

«Folk som ikke snakker om været, snakker gjerne om sorg»

En kvalitativ studie av Sjømannskirkens hjelpearbeid

Therese Skaug  
VID vitenskapelige høgskole  
Oslo

MADIA 599 Masteroppgave  
Master i diakoni

Antall ord: 23.871  
15.november 2022



## Forord

Denne masteroppgaven utgjør avslutningen på min toårige mastergrad i diakoni ved VID Vitenskapelige Høgskole i Oslo.

Dette har vært en krevende, men samtidig lærerik prosess, hvor jeg har lært mye, både faglig sett, og om meg selv.

Jeg vil få rette en stor takk til de ti informantene som hadde lyst til å stille opp og dele sine erfaringer fra sin egen arbeidshverdag i Sjømannskirken, med meg.

En stor takk rettes også til min veileder, førsteamanuensis ved Fakultet for teologi, diakoni og ledelsesfag på VID, Anne Austad. Du har vært en god støttespiller gjennom hele prosessen, med gode tilbakemeldinger, innspill og veiledning.

Videre vil jeg takke min arbeidsgiver i Nes kirkelige fellestråd, Ingrid Marie Auke, for tilrettelegging for skrivingen.

Takk også til venner og medstudenter, både for innspill og med sosialt samvær.

Årnes, november 2022

## Sammendrag

Denne masteroppgaven, som tar utgangspunkt i en fenomenologisk tilnærming/metode, er en kvalitativ undersøkelse av Sjømannskirken (Norsk kirke i utlandet) og de ansatte sitt hjelpearbeid med nordmenn i utlandet, som strever med sorg og/eller kriser.

Undersøkelsen baserer seg på funn gjennom semistrukturerte intervjuer av ti ansatte i fire ulike sjømannskirker fordelt på tre kontinenter. Resultatene i undersøkelsen sier noe om hva slags type krevende situasjoner de ansatte har stått i, og på hvilke måter de ansatte selv var til hjelp.

Videre viser funnene hva de ansatte selv mener kunne vært annerledes med Sjømannskirken, hvor opplevelsen av et «altoppslukende» arbeid, er et gjennomgående tema.

Analysen av funnene tar også for seg på hvilke måter de ansatte selv mener de kunne gjort ting annerledes i de ulike situasjonene, og hvorvidt møter med de kriserammede har endret noe av informantenes egne holdninger, følelser og/eller kristne tro. Psykisk helsehjelp er også tatt opp som tema i analysen.

I drøftingen tar jeg for meg to andre masteroppgaver. De to valgte masteroppgavene har det samme, overordnede temaet som i min egen oppgave, men de har likevel noen ulike innfallsvinkler. Jeg ser på likheter og forskjeller i selve funnene i de tre oppgavene, samt hvordan funnene knytter seg opp imot mine anvendte teorier på temaene sorg, kriser, utbrenthet blant kirkelige ansatte og personlige egenskaper i møte med kriserammede.

I avslutningen/oppsummeringen knytter jeg trådene sammen og viser hovedfunnene i analyse- og drøftingsdelen.

Nøkkelord: Sorg, kriser, utbrenthet, medmenneske og psykisk helsehjelp.

## **Abstract**

This master's thesis, which is based on a phenomenological method, is a qualitative survey of the Norwegian Seamen's Church (The Norwegian Church Abroad) and the employee's relief work with Norwegians abroad, who are struggling with grief and/or crisis.

The survey is based on findings through semi-structured interviews of ten employees working in four different Norwegian Seamen's Churches, on three different continents. The results of the survey are telling something about what kind of difficult situations the employees have been involved in, and in what ways they were helping.

Furthermore, the findings show what the employees think should be different about the Seamen's Church, and the experience of an all-consuming job is a review topic.

The analysis of the findings also deals with the way in which the employees think they could have done things differently in the various situations, and whether or not the meetings with those affected by crisis, have changed some of the informants' own attitudes, feelings and/or Christian faith. Mental healthcare is also a topic in the analysis.

In the discussion I deal with two other master's theses. The two chosen master's thesis both have the same, overall theme as in my own thesis, but with some different approaches. I look at similarities and differences in the findings themselves, in the three theses, as well as how they relate to the theories used within grief, crisis, church employees struggling with burnout, and personal characteristics in meetings with people in difficult situations.

In the conclusion/the summary, I tie the threads together, and show the main findings in the analysis and discussion.

Keywords: Grief, crisis, burnout, fellow human, mental health care.

## Innholdsfortegnelse

1 Innledning.....	8
1.1. Motivasjon for tema.....	8
1.2 Problemstilling.....	9
1.3 Avgrensning og definisjoner.....	10
1.3.1 Hva er sorg?.....	10
1.3.2 Hva er kriser?.....	10
1.4 Plassering av oppgaven i diakonivitenskap og relevans for diakoni.....	11
1.4.1 Hva er diakonivitenskap?.....	11
1.4.2 Den norske kirkes visjon for den diakonale tjeneste og diakonienes teologiske forankring.....	12
1.5 Oppgavens design.....	14
1.6 Tidligere forskning på området.....	14
1.7 Litteratursøk på temaene <i>sorg, kriser og utbrenthet</i> .....	15
1.8 Oppgavens oppbygning.....	16
2 Sjømannskirkens historie.....	17
3 Metode.....	21
3.1 Åpenhet og refleksivitet i samfunnsvitenskapelig metode.....	21
3.2 Kvalitativ metode og semistrukturerte intervjuer.....	22
3.3 Fenomenologi som metode.....	23
3.4 Utvalg og rekruttering av informanter.....	25
3.5 Intervjuene.....	26
3.6 Metodekritikk.....	27
3.7 Forskningsetikk.....	29
4 Teori.....	31
4.1 Hva er sorg?.....	31
4.1.2 Forventet død.....	32
4.1.3 Plutselig dødsfall.....	33
4.1.4 Ulykker.....	34
4.2 Nyere sorgforståelse.....	35
4.3 Tosporsmodellen: <i>The Dual Process Model of coping with Bereavement: A decade on (Stroebe &amp; Schut 2010)</i> .....	37
4.4 Hva er kriser?.....	41
4.5 Hvordan møte mennesker i kriser.....	44

4.6 Utbrenthet blant ansatte i kirken.....	46
4.6.1 Storjohann og hans fokus på utbrenthet blant ansatte i Sjømannskirken .....	48
5 Analyse .....	49
5.1 Hva slags typer sorg, kriser eller andre vanskeligheter har de ansatte i Sjømannskirken opplevd i møte med besøkende av kirka? .....	50
5.2 Hjelp i form av å yte praktisk bistand.....	52
5.3 Hjelp i form av å være et medmenneske .....	53
5.4 Å føle at man av og til kommer til kort .....	55
5.5 Endring av holdninger, følelser og (kristen) tro .....	58
5.6 Hva kunne vært annerledes med Sjømannskirken? .....	60
5.7 Å møte de kriserammede på en annen måte .....	61
5.8 Andre hjelpeinstanser for nordmenn i utlandet som sliter psykisk.....	63
6 Drøfting/diskusjon.....	67
6.1 Å møte mennesker i sorg .....	69
6.2 Å møte mennesker i krise.....	70
6.3 Å være en medmenneskelig hjelper .....	73
6.4 Likeverd i møte med hjelpetrequende .....	77
6.5 Å strekke grenser.....	79
7 Oppsummering og konklusjon .....	83
Litteraturliste.....	87
Vedlegg.....	90
Vedlegg 1, intervjuguide .....	90
Vedlegg 2, samtykkeerklæring .....	91
Vedlegg 3, godkjenning NSD .....	93

## 1 Innledning

Sjømannskirken har som mål å være en tjenende kirke i verdens hverdag.. Videre er ikke de møtestedene som Sjømannskirkens folk bidrar til å skape, først og fremst bestemt av kirkelige agendaer, men av hverdagens erfaringer og utfordringer. Det gjør at mange har opplevd 'Kjerka' som et hjem når de har vært langt hjemmefra- De har møtt sjømannsprestene og andre ansatte som gjestfrie og rause medmennesker, slike det er mulig å snakke med om selv de vanskeligste ting (Erichsen 2016, side 6).

### 1.1. Motivasjon for tema

Min interesse for Sjømannskirkens arbeid ble vekket etter et besøk i Sjømannskirken i Rotterdam for mer enn 10 år siden. Jeg hadde fått meg jobb som au pair i en småby utenfor Rotterdam, og 17.maifeiringen ble lagt til den lokale sjømannskirken. Det var godt oppmøte av festglade nordmenn og stemningen var på topp. Noen dager senere stakk jeg innom kirka igjen, for en prat med de ansatte der. Jeg følte jeg ble tatt godt imot og følte meg velkommen med det samme. Sjømannskirken slo meg som en spennende arbeidsplass, et sted hvor man møter mange forskjellige mennesker i ulike livssituasjoner.

Min trang til å reise ut i verden har ikke blitt mindre med årene, og da jeg på vårparten av 2018 bestemte meg for at jeg hadde lyst til å bli diakon, hadde jeg besøkene i Sjømannskirken i Rotterdam med meg i bagasjen. Av den grunn valgte jeg å legge en av mine diakonipraxis- perioder til en sjømannskirke, hvor jeg hadde et flott og minnerikt opphold.

Jeg har helt siden starten av min mastergrad i diakoni visst at jeg hadde lyst til å skrive om Sjømannskirken i min avsluttende masteroppgave, og at jeg ønsket å flette inn de fagene i



studiet som omhandler sorg og kriser.

## 1.2 Problemstilling

Utgangspunktet for problemstillingen er hvordan Sjømannskirkens ansatte kan hjelpe nordmenn i utlandet (fastboende eller tilreisende) som opplever utfordringer i form av sorg og/eller kriser. På Sjømannskirkens egne nettsider står det at en av Sjømannskirkens viktigste oppgaver er å være til stede for å møte mennesker når vanskelige situasjoner eller ulykker rammer i utlandet. Videre står det at Sjømannskirkens involvering kan omhandle alt ifra enkeltmennesker som trenger psykososial oppfølging, til å delta ved større katastrofer som rammer flere nordmenn i utlandet. <sup>1</sup>

Sjømannsprest Stein Vangen skriver at

Sjømannskirken tilbyr samtaler med mennesker for å sortere tanker, bearbeide følelser og hjelpe til med å stake ut kursen videre. Når det kommer til naturkatastrofer, terror eller andre større katastrofer, forsøker Sjømannskirken å skape struktur og trygghet i en uoversiktlig situasjon, og å hjelpe enkeltmennesker med å hente frem sine egne mestringsstrategier. <sup>2</sup>

På hvilke måter har de ansatte i Sjømannskirken selv erfart ulike hjelpebehov hos nordmenn i utlandet, og på hvilke måter følte de selv at de var til hjelp? For å få svar på disse spørsmålene ønsket jeg å intervju ansatte i forskjellige sjømannskirker i verden, som satt på denne typen erfaringer i møte med kriserammede nordmenn. Den presise problemstillingen for oppgaven er:

***Hvordan opplever ansatte i Sjømannskirken at de kan være til hjelp og støtte for nordmenn i utlandet som opplever sorg og/eller kriser?***

---

<sup>1</sup> <https://www.sjomannskirken.no/aktuelt/til-stede-for-mennesker-i-krise/>

<sup>2</sup> <https://www.sjomannskirken.no/aktuelt/til-stede-for-mennesker-i-krise/>

### 1.3 Avgrensning og definisjoner

I det følgende vil jeg redegjøre for hva jeg mener med problemstillingens begreper *sorg* og *kriser*.

#### 1.3.1 Hva er sorg?

Det å oppleve et tap kan ha høye menneskelige omkostninger, og dersom de sørgende som har behov for det ikke blir sett av de profesjonelle hjelperne og får tilstrekkelig hjelp og støtte, kan tapsopplevelsen forverres. De menneskelige omkostningene kan forstås som overveldende savn og lengsel, nedtrykthet og isolasjon, samt en sviktende tro på ens egne evner og verdier. På det sosiale plan kan et slikt tap føre til manglende evne til å delta i studie- og arbeidsliv, manglende evne til å fungere i hverdagen og vanskeligheter med å opprettholde nære relasjoner (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 9,10).

I denne oppgaven avgrenser jeg sorgteorien til å gjelde sorg etter dødsfall, og ikke sorg i videre forstand. I teoridelen skriver jeg om tap, sorg og sørgeatferd.

#### 1.3.2 Hva er kriser?

Alvorlige og vanskelige livshendelser kalles ofte med en fellesbetegnelse for *kriser*. Tap i enhver form utsetter personligheten for belastninger og kan utløse krisereaksjoner. Dette kan være tap av nære personer i forbindelse med dødsfall, skilsmisse, eller tap av fysiske funksjoner eller psykisk helse i forbindelse med sykdom eller ulykke. Også tap av status, posisjon eller yrkesrolle kan være en stor belastning, for eksempel i forbindelse med konkurs, oppsigelse eller pensjonering (Eide & Eide 2017, side 68 og 77).

Krisereaksjoner er gjerne sterkest når tapet kommer uforberedt. Sorgprosessen er individuell

og følger ikke nødvendigvis et fastsatt mønster, men tap etter traumatiske hendelser og katastrofer krever en annen tilnærming enn tap som er forventet, som ved livstruende sykdom (Kristensen mfl., sitert i Eide & Eide 2017, side 77).

I denne oppgaven forstår jeg begrepet «krise» på følgende måte:

Crisis, in a clinical context, refers to an acute emotional upset arising from situational, developmental, or sociocultural sources and resulting in a temporary inability to cope by means of one's usual problem-solving device (Hoff et al., 2011, side 3, 4).

#### 1.4 Plassering av oppgaven i diakonivitenskap og relevans for diakoni

Oppgaven og studien jeg har gjort plasseres innenfor fagfeltet diakonivitenskap.

##### 1.4.1 Hva er diakonivitenskap?

Hans Stifoss- Hansen (2014) referer til Kjell Nordstokkes artikkel «Reflections on the theology of diakoni» (2011), i beskrivelsen av diakonivitenskap. Nordstokke (2011) beskriver diakonien som et fagområde bestående av tre felt: Det *kontekstuelle* feltet, som handler om den umiddelbare responsen på observerte behov, det *ekkesiologiske* feltet, som ser på diakonien som et trekk ved den kristne tradisjonen og det kristne fellesskapet, og det «*prakseologiske*»/det *praktiske* feltet, som handler om det konkrete, diakonale arbeidet. En sammenslåing av disse tre feltene innebærer å knytte teologi og samfunnsvitenskap sammen. I tillegg må det åpnes opp for en dialog mellom teori og praksis. Det teologiske i diakonien settes ut i praksis gjennom meningsfulle handlinger, med styrking av visjon og

forpliktelse, empowerment/myndiggjøring og mobilisering (Kjell Nordstokke 2011, sitert i Sifoss-Hansen 2014, side 66, 67).

Diakoner som studerer sitt eget fagfelt gjennom empiriske studier av diakonens profesjonelle praksis, og fagfeltet «diakonalt arbeid», vil være bedre rustet til å stå i ulike utfordringer, samt greie å utvise god dømmekraft i praktisk-rettede arbeidssituasjoner (Stifoss- Hansen 2014, side 67).

Diakoner bruker mye tid på å hjelpe mennesker med å løse sine problemer, og diakoni-yrkets grunnleggende funksjon er å forsøke å skape endringer. Endringer handler både om å bidra til problemløsning, men også gjennom å forsøke å forhindre at det samme problemet oppstår på nytt. En kunnskapsbase vil være av avgjørende betydning for forståelsen av sammenhengen teori-praksis, noe som igjen vil styrke følelsen av faglig dyktighet hos profesjonsutøveren (Stifoss- Hansen 2014, side 69).

I Sjømannskirkens årsmelding fra 2012 står det at Sjømannskirkens kirkeforståelse er diakonalt forankret. Diakonien eller kirkens omsorgstjeneste, er evangeliet i handling. I Sjømannskirken uttrykkes dette særlig gjennom nestekjærlighet og inkluderende fellesskap.<sup>3</sup>

#### **1.4.2 Den norske kirkes visjon for den diakonale tjeneste og diakoniens teologiske forankring**

Visjonen for Den norske kirkes diakonale tjeneste lyder som følger: «Guds kjærlighet til alle mennesker og alt det skapte, virkeliggjort gjennom liv og tjeneste» (Plan for diakoni, Den norske kirke 2020, side 3). Videre står det i planen at kirken er diakonal i sitt vesen og at diakoni er en integrert del av kirkens identitet og oppdrag, og at den setter sitt preg på kirken i samfunnet, kirkens fellesskap og den enkeltes liv. «Diakoni er helt avgjørende for at Den norske kirke skal realisere sin visjon 'Mer himmel på jord'» (Plan for diakoni, Den norske kirke

---

<sup>3</sup>

[https://kirken.no/globalassets/kirken.no/migrering/km\\_3\\_4\\_12\\_del\\_1\\_sjomannskirkens\\_aarsmelding\\_hovedstyret.pdf](https://kirken.no/globalassets/kirken.no/migrering/km_3_4_12_del_1_sjomannskirkens_aarsmelding_hovedstyret.pdf)

2020, side 3).

Diakoniens teologiske forankring er troen på Den treenige Gud, Gud som skapte og skaper, og som frelser og fornyer mennesket og hele skaperverket. Mennesker er skapt i Guds bilde til å være medmennesker, og vi er alle avhengige av hverandre og av jorda (Plan for diakoni, Den norske kirke 2020, side 5).

Kirken er gitt et særskilt oppdrag i å tjene mennesker og hele skaperverket, og bekjennelsen til Den treenige Gud og troen på at Gud ble menneske i Jesus Kristus, er fundamentet for kirkens diakoni (Plan for diakoni, Den norske kirke 2020, side 6).

Den norske kirke definerer diakoni slik: «Diakoni er kirkens omsorgstjeneste. Den er evangeliet i handling og uttrykkes gjennom nestekjærlighet, inkluderende fellesskap, vern om skaperverket og kamp for rettferdighet» (Plan for diakoni, Den norske kirke 2020, side 4).

I Plan for diakoni står det blant annet at alle mennesker trenger å bli møtt med nestekjærlighet, både i glede og i sorg. I krisesituasjoner og vanskelige perioder er dette behovet ekstra stort, og at her har både enkeltmennesker, menighetsfellesskap og institusjoner et ansvar (Plan for diakoni, Den norske kirke 2020, side 12).

Videre står det i Plan for diakoni at en diakonal utfordring er å styrke båndene mellom mennesker og knytte bånd der forhold er gått i stykker (Plan for diakoni, Den norske kirke 2020, side 13).

Som tidligere nevnt, er en av Sjømannskirkens viktigste oppgaver, å være til stede for mennesker som opplever vanskeligheter.<sup>4</sup> Som det fremkommer av de intervjuene jeg har foretatt i forbindelse med denne oppgaven, er det ofte diakonen i Sjømannskirken som er til stede i møte med mennesker når vanskelige situasjoner oppstår. Gjennom flere uformelle samtaler med diakonen i den aktuelle Sjømannskirken hvor jeg hadde min diakonifaglige praksisperiode, fikk jeg også vite at diakonen spiller en viktig rolle i å hjelpe nordmenn i utlandet som av ulike årsaker har brutt med sin egen familie i Norge.

---

<sup>4</sup> <https://www.sjomannskirken.no/aktuelt/til-stede-for-mennesker-i-krise/>

## 1.5 Oppgavens design

Denne masteroppgaven har et kvalitativt intervjudesign med bruk av en-til-en-intervjuer (Johannessen et al. 2016, side 143, 144).

## 1.6 Tidligere forskning på området

Jeg har ikke funnet noen tidligere forskningsartikler jeg anser som relevante for denne masteroppgaven. Jeg har imidlertid valgt ut to tidligere, relevante masteroppgaver, som jeg kommer til å henviser til underveis i min egen oppgave. Dette er masteroppgaven til tidligere diakonistudent på VID, Reidun Laastad Dyvik: *Sjømannskyrkja i møte med mennesker i utsatte og vanskelige livssituasjoner* (2007,) og masteroppgaven til tidligere diakonistudent på VID, Håvard T. Osland: *Hvordan kan Sjømannskirkens arbeid med krisehåndtering ses i lys av organisasjonens diakonale selvforståelse?* (2015). Begge to arbeidet på de tidspunktene oppgavene ble skrevet, selv i Sjømannskirken.

Mens Laastad Dyvik (2007) har lagt Sjømannskirkens verdidokument til grunn for sin utforming av oppgaven, har Osland (2015) valgt å se på Sjømannskirkens organisasjonsidentitet og organisasjonskultur. Laastad Dyvik (2007) skriver i sin avhandling at Sjømannskirkens verdidokument danner utgangspunktet for den analytiske delen av oppgaven, og at det brukes som et analyseredskap (Laastad Dyvik 2007, side 9,10). Osland (2015) på sin side fokuserer mer på Sjømannskirkens diakonale identitet, legitimitet, profesjonsverdier og organisasjonskultur (Osland 2015, side 60-66).

## 1.7 Litteratursøk på temaene *sorg, kriser og utbrenthet*

Jeg har brukt VID og MF sin søketjeneste «Oria» (biblioteket) for å finne frem til relevant litteratur. I tillegg har jeg benyttet meg av Deichmanske bibliotek sin søkefunksjon. På Deichmanske sin søkefunksjon skrev jeg ordet «sjømannskirken», som gav meg fem treff. Boken *Sjømannskirken- Ikke helt som andre kirker* (Jappe Erichsen, 2016) var en relevant bok i forbindelse med temaet som omhandler Sjømannskirkens bakgrunn. Erichsen, som selv har jobbet som sjømannsprest, forteller i boka om sine enge erfaringer og opplevelser som prest i New York og Hamburg på 1960-tallet, og om sine møter med norske sjømenn.

Videre ønsket jeg å finne litteratur som omhandler utbrenthet blant ansatte i kirken. Flere av mine informanter fortalte i løpet av intervjuene, at jobben i en sjømannskirke kan bli altoppslukende og at det kan være vanskelig å sette grenser for seg selv. At man som ansatt føler man er på jobb hele tiden, også på fritiden. Jeg søkte derfor på ordet «utbrenthet» i Oria, og fikk opp 295 treff. For å snevre inn søket, skrev jeg i neste omgang «utbrenthet prester» i Orias søkefelt. Boka *Jeg er jo ikke Jesus heller! Arbeidsmiljø og utbrenthet blant norske prester* (Nordeide, Skogstad og Einarsen 2008) kom opp som forslag, og jeg anså denne boka som relevant for dette temaet.

