitt store ark og fargeblyanter og blir bedt om å finne seg et godt sted i rommet.

Instruksjonen lyder: 'Tegn deg selv og Gud'!

Gruppedeltakerne arbeider på sitt billedlige uttrykk i om lag 20 minutter. Deretter setter de seg i ring og forteller litt hver om bildene sine. Man ser litt på farger, former, posisjoner og symboler og for å fordype forståelsen kan den enkelte velge å få kommentarer og spørsmål fra psykodramalederen, assistenten eller andre deltakere.

## 3.2 Vignetten

### 3.2.1 Protagonistvalg og tema

Neste fase er protagonistvalg. De som ønsker det får anledning til å vise at de kan tenke seg å bli protagonist og jobbere dypere inn i sitt tema gjennom et psykodrama. Dette viser de ved å trekke stolen sin inn slik at de som stiller til valg danner en indre sirkel. Alle disse formulerer kort sitt tema mens de andre i gruppen har reist seg og lytter godt. De som står foretar valget ved å stille seg bak den som uttrykte et tema de kjente er mest relevant for dem selv. De legger en hånd på vedkommendes skulder. En protagonist blir valgt ved at han har flest gruppedeltakere bak seg. Jeg kaller ham 'Hermann'. Av temaene som ble presentert, var det Hermanns tema som hadde størst støtte i gruppen. Hans tema er dermed det temaet som gruppen i størst grad er opptatt av og oppvarmet for. Han vil dermed få størst mulig grad av støtte og medinnlevelse fra gruppen.

Hermann formulerer temaet:

'Det handler om konflikten mellom å kunne være i kamp på jobben og samtidig bevare et levende hjerte'.

### 3.2.2 Spillfase

Leder inviterer Hermann opp på scenen som er tom og klar for hans iscenesettelse. Gruppen sitter nå i en halvsirkel som omkranser en del av scenen. Leder lar ham få litt tid til å gå litt rundt på scenen sammen med leder. Leder stiller noen spørsmål og får ham på gli innenfor de problemstillingene som har kommet frem både dagen før, fra morgenenes gruppesamling og fra delingen etter tegneprosessen. Slik blir han også trygg og kjent med å befinne seg på scenen, bli sett og etter hvert kjenne seg fri til å bruke dette rommet til å utfolde noe fra sitt indre. Han forteller om jobben sin og intrigene i bransjen. At han ikke helt kan stole på noen, og ønsker å være tøff og 'kynisk'. Etter en stund stanser leder ham.

Leder sier: *Lukk øynene og hold hånden på hjertet. Fortell hva du mest av alt lengter etter.*

Det blir stille. Leder registrerer at ansiktet bever og at munnvikene røper en ørliten skjelving. Hermann puster svakt.

Leder: *Husk å puste!*

Hermann trekker pusten dypt før han sier: *Jeg lengter etter en kvinne som vil ta meg som jeg er.*

Leder: *Du kan åpne øynene igjen.*

Hermann ser ut mot gruppen og tilbake på leder.

Leder: *Hvis vi skulle iscenesette et fremtidig møte med denne kvinnen. Hvor ville du treffe henne?*

Hermann: *På en kunstutstilling.*

### 3.2.2.1 Første scene – på kunstutstilling med kvinnen han lengter etter

Hermann blir bedt om å iscenesette lokalene for kunstutstillingen. Han fokuserer på bildene. Han velger så på leders oppfordring en fra gruppen til å være hjelpe-ego i denne rollen. En ung kvinne blir valgt, og leder ber henne komme frem på scenen.

Leder til Hermann: *Nå er du her i din mulige fremtid, sammen med 'drømmekvinnen'.*  
*Hvordan står dere i forhold til hverandre?*

Hermann viser ved å flytte på seg selv og kvinnen. De blir stående side om side og betrakter et bilde. Det er stille mellom dem. Han virker sjenert og berørt. Leder velger ikke å sette i gang en dialog mellom dem gjennom rollebytter. Dette fordi dette kun skal være en pre-scene, en liten forsmak på noe protagonisten lengter etter og som han muligens vil kunne oppleve i sin fremtid.

Leder: *Er det ok for deg å avslutte denne scenen her?*

Hermann nikker.

Leder: *Kan du tenke deg at du lagrer denne opplevelsen i ditt hjerte?* Hun viser samtidig en håndbevegelse mot sitt hjerte.

Hermann holder hånden på brystet og puster dypt. Lukker øynene et lite øyeblikk.

Leder takker hjelpe-egoet for hjelpen, og ber henne sette seg i gruppens halvsirkel igjen mens Hermann blir bedt om å rydde scenen.

På ryddet scene står nå Hermann sammen med leder. Videre progresjon i psykodramaprosessen er nå åpen. Leder ber Hermann følge kroppens impulser til bevegelser. Han rister forsiktig på seg og tar noen små skritt.

### 3.2.2.2 Andre scene – en Boa Constrictor og 15 kg gudsbilder

Leder gir nå Hermann valget mellom å iscenesette jobbsituasjonen eller en drøm fra siste natt som han hadde fortalt i gruppen om morgenen. Han velger drømmen. Drømmen omhandler en Boa Constrictor som spiser 15 kg gudsbilder.

Leder: *Om du skulle tre inn i din drøm og møte slangen, hvor skulle det skje?*

Hermann: *Jeg vet ikke ... i skogen kanskje. Jeg kan ikke se helt for meg hvor det er eller hvordan det ser ut.*

Leder ber ham begynne å iscenesette skogen og det udefinerte stedet samtidig som han beskriver hva han gjør. Han finner rekvisitter og forteller hva de representerer mens han rigger til. Flere detaljer fra drømmen kommer frem mens han jobber. Til slutt er det blitt et 'sted' på scenen for utspilling av handlingen.

Leder velger sin assistent til å spille rollen som slangen. Oftest er det protagonisten selv som velger hjelpe-ego, men denne rollen var en negativ såkalt 'antagonist'-rolle, og siden flere fra gruppen var med i psykodrama for første gang, ønsker leder å beskytte dem fra en slik debut på scenen.

Hjelpe-egoet kommer opp på scenen. Leder ber Hermann bytte rolle med slangen.

Leder intervjuer slangen slik at den får presentert seg (mens Hermann er i den rollen).

Slangen: *Jeg er stor og lang, sleip og med skarpe tenner. Jeg er sterk!*

Leder: *Du klarer deg vel godt her ute, du, som er så stor og sterk?*

Slangen: *Jeg kan ta det jeg vil og kvele det... før jeg spiiisser det.... Heh, heh...* (hvesende latter)

Leder: *Hvordan beveger du deg, slange? Vis det!*

Slangen kryper (på gulvet) bortover i det diffuse landskapet i retning av gudsbildene.

Leder: *bytt rolle!*

Hermann er igjen i rollen som seg selv og ser på mens hjelpe-egoet gjentar slangens ord og bevegelser.

Leder: *Kan du velge en i gruppen til å spille gudsbildene?*

Hermann tenker seg om før han bestemt svarer: *Nei, det trengs ikke. De sier ingen ting.*

Deretter går han uten å nøle og plukker opp en pose telys og slipper ned et lite stykke foran slangen. *Sånn! Det holder.*

### 3.2.2.3 Dialog

Dialogen får dermed utspille seg mellom slangen og Hermann som er på besøk i sin egen drøm.

Leder: *Bytt rolle igjen med slangen! Og nå er hjelpe-egoet deg, Hermann.*

Slangen fortsetter å krype, nå mot gudsbildene som den resolutt klemmer til omkring og 'sluker'. Hermann i rollen som slangen putter dem innunder genseren sin. Kikker opp på Hermann, spilt av hjelpe-egoet.

Leder: *Bytt rolle!*

Hjelpe-egoet gjentar handlingen mens Hermann står og ser på. Han virker distansert og uanfektet, observerende og med en selvfølgelig aksept av det som skjer, slik innstillingen ofte er i en drøm. Han er kraftløs og passiv.

Leder: *Hva skjer med deg når du ser dette, Hermann? Er det noe du får lyst til å si eller gjøre?*

Hermann: *Egentlig ikke. Det er greit. Jeg kjenner ikke noe spesielt.*

Leder: *Bytt rolle!*

Hermann er igjen i rollen som slangen. Leder sier: *Slange, nå har du besøk av Hermann. Hva har du å si til ham?*

Slangen: *Du får ikke ha dette heller!!* Den snakker hardt og strengt, kniper øynene sammen og peker med hodet ned mot de 15 kilo slukte gudsbildene og ser opp på Hermann med et utfordrende blick. Slangen er kraftfull.

Leder: *Bytt rolle!*

Hjelpe-egoet gjentar det slangen har vist og sagt: *Du får ikke ha dette heller!!*

Hermann svarer slangen: *Bare behold dem du, bare du kan gi meg en kvinne..* Stemmen er spak og bedende. Kroppen er litt lut. Det virker ikke som om han har stor tro på at han blir bevilget en kvinne av slangen.

Leder vurderer at Hermann behøver å få tak i noe av den kraften som nå befinner seg hos slangen. Hun tar i bruk en, for denne vignetten, ny psykodramateknikk for å forsøke å oppnå dette.

Leder ber Hermann velge en fra gruppen til å spille rollen som ham selv. En fra gruppen kommer opp på scenen.

#### 3.2.2.4 Speiling

Leder ber Hermann bli med bak en stol de setter opp som et vindu et stykke fra scenen. Leder forteller at han nå skal få se på hva som skjer i hans eget drama, og instruerer hjelpeegoene til å spille scenen om igjen. Denne overgangen tar litt tid, slik at protagonisten får komme til seg selv igjen i her og nå.

Scenen og dialogen spilles. Hermann står og betrakter sammen med leder. Armene i kors. Han står med begge beina godt på gulvet og fremstår betydelig sterkere enn på scenen.

*Leder: Nå står du utenfor dette, Hermann, og kan se hva som egentlig skjer. Hermann der inne i dramaet trenger et råd fra deg. Hva vil du si til ham?*

Hermann fra speiling henvendt til Hermann inni drømmen på scenen: *Du bør ikke akseptere dette.*

*Leder: bytt rolle!*

Hermann i drømmen til Hermann i speiling utenfor: *Hva er det jeg ikke skal akseptere?*

*Leder: bytt tilbake!*

Hermann i speiling: *Det er tross alt dine gusbilder! Du bør få bestemme selv hva du skal gjøre med dem!*

*Leder: Bytt rolle!*

Tilbake på scenen får Hermann ta imot rådene fra den Hermann som ser det hele utenfra. Han lytter alvorlig.

Hjelpe-egoet som spilte Hermann i speilingen blir takket av og setter seg i gruppens halvsirkel igjen.

### 3.2.2.5 Avslutningsscene

Leder: *Hva vil du gjøre nå når du har fått dette rådet, Hermann?*

Hermann: *Jeg vil ha tilbake gudsbildene.*

Leder: *Si det til slangen!*

Hermann henvendt til slangen: *Gi meg gudsbildene! De er mine!*

Leder: *Bytt rolle!*

Slangen (i Hermanns skikkelse): *Greit, greit.. Du skal få dem.*

Han trekker dem opp fra genseren og legger dem fra seg foran Hermann. Hermann står og slangen ligger passivt på gulvet. Hermann forholder seg også passivt.

