

Robert Cvetek¹

O teizmu, teologiji, teistični psihologiji in psihoterapiji: Odziv na članek Maje Božič Kranjc z naslovom Kdo je ugrabil psihoterapijo?

On theism, theology, theistic psychology and psychotherapy: Response to Maja Božič Kranjc's article Who hijacked psychotherapy?

V Sobotni prilogi Dela je specialistka klinične psihologije Maja Božič Kranjc 9. 3. 2024 navedla nekaj dezinformacij in netočnosti, prav tako pa v njenem članku mrgoli pristranskih, pomanjkljivih in strokovnih zelo spornih navedb (Božič Kranjc, 2024). Kot psiholog in specialist zakonske in družinske terapije, prav tako pa profesor na Univerzi v Ljubljani Teološki fakulteti se čutim poklicanega, da naslovim vsaj nekatere netočnosti in potencialno škodo, ki jo lahko take dezinformacije oz. izkrivljene informacije povzročijo.

Njene navedbe je seveda potrebno gledati v luči trenutne situacije, ko skupina kliničnih psihologov v Sloveniji želi ohraniti monopolno pozicijo glede psihoterapije in izvajanja le te v zdravstvu. In to kljub že prav krizni situaciji pomanjkanja ustrezne psihoterapevtske pomoči. Najprej so se (PR-ovsko sicer na začetku uspešno) spravili na privatne izobraževalne inštitucije na področju psihoterapije, vendar je to hitro propadlo, ko se je izkazalo, da uradna specializacija iz klinične psihologije zahteva od specializantov, da opravijo zunanjo izobraževanje na petih (včasih štirih) zavodih, društvih ali d.o.o.-jih, od katerih so skoraj vsi zasebni. Ker pač s strokovnimi argumenti težko zagovarjajo svojo pozicijo (npr. raziskave NE podpirajo teze, da so klinični psihologi ali psihiatri kaj učinkovitejši v izvajanju psihoterapije kot psihoterapevti z drugo predizobrazbo; toliko o »evidence-based« odločitvah), sedaj poskušajo očrniti druge skupine psihoterapevtov z drugimi (sicer netočnimi) informacijami.

¹ prof. dr. Robert Cvetek, univ. dipl. psiholog in zakonski in družinski terapevt, Univerza v Ljubljani Teološka fakulteta, robert.cvetek@gmail.com

Naj samo na kratko omenim, da avtorica netočno napiše, da se je hkrati s poskusi urejanja psihoterapije kot poklica na Teološki fakulteti, v sodelovanju z Medicinsko fakulteto, pojavil nov program diplomskega in magistrskega študija psihoterapije. Magistrski študijski program Zakonski in družinski študiji (s smerjo Zakonska in družinska terapija) na Univerzi v Ljubljani Teološki fakulteti namreč obstaja že 13 let (pred tem pa je fakulteta več let izvajala predbolonjski magistrski in doktorski program Zakonska in družinska terapija ter program specializacije iz zakonske in družinske terapije). Res je, da se je letos začel dodiplomski študijski program Človek in medosebni odnosi, kjer je ena smer študija Teološki in religijski študiji, druga pa (v sodelovanju z Univerzo v Ljubljani Medicinsko fakulteto) Zakonska in družinska terapija ter svetovanje. Program se je začel pripravljati že pred 6 leti. Če bi klinična psihologinja poznala akademsko sfero, pa bi vedela, da sam postopek akreditacije študijskega programa, ki poteka preko Univerze in Nacionalne agencije za kakovost v visokem šolstvu, do izvajanja traja vsaj kakšni dve leti. Ko o kakšnem resnem poskusu urejanja psihoterapije kot poklica ni bilo ne duha ne sluha. In morda za razliko od potrjevanja specializacije iz klinične psihologije, ki je Nacionalna agencija za kakovost v visokem šolstvu niti ne akreditira (prav tako pa seveda ne bdi nad kvaliteto izvajanja), saj je enostavno ustanovljena z odredbo ministra za zdravje. Ker imata smeri na novem programu Človek in medosebni odnosi nekaj skupnih predmetov, sta se med njimi znašla dva, ki ju kot zelo sporna omenja avtorica (Uvod in metode dela s Svetim pismom ter Podobe Boga in prepoznavanje svetega). Avtorica seveda niti ne ve, da lahko 12 kreditnih točk iz obveznih ali izbirnih predmetov študenti zamenjajo, tako da tisti, ki ne želijo poslušati teh dveh predmetov, lahko izberejo tudi kaj drugega.