Det er skrevet mye litteratur om temaene sorg og kriser. Et raskt søk på VID bibliotek sine søkesider med søkeordene «sorg og kriser», gir over 1.100 treff på emnet, noe som gir uforholdsmessig mange treff. Jeg valgte derfor å ha mest fokus på bøker og artikler som har vært pensum på master i diakoni, og som jeg derfor kjenner fra før. Jeg valgte å ta for meg følgende bøker: *At forstå sorg- Teoretiske og praktiske perspektiver* av Mogensen og Engelbrekt (2017), *People in Crisis- Clinical and Diversity Perspectives* (Lee Ann Hoff et al. 2011), samt boken *Kommunikasjon i relasjoner: Personorientering, samhandling, etikk* (Eide & Eide, 2017).

Av artikler fra pensumlista har jeg valgt «The Dual Process Model of coping with Bereavement: A Decade on» av Margaret Stroebe og Henk Schut (2010) og «Nyere sorgforståelse og ulike sorgmodeller» av Anne Austad (2017).

Videre fant jeg artikkelen «Å møte mennesker i kriser», hentet fra bladet *Ambulanseforum* (nummer 4, 2020), skrevet av psykologspesialist Heidi Wittrup Djup. Denne fant jeg ved å søke på Google. Jeg har i tillegg også funnet litteratur fra Store Norske Leksikons nettsider, samt litteratur på Sjømannskirkens egne hjemmesider.

Av litteratur som omhandler diakoni, anså jeg *Plan for diakoni* (2020) som mest relevant for denne oppgaven. *Plan for diakoni* brukes aktivt som arbeidsverktøy og utgjør grunnlaget i min egen arbeidshverdag som diakon i Den norske kirke.

I oppgavens teoridel anvender jeg alle de nevnte bøkene og artiklene.

## 1.8 Oppgavens oppbygning

I denne oppgaven følger videre et kontekstkapittel, hvor jeg redegjør kort for Sjømannskirkens historie og «Storjohann», Sjømannskirkens grunnlegger. Så følger metodekapittelet. Deretter kommer teorikapittelet. I teorikapittelet tar jeg for meg temaene «Hva er sorg?» (Mogensen & Engelbrekt, 2017 og Eide & Eide, 2017), «Nyere sorgforståelse» (Austad, 2017), «Tosporsmodellen»/» The Dual Process Model of coping with Bereavement» (Stroebe & Schut, 2010), «Hva er kriser?» (Hoff et al., 2011), «Hvordan møte mennesker i krise?» (Wittrup Djup, 2020), og til slutt temaet «Utbrenthet blant ansatte i kirken» (Nordeide et al., 2008).

Videre følger analysekapittelet, hvor jeg analyserer intervjuene av mine 10 informanter. Så kommer kapittelet som omhandler diskusjon/drøfting. I dette kapittelet skal jeg sammenligne mine egne funn med funnene gjort av Osland (2015) og Laastad Dyvik (2007) opp imot mine egne funn. Jeg skal i dette kapittelet også gjøre rede for hvorvidt funnene i de tre ulike masteroppgavene samsvarer med teoriene i sorg, kriser og utbrenthet, som beskrives i mitt teorikapittel. Til slutt følger en avslutning/oppsummering.



## 2 Sjømannskirkens historie

Helt siden Sjømannskirken ble stiftet i 1864, har målet vært å følge arbeidsfolk i deres hverdag. I starten var det sjøfolk, som kunne stå overfor mange fristelser og farer, som kirka skulle være til stede for (Erichsen 2016, side 6, 7).

Johann Cordt Harmens, «Storjohann», var en norsk prest som regnes som inspirasjonskilden bak oppstarten av sjømannsmisjoner også i Sverige og Finland. Cordt Harmens regnes som «sjømannskirkens far». <sup>5</sup>

«Storjohann» ble født i Bergen i 1832 og ble uteksaminert teolog (cand. teolog) i 1860. Etter teologiutdanningen jobbet han som skolestyrer i Bergen i årene 1861-1863. I 1863 reiste han til Skottland for å studere landets skole- og kirkeforhold. Under oppholdet fungerte han som prest for skandinaviske sjøfolk, og han besøkte havner. <sup>6</sup>

I 1864 stiftet Storjohann foreningen «Evangeliets Forkyndelse for Skandinaviske Sjømænd i fremmede Havner», som senere ble kjent som Den norske Sjømannsmisjonen, eller Sjømannskirken. <sup>7</sup>

Navnet på foreningen uttrykte stifterens hensikt og visjon: Sjømenn skulle møte sin kirke også der hvor de ellers var avskåret fra å møte den. De var døpte medlemmer som noen måtte ta ansvar for mens de seilte på de syv hav. Også ute i verden skulle kirka være et sted der evangeliet ble forkynt og sakramentene forvaltet (Erichsen 2016, side 18).

Storjohann foretok selv mange reiser rundt om i verden, blant annet til India og Sør-Amerika. I 1890 reiste han jorda rundt. På denne reisen besøkte han Lars Skrefsrud i India og han var innom diverse havner for å besøke de skandinaviske sjøfolkene som trafikkerte der. <sup>8</sup>

---

<sup>5</sup> [http://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](http://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

<sup>6</sup> [http://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](http://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

<sup>7</sup> [http://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](http://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

<sup>8</sup> [http://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](http://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

Storjohann jobbet også som prest både ved den tyske kirken i Bergen, som sjømannsprest i London og som sekretær for Oslo Indremisjon. Videre startet han latinskolen Hauges Minde, hvor han jobbet som skolens bestyrer. I tillegg jobbet han som prest ved det såkalte «tukthuset» og som sogneprest i Ås.<sup>9</sup>

Storjohann utga i tillegg en rekke bøker om kristen tro. Han var konservativ teologisk og motstander av moderne bibelkritikk. I mange år var han redaktør for sjømannsmisjonens nyhetsblad «Bud & Hilsen». Selv om den teologisk konservative retningen han stod for etter hvert mistet oppslutning, har hans engasjement med å bringe budskapet ut av kirkehuset, blitt en del av Sjømannskirkens senere profil. Storjohann satte varige spor etter seg innen norsk misjonsbevegelse.<sup>10</sup>

I 1870 var Norge en av verdens ledende sjøfartsnasjoner, og på alle verdens hav var det norske seilskip, bemannet av unggutter fra kystbyene på Sør -og Vestlandet. Men livet i den norske handelsflåten var hardt, og betalingen var elendig. Det var derfor ikke uvanlig at guttene rømte fra hele greia, enten for å ta hyre på en amerikansk båt hvor betalingen var langt bedre, eller for å bli illegale innvandrere i et fremmed land. I løpet av 1870-årene «rømte» det hvert år 500-600 sjøfolk fra norske skip bare til havnen i New York. På havneområdet i New York, «Sailor Town», gikk det an å etablere seg som kaisnekker eller skipsreparatør, eller med skipshandel (Erichsen 2016, side 24).

I 1964 var det 65.000 norske sjøfolk, og 42.900 av dem seilte i utenriksfart. Et mannskap på ca. 40 personer var vanlig både på tankskip og på linjeskip. Mange av de som var ombord var unge, og de yngste var bare 16 år, som var aldersgrensen for å mønstre på. De yngste arbeidet ombord som dekksgutter, maskingutter og byssegutter (Erichsen 2016, side 20).

Lang utdanning for alle var ikke så vanlig i Norge på den tiden, og det var heller ikke alltid lett å få arbeid. Overgangen til livet på havet kunne være brå, med en bratt læringskurve, og det var ofte et tøft miljø ombord, sammen med et slitsomt liv. Enkelte taklet dette livet så dårlig at de tok skade av det og ble merket for livet, og de kunne bli værende igjen i større

---

<sup>9</sup> [http://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](http://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

<sup>10</sup> [http://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](http://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

havnebyer, uten å ha kontakt med verken familie eller venner (Erichsen 2016, side 20).

Tidligere sjømannsprest, Jappe Erichsen, forteller i sin bok *Sjømannskirken- Ikke helt som andre kirker* (2016) om tiden som sjømannsprest i New York på 1960-tallet, hvordan arbeidet som prest skulle utføres:

Alle skip skulle besøkes på anløpsdagen. Gjenbesøk var ønskelig. Besøket ombord var besøk på en arbeidsplass, noe man måtte respektere. Man kunne ikke legge beslag på folk midt i arbeidstiden. Derfor kom man gjerne i matpausene, enten til kaffetid klokken 10 eller klokken 15 eller til middagen klokken 12. Om bord skulle man hilse på alle og helst besøke mannskapsmessa først. Den som lot seg friste til å bruke tiden til å spise middag med kapteinen eller å oppholde seg mesteparten av tiden i offisersmessa, kunne fort komme på kant med mannskapet, eller gutta om bord, som man ofte sa. Slik hadde Sjømannskirken fungert siden starten i 1864. Derfor var vi ventet og velkommen om bord (Erichsen 2016, side 28).

Erichsen (2016) forteller i sin bok at den gang som nå, ble det arrangert tilstelninger i kirka, med pauser med kaffe og vafler, og at de før i tiden hadde tradisjon med å dele ut julegaver til norske sjøfolk. Denne ordningen med julegaver ble opprinnelig satt i gang blant sjømannsmisjonens kvinneforeninger i Norge, og det å motta og sende av gårde julegaver til sjømannskirker over hele verden, ble en viktig oppgave for hovedkontoret i Bergen. Videre skriver Erichsen (2016) at «På det meste ble 30.000 julegaver med tilhørende brev sendt ut hvert år. Det er et høyt antall, og det sier mye om sjøfolks plass i den norske folkesjelen» (Erichsen 2016, side 50, 51).

Erichsen (2016) beskriver i boken at «Å feire jul hjemmefra vekker sterke følelser og savn hos selv de tøffeste. Derfor var det å finne et hyggelig brev sammen med gaven like viktig som selve gaven» (Erichsen 2016, side 49, 50). Erichsen (2016) forteller også at både sykebesøk og skipsbesøk var pålagt gjennom stillingsinstruksen, og at de ansatte i kirka alltid besøkte

sykehuset så snart de fikk vite at en person fra en norsk båt var lagt inn (Erichsen 2016, side 57). Også i dag er sykebesøk en sentral del av Sjømannskirkens oppsøkende virksomhet.<sup>11</sup>

I dag tjener Sjømannskirken både utenlandsstudenter, trailersjåfører, oljearbeidere og i tillegg pensjonister og «klimaflyktninger» (Erichsen 2016, side 6,7). Videre beskrives det i Sjømannskirkens årsmelding fra 2018 at Sjømannskirken ønsker å være «en livsnær, oppsøkende og omsorgsfull kirke for nordmenn i utlandet», hvor visjonen er «å fremme Guds rike gjennom å være en tjenende kirke i verdens hverdag». Sjømannskirkens overordnede mål er «å gi mennesker mot til tro, håp og engasjement».<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> <https://www.sjomannskirken.no/vart-arbeid/opsokende/>

<sup>12</sup> [https://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/slik-styres-kirken/kirkemotet/2019/saksdokumenter/km\\_04\\_4\\_19\\_sjomannskirken\\_arsrapport\\_2018.pdf](https://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/slik-styres-kirken/kirkemotet/2019/saksdokumenter/km_04_4_19_sjomannskirken_arsrapport_2018.pdf)

## 3 Metode

### Innledning

Denne masteroppgaven benytter en fremgangsmåte som er inspirert av forskjellige teoretikere innenfor kvalitativ forskning. Jeg har benyttet litteratur skrevet av Johannessen, Tuft og Christoffersen (2016), Kvale og Brinkmann (2015) og Malterud (2017). Hovedsakelig er fremgangsmåten i denne oppgaven inspirert av en fenomenologisk fremgangsmåte. Dette er derfor en kvalitativ studie med en fenomenologisk tilnærming (Johannessen et al. 2015, side 78).

### 3.1 Åpenhet og refleksivitet i samfunnsvitenskapelig metode

Samfunnsvitenskapelig metode handler om hvordan man skal gå frem for å få informasjon om den sosiale virkeligheten, og om hvordan denne informasjonen skal analyseres. Det dreier seg om å samle inn, analysere og tolke data, og dette er en sentral del av empirisk forskning. De viktigste kjennetegnene ved metode i empirisk forskning er systematikk, grundighet og åpenhet (Johannessen et al. 2016, side 25). Jeg har i det følgende forsøkt å beskrive forskningsprosessen så transparent som mulig for å vise åpenhet og hvordan jeg systematisk har gått frem.

Samfunnsforskningens studiefelt er, til forskjell fra naturvitenskapene, studiefelt av mennesker, som har meninger og oppfatninger av seg selv og andre. Det dreier seg om et mangfold av meninger og oppfatninger som ikke er stabile, men stadig under endring. Samfunnsforskeren er en deltaker i samfunnet, og kan ikke bare være tilskuer til det han studerer (Skjervheim 1975/1976, sitert i Johannessen et al. 2016, side 27). Jeg har tidligere i oppgaven gjort rede for mitt engasjement i Sjømannskirken. Min erfaring fra Sjømannskirken har påvirket forskningen, ikke bare i form av valg av tema for oppgaven, men også i mitt møte med feltet. I intervjuene har jeg for eksempel hatt fordel av å kjenne konteksten og dermed kunne stille spørsmål som er relevante, og jeg tror dette har gjort det lettere for

informantene å åpne seg. Den andre siden av dette, er at min «insider» - posisjon kan ha gjort at jeg har oversett viktig informasjon. Min studie gir kunnskap om ansatte i Sjømannskirkens erfaringer med sorg og krisearbeid, fremkommet gjennom intervju på ett bestemt tidspunkt, der både jeg og informantene har medvirket til materialet.

### 3.2 Kvalitativ metode og semistrukturerte intervjuer

For å gjennomføre denne studien, har jeg benyttet *kvalitativ* metode. Til forskjell fra *kvantitativ* metode, som henter mange av sine prosedyrer fra naturvitenskapelig metode, og hvor man teller opp fenomener for å kartlegge utbredelse av et bestemt fenomen hos et utvalg, for eksempel gjennom et spørreskjema, vil bruk av en *kvalitativ* metode, gi et mer nyansert og detaljert bilde av den problemstillingen som skal besvares. En kvalitativ metode vil si noe om kvalitet eller spesielle kjennetegn/egenskaper ved det fenomenet som skal studeres (Johannessen et al. 2016, side 28).

Vi kan bruke kvalitative metoder til å få vite mer om menneskelige egenskaper som erfaringer, opplevelser, tanker, forventninger, motiver og holdninger. Vi kan spørre etter mening, betydning og nyanser av hendelser og atferd. Videre kan vi styrke vår forståelse av hvorfor mennesker gjør som de gjør. Vi kan lete etter levende kunnskap i sin naturlige sammenheng, ved at vi inngår i de sammenhengende det gjelder (Malterud 2017, side 31).

Med andre ord handler kvalitative forskningsmetoder om å beskrive, analysere og fortolke ulike fenomener. Målet er forståelse, snarere enn en forklaring på det aktuelle fenomenet (Malterud 2017, side 32).

Kvalitative metoder kan benyttes blant annet til forskning der vi stiller oss åpne for et mangfold av mulige svar. Metoden er godt egnet for forskning som vil sette nye spørsmål på dagsorden, eller ved problemstillinger der vi på forhånd ikke har oversikt over de relevante svaralternativene (Malterud 2017, side 32).

Mine intervjuer er utført ved hjelp av *semistrukturerte intervjuer*. Denne formen for intervjuer brukes når temaer fra dagliglivet skal forstås ut ifra intervjupersonens egne perspektiver. Et semistrukturert intervju er verken en åpen samtale eller en lukket spørreskjema-samtale. Denne formen for intervju utføres i overensstemmelse med en intervjuguide med bestemte temaer, og som inneholder forslag til spørsmål. Intervjuet blir som regel transkribert i etterkant av samtalen, og den skrevne teksten og lydopptakene vil til sammen utgjøre materialet for den etterfølgende meningsanalysen (Kvale & Brinkmann 2015, side 46).

Dette prosjektet er en kvalitativ studie med en fenomenologisk tilnærming. Jeg har benyttet en-til-en-intervjuer, fremfor fokusgruppe- intervjuer/gruppesamtaler, for på denne måten å kunne få frem fylldige og detaljerte beskrivelser av informantenes forståelse, følelser, erfaringer, oppfatninger, meninger, holdninger og refleksjoner knyttet til et fenomen (Johannessen et al. 2016, side 113, 144).

En-til-en- intervjuer er også mest hensiktsmessige når det temaet som skal diskuteres er intimt eller personlig (Johannessen et al. 2016, side 144). Jeg anså det som mest hensiktsmessig å anvende denne formen for intervju med mine informanter. Dette fordi de temaene som ble tatt opp under intervjuene, omhandlet den ansatte i Sjømannskirken sine *personlige* møter med mennesker i sorg, kriser og krevende livssituasjoner. Utgangspunktet for analysen er intervjuguiden (vedlegg 1).

### **3.3 Fenomenologi som metode**

Hovedsakelig benyttes en fenomenologisk- inspirert fremgangsmåte i denne masteroppgaven. Begrepet fenomenologi er avledet fra det greske verbet *phainestai*, som kan oversettes til «læren om fenomenene» (Johannessen et al. 2016, side 78).

Fenomenologi er både en filosofi og en kvalitativ metodisk tilnærming. Som *fenomenologisk design* betyr en fenomenologisk tilnærming å utforske og beskrive mennesker og deres

erfaringer med, og forståelse av et fenomen. Fenomenologene studerer individene ut ifra deres væremåte og subjektive virkelighetsoppfatning. Et menneske kan ikke studeres på samme måte som en ting, men må derimot studeres som et handlende, følende, menende, opplevende og forstående individ (Johannessen et al. 2016, side 78).

Fenomenologisk metode brukes for å studere verden slik folk oppfatter den. Målet er å gi en presis beskrivelse av aktørens egne perspektiver, opplevelser og forståelseshorisont. Gjennom å beskrive menneskers subjektive opplevelser, fanger forskeren også indirekte de strukturene som har nedfelt seg i deres bevissthet, og de rutiner og vaner i tenkningen som utgjør de aktuelle fenomenene (Nyeng 2012, sitert i Johannessen et al. 2016, side 78). Ett og samme fenomen oppleves individuelt ut ifra hver persons interesse, bakgrunn og forståelse (Johannessen et al. 2016, side 78).

*Et kvalitativt design med en fenomenologisk tilnærming*, betyr å utforske og beskrive mennesker og deres erfaringer med, og forståelse av et fenomen, i denne sammenheng hvordan det *oppleves* å være ansatt i Sjømannskirken med ansvar for sorg- og krisearbeid (Johannessen et al. 2016, side 78).

*Mening* er et nøkkelord fordi forskeren bestreber seg på å forstå meningen med et fenomen (som kan være en handling eller en ytring), sett gjennom en gruppe menneskers øyne. Når vi tolker hva en handling eller det noen har sagt, betyr, må handlingen eller ytringen sees i lys av den sammenhengen den forekommer innenfor. Forskeren kan ikke forstå mening utenfor de sammenhengende der meningen skapes (Fangen 2004, sitert i Johannessen et al. 2016, side 78).

Mitt valg av fenomenologi som metode er begrunnet i en interesse for å forstå fenomenet sorg- og krisehjelp ut fra aktørens (de ansatte i Sjømannskirken) sine egne perspektiver. Jeg har derfor ønsket å beskrive dette som erfaringer slik den oppfattes av informantene. (Kvale & Brinkmann 2015, side 45).

Ved å innsnevre intervjuet til den opplevde betydningen av intervjupersonens livsverden, har fenomenologien vært relevant for avklaring av forståelsesformen i det kvalitative



forskningsintervjuet (Kvale & Brinkmann 2015, side 45).

### 3.4 Utvalg og rekruttering av informanter

Malterud (2017, side 57) skriver at empiriske data er forskerens kilde til svar på de spørsmål som følger av problemstillingen. Kjennetegn ved utvalget påvirker våre tolkninger og funn. Utvalget bestemmer hvilke sider av saken vi kan si noe om; Altså hva dette er gyldig om, og i hvilken sammenheng.

Mitt utvalg består av 10 informanter. De er alle ansatt i Sjømannskirken, ni i betalte stillinger og en som jobbet som frivillig. Jeg valgte å kun intervju ansatte i Sjømannskirken, og ikke besøkende av kirken. Dette fordi Sjømannskirkens ansatte kan gi mer utdypende perspektiver på hvordan de jobber i møte med de kriserammede, og på hvilke måter de tenker faglig og metodisk i sitt arbeid.

Jeg syntes det var viktig å intervju ansatte i sjømannskirker på ulike steder i verden (i Europa, i USA og i Latin-Amerika), i ulike stillinger og av begge kjønn. Dette for å kunne få et bredere perspektiv på Sjømannskirkens arbeid, og for å se på mulige likheter og forskjeller i erfaringer av kirkens arbeid på de ulike kontinentene. Selv om studien i seg selv ikke er komparativ, så jeg det som interessant å kunne få frem noen komparative elementer mellom de informantene som hadde samme type stilling, men som jobbet i forskjellige kirker i forskjellige land.

De 10 informantene bestod av både kvinner og menn. De hadde/har ulike stillinger i Sjømannskirken, og de var/er i ulike aldersgrupper. Hvor lenge de hadde/har jobbet i den enkelte kirken, varierte også. Den ene av mine informanter, har i tillegg til jobben i den respektive sjømannskirken, også jobbet mange år i Den norske kirke i Norge, i samme type stilling.

Jeg kom i kontakt med mine informanter på følgende måte: De seks første jeg intervjuet, kom

jeg i direkte kontakt med via min diakonipraksis i den ene Sjømannskirken. De fire neste kom jeg i kontakt med ved å kontakte ulike sjømannskirker rundt omkring i verden, ved å sende en e-post og høre om noen av de ansatte kunne tenke seg å stille opp til intervju.

### 3.5 Intervjuene

De seks første informantene, som jeg intervjuet i løpet av min praksisperiode i den aktuelle sjømannskirken, intervjuet jeg ansikt til ansikt, hvor vi satt i samme rom. Jeg intervjuet en og en av gangen. De fire andre informantene ble intervjuet via Zoom, Teams og Skype. Jeg intervjuet to av informantene en-til-en, mens de to resterende (som jobber i samme kirke), ønsket å la seg intervju sammen, for på denne måten å kunne utfylle hverandres svar.