Leder hjelper ham i gang: *Vær så god, Hermann. Gudsbildene er dine nå. Hva vil du gjøre med dem?*

Hermann bøyer seg og tar opp posen med telys. De representerer hans egne 15 kg gudsbilder. Han bærer dem lett. Kjenner på dem som om han veier dem i hendene sine. Går så til utkanten av scenen og legger dem rolig fra seg før han snur og går tilbake. Et ørlite smil vises i munnviken og øynene blide. Han virker tilfreds. Leder bekrefter det hun ser, og spør om det stemmer at dette kjentes godt. Det gjør det.

Leder: *Fint! Og så er det en viktig ting til. Her ligger slangen. Hva vil du gjøre med den?*

Hermann ser et øyeblikk ut som om han hadde glemt den, men forholder seg raskt til den igjen. Alvorlig og bestemt. Han bruker føttene og ruller den bort mot sceneteppet i bakkant av scenen, løfter det opp og ruller slangen inn under. Hjelpes-egoet bidrar med å rulle seg rundt. *Der! Der kan du ligge*, konstaterer han. Så vender han seg tilbake mot leder og stiller seg opp, litt avventende.

Hermann: *Jeg har jo alt her inne.* Han banker med en finger på siden av pannen sin.

Gudsbildene er altså ikke tapt, selv om de, i form av drømmebildet: 15 kg og spisbare for en slange, legges vekk.

Vignetten avsluttes med en konstatering av at det er mulig også for Hermann å få flere ting på en gang. Han trenger verken gi fra seg de indre gudsbildene, sin gudsrelasjon, sin rasjonalitet eller noe annet viktig for å forhandle seg til det han for øyeblikket lengter sterkest etter: en kvinne. Han kan få både og! Både et lidenskapelig kroppsnært liv, få bruke sitt intellekt og ha et levende hjerte/en gudsrelasjon om han ønsker det. Han kan få bruke hele seg, være hel! Leder hjelper ham litt fram til disse ordene, mens hun sjekker ut om dette stemmer for ham. Han nikker og er tydelig følelsesmessig berørt med øynene fulle av tårer. Han står bredbent på scenen vendt mot gruppen med tankens klarhet og et levende hjerte, noe som synes gjennom et klart og tårevått blick og hans hånd som hviler rolig på hjerteregionen på brystet.

### 3.2.3 Deling

Han får rydde scenen i ro og mak og så vende tilbake til gruppen som nå setter seg i en ring. Dette er veien ut igjen fra scenens surplus reality og tilbake til aktuell virkelighet i her og nå.

Vi går til siste fase i et psykodrama: delingen. Rollene som har vært spilt av hjelpe-egoene blir tatt av gjennom en håndbevegelse og ordene 'du er ikke lenger ..., du er ...'. Alle gruppedeltakerne får anledning til å dele det de kjente igjen fra sitt eget liv. Ingen kan kommentere eller gi råd til protagonisten. Han sitter i gruppen og lytter og hviler ut etter sitt arbeid.

Eksempelet er anonymisert, bearbeidet for fremstilling og gjengitt med tillatelse fra protagonisten.

## 3.3 Informasjonsverdi

Selv om dette er en relativt kort vignett som foregikk på relativt kort tid, ligger det mye verdifull informasjon her. Til terapeutisk nytte for protagonisten, men også til bruk i en analyse med henblikk på religionspsykologi. Dette vil jeg vise i detalj i kapittelet som følger.



## 4. Analyse og drøfting

### 4.1 Stedet som muliggjør endring

Man kan spørre seg hva det er som gjør at en slik vignett i det hele tatt kan finne sted og åpne for å oppnå en terapeutisk betydning. Her kommer vi inn på rammen rundt det å kunne iscenesette i det ytre, fysiske rom noe som stammer fra et indre rom, i dette tilfellet også materiale fra det ubevisste gjennom en drøm. Ikke minst med fokus hva på surplus reality gir av muligheter til tydeliggjøring av innhold fra psykens indre, spesielt fra det man i objektrelasjonsteorien kaller transitional space.

Surplus reality på psykodramascenen tilbyr et fysisk sted der individet kan lete seg fram på en måte som samsvarer med transitional space i psyken, der også mange minner kan være gjemt og nedlagt i det ubevisste. Et sted for utforsking av blant annet gudsforholdet.

For protagonisten i psykodramavignetten ovenfor ble det tydelig at han kunne oppnå en indre frihet og bli i stand til åpent å kunne møte en kvinne når han selv fysisk oppnådde et fritt handlingsrom til å plassere sine gudsbilder fra drømmen. Hans sjels materiale fikk et sted, et rom å bevege seg fysisk i, og den indre verdenen fikk et sted i den ytre verden.<sup>27</sup>

Holmes påpeker at møter på psykodramascenen kan bli 'a rich mixture of reality-based encounters and the unconscious expressions of their inner worlds' (Holmes 1992). Her er vi igjen inne på transitional space's 'funnet og skapt selv', altså kontakt med både tradisjonen/det reelt eksisterende fra den ytre verden og det nyskapende som oppstår der og da.

For mange kan det å oppleve psykodramascenen og få kontakt med surplus reality være en forløsende faktor i seg selv. Bare det å få synliggjort noe man tidligere har båret i sitt indre og kanskje ikke hatt en tydelig kontakt med, kan føles berikende. Man opplever å bli sett av seg selv og av de andre i gruppen. Dette gjelder i psykodramagrupper generelt og er ikke begrenset til arbeid med gudsrelasjon.

---

<sup>27</sup> 'The Inner World Outside' er den talende tittelen på en bok av psykiateren og psykodramatikeren Paul Holmes (1992).

Dersom ledelsen av gruppen er god, og deltakerne passer godt på egne grenser, vil iscenesettelsen av egne temaer fungere godt. Men det er alltid en balansegang i forhold til hvor mye som skal frem, og det er viktig å passe på slik at eksponering ikke blir til skamproduserende overeksponering. Når et individ blir synlig uten å være beredt til å være synlig, oppstår en form for utleverende skam (Erikson 1950 s 246). Dersom det skjer, må lederen/terapeuten håndtere dette og ivareta situasjonen både ved hjelp av gruppen - slik at individet får tilbake det som er sitt - og ved hjelp av individet selv som får markere grensene på en tydelig måte. Dette kan i seg selv være en nyttig læreprosess som gagnar terapien.

Denne vignetten, og psykodramagruppene for øvrig, har foregått i et sidebygg tilknyttet en kirke. Et ikke-vigslet rom, men likevel på 'kirkens grunn'. Flere deltakere har uttrykt at det at 'Kirken' har vært arena for gruppene, har vært avgjørende for deres terapeutiske utbytte. Spesielt har dette hatt betydning der utfordringen har ligget rundt temaet belastende gudsbilder. Dette kan være individer med en historie med skamforsterkende forkynnelse/sjelesorg<sup>28</sup> (Pattison). I ettertid kommenterte enkelte at de tidligere i livet hadde opplevd en forkynnelse i kirken som hadde virket hemmende på livsutfoldelsen og selvbildet deres. En av deltakerne ga uttrykk for at det var som om hun opplevde å få lov til å 'levere tilbake' noe hun var blitt pådyttet i kristen sammenheng som barn, og som hadde vært en byrde i hennes liv. At det var 'som om det ble en ledig plass inni meg etterpå hvor jeg nå selv kunne utforske og søke i det religiøse landskapet på egne premisser' (en deltaker). Slik kan kirken som sted for psykologisk arbeid med religiøse temaer, for noen forsterke muligheten for en positiv endring.

## 4.2 Analyse av psykodramavignetten

### 4.2.1 Avveininger mellom terapi og analyse

Jeg vil starte analysen med en refleksjon om hva som er tjenlig i terapeutisk henseende og hva man skulle ønske seg av informasjon til analyseformål. Disse to faktorene vil av og til

---

<sup>28</sup> [...] 'Christian thinkers have largely failed to recognize and respond adequately to chronic shame. More than this, Christianity has failed to recognize the way in which its own ideology and practices may have contributed to the production and exploitation of dysfunctional shame' (Pattison 2000 s 187).

kunne komme i konflikt med hverandre, og avveiningen er spesielt relevant når et terapiforløp skal brukes i forskningssammenheng. Dette dramaet foregikk i 2004, og var ikke en del av et forskningsprosjekt. Tillatelse til å bruke materialet er innhentet fra protagonisten i etterkant.

For analysens del kunne det vært fint med mer informasjon om protagonistens forhold til symbolene spesielt og hans forhold til religion generelt. Psykodramalederen kunne ha spurt protagonisten mer ut om blant annet gudsbildesymbolet for å få vite flere detaljer: om hvordan gudsbildene så ut, om de hadde farge, lukt, hvilken størrelse, form, hvor de kom fra, hvor lenge de hadde være 'Hermann sine'!!, om de alltid hadde vært akkurat slik, osv. Men spørsmålet er om det ville vært terapeutisk tjenlig at leder intervjuet protagonisten i en posisjon der han kunne fortelle mer om gudsbildene.

Ett av terapeutens viktigste hensyn å ta er protagonistens tempo for at prosessen skal være behandlingsmessig forsvarlig. I tillegg er det viktig å ivareta protagonistens grenser for hvor dypt og intenst han ønsker/tåler å åpne i sine temaer i løpet av en helg. Tiden som sto til rådighet for denne vignetten var begrenset, og terapeuten er generelt forpliktet til å holde dramaets utvikling så nær protagonistens verbalt formulerte tema som mulig. Det er bevisste tema som uttrykkes med ord, og det vil alltid være en vurdering fra terapeutens side i hvilken grad hun skal lede protagonisten mot en avsløring av det ubevisste. Når protagonisten her viste seg nølende og handlingslammet overfor gudsbildene, kunne det være fordi det nettopp lå mye skjult i dette symbolet, slik at nølingen var et psykologisk forsvar mot noe fra det ubevisste (Jung 1964).

Psykodramametoden er sterktgripende blant annet fordi den er handlingsrettet og man setter ut i handling materiale fra psykens innerste, også det ubevisste som her fra en drøm. Verken protagonisten eller terapeuten vet på forhånd hva som vil utspille seg, siden det skapes i spontanitet og kreativitet underveis. Samtidig skal leder ha kontroll, fortolke hva som skjer og gjennom god dialog og tele med protagonisten lede i en terapeutisk riktig retning uten å ta over styringen av det indre materialet. Av og til skal en være forsiktig med å utfordre en protagonist, og heller være opptatt av å minne om at hun selv må kjenne og uttrykke egne grenser. Ofte er det vanskelig for protagonisten selv, og leder må være behjelpelig ved å bruke egen sensitivitet og komme med forslag til beskyttelse og

grensesetting innenfor dramaets rammer. Psykodrama er en velegnet metode for å få frem sårbare eller skjulte temaer, men er også en metode hvor man kan bruke kreative virkemidler for å beskytte en sårbar protagonist<sup>29</sup>. Jeg tenker at innenfor de rammer som var satt for denne aktuelle vignetten, var det terapeutisk riktig ikke å gå mer inn i detalj der hvor protagonisten selv hadde motstand.

#### 4.2.2 Analyse med symbolene i fokus

Denne vignetten har også som formål å gi et detaljert innblikk i hvordan psykodrama kan foregå og hva man kan få ut av det i arbeid med religionspsykologiske temaer. Alle vignetter/psykodramaer er forskjellige og ulike temaer blir viktige for ulike protagonister.

Denne vignetten er så sterkt preget av symboler at jeg velger å la symbolanalysen basert på jungiansk tenkning få relativt stor plass for å komme dypere inn i tematikken til protagonisten. Berstrand kommenterer Winnicotts transitional space med: 'I detta psykiska rum kan verkligheten tolkas men inte med hjälp av fakta utan av symboler' (Bergstrand 2004 s 113). I denne vignetten kommer symbolene ferdige, mens det i andre vignetter kan komme frem symboler underveis i selve dramaets forløp. I symbolene kan det ligge mye informasjon man kan avdekke gjennom en analyse.