Zanimivo je tudi, kako avtorica (sicer ne prav točno) navaja reference glede teologije in psihologije (pri tem sicer očitno ne razlikuje dobro med teologijo in teizmom), ne navaja pa referenc za mantro kliničnih psihologov v Sloveniji (za razliko od strokovnjakov v tujini in številnih mednarodnih organizacij), da je psihoterapija metoda zdravljenja duševnih motenj. Pod tako ozko definicijo se namreč kakšen resen strokovnjak in avtor težko podpiše.

Morda se bo kdo od kolegov osredotočil na to, kako parcialno avtorica pojmuje znanost ali do tega, kako se ob tem njeno sklicevanje na filozofijo in etiko ob tem izkaže za nekonsistentno, jaz pa bi se tukaj rad strokovno opredelil o njenih navedbah glede problematičnosti področja duhovnosti v psihoterapiji.

Bistveno je namreč pojasniti, da obstaja v stroki precejšen konsenz, da vključevanje vprašanj duhovnosti v vprašanja duševnega zdravja samo po sebi ni problematično ali nevarno. Potrebno je namreč razlikovati duhovnost od vernosti, saj je duhovnost (angl. spirituality) bistveno drugačen pojem in ni nujno vezan na religijo. Smernice ene najvplivnejših organizacij na področju psihologije v svetu

(to je Ameriško psihološko združenje - American Psychological Association - APA) za psihološko prakso, temelječo na dokazih na področju zdravstvene oskrbe (2021) med desetimi smernicami izrecno navajajo, da bi se psihologi morali „truditi prilagoditi njihov klinični pristop značilnostim uporabnikov, kulturi in preferencam na načine, ki povečujejo učinkovitost“. V obrazložitvi pa posebej navajajo, da je potrebno prilagajati psihoterapijo vidikom kulture uporabnikov, vključno z njihovo raso, etnično pripadnostjo, vero in duhovnostjo.

Ob avtoričinih stališčih do duhovnosti se lahko sprašujemo, kako to vodilo najvplivnejše strokovne organizacije v svetu avtorica v odnosu do svojih uporabnikov dejansko uresničuje. APA namreč navaja, da so »metaanalize pokazale, da kulturno ozaveščena praksa hkrati naslavlja etični imperativ kulturne občutljivosti in klinično prizadevanje za učinkovito zdravljenje« (Smith & Trimble, 2016; van Loon idr., 2013). Vendar je seveda ključno razlikovati med ustrezno vključitvijo duhovnosti kot kulturno občutljivo in na dokazih temelječo prakso ter nekritičnim sprejemanjem specifičnih verskih prepričanj ali dogem. Članek upravičeno izpostavlja možno zameglitev na dokazih temelječega psihološkega znanja z verskimi doktrinami, kar bi lahko ogrozilo znanstveno objektivnost in rigorozne raziskovalne standarde. Vendar je bistveno priznati, da sama vključitev duhovnosti v izobraževanje s področja duševnega zdravja ne pomeni nujno zavračanja znanstvenih načel ali odstopanja od na dokazih temelječih praks. Številni akreditirani in ugledni programi s področja duševnega zdravja, vključno s tistimi, ki jih ponujajo vodilne univerze in medicinske fakultete, vključujejo usposabljanje o duhovnosti, religioznosti in verski raznolikosti, da bi bolje pripravili strokovnjake za delo z raznoliko populacijo (Vieten idr., 2013). To usposabljanje si prizadeva za pridobitev kulturnih kompetenc, spoštovanje individualnih prepričanj in razumevanje, kako lahko duhovnost vpliva na duševno zdravje in počutje (Hodge, 2018).

