

**Diakonhjemmet Høgskole**

**Mastergrad i diakoni**

MGD 2007

**Iris Bergh**

**MGD300 Masteroppgave i diakoni**

**”Er det noen som hører meg?”**

Problemstilling: Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?

Innleveringsfrist: 16.05.2011

Antall ord: 26 164

Veileders navn: Hans Stifoss-Hanssen

## Forord

Etter tre år med deltidsstudier til mastergraden i diakoni er jeg nå ferdig med pensum. Det har vært viktig for meg å faktisk lese gjennom hele pensum til fagene. Det har jeg klart. Når jeg nå ser tilbake på det jeg har lært, er det ett område jeg mener det er behov for å fokusere mer på. Mitt mål er å bli en god diakon og særlig en god samtalepartner, medvandrer og sjelesørger. Det er for å oppnå dette målet jeg mener det er behov for å fokusere mer på samtalen som arbeidsredskap i sjelesorg. Jeg har en nysgjerrighet på hvordan dagens diakoner utøver sjelesorg. Gjennom oppgaven ønsker jeg å lære av deres erfaringer.

Det siste året med masteroppgaveskriving har vært en spennende reise med oppturer og nedturer. Ferden har gått gjennom gode kreative skrivedager og skrivesperrer. Men gjennom alt har familien min vært der og støttet meg. Jeg vil spesielt takke min mann som har støttet meg gjennom alle de fire årene og spesielt gjennom det siste året med oppgaveskriving. Takk til min datter Kristina for gode innspill når det gjelder teknikken med å skrive oppgaven.

En stor takk til min veileder Hans Stifoss-Hanssen. Han har vært min aller viktigste akademiske støttespiller. Han har trodd på meg og inspirert meg til å strekke meg stadig lenger på det akademiske plan. Han har vært en uvurderlig hjelp.

Jeg vil få takke de fem diakonene som har latt seg intervju. De sa alle ja med en gang jeg spurte om et intervju. Takk for at de så sjenerøst har delt sine erfaringer med meg.

Gjennom disse fire årene har jeg lært utrolig mye. Jeg har møtt dyktige og spennende lærere ved diakoniutdannelsen. Takk til Kari Jordheim og Kari Korslien for at de har vært så inspirerende og engasjerte og at de har fulgt meg gjennom hele utdannelsen. Det har vært en ressurs og en berikelse å bli kjent med mine medstudenter. Det at studentene har felles undervisning i fagene, på tvers av hvor langt de er kommet i utdanningsløpet, har gjort det mulig for meg å bli kjent med mange spennende mennesker. Fellesskapet har vært berikende. Takk til Diakonhjemmet.

## Resymé

Problemstilling: Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?

Oppgaven inneholder en intervjuundersøkelse av hva diakoner gjør i sjelesorgsamtaler. Det har ikke vært mulig å finne annen empiri om dette. Oppgaven bygger for øvrig også på teori samlet inn under fordypningspraksis ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep, sjelesorgteori og annen relevant teori om samtaler, kommunikasjon og faglig utvikling. Det er brukt kvalitativ metode i undersøkelsen. Det er foretatt intervju med fem diakoner. Etter en innledning ble diakonene oppfordret til å fortelle så uavbrutt som mulig om sine erfaringer med:

- Forberedelse til samtalen.
- Hva de gjør i samtalen for å legge forholdene til rette for at det skal være mulig å snakke om det som er mest vanskelig.
- Hvor mye de styrer samtalen.
- Er diakonene opptatt av en spesiell sjelesorgretning.

Resultatene ble analysert tematisk.

Hovedkonklusjoner: Diakonene jeg intervjuet bruker sjelesorgfaglig kompetanse, empati og taus kunnskap for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale. Hver enkelt sjelesorgsamtale er unik og blir tilpasset konfidentens behov. Én diakon har valgt sjelesorgretning. Alle bruker litt fra flere retninger. Med denne forståelsen kan det være riktig å si at sjelesorgretningene ikke hadde noen reell betydning for de fleste diakonene jeg intervjuet. Med utgangspunkt i undersøkelsens empiri kan man si at det er konfidentsentrert sjelesorg som blir utført i sjelesorgsamtalene.

<b>1</b>	<b>INNLEDNING</b> .....	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>BAKGRUNN FOR PROBLEMSTILLINGEN</b> .....	<b>8</b>
<b>3</b>	<b>PRAKSIS VED KIRKENS RESSURSSENTER</b> .....	<b>11</b>
3.1	NOEN RAMMER RUNDT KIRKENS RESSURSSENTER .....	12
3.2	NÅR MENNESKER RINGER .....	13
3.3	KONFIDENTENS TANKER NÅR HUN TAR KONTAKT .....	13
3.4	HJELPEREN I FOKUS .....	14
3.5	MENN .....	15
<b>4</b>	<b>I SJELESORGENS LANDSKAP. MELLOM ULIKE TYPER TEORIER</b> .....	<b>17</b>
4.1	KAN SJELESORG VÆRE FORSKJELLIGE TING UT FRA TEORETISK STÅSTED? .....	17
4.2	HVA ER DET SPESIELLE VED SJELESORG? .....	18
4.3	SJELESORG OG TERAPI.....	20
4.4	MAKT .....	23
4.5	TILLIT .....	24
4.6	Å LYTTE .....	24
4.7	ER DET ALLTID GODT Å FORTELLE? .....	25
4.8	FRA SKAM TIL VERDIGHET .....	26
4.9	SPØRSMÅLET .....	27
4.10	EMPATI .....	28
4.11	TAUS KUNNSKAP.....	29
<b>5</b>	<b>METODE</b> .....	<b>31</b>
5.1	VALGETS KVAL.....	31
5.2	KVALITATIV METODE .....	31
5.3	VALG AV INTERVJUMETODE .....	32
5.4	UTVALG AV INTERVJUOBJEKT.....	33
5.5	INTERVJUENE .....	34
5.6	ANALYSE OG FORTOLKNING .....	35
<b>6</b>	<b>UNDERSØKELSEN</b> .....	<b>37</b>
6.1	DIAKONENE .....	37
6.2	FORBEREDELSE TIL SJELESORGSAMTALEN .....	38
6.3	SJELESORGSAMTALEN .....	40
6.3.1	<i>Tillit</i> .....	40
6.3.2	<i>Er Gud tilstede?</i> .....	42
6.3.3	<i>Sjelesørgeren som ressurs</i> .....	43
6.3.4	<i>Konfidenten i fokus</i> .....	46
6.3.5	<i>Spørsmålet som redskap</i> .....	48
6.3.6	<i>Styring av samtalen</i> .....	52
6.3.7	<i>Sjelesorgretninger</i> .....	53
<b>7</b>	<b>DRØFTING OG KONKLUSJON</b> .....	<b>58</b>
7.1	TILBAKEBLIKK .....	58
7.2	FIKK JEG SVAR PÅ PROBLEMSTILLINGEN? .....	59
7.3	HVA ER DET SOM DRIVER SJELESORGPROSESSEN? .....	61
7.4	SJELESORGRETNINGER, TEORI ELLER PRAKSIS .....	63
7.5	KONKLUSJON .....	64
	<b>LITTERATURLISTE:</b> .....	<b>64</b>

## 1 Innledning

”At ingen forstod! Men jeg sa jo det--- den gangen. En annen gang sa jeg det også. Ingen hørte. Til slutt sa jeg ingen ting.” Slik gjengir Elisabeth Torp ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep en uttalelse fra en overgrepsutsatt bruker ved senteret. Det er mange som har lignende utsagn og opplevelser blant brukerne av Kirkens Ressurssenter. Med bakgrunn i slike uttalelser heter oppgaven: ”Er det noen som hører meg?”

Kierkegaard har skrevet: ”At man, når det i sandhed skal lykkes en at føre et menneske hen til et bestemt sted, først og fremst må passe på at finde ham der, hvor han er, og begynde der.” (1963:96). Dette sitatet har fulgt meg i noen år. Etter hvert som jeg har fått mer erfaring ser jeg hvor grunnleggende riktig det er og hvor viktig det er å finne det andre mennesket der det er. Jeg tror det også må være utgangspunkt for en god sjelesorgsamtale. Et annet viktig utgangspunkt har jeg funnet hos Løgstrup der han skriver at når du møter et annet menneske holder du alltid noe av hans liv i din hånd (1969:25). Denne uttalelsen gir for meg uttrykk for en aktelse og ærbødighet for det andre menneskes verdi og den betydning møtet mellom meg og den andre har. I bunnen under dette ligger mitt helt grunnleggende ståsted som menneske og som fagperson. Slik som Bibelen begynner med skapelsesberetningen vil også jeg begynne her og bygge min oppgave på det kristne menneskesyn. Gud som skapte oss i sitt bilde (1. Mos. 1,27). Jeg ser dette som et solid grunnlag for å fastholde at alle mennesker er like mye verdt.

Dette er en oppgave i sjelesorgens landskap. Sjelesorgteori gir en fyldig utlegning av at det finnes mange retninger og muligheter for skiftende fokus i de forskjellige retningene. Jeg vil her lene meg til Berit Okkenhaug og hennes bok ”Når jeg ser ditt ansikt.” (2002). Hun har klart å samle det Grevbo (2006) betegner som 8 forskjellige retninger, til tre hovedretninger. Her har hun sin styrke i å se de store trekkene. For min egen del befinner jeg meg innenfor det Okkenhaug kaller ”Kirkelig orientert tros- og livshjelp.” (2002:27). Jeg oppfatter denne retningen som en vei mellom ytterpunktene som gir mulighet for både å lytte til menneskenes virkelighet og vise vei til Gud. Det gir sjelesorgen en forankring i det kirkelige fellesskap. For meg blir dette naturlig da jeg mener det må være rom for den menneskelige hverdag med sine utfordringer i sjelesorgen og at dette nettopp har sin berettigelse når vi kan knytte denne virkelighet opp mot Gud og vise vei til ham. Slik jeg ser det er det dette som er essensen i sitatet fra Kierkegaard som jeg nevnte over.

Med dette i bagasjen mener jeg det er trygt å ha som ambisjon å legge forholdene til rette for at det er mulig å nå inn der vi vegrer oss mot innsyn. Nettopp fordi at hvis livet blir en kamp for å skjule seg mot innsyn blir verden et ensomt og utrygt sted å være. Ingen ting er

så ensomt som å være alene med en vanskelig sannhet. Å kunne åpne seg og fortelle om ”det vanskelige” ser jeg som en forutsetning for å kunne få hjelp. Å dele kan være et første skritt mot bedre livskvalitet.

Jeg ser også en mulighet for at det ikke alltid er godt å fortelle om det som er vanskelig. Noen ganger vil konfidenten velge å ikke fortelle fordi det føles for vanskelig. Kanskje kan det til og med være destruktivt å fortelle i noen sammenhenger (retraumatisering) (Anstorp, Hovland, Torp 2003:95). Dette er et komplekst felt som jeg har viet noe oppmerksomhet i oppgaven (kapittel 4.7). Etter dette blir min problemstilling: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?” Så vidt jeg har klart å finne ut så er det ikke foretatt spørreundersøkelser eller intervju av diakoner om hva de gjør i en sjelesorgsamtale. Her har jeg ikke hatt tidligere forskning som jeg kunne bruke som utgangspunkt.

Jeg bruker den hermeneutiske sirkel (Gilje og Grimen 2007) som en tankemodell for hele oppgaven. Jeg ser sirkelbevegelsen som kontinuerlig. Den begynte med mine tanker rundt oppgaven, fortsatte med 4 ukers fordypningspraksis ved Kirkens Ressurssenter og samtaler med de ansatte der, og møter med noen av brukerne. Dette ga meg større innsikt som igjen brakte meg tilbake til oppgaven for å formulere spørsmål til intervju som i neste omgang ga ny innsikt som nedfelles i oppgaven. Kanskje blir det mer en spiral enn en sirkel. Jeg ser dette som en kontinuerlig prosess som pågår gjennom hele oppgavearbeidet.

Min leting etter teoretisk materiale til oppgaven startet jeg under fordypningspraksisen ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep. Her fant jeg mye god faglitteratur som er skrevet med utgangspunkt i arbeidet med overgrepsutsatte. Jeg har hentet inn materiale fra sjelesorgfaget og annen relevant teori om samtaler, kommunikasjon og faglig utvikling.