To hovedsymboler utmerker seg og blir gitt stor plass: gudsbildene og slangen. I tillegg trekker jeg inn 'kvinnen' som symbol.

Protagonisten hadde lett tilgang til egen spontanitet og dermed til virkelighetsnivået surplus reality. Dette var merkbart allerede ved det lille besøket på kunstutstilling med drømmekvinnen i pre-scenen.<sup>30</sup> Han bar preg av å oppleve det 'som om' han var der, og at det dermed ble virkelig for ham. "They remain aware of the 'as if' aspects of the session while at the same time entering (in an emotional sense) into the 'reality' of the drama" (Klauber referert til i Holmes s 153).

---

<sup>29</sup> Psykodrama har gode teknikker for å ivareta slike grenser. Eksempelvis i arbeid med skam hvor en protagonist ikke ønsker å bli sett. Gjennom kreative løsninger som for eksempel fysisk å la personen dekke seg til, skjule seg, bidrar psykodrama like mye til å pakke inn som å åpne opp.

<sup>30</sup> 'For [...] the scene was *real*. His emotional response was powerful and positive. He felt as if he was [...] experiencing what he wished would happen but never had. This is the magic of psychodrama. The drama has moved into the realm of surplus reality' (Holmes s 153)

### 4.2.3 Gudsbildene

Det symbolet som ligger slående tett opp til temaet for psykodramahelgen er gudsbildene. Den viktigste beskrivelsen som kommer frem av gudsbildene er i form av tyngden. Vi vet ikke om 15 kg opplevdes tungt eller lett for protagonisten, men de hadde i alle fall en vekt. En tyngde på 15 kg kunne på den ene siden utgjøre noe tyngende og dermed en byrde eller på den andre siden noe betydningsfullt hvor tyngden sto for en verdifull støtte. Hvilken betydning symbolet hadde i protagonistens liv, vet vi ikke i dette tilfellet.

Han hadde meldt seg på en gruppe med tema 'gudsbilder' som foregikk i kirkelig regi med kirkens lokaler som terapirom. Men det er verdt å merke seg at det ikke var gudsbildene protagonisten vektla i sin temaformulering. De var ikke bevisst i sentrum for hans tema, men dukket likevel opp og fikk en sentral plass på scenen. Dette synes jeg er spennende fordi det er mulig å tenke seg at dette med gudsbilder og kanskje religion som sådan hadde en stor betydning i protagonistens liv uten at han selv var det bevisst.

Det er talende i seg selv at gudsbildene ikke fremsto mer potente enn de gjorde. Hva betydde det for Hermann? Hadde han et følelsesmessig og helhetlig forhold til gudsbildene, slik at de kan forstås som det religionspsykologisk dypere begrepet gudsrepresentasjon? Han ønsket ikke at et hjelpe-ego skulle gestalte rollen som gudsbildene. Isteden valgte han en pose med telys. Da leder spurte ham om han ville velge en i gruppen til å spille rollen som gudsbildene, utbrøt han spontant: 'Nei, det trengs ikke. De sier ingen ting'. Hans begrunnelse er altså at de er tause. Gudsbildene var for ham uten språk. Var de da noe han kunne relatere til? Det språkløse kan tolkes som om han ikke hadde kontakt med dem, noe som ikke er overraskende siden de jo har befunnet seg utilgjengelige for ham. Det at han er bestemt på ikke å la gudsbildene bli spilt av et hjelpe-ego, åpner for flere forståelser. En forståelse er helt pragmatisk at han ikke ønsket flere folk på scenen. At det var nok for ham å forholde seg til. En annen er at han gjennom dette valget ønsket å avpersonifisere gudsbildene eller i det minste holde dem på en avstand hvor de kunne være upersonlige for ham.

#### 4.2.3.1 Betrakter bilder – tilskuer til eget liv

I likhet med bildene på kunstutstillingen med kvinnen fra den første scenen, blir gudsbildene til en viss grad noe han betrakter utenfra. De forblir bilder, nesten som noe materielt i stedet for åndelig, og noe han stiller seg utenfor og er tilskuer til. Har han en frykt for å komme for nær dette? Selve kunsten, selve kvinnen, selve guden. Kan det være slik at det er noe truende ved det for ham? Hvis vi kobler det til slangen i drømmen, er det nærliggende å undre seg over om det kan ligge en frykt for å bli 'slukt' her. Hvis det er tilfellet, er det tryggere å være en tilskuer til det som representerer nærhet i sitt eget liv. Stenge av følelsene så godt det lar seg gjøre. Samtidig vil lengselen opprettholdes, og han vil forbli ufri i forhold til å kunne velge å hengi seg, både til en kvinne og til Gud. Han vil bli værende i ambivalensens dragkamp om enten-eller, og han vil måtte holde sitt hjerte kaldt (jf. temaformuleringen før vignetten: 'bevare et levende hjerte').

#### 4.2.3.2 Lys

For å gestalte gudsbildene valgte han en pose telys fremfor et levende menneske. Dette kan fortolkes fra flere vinkler og med både ulikt innhold og vektlegging. En pose med telys som skal forestille 15 kg gudsbilder kan forstås som noe kvantitativt begrenset og kaldt. Telys er små med en metallisk kant rundt. De var i en haug i en plastpose og de var ikke tent. Sett i kontrast til store og mange lysende lys brukt i religiøse sammenhenger, kan denne posen med utente telys fremstå som noe stusselig. Likevel utgjør de en mulighet for lysende lys, men er for øyeblikket lys som ikke lyser. Inni posen vil de heller ikke ha latt seg tenne, de ville blitt kvalt. Et tema vignetten berører både gjennom slangen som (kveler og) sluker gudsbildene, og gjennom Hermanns mulige frykt for å inngå i nære relasjoner fordi dette for ham innebærer risikoen for å 'bli kvalt' og miste seg selv (jf separasjon – individuasjonsprosess). Han viser at han har en forestilling om en fare for at han må ofre seg selv for å kunne være i en nær relasjon, når han i formuleringen sier at han ønsker å finne en kvinne som vil ta ham som han er.

Med en kristen preget forforståelse kan dette valget av lys også representere varme og håp. Lys er en metafor som er mye brukt i Bibelen. Ett eksempel er: 'Jeg er verdens lys. Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys' (Joh.8:12). Kontrasten til mørket, som kan fortolkes som det ikke å se. Dette kan igjen forstås som ikke å være bevisst, men

psykisk sett å fortrenge det man ikke vil eller makter å forholde seg til. Vi vet også at det sentrale i relasjoner er å se og å bli sett. Lyset i denne tolkningen ikke bare opplyser, men baner også vei for å relatere.

Lyset var en rekvisitt og ikke et symbol fra protagonistens indre. Derfor kan det kun sees som en metafor (jf kap. 2.4 Symbolforståelse). I lyset som metafor kan det også ligge et håp om endring til det bedre. Hos Hermann var det uttalte håpet et nært forhold til en kvinne som aksepterte ham. Her ligger det en fare for å overtolke og ilegge telysene en funksjon de ikke hadde for Hermann. Det kan hende at valget av posen med telys var rent pragmatisk og for ham ikke var bærer av noe symbolsk innhold, men at han grep det som var for hånden i rommet der og da.

#### 4.2.3.3 Legger fra seg gudsbildene

I vignetten legger Hermann gudsbildene fra seg etter å ha tatt igjen eierskapet over dem fra slangen. Hvordan kan dette forstås? Han er i en kirkes lokaler, og legger dem fra seg der. Her kan det være fare for å tillegge arenaen en for stor betydning, men det kan være tilfelle at kirken som sted hadde en viss relevans for Hermann. Jeg har en erfaring med og dermed en forforståelse av at dette er viktig for mange som kommer til psykodramagrupper nettopp i kirkens regi og lokaliteter. Dette kan være en ønskefortolkning fra min side og et forsøk på å få protagonistens forståelseshorisont til å assimileres av min. I tråd med dette kunne én fortolkning være at han la dem fra seg i 'kirken' fordi han hadde fått gudsbildene derfra og ønsket å levere dem tilbake dit. Leverer dem fra seg i den formen de var, som 15 kg., noe som kanskje ikke var hans valg i den prosessen da de ble dannet. En annen mulighet er at han vurderte det som et beskyttet og relevant sted å oppbevare dem, og derfor trygt kunne ha dem liggende her. I denne tolkningen har kirken som arena også betydning. Men det kan være at kirken som sted ikke hadde noen betydning for ham i det hele tatt i denne sammenhengen, og at han simpelthen la dem fra seg litt i ytterkant av en psykodramascene i et hvilket som helst rom. Det kommer ikke eksplisitt frem av vignetten, og de mulige svarene må få bli stående side om side.

#### 4.2.3.4 Hodet og hjertet

Han peker på sin panne og henviser til at han 'har alt her inne'. Han bærer altså gudsbildene i likhet med andre viktige elementer fra vignetten sin i seg. Men han bærer det i hodet, i sin kognitive bevissthet. Dermed understøttes antakelsen om at gudsbildene forblir på bildestadiet og at han ikke forholder seg til dem som levende representasjoner. Gudsrelasjonen er ikke aktiv. Tidlig i dramaet hadde han stilt fornuften opp mot følelsene, som to gjensidig utelukkende størrelser i livet. De kunne ikke kombineres, men han ønsket likevel at de kunne det. Han lengtet etter en endring.

Kjærligheten han lengtet etter i relasjon til en kvinne, var lokalisert i hjertet. Gudsbildene var lokalisert i hodet. Betyr dette at hans gudsbilder ikke inneholdt et kjærlighetselement på dette tidspunktet? Gudsbildene ble spist av slangen. Han var blitt fratatt kontroll over dem og mulighet til kontakt med dem. Og da han var i speiling og så situasjonen utenfra, uttrykte han at det ikke var greit. Slangen var truende og tok i besittelse noe som var hans. Når Hermann til slutt greide å gjenerobre dem, la han dem fra seg. Det var hans frie valg av handlingsalternativ i vignetten. Var gudsbildene tilgjengelige for ham selv etter at han hadde gjenerobret dem og lagt dem fra seg? Hadde han gjort et arbeid på psykodramascenen som gjorde utilgjengelige gudsbilder tilgjengelige? Dette er iallfall en fortolkningsmulighet. Oppspist av slangen var de utenfor hans rekkevidde og dermed var ikke gudsrelasjonen tilgjengelige for utvikling eller for å kunne bli tatt i bruk i tråd med hans psykologiske utvikling og hendelser i hans liv. Oppbevart på scenekanten/i kirken og/eller lagret i hans minne, antar jeg at gudsbildene var tilgjengelige ved behov.

#### 4.2.3.5 Tilknytningsteoretisk drøfting/analyse av gudsbildenes relevans

Gudsbildene var sannsynligvis ikke tilgjengelige før dette psykodramaet. Protagonen skaffet seg tilgang til sine gudsbilder via arbeid med drømmen fra det ubevisste. Er dermed Gud og gudsforholdet tilgjengelig for ham i tiden fremover dersom han skulle ønske det og trenge det? Han legger dem fra seg, men først etter å ha skaffet seg kontroll og råderett over dem og aktivt uttrykt at de er hans. Dette kan tyde på at han likevel ønsker å ha gudsbildene trygt oppbevart og tilgjengelige ved behov. Det kan gi assosiasjoner til et individ med utrygg tilknytning som bruker Gud som tilknytningslik person som kompensasjon for manglende trygghet (Grankvist 2009 s 330 og s 340ff). I så fall er det ikke slik for ham at han har lagt



gudsbildene fra seg for å 'levere dem tilbake til kirken' som var en av de mulige fortolkningene jeg nevnte ovenfor.