Alle informantene fikk en forespørsel på forhånd, hvor jeg fortalte kort om hva dette studiet handler om. Videre ble samtykkeerklæring signert av informantene og returnert tilbake til meg.

Intervjuguiden inneholder 11 spørsmål, og denne ble sendt ut i god tid i forveien, slik at informantene skulle få tid til å forberede seg til selve intervjuet. Spørsmålene i intervjuguiden omhandler hva slags sorg, kriser og/eller andre vanskeligheter de ansatte i de fire sjømannskirkene har vært involvert i, i sine møter med nordmenn i utlandet. Videre inneholder intervjuguiden spørsmål om på hvilke måter de ansatte selv føler de har vært til hjelp for de kriserammede i ulike, krevende situasjoner, og hvorvidt de ansatte selv tenker de kunne møtt de kriserammede på en annen måte enn det som ble gjort der og da. Det er også tatt med spørsmål i intervjuguiden om hva de ansatte selv tenker/mener kunne vært annerledes med Sjømannskirken, og om hvorvidt møtene med de kriserammede har endret noe hos de ansatte i form av deres egne holdninger, følelser og/eller (kristne) tro. Jeg har i tillegg ønsket å få vite noe om hvordan hjelpetilbudet er for nordmenn som sliter psykisk, i de områdene de fire respektive sjømannskirkene befinner seg, samt hvorvidt psykisk helsehjelp gitt av Sjømannskirkens egne ansatte, statistikkføres eller ikke.

Mine intervjuer var forholdsvis korte, fra ca. 20 til 45 minutter. Seks av dem ble utført før

pandemien, og de resterende fire under pandemien. I etterkant, under transkriberingen av intervjuene, tenkte jeg at jeg gjerne skulle ha stilt flere oppfølgingsspørsmål, særlig rundt hvordan Sjømannskirkens ansatte jobbet under pandemien, for å ivareta de besøkende av kirken. Alle jeg intervjuet var imøtekommende, positive og vennlige. Intervjuene ble spilt inn via en lydopptaker som jeg lånte på VID sitt bibliotek. Dette for å sikre at jeg fikk med meg alt som ble sagt. Etterpå transkriberte jeg alle intervjuene.

### 3.6 Metodekritikk

Malterud (2017, side 23) skriver at ingen kunnskap er allmenngyldig, i den betydning at den vil gjelde under alle omstendigheter for ethvert formål. Derfor er *generaliserbarhet* et problematisk begrep. Forskeren skal overveie validiteten av hva studien forteller noe om, og hvilken overførbarhet funnene har utover den sammenhengen der studien er gjennomført (Kvale 1996, sitert i Malterud 2017, side 23).

Vi kan sjelden svare ja eller nei på spørsmålet om det vi har funnet, er sant. Det er derfor viktigere å ta stilling til hva metoden og materialet gir anledning til å si noe om, og hvilken rekkevidde og overførbarhet resultatene har. Feltet og konteksten der kunnskapen er innhentet, vil alltid være med på å bestemme kunnskapens rekkevidde i tid og rom (Malterud 2017, side 23).

I min studie av Sjømannskirkens hjelpearbeid har jeg intervjuet til sammen 10 informanter. Dette er kirkelig ansatte, som jobber i fire ulike sjømannskirker fordelt på tre ulike kontinenter. Det finnes til sammen 29 sjømannskirker i verden, fordelt på fem kontinenter. Da jeg naturligvis ikke har hatt anledning til å intervjuer samtlige av de ansatte i alle verdens sjømannskirker, vil man ikke kunne si at mine funn vil gjelde under alle omstendigheter, for ethvert formål. Videre vil typen av kriser de ansatte jeg har intervjuet, opplever, kunne variere med tiden. Andre typer kriser/hendelser/situasjoner kan ha oppstått i etterkant av intervjuene som ble foretatt. Mine funn i denne masteroppgaven vil derfor bare kunne gi et utsnitt av hva et utvalg av ansatte i Sjømannskirken opplever av kritiske hendelser i sitt daglige arbeid med nordmenn i utlandet.

Malterud (2017) skriver at det første spørsmålet om validitet er hva det er sant om, såkalt *intern validitet* (Kvale 1996, sitert i Malterud 2017, side 23). Begrepet *relevans* kan være et nyttig stikkord her. Man bør spørre seg selv om man har brukt relevante begreper eller kartleggingsmetoder for å studere det fenomenet man ønsker å se på. Man må gjennomgå de verktøyene man bruker for å finne frem til kunnskapen, og stille seg selv spørsmål om i hvilken grad metoden og referanserammen er egnet til å gi gyldige svar på de spørsmålene man stiller. Uansett hvor presise data undersøkelsen kan fremskaffe, vil den interne validiteten bli lav dersom ikke kartleggingen gjennomføres på en måte som er relevant for formålet (Malterud 2017, side 23, 24). Jeg har gjennom intervju spørsmålene forsøkt å finne ord og begreper som er forståelige for informantene, og som svarer på min problemstilling. Begrepene «sorg» og «krise» er kjente begreper for mine informanter, og da informantene/de ansatte er profesjonelle, har de også en faglig bakgrunn for å forstå disse begrepene.

Det andre spørsmålet om validitet gjelder overførbarhet (*ekstern validitet*). Her vil et nyttig stikkord være *kontekst*. Sagt med andre ord: Til hvilke sammenhenger kan våre funn gjøres gjeldende ut over den konteksten der vi har kartlagt dem? Vi må gjennomgå forholdet mellom det utvalget vi henter data fra, den type kunnskap som vi ønsker å utvikle, og rekkevidden våre funn kan få på dette grunnlaget. Overførbarhet av funn fra kvalitative studier er ofte knyttet til utvalget, men henger i like stor grad sammen med relevansspørsmålet: På hvilken måte kan disse resultatene bidra til å opplyse en lignende problemstilling i en annen sammenheng? (Malterud 2017, side 24).

Kan det tenkes at mine funn hadde sett annerledes ut dersom jeg hadde intervjuet ansatte i andre sjømannskirker enn de fire sjømannskirkene jeg på forhånd valgte meg ut? Vil mine funn kunne overføres til kirkelig ansatte i Norge?

Den beste fremgangsmåten for å finne ut av hvordan ansatte i Sjømannskirken hjelper nordmenn i utlandet i krevende situasjoner, er å spørre dem direkte ved hjelp av intervju spørsmål fra en intervjuguide. Inngående undersøkelser av Sjømannskirkens hjelpearbeid og/eller grundige drøftinger, vil være mindre relevant i en slik studie som

denne. Informantenes svar på spørsmålene i intervjuguiden (innsamling av data) vil kunne være gode og treffende på bakgrunn av studiets intensjoner, da datamaterialet er gyldig for å svare på oppgavens problemstilling. Imidlertid er det viktig å ta i betraktning at utvalget er lite, med kun 10 informanter, og at funnene fra denne studien derfor ikke nødvendigvis vil være gjeldene for absolutt alle ansatte i alle de 29 sjømannskirkene i verden.

### 3.7 Forskningsetikk

Johannessen et al. (2016, side 88) skriver at ved forskning, inkludert studentprosjekter, hvor det er nødvendig å samle inn informasjon om identifiserbare enkeltpersoner, impliserer dette juridiske forhold som må avklares. Her er det særlig lov om behandling av personopplysninger (personopplysningsloven) som kommer til anvendelse.

Ifølge personopplysningsloven er personvern en persons rett til et privatliv og retten til å bestemme over egne personopplysninger. Dersom man skal samle inn opplysninger om mennesker, trenger man både å ha en god og lovlig grunn, ha tillatelse, ta hensyn til de registrerte og å sørge for sikker behandling av informasjonen (Johannessen et al. 2016, side 88).

Personopplysninger kan være såkalte *direkte* identifiserbare opplysninger, som enkelt kan knyttes til en bestemt person, slik som navn, adresse og fødselsnummer. Personer kan også identifiseres *indirekte* ved en kombinasjon av flere opplysninger, slik som kjønn, alder, yrke og bosted. Opplysninger om personer som kan spores tilbake fra e-post\IP-adresse, som ved bruk av nettbaserte spørreskjemaer, er også personopplysninger (Johannessen et al. 2016, side 88).

Noen opplysninger er definert som *sensitive*, blant annet opplysninger om helseforhold og politiske, filosofiske og religiøse oppfatninger (Johannessen et al. 2016, side 89).

For å sikre anonymitet av mine 10 informanter, har jeg i denne masteroppgaven erstattet alle informantenes egentlige navn med fiktive navn/pseudonymer. Informantenes yrker og alder

er også utelatt. Det fremkommer heller ikke i oppgaven i hvilke land de fire sjømannskirkene er lokalisert.

Det ble sendt inn en elektronisk søknad til NSD (Norsk senter for forskningsdata) av meg. Jeg måtte spesifisere særskilt i søknadsskjemaet at jeg skulle innhente personopplysninger som omhandler religion/religiøse oppfatninger og synspunkter, til bruk i masteroppgaven. I tillegg måtte jeg spesifisere at det skulle benyttes lydopptaker under intervjuene. Videre måtte jeg spesifisere at jeg skulle bruke en ekstern tjeneste til å samle inn data (Skype), da flere av intervjuene ikke kunne gjennomføres ansikt til ansikt, men måtte skje via nettet. Dette skyldtes i all hovedsak at fire av intervjuene ble foretatt under pandemien.

Prosjektet ble godkjent av NSD under forutsetning av at jeg ikke samlet inn direkte eller indirekte opplysninger om tredjepersoner (besøkende i kirken), da slike opplysninger potensielt kan være svært sensitive og personlige.

Det ble gitt samtykke etter Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a, og uttrykkelig samtykke etter Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a.

Da prosjektet ble forsinket, avtalte jeg med NSD at jeg skulle anonymisere transkripsjonene og slette alle personopplysningene (inkludert samtykkeerklæringer og lydopptak). Jeg jobbet da kun med anonymiserte transkripsjoner, og det var dermed ikke nødvendig å kontakte informantene for ytterligere samtykke om deltakelse i prosjektet. Videre gav NSD tilbakemelding om at de kun følger opp prosjektet så lenge det er snakk om behandling av personopplysninger.

## 4 Teori

### Innledning

I dette kapittelet skal jeg gjøre rede for ulike teorier på områdene sorg, nyere sorgforståelse, «tosporsmodellen», begrepet «kriser» og på hvilke måter man som profesjonell hjelper kan møte kriserammede. I tillegg redegjør jeg for temaet «utbrenthet blant kirkelige ansatte». På temaet «Hva er sorg?» anvender jeg bøkene av Mogensen & Engelbrekt (2017) og Eide & Eide (2017.) På neste tema, som tar for seg nyere sorgforståelse, anvendes litteratur av Austad (2017). Artikkelen av Stroebe & Schut (2010) legges til grunn for å forklare «tosporsmodellen». For å redegjøre for hva som legges i begrepet «kriser», bruker jeg litteratur fra Hoff, Brown & Hoff (2011). Videre anvender jeg Wittrup Djup (2020) sin digitale fagartikkel for å beskrive hvilke egenskaper man bør ha i møte med kriserammede mennesker. På temaet som omhandler utbrenthet blant kirkelige ansatte, bruker jeg boken til Nordeide et al. (2008), samt litteratur fra Sjømannskirkens nettsider.

#### 4.1 Hva er sorg?

(Eide & Eide 2017) skriver at normalreaksjonen på tap er sorg, og det er en følelse det er vanskelig å slippe innpå seg fordi tap vil utfordre ens selvfølelse og evne til å se mening i tilværelsen. Umiddelbart beskytter man seg gjerne både mot erkjennelsen av tapet og sorgen som følger med. Etter hvert blir man i stand til å slippe følelsene mer til. Hvis man da fortsetter å beskytte seg mot tapet og holder reaksjonene unna, vil man i liten eller ingen grad bearbeide det. Det er naturlig å pendle mellom positive og negative følelser (Eide & Eide 2017, side 77).

Mogensen & Engelbrekt (2017) skriver at sorg i forbindelse med et dødsfall handler om at noe er ugjenkallelig tapt og mistet, og at det verken kan gjenskapes etter reetableres. Videre refererer Mogensen & Engelbrekt (2017) til boken *Handbook of Bereavement* av Stroebe et al. (2008) *Handbook of Bereavement* opererer med følgende inndelinger:

- Tap- Den objektive situasjonen rundt tapet
- Sorg- Primært følelsesmessige reaksjoner
- Å sørge- Den måten den sørgende viser sin sorg på

(Stroebe et al. 2008, sitert i Mogensen & Engelbrekt 2017, side 16).

Selv om de første uker eller måneder etter tapet er kaotiske og ofte smertefulle, vil de fleste oppleve at de over tid i større eller mindre grad vil kunne greie å tilpasse seg hverdagen etter tapet. Tiden er altså en avgjørende faktor. De fleste sørgende vil oppleve symptomer som opptatthet av tapet, manglende forståelse av det endelige dødsfallet, søvnbesvær og meningsløshet i tiden etter tapet. De fleste greier likevel å opprettholde et normalt hverdagsliv, til tross for at de i perioder vil kunne føle seg overmannet av følelser (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 15-17).

#### 4.1.2 Forventet død

Ved forventet død har det i tiden før dødsfallet vært et forløp, hvor den sørgende har visst at personen var døende. I den perioden hvor det er et forventet tap, kan det også oppstå forventet sorg, noe som betyr at sorgprosessen noen ganger begynner før selve dødsfallet, fordi den sørgende vet at han/hun snart kommer til å miste den døende. Det betyr at sorgreaksjoner som sjokk, savn, sinne og for eksempel tanker om livet etter døden, begynner å melde seg hos den sørgende allerede *før* tapet. Denne forventede sorgen kan også ofte bety at det kommer færre sorgreaksjoner, når personen dør, og i tiden *etter* tapet (Worden 2006, sitert i Mogensen & Engelbrekt 2017, side 120). Et dødsfall etter lang tids sykdom kan ofte føre til lettelse i forlengelse av tapet, da hverdagen med en syk ofte vil være krevende for de pårørende. De pårørende er gjerne preget av angst for når døden vil komme. Når lettelsen over dødsfallet tar slutt i løpet av de første månedene etter tapet, vil det igjen bli plass til sorg, og savnet vil melde seg (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 121).



#### 4.1.3 Plutselig dødsfall

De sørgende som opplever plutselig død hos en nærstående, beskriver ofte at de ikke forstår hva som har skjedd. De har ikke kunnet forberede seg på dødsfallet, og i starten kan den sørgende fortrenge erkjennelsen av at han/hun aldri kommer til å se avdøde igjen, nettopp for ikke å bli overveldet av følelser (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 107).

Noe av det som kan hjelpe etterlatte til å forstå at avdøde er død, er å skape en kronologisk forståelse av det som har skjedd, fordi plutselig død ikke gir tid til forberedelse. Ved plutselig død oppstår det ofte avvikende fortellinger om tapet blant de sørgende: Hvordan det skjedde, hvem som var der, og hvem som gjorde hva. Dette kan føre til at de sørgende sitter igjen med en fragmentert fortelling om hva som egentlig skjedde da vedkommende døde (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 107,108).

Når døden kommer uventet, skjer det ofte at de gjenlevende i ettertid vil kjempe med å skulle gjenvinne troen på kontroll i livet. En plutselig konfrontasjon med døden vil kunne ryste ens egne overbevisninger markant. Det er viktig for hjelpere å gi plass til de rammedes bekymringer og følelser (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 107-110).

Plutselige dødsfall har oftere en annen dramatik over seg enn forventede dødsfall (Worden, 2006, sitert i Mogensen & Engelbrekt 2017, side 108). Hvis selve dødsfallet eller beskjeden om dødsfallet har vært veldig traumatisk, får det ofte betydning for den sorgen som følger. Traumatiske opplevelser er ofte kjennetegnet ved:

1.) Påtrengende bilder av dødsfallet

2.) Unngåelse av tanker om dødsfallet

og/eller

3.) Forhøyet alarmberedskap, hvor den sørgende for eksempel tolker lyder, lukter og andre stimuli som farlige, selv om de kan være nøytrale. Det som ofte skjer ved traumatiske dødsfall, er at alt for mange sanseinntrykk tas opp på en gang, og for å kunne overleve og handle i situasjonen, vil kroppen forberede seg på enten kamp eller flukt. Man kan si at det skjer en splittelse mellom kropp og psyke i slike situasjoner: Kroppen husker fornemmelsen

av alvor, belastning og rystelse, mens psyken ikke greier å skape en fortelling om hvordan det var for den traumatiserte å være vitne til hendelsen (van der Kolk et al., 1996, sitert i Mogensen & Engelbrekt 2017, side 110).

De profesjonelle rundt den sørgende må derfor være oppmerksomme på hvor belastet den sørgende er grunnet påtrengende bilder fra dødsfallet, eller dødsbudskapet, mareritt om dødsdagen, mareritt om å se avdøde i likhus/kapell osv. Hos traumatiserte kommer disse bildene ofte ufrivillig, uten at vedkommende greier å avlede seg vekk fra disse bildene og tankene. Her trenger de traumatiserte profesjonell hjelp til å greie å komme videre (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 110, 111).

#### 4.1.4 Ulykker

For de som er vitne til et dødsfall som skjer gjennom en ulykke, kan det være vanskelig å forstå at ulykken kunne skje så plutselig, og uten at noen kunne gjort noe mer. Dette kan føre til en følelse av hjelpeløshet og uvirkelighetsfølelse hos den sørgende, og den sørgende kan føle seg handlingslammet (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 116).

Den sørgende kan oppleve mareritt om ulykkesdagen, fravær av følelser og manglende forståelse av at avdøde faktisk er død. For noen sørgende etter ulykker kan det være tilstrekkelig at de får mulighet til å fortelle om hendelsen, og på denne måten få utløp for noe av det voldsomme de har vært vitne til. Hvis ufrivillige bilder fra ulykken stadig plager den sørgende en måned etter dødsfallet, og på denne måten invalidiserer den sørgendes hverdag, anbefales profesjonell hjelp. Det kan oppstå overlevelsesskyld, dersom vedkommende selv var til stede da ulykken inntraff, noe som betyr at han/hun sliter med dårlig samvittighet i etterkant av hendelsen over at han/hun selv lever, mens avdøde måtte dø. Noen etterlatte kan føle på sinne og føle seg straffet ved å måtte leve videre med savnet etter avdøde, i tillegg til en stor tristhet (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 116,117).

Et annet hyppig trekk ved sorg i forbindelse med plutselige dødsfall, og særlig ved ulykker, er

«hva hvis-tanker» hos de overlevende. Tanker om alt som kunne vært annerledes «hvis bare...». Ved ulykker er det ofte et stort behov for å finne noen som kan ta ansvar eller medansvar for det som har skjedd. Hva-hvis-tankene kan være en måte å ta selvansvar på, men det er også ofte et behov for å finne en ytre, ansvarlig person. Dette er en måte å få kontroll på, da det vil føles vanskelig å forstå at livet kan mistes helt tilfeldig, uten forvarsel. Ved å finne en årsakssammenheng eller noen som kan holdes ansvarlige, kan man greie å holde meningsløsheten ved tapet vekk fra livet (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 116, 117).

Det å ha overvært en ulykke, kan utløse et stort alarmberedskap, da kroppens kamp-flukt-mekanismer er aktivert, noe som gjør at den sørgende har følelsen av å skulle handle raskt og være konstant årvåken. Dette kan føre til blant annet søvnløshet, følelsen av å ikke kunne finne ro og hvile noen steder, fordi vedkommende er i konstant beredskap, en tilstand som ikke slipper taket. I slike tilfeller skal det søkes profesjonell hjelp (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 116-118).

Krisereaksjoner er gjerne sterkest når tapet kommer uforberedt. Sorgprosessen er individuell og følger ikke nødvendigvis et fastsatt mønster, men tap etter traumatiske hendelser og katastrofer krever en annen tilnærming enn tap som er forventet som ved livstruende sykdom (Kristensen mfl., sitert i Eide & Eide 2017, side 77).

#### **4.2 Nyere sorgforståelse**

På 1990-tallet skjedde det et skifte i vestlig sorgforståelse. Sentrale ideer om sorg beveget seg fra fokus på løsrivelse til fortsatte bånd. Sorgforståelsen har forandret seg gjennom historien, og fordi sorgforståelse er tett sammenvevd med kultur, vil den variere på tvers av land og kontinenter (Austad 2017, side 6).

Begrepet «sorgmodell» betyr spesifikke modeller for mestring av sorg, mens begrepet «mestring» referer til prosesser og strategier for å mestre og tolerere den situasjonen som

man som individ kommer i etter et tap (Austad 2017, side 5).

Den modernistiske og vestlige ideen om sorg relateres ofte til Sigmund Freuds essay fra 1917; *Mourning and melancholia*. Her beskriver Freud sorgens mål som løsrivelse fra den avdøde, og sorgens hensikt var, ifølge Freud, å rekonstruere et autonomt individ som hadde evne til å gi slipp på den døde og forme nye relasjoner. Også teoretikere etter Freud, slik som John Bowlby og Colin M. Parkes, var opptatt av å bryte båndene til avdøde og knytte nye bånd. Målet ifølge Freud, var å gi slipp og greie å gå videre, uten den avdøde. Bowlby så løsrivelsen som et ledd i å reorganisere tilknytningen til den døde, hvor poenget var at den døde var fysisk borte for alltid (Austad 2017, side 6).

I 1996 kom det to publikasjoner som presenterte seg som nye sorgforståelser. Dette var en antologi redigert av Klass, Silverman & Nickman med tittelen «Continuing Bonds, new understandings of grief» og en artikkel av Tony Walter med tittelen «New model of grief: Bereavement and biography». Disse publikasjonene vakte debatt, og det ble også betegnet som et paradigmeskifte (Austad 2017, side 6).

Løsrivelsesideen ble altså utfordret av *teorien om fortsatte bånd*. Teorien om fortsatte bånd ble lagt frem av Dennis Klass og kolleger på 90-tallet. Bakgrunnen for teorien var empirisk forskning som fant at mange sørgende, faktisk fortsatte båndene til avdøde. Dette til tross for den rådende forståelsen av sorg. Man fant også at fortsatte bånd til avdøde ikke nødvendigvis var korrelert med negative helsevariabler, men at mange sørgende subjektivt opplevde sine fortsatte bånd som en hjelp og en trøst (Austad 2017, side 6,7).