Nadalje je trditev članka, da sta teologija in psihologija po naravi nezdržljivi disciplini, huda poenostavitve. Čeprav se metodologije in epistemološke osnove teh področij razlikujejo, obstaja naraščajoč korpus literature, ki preučuje presečišča in potencialne sinergije med psihološkimi in duhovnimi perspektivami (Slife & Whoolery, 2006; Ruffing, 2012). Številni psihologi in strokovnjaki za duševno zdravje so uspešno vključili duhovne in verske dimenzije v svojo klinično prakso in raziskave, ob tem pa ohranjali znanstveno strogost in spoštovanje na dokazih temelječih načel (npr. Richards & Bergin, 2005). Bistveno je priznati, da vključitev duhovnosti v izobraževanje s področja duševnega zdravja ne pomeni nujno nekritičnega sprejemanja specifičnih verskih prepričanj ali zavračanja znanstvene objektivnosti. Namesto tega lahko ponudi priložnost za podrobno raziskovanje kompleksne medsebojne interakcije med duhovnostjo, kulturo in duševnim zdravjem z ultimativnim ciljem izboljšati naše razumevanje in

sposobnost zagotavljanja kulturno občutljive in učinkovite oskrbe raznolikim populacijam.

Nadalje je ključno poudariti, da je vključevanje duhovnosti v vprašanja duševnega zdravja ne le sprejemljivo, temveč tudi podprto z empiričnimi dokazi iz uglednih virov s področja psihologije. Najnovejša literatura, ki jo je izdalo prej omenjeno Ameriško psihološko združenje (APA) v svojem APA Handbook of Psychotherapy (Leong idr., 2024), predstavlja prepričljive ugotovitve o tej temi. V poglavju z naslovom „Responsiveness: Can psychotherapies and psychotherapists adapt effectively to participant and clinical contexts?“ (Odzivnost: Ali se lahko psihoterapije in psihoterapevti učinkovito prilagodijo udeležencem in kliničnim kontekstom?) avtorici Jeanne C. Watson in Hadas Wiseman navedeta na primer metaanalizo Hooka in sodelavcev (2019), ki je pokazala, da so udeleženci, katerih psihoterapevti so vključili verske/duhovne prilagoditve, kot so vključevanje molitve, podpiranje branja verskih spisov in duhovnih praks in obredov (vključno s krščanskimi, muslimanskimi, judovskimi in psihospiritualnimi), pokazali znatno boljše rezultate kot udeleženci brez zdravljenja tako na psiholoških ($d = 0,75$) kot na verskih/duhovnih merjenjih ($d = 0,75$). Ti učinki so primerljivi z učinki primerjav brez zdravljenja z drugimi uveljavljenimi psihoterapijami. Poleg tega je bila učinkovitost terapij, prilagojenih veri/duhovnosti, v primerjavi z alternativnimi psihoterapijami znatna, z učinki velikosti $d = 0,33$ za psihološke pozitivne učinke in $d = 0,43$ za duhovne pozitivne učinke. Psihološke koristi so se ohranile po preverbi po štirih mesecih. Avtorici sta sklenili, da obstajajo močni empirični dokazi, da lahko prilagajanje psihoterapije verskim in duhovnim prepričanjem posameznika pozitivno vpliva na njegove psihološke in duhovne rezultate ob koncu zdravljenja.

Nadalje v isti monografiji, izdani s strani APA, v poglavju „Can psychotherapies be effectively adapted to cultural identity?“ (Ali je mogoče psihoterapije učinkovito prilagoditi kulturnemu ozadju?) razlikuje med vero in duhovnostjo, pri čemer vera označuje splet praks, skladnih z določeno veroizpovedjo ali tradicijo, duhovnost pa se lahko nanaša na bolj subjektivni občutek temeljne resničnosti ali transcendentne izkušnje (Hook idr., 2019). Avtor poudarja, da so se terapije, prilagojene duhovnosti ali verskim prepričanjem, izkazale za učinkovite pri izboljšanju izidov (Hook idr., 2019; Smith idr., 2007). Te prilagoditve obravnave so lahko večje, saj lahko pomenijo prilagoditev intervencij (npr. spiritualno vodeno meditacijo) ali razlago simptomov (npr. raziskovanje psihološke stiske preko spiritualnih luči glede trpljenja). Torej prilagoditve so lahko izvedene v obliki specifičnih intervencij, kot je molitev (zasebno ali skupinsko), sklicevanje na svete spise, preučevanje duhovne zgodovine in raziskovanje vloge odpuščanja z verskega vidika. Na obravnavi se lahko naslavlja tudi uvajanje verskih ali

duhovnih vrednot/konceptov, okvirjanjem trpljenja skozi versko perspektivo ali raziskovanje ciljev, ki so v skladu z duhovnimi cilji osebe.