Begrepet gudsbilde er et snevrere og mer passivt begrep enn når vi snakker om gudsrepresentasjon. Gudsbildene er også lettere å holde på følelsesmessig avstand, siden de er noe som kan betraktes utenfra (se kap 2.4.1.2).

Et annet moment som er verdt å merke seg, er jo at denne delen av vignetten avslørte at gudsbildene tidligere hadde vært utilgjengelige, noe protagonisten selv ikke var klar over på forhånd. Han forholdt seg med en viss distanse til gudsbildene. Oppdagelsen av de gjemte gudsbildene er et terapeutisk skritt i seg selv, uavhengig av hvorvidt han anvender dem eller ikke i fremtiden. Gudsbildene til denne protagonisten kan ha vært psykologisk dysfunksjonelle og i en forfatning som blokkerte for nærhet som sådan. Gjennom psykodramaet ble de ryddet av veien. Protagonisten gjenvant med det et håp om å kunne forene den feminine og den maskuline siden av seg selv og slik bli i stand til å inngå et forhold uten å måtte miste seg selv, men bevare sin autonomi på et mer helhetlig plan.

Det han uttrykte som sentralt i vignetten var ønsket om nærheten til en kvinne som aksepterte ham slik han var samtidig som han kunne tillate seg å være en dyktig utøver i arbeidet sitt. Han viste tidlig i vignetten et passivt og lite engasjert forhold til gudsbildene. Etter speilingen er han aktivt handlende, men det er ikke lett å tolke inn et dypt følelsesmessig engasjement overfor dem. Jeg tenker at gudsbildenes betydning i vignetten utgjorde noe psykologisk sett underliggende i form av en ubevisst gudsrepresentasjon. Hva protagonisten gjør i forhold til gudsbildene i ettertid, er åpent.

#### 4.2.4 Slangen

Et annet sentralt symbol i vignetten var slangen. Slangen er gjenstand for et stort antall forståelser, varierende mellom kulturer. En viktig grunn til at de fleste kulturer i verden har slangen som symbol, er at den er sterkt knyttet til transformasjon, til liv og død, blant annet fordi den kan bli 'ung' igjen ved å skifte ham, den kan beskytte og ikke minst true liv<sup>31</sup>.

---

<sup>31</sup> 'Den er knyttet til transcendens, fordi den tradisjonelt sett er et underverdnes-vesen – og således en mediator mellom to verdener' (Jung 1964 s152). Transcendens = overskrivende erfaringens og kunnskapens grenser, oversanselighet (Kunnskapsforlagets Fremmedordbok 1986)

Sammen med staven symboliserte slangen den gresk-romerske legegud Asklepios (Jung 1964 s 152), altså den som gjør hel igjen og helbreder liv. Når den samtidig truer liv, er dette knyttet til transcendent-symbolikk ved slangen. Når noe nytt skal komme, må det gamle 'dø'. Slangen er for Jung, som alle andre dyr, forbundet med jorden og dermed med det kvinnelige element.

I drømmen som ble iscenesatt i vignetten til Hermann var det en Boa Constrictor som fremsto. Dette er en slange som kveler sitt bytte før det sluker det. Hermanns gudsbilder var slukt av slangen, underforstått på forhånd kvalte, siden det var akkurat denne slangetypen, som Hermann kjente godt til. I en tilstand av å befinne seg kvalt og slukt vil gudsbildene på en eller annen måte være ødelagte og døde for ham.

Slangen i drømmen var potent og i besittelse av en stor makt som Hermann selv ikke kontrollerte. Da han ble spurt om hvor han ville møte slangen, svarte han 'i skogen, kanskje'. Han var ikke sikker. Men symbolsk holdes skogen for å representere det ubevisste (Biedermann 1989). Når slangen representerer transformasjon, lå det også en transformasjonsmulighet der for protagonisten. En mulighet til å forandre noe i retning av det han lengtet etter. Kanskje var slangen selve nøkkelen til den endringen han ønsket seg og samtidig fryktet. Slangen heler og truer liv, slik den kunne hele og true Hermanns liv. Det er en mektig posisjon å ha. I handling på scenen kom slangens kraft og makt tydelig frem. Det var Hermanns egen kraft fra hans egen drøm, men gjemt i det ubevisste. Dermed var han ikke fri til å ta kraften i bruk i sin dagsbevissthet og virkelige liv. Slangen var viktig - det var avgjørende for ham å få tilgang til de kreftene som hans slange hadde. Oppgjøret som fant sted i vignetten i etterkant av speilingen, var et vendepunkt hvor Hermann selv ble den bevisste bæreren av de tidligere ubevisste kreftene. Når vi ser slangen som et kvinnelig element, vil også tilgangen til 'et levende hjerte' ligge gjemt her. Det potente hos slangen lå ikke i de tradisjonelt mannlige aspektene, men i de feminine som blant annet gjør i stand til å elske.

Slangen som symbol kan representere positive så vel som negative forhold. Positivt innen symbollæren er slangen som biter seg selv i halen, gresk ouroboros, et sinnbilde på evigheten. Tilsvarende positivt står den norrøne slangen Midgardsormen som symbol for havet som omgir jorden (Biedermann 1989 s 349). I Bibelen fremkommer slangen i flere

sammenhenger. For eksempel fra Det gamle testamentet: kobberslangen som Moses reiser i ørkenen til beskyttelse for sitt folk (4.Mos.21: 8-9), og Arons stav som forvandles til en slange til skade for egypterne (2.Mos. 7:8 ff).

#### 4.2.4.1 Frister og seksuelt symbol

I denne sammenhengen finner jeg det spesielt interessant å se slangen ut i fra to aspekter: som fristeren i Paradiset og som symbol for seksualitet. Hermann var opptatt av motsetningene mellom jobbsituasjonen (kunnskapen) og muligheten for et forhold til en kvinne som 'tar meg som jeg er' i det gode livet (å få være i Paradiset med sin Eva). Når slangen vinner gudsbildene i drømmen, kan dette fortolkes i samsvar med at slangen vinner frem med sin fristelse i skapelsesberetningen om å få menneskene til å spise av kunnskapens tre. Slangen frister kvinnen Eva som videre frister mannen Adam om å velge et enten-eller. De valgte frukten og kunnskapen, men ble fordrevet ut av Paradis. Protagonisten opplevde tilsvarende å måtte velge mellom på den ene siden å besitte kunnskap og å være dyktig på jobben, fordrevet fra det gode livet i paradiset og på den andre siden være i paradiset der kjærligheten mellom mann og kvinne fritt kunne leves ut. Hvis slangens sluking av gudsbildene tolkes på denne måten, og gudsbildene knyttes til noe positivt og kjærlighetsfullt, vil den kunne representere enten-eller-dilemmaet Hermann befant seg i. Om han velger å fokusere på jobben, på kunnskapen, tapte han i egne øyne tillatelsen til å inngå en kjærlighetsrelasjon til en kvinne. Han kunne ikke få begge deler der han befant seg i begynnelsen av vignetten, og slangen hadde kontrollen.

Slangen kan være et seksuelt ladet symbol både som den mannlige fallos (slangens kropp) og på den kvinnelige venustrekanten (slangehodet). Kundalinislangen i indisk mytologi er en slange som reiser seg, meget potent og seksuelt ladet og med en symbolsk kraft man skal behandle med forsiktighet. Siden kjernekonflikten for protagonisten sto mellom et kjærlighetsliv til en kvinne og et kunnskapsorientert liv i jobbsammenheng, er dette relevant. Riktignok ble mannen og kvinnen sammen fordrevet fra paradiset, men deres harmoniske og fryktløse liv i kjærlighet og nytelse i paradiset opphørte gjennom det slangen initierte. Innenfor paradisets rammer visste ikke mennesket om noe annet (jf spedbarnet før separasjons-/ individuasjonsfasen). Utenfor paradiset oppsto bevisstheten om forskjellen på innenfor og utenfor det paradisiske. Her oppsto også bevisstheten om mannen og kvinnens

kjønnet, og de fikk behov for å dekke til kjønnsorganene. De ble flau, og skammen var kommet inn i menneskenes liv. Slangen som skremmende og truende skaper en redsel som psykoanalysen tradisjonelt har tolket som skyhet overfor fallossymbolet (Biedermann s 350).

#### 4.2.5 Forholdet gudsbilder – kvinne – slangen

##### 4.2.5.1 Slangen - kvinnen

Slangen som fristeren i paradiset i Bibelens skapelsesberetning henvender seg til kvinnen.<sup>32</sup> Kvinnen er tradisjonelt forbundet sterkere med jorden enn mannen. Slangen kryper langs jorden. Slangehodet forbindes symbolsk med den kvinnelige venustrekanten. Når en slange reiser seg for hugg, er det fremre del og hodet som kan løftes og det er fra slangens gap den både kan spre sin gift og sluke sitt bytte. Om vi ser på intellektet hos mennesket i forhold til hjertet, er intellektet plassert høyere oppe på kroppen. Det intellektuelle forbindes i sterkere grad symbolsk med det mannlige, mens det følelsesmessige aspekt hos mennesket knyttes nærmere det kvinnelige. Tilsvarende anima for en biologisk mann, har en biologisk kvinne i følge Jung, en indre animus. For å være hel som mennesket er det viktig å ha kontakt med både sitt ytre kjønn og sin indre motsats (Jung 1964).

Hermann var i overvekt i kontakt med sin mannlige side, representert ved hans rasjonalitet og intellektualitet. Den kvinnelige siden, hans anima, var noe han ønsket å gi større plass til i sitt liv. Dette ga han uttrykk for på flere måter: blant annet via den uttrykte lengselen etter det nære kjærlighetsforholdet og henvisningene til hjertet. Han var i utgangspunktet bare ikke klar over at disse to sidene kunne leve godt og ha plass side om side for ham. Det var noe han kom frem til gjennom utprøving i scenebildene i psykodramavignetten.

##### 4.2.5.2 Kvinnen - gudsbildene

Hermann lengtet etter en kvinne som ville og kunne 'ta meg som jeg er'. Han opplevde at han måtte velge enten et kjærlighetsliv med 'et levende hjerte' eller å lykkes i 'kampen' på jobb med sitt intellekt som verktøy. Men det var gudsbilder som dukket opp i drømmen. Var

---

<sup>32</sup> Sett med Jungs personlighetsteori, vil 'kvinnen' også kunne representere mannens indre kvinnelighet som han kaller anima.

det forbindelser mellom gudsbildene og kvinnen, på godt og på vondt? Kvinnen representerte for ham lengselen etter kjærlighet i aksept og nærhet. Betyr det at han formulerte sin lengsel etter å bli tatt som han var, at han lengtet etter en betingelsesløs kjærlighet? Representerte gudsbildene også det samme? I drømmen var gudsbildene utilgjengelige. I forkan av første scene var kvinnen også utilgjengelig for Hermann.