Oppgaven inneholder videre en intervjuundersøkelse hvor fem diakoner har deltatt. Det er brukt en kvalitativ forskningsmetode i undersøkelsen og intervjuene har et fortellende tilsnitt. Dette innebærer at etter en innledning ble diakonene oppfordret til å fortelle så uavbrutt som mulig om sine erfaringer med:

- Forberedelse til samtalen
- Hva de gjør i samtalen for å legge forholdene til rette for at det skal være mulig å snakke om det som er mest vanskelig.
- Hvor mye de styrer samtalen.

- Er diakonene opptatt av en spesiell sjelesorgretning.

Intervjuene ble foretatt med lydopptak og skrevet ned etterpå. Resultatene ble analysert og tolket tematisk.

Innledningsvis i oppgaven begynner jeg med å gjøre rede for bakgrunn for problemstillingen. Deretter legger jeg fram noe av mine erfaringer fra fordypningspraksisen ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep. De erfaringene jeg gjorde der har vært en viktig referanseramme for meg i arbeidet med oppgaven. Jeg ser så på noen utvalgte sider ved sjelesorgteorien og annen teori som gir støtte for refleksjon rundt mine funn i drøftingsdelen. Mitt arbeid med forskningsmetoden og de valgene jeg gjorde i forhold til undersøkelsen blir omhandlet i kapittel 5. Jeg går så videre inn i undersøkelsen. Først analyserer jeg resultatene av undersøkelsen temavis. Jeg fortsetter med å fortolke resultatene opp mot ulike typer teori og erfaringer fra praksis ved Kirkens Ressurssenter. Alt dette gjør jeg samlet for hvert tema, med analyse først og så fortolkning. Det siste kapitlet er en samlet drøfting der jeg ser resultatene av intervjuene som en helhet. Jeg undersøker om det avtegnet seg mønstre og uttrykksformer som er lettere å oppdage når jeg ser på helheten. Jeg drøfter funnene i forhold til oppgavens problemstilling.

## 2 Bakgrunn for problemstillingen

Problemstillingen for oppgaven er: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?”

Da jeg var i fordypningspraksis ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep samlet jeg inn mye stoff på fagfeltet ”samtaler med overgrepsofsatte”. Gjennom samtaler med de ansatte ved senteret fikk jeg innsikt i hva de ser som viktig i en samtale om vanskelige tema. Resultatet ble at jeg fikk en dypere forståelse for ulike forhold som kan være viktig i en samtale om vanskelige tema. Når det gjelder fysiske forhold rundt samtalen kan tilgjengelighet, gode omgivelser, tid og faste rammer bety mye. Faglig dyktighet er udiskutabelt en forutsetning. Empati, interesse for konfidenten, ivaretagelse, mot til å spørre, stillhet og faste grenser er også viktige forhold. Av viktige personlige forhold hos sjelesørgeren nevnes spesielt; trygghet på seg selv, kjenne seg selv, gode holdninger, et åpent sinn og vilje og mot til å høre. Relasjonen må være preget av tillit og trygghet. Jeg har utdypet dette nærmere i kapittel 3.

Som barn i Oslo ble jeg oppdratt til ikke å se på uteliggere eller fulle folk. Det kunne være farlig å se, for da kunne de komme bort og ta kontakt. I de senere årene har jeg gjort meg tanker om at dette kan være et representativt bilde på hvordan mange mennesker ”ser en annen vei” når de oppdager noe ”ubehagelig”. Det er et ganske vanlig fenomen i samfunnet generelt at vi ikke vil eller tør bry oss. Vi har mange forklaringer på hvorfor det ikke er oss som skal gjøre noe. Den andre siden av dette er at mennesker som har det vanskelig ikke kan regne med at noen bryr seg. Ingen ser og ingen hører.

Som sosialkurator ved et sosialkontor på slutten av åttitallet så jeg at mennesker hadde en mangeårig historie som sosialklienter. Det var ved et møte med en av disse menneskene som vi da kalte gjengangere at det slo meg: ”Hva har du opplevd som har gjort så stor skade at du ikke har klart å reise deg igjen?” Jeg fikk aldri spurt om dette, for hverdagens presserende realitet innhentet møtet og det ble snakk om penger. Men spørsmålet fulgte meg ved mange av de andre møtene jeg hadde med andre brukere/klienter.

Nasjonalhjelpens Fond for krigens ofre var et kontor som skulle hjelpe mennesker som hadde opplevd andre verdenskrig. Jeg jobbet ved dette kontoret som sosialkurator og senere leder i mange år. Min oppgave var blant annet å hjelpe mennesker å søke krigspensjon. I denne prosessen måtte vi gå gjennom hva de hadde opplevd og vært med på under krigen. Det var nødvendig å gå i detalj fordi rapporten jeg skulle skrive måtte inneholde bevis for det som hadde skjedd. Etterpå var det mange som sa. ”Dette har jeg ikke fortalt til noen.” De ga



uttrykk for at det hadde vært opplevelser som hadde preget resten av livet deres, men de hadde ikke fortalt det til noen. Jeg gjorde meg noen tanker om at kanskje var det nettopp fordi de ikke hadde delt opplevelsene med noen at de hadde preget livet så sterkt.

Det har opptatt meg stadig mer at det er mange mennesker som trenger å bli sett og hørt. De har noe vanskelig de trenger å dele med noen. For meg var det naturlig å sette det hele inn i en sjelesorgsammenheng. En sjelesorgsamtale kan ha rammene som kreves for en samtale om spørsmål som berører den enkelte dypt. Sjelesorg kan omtales som omsorg for sjelen (Okkenhaug 2002:13f). I Okkenhaugs bok ses sjelesorgen som en del av kirkens helhetlige tjeneste og at den springer ut av troen på den treenige Gud og har sin rot i Guds kjærlighet for det enkelte menneske. Det er vanskelig å komme nærmere en bestemmelse av sjelesorg.

Jeg har lenge hatt en tanke om at alle mennesker har noe de ikke ønsker å vise andre. Dette kan være en sunn reaksjon som skaper oss et vern mot omverdenen som er godt å ha. Men for noen som har en ekstra tung hemmelighet de bærer på kan dette bli ødeleggende. Det de vegrer seg for å dele med andre er så vanskelig at det styrer livet og stenger for en vanlig og god livsførsel. For noen vil det å ikke kunne dele det mest vanskelige med noen gå ut over livskvaliteten. Når livet blir vanskelig og tungt er det en mulighet å be om en samtale med en sjelesørger. Jeg ser her en risiko for at vedkommende kan gå fra en sjelesorgsamtale uten å få snakket om det som tynger mest fordi det er så vanskelig å si det. Her antar jeg at diakoner med mye sjelesorgerfaring har noe å tilføre meg som fersk sjelesørger. Det er dette jeg ønsker å undersøke. ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet for å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?” Ordet konfident er utlagt og gjort greie for på mange måter i sjelesorglitteraturen. For denne oppgavens formål vil jeg forstå konfident som det mennesket som kommer til en sjelesorgsamtale.

Hva er det så som gjør at noe er vanskelig å snakke om? De fleste har vanskelig for å snakke om vold og seksuelle overgrep. Voldens ansikt er mange. Hvis man blir overfalt på gaten vil jeg anta at de fleste ikke har vanskelig for å fortelle om det. Men hvis du blir slått i et parforhold eller av dine egne barn (vold mot eldre), vil jeg anta at terskelen for å fortelle er mye høyere. Seksuelle overgrep kan også være mange forskjellige ting. Det kan være fra voldtekt av fremmede til incest. Det rommes mange vonde hendelser mellom disse ytterpunktene. Men det som er vanskelig å snakke om kan også være noe helt annet. Det kan være noen som er blitt mobbet eller plaget. Det kan være noen som har fått et barn med funksjonshemming. Det kan være fattigdom (Henriksen 2005:77). Det kan også være smerter og traumer etter kriser og ulykker. Og mye, mye mer. Det som er vanskelig å snakke om vil

være individuelt. Ved å se på alle disse forskjellige livssituasjonene med hendelser det er vanskelig å snakke om, ser jeg konturene av noe som er felles. I de tilfellene noe er vanskelig å snakke om kan det være fordi hendelsen har utløst en skamfølelse hos den det har hendt med. Hvis ikke skamfølelsen hadde vært der så hadde det ikke vært vanskelig å snakke om hendelsen. Det kan også være at hendelsen har ført til dyp smerte, et traume.

Det finnes mye litteratur som omhandler skam. Her nøyer jeg meg med å stadfeste at skamfølelse hos konfidenten ikke betyr at det er objektiv grunn til å skamme seg, men at konfidenten allikevel føler skam over det som har hendt (Okkenhaug 2009:37). Skam er en individuell følelse og det som frambringer skamfølelse kan være forskjellig fra menneske til menneske. Men det vi har felles er at vi alle har noe dypt nede som vi skammer oss over (Okkenhaug 2009:111). Nettopp dette kan gjøre det vanskelig for oss å møte andres skam. På dette området viser jeg til Berit Okkenhaug (2002:90f, 2009:136f) og Anstorp, Hovland og Torp (2003:108). Etter dette oppsummerer jeg med at i denne oppgaven forstår jeg ”det som er mest vanskelig å snakke om” som emner som frambringer skamfølelse eller dyp smerte hos den som snakker om det.

Som nevnt innledningsvis er problemstillingen: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske ståsted prosessen?” I denne oppgaven har jeg derfor hatt fokus på diakonene og hva de gjør. Riktigere sagt hva de kan fortelle meg at de gjør. Fokuset har vært på metoder og samtaleteknikk i sjelesorgsamtalet. Det er skrevet en del om samtaleteknikk både i sjelesorg og ellers. Jeg har lent meg til noe av denne litteraturen for refleksjon og bearbeiding av materialet som jeg har samlet inn, men fokus har vært på praksisfeltet. Det er diakonen og hva denne kan fortelle meg at han gjør som har vært mitt fokus.

### 3 Praksis ved Kirkens Ressurssenter

Jeg har valgt ut de viktigste erfaringene jeg gjorde under min praksisperiode ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep. De formelle rammene rundt Kirkens Ressurssenter (KR) er også beskrevet i min rapport som ble levert etter fordypningspraksisen. Å få lov til å ha fordypningspraksis ved KR var en drøm som gikk i oppfyllelse. Jeg ble på ingen måte skuffet. Ved KR møtte jeg mennesker som tenkte på samme måte som meg selv. Jeg fikk bekreftelse på at mine tanker var faglig begrunnet og forsvarlige. Jeg følte på mange måter at jeg faglig sett var kommet hjem når jeg kom til KR. Noe av stoffet som er tatt med i dette kapitlet har jeg senere brukt i den tematiske fortolkningen av intervjuene. Etter min vurdering er det viktig å kunne drøfte det diakonene legger vekt på i sjelesorgsamtales, både i forhold til teori og denne typen praksiserfaringer som jeg fikk del i ved KR.

