

Med Gud i terapi

Som terapeut skal man være yderst påpasselig med, hvad man gør, når patientens tro og gudebilleder drages frem. Det er nødvendigt at anerkende folks religiøse behov og inddrage det i terapien



AF CYRIL MALKA
psykoanalytiker

Kristeligt Dagblad bragte den 26. juni og den 30. juni to artikler om psykoterapi og tro og om behandling af sektofre. Selv om artiklerne giver svar på nogle spørgsmål, fremkalder de også nye.

F.eks. hvordan man som psykoterapeut kan undlade at pille ved folks tro? Kan det overhovedet lade sig gøre?

Først skal vi lige sætte en lille parentes omkring brugen af ordene. Jeg er uddannet psykoanalytiker. Uddannelsen fås stort set ikke herhjemme, men i Frankrig og/eller USA, hvorfor begreberne herindenfor kan føre til misforståelser for lægmænd.

Udtrykket psykoanalyse blev indført af Freud. Den består af tre dele, der indbyrdes afhænger af hinanden: Nogle teorier, en form for psykoterapi og en forskningsmetode.

Det vil sige, at en psykoanalytiker eller -terapeut kan benytte sig af psykoanalyse som redskab til at hjælpe patienten.

Man kan sammenligne det med en læge, der benytter kirurgi for at kurere en patient for et forvokset modermærke. Det gør ikke lægen til kirurg. Men lægen ved godt, hvornår han skal have hjælp af specialister og sende patienten videre til en kirurg. På samme måde ved de professionelle hjælpere af sektofre, hvornår og til hvem de skal sende folk, når de har hjulpet så godt, som de selv kan.

Siden der ikke er så frygteligt mange psykoanalytikere herhjemme, men til gengæld en del andre former for terapeuter, kan jeg naturligvis ikke tillade mig at begrænse min kronik til en bestemt branche. Derfor vil jeg udtale mig om generelle betragtninger omkring selve den psykoterapi, som tilbydes sektofre efterhånden mange steder.

Disse steder kan være hos deciderede psykologer, frivillige organisationer,

psykiatere, som bruger psykoterapi som et middel, og andre terapeuter, eller blot folk, som giver en støttende skulder til andre, som er kommet på afveje i en sekt og er kommet ud derfra med ar på sjælen og nu skal »lappes sammen« igen.

Ud over disse to ovenstående begreber er der også andre begreber, folk ofte roder rundt i, og som vi med fordel vil kunne klargøre. Nemlig forskellen imellem Gud og gudsbillede. Det er rent faktisk to vidt forskellige ting.

F.eks. ved folk, som er ateister, altid lige præcis, hvad det er for en Gud, de ikke tror på! Der er ingen tvivl i deres hoveder. Man vil kunne sige, at vi bliver nødt til at skelne imellem religion og videnskab. Videnskaben kommer med teorier, og det er en god ting. Men fra det tidspunkt videnskaben besvarer spørgsmål som: Hvor kommer vi fra, hvorfor er vi her, og hvor skal vi hen, er videnskab ikke videnskab længere. Så bliver videnskaben tro.

For på et tidspunkt, hvis man bliver ved med at stille spørgsmål, kommer vi til et: Sådant er det bare. Vi kommer til et dogme. At forskellige gasarter har samlet sig og lavet en eksplosion, det er fint, men hvor kom de gasarter fra? De var! Altså er dette Gud.

Et eller andet sted kommer vi til den erkendelse, som vi giver forskellige navne, og som viser sig på forskellig vis, som bliver behandlet på forskellig vis, og som skaber grundlag for en grundlæggende livsfilosofi.

Og det er dét, der er drejeskiven på det hele: Ens grundfilosofi.

Det er ikke, hvordan min far eller mor behandlede mig, der er det væsentlige, men hvilken lektion jeg fik ud af det. Hvordan tænkte jeg, og hvordan lærte jeg at reagere.

Selv om man behandler et barn skidt, får man ikke nødvendigvis et skidt resultat. Og selvom man opdrager et barn efter alle kunstens regler (som i øvrigt er noget af en umulig opgave, da forældrene jo er fejlbarlige og ikke kan undgå at reagere »forkert«), er der ingen sikkerhed for, at barnet vil være harmonisk. Dette skal naturligvis ikke tages som et grønt lys for at behandle

børn, som det passer en. Tværtimod. For risikoen for at få ustabile voksne er større jo værre, man behandler folk som børn. Men heller ikke i dette område er der nogen sikkerhed.