Om kvinnen og slangen hadde fellestrekk i den grad at de kan representere hverandre i en fortolkning, var det 'kvinnen' som slangens representant som hadde slukt gudsbildene til Hermann. Var kvinnen dermed også noe potensielt farlig som kunne sluke ham (jif angsten for symbiosen og å miste seg selv)? Jeg tenker i retning av den betingelsesløse kjærligheten som vår kultur ofte knytter til den gode morskjærligheten. Noen kristne fortolker og opplever også gudskjærligheten som betingelsesløs. Men i vignetten er ikke den betingelsesløse kjærligheten som tar ham som han er, noe som setter ham fri, dersom denne kjærligheten fremkommer i form av gudsbilder. Å miste seg selv ved å bli slukt er uutholdelig. Det går ikke an å puste i det. I denne fortolkningen vil det kunne være en årsak til at han så bestemt la fra seg gudsbildene. De var ikke gode for ham. Ikke slik. Ikke nå.

Dersom kvinnen og gudsbildene hadde så nære forbindelser i hans psykologi at de gikk over i hverandre til en sammenblanding, ville det bety at han heller ikke her kunne få begge deler. At han måtte velge enten eller. Han kunne i så fall likhet med arbeid/intellektuell virksomhet versus et kjærlighetsliv, ikke kunne ha både gudsbilder (en god gudsrelasjon) og en kvinne i sitt liv. Var det derfor han uten å nøle la gudsbildene fra seg?

#### 4.2.5.3 Slangen – gudsbildene

I gammel indisk symbolikk finner jeg koblinger mellom disse to symbolene. Der er slangen en halvt guddommelig, god og lykkebringende demonskikkelse som vokter jordas skatter.<sup>33</sup> Slangen er altså både en god beskytter og en farlig demon. Dobbeltheten kommer tydelig frem i avbildingen av to slanger som snor seg sammen i en forening, av og til en seksuell forening. I India kalles disse Naga-slanger. En dobbelthet som blir gjenforent er et sterkt symbol som kan forstås psykologisk som en splittelse som blir helet.

---

<sup>33</sup> De er ofte avbildet i form av slanger med menneskehoder som voktere over tempelporter (Biedermann 1989).

I følge Jung er slangen et av flere dyr som symboliserer overgang og som forbinder virksomhet under vann og flukt i luft med livet på jorden. Likeledes finnes bildet på slangen som 'slynger seg rundt gudens stav og synes å være et bindeledd mellom jord og himmel' (Jung 1964 s 154). Dette forbinder Jung med overgangs- og helingsprosesser. Vi mennesker er ikke hele uten å ha både kontakt med vår kropp, jorden og den aktuelle virkelighet samtidig som vi har kontakt med det åndelige aspektet i livet. Dette er i tråd med religionspsykologisk så vel som psykodramatisk teori.

For et menneske som lever med en form for splittelse eller enten-eller situasjon, vil slangen som et symbol knyttet til det guddommelige symbolisere en transformasjonsprosess hvor tilsynelatende uforenelige sider ved livet eller i psyken kan forenes. Dette var nettopp tilfellet for Hermann. Han beveget seg gjennom vignetten fra et enten-eller til et både-og, og en viktig endring hadde funnet sted. En endring som kan sees som en forening og en del av en transformasjonsprosess.

#### 4.2.5.4 Alle tre

Gudsbildene, kvinnen og slangen er, som vist ovenfor, tett knyttet til hverandre som symboler. Sett og fortolket i sammenheng, kommer vi til en dypere forståelse av deres betydninger. Men jeg vil igjen understreke at det er symbolbæreren selv som har det siste ordet i fortolkningen. Symbolene ligger ofte gjemt i underbevisstheten og inneholder dyp psykologisk informasjon. Når de gjennom drømmer eller på andre måter kommer frem til bevisstheten, er det verdifullt å arbeide med.

Ved bruk av psykodrama og iscenesettelse blir tydeliggjøringen av det tidligere bortgjemte også noe en kan bevege seg i og prøve seg frem i gjennom ulike handlingsalternativer. Dette var en kort vignett innenfor en helgeramme. Det er ikke mye tid. Vignetten viste seg likevel å inneholde nok til at dette ble religionspsykologisk interessant. Ting blir tydeliggjort når man tar det frem på scenen. Når man studerer dette nøye i etterkant, ser man hvor mye som ligger i en tilsynelatende liten enkel vignett.

### 4.3 Tilknøyningsteoretisk analyse og gudsrepresentasjoner

Psykologisk sett er det interessant hva kvelningen og slukingen innebærer for Hermann. Jeg undrer meg også over hvorfor det var akkurat gudsbildene som var kvalt og slukt.

Protagonistens beskrivelser av forholdet til moren og faren gir en liten pekepinn i retning av en noe utrygg tilknytning. Dette understøttes av at han vanskelig kunne se for seg et liv med både faglig ytelse og en nær relasjon.

#### 4.3.1 Moren

Hvis man tenker seg at forholdet til moren var symbiotisk preget og at hun ikke ga slipp/møtte ham igjen i hans separasjons - individuasjonsprosess på en god måte. I så fall ville koblingen til å inngå en nær relasjon til en ny kvinne være forbundet med frykt for igjen å bli oppslukt. Et holdepunkt jeg har for en slik hypotese er at Hermann utenom vignetten, i gruppeprosessen for øvrig, fortalte om et 'svært tett og nært forhold til moren, men at de ikke hadde så mye kontakt' (jf eksempelet om David i Davidsen-Nielsen s 49). Dersom forholdet til moren var for tett, måtte han kanskje holde avstand til henne. Dersom det var dette som kom til overflaten gjennom drømmen og i form av gudsbilder, kunne det være at hans morsrepresentasjon var preget av manglende sunn adskilthet. Dette ville i så fall også farge gudsrepresentasjonen og gjøre den skremmende i forhold til separasjon og gjøre ham redd for å bli forlatt i den forstand at han står i fare for å miste seg selv (se kap.2.4.2). Kanskje var gudsbildene derfor på samme tid symbol på både noe 'hellig' som han lengtet etter og noe han måtte holde avstand til for ikke å bli oppslukt. Kanskje hadde det at han resolutt la fra seg gudsbildene/posen med telys i ytterkanten av scenen, en sammenheng med at han måtte holde moren på avstand. I så fall kunne det hende at han ville trenge å bearbeide forholdet til moren for å være psykologisk i stand til å åpne for en gudsrelasjon.

#### 4.3.2 Faren

Faren på sin side stilte krav til prestasjoner. Hermann fikk verdi gjennom å være dyktig, noe han også var. Han oppfylte kravene, og holdt livet tilsynelatende i balanse gjennom det. Men bare tilsynelatende, siden kjærlighetsforholdet han lengtet etter nærmest var blitt til en umulighet. Dette kunne ha sin bakgrunn i at han i sin barndom ikke hadde hatt mulighet til å utvikle fleksible tilknytnings- og adskillelsesmonstre (Davidsen-Nielsen s 52). En streng far

kan også bidra til en gudsrepresentasjon med elementer av frykt og avmakt, en tanke som kom med Freud og som er blitt nyansert og videreutviklet i ettertiden. Den handlingslammelsen protagonisten viste tidlig i vignetten, kan således ha sammenheng med en far som stiller høye krav. Mangel på initiativ/lammelse og skam er en naturlig respons på for store krav stilt i en fase av barndommen (Erikson 1959). På denne måten kunne det kravstore ved farsrelasjonen ha preget formingen av protagonistens indre representasjoner: fra farsrepresentasjonen til gudsrepresentasjonen.

#### 4.3.3 Religionspsykologiske spørsmål

Vignetten jeg her har presentert, knytter an til flere sentrale religionspsykologiske spørsmål og antyder samtidig en retning i forhold til noen uløste spørsmål i religionspsykologien. Blant annet med tanke på hvilken forbindelse det er mellom helt eller delvis skjulte gudsrepresentasjoner og individets psykologiske velbefinnende, og hvordan man på en hensiktsmessig måte kan få tak i den dype koblingen mellom religion og psykologi. Det at psykodrama kan få frem så mye informasjon som har vært gjemt og lite tilgjengelig for protagonisten, viser at denne fremgangsmåten vil kunne belyse og berike religionspsykologien på nye måter.

#### 4.3.4 Ny handling til en gammel situasjon

Det faktum at protagonisten endret væremåte i handling overfor slangen var et viktig nytt element i det som skjedde. Symbolanalysen ovenfor viser at han gjennomgikk en endringsprosess i vignettens forløp. Gjennom speilingen ser han sin scene i surplus reality utenfra og med litt avstand slik at rommets muligheter tas i bruk. Dette har en tydelig effekt på ham, og han endrer adferd etter å ha mottatt rådet fra seg selv når han er tilbake på scenen. Han handler videre bestemt og i tråd med rådet om 'ikke å akseptere dette'. Han tar tilbake gudsbildene som rettmessig er hans slik at han selv har dem i besittelse etter rådet fra speilingen: 'Det er tross alt dine gudsbilder! Du bør få bestemme selv hva du skal gjøre med dem!' Deretter foretar han et valg på et tilsynelatende fritt grunnlag om hva han skal gjøre med dem og gjennomfører dette valget i handling på scenen.

Symbolene og symbolhandlingene virket inn på Hermann og skapte en forskjell i hans adferdsmønster fra tidlig (ufritt, retningsløst og handlingslammet) til senere i vignetten (fritt,



målrettet og handlekraftig). Jeg vil fortolke dette dit hen at vignetten for ham kan ha hatt en terapeutisk effekt både på et bevisst og ubevisst plan. Han foretok en ubevisst 'regresjon i jeg'ets tjeneste' (Kris 1952) via symbolene. Og han handlet nytt i en gammel situasjon gjennom å være i drømmen på scenen og aktivt velge en fortsette av hendelsesforløpet i surplus reality/transitional space. Dette sto i stor kontrast til starten av vignetten da han passivt betraktet handlingen i drømmen slik han husket den. Slik handlet han nytt på en måte som ble mer formålstjenelig for hans psykologiske utvikling.

#### 4.3.5 Tilleggseffekt ved psykodrama

Det å inngå i en gruppe bestående av individer med ulike og kanskje motstridende trosoppfatninger kan by på utfordringer. Fordi man i psykodrama deltar aktivt i de andre gruppe-medlemmenes iscenesettelse av sitt tema, er det en nødvendig øvelse å klare å legge sitt eget til side for en stund. For å være et godt hjelpe-ego for andre og kunne gjøre ekte rollebytter, er det nødvendig med et fullstendig perspektivskifte (se kap.2.3.3.3). En deltaker uttalte etter en helgegruppe at hun opplevde det som en bonus til egen prosess å få utvidet sin toleranse og 'tøyet sin elastisitet' ved aktivt å forholde seg til andres tro. Det ga henne nye perspektiver inn i hennes egen tro og hennes gudsrelasjon.

EW: skjer spontant gj erfaringen i gruppen – ikke et løfte gitt på forhånd, enforpliktelse eller forutsetning for å delta☺

I stedet for at folk må mentalt innstille seg på og være villig til å skifte oppfatning, skjer det spontant gjennom opplevelsen de får. Som de går inn i for å bidra til noen annens utforsking - som er veldig lett å si ja til.

## 4.4 Etikk og håp

### 4.4.1 Anvendelse av etisk refleksjon

Jeg finner det relevant å bringe inn noen etiske refleksjoner. Alle som beskjeftiger seg med religionspsykologi inntar en holdning til sitt arbeid og sitt møte med medmennesker, forskeren så vel som sjelesørgeren og terapeuten. Et sentralt anliggende er om man burde forplikte seg til å innta en prinsipiell agnostisk holdning i religionspsykologisk sammenheng.