Den oppmerksomheten som har vært rundt overgrep de siste årene viser at det er mange flere med overgrepserfaringer i befolkningen enn vi vanligvis tror. Jeg vil her skyte inn at overgrep kan være så mye. Alt fra incest til voldtekt og psykisk og fysisk vold. Overgrep er et så vidt begrep at det favner mange vonde erfaringer og nettopp derfor gjelder det så mange. Det er etter min vurdering viktig at vi ikke tenker snevert om hva overgrep kan være. Nettopp av denne grunn er det stor sjanse for at mennesker som oppsøker en sjelesørger og diakon har slike overgrepserfaringer som de trenger å dele med noen. Som sjelesørgere kan vi ikke vite hva slags erfaringer konfidenten har. Ved å innarbeide den kompetanse som KR sitter med, i vår praksis, vil vi sikre at alle konfidenter blir møtt på en god måte og blir tatt godt vare på. Vi vil da ha opparbeidet en trygghet på disse vanskelige områdene som berører også oss som hjelpere dypt. Vi vil vite at vi tåler å høre, og konfidenten vil ikke måtte gå fra møtet med en følelse av at hun har møtt enda en "hjelper" som det ikke går an å fortelle det til. Hvis konfidenten har noe vanskelig hun trenger å dele med noen og derfor går til en sjelesørger, må det være utrolig vondt å måtte gå derfra uten å ha kunnet fortelle. Jeg har tatt utgangspunkt i konfidenten og forhold som det er viktig for konfidenten at vi som sjelesørgere har kunnskap om. Først ser jeg på hva som skjer når mennesker ringer, fordi det er slik de fleste henvender seg. Det er også slik mange samtaler starter for diakonene. Her er det en del ting det er viktig å være klar over. Jeg fortsetter med hva mennesker som henvender seg til KR er mest redd for. Mye av dette vil være direkte overførbart til hva konfidenten er redd for når hun henvender seg til en diakon for en sjelesorgsamtale. Hvis vi skal være det stedet mennesker våger å fortelle, så er dette forhold vi må ta hensyn til. Videre har KR utviklet kunnskap om hvor viktige vi er som samtalepartnere. De har bidratt til å åpnet fagfolks øyne for hvor viktig vårt eget forhold til oss selv er i møtet med mennesker med vonde opplevelser. Derfor har jeg

tatt med et avsnitt om noen av disse erfaringene. I de senere årene har KR blitt klar over at det er en stor gruppe menn som også har overgrepserfaringer. De har ment at det er behov for et eget tilbud til disse. Tilbudet heter ADAM og ledes av en mannlig prest. Jeg har tatt med noen av de erfaringene som er gjort på dette området. Det kan være viktig for diakoner å være klar over at menn som har vært overgrepsutsatt har litt andre utfordringer enn kvinner, men mye er likt også.

### 3.1 Noen rammer rundt Kirkens Ressurssenter

Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep er den eneste instansen i sitt slag i landet og er således landsdekkende.<sup>1</sup> Staben er tverrfaglig sammensatt. Alle medarbeiderne har en høy faglig kompetanse og samarbeider tett med hverandre.

KR har til formål å virkeliggjøre kirkesamfunnenes diakonale oppdrag i møte med mennesker utsatt for vold og seksuelle overgrep. Når det gjelder den bearbeidende virksomheten er målgruppen voksne menn og kvinner som har vært utsatt for vold og seksuelle overgrep, der det religiøse har en betydning. Overgrepene kan ha skjedd i oppvekst eller senere i livet. De tilbyr individuelle samtaler (både terapi og sjelesorg) og gruppetilbud (terapi- og sjelesorg grupper). Liturgisk kveldsbønn for kvinner og menn og liturgigrupper er et viktig innslag i virksomheten, og som mange av brukerne deltar i. Det arrangeres sommertur hvert år med spesiell vekt på liturgi og bearbeiding. ADAM er ett støtte- og samtaletilbud som tilbyr både individuelle samtaler og gruppetilbud for overgrepsutsatte menn. KR har et utstrakt kurstilbud rettet mot overgrepsutsatte og forskjellige grupper fagpersoner. De drifter et kontaktpersonnettverk for Den norske kirke der hvert bispedømme har sin kontaktperson som skal stå utenfor den ansatte staben og som skal være en støtteperson for den overgrepsutsatte hvis overgrepet har skjedd i en kirkelig sammenheng. Kirkelige medarbeidere kan søke veiledning og rådgivning ved senteret. Det er forholdsvis nytt at ressurscenteret deltar i den nasjonale satsingen på trosopplæring. Her har de fokus på å øke kompetansen og bevisstheten omkring seksuelle overgrep hos de som deltar i

---

<sup>1</sup> KR ligger i Oslo på området til Lovisenberg sykehus. Det er en stiftelse som eies av: Norges KFUK-M, Diakonissehuset Lovisenberg, Kirkerådet for Den norske kirke og Norges Kristne Råd. Virksomheten er økumenisk og forankret i det kristne verdigrunnlag. De ansatte er daglig leder og prest Elisabeth Torp, psykologspesialist Karin Holt, prest og leder av ADAM Lennart Persson, diakonifaglig medarbeider Anne Marie Østhus og administrasjons konsulent Solveig Nielsen.

menighetene som trosopplærere. Det drives en utstrakt utadrettet virksomhet med kurs og undervisning i mange organisasjoner og andre sammenhenger.

Min veileder var psykologspesialist Karin Holt. Men hele staben ved KR var veldig inkluderende og jeg var med på kurs og samtaler i mange forskjellige sammenhenger. Før praksisen begynte hadde jeg en uttalt aktelse for den fagkompetansen som senterets medarbeidere hadde. Denne aktelsen ble forsterket i løpet av praksisen. Det var inspirerende å være i praksis et sted der menneskene deler så villig av sin kompetanse.

I denne sammenhengen vil jeg ta fram noen av de tanker medarbeiderne ved KR hadde rundt det å bli hørt og sett, og hvordan vi kan legge til rette for at det blir mulig å dele vonde opplevelser med andre.

### 3.2 Når mennesker ringer

Når mennesker ringer inn til KR spør de ofte: ”Er du en jeg kan snakke med?” Når svaret er ja så kommer ofte hele historien der og da. Hvis det skjer noe og den som tar telefonen er nødt til å avbryte og derfor spør om hun kan ringe tilbake, så sier innringeren ja men da kan det hende at de ikke tar telefonen når de blir ringt til igjen. Dette har antagelig sammenheng med at det er så belastende å fortelle at de selv må bestemme når de orker å fortelle. Ikke minst så er det også snakk om at de fleste ønsker å være alene når de forteller. Det er ikke sikkert forholdene ligger til rette for det på hjemmebane når de blir oppringt.

### 3.3 Konfidentens tanker når hun tar kontakt

**Relasjon og tillit:** Ved starten av en samtale som skal handle om vanskelige emner for konfidenten er det å bygge en god relasjon til konfidenten viktig. Å etablere et tillitsforhold mellom konfidenten og sjelesørger eller terapeut er helt avgjørende for resten av samtalen.

**Å bli trodd:** Mange overgrepsutsatte og voldsutsatte er redde for at ingen vil tro på dem når de forteller sin historie. Derfor har de på KR som en førende regel at den som kommer skal bli trodd. Hjelperen er ikke der for å tvile på konfidentens fortelling. Den juridiske siden av saken er uinteressant i denne sammenheng. Det er den rent menneskelige kontakten mellom sjelesørger og konfident som teller. KR kan bistå den som vil anmelde noe, men KR vil aldri være pådriver for dette. På KR skal konfidenten kunne komme i trygg forvisning om at hun møter et menneske som tror på henne og som ikke tenker på den juridiske siden av saken.

**Avvisning:** Redselen for å bli avvist er ofte stor blant de som kommer til samtale. For mange har det som har skjedd dem ført til at de føler at det er dem det er noe i galt med. Dette kan gi en følelse av at de ikke er noe verd. Når selvfølelsen er så skadet er avvisning det eneste de venter av andre.

**Å tåle å høre:** Det er vanlig at konfidenten lurer på om samtalepartneren tåler å høre det de har å fortelle. Det konfidenten har å fortelle er mange ganger så ubeskrivelig dramatisk og vondt at hun gjør seg tanker om sjelesørgeren tåler å høre historien. Det er i denne sammenheng viktig at sjelesørgeren kjenner seg selv så godt at hun vet at hun kan ta imot den dramatiske historien.

**Skyld og skam:** Skyldfølelse og opplevelse av egen skyld kan hindre konfidenten i å fortelle. Hun kan også sitte med en følelse av skam over det hele. Skyldfølelse og følelse av skam kan ta mange vendinger og få mange forskjellige uttrykk. Dette er et stort emne som jeg her bare nevner som en viktig del av de følelsene konfidenten sitter med. Her er det en stor kunnskap blant de ansatte ved KR.

**Kontroll:** Kontrollbehovet er sterkt hos noen konfidenter. Dette har sammenheng med at en overgrep- eller volds-situasjon er sterkt forbundet med en følelse av å ikke ha kontroll. Mange har også følt seg truet på livet og i stor fare under overgrepet. Da er det viktig å sørge for at kontakten med hjelperne ikke blir en gjentakelse men at kontakten er preget av at konfidenten har kontroll.

### 3.4 Hjelperen i fokus

Når vi som hjelper blir presentert for en vond historie hvor konfidenten har lidd urett, er det vanlig at vi får et sterkt behov for å handle. Det vi føler er en dyp smerte over den urett som er gjort. For å takle denne følelsen får vi behov for å gjøre noe, et hjelpebehov. Da er det viktig å huske at det er konfidenten som må ha kontrollen. Hvis vi setter i gang å handle kan vi foreta et nytt overgrep mot konfidenten. På KR ser de det som viktig at alt som blir gjort skal være planlagt sammen med konfidenten og fordi konfidenten ønsker det og ser det som nødvendig. Det er ikke hjelperens behov som skal fylles.

Det er også viktig at hjelperen er et menneske som er trygg på seg selv og kjenner seg selv og sine egne reaksjoner. Hjelperen skal være en trygg person for konfidenten som selv er uttrygg. Det kan være viktig for sjelesørger å gå i veiledning for å få belyst egne reaksjoner.

Skamfølelse hos konfidenten kan også berøre hjelperens egen skamfølelse. Vi har alle noe vi ikke vil vise andre, også den som hjelper. Vi blir som hjelpere konfrontert med egne hemmeligheter. Barns vanlige spontane glede blir ofte slått ned på av voksne. Ikke gjør sånn, ikke ta deg der, ikke ikke.... Som et resultat av dette sitter vi alle med følelse av at det er en del ting som er galt å gjøre. Dette kan vi overføre uten å være klar over det, slik at vi kanskje har en liten flik som synes at kanskje barnet har litt skyld i det selv. Det er jo mye man ikke bør gjøre. Sosialiseringssprosessen vi alle har vært gjennom kan gjøre at vi føler en egen skam på noen områder. Følelse av egen skam kan hindre oss i å orke å møte andres skamfølelse (Okkenhaug 2009:21).

Jeg stilte spørsmålet til de ansatte ved KR om det er godt og riktig å gi mennesker mulighet til å fortelle. Svaret jeg fikk var ja. Men med visse reserver. Det å fortelle hva en har vært utsatt for og de ytre forholdene, fakta, rundt hendelsen kan være godt. Det er viktig å ikke spørre i detalj og ikke for dypt. Hvis man gjør det kan fortellingen føre til retraumatisering og gjenopplevelse. Det går et skille der hvor kroppen har vært invadert rent fysisk, da er det i mange tilfeller behov for terapi isteden for sjelesorg uttaler Benedikte Eriksen i en samtale med meg. Noen ganger var tilbudet til den enkelte bruker ved KR en kombinasjon av sjelesorg og terapi. Forholdet mellom sjelesorg og terapi har jeg utledet mer i kapittel 4.3.

### **3.5 Menn**

KR har et tilbud til menn. Alle menn som henvender seg får tilbud om en samtale med en mann. Den presten som har dette tilbudet forteller at det er stor forskjell på kvinner og menn. I samtale med menn handler det lite om tro på Gud. Menn skiller ofte gudstroen fra overgrepet. Mennene går sjelden til sjelesorg i menighetene forteller han. Menn setter pris på å sortere. Det er stor usikkerhet om sammenhenger. Hvilke problemer skyldes overgrepet? Skyldes de kroppslige problemene også overgrepet? Mange har motstand på å definere seg som overgrepsutsatt. De har ofte behov for mange runder rundt hva de kunne ha gjort i overgrepssituasjonen. Menn kan mene at overgrepet ikke burde ha betydning for livet deres. Men så opplever de at det har det. Det er viktig for menn å oppleve seg bekreftet.

Det hender at de som kommer har gått i terapi men ikke fortalt om overgrepet. Når presten spør om hvorfor de ikke har jobbet med overgrepet i terapi så svarer de: Terapeuten spurte ikke. Når de så kommer til KR vil de bare jobbe med overgrepet.

Menn bruker ikke så lang tid på å bli trygge. Mange av de samme tingene som er viktige for kvinner som også er viktige for menn. F.eks. at samtalerommet er rolig og trygt, og at sjelesørgeren er tydelig på at han tåler å ta imot. Det er viktig for sjelesørgeren å være 100 % tilstede i samtalen. De trenger gode bekreftelser på det de kommer med. Generalisering er et viktig redskap: ”Det er mange som...”. De er vare på om man ikke tar dem på alvor. Det er viktig å bli trodd. Menn vil styre og ta eget ansvar for forløpet av samtalen.