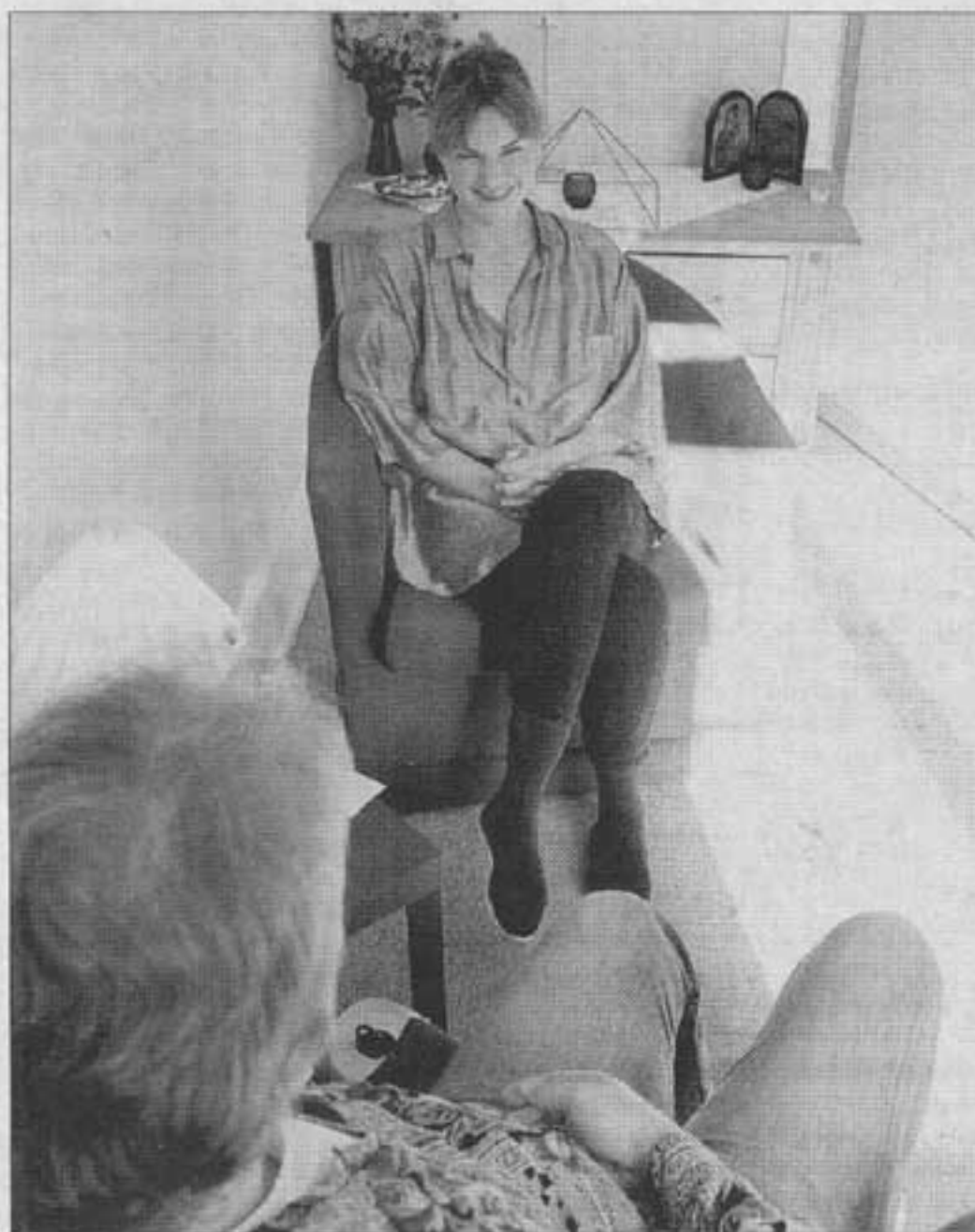
Under et barns almene opvækst er der flere ting, der foregår. Barnet får en psykoseksuel udvikling, det er korrekt. Men der sker mere end det. Barnet har sideløbende med det, en sproglig opfattelsesudvikling (som man kalder for kognitiv udvikling), og alt tyder på, at barnet rent faktisk har en religiøs udvikling. Åbenbart i takt med sin kognitive udvikling, og i takt med at barnets sprog bliver mere udviklet og mere abstrakt, spekulerer barnet mere og mere på livets mysterier. F.eks.: Hvor vi kommer fra? Og hvad sker der, når man dør.

De store spørgsmål stiller barnet sig gerne omkring 11-12 års alderen. En del spørger til døden før, men de opfatter og forstår ikke død på samme måde som 5-8 årige end som 12-13 årige. Man kan jo høre børn sige: Jeg vil aldrig nogen sinde tale med dig igen! men det gør de alligevel 10 minutter efter. De bruger ordet »aldrig«, men er ikke helt bevidste om dets dybere betydning. På samme måde med døden. Børn kan forstå, at fuglen, hunden eller en nær pårørende dør og ikke er her længere. Men uden den dybere betydning.