Svaret på dette er ikke gitt. Likevel er det svært viktig å opprettholde en løpende refleksjon over sin egen holdning, sitt eget trossted og effekten av det. I møte med ulike klienter må terapeuten holde de etiske aspekter klart i sin bevissthet. Og etisk holdning må føre til etisk handling for å være gyldig (Asheim 1997).

Som jeg har vist er psykodrama er en kraftfull terapeutisk metode og de religiøse og eksistensielle temaene er potensielt svært sårbare temaer. Derfor tenker jeg at denne kombinasjonen stiller ekstra store etiske krav til utøveren.

Etikk handler blant annet om grenser og om taushetsplikt. Men etikk kan også handle om motivasjonen for å være en hjelper. Jeg mener det er nødvendig å være ærlig med seg selv om dette. Det faktum at man har valgt et yrke hvor man kan hjelpe andre, kan bunne i egne behov. En kan føle seg sterk i hjelperollen. Jeg kan, som hjelpe-’leverandør’, oppleve meg spesielt oppegående i kontrast til den hjelpesøkende og ’trengende’. Egne behov skal ikke søkes dekket av hjelperen i en hjelpesituasjon. Dette er viktig å innlemme i sin egenrefleksjon og veiledning, slik at man kan håndtere det på en god måte slik at forholdet forblir likeverdig selv om rollene er ulike. Den som er i hjelperollen innehar en makt over den andre gjennom den tillit som vises ved at hjelpe-mottakeren viser frem sitt liv. Denne makten er det nødvendig å vite at man har, for å kunne forvalte den på en etisk god måte.

Jeg kan være barmhjertig med et oppriktig godt ønske om at andre mennesker skal få det bedre, men jeg er sannsynligvis ikke bare det. Jeg som hjelper er også et menneske med gode og dårlige sider. Med bevissthet om dette og god og oppdatert kjennskap til mitt eget indre liv vil jeg kunne utføre god og stabil hjelp.

Jesus er et forbilde for en god hjelper. Hjelpen må starte der behovet er, og behovet er det den som trenger hjelp som kjenner. Han spør direkte og enkelt den det gjelder: ’Hva vil du jeg skal gjøre for deg’ (Bibelen, Mark.10:46ff).

Ifølge religionsfilosofen og teologen Knud Eilert Løgstrup, vil en etisk fordring overfor våre medmennesker dukke opp av seg selv når vi i tillit er i kontakt med våre spontane livsytringer. ’Den enkelte har aldrig med et annet menneske at gjøre uden at han holder noget af dets liv i sin hånd. Det kan være meget lidt, en forbigående stemning, en oplagthed, man får til at visne, eller som man vækker, en lede man uddyber eller hæver. Men det kan

også være forførende meget, så det simpelthen står til den enkelte, om den annens liv lykkes eller ej'. (Løgstrup 1956, 10.oplag 1983 s 25). Men på grunn av de kretsende livsytringer (jf Løgstrup)<sup>34</sup> mister vi tilgangen til denne naturlige barmhjertigheten som ligger i den etiske fordringen. Det er derfor vi trenger en etikk. Vi mennesker er ikke bedre enn at vi trenger kjøreregler i omgang med hverandre.

#### 4.4.2 Håpet

Tilfriskning gjennom et terapeutisk forløp, sikter seg inn mot å hele. Med andre ord sette sammen igjen det som er gått i stykker og som en trenger finne tilbake til. Ser vi på de spontane livsytringene til Løgstrup, finner vi både barmhjertighet, tillit, det umiddelbare uttrykket og håp. Dette er fire av de barnlige dimensjonene de fleste av oss må arbeide for å opprettholde og de henger sammen med tilgangen til spontanitet. Når den barnlige siden av oss som mennesker er overdekket av elementer av instrumentell verdi, som vi ofte forbinder med 'voksenhet, effektivitet og ansvar', kan den emosjonelle belastningen bli stor. Håpet kan forsvinne ut av synsfeltet, og vi mister retning, mening og sammenheng.

Åpning for håp er derfor spesielt viktig i en terapeutisk prosess. Ikke at det smertefulle og vanskelige skal dekkes over av påtatt optimisme påført av terapeuten. Det ville vært å overskride klientens grenser. Men i takt og god dialog med klienten, vil det være essensielt å finne frem til en strime av håp uansett hvilket mørke vedkommende befinner seg i. I det minste på et kognitivt plan, og kanskje i en form som hjelper klienten til å ta det med seg i sitt liv utenom terapirommet. Noe symbolsk, en kroppslig rituell bevegelse som forankrer håpet et sted i kroppen. For å kunne slippe oss ned i 'sjelens mørke natt' (Johannes av korset), må vi et sted inni oss vite om det som er der utenfor. At det en dag i fremtiden vil bli bedre. At det finnes et lysere sted. Bekreftelsen på det nødvendige håpet kan også komme gjennom at terapeuten representerer menneskelig varme og lydhørhet. For at et menneske skal kunne våge seg ut i det ukjente, våge å gi slipp for det gamle for å gi plass for det ukjente nye som endringsprosesser innebærer, mener jeg det er nødvendig at håpsdimensjonen er med. I de fleste terapeutiske prosesser møtes man med klientene, for

---

<sup>34</sup> eller for Løgstrup: de 'kretsende livsytringer' (hat, misunnelse, sjalusi og hevngjerrighet) som blokkerer for de 'spontane livsytringer' (tillit, barmhjertighet, talens åpenhet og, nettopp; håp) (Løgstrup 1956).

så å ha et avbrekk. Også i en liten psykodramahelg er det opphold i sesjonene, siden prosessen strekker seg over tre dager.

Det inngår som en del av en personlig vekst å tåle og å holde ut mer av den smerten som er der, som en ikke kan ta bort. Det er noe som er vondt som en må lære å leve med, lære å takle, lære å romme eller 'containe'. Ja, det er vesentlig for å vokse som menneske. Det er essensielt for å bli voksen å lære seg å bære sin bagasje, noe vi ønsker å styrke den enkeltes evne til å gjøre<sup>35</sup>. Men jeg tenker likevel at det er etiske anliggender verken å slippe noen ut av terapirommet med falske forhåpninger eller i fullstendig håpløshet. Terapien kan og skal ikke være en hurtigkur i å tåle det vanskelige livet. Slippes et menneske ut i sin aktuelle virkelighet uten et snev av synliggjort livshåp, gjør vi ikke en forsvarlig jobb som terapeuter.

## 5. Konklusjon

Jeg håper denne studien kan bidra til å vise at de religiøse temaene kan være tilsynelatende små og uviktige i individets liv, men at de likevel kan ha stor innvirkning på det psykologiske planet og dermed på livskvaliteten. Ved åpent å innlemme religiøsitet i terapirommet, vil individer kunne få arbeidet seg fri fra det dysfunksjonelle og styrke det funksjonelle ved sin gudsrepresentasjon. De dysfunksjonelle sidene ved en gudsrepresentasjon kan påvirke livskvalitet negativt fordi alle indre representasjoner er nært forbundet med hverandre. Derfor er det relevant både for troende og ikke-troende å få anledning til å bli møtt på religiøse anliggender som kan være problematiske. Det kan være i en sammenheng hvor man er invitert til nettopp det, og aktivt oppsøker det. Men det kan også være at religiøse temaer dukker overraskende opp i annen terapi. Derfor er det viktig at både psykodramatikere og andre terapeuter setter seg i stand til å kunne være åpne for å gå inn i disse temaene sammen med sine klienter.

Hovedmålet i denne avhandlingen var å studere hvordan psykodrama kan brukes i utforskning av menneskers gudsrelasjoner. Psykodramavignetten og analysen av den, står som et eksempel og en modell for hvordan slikt utforskende arbeid kan foregå i praksis og på

---

<sup>35</sup> Empowerment = hjelp til å finne og ta i bruk egne ressurser og egen styrke

en terapeutisk tjenlig måte. Den teoretiske utforskningen besvares av hvordan religionspsykologi og psykodrama gjensidig kan yte hverandre faglige bidrag. Basert på hovedproblemstillingen formulerte jeg tre underproblemstillinger, som jeg vil knytte noen konkluderende kommentarer til.

Den første underproblemstillingen handlet om hvordan det psykodramatiske scenerommet gjenspeiler et indre psykologisk rom, og hvordan kan dette brukes for å skape bevissthet om religiøse og psykologiske temaer og sammenhenger i individets liv, med muligheter for positiv endring.

I denne avhandlingen har jeg vist hvordan man med psykodrama kan iscenesette og dermed tydeliggjøre religiøse og psykologiske temaer. I arbeidet med individets gudsrelasjon kan man dermed avdekke og oppnå innsikt, og ikke minst handle og forholde seg aktivt til disse viktige sidene av livet. Psykodrama er en metode hvor det lar seg gjøre å komme i kontakt med ubevisst materiale og iscenesette for eksempel drømmer og symboler. Jeg har i analysen vist til paralleller mellom objektrelasjonsteoriens transitional space og psykodramaets surplus reality. Den indre- og ytre psykologiske virkelighet fra transitional space kan iscenesettes og handles i på den fysiske ytre- og indre psykodramatiske scenen i surplus reality. Dette muliggjør positive endringer gjennom spontant og kreativt arbeid med alle temaer som måtte dukke opp. Jeg har vist et eksempel på hvordan man kan bruke denne unike formen for arbeid med de dype temaene på en fysisk og tydeliggjort måte, for å skape bevissthet om den nære forbindelsen, broen, mellom psykologiske og religiøse temaer i individets liv.

Med en religionspsykologisk tilnærming vil både det praktiske psykodrama-arbeidet og analysen få en større dybde. I vignetten som var gjenstand for den detaljerte analysen fokuserte jeg på symboler som fremkom gjennom en drøm. Jeg kom frem til at symbolene gudsbilder, slange og kvinne både hver for seg og i sammenheng har flere mulige fortolkningsalternativer. Den aktuelle vignetten fant sted i en helgegruppe, og det var således ingen anledning til felles refleksjon og analyse i etterkant. Dersom det hadde vært det, ville det tatt utgangspunkt i at protagonisten selv besitter den endelige sannheten i fortolkningsspørsmålene innenfor hans eget psykodrama. De ulike religionspsykologiske teoriene jeg har anvendt i analysen gir muligheter for å hente mer ut av materialet enn man

ellers kunne, men en endelig konklusjon på symbolenes betydning kan jeg ikke gjøre uten protagonistens deltakelse.

Psykodrama er et sterkt virkemiddel som har muligheter for å tydeliggjøre det utydelige. Når psykodrama så effektivt kan åpne opp, ligger det også en fare for at man åpner for mye slik at protagonisten opplever seg synliggjort uten å være klar for det. Risikoen reduseres ved at protagonisten selv er den som bestemmer tempo og dybde i eget arbeid. Likevel er det psykodramalederens ansvar å passe på at protagonisten ikke overskrider egne grenser, og bevisstheten om at man har et sterkt verktøy er og må være stor blant psykodramatikere. Blant annet er det strenge krav til egenerapi, veiledning og etisk refleksjon.

Jeg har vist at psykodrama er et svært fleksibelt verktøy, som kan brukes til å lukke og til å beskytte protagonisten i like stor grad som til å åpne og å eksponere ham. Ved enkle midler kan også det å skjule seg synliggjøres. Dermed oppnår man en aksept for at man trenger nettopp å skjule seg, samtidig som man, ved gruppens tilstedeværelse, vet at det er noen der ute som vil en vel. Gruppens støtte har fremkommet som utelukkende positivt i denne studien.