Dette er bare noen smakebiter på det jeg lærte i praksisperioden ved Kirkens Ressurssenter. Når jeg ser alt under ett er det som utmerker seg mest, den enorme respekten som de ansatte viste brukerne og den omsorgen de ble møtt med. For meg var det overraskende å lære om de kroppslige plagene som mange av de overgrepsutsatte hadde. Disse har jeg ikke gått inn på i denne sammenhengen. Men for å ta hensyn til hele mennesket og skape en total trygghet som er så stor som mulig, var alle samtalerom utstyrt med puter og tepper. Når det var kurs og andre samlinger var det alltid oppdelt frukt, nøtter, kaffe og te til de som kom. Det var alltid en til stede som kunne gå ut med dem som ikke orket å være med på alt. Ingen ble tvunget til noe. De måtte kjenne etter selv. Det var en utpreget total omsorg som både var åndelig og praktisk. Ingen ble oversett og ingen møtte fordømmelse. De ansatte hadde kolleger som så dem og ga støtte når det var nødvendig. Kirkens Ressurssenter står for et totalt sett med verdier, holdninger og kunnskap som vi som diakoner etter min vurdering må ta med oss inn i vår gjerning og aller mest inn i samtalen med mennesker om det som er aller mest vanskelig. Etter min vurdering er det interessant å kunne se det de intervjuede diakonene mener er viktig i slike samtaler i forhold til det de ansatte ved KR mener er viktig. Dette har jeg prøvd å gjøre i fortolkningen av temaene der det er naturlig.



## 4 I sjelesorgens landskap. Mellom ulike typer teorier.

Det finnes en meget rikholdig sjelesorglitteratur hvor sjelesorgens grunnlag både historisk og teoretisk er utledet og analysert. Det finnes også håndbøker i hvordan å utføre god sjelesorg. Forøvrig finnes det en del litteratur som er skrevet av fagfolk og andre med tilknytning til grupper med overgrepserfaringer. Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep har gått foran og utviklet faglitteratur på sjelesorgfeltet som er nært knyttet til behovene til mennesker med overgrepserfaringer. Det er denne litteraturen jeg kaller KR teori. Innenfor disse ytterpunktene rommes et stort mangfold. Jeg finner det naturlig å begynne med en kort beskrivelse av sjelesorgretningene slik Okkenhaug utlegger dem. Jeg ser så litt på sjelesorgens vesen og stiller spørsmålet: Hva er sjelesorg? Her er det mange svar og svarene kan variere alt etter hvilken sjelesorgretning sjelesørgeren tilhører. Jeg fant at dette var en nyttig bakgrunn når jeg senere skulle intervju sjelesørgere om hva sjelesørgerne faktisk gjør. Jeg har så tatt fram noen utvalgte emner innen sjelesorg og annen relevant teori om samtaler, kommunikasjon og faglig utvikling, som etter min vurdering er spesielt sentrale for problemstillingen og undersøkelsen.

### 4.1 Kan sjelesorg være forskjellige ting ut fra teoretisk ståsted?

Jeg lener meg til Berit Okkenhaugs (2002) framstilling av de tre sjelesorgretningene, vel vitende om at andre forfattere har delt inn i opp til 8 retninger (Grevbo 2006). Jeg mener det er en fordel å kunne samle retningene til tre hovedretninger ut fra en tanke om at det i denne sammenheng er den store oversikten som kan være fruktbar.

I Kerygmatiske orientert sjelesorg er det den normative teologien som er bærende. Sjelesørgeren tar tydelig ledelse i samtalen. Å formidle guds ord til den enkelte er det viktige i sjelesorgsamtalen. Oppdragelse og formaning er viktig. Samtalen vil dreie seg om å se levde liv i forhold til bibeltekster og bibellesning. I denne metoden må det komme til et tydelig brudd i samtalen for å lese fra Bibelen og be sammen med konfidenten. Her er det den andre trosartikkel som er bærende.

I Konfidentorientert sjelesorg er det konfidenten og hans liv som står i sentrum for relasjonen. Denne retningen har tradisjonelt lånt mye fra psykologi og kontakten kan tendere mot psykoterapi. Sjelesorgsamtalen er sjelesorg ved at sjelesørgeren er en person som tror. Guds ord er ikke så framtrædende i samtalen og det kirkelige fellesskap tas ikke inn i relasjonen mellom sjelesørger og konfident. På denne måten blir sjelesørgers tilknytning til det kirkelige fellesskap svakt og vanskelig å få øye på i denne retningen. Sjelesørgeren har en

aksepterende og ikke dømmende holdning og vil lytte empatisk. Her er det den første trosartikkel som er bærende.

I Kirkelig orientert tros- og livshjelp lytter sjelesørgeren til menneskenes virkelighet og viser vei til Gud. Dette er på mange måter en vei mellom ytterpunktene. Her er sjelesorgen knyttet til det kirkelige fellesskap. Det diakonale aspektet er viktig i denne sjelesorgretningen. Okkenhaug konkluderer med at vi trenger en sjelesorg som tar både budskap og konfident på alvor. Hun har utviklet noe hun kaller en trinitarisk sjelesorg som tar utgangspunkt i mennesket som skapt, frelst og holdt oppe av Guds hellige Ånd. Hun tar til orde for å starte der det enkelte menneske er og vise vei til evangeliet fra deres eget utgangspunkt. Her føler jeg at jeg befinner meg i samme type tankegang som Okkenhaug. Anders Bergem har noe av samme utgangspunkt i sin bok ”som epler av gull...” (2008). Her starter sjelesorgsamtalen alltid hos konfidenten. Ved at sjelesørgeren har sin kirkelige forankring knyttes båndene til kirkens tros- og kultiske-liv. Okkenhaug knytter ikke denne retningen til noen trosartikkel. Jeg mener det bør være dekning for å si at denne retningen hviler på den 3. trosartikkel.

Det vil være interessant å se om denne teoretiske forskjellen gir seg utslag i praksis. Vil konfidenten bli møtt med forskjellig innhold i sjelesorgsamtalen ut fra hvilket teoretisk ståsted sjelesørgeren har? I tilfelle: Vil dette gi seg utslag i måten, og eventuelt om, sjelesørgeren åpner for at konfidenten kan få snakke om det som er mest vanskelig? En annen mulighet er at praktikerne – diakonene – har utviklet sin egen stil og tilnærming gjennom år med sjelesorgarbeid. Dette er noe jeg kommer tilbake til under bearbeidingen av intervjuene (kapittel 6.3.7).

#### **4.2 Hva er det spesielle ved sjelesorg?**

At sjelesorgen har sin kristne og bibelske forankring er åpenbart. Dette kan begrunnes og har vært begrunnet på svært mange måter. Jeg vil ikke her gå inn i denne delen av det spesielle ved sjelesorgen, men se det fra en mer metodisk og teknisk synsvinkel.

Ved å ta utgangspunkt i E. Herbsmeier og H. Raun Iversens (1995:384) definisjon av sjelesorg velger jeg en jordnær plattform å stå på: ”Vi definerer altså sjælesorg som en hjelpende samtale med det enkelte menneske, der sker i en kirkelig kontekst og på menighedens vegne.” Her sier de alt i en setning. Sjelesorg skal være hjelp og samtale. De fremhever utgangspunktet som er kirken og menigheten. Etter dette jordnære utgangspunktet vil jeg nå utvide perspektivet. Anders Bergem har satt fokus på at sjelesorg som fag dreier seg om hvordan mennesker i dag kan leve et så menneskeverdig liv som mulig. Han bringer inn

en dimensjon som han kaller Guds ”allerede nå” og hans ”ennå ikke” (2008:112). Slik jeg oppfatter det er det avstanden mellom at Jesus kom til vår jord og døde på korset for oss og løftet om at Guds rike venter på oss. Dette er selvfølgelig svært enkelt sagt og dekker ikke alle de fasettene Bergem legger i dette. Han ser sjelesorgens utgangspunkt som menneskets egen livsopplevelse og trosfortelling og at det er konfidenten som inviterer sjelesørgeren inn i sitt liv.

Sjelesørgeren er en gjest i ”livshuset” til en annen person. Derfor er det konfidentens opplevelser som danner utgangspunkt for samtalen. I den konkrete sjelesorgsamtalen er det altså konfidenten som setter dagsorden (2008:112).

Han mener at det er viktig at sjelesørgeren er dyktig til å lytte, kan være tilstede hos den andre og gjør dette med respekt og aktiv oppmerksomhet. Han trekker også paralleller til Jesu liv og det spørsmålet han stiller: ”Hva vil du jeg skal gjøre for deg.” (Mark 10,51). I dette spørsmålet viser Jesus at også han tok utgangspunkt i hva det enkelte menneske han møtte ønsket for sitt liv. Bergem legger videre vekt på at sjelesørgeren tar med seg den viten han har om både menneskelige levekår og teologi og historie, ja alt samlet, i sjelesorgsamtalen. Dialogens betydning er tydelig hos Bergem. Han går så langt som til å si at: ”Dersom dialogen erstattes av en enetale, står samtalen i fare for å bli noe annet enn sjelesorg.” (2008:115). Han hevder videre at på det metodiske området er det samtalen som er den aller viktigste metoden. Han utdyper dette med at: ”Sjelesorgen utspiller seg innenfor en ramme hvor den verbale og ikke-verbale kommunikasjonen mellom sjelesørger og konfident står i sentrum.” (2008:133). Her er han inne på dialogens betydning igjen, men han trekker også fram det non-verbale. Dette er også et viktig område når det gjelder kommunikasjon og kan ha stor betydning for dialogens utvikling.

Helge Svare utdyper dialogens betydning i sin bok: Den gode samtalen. Kunsten å skape dialog. (2008:31). Jeg har tatt med materiale fra denne boken, som ikke er sjelesorglitteratur, for nettopp å styrke bevisstheten om dialogens betydning. Han gir oss innsikt i at ”ordene vi bruker når vi snakker er tanker. Å snakke er å tenke. Å føre dialog er å tenke.” Han er inne på at dette har å gjøre med den særlige vekten som ordene får når noen lytter til dem.” Han skriver videre: ”åpenheten som skapes når man tillates å si noe som ennå ikke er ferdig tenkt, i en sammenheng der man også får tid og rom til å lete etter ordene.” (ibid). Dette er etter min vurdering en innsiktsfull beskrivelse av akkurat det som gjør sjelesorgsamtalen så kraftfull og spesiell. Selv om Svares bok dreier seg om dialog generelt, så mener jeg det er direkte overførbart på sjelesorgsamtalen.

Hos Okkenhaug finner vi igjen mye av det samme tankegodset som hos Bergem, slik jeg ser det. Hun sier at vi trenger en sjelesorg som tar både budskapet, konfidenten og konteksten på alvor. Hun mener dette kan gjøres ved å starte der det enkelte mennesket er og vise vei til evangeliet fra deres eget utgangspunkt (2002:37). Hun støtter seg her til Kierkegaard og det han skriver om å finne med enkelte menneske der han er. Dette er også et viktig utgangspunkt for meg, som nevnt innledningsvis i denne oppgaven. Okkenhaug fremhever et uttrykk hun har hentet fra Engedal (1994) som han kaller ”mellomrommets virkelighet” der møtet mellom konfident og sjelesørger i sjelesorgsamtalen samtidig er et møte med Gud. Derfor mener hun samtalen ikke er en dialog men en samtale med tre parter. Det er dette som gjør den sjelesørgeriske samtalen til noe annet enn en terapeutisk samtale mener hun. Når det gjelder samtalen trekker hun fram mye av de samme tingene som er viktig hos Bergem. Når Okkenhaug bruker begrepet ”mellomrommets virkelighet” om sjelesorgsamtalen mener hun de viktige elementene ved en slik samtale er dialogen, ikkeverbal kommunikasjon, lydhørhet, innlevelse, fornuft og følelser og grensene. Hun beskriver sjelesorgens rom som et sted der det er mulig å stoppe opp og der det er tid til å stille de viktige spørsmålene og ta livsviktig problematikk på alvor. ”Det handler dypest sett om å formidle Guds nåde og trofasthet. Gud søker mennesket og ønsker å møte den enkelte der den enkelte lever i sin sosiale virkelighet.” (Okkenhaug 2002:41). Bergem nærmer seg også sjelesorgsamtalen med stor ærbødighet for den kraften som er i møtet. Han trekker fram betydningen av at Gud er med i møtet ved at sjelesørgeren tar med seg denne dimensjonen inn i møtet.