Številni akreditirani in ugledni programi s področja duševnega zdravja, vključno s tistimi, ki jih ponujajo vodilne univerze in medicinske fakultete, vključujejo usposabljanje o duhovni in verski raznolikosti, da bi bolje pripravili strokovnjake za delo z raznoliko populacijo (Vieten idr., 2013). To usposabljanje si prizadeva za pridobitev kulturnih kompetenc, spoštovanje individualnih prepričanj in razumevanje, kako lahko duhovnost vpliva na duševno zdravje in počutje (Hodge, 2018).

Maja Božič Kranjc nadalje površno navaja članek Daniela Helminiaka (2010), ki naj bi po njenem zapisal: »Teologija in psihologija naj bi bili namreč metodološko povsem raznoliki disciplini. Medtem ko je teologija utemeljena na realnosti, katere avtor je Bog kot stvarnik, se znanost ukvarja s preučevanjem realnosti, brez predpostavke o stvarniku. V članku je naveden slavni odgovor Pierre-Simona Laplacea Napoleonu, ki ga je vprašal, ali njegova razlaga kroženja planetov pomeni odsotnost Boga. Znanstvenik je odvrnil, da nima nobene potrebe po tem, da bi se ukvarjal s tako hipotezo.« V resnici je Helminiak napisal: »V svojem jedru se teologija ukvarja z razumnim pojasnjevanjem obstoja stvari in v svoji pogosti različici vidi Boga kot Stvarnika. Nasprotno se znanost ukvarja z razumevanjem resničnosti, katere obstoj je dan«. To vrže drugo luč na navedeni citat glede Napoleona, saj hoče povedati, da se vprašanja, ki zanimajo teologijo, ne tičejo (takratne) znanosti glede tega, kako se planeti vrtijo. Kar je razvidno tudi iz nadaljevanja v Helminiakovem članku.

Nadalje avtorica ne loči med teologijo in teizmom in t.i. teistično psihologijo, ki ju Helminiak navaja. Teizem namreč pomeni verovanje v obstoj božanstva ali božanstev, teologija pa je študij (znanstvena veda) o naravi božanskega, verskih prepričanj in verski praksi. Mnogi teologi so lahko priznani in uveljavljeni, pa na primer ne verjamejo v Boga, Alaha, itd. Dejstvo, da članek ne razlikuje med tema dvema jasno ločenima konceptoma, dodatno povečuje napačno predstavitev Helminiakovih pogledov. Sicer pa je Helminiak v različnih svojih delih (npr. <http://visionsofdaniel.net/paperSpirIssuesCounseling.htm>) izrazil uravnotežen pogled na vključevanje duhovnosti v psihoterapijo. Priznal je pomen spoštovanja duhovnih in verskih prepričanj udeležencev ob hkratnem ohranjanju poklicnih etičnih standardov in meja. Vendar Maja Božič Kranjc selektivno citira Helminiaka in napačno predstavlja njegov pogled z izpuščanjem ključnih kontekstov in nians. Ne priznava Helminiakovega priznavanja potencialne vrednosti vključevanja duhovnosti v terapevtsko prakso, kadar se to izvaja z metodološko strogostjo in spoštovanjem na dokazih temelječih načel.