Underproblemstilling nummer to gikk på spørsmålet om hvordan en religionspsykologisk analyse av psykodramatisk arbeid med religiøse temaer kan fungere som bidrag og korrektiv til psykodrama-metoden.

I vignetten som ble analysert, tolket jeg det for eksempel dit hen at det kom frem at protagonisten hadde en indre gudsrepresentasjon han selv ikke var klar over. Det ble ikke reflektert videre over dette, men jeg vil anta at han oppnådde en økt grad av frihet og et større eierskap til sin egen tro/ikke-tro. Dette skjedde ved at han selv i dramaet kjempet for at de aktuelle gudsbildene i vignetten ble frigjort fra en låst posisjon og dermed plassert i en, for ham selv, tilgjengelig posisjon.

En ubevisst indre gudsrepresentasjon er et kjent religionspsykologisk tema, som kan bidra inn i psykodrama i form av en bevissthet hos psykodramalederen om hva tematikken kan handle om. Objektrelasjonsteorien sett i et religionspsykologisk lys gjør at man kan forstå hva det er som skjer på psykodramascenen både med henblikk på teorien om transitional space og med henblikk på forholdet mellom gudsrepresentasjoner og andre indre

representasjoner. Psykodrama belyst ved religionspsykologisk teori, kan tydeliggjøre hva som skjer i psykodrama og hvilken funksjon religionen har i individets liv. Det siste var ikke mulig å få klarhet i innenfor rammen av vignetten i avhandlingen fordi protagonisten kun deltok på en helgegruppe. Den eventuelle videre effekt av vignetten og funksjonen konkret for ham er dermed ukjent. Her kommer tidsaspektet inn som en begrensende faktor i anvendelsen av psykodrama, og som et korrektiv og utfordring til å la psykodramagrupper få arbeide over et lengre tidsrom.

I den tredje underproblemstillingen var fokus på hvordan resultatet av en religionspsykologisk analyse av et psykodrama-arbeid kan være med på å belyse religionspsykologien. Med den psykodramatiske iscenesettelsen kan ubevisst psykologisk og religiøst materiale tydeliggjøres på en unik måte og på sin side gi interessante data for en religionspsykologisk analyse. Psykodrama sørger for at det skjer noe for individet med det aktuelle temaet i surplus reality, slik kan man enklere få tilgang til ellers vanskelig tilgjengelige livstemaer. Analyse av dramaer der det religiøse er et aspekt, vil kunne bidra med data inn til religionspsykologisk teoriutvikling. Spesielt interessant vil det være med flere analyser av flere ulike psykodramaer med religionspsykologisk blikk kan gi tilbake nyttig psykologisk informasjon til religionspsykologien.

Det religiøst relaterte som psykodrama som praksis og studieobjekt har fått frem av de dypere nivåene i menneskers liv, kunne berike religionspsykologien med sitt innhold og tydeliggjøring av psykologiske sammenhenger. Selv om protagonisten i vignetten var ikke-troende, viste det seg at det likevel psykologisk sett fantes gudsforestillinger i ham. Det synes jeg var ett av de interessante momentene som kom frem i et religionspsykologisk perspektiv i analysen.

Presentasjonen og analysen i avhandlingen viser flere eksempler på potensialet for positive og utfyllende bidrag i begge retninger mellom religionspsykologi og psykodrama.

Religionspsykologien utdyper forståelsen av psykodramatisk praksis mens psykodrama tilfører materiale for religionspsykologisk analyse og teoriutvikling.

Slik kan psykodrama og religionspsykologi være til gjensidig nytte og utfylle hverandre. Flere analyser av flere ulike psykodramaer med religionspsykologisk blikk kan gi tilbake nyttig psykologisk informasjon til religionspsykologien.

I utblikket kommer jeg inn på noen ansatser for å anvende dette samspillet i praksis.

## 6. Utblikk

Etter arbeidet med avhandlingen sitter jeg igjen med tre konkrete ansatser som jeg tenker det ville være både hensiktsmessig og spennende å se nærmere på og/eller sette ut i handling:

- **Skam**

Ett tema jeg finner spesielt interessant og relevant er skam. Det kunne vært spennende å se nærmere på forholdet mellom den giftige skammen og smertefulle eksistensielle livstemaer som kanskje er knyttet til religion. Jeg har en forestilling om at skam er svært sentralt i forhold til de sentrale eksistensielle livstemaene. Likeledes erfarer jeg at temaet er aktuelt for mange mennesker i sammenheng med deres tro. Psykodrama er hensiktsmessig i møte med skam nettopp fordi temaet er så sårbart at det er vanskelig å få tak i. Som jeg har vist i denne avhandlingen, egner psykodrama seg godt til både å avdekke temaer fra det ubevisste nivået i oss og å gå varsomt frem i den enkeltes eget tempo ved å bruke hjelpemidler til å vise og skjule på samme tid. Psykodrama kan gi rom for å kunne iscenesette og arbeide med de skjulte temaene på en tydelig og konkret måte. Her kan det gjøres mye og behovet er stort!

- **Tilknytningsteori og psykodrama – et forskningsprosjekt?**

En annen inspirasjon jeg har fått ut av arbeidet med avhandlingen er at det kunne være interessant å utforske anvendelse av psykodrama med grupper som gikk over tid med et tilknytningsteoretisk perspektiv spesielt med fokus på gudsrelasjonen. Jeg tenker at det er gode grunner til å koble psykodrama og tilknytningsteori, fordi de begge bygger på det relasjonelle aspektet ved det å være menneske. Dessuten gir tilknytningsteorien et språk til forhold omkring trygghet/utrygghet og relasjonell adferd basert på dette. En gruppe som går over lengre tid vil tillate at terapeuten blir kjent med individenes oppvekst og psykologiske utviklingshistorie, og dermed at individenes tilknytningsstiler vil bli kjent. Dette er nødvendig for å kunne anvende tilknytningsteorien fullt ut og trekke inn gudsforholdet i termer hvor Gud sees som en



tilknytningslik person. Likeledes er det først mulig å få kunnskap om hvordan religiøsiteten fungerer i den enkeltes liv når terapien går over tid. Da kan man studere hvorvidt det skjer noe som medfører endring i gudsrelasjonen over tid som resultat av den terapeutiske prosessen og om dette har innvirkning på individets mellommenneskelige relasjoner og den generelle psykologiske balansen.

- **En invitasjon fra kirken til psykodramagrupper i møte med den åndelige lengselen**

Sist, men ikke minst, tenker jeg at det er behov for et åpent tilbud til mennesker som har behov for å sortere, bearbeide og arbeide med sine religiøse temaer. Avhandlingen har vist at kirken som arena kan ha relevans for utkommet av terapien når religiøse/eksistensielle problemstillinger er aktuelt. Derfor kan det være hensiktsmessig å åpne kirken for en slik praksis. En åpenhet i kirkelig kontekst for å innlemme psykologiske temaer vil kunne gi mye tilbake. Psykodramagrupper i kirken er en måte å møte den åndelige lengselen i vår tid som kom frem i betenkningen fra 1999, og som trolig ikke har avtatt. Jeg viser med mitt eksempel i denne avhandlingen at en ikke-troende kan ha behov for bearbeiding av sine indre gudsrepresentasjoner for å skape bedre psykisk balanse i sitt liv. Det samme vil gjelde mange troende. For mange er også sammenhenger mellom psykologi og religion ukjent og gjemt i underbevisstheden, og det dysfunksjonelle ved gudsrepresentasjonen vil slå ut i nedsatt livskvalitet. Når psykodrama viser seg å være et unikt og nyttig redskap i møte med ubevisste temaer gjennom dette eksempelet og den argumentasjonen jeg har frembragt her, vil opprettelse av longitudinelle grupper i kirkelig regi trolig både være fruktbart og i tråd med kirkens intensjon i diakoniplanen om å møte medmennesker. Ved å tilby en alternativ arena for utforsking av egen religiøs søken, vil man kanskje nå ut til flere enn de som oppsøker kirken for sjelesorg eller gudstjenesteliv. Psykodrama er fokusert på individets egen verden, egen utforsking og egen innsiktsbaserte endringsprosesser. Dermed blir det lett å oppfatte invitasjonen som 'ren' og uten føringer. Dette tror jeg kan gjøre en slik invitasjon til et lavterskeltilbud for mennesker som ellers kanskje ikke ville oppsøkt kirken.

## Litteraturliste

### Hovedlitteratur:

Førsteutgivelse angis i parentes til slutt i referanseangivelsen.

Asheim, Ivar, *Hva betyr holdninger? Studier i dydsetikk*. Tano Aschehoug, Oslo 1997

Bergstrand, Göran, *En illusjon och dess utveckling – om synen på religion i psykoanalytisk teori*. Stockholm 2004

Bibelselskapet, *Bibelen, Det gamle og Det nye testamentet*, Bibelselskapet 2011

Biedermann, Hans, *Symbolleksikon*. J. W. Cappelens Forlag, Oslo 1992 (1989)

Borge, Lillian, *Møte med psykodrama. Filosofi, teori og terapi*. Oslo 2011

Danbolt, Lars Johan, Stifoss-Hanssen, Hans, *Gråte min sang. Minnegudstjenester etter store ulykker og katastrofer*. Høyskoleforlaget, Kristiansand 2007

Daidsen-Nielsen, Marianne, *Blandt løver. Om alvorlig sykdom, livsmød og dødsbevissthet*. København 2010 ((1999))

Dokka, Trond Skard, *Som i begynnelsen - Innføring i kristen tro og tanke*. Gyldendal Akademisk 2000

Douglas, Mary, *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo* 1966

Erikson, Erik H., *Barndommen og samfunnet*. Oslo 1968 (1950)

Erikson, Erik H., *Identity and the Life Cycle*. New York 1959

Follesø, Gry Stålsett, *Hvordan tro kan helbrede eller ødelegge. Religionspsykologens blikk på tro*. Artikkel i essaysamlingen, *TRO* (red. Jan-Olav Henriksen). Kom forlag AS 2006

Fox, Jonathan, *The Essential Moreno*. New York 1987

Freud, Sigmund, *The Future of an Illusion*, Martino Publishing, USA 2010 (1928)

Gadamer, Hans-Georg, *Forståelsens historisitet som det hermeneutiske princip*. Gulddal Jesper og Møller Martin, *En antologi om forståelse*. Gyldendal, København 1999

Geels, Antoon og Wikström, Owe, *Den religiösa människan*. Natur och Kultur, Falkenberg 2001 (1999)

Granqvist, Pehr, *Anknytning, religiösitet och andlighet*. Broberg, A., Mothand, P. R., Granqvist, P. og Ivarsson, T., *Anknytning i praktiken. Tillämpningar av anknytningsteorin*. Natur och Kultur, Stockholm 2009

Hognestad, Astrid, *Når dører åpner seg. Drømmer, religiøse erfaringer og andre grenseerfaringer*. Genesis forlag 2004

Holmes, Paul, *The inner world outside: object relation theory and psychodrama*. Tavistock/Routledge, London 1992