#### **4.3 Sjelesorg og terapi**

Det er et gammelt tema som har like mye kraft i dag. Er det likheter mellom sjelesorg og psykoterapi eller er det bare motsetninger? Mange er de, både sjelesørgere og terapeuter, som har presisert at den ene retningen ikke har noe med den andre og gjøre. Men det er de som har sett likheter også. Dette spørsmålet er så innvevd i mange sjelesørgeres bevissthet at det er behov for å belyse det med noen tanker. Det er også stor mulighet for at en sjelesørger, mange ganger i løpet av sin tid som sjelesørger, vil bli oppsøkt av personer med til dels store utfordringer på det psykiske plan.

Hvem driver så terapi? Vi kan forutsette at det er psykologer og psykiatere som driver terapi. Dette er dog en sannhet med modifikasjoner, i dag hvor det finnes så mange typer

profesjonell livshjelp. Men for denne oppgavens formål lar jeg ovennevnte forutsetning gjelde. Dette er mennesker med lang utdanning og erfaring med behandling under veiledning. Mye av utdannelsen går på det syke sinnet og veien mot å få et bedre grep om livet.

Hvem driver så sjelesorg? Vi kan forutsette at det er prester og diakoner som driver sjelesorg. Vi vet at det også er en ikke ubetydelig frivillig innsats på sjelesorgområdet i en menighet og i diakonale institusjoner. Dette er viktige bidrag. Men for denne oppgaven forutsetter jeg at det er prester og diakoner som er sjelesørgere. Dette er mennesker med lang utdanning og erfaring med å drive sjelesorg under veiledning. Mye av utdannelsen går på den åndelige nøden og veien mot å få et bedre grep om livet. Så langt er parallellene åpenbare. Men sjelesorgen har noe helt vesentlig mer. Sjelesorgen har gudsrelasjonen og troen på den treenige Gud som en virkelighet for sjelesørgeren og som en aktivt deltagende kraft i utførelsen av sjelesorg (Okkenhaug 2002).

Slik jeg ser det har sjelesorg lært mye av psykologi, men har vært redd for å bli terapi. Psykologi har unngått det religiøse feltet med stor kraft. Det er nesten så det kommer opp et fareskilt. Mange ganger har psykologien sett på religiøse grublerier som opphav til psykisk sykdom. Eller er det kanskje slik at psykisk sykdom har gitt seg utslag i religiøse grublerier? Uansett hvilken forklaringsmodell vi velger er det åpenbart at vi her har to fagområder som angår hverandre dypt og inderlig. Kanskje skulle det være vårt utgangspunkt isteden for å arbeide med å ta avstand fra hverandre? Mye er gjort av modige mennesker. Tverrfaglig samarbeid er mer vanlig i dag. Kanskje er samarbeidet større på det individuelle plan enn på det strukturelle plan? Vi vet av erfaring at sjelesørgere mange ganger henviser til leger og videre til psykiatrien. Men finnes det psykiatere og psykologer som henviser til sjelesorg?

Det er vanskelig å snakke om sjelesorg og terapi uten å komme inn på Modum Bad som startet som Modum Bads nervesanatorium i 1957. I dag er Modum Bad en stor institusjon med et variert behandlingstilbud til mennesker med psykiske utfordringer. Stiftelsen er økumenisk og diakonal med et kristent verdigrunnlag og menneskesyn. Allerede i 1975 ble Institutt for Sjelesorg stiftet på Modum Bad. De har engasjert seg i sjelesorgsspørsmål og har stor faglig kompetanse. I dag tilbyr de sjelesorg gjennom alt fra individuelle samtaler til en Pastoralklinisk utdanning for sjelesørgere. Den sjelesorgfaglige aktiviteten som drives her har vært og er fortsatt sentral i utviklingen av faget. Her har det vært arbeidet med grensesnittet mellom sjelesorg og terapi i mange år.

Den amerikanske psykoanalytiker Ana Maria Rizzuto holdt i 1995 en forelesning på Sjelesorginstituttet på Modum (1996). Dette ble et viktig bidrag til diskusjonen om sjelesorg og terapi. Slik jeg forstår det konkluderte hun med at det er en del likheter mellom sjelesorg

og terapi. Hun finner også noen klare forskjeller. Settingen er sekulær og naturalistisk i psykoterapi mens den er religiøs i sjelesorg. Metoden i psykoterapi er utforskning av det ubeviste i forhold til adferd. Hun hevder at klargjøring av bevisste holdninger og tilbøyeligheter er sentralt i sjelesorg. Som virkemiddel i behandlingen brukes overføring og tolkning av ubeviste og bevisste ønsker i psykoterapi. I sjelesorg brukes relasjonen og bevisst støtte og trøst og religiøs praksis, hevder hun. Jeg vil her legge til at overføring og motoverføring er sett på som svært aktuelt også i sjelesorgrelasjoner (Bunkholt 2007:129). Rizzuto konkluderer med at:

I praksis vil effekten av begge former utilsiktet overlape hverandre. En terapi som går i dybden i personlige spørsmål, vil med nødvendighet påvirke moralske og religiøse holdninger, og i en viss grad modifisere den religiøse tro. På den andre side vil sjelesorg som tilfredsstillende personens behov, med nødvendighet ha en terapeutisk effekt.

Hun konkluderer med at hun ser noen klare forskjeller mellom fagprofesjonene.

Hans Stifoss-Hanssen har i sin artikkel ”Prest eller terapeut – en falsk motsetning?” (Bunkholt 2007) gjort en punktvis oppsummering av hva som kjennetegner den terapeutiske situasjonen (2007:127) og viktige mål for en sjelesorgsamtaleprosess (2007:135). Han har selvfølgelig lagt noen forutsetninger til grunn for framstillingen. Jeg finner det allikevel fruktbart å sammenligne disse to. Likhetene mellom punktene er slående. Den første dimensjonen er terapeut og sjelesørgers trening og evne til å kjenne og holde egne følelser atskilt fra klient/konfident kontakten. Terapeut og sjelesørgers forhold til klient/konfidentens følelser og religiøse integritet er en annen dimensjon. Terapeut og sjelesørgers respekt for klientens/konfidentens atskilthet fra dem selv. Terapeut og sjelesørger støtter og gjør det mulig for klient/konfident å foreta egne valg. Til slutt har de det felles at de ikke vil gjøre klienten/konfidenten avhengig av terapeuten/sjelesørgeren. Dimensjonene her er sterkt forenklet av meg slik at en sammenligning blir mulig. Det er etter min vurdering store likheter mellom terapeut og sjelesørger. Terapeuten arbeider selvfølgelig med følelser og psykisk ubalanse. Sjelesørgeren arbeider med den religiøse dimensjonen men dette involverer også følelseslivet på en grunnleggende måte. Slik jeg vurderer det finner Stifoss-Hanssen her en mer omfattende likhet som involverer flere sider enn Rizzuto i sin forelesning og artikkel. Vi vet at det også er store reelle forskjeller. Med så mye felles tankegodt finnes det grunnlag for et fruktbart samarbeid til klientens/konfidentens beste. Det har selvfølgelig allerede vært samarbeid i mange år, med den gjensidige skepsisen mellom yrkesgruppene har også vært

betydelig. Kanskje er den skarpe grenseoppgangen som psykologer/psykiatere og sjelesørgere har gjort noe søkt? Dagens diakoner står i dette spenningsfeltet ukentlig.

Okkenhaug (2002:153) ser mer på hvordan fagene virker sammen når hun skriver:

Terapier har som målsetting å hjelpe mennesker med deres psykiske helse, mens sjelesorgen dypest sett ikke kan begrunnes ut fra at det er godt for helsen. Sjelesorgen vil gi mennesker evangeliet om Guds nåde og tilgivelse. Det kan virke frigjørende og være sunt også for helsen.

Her tror jeg Okkenhaugs oppsummering kan gi noen føringer for konstruktiv sameksistens. Hvis vi tar dette utgangspunktet kan sjelesorg og terapi yte fruktbare bidrag til det enkelte menneskes totale helse. Dette er alt sammen perspektiver som er levende i spenningsfeltet mellom sjelesorg og terapi.

#### **4.4 Makt**

Det er vanskelig å behandle sjelesorg uten å berøre emnet makt. Da tenker jeg på den maktposisjon som en sjelesørger innehar i kraft av å være sjelesørger, betrodd og den som noen kommer til for å få hjelp. Ved å være en god fagperson, som reflekterer over egen praksis og ta i mot veiledning, er det mulig å oppdage og unngå de feiltrinn som maktbruk vil være. Å misbruke en maktposisjon kan gjøres ”i beste mening”. Som sjelesørger er det viktig å skille mellom egne behov og konfidentens behov. Det kan være vanskelig å være sjelesørger når konfidenten er i en situasjon som for oss oppfattes som ”håpløs”. Det kan være en utfordring å holde ut konfidentens smerte. Da kan vi få et intenst hjelpebehov som kan munne ut i en sterk trang til å gi svar og bestemte råd og en handlingstrang. Så lenge dette er motivert ut fra våre behov som sjelesørgere, vil dette være misbruk av makt (Anstorp, Hovland, Torp 2003:88ff). Hvis handlingene derimot er motivert ut fra en faglig vurdering av konfidentens behov kan det være riktig. Men det bør blinke noen varselamper slik at sjelesørger bruker tid og sikrer seg at konfidenten er med på prosessen. Det er konfidentens liv vi er gjest i. Det verste som kan skje er hvis vi umyndiggjør konfidenten ved å mene at vi vet bedre enn konfidenten selv. ”Dette forstår vi. Dette er til ditt eget beste.” Slike holdninger vil føre til maktmisbruk fra sjelesørgers side. Vi må la konfidenten være den som bestemmer i sitt liv. Ved å gi konfidenten ansvar og myndighet over sitt eget liv tilbake, bidrar vi til en helende prosess for konfidenten (Anstorp, Hovland, Torp 2003:89).

Det er også en annen og mye mørkere side av maktproblematikken. Det er den som jeg har møtt ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep. Det gjelder de overgrep som utføres av kirkelig ansatte eller betroede personer innen kirken. Dette er overgrep som er foretatt av personer som står i en maktposisjon i forhold til den utsatte. Det er nesten ikke til å tenke på at det er mulig, og det er en tragedie når det skjer. Men Kirken har tatt ansvar og har tatt inn over seg at overgrep skjer. Allerede i mange år har kirken arbeidet mot alle former for maktmisbruk, vold og overgrep. Her er KR et viktig bidrag og en ressurs.

Det er mye mer som kunne vært behandlet under overskriften ”makt”. I denne omgang vil jeg nøye meg med å ta fram de berørte aspekter. De er etter min vurdering helt sentrale for sjelesorgen.

#### **4.5 Tillit**

Tillit er en helt grunnleggende kvalitet i sjelesorg. Hvis ikke konfidenten har tillit til sjelesørgeren så vil ikke konfidenten klare å åpne seg, og derved vil det ikke bli noe sjelesorg samtale. Da vil det bare bli en samtale om mindre viktige ting.

Hva skal til for at konfidenten kan føle tillit til sjelesørgeren? Tid er et viktig aspekt. For det første at sjelesørgeren har tid til samtalen slik at det kan bli ro og forutsigbarhet i samtalen. Det kan bli nødvendig med flere samtaler slik at konfidenten får den tid han trenger for å bli trygg i situasjonen. Konfidenten kan ha opplevd svik nettopp av mennesker som har vært tillitsvekkende i første omgang (Anstorp, Hovland, Torp 2003:89). Dette vil gjøre behovet for tid enda større. Å gjøre klare avtaler og holde avtalene er også viktige tillitsvekkende tiltak. Å tro på den historien konfidenten forteller er en måte sjelesørgeren kan vise konfidenten tillit. Tillit er en dimensjon som går begge veier, med det forbehold at sjelesørgeren er den profesjonelle i relasjonen. At sjelesørgeren formidler til konfidenten at han ikke skal fortelle mer enn han kjenner seg klar for og at det er lov å si nei, er et annet viktig prinsipp i tillitsbyggingen (Anstorp, Hovland, Torp 2003:90).