Fortsatte-bånd-paradigmet setter spørsmålsteget ved tanken om at man må bryte båndene til den døde for å få en god og adaptiv sorgprosess. I stedet fremsetter denne teorien at fortsatte bånd kan føles som en trygg havn for de etterlatte i en vanskelig tid, og på denne måten være som en hjelp i sorgen (Austad 2017, side 7).

Det er imidlertid ikke slik at fortsatte bånd til avdøde alltid fører til en konstruktiv sorgprosess, men at det *kan* være til hjelp. Tony Walter beskriver fortsatte bånd som narrativer, altså som fortellinger om avdøde som man bærer med seg videre. Tilknytningen til

den døde kan uttrykkes gjennom for eksempel å bevare minner, tenke på hva den døde ville gjort når man selv står overfor et valg, samle på den dødes eiendeler, eller det å oppleve kontakt med avdøde (Austad 2017, side 7).

Margareth Stroebe er den som i størst grad har tatt til orde for at det ikke behøver å være et enten- eller mellom det å fortsette og det å bryte båndene til avdøde. Noen kan trenge å løsne båndet til den døde, for på denne måten å innse at relasjonen ikke er som da avdøde levde, mens andre kan ha nytte av fortsatte bånd til vedkommende. Dette ser derfor ut til å være en individuell prosess (Austad 2017, side 7).

#### **4.3 Tosporsmodellen: *The Dual Process Model of coping with Bereavement: A decade on (Stroebe & Schut 2010).***

Tanken bak den såkalte "tosporsmodellen", utviklet av psykologene Margaret Stroebe og Henk Schut (1999; 2010) var å lage en modell som beskriver mestring av sorg og prediksjon av sorgsymptomer (Stroebe & Schut 2010, side 237).

Det finnes mange ulike modeller som tar opp hvordan man kan håndtere sorg. Disse modellene inneholder såkalte «guide lines» (retningslinjer), det vil si teorier om hva som må til for å komme seg ut av sorgen. Fra det 20. århundre finner man modeller som blant annet «The phase model» utarbeidet av Bowlby (Bowlby 1980, Parkes 1972/1996) og «The task model» utarbeidet av Worden (Worden 1982, 1991, 2002, 2009) (Stroebe & Schut 2010, side 274).

Videre finner man såkalt «Grief work» (sorgarbeid) av Freud (Freud 1997/1975). «Grief work» som prosess handler om en forståelse av virkeligheten gjennom konfrontasjon av døden. Dette bør gjøres ved hjelp av gjennomgang av hendelser og tiden før dødsfallet, med fokus på minner om avdøde (Stroebe & Schut 2010, side 275).

Disse ulike modellene har sine begrensninger, noe som førte til utviklingen av den såkalte «DPM-modellen» (The Dual process Model of coping with Bereavement) av Stroebe og

Schut. Denne modellen baserer seg på en utvidelse/utvikling av de tidligere teoriene om sorgprosesser. Det finnes flere måter å forsones seg med sorg på, så metodene i modellen er ikke universelle. I likhet med andre sorgteorier, ønsker DPM å beskrive mestring av sorg og predikere sorgsymptomer. Modellen er normativ i den forstand at den beskriver god versus mindre god tilnærming til hvordan håndtere og forstå mennesker i sorg (Stroebe & Schut 2010, side 275).

De tidligere sorgmodellene snakker om å være passiv fremfor å «deale» med det som har skjedd, som en ikke- adaptiv tilnærming. Sorgen blir da neglisjert, noe som flytter en bort fra en viktig del av sorgprosessen (altså det å *ikke* neglisjere sorgen). Stroebe og Schut (2010) hevder imidlertid at det er slitsomt og utmattende å sørge og derfor viktig å ta pauser fra å gå inn i sørgerommet. Stroebe & Schut (2010) hevder også at tidligere modeller kun snakker om å ha fokus på avdøde og emosjonene knyttet til avdøde, og ikke på andre elementer som kan følge med et dødsfall. Dette kan for eksempel være økonomiske bekymringer, det å skulle ha aleneomsorg for barn også videre. Stroebe sier at det finnes ingen bevis for at å bruke ulike modeller gjør at man vil tilpasse seg bedre, etter hvert som tiden går (Stroebe, Schut & Stroebe 2005, sitert i Stroebe & Schut 2010, side 275).

Tosporsmodellen bygger videre på en kognitiv stress-teori (Folkman 2001, Lazaruse, Folkman, 1984). The Dual Process Model of Bereavement (DPM-modellen) retter fokus på to ulike punkter når det kommer til hvordan håndtere stress relatert til sorg. Disse er:

1. Tapsorientering: Dette vil innebære en prosessering av sorgen og tapet, med en smertefull erkjennelse av dødsfallet, og et «nytt liv», uten vedkommende.
2. Restaurasjonsorientering: Å planlegge å leve det nye livet. Dette er en viktig del av en sorgprosess (Parkers`s, psychosocial transition theory, e.g. 2006). Begge disse punktene er viktige nettopp fordi det bør være søkelys på begge deler i en sorgprosess (Winjgaarden, Stroebe, Stroebe, Schut, Van der Heijden, et al, 2008, sitert i Stroebe & Schut 2010, side 277). Den kognitive stress-teorien handler om både følelses- og problemfokuset mestring (Billings & Moos 1981, 1984; Folkman, 2001, sitert i Stroebe & Schut 2010, side 277).

Man kan snakke om både «problemfokus» (Folkman 2001; Lazarensus & Folkman, 1984) og

«tapsorientering». Den problemfokuserede metoden/modellen handler om å forsøke å beholde den døde nær seg, ved for eksempel å plante et tre i hagen i hans/hennes minne, mens det innenfor tapsorientering har man fokus på å greie å innse at den avdøde ikke kommer tilbake. Begge disse metodene kan benyttes for å greie å håndtere stress i en sorgprosess (Stroebe & Schut 2010, side 277).

Både den såkalte «taps-faktoren» og den såkalte «gjenopptakelsesfaktoren» kan brukes både først i og midt i en sorgprosess. Begge faktorer kan være en kilde til både stress og engstelse, men samtidig kan de begge være en del av en meningsfull prosess. Både tap og gjenopprettelse vil kunne være dynamiske og svingende, og de vil kunne endre seg/skifte over tid. Innenfor DPM-modellen er både konfrontasjon *og* unngåelse (av tapet), en kompleks reguleringsprosess, som vil være viktige for adaptiv mestring. Tidvis vil den sørgende konfrontere tapet av avdøde, mens andre ganger vil han/hun ønske å unngå å tenke på det. Målet for de begge er gjenopprettelse (Stroebe & Schut 2010, side 278).

DPM-modellen handler om såkalt “pendling” mellom positive og negative følelser. Begge deler er viktige i en sorgprosess, det vil si både erkjennelse av døden og fokus på gjenopprettelse. Vedvarende negative følelser vil føre til en forsterkning av sorgen, men dersom det på den andre siden *bare* blir søkelys på de positive følelsene, vil sorgen bli neglisjert (Stroebe & Schut 2010, side 278).

DPM-modellen bygger på allerede eksisterende sorgteorier, som integreres i denne modellen. Den kognitive stress-teorien handler om konfrontasjon versus unngåelse, hvor man «pendler» mellom de positive og de negative følelsene i sorgprosessen og mellom tapsorientert og gjenopptakelses- orientert (Stroebe & Schut 2010, side 279).

«Kronisk sorg» kan innebære et ensidig fokus på bare sorg, mens «komplisert sorg» handler om å utvikle sterke symptomer på unngåelse og fortrenkning. Både ved kronisk og også «fraværende sorg» kan det oppstå sterke reaksjoner på både gjenopprettelse og unngåelse (Stroebe & Schut 2010, side 281).

DPM-modellen snakker om at kvinner og menn kan reagere ulikt i en sorgprosess (Stroebe,

Stroebe & Schut, 2001). Kvinner er gjerne mer tapsorienterte, og føler på nød, mens menn oftere føler på gjenopprettelse og er praktisk orienterte (Winjgaards et al, 2008; cf Parkes, 2006). Fordi kvinner og menn ofte sørger forskjellig, kan dette påvirke en par-relasjon på en negativ måte (Stroebe & Schut 2010, side 282).

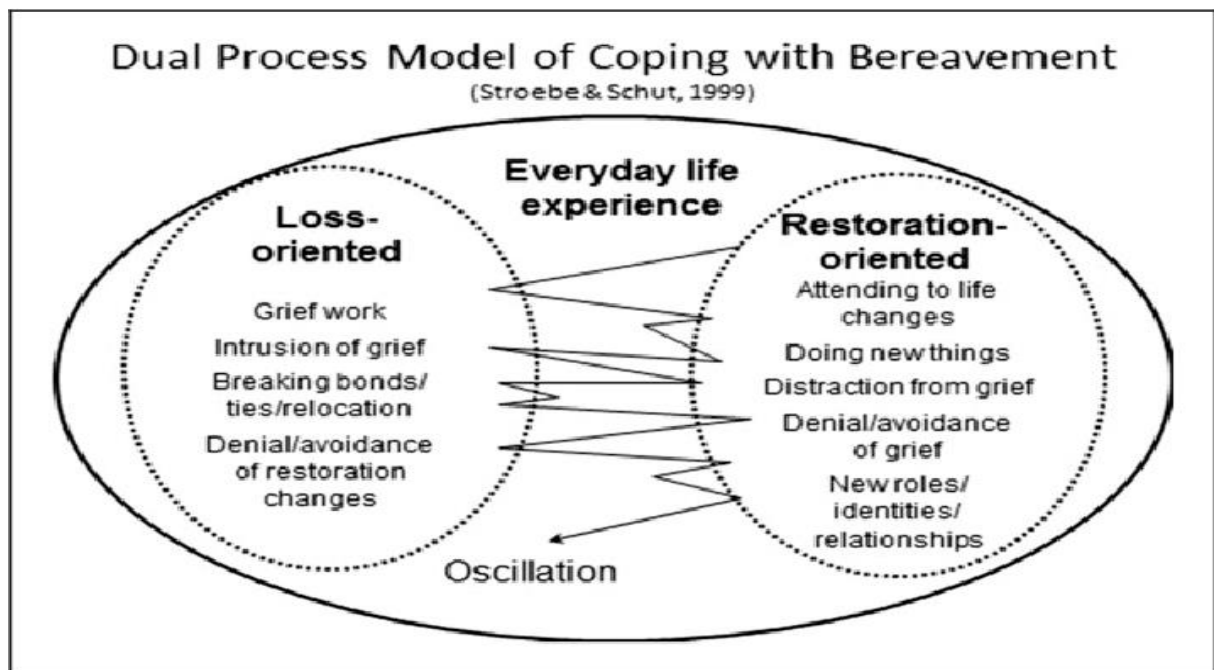
Det finnes ulike måter å sørge på, avhengig av hvilken kultur man kommer fra, når man snakker om tap og gjenopprettelse (Wikan c, e.g. 1988). For eksempel viser muslimene som bor på Bali, gjerne ingen tegn på sorg (etter et dødsfall), og dagliglivet fortsetter som før. Blant muslimene i Egypt vil det være motsatt (Stroebe & Schut 2010, side 283).

DPM-modellen snakker om at det hos den sørgende gradvis vil bli mindre søkelys på tapet, og mer fokus på gjenopprettelsen, etter hvert som tiden går. DPM-modellen har til nå hatt mest fokus på sorgprosessen etter tapet av en partner, noe som skyldes at det er nettopp dette som har vært mest i søkelyset på tidligere utførte empiriske studier. Nå har det også blitt mer fokus på sorgen i forbindelse med tapet av et barn (e.g., Winjsgaard et al, 2008) og sorgen til eldre mennesker (Hansson & Stroebe, 2007). Modellen har nå i tillegg også søkelys på en persons hjemlengsel, en såkalt «mini-sorg». Kan DPM-modellen også kunne anvendes i forbindelse med andre typer tap, slik som for eksempel skilsmisse, kronisk sykdom, også videre? Det trengs fortsatt mer forskning på disse områdene (Stroebe & Schut 2010, side 282).

Det kan være vanskelig å utføre empirisk forskning på hvor godt DPM-modellen egentlig fungerer, fordi ingen mennesker reagerer likt på et tap og det vil derfor være mange variabler i spill. Den dynamiske prosessen i DPM-modellen, den såkalte «oscillation» eller «pendlingen», kan endre seg fra ett øyeblikk til det neste (Stroebe & Schut 2010, side 283-285).

Konklusjonen blir at de tidligere sorgmodellene trengte en nødvendig revisjon for å definere for hvem, og på hvilken måte de kan brukes, og om hvorvidt modellen er virkningsfull (Stroebe & Schut 2010, side 277).





Bildet over viser en illustrasjon av tosporsmodellen (Dual Process Model of Coping with Bereavement).<sup>13</sup>

#### 4.4 Hva er kriser?

Det er forskjeller mellom begrepene «stress», «kniper», «nødsituasjoner», og emosjonell eller mental ubalanse og sammenbrudd. Stress kan forklares som spenninger eller press, og regnes ikke i seg selv som en krise. Å være i en «knipe» betegnes heller ikke som «krise», men handler heller om å befinne seg i en situasjon som er ubehagelig, farlig eller pinlig. Å være i en nødsituasjon kan dreie seg om en hendelse som krever umiddelbar handling, og ofte kan det handle om liv eller død. Emosjonelle eller mentale problemer regnes heller ikke som kriser. Kriser kan defineres som en alvorlig situasjon eller et vendepunkt, bestående både av fare og muligheter (Hoff et al., 2011, side 3).

<sup>13</sup> <https://www.semanticscholar.org/paper/Overload%3A-A-Missing-Link-in-the-Dual-Process-Model-Stroebe-Schut/05a5fea348a26b3268a23b17d4512c92ec55a714/figure/0>

Som et eksempel, skriver forfatterne av boka *People in Crisis* (Hoff et al., 2011) om en kvinne ved navn Deborah, som får et hjerteinfarkt og som må hentes av ambulanse og kjøres til sykehuset. Dersom Deborah og hennes familie blir ekstremt opprørte på grunn av denne hendelsen, og føler seg handlingslammet når det gjelder å greie å håndtere situasjonen, kan man si at de befinner seg i en krise. Kronisk stress kan føre til et psykisk sammenbrudd for Deborah og familien, avhengig av de ulike faktorene som er involvert, både psykologisk, sosialt og kulturelt (Hoff et al, 2011, side 3, 4).

Begrepet «krise» i en klinisk kontekst betyr i denne sammenhengen å befinne seg i en akutt og følelsesmessig situasjon, hvor man midlertidig ikke er i stand til å mestre og løse problemene sine. En krise er midlertidig, og «krisehåndtering» handler om å greie å jobbe seg gjennom krisen og å finne løsninger. Dette er en prosess som vanligvis innebærer ulike grep og handlinger både fra den som er rammet av krisen og fra personens nettverk. Dette kan vi kalle for «psykososial helsehjelp» (Hoff et al., 2011, side 2 og 3).

Om løsningen på den oppståtte krisen blir positiv eller negativ, vil avhenge av den såkalte «krise-intervensjonen», det vil si om hvorvidt den rammede får hjelp utenfra, fra en såkalt «krise-arbeider». Dette kan for eksempel være en sykepleier, en sosialarbeider, en politimann, en lege, eller en rådgiver (Hoff et al., 2011, side 3).

Krise-intervensjon er en kortvarig hjelpeprosess, hvor fokuset er å finne en løsning på det umiddelbare problemet som har oppstått, ved hjelp av både personlige, sosiale og miljømessige ressurser. Kriserådgivning er tidsbegrenset og består av å holde fokus på både emosjonelle, kognitive og atferdsmessige konsekvenser av krisen. Dette arbeidet utføres vanligvis av hjelpere som behersker teknikker innen denne typen rådgivning. *Psykoterapi* er derimot en hjelpeprosess som strekker seg over et lengre tidsrom, og som retter seg mot å hjelpe en person med å endre sitt eget tankemønster og sine følelser (Hoff et al., 2011, side 3).

Krise-intervensjon er relatert til, men samtidig forskjellig, fra psykoterapi. Eksempelvis kan en helsearbeider som vurderer at en pasient har høy selvmordsfare, ta umiddelbar kontakt med et døgnåpent senter som kan bistå, eller ringe en spesialist på mental helse. Psykoterapeuter,

på den annen side, som opplever en lignende situasjon med en pasient, vil vanligvis være forberedt på å integrere denne krisen som en del av en krise-intervensjons-prosess, hvor en terapikontrakt ligger til grunn for dette arbeidet (Hoff et al., 2011, side 3).

«Akutt-psykiatri» er en gren innen medisinen som omhandler akutte atferdsforstyrrelser relatert til alvorlig kognitiv svikt eller følelsesmessig ustabilitet. Akutt-psykiatri kan overlape med krise-intervensjon, men det omhandler også nødvendigheten av en medisinsk intervensjon, slik som psykoterapeutisk medisin eller innleggelse på en psykiatrisk institusjon. Paradigmet for denne hjelpeprosessen og den teorien som støtter den, kalles for «krisemodellen» (Hoff et al., 2011, side 3).

Selv om stressende livshendelser, følelsesmessige forstyrrelser og nødsituasjoner er en del av livet, og som alle har potensialet for å utvikle seg til en krise, trenger ikke en krise nødvendigvis å oppstå som følge av en traumatisk situasjon. Kriser trenger heller ikke nødvendigvis å føre til et psykisk sammenbrudd. Det som kan oppleves som en krise for EN person, trenger ikke å oppleves på samme måte av en annen. Så lenge vi er i stand til å håndtere stressende livshendelser, vil vi ikke komme til å oppleve en krise. Men dersom stresset overvelder oss og vi ikke greier å finne en vei ut, kan resultatet bli en krise (Hoff et al., 2011, side 4).

Kriser må løses på en konstruktiv måte, hvis ikke kan mental sykdom, avhengighet, selvmord eller vold mot andre, bli det uheldige resultatet. Når en person opplever et psykisk sammenbrudd, vil vedkommende bli mer sårbar for andre stressende hendelser i livet, noe som igjen kan starte en interaktiv sirkel bestående av mer stress, flere kriser og hvor resultatet i siste instans kan bli en *destruktiv* krise (Hoff et al., 2011, side 4).

Ulike livshendelser utløser ikke i seg selv kriser. Kriser oppstår når våre tolkninger av disse hendelsene, vår evne til mestring og våre begrensninger knyttet til våre sosiale ressurser fører til så mye stress at vi ikke greier å slappe av (Hoff et al., 2011, side 4).

Å greie å forstå mennesker i kriser og hvordan greie å hjelpe dem, handler om oppmerksomhet, ikke bare rundt den emosjonelle spenningen som har oppstått, men å også

gjennom å fokusere på de sosiale, kulturelle og materielle faktorene som påvirker hvordan personen responderer på stressende livshendelser. Kjernen i effektiv krisehåndtering består i å redusere ens egen sårbarhet, samtidig som ens motstandskraft og evnen til emosjonell vekst styrkes (Hoff, M., 2005; Gitterman, 2001) (Hoff et al., 2011, side 4).

Kriseintervensjon regnes som en av tre revolusjonerende områder innenfor fagfeltet psykisk helse, som har oppstått siden århundreskiftet. Disse tre er:

- 1.) Freuds oppdagelse av underbevisstheten.
- 2.) Oppdagelsen av medisiner til bruk i psykiatrien (1950-tallet).
- 3.) Kriseintervensjon, fra 1960-tallet og utover (Hoff et al., 2011, side 6).

#### 4.5 Hvordan møte mennesker i kriser

Heidi Wittrup Djup, psykologspesialist og daglig leder ved Klinikk for krisepsykologi i Bergen, skriver i sin artikkel «Å møte mennesker i krise» (i *Ambulanseforum* nummer 4/2020), at hun mener at noe av det viktigste vi gjør, enten som medmennesker eller som profesjonelle hjelpere, er å gi hverandre trygghet i at det er noen ved vår side, selv om noen kamper er engs egne å ta. Videre skriver hun at i møte med mennesker som har blitt rammet av alvorlige hendelser tidligere i livet, så er det nettopp støtten fra andre som trekkes frem som det som var avgjørende for at de greide å finne fotfeste igjen. Felles for støtten er tilstedeværelse og omsorg.<sup>14</sup>

Å få støtte er viktig både umiddelbart etter en vanskelig hendelse, men også over tid. Dette kan dreie seg både om praktisk hjelp, informasjon, samtaler eller stillhet. Nærhet og emosjonell tilgjengelighet, forståelse, omtanke og raushet. En opplevelse av at noen var til stede med blikket, med hånden og med hele seg.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>15</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

Kriser kan arte seg ulikt. En krise kan true vårt eget, eller en nærståendes liv og helse. Kriser kan føre til akutte eller langsiktige konsekvenser for dem som rammes, og de kan forstås som dramatiske og potensielt traumatiserende hendelser som kan true eller svekke viktige funksjoner og verdier både hos enkeltpersoner, familier eller lokalsamfunn. <sup>16</sup>

I møte med akutte kriser som involverer menneskelig smerte, enten det er emosjonelt eller fysisk, er det viktig at hjelperen først og fremst fokuserer på liv og helse. Det viktigste vil være å gi livreddende medisinsk hjelp, få oversikt over situasjonen, evakuere og sikre åstedet, samt å varsle alle sentrale aktører. Kartlegging av en eventuell risiko, avklaring av arbeidsoppgaver, og samarbeid med annet personell er også viktig. Slike oppgaver kan man på forhånd trene på, og utarbeide rutiner på. Å møte andre menneskers smerte og reaksjoner, stiller derimot andre krav til hjelperen. <sup>17</sup>

I noen kriser vil utfallet være uavklart. Dette kan for eksempel handle om hendelser hvor man venter på evakuering, mennesker er savnet, eller hvor det dreier seg om en skade som kan antas å være livstruende eller varig. Dersom hendelsen involverer mange mennesker, vil det kunne være aktuelt å etablere et pårørende- og evakueringssenter. På denne måten kan man ivareta pårørendes og de overlevendes behov for informasjon og oppfølging. I andre sammenhenger vil det være mer aktuelt at de pårørende møtes på sykehus eller følges opp hjemme. I alle tilfeller vil det være viktig å sørge for den praktiske hjelpen, som innebærer mat, drikke, telefon, tørre klær etc, samt struktur og forutsigbarhet med hensyn til informasjonsformidling, i tillegg til hjelp med å opprette kontakt med de nærmeste. <sup>18</sup>

Mennesker reagerer ulikt på kriser. Likevel kan vanlige reaksjoner være forvirring, kroppslig uro, utmattelse, nummenhet, forhøyet aktivering og frykt. I tillegg kan det oppstå andre emosjonelle responser som skam, skyldfølelse og/eller sorg. Som hjelperer er det viktig å være raus med disse reaksjonene, ved at man greier å vise forståelse, og å romme de ulike reaksjonene. Det er ikke nødvendigvis behov for å si «de riktige tingene», men snarere et behov for at de rammede skal oppleve at noen er der for dem. Noen mennesker vil ha behov

---

<sup>16</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>17</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>18</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

for å sitte litt alene, mens andre har mer behov for at noen sitter sammen med dem i stillhet, eller tilbyr en samtale, trøst og berøring.<sup>19</sup>

For noen kan det være av betydning at de greier å roe seg ned, eller at de får hjelp til å orientere seg mot her og nå, som for eksempel ved å gå en tur. Dersom den kriserammede har et mangelfullt nettverk, eller befinner seg i en allerede sårbar situasjon, er det ekstra viktig at det profesjonelle hjelpeapparatet er påkoblet over tid. Dette vil kunne kompensere for det manglende nettverket.<sup>20</sup>

Å møte mennesker i krise handler om å klare å være medmenneskelig og nær den andre. Det å greie å være til stede gjennom et mellommenneskelig møte, når alt raser sammen rundt en. I slike møter finnes det ingen manualer, rutiner, teknikker eller «riktige» ord. Men det finnes blikk, stemmer og en varsom hånd, som noen ganger er nettopp det viktigste.<sup>21</sup>

#### 4.6 Utbrenthet blant ansatte i kirken

Det skal legges til rette for at personens arbeid skal være utviklende, stimulerende, helsebringende og glederikt, for alle, og at belastninger skal forhindres. Når belastninger likevel oppstår, skal en fullt forsvarlig arbeidssituasjon gjenopprettes (Nordeide et al., 2008, side 5).