I børns tidlige barndom er forældrene rent faktisk guder. Faderen og moderen er dem, der altid har været, er og altid vil være. Tanken om døden, eller at forældrene vil forsvinde en dag, er utænkelig.

Når barnet når en lidt større alder, begynder at tænke mere abstrakt og forstår døden, vil det spekulere på et andet niveau, og her kan en Gud være en udmærket erstatning for forældrene, som jo ikke vil være evigt, som barnet nu forstår.

Denne psykologiske opbygning er så Guds billedet. Og det består af mange ting. Det består af ens opvækst, men især også af ens måde at tænke på, at opfatte tingene, og især at opfatte, hvad en »far« skal være. Skal det være en straffer? En, som sætter grænser? En,



som slår en oven i hovedet? Eller skal det være en, som giver en det, man beder Ham om? Skal det være en, som holder hånden over en uanset hvad?

Alt dette er ikke Gud, men ens syn, ens forståelse, ens opfattelse af Gud, og denne er afgjort vigtig at påvirke psykisk. Det kan være uhyre svært, fordi folk har som regel fundet bibelske steder (eller en anden religiøs bog), som bekræfter deres gudsbillede. Så man skal være forberedt på noget teologi ind imellem. Faren, man oftest kommer ud for inden for den psykologiske verden, er, at terapeuten tager fejl imellem Gud og gudsbillede, og derved underkender religionen fuldstændigt og reducerer denne til udelukkende at dreje sig om et udtryk for guds billedet.

Naturligvis kommer terapeutens tro ind i billedet. Men det gør den altid, også selvom man mener at være neutral, ateist eller lignende. Her er det vigtigt, at terapeuten har så meget selvindsigt, at vedkommende ved, hvad han selv tror, og hvad han ved. Og jeg

vil gerne advare imod faren for at mene, at man kan tilintetgøre folks gudsbillede ved at få dem til at tro, at Gud (eller en guddom) ikke findes og lade være med at givet noget andet. Faren her er ganske enkelt den, at man trækker tæppet væk under folks fødder uden at sætte noget i stedet.

Jeg vil naturligvis ikke her gøre mig til fortæller for, at man skal missionere under terapien. Men terapeuten skal være sig selv så bevidst, at han ved, hvor han står, og melde det klart ud til klienten. Tror man på astrologi som en medvirkende faktor (nogle psykologer gør) eller diverse naturmedicin m.m., skal dette meddeles klart og tydeligt til klienten, og man skal ikke lade som om, man er »neutral« og irreligiøs.

Et eller andet sted har man erkendt, at mennesket har et religiøst behov. Også folkestammer langt fra lov og ret og omverden har dannet guder og gudsforstillinger. Mennesket er til forskel fra andre dyrearter søgende. Vi vil gerne vide, hvorfor vi er her i det hele

Det kan være yderst farligt at undertrykke folks religiøse behov i forbindelse med terapi. (Arkivfoto)

taget. Vi vil gerne kende til, hvad der sker efter døden. Man kender ingen andre dyrearter med denne søgen i sig. Man har f.eks. aldrig set andre dyr end mennesket begrave sine døde.

Om dette behov er der sagt en hel del. F.eks. at den er implanteret, fordi vi er skabt i Guds billede. Eller at dette skyldes, at vores hjerne ikke kender til sig selv. Altså, groft sagt: Vores hjerne ved ikke, at den findes, og søger efter sig selv. Denne søgen udmønter sig i en religiøs søgen. Men her bygger vi igen det hele på tro. Ovenstående teori er nemlig til dato ikke blevet påvist.

Altså et eller andet sted har mennesket behov for at tro på noget. Dette »noget« er så Gud.

Og dette »noget«, Gud, uanset udformningen er ikke det samme som de repræsentationer, vi har. Altså fordi jeg, ud fra min opvækst, har et gudsbillede, som viser en straffende Gud, en slags overstrømer, som vil lade mig dø, hvis jeg ryger, er det ikke ensbetydende med, at Gud svarer til billedet. Man kunne sige, at i dette tilfælde »trækker vi Gud ned på jorden«, vi menneskelig gør Ham til vores forestillinger, angst og usikkerhed.

Som terapeut skal man være yderst påpasselig med, hvad man piller ved dér. Det nemmeste i første omgang er jo blot at afvise det hele blankt, men dette vil give problemer i den senere behandling, for så vil klienten tilegne andre ting en religiøs værdi. Så hedder Gud ikke længere Gud, men Marx, Freud eller Jung, men problematikken er der stadig væk.

Summa summarum: rent psykologisk har man for længst anerkendt, at mennesket har et religiøst behov. Dette bliver tilfredsstillet på forskellige måder. Og det er lige så farligt at undertrykke folks religiøse behov, som det er at undertrykke folks seksualitet. Man kan kort sige, at terapeuten er nødt til at tage Gud med i terapien. Under en eller anden form. ■