#### **4.6 Å lytte**

Det at diakonen lytter i en sjelesorgsamtale er en selvfølgelighet. Men det er en selvfølgelighet som ikke er så mye omtalt som et eget område i sjelesorglitteraturen. Derimot har Michael Jacobs (2000:15) viet dette feltet oppmerksomhet i sin bok *Swift to hear*. Dette er en bok som er brukt i sjelesorgfaget. Her setter han opp noen grunnleggende retningslinjer for



å lytte. Jeg gjengir her bare hovedpoengene hans. Det er viktig å lytte med udelt oppmerksomhet og uten å avbryte. Legg vekt på å huske det som er blitt sagt. Lytt til alt, også det som ikke sies åpent. Se på kroppsspråket, det vil hjelpe deg med å forstå følelsene. Lytt også til deg selv. Øv deg på å holde ut pauser og stillhet. Boken handler hovedsakelig om dialog men her har han viet det å lytte en del oppmerksomhet. Det ser ut til at han ser på det å lytte som hovedinnfallsporten til en dialog. Hans hovedbudskap nummer én er å lytte med udelt oppmerksomhet. Det er noe å tenke på at vi må til engelsk litteratur for å finne dette emnet litt grundig belyst. I norsk litteratur har Anders Bergem (2008:161) riktignok sakt at det å lytte og være tilstede for konfidenten på en aktiv og oppmerksom måte er noe helt grunnleggende for en sjelesørger. Han motsier seg selv noe ved at han i samme bok (s 115) skriver at dialogen er det viktigste og at dersom dialogen erstattes av en enetale står samtalen i fare for å bli noe annet enn sjelesorg. Her er det til tross for enighetene en grunnleggende motsetning. Det er mulig at Bergem her har tenkt på sjelesørgers enetale og ikke konfidentens. Men slik jeg ser det er dette ikke helt klart. Siden å lytte er en så grunnleggende ferdighet synes jeg det er viktig å belyse det i denne sammenheng.

#### **4.7 Er det alltid godt å fortelle?**

Her vil jeg støtte meg til det diakon Elisabeth Pilskog har skrevet i kapitlet som heter ”Samtale om det vonde” i boken *Fra skam til verdighet* (Anstorp, Hovland, Torp 2003). Hun skriver: ”Mange har venta i årevis på å kunne få ein sjanse til å formidle seg, for å kunne begynne å forstå seg sjølv og det som er hendt, betre.” Men her ligger det også en felle og et svært viktig varsko. Jeg siterer videre fra samme kapittel (2003:95):

Jeg trodde jeg kunne stole på han, og derfor åpnet jeg meg så veldig. Nå er det bare helt fryktelig å måtte leve med at han vet så mye om mine innerste tanker og følelser. Jeg skulle ønske jeg kunne ta alt tilbake.” Slik uttrykker ei av kvinnene seg, etter at ho altfor tidleg hadde utlevert seg til ein samtalepartner. I ei atmosfære av forståing kan sårbare og skamlagde tema bli introdusert for tidleg. Den sårbare situasjonen til den utsette vert ved dette forsterka.

Hun legger videre vekt på at den som har noe vanskelig å fortelle kan trenge hjelp til å sette grenser selv om samtalepartneren vil en vel. Det er den som er samtalepartner og hjelper som har ansvaret for å sette grensene og hjelpe den som forteller med dette. Hun legger vekt på at det ikke er noe mål at historien skal fortelles på kortest mulig tid. Det er heller ikke sikkert at alt trenger å settes ord på sier hun. Målet vil være å gi den som kommer den trygghet og tid

den trenger til å fortelle det som er nødvendig sier Pilskog. Jeg har ovenfor tatt med nesten ordrett det hun skriver (2003:95). Dette er fordi jeg mener hun her er inne på noe som er svært viktig. Vi ser i sitatet over hvor utsatt og sårbar et menneske kan føle seg hvis alt har gått for fort fram og for langt. Det hun beskriver her er en retraumatiseringsprosess slik jeg ser det. Hun som kom for å få hjelp har blitt påført et nytt traume i prosessen. Dette må vi som sjelesørgere for en hver pris unngå. Etter min vurdering har vi mye å lære av Pilskog og at lærdommen er overførbar på en sjelesorgsamtale.

Da jeg var i praksis ved Kirkens Ressurssenter fikk jeg anledning til å intervju prest Benedikte Ericson. Jeg spurte henne om det er godt og riktig å gi mennesker anledning til å fortelle om det mest vanskelige. Hun svarte ja på dette spørsmålet men la samtidig til at fortellingen ikke måtte være i detalj og ikke for dyp, for det kan føre til retraumatisering og gjenopplevelse av det vonde. Det å si at en har vært utsatt for noe og de ytre hendelsene, fakta rundt hendelsen kan være godt. Hun peker samtidig på at det er viktig å opparbeide en relasjon og tillitsgrunnlag først, og ikke åpne for vanskelige ting ved første samtale.

Her har vi to mennesker med bred erfaring fra bearbeiding av traumer som sier det samme. Når vi møter en konfident i en sjelesorgsamtale, og konfidenten har opplevd vanskelige ting som han kan ønske å fortelle, er det vi som profesjonelle som må sette grensene hvis konfidenten ikke gjør det selv. Vi må sørge for at prosessen ikke går for fort fram og at vi ikke oppfordrer til å fortelle for mye. Dette er kunnskap som er av største viktighet å ta hensyn til. Hvis vi tar dette med i vår sjelesorgpraksis vil forholdene ligge til rette for at det kan være godt å fortelle.

#### **4.8 Fra skam til verdighet**

”Til skammen knytter det seg en opplevelse av mangel på verdighet.” Berit Okkenhaug (2002:203, 2009:36f) utdyper dette ytterligere med å gjøre oppmerksom på at skammen ikke er så mye knyttet til at en har gjort noe galt, som til ens verdi som menneske. Det er ikke vanskelig å skjønne at dette har en dyptgripende virkning på personligheten og påvirker ens forhold til andre. Gry S. Follesø sier at: ”Skam er den følelsen som involverer identiteten, og ofte på en svært invalidiserende måte.” (Anstorp, Hovland, Torp 2003:101). Hun sier også at skam kan være det som gjør at mennesker blir værende i en offerrolle. Begge disse forfatterne belyser hvor ødeleggende skamfølelsen kan være for en konfident og hvor dypt den sitter. At

skam og verdighet er ytterpunkter i den samme dimensjonen er oppsiktsvekkende slik jeg ser det og gir grunn til ettertanke.

I Bibelen og i det norske samfunnet er verdien til hvert enkelt menneske noe grunnleggende og ukrenkelig. At det er mange mennesker som går rundt med en følelse av å ikke være verdt noe, eller av å være lite verdt, gir uttrykk for hvor ødeleggende skamfølelsen kan være. Det forteller oss også at det er mennesker som har det svært vanskelig og som trenger hjelp for å få det bedre. Et skritt på vegen til å ta verdigheten tilbake kan nettopp være å få høre og kjenne at alle mennesker er like mye verd for Gud. Dette har Bibelen mange beretninger om. Her har sjelesørgeren en skatt og øse av, men som må brukes med forsiktighet.

#### 4.9 Spørsmålet

”Spørsmålets” stilling i en sjelesorgsamtale har vært omhandlet i noe av sjelesorglitteraturen, med råd om hvilken metode som er best. Det er her snakk om lærebøker i sjelesorg. Meningene som kommer fram er noe motstridende. Så vidt jeg vet er ikke disse basert på empiriske undersøkelser men mer på erfaringen til forfatterne. Bergem (2008) sier at sjelesorgsamtalen alltid starter hos konfidenten. Her er ikke ”spørsmålet” omhandlet annet enn som en undertone av at det nærmest er ikkenærværende. Hos Michael Jacobs (2000) er spørsmålet noe som bør holdes til et minimum med noen unntak. Men hvis spørsmålet brukes bør det være åpent. Her tar Jacobs helt tydelig i bruk teknikker fra den opprinnelige konfidentsentrerte sjelesorgen. Irja Kilpelainen (1976:23) la i sin tid vekt på at konfidenten er hovedsaken og at samtalens tyngdepunkt hviler hos konfidenten. I sine samtaleeksempler bruker hun gjentagelse, oppsummering og åpne spørsmål. ”Han får under inga omstendigheter leda samtalen i den riktning han sjelv ønsker...” (1976:90). Dette sier hun om sjelesørgerens rolle. Det kan samtidig si noe om hvorfor spørsmålsteknikkene er så vesentlige. Det kan være nyttig å være klar over hvor viktig denne måten å stille spørsmål på var i den konfidentsentrerte sjelesorgens opprinnelige form. Okkenhaug (2002) er en av få som vier spørsmålet noe plass. Hun skriver: ”En spørrende form gir ofte konfidenten mulighet til selv å ta stilling og ansvar.” Hun sier videre at spørsmålene er viktige fordi de bidrar til at sjelesørgeren ikke behøver å gå ut fra sine egne antagelser.

Det finnes en amerikansk studie som er gjort på kreftpasienter i sykehus. Studien tar for seg bruk av spørsmålet på forskjellige måter i samtale med pasientene og hvordan det virker. Studien er omhandlet i Hans Stifoss-Hanssen og Kjell Kallebergs bok: Livssyn og helse

(1998:91f). Den viser at pasientene er følsomme for hvordan helsearbeideren kommuniserer med dem. Jeg velger her å sitere formuleringen av funnene fra sammendraget i den opprinnelige undersøkelsen.

Patient disclosure of significant information was promoted by the use of open directive questions, focusing on and clarifying psychological aspects, empathic statements, summarizing and making educated guesses. The use of leading questions, focusing on and clarifying physical aspects, moving into advice and reassurance mode inhibited patient disclosure (Maguire m. fl. 1996).

Med det forbehold at studien er gjort på pasienter i samtale med helsearbeidere så er den allikevel en empirisk studie som viser hvordan spørsmålsstilling og uttalelser faktisk virker på mennesker i en sårbar situasjon. På denne måten vurderer jeg det dit hen at den også kan være interessant for oss i sjelesorgfaget. Studien viser at det som virker fremmende på kommunikasjon fra pasientens side er åpne spørsmål, å fokusere på og klargjøre psykologiske forhold, empatiske uttalelser og oppsummering og spørsmål basert på kvalifisert gjetning fra hjelperen. Det som virker hemmende på kommunikasjon er ledende spørsmål, fokus på fysiske plager og råd om disse og enkel trøst. Dette kan være en interessant referanseramme når jeg senere i oppgaven ser på hvordan diakonene bruker spørsmål i sjelesorgprosessen.

#### 4.10 Empati

Jeg vil her støtte meg til Ulla Holms (2005) bok ”Empati. Å forstå menneskers følelser.” Hun snakker om den profesjonelle hjelperen og sier at hjelperens evne til å hjelpe den hjelpsøkende ikke bare har sammenheng med hennes dyktighet på sitt fagområde, men også med evnen til å bygge opp en konstruktiv relasjon til den hjelpsøkende. Hun er videre inne på at det stilles krav til indre kompetanse. Her er det tre viktige forhold som spiller inn. Kunnskap, ikke fagkunnskap, men kunnskap om psykologiske og sosiale forhold og kunnskap og erfaring fra kommunikasjon med hjelpetrequende. Det kreves også selvinnsikt, slik som innsikt i egne behov, styrker og svakheter. Dette er de også opptatt av ved Kirkens Ressurssenter (kapittel 3.4). Det tredje kravet som inngår i en profesjonell innstilling er empati skriver Ulla Holm. ”Dette innebærer evnen til å sette seg inn i og forstå et annet menneskes følelser og psykiske situasjon.” (2005:42). Den empatiske evnen har en sentral plass i profesjonell innstilling sier Holm. Den baserer seg på både erfaring med andre og på selvinnsikt, og forutsetter noen grunnleggende funksjoner hos utøveren slik som

selvrefleksjon og selvdisiplin. ”Den allmenne betydningen av ordet empati i psykologisk litteratur var da opplevelses- eller følelsesmessig å ”vite” hva et annet menneske føler i et gitt øyeblikk i sin private verden.” (2005:58). Empati kan også beskrives som at man får kunnskap eller innsikt om en annen persons følelsestilstand. Den empatiske evnen ser Holm som viktig for å bygge opp trygghet og gi støtte til den man skal hjelpe.