Å oppleve arbeidsglede handler om varierte, interessante og utfordrende arbeidsoppgaver, der man får være til nytte for andre mennesker, og der man får arbeide i overensstemmelse med sin egen tro og sitt livssyn, i et støttende, sosialt og velfungerende fellesskap (Nordeide et al., 2008, side 12).

Særlig presteyrket skiller seg fra mange andre typer yrker, kanskje først og fremst på grunn av prestenes arbeidstid, som innebærer både høytider og helger. Prester er unntatt

---

<sup>19</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>20</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>21</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

Arbeidsmiljølovens bestemmelser om arbeidstid (Lovsamling for Den norske kirke, 2007, henvist til i Nordeide et al., 2008, side 13), og søndag er kanskje prestens viktigste arbeidsdag. Å arbeide som prest innebærer å yte omsorg og å være til stede for andre på heltid, og det er et yrke som på mange måter skal dekke grenseløse behov ved hjelp av meget begrensede ressurser (Nordeide et al., 2008, side 12,13).

Forskningslitteraturen underbygger at effekten av nedbrytende forhold ofte er langt sterkere enn de positive effektene av oppbyggelige forhold (Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer & Vohs, 2001, sitert i Nordeide et al., 2008, side 13).

Det å oppleve «en tilstand av utmattelse som et resultat av å være utsatt for stress over lang tid» (Schaufeli, Malach & Marek, 1993, sitert i Nordeide et al. 2008, side 17). Det handler ikke bare om en følelse av å være sliten eller å føle seg stresset i jobben, noe alle vil kunne oppleve fra tid til annen. Utbrenthet handler om å møte veggen, en tilstand hvor kropp og følelser ikke orker mer. Vanlig slitasje og tretthet, som kommer naturlig etter en periode med stort arbeidspress og engasjement, er ikke det samme som utbrenthet. Det er først når normal hvile, en avslappende helg eller en god natts søvn ikke virker som oppladning, og når man kjenner på at man ikke greier å ta seg inn igjen i løpet av en vanlig friperiode, at problemet oppstår. Det kan også være at personen ikke lenger klarer å hvile, og slitasjen i kroppen har nå blitt så gjennomtrengende at søvn og avkobling blir vanskelig og gir ikke positive resultater på kort sikt (Nordeide et al. 2008, side 17,18).

Utbrenthet kommer derfor etter lang tids slitasje, og oppstår gjerne i en situasjon der man over lengre tid ikke bare har arbeidet hardt, men også synes å komme til kort, går på akkord med sine egne verdier, eller der man føler seg vedvarende krenket og såret. Ofte snakker vi om måneder eller år med overdreven innsats eller følelsen av å ikke strekke til. Herbert Freudenberger, som gjerne gis æren for å ha lansert begrepet *utbrenthet*, beskrev det som «å mislykkes, bli utslitt eller utmattet gjennom overdreven bruk av energi, krefter eller ressurser (Freudenberger, ref. i S.M. Matthiesen 2000, s. 288, sitert i Nordeide et al. 2008, side 18).

#### 4.6.1 Storjohann og hans fokus på utbrenthet blant ansatte i Sjømannskirken

Jobben de første sjømannsprestene ble satt til å gjøre var ikke alltid like lett, og de måtte ofte jobbe under et høyt arbeidspress, med få hjelpemidler og «tvilsomme» lokaler.

Sjømannspresten måtte under gudstjenestene fungere både som forkynner, forsanger, kirketjener og klokker. I tillegg ble det brukt mye tid på oppsøkende virksomhet både på sykehus og om bord i skipene. Dette ble gjort for å nå ut til fleste mulige sjøfolk. Det ble i tillegg lagt ned mye tid og krefter på å reise ut til nærliggende havner, for på denne måten å komme i kontakt med skandinaviske sjøfolk. <sup>22</sup>

For mange av prestene, inkludert Storjohann, ble stresset og arbeidspresset etter hvert en utfordring og et problem. Storjohann uttalte selv at det var en fare for at det hele kunne gli ut i en eneste «travel, stundeløs Forretningsgjerning». Storjohann var forut for sin tid og tok opp faren for utbrenthet blant de ansatte i Sjømannskirken, og han foreslo flere preventive tiltak. Disse tiltakene innebar både permisjonsperioder, økt bemanning ved stasjonene og ansvarsdelegering av arbeidsoppgaver, samt «pleie av det kristne fellesskap» i form av jevnlig konferanser for prestene. <sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> <https://www.sjomannskirken.no/tidslinje/1865/>:

<sup>23</sup> <https://www.sjomannskirken.no/tidslinje/1865/>:



## 5 Analyse

### Innledning

I dette kapittelet skal jeg presentere funnene jeg gjorde i intervjuene av de 10 informantene. Intervjuene ble i transkribert i etterkant og funnene er her inndelt i åtte underkapitler.

Det første underkapittelet tar for seg hvilke typer sorg og kriser de ansatte i Sjømannskirken har møtt gjennom sitt arbeid. Spørsmålene som omhandler hva slags type hjelp de ansatte bistod de kriserammede med, er inndelt i underkapitlene «Hjelp i form av å yte praktisk bistand» og «Hjelp i form av å være et medmenneske».

Videre følger et underkapittel som tar opp tematikken rundt å føle seg utilstrekkelig i sin rolle som hjelper, i møte med mennesker i krevende livssituasjoner.

Neste underkapittel ser på på hvilken måte de ansatte tenker/mener at møtene med de kriserammede har endret noe av deres (de ansattes) egne holdninger, følelser og/eller (kristne) tro.

Deretter følger funnene gjort i forbindelse med hva informantene mener kunne vært annerledes med Sjømannskirken.

Nest siste underkapittel ser på om informantene sitter med noen tanker rundt hvordan de selv kunne møtt de kriserammede på en annen måte enn det som ble gjort der og da.

Det siste underkapittelet tar for seg hvorvidt de kirkelige ansatte vet om det finnes andre hjelpeinstanser for nordmenn som sliter psykisk, i de respektive områdene der de fire sjømannskirkene befinner seg. I tillegg stilles spørsmålet om statistikk-føring av saker hvor de ansatte i Sjømannskirken bistod med psykisk helsehjelp.

På slutten av hvert underkapittel følger en kort oppsummering av funnene.

Alle svarene fra informantene er basert på spørsmålene i intervjuguiden. Informantene har fått fiktive navn.

### **5.1 Hva slags typer sorg, kriser eller andre vanskeligheter har de ansatte i Sjømannskirken opplevd i møte med besøkende av kirka?**

De 10 ansatte i de fire sjømannskirkene jeg har intervjuet, forteller om hvilke typer situasjoner de har opplevd å møte kriserammede mennesker i. Et gjennomgangstema blant informantene er situasjoner relatert til sorg og dødsfall/det å miste en nærstående.

«Jeg har snakka med ekstremt mange mennesker her om sorg [...] Tap av helsa, mista kona, mista mannen, mista et barn» (Inger).

«[...] Ei eldre enke som sitter igjen alene, før de fikk begynt på drømmen om utlandet, eller et dødsfall i en bedrift» (Kristine).

«Sorg er et gjennomgangstema» (Iben).

«Det handler nok mest om sorg. Folk som ikke snakker om været, snakker gjerne om sorg» (Jakob).

Mennesker som sliter med rus og/eller psykiske utfordringer, og som derfor oppsøker Sjømannskirka, nevnes også av flere av informantene. Det nevnes situasjoner som omhandler mennesker som måtte rømme fra psykisk vold, rusproblematikk og det «å falle mellom to stoler». Kristine forteller om en case med en dame som ble oppfattet som psykisk syk av flere, men at ingen ville ta tak i det:

[...] Hun faller litt mellom to stoler. Hun er ikke lenger en del av det norske systemet, men er heller ikke integrert i dette landets systemer. Er det demens? Er det Alzheimers? Så blir personen gående og hangle. Sikkerhetsnettet er ikke så godt her nede.

Terje underbygger svaret til Kristine når det omhandler situasjoner med nordmenn som havner «mellom barken og veden» i to forskjellige land sine systemer:

Eldre, aleneboende og utflytta, som fortsatt er norske statsborgere eller som oppfatter Norge som sitt hjemland, men hvor ambassade og konsulat ikke vil hjelpe. De henvender seg til sjømannskirka og skjønner at dette er siste resort. Andre ser ut til å forvente at kirka er en forlengelse av norske myndigheter. Sannheten er at vi ikke har ressurser til å bli permanente hjelpetilbydere. [...] Sånn som jeg tenker at sjømannskirka ønsker å være, så ønsker vi å være en som kan koble folk på et hjelpeapparat [...]. Utfordringen blir å få folk videre, og det er ikke alltid så lett.

Inger forteller, i likhet med Terje, at en del besøkende av Sjømannskirken trenger hjelp med sine økonomiske utfordringer, men at dette ikke er noe kirken egentlig bistår med. Videre sier Inger at i slike situasjoner må man finne andre måter å hjelpe folk på, «[...] når de står der uten penger og trenger hjelp med sin krise».

Anne forteller om en sak med en rusavhengig nordmann bosatt i utlandet. Her sendte vedkommendes familie hjemme i Norge penger til Sjømannskirken (der Anne jobber) hver uke, slik at de ansatte i kirken kunne hjelpe personen med å få kjøpt seg mat.

Sara på sin side, forteller at hun jevnlig er på besøk i et fengsel i området der hun jobber, hvor hun blant annet har delt ut andaktsbøker til de innsatte.

Videre nevner informantene saker de har stått i som ansatte som omhandler forsvinningssaker av nordmenn i utlandet, selvmord, seksuelle overgrep, tyveri, ulike typer ulykker, alvorlig sykdom, demens forvirring, ensomhet og kidnapping av barn.

Kort oppsummert viser disse funnene at de ansatte i de fire sjømannskirkene som har bistått nordmenn i utlandet, opplever saker med både lignende og ulikt innhold. Spennvidden

mellom de opplevde situasjonene det fortelles om av informantene, er tidvis stor når det gjelder type sak og innhold. Likevel er det å møte mennesker som sørger, noe de ansatte i disse kirkene ofte opplever, og som de har til felles, uavhengig av det kontinentet de jobber på.

## **5.2 Hjelp i form av å yte praktisk bistand**

Det å bistå besøkende av Sjømannskirken med praktisk hjelp i en vanskelig situasjon, nevnes av alle de 10 informantene. Jakob sier at det å lytte, og det å gi praktisk hjelp, er det viktigste for ham når det kommer til å stille opp som kirke.

Videre forteller Jakob at unge nordmenn i utlandet ikke alltid er så godt kjent med Sjømannskirkens tilbud, men at de unge ofte blir tipset av pårørende hjemme i Norge. Det hender også at familien i Norge ringer på vegne av den som befinner seg i en vanskelig situasjon utenlands: «Det er også ofte andre som ringer med spørsmål; Kan dere hjelpe sønnen vår eller nevøen vår?»

Det er imidlertid ikke alltid nødvendigvis de store tingene som trengs å iverksettes for å være en god hjelper i en krevende situasjon: «Om en ikke klarer å gi de den hjelpen de ønsker, så blir de sett og hørt. Det kan være så lite som å gi de et par sokker. Jeg har vært i klesskapet mitt flere ganger» (Inger).

Randi forteller at det først og fremst er prestene og diakonene i Sjømannskirken som har et særlig ansvar for å hjelpe de av kirkens besøkende som befinner seg i en krevende livssituasjon. Samtidig opplever hun at mange av gjestene også trenger hjelp som ikke nødvendigvis er typisk diakonalt. Dette kan blant annet være hjelp med ulike praktiske ting. Hun sier videre at hun opplever at folk er veldig takknemlige og setter stor pris på den hjelpen de får, og at hun selv er med på å bidra med å se og å ta imot folk i kirken hver eneste dag.

Hjelp av praktisk art spenner fra å videreformidle kontakt med nødetatene ved selvmordsfare eller alvorlig, somatisk sykdom, til å følge folk til den lokale politistasjonen fordi de har mistet passet sitt eller vil anmelde en kriminell hendelse. Videre kan hjelp av praktisk art handle om reparasjon av elektriske apparater som har gått i stykker, assistanse ved språkbarrierer eller hjelp til å finne frem i det lokale hjelpeapparatet for videre bistand.

Christian, som jobber som vaktmester og i resepsjonen på kirka, har det svaret blant informantene som skiller seg mest ut på dette spørsmålet. Hans rolle er i hovedsak å bistå besøkende ved påmelding til ulike arrangementer og utflukter i kirkas regi. Christian bistår også med reparasjoner av ødelagte elektriske gjenstander (tilhørende kirkas besøkende). Christian er derfor ikke så ofte involvert i de «dypere» samtalene mellom ansatt og gjest:

Utover det så hender det en gang iblant at folk tar kontakt i resepsjonen for en samtale. Da viderebringer jeg informasjonen til enten prest eller diakon. Ett eksempel var en engelskmann som lurte på om vi hadde mulighet for en samtale med kona. Ellers må jeg si at en del av våre faste besøkende og brukere ofte trenger hjelp av praktisk art, med for eksempel en TV, en Ipad eller en mobil som ikke fungerer. Da kommer de ofte hit med det.

Kort oppsummert viser disse funnene at å bistå besøkende av Sjømannskirken med hjelp av praktisk art, utgjør en stor del av informantenes arbeidshverdag.

### 5.3 Hjelp i form av å være et medmenneske

Det å være en person som kan lytte til den som har det vanskelig, nevnes, i likhet med å bistå med praktisk hjelp, av alle informantene. Ordene *nærhet*, *tid* og *medmenneske* var gjennomgående i alle intervjuene.

Anne, som har lang fartstid som ansatt i Sjømannskirken forteller at hennes livserfaring gjør det enklere for henne å tørre å stå i en samtale på en tryggere måte: «Det gir en trygghet det å ha levd livet».

Også Jakob underbygger fordelene med å være godt voksen i sin ansattrolle i kirka; «[...] man skal ikke kimse av folk som har litt livserfaring». Jakob forteller videre at mange oppsøker Sjømannskirken fordi de ønsker å bli bedt for og/eller ønsker hjelp til å komme til nattverdbordet. Han sier også at de er opptatt av teamarbeid på kirka der han jobber, ved at de bruker den kunnskapen de forskjellige ansatte sitter på, og at de i enhver situasjon forsøker å finne ut av hvem i staben som passer best til å hjelpe her. Av og til kobler de ansatte i kirka også på det eksterne hjelpeapparatet i det aktuelle området.

Både Inger, Terje, Randi, Jakob og Anne forteller at de blant annet hjalp besøkende av Sjømannskirken i form av å lytte til dem: «Det å se et menneske, det å lytte, det er ofte der en begynner» (Inger).

Terje underbygger svaret til Inger: «Å stille opp og være villig til å lytte til dem, tilby en vaffel og en kaffe [...]».

Anne sier at for henne er det viktig å sette av tid både til å lytte og til å vise nærhet.

Iben sier at hun gir hjelp i form av blant annet sjelesorgsamtaler og diverse veiledning. Hun forteller at hun er en medvandrer over kortere eller lengre tid.

Sara er den eneste av informantene som snakker om å være i flere ulike «roller» som ansatt i møte med mennesker i krise: «Det er jo disse tingene da, å være den naboen eller den vennen de ikke hadde der og da fordi de var i utlandet. Av og til er jeg veldig tydelig prest. Av og til er jeg sosialarbeider, av og til mamma og av og til venninne». Videre forteller hun at av og til ønsker folk bare å få lov til å fortelle sin egen historie, og da er hun til stede for å lytte.

Kristine har det svaret som skiller seg mest ut på spørsmålet om tilstedeværelse og hjelp.

Hun er den eneste av informantene som påpeker nødvendigheten av å ikke være for pågående som kirke i møte med mennesker i kritiske situasjoner:

Det er viktig at vi er der, uten å være for påtrengende [...]. Det er alltid dette med hva det er å være kirke. Hvor mye av kirka tar du med deg inn i en krisesituasjon der noen er traumatisert? Obs, obs, du vet ikke hva slags forhold de har til kirka, hva slags bagasje de har. Kanskje er vi den eneste norske instansen de kjenner. Men man skal ha følerne litt ute i forhold til overtramp.

Terje er den eneste av informantene som sier at Sjømannskirkens overnattingstilbud både kan være en ressurs og samtidig et problem. Han er tydelig på at Sjømannskirken ikke skal fungere verken som sykehjem eller sykehus, og at kirka ikke skal bli et mål for folk som ikke har et sted å bo. Han mener det er skummelt å ta på seg et slikt ansvar.

Kort oppsummert viser disse funnene at det å være et lyttende medmenneske, i likhet med å gi hjelp i form av praktisk bistand, er noe informantene ofte opplever i sine møter med Sjømannskirkens besøkende.

#### 5.4 Å føle at man av og til kommer til kort

Kirkens ansatte skal i større grad fungere som *medvandrere* og medmennesker, og i mindre grad som terapeuter. Å være hjelper og medvandrer for mennesker som står i krevende livssituasjoner, kan tidvis medføre at man som kirkelig ansatt sitter igjen med en følelse av å ikke strekke til:

«Noen ganger oppleves det som et lite gjennombrudd, mens andre ganger ikke. Det å være ærlig på at jeg er et menneske som noen ganger får det til, og andre ganger ikke» (Jakob).

Sara sier: «Det er ikke alltid en føler en er til hjelp. Av og til får en respons på at dette var nyttig og fint, mens andre ganger hører du ingen ting».

Iben på sin side forteller at hun av og til opplever at hun blir «handlingsretta som bare det», mens hun andre ganger føler på en enorm håpløshet fordi hun ikke har noen «verktøy» å bruke i den aktuelle situasjonen: «Jeg kan ikke ta ifra et menneske sin frie vilje til å ta dårlige valg for eget liv. Alt kan være håpløst fordi verktøykassa er tom».

Jakob sier at når det skjer en ulykke i utlandet hvor nordmenn rammes, enten det skjer i vedkommendes privatliv eller om det er snakk om en større ulykke, så er Sjømannskirken raskt fremme for å hjelpe. Han sier at han opplever at en av styrkene til Sjømannskirken er at folk har stor tiltro til den som organisasjon, og ikke bare til han som enkeltindivid og ansatt. Han understreker imidlertid at han ikke vet om dette faktisk stemmer, eller om det kun er hans opplevelse. Jakob er ærlig på at han i noen situasjoner opplever å ikke være til hjelp, og at dette avhenger av hvilke saker det er snakk om.

Inger understreker viktigheten av å jobbe i team i Sjømannskirken. Hun sier videre at det likevel ofte er slik at det er de ansatte som jobber diakonalt, som i størst grad trår til når det oppstår en krise. Inger, som selv jobber mye med diakonalt arbeid, forteller at hun ikke alltid føler at hun strekker til:

[...] men innimellom kjenner jeg at jeg bare må håpe og stole på at Gud er med meg i samtalene mine. Av og til kjennes det ut som om jeg ikke strekker til, og det er veldig store sko å skulle være til stede for mennesker. Jeg må ha en holdning på at Gud legger de rette orda i min munn. I etterkant av en samtale kan man kjenner på at det er Gud som har virket.

Inger sier også at hun skulle ønske hun kunne være til stede for flere mennesker over lengre tid, og at hun generelt opplever å ha for lite tid til den enkelte i sitt arbeid.

Sara på sin side forteller at hun tror det skjer mange kriser med nordmenn involvert i utlandet, som hun ikke får høre om, men at hun likevel tror at det skjer ofte ute enn hjemme at kirka (utenlands) kan være et alternativ for å oppsøke hjelp: «Det er nok mange jeg kan



komme på som ikke hadde kontakta kirka hjemme i Norge, men som gjør det ute».

Videre forteller Sara at hun jobber mye alene, men at hun er bevisst på å knytte kontakter og være litt «katalysator» for frivillige som kan stille opp: «Jeg besøker en innsatt i et fengsel fast en gang i året, men jeg kan jo også spørre andre nordmenn om de kunne tenke seg å stikke innom fengslet med litt lesestoff og litt sjokolade». Hun sier at man må stole på at det en selv gjør er godt nok, selv om hun ikke alltid opplever tilbakemeldinger på å faktisk ha vært til hjelp.

Terje forteller at den sjømannskirken han jobber i, får besøk av ca. 30.000 personer hvert år, og at mange av de besøkende er i behov av hjelp:

[...] folk i ulike typer livskriser, og det inkluderer jo alt fra mennesker som er motløse som kommer innom her, som fremstår som hjelpetrengende og kontaktsøkende, ikke så rent få, la oss kalle dem reisende. Du skjønner at det er noe, og de vil gjerne prate, kanskje. Eller bare sitte og ikke prate. Plutselig en dag kan de være borte.