Osnovna etična drža, ki jo mora imeti vsak psihoterapevt, in ki jo učimo na Teološki fakulteti, je, da nikakor ne sme vsiljevati svojih verskih prepričanj ali

mnenj uporabniku, temveč se mora prilagoditi uporabniku. In ravno zato je potrebno, da nekaj o tem tudi ve (kot poudarjajo tudi mednarodne organizacije). Zanimivo, da ravno Helminiak v zgornjem viru poudarja vprašanje podob Boga in potrebe, da se zavedamo razlike med tem, kaj naj bi Bog bil in podobo, ki jo ima nek posameznik o njem in da lahko »terapevt prepozna, da so mnoge domnevne težave uporabnika – vernika z Bogom v resnici težave iz uporabnikove osebne zgodovine.« Ravno to vprašanje je npr. vključeno v predmet Podobe Boga in prepoznavanje svetega, pri čemer naj omenimo, da se razumevanje svetega (torej kaj je za nekoga sveto) deli tako na teistično kot neteistično sveto (npr. tudi za neverujočega je lahko narava, materinstvo ali odnos do partnerja ali telo »sveto« (sacred) ali transcedentalno, npr. »Odnos s partnerjem mi razkriva najgloblje resnice o življenju zame.«, »Moje telo je sveto.«).

Nadalje je zanimivo, kako se avtorica ob številnih ustreznih predmetih študija psihoterapije, ki na naši fakulteti v celoti traja kar 7-9 let, obregne ob dva manj pomembna izbirna predmeta, ki ju (kot obrazloženo) študenti niti ni nujno, da izberejo. Ne moti je pa npr. priznana izobraževanje iz razvojne analitične psihoterapije za specialiste klinične psihologije (<https://www.ikpp.si/product/izobrazevanje-iz-razvojne-analiticne-psihoterapije-1-stopnja-2024-prijava/>), ki obsega vsega skupaj 204 ur po zoomu, kjer je eden od treh modulov Čuječnost in budistična psihologija.

Kot strokovnjaki smo etično dolžni, da se z akademskimi viri soočamo natančno in pošteno, se izogibamo selektivnim citatom ali napačnim predstavitvam, ki izkrivljajo izvirni namen in pomen. Prav tako se moramo vzdržati komentiranja stvari, ki jih premalo poznamo. Z vzpostavitvijo okolja spoštljivega raziskovanja in razprave, ki temelji na dokazih, lahko raziskujemo kompleksna križišča med duhovnostjo, kulturo in duševnim zdravjem na način, ki bogati naše razumevanje in spodbuja dobro počutje tistih, ki jim služimo.

Viri

- Božič Kranjc, M. (2024). Kdo je ugrabil psihoterapijo?
<https://www.delo.si/sobotna-priloga/kdo-je-ugrabil-psihoterapijo/>
- Helminiak, D. A. (2010). Theistic Psychology and Psychotherapy: A Theological and Scientific Critique. *Zygon*, 45(1), 47-74..
- Hodge, D. R. (2018). Spiritual competence: What it is, why it is important, and what educational programs need to do to develop it. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work*, 27(4), 311-338.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. ISRN Psychiatry, 2012, 278730.
- Leong, F. T. L., Callahan, J. L., Zimmerman, J., Constantino, M. J., & Eubanks, C. F. (2024). *APA handbook of psychotherapy: Volume 2. Evidence-based practice, practice-based evidence, and contextual participant-driven practice*. American Psychological Association.
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.
- Richards, P. S., & Bergin, A. E. (2005). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy* (2nd ed.). American Psychological Association.
- Ruffing, E. (2012). Spiritual and religious perspectives on psychological science: An integrative perspective. V L. J. Miller (ur.), *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (str. 109-126). Oxford University Press.
- Slife, B. D., & Whoolery, M. (2006). Are psychology's main methods biased against the worldview of many religious people? *Journal of Psychology and Theology*, 34(3), 217-231.
- Smith, T. B., & Trimble, J. E. (2016). *Foundations of multicultural psychology: Research to inform effective practice*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14733-000>
- van Loon, A., van Schaik, A., Dekker, J., & Beekman, A. (2013). Bridging the gap for ethnic minority adult outpatients with depression and anxiety disorders by culturally adapted treatments. *Journal of affective disorders*, 147(1-3), 9-16.
- Vieten, C., Scammell, S., Pierce, A., Pilato, R., Ammondson, I., Pargament, K. I., & Lukoff, D. (2013). Competencies for psychologists in the domains of religion and spirituality. *Spirituality in Clinical Practice*, 1(S), 92-114.