I dagligtale blir ofte intuisjon og empati blandet sammen sier Holm. Her må jeg nok være enig med henne. Hun har beskrevet forskjellen slik: ”Med empati når man frem til et annet menneskes følelser, med intuisjon får man for eksempel ideer, impulser og løsninger på intellektuelle problemer.” (2005:89f). Denne klargjøringen av forskjellen på empati og intuisjon viser for meg at jeg også har brukt disse begrepene om hverandre på en lite reflektert måte. Det å se på innholdet i empatibegrepet har vært nyttig for videre refleksjon i det avsluttende kapitlet.

#### **4.11 Taus kunnskap**

Forskning på hvilke prosesser som trer inn i arbeidet med mennesker har avdekket noen spennende mekanismer som trer i kraft når den profesjonelle møter bruker i samtale om brukers utfordringer. Gus Strømfors har skrevet en rapport som heter: ”Taus kunnskap. Faglig refleksjon over egen praksis” (2004). Han har beskrevet noe av det ubeviste som skjer i arbeid med mennesker og sammen med andre utarbeidet en metode for faglig refleksjon. Rapporten avdekker et spennende arbeid som har tilført meg en større forståelse for hva som skjer i profesjonelt arbeid med brukere. Han beskriver: ”I møtet med den enkelte klient tar den ansatte i bruk en form for praksiskunnskap som er utviklet fra egne praksiserfaringer, eller overført fra det fagmiljøet den enkelte er en del av.” Dette kan blant annet kalles taus kunnskap. Utgangspunktet er at vi vet mer enn vi kan uttale med ord. Det er nettopp det at denne kunnskapen er u-uttalt, usagt og ikke formulert som gjør den taus. Kunnskapen har både en teoretisk og en praktisk del. Strømfors (2005:19) skriver at vi tilegner oss den tause kunnskapen på flere måter. ”Teoretisk eller intellektuell kunnskap er en del av taus kunnskap.” ”Evnen til å tolke og vurdere situasjoner og til å handle, utvikles gjennom praksis eller gjennom utøvelsen selv.” Den kunnskapen som skal til for å handle kan vi tilegne oss gjennom overføring fra andre eller ved at vi ”lagrer i oss selv en form for praksisrepertoar av eksempler, bilder og tolkninger og handlinger fra tidligere situasjoner vi har stått oppe i.” (ibid). Her har Strømfors oppdaget og klart å sette ord på prosesser som mange ikke har innsikt i. For meg ga dette en dypere forståelse av hvilke grunnleggende prosesser som gjør

det mulig for fagfolk å handle faglig. Dette er en forståelse jeg har gjort bruk av i drøftingskapitlet til slutt.

## 5 Metode

### 5.1 Valgets kval

Det jeg ønsket var å undersøke hva diakoner gjør for å gi konfidenten mulighet for å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale. I tilknytning til dette ville jeg undersøke om diakonens sjelesorgfaglige orientering virker inn på hva han gjør. Jeg vurderte flere mulige forskningsmetoder for å undersøke dette. Jeg kunne laget et kvantitativt intervjukjema og sendt det ut til mange diakoner. Jeg kunne observert samtaler, noe som byr på en del vanskeligheter. Jeg kunne foretatt et strukturert intervju med et mindre antall diakoner. En forsker vil kunne påberope seg at valget av kvantitativ eller kvalitativ metode er avhengig av det fenomenet han som forsker skal studere. I denne undersøkelsen kunne jeg valgt begge metoder og fått interessante svar. Jeg ser her en mulighet for at valget kan være styrt av andre beveggrunner. Kan valget være styrt av forskerens personlighet og sosiale preferanser? For meg som menneske blir en oppgave mer interessant når jeg kan interagere nært med andre mennesker. Det er en mulighet for at dette har vært med på å bestemme mitt valg av kvalitativ metode til undersøkelsen. Det jeg hadde helt klart for meg var at jeg ønsket å intervju erfarne sjelesørgere. Jeg vurderte å intervju både prester og diakoner. Men siden det er diakonens arbeid som er mitt hovedinteressefelt valgte jeg å konsentrere meg om praksisen til diakonene.

### 5.2 Kvalitativ metode

Etter å ha vurdert mulighetene valgte jeg bruk av en kvalitativ forskningsmetode. Ifølge Johannessen, Tufte og Kristoffersen (2005:80) så kjennetegnes en kvalitativ metode av fravær av én analytisk hovedretning. Dette innebærer at de framhever at kvalitative undersøkelser kan gjennomføres på mange forskjellige måter. Pål Repstad (2007:16) ser en kvalitativ metode som at det dreier seg om å karakterisere. ”Selve ordet kvalitativ viser til kvalitetene, det vil si egenskapene eller karaktertrekkene ved fenomener.” Her er vi nettopp ved essensen i det jeg ønsket å få fram ved oppgaven. Nettopp hva den enkelte diakon gjør i en sjelesorgsamtale. En av fordelene ved kvalitativ metode er at den gir meg mulighet til å studere de diakonene jeg ønsker å vite noe om praksisen til på nært hold. Nettopp denne nærheten gjorde det mer interessant for meg. Etter min vurdering økte nærheten muligheten for å se nyanser og forskjeller som det er vanskelig å se med en kvantitativ metode. Denne ønskede nærheten til de jeg skulle studere, nemlig diakonene, gjorde det naturlig å velge

intervju som metode. Men intervju er en tidkrevende metode ikke minst etter at intervjuene er foretatt. Hvis det foretas lydopptak så bør disse skrives ut og bearbeides. Det ble derfor ikke noe stort antall. Jeg så det som realistisk å intervju mellom 4 og 6 diakoner. Det ble intervju med 5 diakoner. Svarene er derfor ikke representative for diakoner flest. De sier først og fremst noe om hva disse diakonene gjør. For meg var dette godt nok til å være både interessant og ha faglig verdi.

### 5.3 Valg av intervjumetode

Jeg begynte å arbeide med et semistrukturert intervju der spørsmålene ville være å betrakte som en intervjuguide som ikke følges slavisk, men hvor spørsmålene ville bli besvart i løpet av intervjuene. Grønmo (2004:127) vil klassifisere denne typen intervju som uformelle intervju. Jeg begynte å arbeide med spørsmålene til intervjuet. Jeg utarbeidet følgende spørsmål: Hvilke forberedelser gjør du før en samtale? Når en konfident har bedt om en samtale, opplever du at det konfidenten presenterer som samtaleemne er det de egentlig ønsker/trenger å snakke om? Hva gjør du for å gi konfidenten mulighet til å snakke om livsutfordringer som det er vanskelig å snakke om? Hvor mye styrer du en samtale (f.eks. med spørsmål)? Hvis du føler at det ligger større emner bak, eller for å sikre at det ikke gjør det, hva tenker du om å spørre på grunnlag av antagelser (følelser hos deg)? Hvilke tanker har du om å spørre konfidenten direkte: Har det skjedd deg noe tidligere i livet eller nå som det er vondt å bære på og som du ønsker å fortelle til noen? Har du opplevd at det er noe som ligger ”bak” og dypere, og kommer dette fram? Hvordan ser du på det å få snakket om livsutfordringer som ligger dypt? Er det situasjoner der du unngår å lede samtalen inn på visse emner og i tilfelle hvilke situasjoner? Har det hendt deg at en konfident har fortalt om overgrep eller andre alvorlige hendelser hvor du har kjent utøveren? Hva gjør du i en slik situasjon? Dette var de spørsmålene jeg hadde tenkt å stille. Etter å ha arbeidet mer med intervjumetoder så jeg en fare for at jeg med denne tilnærmingen kunne gå glipp av noe av det unike i den enkelte diakons arbeid ved å styre intervjuene for mye.

For å få fram det unike i hver diakons erfaringer valgte jeg isteden en intervjumetode som ga større rom for diakonen til å fortelle om sine erfaringer. Jeg så det som spesielt viktig å styre så lite som mulig under intervjuet. På denne måten vil jeg si at intervjuene hadde noe fortellende i tilnærmingen. Denne metoden tok vare på det enkelte intervjuobjekts egen fortelling. Begrepet fortellende metode er i denne undersøkelsen å forstå som en metode der den ubrutte fortelling er i fokus under intervjuene. Jeg lagde en innledning til intervjuene der



jeg spisser det feltet jeg var interessert i at diakonen skulle fortelle meg om. Intervjuene begynte med at jeg holdt denne innledningen.

Innledningen var som følger: ”Jeg er opptatt av hva du som diakon gjør i en sjelesorgsamtale for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig. Med det som er mest vanskelig mener jeg emner som er forbundet med skamfølelse for konfidenten. Det kan være vold, seksuelle overgrep, traumatiske opplevelser og fattigdom for å nevne noen få områder der skamfølelse kan ha etablert seg hos konfidenten. Det kan også være dyp smerte og traumer som konfidenten har. Dette er alvorlige hendelser som vil kunne prege livet til den som har opplevd det i stor grad. Slike hendelser vil kunne være vanskelig å snakke om. Jeg er interessert i å høre din fortelling om hvordan du forbereder deg til samtalen, hva du gjør i samtalen og hvor mye du styrer samtalen. Jeg lurer også på om du er opptatt av en spesiell sjelesorgretning.”

Intervjuet hadde tre hoveddeler. Først spurte jeg om hvilke forberedelser diakonen gjorde før en sjelesorgsamtale og hvor samtalen holdes. Neste hoveddel dreide seg om hva diakonen gjorde i samtalen for å gi konfidenten mulighet for å fortelle om det som er mest vanskelig. Jeg spurte om hvor mye diakonen styrer samtalen. Til slutt spurte jeg om sjelesorgsteoretisk ståsted hos diakonen. Underveis hadde jeg oppfølgingsspørsmål som jeg brukte hvis det ble nødvendig. Dette for å fremme refleksjon rundt spørsmålene. Mulige oppfølgingsspørsmål var: Hvordan gjør du det? På hvilken måte? Hva gjør du da? Hva tenker du om dette? Betyr rommet noe? Forteller mennesker alt? Har du opplevd å ha hatt mange sjelesorgsamtaler og så kommer de med noe som er mye dypere og vanskeligere som de ikke har delt før? Ville du kunne ha spurt om dette tidligere? Kommer konfidenten med en klar bestilling? Dette er den planen jeg la for gjennomføring av intervjuene. Planen ble fulgt nøye i gjennomføringen.

#### **5.4 Utvalg av intervjuobjekt**

Når det gjaldt valt av diakoner ble dette gjort ut fra følgende kriterier: Diakonene skulle ha lang sjelesorgerfaring og være i arbeid som diakon i menighet når intervjuet ble foretatt. Så sant det var mulig ønsket jeg å intervju både kvinner og menn. Jeg ønsket å ha både by og land representert og både store og små menigheter og sogn. Det var mulig å oppfylle alle disse kriteriene under utvelgelsen av de diakonene jeg har intervjuet. Jeg valgte ut diakoner fra østlandsområdet. Etter å ha intervjuet diakoner i menigheter i landdistrikt og små byer så jeg det som en mulighet at det kanskje kunne vært annerledes å være diakon i Oslo enn andre

steder. Kanskje tenker diakoner annerledes i Norges største by? Jeg kontaktet da en av mine forelesere på Diakonhjemmet og fikk navnet på to diakoner i Oslo som hadde lang erfaring i sjelesorg. Jeg ringte den ene og vedkommende sa ja med en gang. Jeg var nå spent på om denne diakonen ville være opptatt av andre ting enn de diakonene jeg allerede hadde intervjuet. Etter intervjuet kunne jeg konstatere at Oslo diakonen var opptatt av mye det samme som de andre diakonene. Intervjuene sett under ett så var likhetene store og forskjellene var etter min vurdering klart individbegrunnet. Hvis det hadde kommet fram en del ulikheter ville jeg ha intervjuet enda en diakon fra Oslo. Jeg besluttet da at 5 intervjuer var et passe antall med tanke på bearbeidelsesfasen.