Videre sier Terje at man må satse på at man var til hjelp i de ulike situasjonene som oppstod, selv om man lurte på om den hjelpen som ble gitt var tilstrekkelig.

Christian, som jobber i resepsjonen på en av sjømannskirkene, sier: «Her hos oss tenker jeg at det i 90 % av alle sakene, er diakonen som følger opp, og som har videre oppfølging». Videre forteller han om en konkret episode hvor han bistod et ektepar med å få skaffet ambulanse til huset, da mannen ble kritisk syk. Kona var i etterkant «evig takknemlig» for hjelpen.

Christian forteller også at mange besøkende av kirka er takknemlige for hjelp med praktiske ting: «Mange har blitt avhengige av teknologiske duppeditter, så her merker man en

takknemlighet». Likevel sier også han, i likhet med både Jakob, Sara, Terje og Inger at han av og til kan føle på en utilstrekkelighet.

Kristine er også en av informantene som sier at hun synes det er veldig verdifullt å jobbe i team, og særlig i de sakene hvor man skal hjelpe folk som ikke er vant til å gå i kirka. Hun sier at hun opplever at kirkas tilstedeværelse blir veldig satt pris på; «Når kaoset legger seg og det akutte begynner å gå over, så er vi fortsatt der». Hun peker samtidig på at hun skulle ønske Sjømannskirken hadde mer ressurser til å være mer ute, der nordmenn befinner seg:

Vi er plassert der vi er, med et stort, geografisk nedslagsfelt. Med de ressursene vi har, vet jeg ikke om vi kan nå lenger enn vi gjør, men vi kunne vært enda mer ute. Der de fleste norske bedriftene er, og der de fleste norske unge bor, der er vi ikke til daglig. Så har du ikke bil, da kommer du deg ikke på våre opplegg.

Anne er den eneste av informantene som nevner at dersom man som ansatt i Sjømannskirken står fast i en sak, kan man ta kontakt med Sjømannskirkens kontorer i Bergen; «Av og til kommer man til kort. Da kan man be om hjelp hjemme i Bergen. Det er veldig fint å be om hjelp i en krise [...] Det er lett å ta kontakt med lederne i Norge».

Kort oppsummert viser disse funnene at det å føle at man selv ikke alltid greier å strekke til i møte med de kriserammede, er en «gjengs» opplevelse blant informantene.

## 5.5 Endring av holdninger, følelser og (kristen) tro

Både Jakob, Anne, Sara og Inger forteller spesifikt om sin kristne tro når de skal svare på spørsmålet som omhandler hvorvidt møter med kriserammede mennesker har endret noe hos dem som ansatte i Sjømannskirken.

Anne sier at hun har fått mer trygghet i sin kristne tro etter lang fartstid i Sjømannskirken, gjennom sine møter med mange mennesker.

Jakob forteller at for hans del er både handlinger, følelser og tro hele tiden i bevegelse. Han forteller videre om sin kristne tro, at han opplever det som krevende å stå i situasjoner med mennesker som av ulike grunner, blir sinte på Gud, og at å utvikle seg som menneske, tidvis består av bratte læringskurver.

Sara sier at hun opplever at både Gud og Den hellige Ånd av og til virker uavhengig av henne og av hva hun selv tenker om ting.

Inger underbygger Sara sitt svar ved å fortelle at hun (Inger) i etterkant av en sjelesorgssamtale kan kjenne at det var Gud som virket i bakgrunnen.

Iben er den eneste av informantene som forteller at det som har endret seg hos henne gjennom jobben i Sjømannskirken, er økt takknemlighet for det livet hun selv lever, og for de mulighetene livet gir. Hun utdyper ved å fortelle at hun ikke sliter økonomisk, har gode venner og familie, og føler på takknemlighet for disse tingene.

Både Randi og Christian har tidligere arbeidserfaring med mennesker i krevende situasjoner. Randi svarer på spørsmålet om hvorvidt møtet med de kriserammede i Sjømannskirken har endret noe hos henne at: «Nei, jeg har jobbet så mye med kriser i livet mitt, så det har det ikke gjort». Christian bygger opp under svaret til Randi; «Nei, det kan jeg vel egentlig ikke si, da jeg i min tidligere jobb også var borti en del mennesker som hadde ulike utfordringer i livet».

Kristine på sin side sier at om arbeidet i Sjømannskirken har endret noe hos henne, så har det forsterket troen på at det at det kirka gjør, er viktig:

Jeg synes kirka har ei viktig rolle og at arbeidet vårt om mulig er enda viktigere nå enn hva det har vært [...]. Om den har endra noe, så har den i hvert fall forsterka troen på at det har

noe for seg, at det er en mening med det vi gjør. Vi gjør en viktig jobb.

Kort oppsummert viser disse funnene at hos flere av informantene så har jobben i Sjømannskirken berørt deres kristne tro. Videre nevnes økt takknemlighet over sitt eget liv, og kirkens viktige arbeid i møte med kriserammede.

## 5.6 Hva kunne vært annerledes med Sjømannskirken?

På spørsmålet om hva informantene tenker kunne vært annerledes med Sjømannskirken, forteller både Anne, Terje, Randi og Christian om en type arbeid som ansatt, som hos dem tidvis kan oppleves som «grenseløst».

Anne sier at hun som ansatt opplever å aldri ha helt fri fra jobben, for eksempel når hun sitter på en restaurant på fritida, og blir gjenkjent av besøkende av kirka. Hun sier at man alltid må tenke på at man representerer Sjømannskirken.

Terje forteller om risikoen for å havne i et «stressgenererende landskap»:

Jeg mener at kirka, i likhet med en del andre organisasjoner, har en utfordring ved at det blir en livsstil, en grenseløshet. Vi skal alltid være der, alltid stille opp, vi er redde for å støte folk fra oss. Man havner i et landskap jeg tror kan være stressgenerende. Jeg tenker at dette veldig fort blir en livsstil, og det verken kan eller vil jeg leve med. Dette er en greie som vi kan bli bedre på, i likhet med den grensen som finnes der et sted.

Både Randi og Christian støtter opp under det Terje forteller om det grenseløse arbeidet. Randi er klar på at man som kirke ikke nødvendigvis skal hjelpe til med «alt mulig». Hun sier også at hun opplever at kirka kanskje har en vid og gjestfri måte å invitere folk inn på, men

samtidig at de ansatte er for lite flinke til å sette grenser for hva de faktisk kan hjelpe til med.

Christian forteller om et arbeid han til tider opplever som «altoppslukende».

Jakob på sin side er den eneste av informantene som sitter med en opplevelse av at Sjømannskirken er for kjapp med å skulle være «så fryktelig moderne og fremtidsretta at andre ting tidvis går i glemmeboka», uten at dette utdypes nærmere. Han sier også at han av og til blir litt forvirret over hva Sjømannskirkens visjon egentlig skal være.

Sara og Iben er samstemte i at Sjømannskirken fungerer godt. Sara mener at en av styrkene til kirken i utlandet er fleksibiliteten, og at hun opplever at det er en smidig organisasjon. Videre sier hun at Sjømannskirken har lagt opp en skreddersydd stilling for henne, noe som gjør at hun «holder ut».

Iben sier at det alltid er ting som kunne vært annerledes, men at Sjømannskirken fungerer og har kompetente og gode medarbeidere.

Inger nevner «tidsklemma» og et ønske om et lengre tidsperspektiv på oppfølging av de hun skal hjelpe, mens Kristine snakker om begrensede ressurser, slik at man ikke alltid greier å nå «langt nok ut» til de som trenger kirkens hjelp.

Kort oppsummert viser disse funnene at flertallet av informantene opplever en stor arbeidsbelastning i sine yrkesroller i Sjømannskirken, det såkalte «grenseløse» arbeidet.

## **5.7 Å møte de kriserammede på en annen måte**

Anne svarer at av og til trenger de personene hun møter på i regi av sitt arbeid i Sjømannskirken, noen andre å snakke med enn nettopp henne:

[...] men jeg er meg, og det treffer godt for noen, mens andre trenger en annen. Når man har

vært i dette i noen år så kjenner man fort når dette ikke leder noen vei. Da foreslår jeg at noen andre enn meg tar saken.

Jakob støtter opp under det Anne beskriver: Han påpeker nytteverdien av å jobbe i staber, fordi de ansatte har ulike «gaver» i møte med mennesker. Han sier videre at han tidvis opplever at det er andre i staben som er flinkere enn han selv til å «ta noen ekstra steg», men at det likevel ikke betyr at han er noe dårligere enn de andre i staben.

Både Sara, Iben, og Christian er enige i at man alltid kan møte kriserammede på andre måter enn det de selv gjorde der og da. På spørsmålet om han kunne møtt de kriserammede på en annen måte, svarer Christian: «Alltid. Vi skal alltid gjøre så godt vi kan, men vi er aldri perfekte. I enhver situasjon som man evaluerer, kan man se at man kunne gjort dette på en litt annen måte».

Sara sier at det alltid er mange måter å møte folk på, og at det i etterkant av et møte er viktig å være ydmyk på at den måten man møtte folk på der og da, kanskje ikke var den beste.

Iben er den eneste av informantene som sier at man av og til i møte med mennesker i krevende situasjoner blir for lite «nestekjærlig» og for mye «byråkratisk».

Randi på sin side sier at hun ennå ikke på nåværende tidspunkt har god nok kunnskap om det lokale hjelpeapparatet der hun jobber, men at hun likevel opplever å møte de kriserammede på en god måte som kirkelig ansatt.

Kristine forteller om hvilke forberedelser hun og hennes kolleger gjør på forhånd, før de reiser ut på oppdrag for å møte nordmenn i vanskelige situasjoner. Hun verdsetter å reise ut i team, fordi man da kan ha en «rep-samtale» i bilen på vei mot den/de skal møte, og om evalueringen av arbeidet i etterkant:

Når du får en telefon og drar ut, da er det fint å dra i lag. Da har vi en rep-samtale i bilen,

hvor vi snakker om hvem som kommer til å møte oss, og hvilken rolle den enkelte skal ta. Men det er veldig sånn spot on, fordi du aner jo ikke hvem som møter deg. Du vet kanskje caset. Sånn i etterkant snakker man ofte om at 'der skulle jeg spurt mer inngående, der skulle *jeg gått mer inn, og du mer ut*'[...].

Terje har et svar som skiller seg ut fra de andre informantene. Han sier at han i løpet av sitt yrkesaktive liv har møtt på mange prester som bruker mye tid på å følge opp etterlatte som har mistet en nærstående. Han mener at det som kunne vært gjort annerledes i slike situasjoner, er at Sjømannskirken skal stille opp til samtaler, men samtidig at de aller fleste bør greie seg gjennom livskriser ved hjelp av sine egne nettverk:

Jeg tenderer nok til å være en som tenker at de fleste, eller i hvert fall veldig mange, har i seg selv og i sine nettverk, ressurser til å kunne håndtere alminnelige livskriser. Det å miste en nærstående, det å miste jobben, det må man regne med i løpet av et liv. Vi som kirke skal stille opp og møte dem med samtaler også videre. Men samtidig er det ikke vår jobb å leve livene til folk. Vi skal være der, men så må du tilbake.

Videre sier Terje at han mener at folk som har mistet noen, i utgangspunktet ikke bør trenge oppfølging i flere uker etter en begravelse, slik han har erfart at har blitt gjort tidligere: «Ja, det er trist. Men du bør i utgangspunktet ikke trenge oppfølging i flere uker etterpå. Vi må på en måte forvente at dette er noe folk kan greie selv».

Kort oppsummert viser disse funnene at informantene selv tenker de kunne gjort enkelte ting annerledes i møte med de besøkende av Sjømannskirken. Flere av informantene peker også på nytteverdien av å jobbe sammen som et team og i en stab.

## **5.8 Andre hjelpeinstanser for nordmenn i utlandet som sliter psykisk**

På spørsmålet i intervjuguiden som omhandler hvorvidt det finnes andre hjelpeinstanser for

nordmenn i utlandet som sliter *psykisk*, er det gjennomgående i alle intervjuene at det kan oppleves som mer krevende å få psykisk helsehjelp utenlands sammenlignet med i Norge. Dette viste seg gjeldene for alle de fire sjømannskirkene (spredt på tre ulike kontinenter), hvor jeg intervjuet de ansatte. Mangel på penger og språkbarrierer hos den som er i behov av samtaler med psykolog, nevnes som to av bakenforliggende årsaker for hvorfor det kan være utfordrende å få hjelp med psykisk uhelse:

«Du har vanlig lege og psykologer som en kan benytte seg av, men det handler om penger. Så vi er egentlig de eneste som ikke krever betaling av folk med psykiske problemer» (Inger).

«Sikkerhetsnettet er ikke så bra her nede [...]. Og hvordan skal du kunne snakke med en psykolog som ikke snakker morsmålet ditt?» (Kristine).

Terje kommer med et utdypende svar på dette spørsmålet:

Er du lengeboende her og har en god reiseforsikring og fortsatt kontakt med NAV, så ordner jo det meste seg. Med en god reiseforsikring kan man finne både leger og sykehus. Det som er helt klart, i hvert fall via media, er at folk tror at UD skal ta seg av folk i utlandet. Det gjør de ikke [...]. Hvis du har valgt å holde deg unna det lokale helsevesen, sosialvesen, ikke har fastlege og ikke har lært deg språket, da sliter du. Da spør både det norske og det lokale helsevesenet her nede hvem som skal betale for deg.

Også Sara sier at det kan være utfordrende å slite psykisk i utlandet og være i behov av psykisk helsehjelp, dersom man ikke behersker landets språk godt nok. I situasjoner hvor man som nordmann ikke har gode nok lokale språkkunnskaper, blir det derfor de ansatte i Sjømannskirken i stedet, som må trå til som hjelpere.

Iben på sin side forteller at i det området hun jobber, finnes det leger som snakker både engelsk og skandinavisk, men at det ikke finnes psykologer eller noe annet som er direkte rettet inn mot psykisk helsehjelp.



Inger sier at hennes inntrykk er at man skal være ganske dårlig psykisk før man i det hele tatt får hjelp. Hun forteller videre at de ansatte på de lokale legesentrene ofte er flinke på somatikk, men at de generelt ligger langt bakpå når det omhandler problemstillinger knyttet til psykisk helse.

Flere av informantene understreker viktigheten av å formidle at de som kirkens ansatte ikke er terapeuter: «Jeg sitter jo ikke her og tror jeg kan gi profesjonell hjelp, men jeg kan lytte [...]» (Anne).

Terje understreker viktigheten av å være bevisst sin egen rolle som kirkelig ansatt: «[...] jeg er jo ingen psykiater».

På spørsmål om hvorvidt slike saker/samtaler innrapporteres til Sjømannskirkens statistikkføring, svarer både Jakob, Sara, Iben, Terje og Kristine at både sosialsaker og psykisk helsehjelp-saker, «puttes i en og samme sekk».

Sara sier at de rapporterer inn «personlige samtaler», og at dette kan være «så mangt».

Inger forteller at hjelp til nordmenn som sliter med psykiske problemer, ikke synliggjøres i rapportene til Sjømannskirken.

Christian på sin side, sier at han tror at når Sjømannskirken snakker om sitt samfunnsoppdrag i utlandet, så vektlegges ikke psykisk uhelse blant de oppsøkende av kirka. Dette underbygges også av Kristine:

Vi er ramme på å føre statistikk. Men hva er det vi egentlig teller, og hvem teller vi for? Noe er til hovedkontoret, noe er i forhold til trosopplæring, men i forhold til ressursbruken så er det sånn at alle personlige samtaler puttes oppi en sekk. Det kan være sykebesøk en til en, bedriftsbesøk med mange ansatte. Alt telles på samme linje. Om den som sliter psykisk blir synliggjort i statistikken? Det tror jeg ikke.

Kort oppsummert viser disse funnene at informantene opplever at det å streve med penger og/eller språkbarrierer, kan gjøre det vanskeligere for den som er norsk og i behov av psykisk helsehjelp i de fire landene hvor de fire sjømannskirkene er lokalisert.

## 6 Drøfting/diskusjon

### Innledning

I denne delen av oppgaven skal jeg ta for meg to andre masteroppgaver som tar opp det samme temaet jeg selv skriver om, nemlig hvordan Sjømannskirken jobber i møte med nordmenn i utlandet som befinner seg i krevende livssituasjoner og som sliter med sorg og/eller kriser.

Jeg skal sammenligne mine funn fra de 10 informantene jeg har intervjuet opp imot funnene i de to andre masteroppgavene, for å se på funnenes likheter og forskjeller. Jeg skal også se på hvilke måter funnene i de tre oppgavene stemmer overens med de teoriene jeg har anvendt i mitt teorikapittel på temaene sorg, kriser, menneskelige egenskaper i møte med kriserammede, og utbrenthet blant kirkelig ansatte.

Som tidligere nevnt skal jeg ta for meg de to masteroppgavene i diakoni, skrevet av henholdsvis Håvard T. Osland (2015) og Reidun Laastad Dyvik (2007). Osland (2015) har i sin masteroppgave intervjuet 11 informanter, som er ansatt i Sjømannskirken. Av disse 11 jobber fem med strategiske saker i Sjømannskirkens regi, mens de seks andre jobber på Sjømannskirkens operative side (Osland 2015, side 32).

I motsetning til Osland og meg, som begge har intervjuet *ansatte* i Sjømannskirken, har Laastad Dyvik hatt fokus på *besøkende* av Sjømannskirken. Laastad Dyvik har intervjuet syv informanter (Laastad Dyvik 2007, side 30).

Det er interessant å se nærmere på Sjømannskirkens arbeid fra ulike innfallsvinkler. Å se Sjømannskirken med både de ansattes og de besøkendes «øyne» vil kunne gi et dypere innblikk i Sjømannskirkens hjelpearbeid.

Osland (2015) og Laastad Dyvik (2007) skriver begge om Sjømannskirkens verdidokument i sine oppgaver. Osland bruker også, som tidligere nevnt, organisasjonsteori i sin oppgave.

Osland (2015) har intervjuet kirkelig ansatte som jobber i Sjømannskirker i Europa, USA, Asia og i Nordsjøen (Osland 2015, side 32). Laastad Dyvik (2007) har intervjuet tidligere besøkende av Sjømannskirken. Det fremkommer ikke i hennes oppgave spesifikt hvilke sjømannskirker det er snakk om, men Laastad Dyvik (2007) skriver at hun har intervjuet to informanter som var på ferie i utlandet, to fastboende, og i tillegg tre informanter som var i utlandet av helsemessige årsaker. Laastad Dyvik (2007) skriver videre at hun ønsket å spørre informantene om hvordan de vurderte den hjelpen de fikk fra Sjømannskirken, 7-8 år etter at selve hendelsen fant sted (Laastad Dyvik, 2007, side 30).

Osland (2015) har anvendt kriseteorier av Weiseth & Kjeserud (2007), Dyregrov (2002) og Cullberg (2007). Laastad Dyvik (2007) har på sin side brukt kriseteorier av Cullberg (1997), Calhoun/Tedeschi (1995) og Geels/Wickstrøm (2000).

Innsamlingen av de kvalitative dataene i de tre masteroppgavene er basert på semistrukturerte individualintervjuer (Kvale 1996, Kirkengen 2001, Berg 2005, sitert i Malterud 2017, side 69).

Både Osland (2015) og Laastad Dyvik (2007) har, til forskjell fra meg, selv egen arbeidserfaring fra Sjømannskirken (Laastad Dyvik 2007, side 6, Osland 2015, side 12).

Osland har jobbet ut ifra følgende problemstilling:

*Hvordan kan Sjømannskirkens arbeid med krisehåndtering ses i lys av organisasjonens diakonale selvforståelse?*

Laastad Dyvik har jobbet ut ifra følgende problemstilling:

*Korleis erfarar ei gruppe mennesker som har vore i vanskelege livssituasjonar, møtet med Sjømannskyrkja?*

*Korleis samsvarar desse erfaringane med målformuleringane i Sjømannskyrkja sitt verdidokument?*

## 6.1 Å møte mennesker i sorg

Austad (2017) skriver som nevnt i teorikapittelet i artikkelen «Nyere sorgforståelse» at det på 1990-tallet skjedde et skifte i vestlig sorgforståelse. I de tidligere modellene som omhandlet sorg, laget av Freud, John Bowlby og Colin M. Parkes, stod løsrivelse fra og bryting av bånd til avdøde, sentralt (Austad 2017, side 3).

Psykologene Margareth Stroebe og Henk Schut skriver i artikkelen «The Dual process of Coping with Bereavement: A decade on» (2010), som nevnt i teorikapittelet, at tidligere sorgmodeller kun hadde fokus på avdøde og på emosjonene knyttet til vedkommende, og ikke på andre elementer som kan følge med et dødsfall, som eksempelvis økonomiske bekymringer og det å sitte igjen med aleneomsorg for barn (Stroebe & Schut 2010, side 275).

“Tosporsmodellen” (The Dual process Model of coping with Bereavement) retter fokus mot både det å skulle erkjenne dødsfallet og prosessere sorgen og tapet, og på å planlegge et nytt liv alene. Begge disse punktene er ifølge Stroebe & Schut viktige, nettopp fordi det bør være rom for begge deler som en del av en sorgprosess (Winjgaarden, Stroebe, Stroebe, Schut, Van der Heijden et al., 2008, sitert i Stroebe & Schut 2010, side 277).

Her vil jeg trekke frem en av Laastad Dyvik (2007) sine informanter, Frank, som eksempel. Kona til Frank var alvorlig syk da de tok kontakt med Sjømannskirken. Frank, kona og de to barna hadde reist til utlandet for livsforlengende behandling av konas sykdom, og trengte hjelp fra Sjømannskirken med å skaffe bolig (Laastad Dyvik 2007, side 37).

Frank forteller at det var mange problemer, og hvordan det skulle gå økonomisk, var den største bekymringen. Behandlingen i utlandet forlenget konas liv med fire år. Hun døde dagen etter at den yngste jenta begynte på skolen. Videre forteller Frank at han etter dødsfallet hadde barna han måtte ta seg av, og at situasjonen føltes brutal (Laastad Dyvik 2007, side 38, 43, 44).