- Husevåg, Margit, *Åndelig lengsel og sjeelig fengsel*. Lederoppgave ved Norsk Psykodrama Institutt 2007
- Kellermann, Peter F., *Focus on Psychodrama. The therapeutic Aspects of Psychodrama*. Wiltshire 1996 (1992)
- Kirkerådet, *Betenkning til Kirkemøtet, Den norske Kirke: Kirken i møte med den åndelige lengsel i vår tid*. Red.Tore Laugerud 1999
- Kris, Ernst, *Psychoanalytic Explorations in Art*. Int. Univ. Press Madison - Connecticut 1952
- Løgstrup, Knud Ejlert, *Den etiske fordring*. Gyldendal, København 1983 (1956)
- Moreno, Jacob Levi, *Psychodrama and Group Psychotherapy*. Volume I, Beacon House Inc. New York 1972 (1946)
- Moreno, Jacob Levi, *The Theatre of Spontaneity*. Pennsylvania 1983 (1947)
- Moreno, Jacob Levi, *Who shall survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama*. Virginia 1993 (1953)
- Moreno, Zerka, Blomquist, Leif Dag og Rützel, Thomas, *Psychodrama, Surplus Reality and the Art of Healing*, Routledge 2006 (2000)
- Pattison, Stephen, *Theory, Therapy, Theology*. Cambridge, UK 2000
- Reme, Silje Endresen, Berggraf, Lene, Anderssen, Norman og Johnsen, Tom Backer, *Er religion neglisjert i psykologutdanningen?* Fagartikkel i Tidsskrift for norsk psykologforening, vol 46, 2009
- Rizzuto, Ana-Maria, *The Birth of the Living God. A psychoanalytic study*. The University of Chicago Press, Chicago 1981 (1979)
- Rizzuto, Ana-Maria, *Psychoanalytic treatment and the religious person*. Shafranske, Edward P. (red), American Psychological Association, Washington DC 2005 (1996)
- Schjelderup, Harald og Schjelderup, Kristian, *Psykologi og Religion. En studie over tre religiøse opplevelsestyper*. Cappelen, Oslo 1972 (1932)
- Schults, F.Leron og Sandage, Steven J., *Transforming Spirituality. Integrating Theology and Psychology*. Baker Academic, USA 2006
- Turner, Victor W., *The Ritual Process: Structure and Anti-Structure*.
- Jung, Carl G., *Psychology & Religion*. Yale University Press, New York 1966 (1938)
- Jung, Carl G., *Mennesket og dets symboler (Man and His Symbols)*. København 1991 (1964)
- Wetlesen, Jon, *Samtale med tekster i lys av Gadammers hermeneutikk*. I Norsk filosofisk tidsskrift 18. 1983
- Wennerberg, Tor, *Vi er våre relasjoner. Om tilknytning, traumer og dissosiasjon*. Arneberg 2011

Winnicott, Donald W., *Lek och verklighet*. Natur och Kultur, Stockholm 1981 (1971)

Wullf, David M., *Psychology of Religion. Classic & Contemporary*. John Wiley & Sons, USA 1997S

### **Tillegglitteratur:**

Askeravisen nr 6, 2003, *Kristin Gunleiksrud intervju med Margit Husevåg*

Asker og Bærum Budstikke, 6. september 2003

Blatner, Adam, *Acting-In. Practical Applications of psychodramatic methods*. Routledge, New York 1996

Bowlby, John, *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. Routledge London og New York 2005 (1979)

Bowlby, John, *En sikker base. Tilknytningsteoriens kliniske anvendelser*. København 2006 (1988)

Broberg A., Mothander P.R., Granqvist P. og Ivarsson T., *Anknytningsteori. Betydelsen av nära känslomässiga relationer*. Natur och Kultur Stockholm? 2006

Buber, Martin, *Jeg og du (Ich und Du)* Oslo 2002 (1923)

De Mott, Melinda Ashley Meyer, *Raparation and testimony: expressive arts therapy: a phenomenological study of Bosnian refugees with focus on returning home*. PhD thesis Norwegian Centre for Violence and Traumatic Stress, Oslo 2007

Engedal, Leif Gunnar, *Gudsrelasjon, primærrelasjoner og den intrapsykiske scene: Psykoanalytiske tolkninger av religiøs erfaring*. Unipub 2003. Deler av avhandlingen *Ecce Homo*, Vikersund 1996

Ericson, Bente, *Tilgivelsens prosess og nådens paradoks*. (Skriftserien Koinonia nr.4/2003, Institutt for sjelesorg - Modum Bad)

Flo Ingeborg, Brekke, *Nærværets dimensjon i sykepleie belyst ut ifra psykodrama*. Hovedoppgave i sykepleievitenskap, Tromsø 1995

Fonagy, Peter, *Tilknytningsteori og psykoanalyse*. Oversatt fra engelsk. København 2006 (2001)

Fowler, James W., *Faithful Change. The Personal and Public Challenges of Postmodern Life*. Abingdon Press, Nashville 1996

Fowler, James W., *Pluralism and Oneness in Religious Experience: William James, Faith-Development Theory, and Clinical Practice*. Shafranske, Edward P. (red), American Psychological Assosiation, Washington DC 2005 (1996)

Freud, Sigmund, *Drømmetydning, bind 1-2*. Cappelen Fakta, Oslo 1985 (1942)

Gadamer, Hans-Georg, *Sannhet og metode. Grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk*. Pax forlag, Oslo 2010 (1960)

- Henriksen, Jan-Olav, *Imago Dei: den teologiske konstruksjonen av menneskets identitet*. Gyldendal Akademisk Oslo 2003
- Holmes, Paul, Karp, Marcia, Watson M. (red), *Psychodrama since Moreno: Innovations in Theory and Practice*. Routledge London 1994
- Husevåg, Margit, *Den guddommelige spontanitet*. Oppgave grunnutdanning ved Norsk Psykodrama Institutt 2002
- Husevåg, Margit, *Anvendt etikk i arbeid med mennesker*. Del I og II. Undervisningshefter, Oslo 2009
- Husevåg, Margit, *Etisk refleksjon og handling i arbeid med mennesker*. Artikkel i *Protagonisten* nr 1, 2012
- Husevåg, Margit, *Likeverd i hjelperelasjoner*. Hamar Arbeiderblad, 19. april 2012
- James, William, *The Varieties of Religious Experience*. Routledge New York 2008 (1902)
- Jung, Carl G., *Forvandlingens symboler 1*. Rhodos forlag, København 1975 (1924)
- Jung, Carl G., *Minner, drømmer, tanker (Erinnerungen, Traume, Gedanken von C.G.Jung)* Gyldendal, Oslo 1990 (1961)
- Kaldestad, Eystein, *Gjennom det menneskelige til det guddommelige. Religionspsykologiske perspektiver*. Oslo 1997
- Kellermann, Peter F. and Hudgins, M.K. (ed), *Psychodrama with Trauma Survivors. Acting Out Your Pain*. Jessica Kingsley Publishers, London 2000
- Kirkerådet, *Plan for Diakoni i Den norske kirke*, 2008
- Kristoffersen, Børge, *Fokus på sosiatri. Jacob Levi Morenos bidrag fra et helhetlig perspektiv*. Hovedfagsavhandling ved institutt for drama, film og teater, Trondheim 1993
- Køhn, Rosemarie og Sønnerbo, Susanne, *Gode Gud? Gudsforgiftning og gudsbilder*. Pax forlag, Oslo 2003
- Leer-Salvesen, Paul, *Tilgivelse*. Oslo 2000 (1999)
- Leveton, Eva, *A Clinician's Guide to Psychodrama*. Springer Publishing Company, New York 2001
- Moreno, Jacob Levi, *Psychodrama Volume II, Foundations of Psychotherapy*. Beacon House Inc., New York 1975 (1959)
- Moser, Tilmann, *Gudsforgiftning (Gottesvergiftung)*. Oversatt fra tysk. Oslo 1979 (1976)
- Okkenhaug, Berit, *Når jeg skjuler mitt ansikt. Perspektiver på skam*. Oslo 2009
- Otto Rudolf, *The Idea of the Holy*. Oxford University Press, London 1959 (1923)
- Paloutzian, Raymond F., *Invitation to the Psychology of Religion*. Allyn & Bacon, Boston 1996

- Pargament, Kenneth I., *Of Means and Ends: Religion and the search for significance*. International Journal of the Psychology of Religion, 2, 201 -229. 1992
- Pargament, Kenneth I., *Religious Methods of Coping: Resources for the Conservation and Transformation of Significance*. Shafranske, Edward P. (red), American Psychological Assosiation, Washington DC 2005 (1996)
- Pitzele, Peter A., *Scripture Windows. Towards a Practice of Bibliodrama*. Torah Aura Productions, Los Angeles 1998
- Rasmussen, Bjørn og Kristoffersen, Børge, *Handling og forestilling – forestilling om handling. Jacob Levy Morenos teaterekspresjonisme og sosiatri*. Tapir akademisk forlag 2011
- Risvik, Grete og Husjord, Arne, *Baby Love. Sånn blir en synd og en skyld betalt*. Kolofon forlag, Oslo 2011
- Rogers, Carl R., *On becoming a Person*. New York 1995 (1961)
- Rygård Niels P., *Børn og Unge med Tilknytningsforstyrrelse 'Tidlig Frustrasjon'. Håndbok i det praktiske arbejde*. Svendborg 2006
- Røine Eva, *Psykodrama. Om å spille hovedrollen i sitt eget liv*. Artemis forlag 1992
- Røine Eva, *Tilfeldighetenes veiviser*. Fagspesialisten AS, Oslo 2011
- Schafranske Edward P., *Religion and the Clinical Practice of Psychology*. American Psychological Assosiation, London 2005 (1996)
- Schibbye, Anne-Lise Løvlie, *Relasjoner – et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi*. Oslo 2009 (2002)
- Silesius Angelus (Scheffler Johannes, hans opprinnelig navn), *Den kjerubinske vandringsmann*. Belgia 1675 (1657)
- Skårderud Finn, *Uro. En reise i det moderne selvet*. Oslo 1998
- Sløk Johannes, *Det absurde Teater og Jesus Forkyndelse*. København 1968
- Stålsett Gry, *Existential and religious issues in psychotherapy*. Ph.D. Oslo 2012
- Sørensen, Torgeir, *Livssyn og helse. Forskningsfronten 2008 i: Kjølsvik, I og Holmen, J (red), Helse – Frelse. Samfunnsmedisin og livssyn – et møte*. Høyskoleforlaget Kristiansand 2008
- Sundèn Hjalmar, *Religionen och rollerna. Ett psykologisk studium av fromheten*. Verbum, Stockholm 1971 (1959)
- Sverdrup Anne Marie, *Handlingsrom for sjelen. En studie om psykodrama som sjelesorg*. Masteroppgave, Diakonhjemmets Høgskole 2010
- Tefre Ellen Marie, *Opplevelse og mening i psykodrama, en antropologisk studie av ritualer og symbolbruk i gruppeterapi*. Hovedoppgave i sosialantropologi, Universitetet i Oslo 2000

Torbjørnsen, Tor, *'Gud hjelpe meg!': religiøs mestring hos pasienter med Hodgkins sykdom. En empirisk religionspsykologisk studie*. Phd. ved Det teologiske Menighetsfakultet 2011

Ullman Chana, *The transformed self: the psychology of religious conversion*. New York 1989

Wikström Owe, *Den outgrundliga människan*. Natur och Kultur, Falkenberg 1999 (1990)

Wulff, David M., *The Psychology of Religion: An Overview*. Shafranske, Edward P. (red), American Psychological Assosiation, Washington DC 2005 (1996)

Wyller Terje (red.), *Skam. Perspektiver på skam, ære og skamløshet i det moderne*. Bergen 2002 (2001)

Yalom Irvin D., *Eksistentiel psykoterapi*. Hans Reitzels Forlag, København 2004 (1980)

Yalom Irvin D., *Religion og psykiatri*. Arneberg 2007 (2002)