Frank befinner seg her i prosessen med å skulle planlegge et nytt liv alene, som er en del av sorgprosessen i tosporsmodellen til Stroebe & Schut (2010). Det vil i dette tilfellet naturligvis

være behov for å tenke på eneomsorgen for barna, parallelt med emosjonene som følger i kjølvannet av dødsfallet. Dette er i tråd med tosporsmodellen, som, i motsetning til tidligere sorgmodeller, gir rom for både emosjoner knyttet til avdøde, men også praktisk orientering og planlegging av det nye livet, som også vil være en del av den pågående sorgprosessen (Stroebe & Schut 2010, side 279).

Som forfatterne av boken *At forstå sorg* (2017) skriver, vil det i et normalt sorgforløp oppstå intense følelser i tiden etter tapet, men etter et par måneder vil intensiteten vanligvis avta, med støtte fra den sørgendes eget nettverk (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 11, 12, 17). Min informant, Terje, sier i forbindelse med nettverk at hans mening er at de fleste kan greie å håndtere «alminnelige livskriser» ved hjelp av sine egne nettverk.

Frank forteller Laastad Dyvik (2007) at han hadde barna å ta seg av (etter konas dødsfall), og at dersom man ikke har noen å ta ansvar for, så skjønner han godt at «det går nedennom og hjem for mange» (Laastad Dyvik 2007, side 44). Dette støtter opp under det Mogensen & Engelbrekt (2017) skriver om at de fleste som opplever et dødsfall, likevel vil kunne greie å opprettholde et normalt hverdagsliv, til tross for at de i perioder vil kunne føle seg overmannet av følelser (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 18).

## 6.2 Å møte mennesker i krise

Hoff et al. (2011, side 3) skriver at å være i en kritisk situasjon dreier seg om en hendelse som krever umiddelbar handling, og som ofte kan handle om liv eller død. Her vil jeg bruke en av Laastad Dyvik (2007) sine informanter, Gard, som eksempel på en person som opplevde å befinne seg i en nødssituasjon som krevde nettopp en umiddelbar handling.

Laastad Dyvik (2007) skriver at Gard er en eldre, ressurssterk mann, med et kristent livssyn. Gard opplevde å miste sin barndomskamerat i en drukningsulykke i utlandet (Laastad Dyvik 2007, side 37 og 48). Gard forteller at han rett etter ulykken var helt i villrede, da han var tilbake på hotellrommet alene og politiet nettopp hadde dratt (Laastad Dyvik 2007, side 39).

Som nevnt i teorikapittelet skriver Hoff et al. (2011) at begrepet «krise», brukt i en klinisk kontekst, vil si å befinne seg i en akutt og følelsesmessig situasjon, hvor man midlertidig ikke er i stand til å mestre og løse problemene sine (Hoff et al. 2011, side 2, 3).

Forfatterne av boka *At forstå sorg* (2017) skriver at de som er vitne til dødsfall på grunn av en ulykke, kan sitte igjen med en følelse av hjelpeløshet og uvirkelighetsfølelse, og at den sørgende kan føle seg handlingslammet (Mogensen & Engelbrekt 2017, side 116-118).

Det Gard forteller om at han følte seg helt i villrede og at han etter ulykken ikke maktet noen ting, og var i behov av hjelp for å komme seg gjennom den rystende opplevelsen (Laastad Dyvik 2007, side 38), bygger opp under litteraturen til både Hoff et al. (2011) og Mogensen & Engelbrekt (2017).

Videre skriver Hoff et al. (2011) at så lenge vi er i stand til å håndtere en stressende livshendelse, vil vi ikke komme til å oppleve en krise, men at dersom stresset overvelder oss på en slik måte at vi ikke greier å finne en vei ut, kan resultatet bli en opplevd krise (Hoff et al., 2011, side 4).

Gard forteller videre at Sjømannskirken hjalp ham på en måte som var akkurat det han hadde bruk for i denne situasjonen (Laastad Dyvik, 2007, side 38).

Hoff et al. (2011, side 3) skriver, som tidligere nevnt i teorikapittelet at hvorvidt løsningen på den krisen som har oppstått blir positiv eller negativ, vil avhenge av den såkalte «kriseintervensjonen» og den såkalte «krisearbeideren». I eksemplet med Gard, var det de ansatte fra Sjømannskirken som fikk rollen som krisearbeidere. Gard sier at han visste hvem representantene fra Sjømannskirken var da de kom, og at det i seg selv var en trygghet.

Gard forteller videre at det å ha noen sammen med seg, som møtte opp raskt og som ordnet det som trengte å ordnes i den oppståtte situasjonen, for ham var helt nødvendig. Videre sier han at hans største behov var at det kom noen som forstod ham, og som kunne fortelle ham hva han skulle gjøre, da han var helt skjelve og ikke greide å skrive under på papirene som

politiet hadde med. Politiet forstod heller ikke hva han sa (Laastad Dyvik, 2007, side 39).

Laastad Dyvik (2007) skriver om Gard at den ansatte fra Sjømannskirken ble Gard sin medvandrer de neste påfølgende dagene. Gard forteller at han fikk hjelp til å komme over den rystende opplevelsen, nettopp på grunn av Sjømannskirken (Laastad Dyvik 2007, side 48).

Hoff et al. (2011, side 3) skriver at kriseinervensjon er en kortvarig hjelpeprosess, hvor fokuset er å finne en løsning på det umiddelbare problemet som har oppstått, ved hjelp av både personlige, sosiale og miljømessige ressurser. I eksempelet med Gard bisto de ansatte fra Sjømannskirken Gard med å «ordne opp i det som skulle gjøres» (Laastad Dyvik 2007, side 37).

En av mine informanter, Anne, forteller at hun i løpet av sine år som ansatt i Sjømannskirken blant annet opplevde en hendelse hvor foreldrene til en student, som var forsvunnet i utlandet, fant vedkommende død på grunn av selvmord. Hun har også opplevd at suicidale mennesker og mennesker med alvorlige sykdom, tok kontakt med Sjømannskirken for hjelp og bistand. Anne fungerte da som en krisearbeider ved at hun ringte nødtelefonen, slik at den det gjaldt fikk profesjonell hjelp.

Hoff et al. (2011, side 3), skriver at en helsearbeider (i disse tilfellene var det ikke snakk om en helsearbeider, men en av Sjømannskirkens ansatte) som vurderer at en person har høy selvmordsfare, umiddelbart bør ta kontakt med eksempelvis et døgnåpent senter som kan bistå i en slik krisesituasjon.

Forfatterne skriver videre om akutt-psykiatri, som kan overlape med krisenintervensjon, men at det også kan omhandle nødvendigheten av behovet for en medisinsk intervensjon, slik som psykoterapeutisk medisin eller innleggelse på en psykiatrisk institusjon (Hoff et al., 2011, side 3).

Teoriene til Hoff et al. (2011) støtter opp under handlingen til Anne, ved at hun tok kontakt med nødtelefonen, slik at den suicidale som oppsøkte henne, fikk hjelp av en person med



riktig kompetanse på området. En slik hjelpeprosess kalles av Hoff et al (2011, side 3) for den såkalte «krisemodellen»

En annen av mine informanter, Sara, forteller at den største hendelsen hun har vært borti i sitt arbeid som ansatt i Sjømannskirken, var en hendelse på midten av 2000-tallet. Da styrtet et fly i det området der Sara arbeider, og flere nordmenn omkom i ulykken. Hun forteller meg at hendelsen førte til et stort arbeid, med krise der og da, og oppfølging i etterkant.

En tredje av mine informanter, Christian, sier at hans opplevelse er at det i kirka er et stort spenn på hva som defineres som en krise. Uttalelsen fra Christian, bygger opp under det Hoff et al. (2011, side 4) skriver om at det som kan oppleves som en krise for EN, ikke nødvendigvis trenger å oppleves som en krise for en annen.

### 6.3 Å være en medmenneskelig hjelper

Osland (2015, side 51), skriver at fire av hans seks respondenter (som jobber på Sjømannskirkens operative side), ble spurt om å reflektere rundt hvordan de kan møte mennesker i krise. Egenskaper som å lytte, gi rom for ro, og å være en som andre kan lene seg på for å kunne hjelpe til med å finne svarene, blir listet opp av respondentene.

Å bruke sin egen kompetanse inn i dette arbeidet, nevnes av to av Osland (2015) sine informanter: David at man ikke bør leve seg så sterkt inn i problematikken at man selv blir en belastning. Dina på sin side sier at det viktigste for hennes del er at folk «blir hjulpet», og det å gi folk «et spark bak» når det trengs (Osland 2015, side 52).

Som nevnt i teorikapittelet, skriver psykologspesialist ved Psykologsenteret i Bergen, Heidi Wittrup Djup, i sin artikkel «Som hjelpere må vi være de sterke armene» i *Ambulanseforum*, nummer 4, 2020, at hun mener at noe det viktigste vi gjør, enten om det er som medmennesker eller som profesjonelle hjelpere, er å gi hverandre en trygghet i at det er

noen ved vår side, selv om man må ta noen kamper selv. <sup>24</sup>

Wittrup Djup (2020) skriver videre at når hun har møtt mennesker rammet av alvorlige hendelser tidligere i livet, er det støtten fra andre som trekkes frem som det som var det avgjørende for at de skulle finne fotfeste igjen. <sup>25</sup>

Typen støtte som gis kan ta ulike former, men det som er felles er at de etterlater et «avtrykk» av tilstedeværelse og omsorg. Støtte i vanskelige situasjoner kan handle både om praktisk hjelp, informasjon, samtaler eller stillhet. <sup>26</sup>

Wittrup Djup (2020) skriver at å formidle nærhet og emosjonell tilgjengelighet gir mye. Det å bli møtt med forståelse, omtanke og raushet, og opplevelsen av at noen var der med blikket, med hånden og med hele seg. <sup>27</sup> Dette samsvarer med hva flere av både mine egne, Laastad Dyvik (2007) sine og Osland (2015) sine respondenter forteller rundt tematikken som omhandler hvilke egenskaper som er viktige å bli møtt med, som *besøkende* av Sjømannskirken (Laastad Dyvik 2007) eller å gi andre, i form av å være *ansatt* i Sjømannskirken (Osland 2015) og min egen masteroppgave.

I forbindelse med spørsmålet Osland (2015) stiller som omhandler å måtte omprioritere sin egen hverdag når det oppstår en krisesituasjon, svarer alle de seks respondentene at omprioriteringer går greit og kan være nødvendig (Osland 2015, side 52).

Imidlertid forteller en av prestene, som arbeider alene, om de utfordringene som kan oppstå i forbindelse med slike omprioriteringer, med tanke på relasjoner og planer på hjemmefronten. Dette handler om forventninger som ikke blir oppfylt fordi man må rykke ut på et beredskapsoppdrag (Osland 2015, side 52).

Dette mener jeg står litt i kontrast til hva en av mine egne respondenter, Jakob, forteller. Jakob forteller at det for hans del er veldig lett «å gå den ekstra mila», dersom noen skulle

---

<sup>24</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>25</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>26</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<sup>27</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

trengte det, når det oppstår en vanskelig situasjon. Videre sier han at han flere ganger har erfart at da det først oppstod en beredskapssak, så måtte han bare «drite i» at han ikke fikk dratt på den konserten han egentlig skulle på den kvelden, men at han ikke ble sur på grunn av det; «Det er jo bare sånn det er».

Min respondent Terje, forteller, som tidligere nevnt, om sin opplevelse av jobben i Sjømannskirken som «grenseløs, noe også Christian (en av mine respondenter), støtter opp under.

Christian forteller om et arbeid som oppleves som «altoppslukende». Terje er klar på at det i en slik type jobb også er viktig å ta vare på seg selv og sitt familieliv, slik at man har noe å komme med på jobben. Dette synes jeg samsvarer med David sin uttalelse.

Min informant Jakob, nevner egenskaper som blant annet nærhet og tid til å lytte, samt det å kunne videreformidle profesjonell hjelp.

Anne, som har jobbet mange år i Sjømannskirken og som nå er godt voksen, sier hun føler at med litt livserfaring kan det bli enklere å stå i en samtale på en tryggere måte; «Det blir en trygghet, det å ha levd livet».

Også Sara nevner egenskaper som det å greie å lytte til andre, og noen ganger det å la folk bare få lov til å fortelle sin historie. Hun sier videre at hun opplever å gå inn i ulike «roller» når hun møter mennesker som strever. Dette kan være som den naboen eller vennen vedkommende ikke hadde der og da fordi vedkommende befant seg i utlandet da krisen inntraff. Andre ganger går hun inn i rollen som tydelig fagperson, mens andre ganger som «mamma» eller «venninne».

Både Iben og Inger (to av mine informanter) bruker begrepet «medvandrer» når de skal fortelle om hvilke egenskaper de anser som viktige og relevante for å hjelpe mennesker som sliter.

Osland (2015) skriver at fire av hans seks respondenter på operativ side nevner egenskaper

som å lytte, gi rom for ro, og å være en som andre kan lene seg på, samt å hjelpe til med å finne svarene når det kommer til deres rolle i en krisehendelse. Dette samsvarer med de egenskapene som flere av Osland sine informanter påpeker som viktige når det oppstår vanskelige situasjoner (Osland 2015, side 51, 52).

Laastad Dyvik (2007) som på sin side har intervjuet besøkende av Sjømannskirken, har informanter som forteller om sine opplevelser av å bli sett som *menneske*, å oppleve «en omsorg uten grenser», samt det å ikke bli overlatt til seg selv i en krisesituasjon. «Medvandringa» ble sett på som en positiv og også avgjørende faktor (Laastad Dyvik 2007, side 52, 54, 68).

Flere av Laastad Dyvik (2007) sine informanter og en av mine informanter, Jakob, snakker om hjelp til å komme til nattverdbordet. En av Laastad Dyvik (2007) sine informanter forteller at han følte det både naturlig og nødvendig å gå til nattverd, men at han trengte et lite «push» fra sjømannspresten sin side; «[...] nokon som skubba oss veg [...]» (Laastad Dyvik 2007, side 56).

Jakob forteller at en del ønsker hjelp til å komme til nattverdbordet, ved at man på den måten får hjelp til å nærme seg troen. Han sier videre at Jesus er større enn at man bare skal «stå og preke».

Egenskapen «trygghet» nevnes ikke av noen av mine 10 informanter. Til sammenligning nevnes dette begrepet flere ganger i Laastad Dyvik (2007) sin oppgave, gjennom hennes intervjuer av besøkende av Sjømannskirken.

Laastad Dyvik (2007) sin informant, Daniel, forteller om sitt møte med sjømannspresten, og hvordan han (Daniel) følte det som en trygghet at presten kunne bistå med et sted å bo. Informanten Brita snakker om tryggheten når det kommer til det å faktisk bli trodd, noe hun opplevde gjennom sitt møte med Sjømannskirken. Frank, som tidligere er nevnt i forbindelse med konas livsforlengende behandling i utlandet, snakker om opplevd trygghet da han fikk bistand fra Sjømannskirken til både det økonomiske og til bosted (Laastad Dyvik 2007, side 43, 49).

Osland (2015) skriver at ordet *trygghet* var et gjennomgående svar fra respondentene på spørsmålet som omhandlet hvilke verdier de ansatte jobbet etter, både faglige og personlige. Fire av hans seks respondenter på operativ side, og EN respondent fra strategisk side, tar opp trygghet som den viktigste verdien de har med seg. Dette handler i all hovedsak om at respondentene selv føler å inneha en faglig trygghet som gjør dem i stand til å stå tett på mennesker som opplever kriser, og at og en trygghet til å kunne gjøre de riktige prioriteringene.

Videre skriver Osland (2015) som en oppsummering at verdiene trygghet, uendelig verdi og det å være oppsøkende, oppleves som viktige verdier i krisehendelser, sett fra de ansattes side. Her er det lett å se at mine egne funn skiller seg litt ut fra funnene gjort av Laastad Dyvik (2007) og Osland (2015).

#### 6.4 Likeverd i møte med hjelpetrequende

Osland (2015, side 56) skriver at diakonien har blitt stadig mer opptatt av at diakoni skal være et møte mellom likeverdige mennesker, og ikke et møte mellom en hjelper og en nødlidende. Han spurte derfor sine respondenter om hvorvidt de klarer å ha med seg dette idealet inn i en krisesituasjon.

Fire av hans seks respondenter på operativ side reflekterer rundt det å greie å myndiggjøre de menneskene man møter, og ikke «ta over» problematikken. Informanten David sier at han ikke liker ordet «hjelp», men at han i stedet er glad i å finne frem til folks egne ressurser, og la de gjøre jobben selv. På den måten blir han selv en overflødig person (Osland 2015, side 56, 57).

To av de andre Osland (2015) intervjuet, sier at de tar utgangspunkt i menneskets verdi og respekt for de valgene de selv har gjort. Stefanus sier at han møter mennesker som medmennesker, og ikke bare som en fagperson. Her blir også svaret fra Dina relevant, dette

med å gi folk et spark bak, der det er nødvendig. Osland (2015) skriver at de fleste av hans respondenter sier at likeverdighet er viktig, spesielt i arbeidet med kriser (Osland 2015, side 71).

En av mine respondenter, Iben, sier at man ikke kan ta fra et menneske sin frie vilje til å ta dårlige valg for eget liv.

Min respondent Terje sier at man må spørre seg selv om «[...] er dette vårt ansvar? [...]». Videre forteller han om sine tanker rundt temaet likeverd at veldig mange mennesker har, både i seg selv og i sine nettverk, ressurser til å kunne håndtere alminnelige livskriser. Han sier at det å miste en nærstående, eller å miste en jobb, er ting man må regne med i løpet av et liv; «Det er ikke vår jobb å leve livene til folk».

En annen av mine respondenter, Randi, forteller at hun er veldig opptatt av at man ikke må overta andre menneskers ansvar for eget liv, men heller sortere ut *når* man faktisk skal være der.

En av Laastad Dyvik (2007) sine respondenter, Anne, som opplevde å miste noen i en tsunami, forteller om sin opplevelse av å bli sett på som en ressurs, og ikke et offer. Hun sier at de pårørende etter ulykken ikke var verken handlingslamme eller pasienter (Laastad Dyvik 2007, side 45).

Videre skriver Laastad Dyvik (2007, side 61) at hennes informanter, som defineres som «de det gikk galt for», fikk kontakt med Sjømannskirken og at de der opplevde å bli møtt med et åpent og inkluderende menneskesyn.

Laastad Dyvik (2007, side 64) skriver videre at hennes informanter peker på to faktorer av særlig betydning: Det ene er at noen kom og var til stede (i en vanskelig situasjon), og det andre er de kriserammedes egne ressurser ble utnyttet.

## 6.5 Å strekke grenser

Som tidligere nevnt i teorikapittelet, ble det allerede i Sjømannskirkens begynnelse på 1800-tallet, snakket om utbrenthet blant de ansatte på kirka.<sup>28</sup>

Flere av mine informanter forteller om å få strukket grensene sine i møte med de de skal hjelpe (besøkende av Sjømannskirken). I teorikapittelets avsnitt om utbrenthet blant ansatte i kirken, nevnes særlig presteyrket som belastende, blant annet fordi man skal forsøke å dekke grenseløse behov ved hjelp av begrensede ressurser (Nordeide et al., 2008, side 13).

Dette stemmer overens med hva flere av mine informanter forteller meg under intervjurundene. Særlig Terje setter ord på dette, når han forteller om at han opplever jobben i Sjømannskirken som en grenseløs tilværelse, ved at man som ansatt alltid skal være der, alltid stille opp og at man blir redd for å støte folk fra seg. Han sier videre at ingen er tjent med at folk blir utbrente etter to år, og at ansettelsesprosesser er dyrt.

Som Nordeide et al. (2008, side 17) skriver, så handler utbrenthet om å møte veggen; En tilstand hvor kropp og følelser ikke orker mer fordi man «bruker opp» sin egen energi, sine krefter og sine ressurser.

Anne forteller meg at når man jobber på ei sjømannskirke så har man aldri helt fri, for eksempel når man sitter på en restaurant og blir gjenkjent, og at det er lite rom for å være privat, da man alltid må tenke på at man representerer Sjømannskirken.

Inger forteller om «tidsklemma», og at man prøver å forholde seg til sin egen arbeidstid, men at når man møter mennesker i krise, så handler det ikke om ei fast arbeidstid for dem.

Randi deler oppfatningen om at man som ansatt kanskje er litt lite flink til å sette grenser for hva man faktisk kan hjelpe til med.

---

<sup>28</sup> <https://www.sjomannskirken.no/tidslinje/1865/>

Også flere av Osland (2015) sine informanter snakker om grensesetting: David sier at man ikke må være en (ansatt) som lever seg så sterkt inn i problematikken at man selv blir en belastning (Osland, 2015, side 52).

Flere av Osland (2015) sine informanter nevner «fortellinger om den selvutslettende tjenesten»; Fortellinger som er en del av Sjømannskirkens minne, men som ikke lenger er en del av identiteten. Det refereres her til fortellingen om det såkalte «Leseværelset», som er et internt uttrykk i Sjømannskirken. Leseværelset kan best forstås som menighetssalen (Osland 2015, side 46,47).

David forteller at han i begynnelsen av jobben som kirkelig ansatt fikk «servert» diverse historier fra gamle statssekretærer og andre som hadde vært ute i flere år og på flere stasjoner, og som hadde opplevd å ha stabsmøter klokken to på natten, for så å gå på skipsbesøk klokken seks på morgenen. David forteller videre at dette er helt irrelevante og dårlige fortellinger (Osland 2015, side 46, 47).

Som Osland (2015) selv skriver i oppgaven, så gav ingen av hans respondenter uttrykk for at utdaterte fortellinger var det som lenger preget Sjømannskirkens virksomhet, og at Sjømannskirken klarer å fortelle de historiene som til enhver tid er relevante (Osland, 2015, side 46, 47).

På den ene siden forteller Osland (2015) sine informanter at de utdaterte fortellingene om en stor arbeidsbelastning ikke lenger preger Sjømannskirken, mens flere av mine egne informanter forteller at de sitter med en opplevelse av et grenseløst og altoppslukende arbeid.

Osland (2015, side 32) skriver at han har intervjuet ansatte i sjømannskirker i Europa, USA, Asia og i Nordsjøen. Jeg på min side har intervjuet ansatte i sjømannskirker i Europa, USA og Latin-Amerika. Kan det tenkes at de ansatte på kirkene Osland (2015) intervjuet, har bedre rutiner innarbeidet for hvordan prøve å unngå stress og for høy arbeidsbelastning enn på de kirkene hvor *mine* informanter er ansatt? I mitt intervjumateriale er det særlig EN av kirkene som skiller seg ut når det kommer til spørsmål om grenseløshet; Her forteller tre av seks



respondenter (ansatt i samme kirke) om følelsen av å strekke seg langt for å hjelpe.

Osland (2015, side 52) skriver videre at en av prestene han har intervjuet, og som arbeider alene, forteller at omprioriteringer (av arbeidsoppgaver) kan være en utfordring med tanke på relasjoner og planer på hjemmefronten. Forventninger som ikke blir oppfylt fordi man må rykke ut på beredskapsoppdrag.

En av mine respondenter, Jakob, forteller på sin side, at når det først pågår en krise, så vil han gå «de ekstra mila» for den det gjelder. Jakob har erfart at når det er en pågående beredskapssak som han må stille opp på, så blir han ikke sur, selv om han egentlig hadde en konsertbillett og andre planer. «Det bare er sånn det er».

Imidlertid svarer alle Osland (2015) sine seks respondenter som jobber på Sjømannskirkens operative side, at omprioriteringer går greit og kan være nødvendig, selv om det kan være kjedelig, som Daniel sier (Osland, 2015, side 52).

Laastad Dyvik (2007) har, som tidligere nevnt, intervjuet besøkende av Sjømannskirken, slik at spørsmålet om grenseløshet og utbrenthet blant kirkens ansatte blir mindre relevant i denne sammenhengen. Likevel løfter Laastad Dyvik (2007) frem problemstillingen som kan oppstå når Sjømannskirken får funksjonen som «nødhavn» og «akuttmottak»; Når og hvordan er det riktig å sette grenser for den diakonale sosialomsorgen i møte med mennesker? (Laastad Dyvik 2007, side 63). Et eksempel er en av Laastad Dyvik (2007) sine informanter som forteller om sin opplevelse av «en omsorg uten grenser» i sitt møte med Sjømannskirken i London (Laastad Dyvik, 2007, side 52).

Videre tar Laastad Dyvik (2007) opp spørsmålet om hvor lenge «medvandringen» mellom Sjømannskirkens ansatte og de som er i behov av hjelp, skal strekke ut. Hun spør videre hvem som egentlig har ansvaret for at de kriserammede «overføres» til et inkluderende menighetsfellesskap (hjemme i Norge?) (Laastad Dyvik, 2007, side 68).

Deretter stiller Laastad Dyvik (2007) det åpne spørsmålet om hvorvidt Sjømannskirken som tjenende kirke kanskje skulle prioritere å være tilgjengelig for de kriserammede i en

*overgangsfase* når dette er ønskelig (Laastad Dyvik, 2007, side 68).

En kritisk innvending her kan være: Er det ofte slik at Sjømannskirkens ansatte opplever en urimelig stor arbeidsbelastning ved å fungere som hjelpende kirke og «nødhavn»? Er dette noe som kan føre til utbrenthet hos de ansatte? På den ene siden vil det være av nødvendighet å ha en norsk kirke i utlandet, som fungerer som en trygg havn for nordmenn i nød. Dette underbygges gjennom flere av intervjuene utført av Laastad Dyvik (2007) og meg.

En rød tråd gjennom intervjuene viser at de som opplever å få hjelp og bistand fra Sjømannskirken, reagerer med takknemlighet. Men likevel; Hvor stor skal arbeidsbyrden for de ansatte i Sjømannskirken være? Hvor langt skal de ansatte strekke seg for å hjelpe mennesker som strever? En av mine informanter, Iben, sier at hun ikke kan ta fra et menneske sin frie vilje til å ta dårlige valg i eget liv. Mine informanter Terje og Anne, er ydmyke på at de ikke selv tror de er profesjonelle terapeuter. Det er med andre ord viktig at Sjømannskirkens ansatte både ser sine ressurser og sine begrensninger i sitt arbeid som hjelpere.

Til slutt ønsker jeg å stille et åpent spørsmål knyttet til den kristne tros betydning: Kan det tenkes at de ansatte (i Sjømannskirken) sin kristne tro vil kunne fungere/virke som en ressurs, og dermed som en buffer for slitenhet og utbrenthet? Dersom man som kirkelig ansatt tenker at man har fått i «oppdrag» av Gud å hjelpe mennesker som strever, vil ens personlige, kristne tro kunne føre til at man som ansatt og hjelper likevel greier å holde ut i krevende situasjoner, når man har med seg sitt «kall» i ryggsekken?

## 7 Oppsummering og konklusjon

I denne undersøkelsen har jeg sett på hvordan Sjømannskirkens ansatte bistår nordmenn i utlandet som opplever sorg og/eller kriser, gjennom å besvare problemstillingen *Hvordan opplever ansatte i Sjømannskirken at de kan være til hjelp og støtte for nordmenn i utlandet som opplever sorg og/eller kriser?*

Min undersøkelse viser at alle de 10 informantene i de fire ulike sjømannskirkene har opplevd å stå i situasjoner hvor nordmenn var i behov av hjelp og støtte fra Sjømannskirkens ansatte.

I analysedelen var temaene *sorg, praktisk hjelp, medmenneske og lytting* gjennomgående begreper hos alle informantene, når de skulle fortelle om hva de hadde opplevd i møte med hjelpetrengende, og på hvilken måte de selv hadde vært til hjelp.

Alle informantene fortalte om en følelse av å ikke alltid greie å strekke helt til i sine hjelperoller når vanskelige situasjoner oppstod. Flere informanter fortalte at de i den aktuelle situasjonen måtte stole på at det som ble gjort, var «bra nok».

Flere av informantene fortalte om sine tanker og erfaringer knyttet til den kristne tro, på spørsmålet som omhandlet endringer hos den enkelte. Gud og Den Hellige Ånds virking «i kulissene» i en sjelesorgssamtale, ble trukket frem hos to av informantene. En sterkere tro på Sjømannskirkens viktige arbeid, ble også trukket frem.

På tematikken som omhandlet hva som kunne vært annerledes med Sjømannskirken, var en hektisk arbeidshverdag som kirkelig ansatt, et gjennomgangstema. Ord som «tidsklemma», «stressgenererende landskap» «grenseløst» og «altoppslukende arbeid» satte ord på informantenes tanker.

Å jobbe i staber ble trukket frem som positivt hos flere av informantene. At de ansatte i en stab har ulike «gaver» med seg i møte med mennesker, og at det av og til i enkelte situasjoner kan være nyttig at en annen i staben tar den aktuelle saken, ble nevnt. Flertallet

av informantene mente at man alltid kan møte den kriserammede på en annen måte enn det som faktisk ble gjort der og da, og flere påpekte at det var viktig med en evaluering i etterkant av en hendelse, for å se på hva som kunne vært gjort annerledes.

Det var gjennomgående i funnene at å skulle bistå en hjelpetrengende med psykisk helsehjelp, opplevdes som vanskeligere i utlandet enn hjemme i Norge. Dette viste seg gjeldene for alle de fire sjømannskirkene, fordelt på tre ulike kontinenter. Flere av informantene fortalte om en bevisstgjøring på at de ikke var ansatt som en som kunne gi profesjonell, psykisk helsehjelp, men som en kirkens *medvandrer*.

I drøftingsdelen har jeg sammenlignet mine egne funn opp imot funnene i to andre masteroppgaver, med samme tema, men med ulike vinklinger. Osland (2015) legger i sin oppgave vekt på Sjømannskirkens arbeid med krisehåndtering sett i lys av organisasjonens selvforståelse. Osland (2015) har foretatt kvalitative intervjuer av 11 ansatte i ulike sjømannskirker i Europa, USA, Asia og Nordsjøen, hvorav fem jobber strategisk og seks jobber operativt (Osland 2015, side 32).

Laastad Dyvik (2007) har i sin oppgave hatt fokus på besøkende av Sjømannskirken, og hun har intervjuet syv informanter som var i behov av hjelp fra Sjømannskirkens ansatte, om hvordan de så på hjelpen, 7-8 år etter hendelsen. Laastad Dyvik (2007) legger, i likhet med Osland (2015) Sjømannskirkens verdidokument til grunn for oppgaven (Laastad Dyvik 2007, side 30).

Videre har jeg drøftet funnene i de tre masteroppgavene i lys av mitt teorikapittel, og sett på hvorvidt teori og funn samsvarer. I mitt teorikapittel har jeg tatt for meg temaene sorg, nyere sorgforståelse, sorgmodeller, hvordan forstå krise, og hvordan møte kriserammede, samt utbrenthet blant kirkelige ansatte. Jeg har anvendt litteratur fra Eide & Eide (2017), Mogensen & Engelbrekt (2017), Austad (2017), Stroebe & Schut (2010), Hoff et al (2011), Wittrup Djup (2020) og Nordeide et al. (2008).

I drøftingsdelen som omhandler «Å møte mennesker i sorg», trekkes særlig en av Laastad Dyvik (2007) sine informanter, Frank, frem. Frank forteller sin historie om å miste kona i

utlandet grunnet sykdom, og dermed bli igjen alene med deres felles barn. Frank kontaktet Sjømannskirken for å få hjelp til å skaffe bolig (Laastad Dyvik 2007, side 37, 38, 43, 44). Franks fortelling bygger opp under «tosporsmodellen» av Stroebe & Schut (2010) og sorglitteraturen til Austad (2017) og Mogensen & Engelbrekt (2017).

I den delen i drøftingen som tar for seg hvordan møte mennesker i krise, viser jeg spesielt til Laastad Dyvik (2007) sin informant, Gard, som opplevde å miste sin beste venn i en drukningsulykke i utlandet (Laastad Dyvik 2007, side 37 og 38). Gard fikk hjelp og bistand fra Sjømannskirkens ansatte, blant annet i kontakten med det lokale politiet (Laastad Dyvik 2007, side 39). I denne delen av drøftingen har jeg også trukket frem flere av mine egne informanter, hvorav informanten Anne, fungerte som Sjømannskirkens «krisearbeider» i en kritisk situasjon med et suicidalt menneske. De to andre av mine informanter, Sara og Christian, forteller henholdsvis om alvorlige ulykker med mange nordmenn involvert i, og om sine definisjoner av begrepet «krise». Fortellingene til disse fire informantene underbygger litteraturen til både Hoff et al. (2011) og Mogensen & Engelbrekt (2017).

I delen som omhandler «å være en medmenneskelig hjelper», nevnes seks av Osland (2015) sine informanter og syv av mine egne informanter. Egenskaper som å lytte, gi rom for ro, og å være en som andre kan lene seg på, nærhet, livserfaring og medvandrer, nevnes av informantene. Flere av Laastad Dyvik (2007) sine informanter snakker om opplevd trygghet i møte med Sjømannskirken. Uttalelsene fra både Osland (2015), Laastad Dyvik (2007) og mine egne informanter, underbygger artikkelen til Wittrup Djup (2020); «Å møte mennesker i krise». <sup>29</sup>

På temaet «likeverd i møte med hjelpetrequende», viser funnene at flertallet av Osland (2015) og mine egne informanter, er opptatt av myndiggjøring og likeverd i møte med kriserammede mennesker. Laastad Dyvik (2007) skriver at hennes informanter (de besøkende av Sjømannskirken), peker på de to faktorene å ha noen til stede sammen med seg i en vanskelig situasjon og at de kriserammedes egne ressurser ble utnyttet. I tillegg fremhever Laastad Dyvik (2007) sine informanter det som viktig å bli møtt av Sjømannskirkens ansatte

---

<sup>29</sup> <https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

med et åpent og inkluderende menneskesyn (Laastad Dyvik 2007, side 61, 64).

I drøftingsdelen som omhandler «å strekke grenser», støtter flere av mine enge informanter opp under litteraturen om utbrenthet blant kirkelig ansatte (Nordeide et al., 2008). Også flere av Osland (2015) snakker om grensesetting, blant annet informanten David, som sier at man som ansatt ikke må leve seg så sterkt inn i problematikken at man selv blir en belastning (Osland 2015, side 52). Jeg stiller i denne delen av drøftingen spørsmålsteget ved likheter og forskjeller i de sjømannskirkene hvor Osland (2015) har intervjuet sine informanter og i de sjømannskirkene jeg selv har intervjuet mine informanter, vedrørende høy arbeidsbelastning blant kirkens ansatte. Laastad Dyvik (2007) tar i denne delen opp problemstillinger som omhandler hvor lenge Sjømannskirkens ansatte sin «medvandring» med de kriserammede egentlig skal strekke ut i tid, og når og hvordan det er riktig å sette grenser for den diakonifaglige omsorgen i møte med mennesker i krevende livssituasjoner (Laastad Dyvik 2007, side 63, 67).

## Litteraturliste

Austad, A. (2017). Nyere sorgforståelse og ulike sorgmodeller. *Nordisk tidsskrift for palliativ medisin* (5-10).

Djuup, H. W. (2020). Å møte mennesker i krise. *Ambulanseforum*, (4).

<https://krisepsykologi.no/a-mote-mennesker-i-krise/>

<https://ambulanseforum.no/artikler/a-mote-mennesker-i-krise>

Dyvik, R. L. (2007). *Sjømannskyrkja i møte med mennesker i utsette og vanskelege livssituasjonar*. Masteroppgave. Diakonhjemmet Høgskole.

Eide, T. & Eide, H. (2017). *Kommunikasjon i relasjoner- Personorientering, samhandling, etikk* (3.utg.). Gyldendal.

Erichsen, J. (2016). *Sjømannskirken- Ikke helt som andre kirker*. Portal Forlag AS.

Hoff, L., Brown, L. & Hoff, M. R. (2011). *People in Crisis. Clinical and Diversity Perspectives* (6.utg.). Taylor and Francis.

Johannessen, A., Tufte, P. A. & Kristoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5.utg.). Abstrakt forlag.

Kirkerådet. (2020). *Plan for diakoni*. Den norske kirke.

[https://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/samfunnsansvar/diakoni/plan-for-diakoni\\_rev2020.pdf](https://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/samfunnsansvar/diakoni/plan-for-diakoni_rev2020.pdf)

Kvale S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.utg.). Gyldendal.

Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4.utg.). Universitetsforlaget.

Mogensen, J.R. & Engelbrekt, P. (2017). *At forstå sorg- Teoretiske og praktiske perspektiver*. Samfundslitteratur.

Nordeide, I.H., Skogstad, A. & Einarsen, S. (2008). *Jeg er jo ikke Jesus heller! Arbeidsmiljø og utbrenthet blant norske prester*. Fagbokforlaget.

Osland, H. T. (2015). *Hvordan kan Sjømannskirkens arbeid med krisehåndtering ses i lys av organisasjonens diakonale selvforståelse?* Masteroppgave. Diakonhjemmet Høgskole.

Sjømannskirken (2020, 20. august). *Arbeidet settes i gang*.  
<https://www.sjomannskirken.no/tidslinje/1865/>

Sjømannskirken (u.å.). *Oppsøkende tjenester*.  
<https://www.sjomannskirken.no/vart-arbeid/opsokende/>

Sjømannskirken (u.å.). *Til stede for mennesker i krise*.  
<https://www.sjomannskirken.no/aktuelt/til-stede-for-mennesker-i-krise/>

Sjømannskirken (2018). *Årsmelding Sjømannskirken 2018* (årsrapport).  
[https://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/slik-styres-kirken/kirkemotet/2019/saksdokumenter/km\\_04\\_4\\_19\\_sjomannskirken\\_arsrapport\\_2018.pdf](https://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/slik-styres-kirken/kirkemotet/2019/saksdokumenter/km_04_4_19_sjomannskirken_arsrapport_2018.pdf)

Sjømannskirken (2012). *Sjømannskirkens melding til kirkemøtet 2012* (årsmelding).  
[https://kirken.no/globalassets/kirken.no/migrering/km\\_3\\_4\\_12\\_del\\_1\\_sjomannskirkens\\_aar-smelding\\_hovedstyret.pdf](https://kirken.no/globalassets/kirken.no/migrering/km_3_4_12_del_1_sjomannskirkens_aar-smelding_hovedstyret.pdf)

Stifoss-Hansen, H. (2014). *Diakonia as a Professional Practice: Perspectives on Research and Education*. I Dietrich, S., Jørgensen, K., Korslien, K.K & Nordstokke, K. (Red.), *Diakonia As Christian Social Practice – An introduction* (side 62-74). Regnum Books International.

Stroebe M, Schut H. (2010). *The dual process model of coping with bereavement: A decade*



on. Omega, 61 (4): 273-89. doi: 10.2190/OM. 61.4.b. PMID: 21058610

Stroebe, M. & Schut, H. (2016, 15. September). *Overload: A Missing Link in the Dual Process Model?* Semantic Scholar.

<https://www.semanticscholar.org/paper/Overload%3A-A-Missing-Link-in-the-Dual-Process-Model-Stroebe-Schut/05a5fea348a26b3268a23b17d4512c92ec55a714/figure/0>

Weihe, H. J.W. (2021, 30. november). *Johan Cordt Harmens Storjohann*. Store norske leksikon.

[https://snl.no/Johan\\_Cordt\\_Harmens\\_Storjohann](https://snl.no/Johan_Cordt_Harmens_Storjohann)

## Vedlegg

### Vedlegg 1, intervjuguide

#### **Intervjuguide ansatte i sjømannskirken**

- Hvor lenge har du jobbet i sjømannskirken? (Hva er din rolle i Sjømannskirken?)
- Hva slags sorg, kriser eller andre vanskeligheter har du opplevd i møte med besøkende av kirken? Skjer det ofte at besøkende som opplever kriser, oppsøker kirken?
- Hva slags type hjelp trengte den/de som oppsøkte kirken?
- På hvilken måte var sjømannskirken til hjelp?
- Hvem hos sjømannskirken hjalp den/de som hadde behov for hjelp?
- På hvilken måte følte du at du var til hjelp? Hva opplevde du i denne/disse situasjonen? Har møtet med de kriserammede i sjømannskirken endret noe din egen holdning/følelser/tro (kristne tro)? Hva har denne/disse erfaringen(e) hatt av betydning for deg som ansatt/person/troende kristen i sjømannskirken?
- Er det noe med sjømannskirken som du tenker kunne vært annerledes?
- Kunne du møtt de kriserammede på en annen måte?
- Hva får deg til å tro det?
- Vet du om det finnes andre hjelpeinstanser for nordmenn som sliter med psykiske problemer og som bor permanent eller store deler av året i (landets navn), bortsett fra sjømannskirken?
- Blir hjelp til nordmenn som sliter psykisk synliggjort i informasjon fra dere, i årsmeldinger, i aktivitetsrapportering, eller på andre måter?

## **Vil du delta i forskningsprosjektet**

*Hvordan sjømannskirken kan være til hjelp og støtte for nordmenn som opplever sorg og/eller kriser i utlandet*

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å finne mer ut av hvordan Sjømannskirken kan være til hjelp og støtte for nordmenn som opplever sorg og/eller kriser i utlandet. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

### **Formål**

Problemstilling for studiet/prosjektet:

*Hvordan kan Sjømannskirken være til hjelp og støtte for nordmenn som opplever sorg og/eller kriser i utlandet?*

Dette er et forskningsprosjekt som skal være en del av min masteroppgave, master i diakoni.

### **Hvem er ansvarlig for prosjektet?**

VID vitenskapelige høgskole, ved førsteamanuensis, Anne Austad.

### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Jeg har valgt å intervju ansatte ved sjømannskirker om deres erfaringer med å hjelpe nordmenn i sorg og/eller kriser, som en del av min masteroppgave om Sjømannskirken.

### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Jeg kommer til å utføre et intervju basert på en intervjuguide. Intervjuet vil bli tatt opp på en lydopptaker som ikke har nett-tilgang. Denne skal jeg låne på skolens bibliotek. Videre lagres opplysningene på en kryptert minnepinne. Data vil ikke bli lagret på PC som er koblet til internett. Dette for å sikre anonymitet.

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du svarer på spørsmål ut i fra en intervjuguide. Intervjuguiden inneholder spørsmål som blant annet omhandler hva slags hjelp og støtte du har gitt til besøkende nordmenn av Sjømannskirken, i forbindelse med sorg, kriser eller andre vanskeligheter.

Intervjuet vil ta fra ca. 30-45 minutter.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern- hvordan i oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personregelverket.

Jeg som student og min veileder ved VID vil ha tilgang til opplysningene gitt i intervjuet. Opplysningene tas opp på en lydopptaker som ikke har nett-tilgang, og de lagres deretter på en kryptert minnepinne som heller ikke har nett-tilgang. Alle intervjuene vil anonymiseres i masteroppgaven.

### **Hva skjer med opplysningene når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Prosjektet skal etter planen avsluttes våren 2021. Etter dette vil opptakene slettes.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg
- å få rettet personopplysninger om deg
- å få slettet personopplysninger om deg
- å få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra VID vitenskapelige høgscole har NSD- Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personregelverket.

### **Hvor kan jeg finne ut mer?**

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Anne Austad, VID vitenskapelige høgscole: anne.austad@vid.no; +47 22 45 19 10
- VIDs personvernombud: Nancy Yue Liu: nancy.yue.liu@diakonhjemmet.no; +47 938 56 277
- NSD-Norsk senter for forskningsdata AS: personverntjenester@nsd.no; +47 55 58 21 17

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig  
Anne Austad

Student  
Therese Skaug

## Vedlegg 3, godkjenning NSD

### Vurdering

#### **Referansenummer**

255211

#### **Prosjekttittel**

Hvordan sjømannskirken kan være til hjelp og støtte for nordmenn som opplever sorg og/eller kriser i utlandet

#### **Behandlingsansvarlig institusjon**

VID vitenskapelige høyskole / Fakultet for teologi, diakoni og ledelsesfag / Fakultet for teologi, diakoni og ledelsesfag Oslo

#### **Prosjektansvarlig**

Anne Austad

#### **Student**

Therese Skaug

#### **Prosjektperiode**

08.02.2020 - 20.06.2022

#### **Kategorier personopplysninger**

- Alminnelige
- Særlige

#### **Rettslig grunnlag**

- Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)
- Uttrykkelig samtykke (Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene kan starte så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det rettslige grunnlaget gjelder til 20.06.2022.

#### **Kommentar**

NSD har vurdert endringen registrert 30.11.2021. Vi har nå registrert 20.06.2021 som ny sluttdato for forskningsperioden. Vi gjør oppmerksom på at ytterligere forlengelser ikke kan påregnes uten at det gis informasjon til utvalget. NSD vil følge opp ved ny sluttdato for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Jørgen Wincentsen