Ved begynnelsen av hvert intervju informerte jeg diakonen om at jeg ville anonymisere deres identitet. Samtlige diakoner svarte at dette ikke var viktig for dem. Jeg mener allikevel det er riktig å følge de forutsetningene som ble satt opp ved gjennomføringen av intervjuene. På grunn av det relativt begrensede diakonmiljøet på Østlandet har jeg ikke funnet det riktig å ta med måten utvelgelsen ble gjort på i oppgaven. Undersøkelsen prøver ikke å være representativ for alle diakoner, så av denne grunn skulle det heller ikke være nødvendig å gå i detalj om utvalget.

Jeg har angitt alder og utdanning i grove grupper. Kjønnen til diakonene er beholdt riktig, men navnene er oppdiktete. Repstad (2007:131) har også vært opptatt av at det kan være vanskelig å beholde anonymiteten hvis man gir ut detaljer og beskrivelser av de som er med i en undersøkelse.

## 5.5 Intervjuene

Ved avslutning av intervjuene spurte jeg alltid diakonene om de hadde noe å legge til (Repstad 2007:91). Ingen hadde noe her. Dette skyltes trolig at intervjumetoden var fortellende, slik at diakonene fikk legge fram det de mente var viktig i intervjuet. Jeg så det som nødvendig med lydopptak av intervjuene for å få med alt som ble sagt av diakonene. Jeg vegret meg for dette på forhånd og syntes det ville bli stressende for meg og kanskje for diakonene. Min erfaring med gjennomføringen var at det gikk veldig fint. Diakonene glemte opptaket. Jeg følte ikke at det la noen demper på intervjuet for meg heller. Jeg var engstelig for at ikke alt skulle bli tydelig nok til at jeg ville klare å skrive det ut, men dette var heller ikke noe problem. Jeg har nå vent meg til metoden og vil ikke nøle med å bruke lydopptak igjen. Under intervjuene la jeg vekt på å holde meg i bakgrunnen og la diakonene snakke. Dette for å gi diakonene anledning til å komme med sin egen versjon. Det var bare sjelden

jeg gjorde bruk av supplerende spørsmål. De brukte jeg kun de få gangene diakonen trengte hjelp til å komme videre. Intervjuene tok mellom en og en halv time hver. Jeg skrev selv ut alle intervjuene. Det var ved utskrivningen jeg oppdaget hvor mye mennesker sier på kort tid. Jeg ville ikke ha gjettet det på forhånd. Etter denne prosessen skjønner jeg hvorfor lydopptak er så viktig i et intervju som skal brukes i en forskningsprosess.

## 5.6 Analyse og fortolkning

Repstad (2007:113) sier at analysen er en prosess der forskeren ordner data slik at det kommer fram mønstre som gjør det lettere å tolke etterpå. Tolkning eller fortolkning er en begrunnet vurdering av datamaterialet i forhold til problemstillingen sier Repstad videre. Når jeg skulle analysere materialet hadde jeg to muligheter. Jeg kunne legge fram og analysere intervjuene personbasert eller temabasert (Repstad 2007:131). Etter å ha skrevet ut intervjuene leste jeg grundig gjennom samtlige intervjuer flere ganger. Jeg noterte samtidig i margen tema som diakonene fortalte om i intervjuene. Jeg laget en liste med samtlige tema. Det viste seg da at temavalget var mye likt og sammenfallende i intervjuene. Det var forskjeller, men det gikk mer på form og arbeidsmetode enn tema. Jeg valgte derfor å presentere materialet fra intervjuene temabasert. En annen grunn for valget var at temavalget gir mye større mulighet for anonymitet for diakonene (Repstad 2007:131).

Det betyr at det bare er intervjuene som er foretatt med et fortellende tilsnitt. Analysen er organisert rundt hva alle diakonene sa om f.eks. tillit og andre tema. Tema ble valgt ut fra at de skulle kunne belyse hva diakonene gjorde for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale. Det siste tema omhandler diakonenes forhold til sjelesorgretninger og om dette hadde noe å si for problemstillingen. De tema som ble valgt ut var følgende: Forberedelse til sjelesorgsamtalen, sjelesorgsamtalen: tillit, er Gud tilstede?, diakonen som ressurs, konfidenten i fokus, spørsmålet som redskap, styring av samtalen og sjelesorgretninger. Jeg tok for meg tema for tema og leste gjennom samtlige intervjuer med tanke på hvert enkelt tema. Jeg laget nye dokument, et for hvert tema, og klippet og limte inn alt relevant materiale fra hvert av intervjuene. Neste trinn var å sammenligne det de forskjellige diakonene hadde sagt om et tema og skrive en analyse av dette. Når jeg hadde tatt for meg alle tema på denne måten begynte jeg tolkningsprosessen. Tolkningen av materialet ble nært knyttet til analysen. Her drøftet jeg materialet i forhold til sjelesorgsteori og noe av den teori og erfaring jeg har tatt med meg fra min praksis ved Kirkens Ressurssenter. Noen steder har jeg også trukket inn annen relevant teori.

Til sist laget jeg et kapittel med drøfting og konklusjon der jeg så på resultatene av intervjuene som en helhet. Jeg undersøkte om det avtegnet seg mønstre og uttrykksformer som var lettere og oppdage når jeg så helheten. Jeg drøftet funnene opp mot problemstillingens to ledd. Etter å ha sett på den metoden jeg brukte i undersøkelsen ligger alt til rette for å se på resultatene av intervjuene.

## 6 Undersøkelsen

Det er naturlig å begynne med en presentasjon av hvem de fem diakonene er. Selv om presentasjonen er anonymisert gir den et visst innblikk. Men før det, et lite omriss av gangen i undersøkelsen. Første del av intervjuene omhandler hvilke forberedelser diakonene gjør før en sjelesorgsamtale, og hvor samtalen finner sted. Dette fordi jeg anser det som viktig å legge forholdene til rette for at konfidenten kan få snakket om det som er mest vanskelig. Forberedelsene til samtalen vil kunne prege innholdet i samtalen fordi forberedelsene påvirker både diakonen og indirekte konfidenten. Hovedtyngden av materialet i undersøkelsen ligger i avsnittene som omhandler samtalen. Her har jeg spisset innholdet i intervjuene inn mot kjernen i undersøkelsen, nemlig hva diakonene gjør for å legge forholdene til rette for at konfidenten kan få snakke om det som er aller mest vanskelig. Dette avsnittet har jeg delt inn i underavsnitt som omhandler forskjellige tema som diakonene mener er viktig i en slik samtale. Jeg presenterer materialet fra alle diakonene på ett tema om gangen. Jeg tar frem sitat fra noen av diakonene for å illustrere innholdet. På slutten av avsnittet om samtalen tar jeg for meg hvor mye diakonene mener at de styrer sjelesorgsamtalen og om den enkelte diakon mener at de beveger seg innenfor en spesiell sjelesorg retning. Dette er valgt ut fordi jeg er interessert i om det å styre samtalen er viktig for hovedproblemstillingen. Jeg er også interessert i å se om diakoner med noen års sjelesorgerfaring bruker teknikker fra en spesiell retning i sjelesorgen og om dette i tilfelle påvirker sjelesorgsamtalen i forhold til problemstillingen. Etter analyse av hvert tema tar jeg inn tolkning av dette tema og drøfter tema i forhold til sjelesorgteori, KR teori, praksiserfaringer og annen relevant teori.

### 6.1 Diakonene

Hvem er så de fem diakonene? Det ble to menn og tre kvinner. Et av utvalgskriteriene var at det skulle være diakoner av begge kjønn i utvalget ut fra en tankegang at det kunne være forskjeller i fokus som var kjønnsbestemt. Etter å ha foretatt intervjuene har jeg ikke vært i stand til å finne kjønnsbestemte forskjeller i intervjumaterialet. Jeg mente det var viktig at diakonene skulle ha vært diakoner i noen år slik at de hadde samlet seg god og bred erfaring på sjelesorgfeltet. Antall år som sjelesørgere er noe forskjellig men alle har bred erfaring som sjelesørgere. Når det gjaldt alder var to diakoner i førtiårene, to var i femtiårene og en i sekstiårene. Jeg kjente ikke til diakonenes faglige bakgrunn før diakonutdannelsen ved utvelgelsen. Deres bakgrunn var lærere, sosionomer og teologisk bakgrunn. Det var ingen som hadde sykepleierfaglig bakgrunn. Jeg har gitt alle diakonene oppdiktede navn men har

beholdt kjønnet. Intervjuene har jeg nummerert fra 1 til 5. Da blir intervju 1 med Are, intervju 2 med Bo, intervju 3 med Caia, intervju 4 med Dina og intervju 5 med Eva.

## 6.2 Forberedelse til sjelesorgsamtalen

Samtlige diakoner er opptatt av å ha en stille stund før samtalen, så sant det er mulig. Ved førstegangs kontakt med en konfident forbereder de seg på å gå inn i kontakten helt åpent. De tenker på at nå skal den personen de møter være i fokus og de skal lytte. Vi lar Are og Bo være representanter for denne innstillingen når de sier:

Are: Da tenker jeg: Hvem skal jeg til nå? Nå må jeg lytte og da må jeg være fokusert. Bo: Hvis det er en ny kontakt som jeg ikke kjenner så er det om å gjøre å ha et mest mulig åpent sinn. Det er ikke alltid jeg hører på radioen på vei til møtet for å ha det mest mulig stille i hodet.

Det ser ut til at det er viktig for alle å ikke være forutinntatt. Fire av diakonene ber en bønn, mens de er alene, før samtalen.

Are: ”Som diakon så tenker jeg at da representerer jeg kirka. Det vet folk som kommer hit at jeg står for noe som går på kristen tro. Da tenker jeg at når jeg møter disse personene møter jeg ikke alene.”

Den femte nevner spesielt at hun føler at hun burde ha bedt en bønn men gjør det ikke. Jeg vil komme tilbake til forholdet til Gud under kapittel 6.3.2.

En av diakonene forteller om at han tenker gjennom en del av de grunnleggende samtaleteknikkene før en samtale. Are sier: ”Så tenker jeg på disse teknikkene litt, bare sånn at de er på plass.” De andre diakonene har ikke nevnt dette spesielt, men to av diakonene er opptatt av å forberede seg på mulige tema for den kommende samtalen. Eva representerer dette når hun sier:

Å være litt åpen for det som måtte komme, som jeg ikke vet om selvfølgelig. Som regel har det vært slik at jeg har forberedt meg på den måten at jeg vet at her kan det godt bli samtale om tro og at jeg har tenkt litt på det. Jeg har tenkt litt på at her kan det hende at vi skal snakke litt om mannen som ikke lever lenger og sorgen. Litt mer forberedelser i tematikk.

Noen tar med brosjyremateriell som kan være til hjelp for konfidenten hvis de vet noe om spesielle ting som konfidenten sliter med, slik som sorg ved et dødsfall.

Samtlige diakoner legger vekt på at når de har hatt flere samtaler med en konfident så er forberedelsen til samtalen annerledes. Da går forberedelsen på å hente opp igjen det de snakket om sist gang og tenke på mulige fortsettelser på tema. Men selv etter flere samtaler legger alle vekt på å være mest mulig åpen for hva konfidenten ønsker å snakke om.

Slik jeg ser det er de alle sammen modige mennesker som går inn i stadig nye samtaler med mennesker uten å vite hva som vil møte dem. De har seg selv og sin gudstro som beskyttelse og redskap. Det er påfallende i sjelesorglitteraturen at forberedelsen til samtalen ikke er mye fokusert. Forberedelsen til samtalen er nevnt med noen få setninger hos Bergem (2008:95). Han mener at den viktigste forberedelsen en sjelesørger kan gjøre er ”å stille med så blanke ark som mulig, slik at konfidenten kan få en opplevelse av å bli møtt, bli sett og bli akseptert slik han eller hun har det akkurat der og da.” I intervjuene ser jeg at diakonene legger vekt på forberedelsen. Det å ha en stille stund før samtalen er viktig for dem. Det handler om å være konsentrert om det som skal komme for å kunne yte full oppmerksomhet til konfidenten. Her er samtlige diakoner på linje med Bergem. Nesten alle ber en bønn før samtalen. Her knytter de tråder til det Okkenhaug har skrevet om mellomrommets virkelighet (kapittel 4.2) for å beskrive at Gud er med i sjelesorgsamtalen. Diakonene ber til Gud for å tilkalle Gud som en deltager i det som skal skje. Den ene som ikke ber en bønn før samtalen nevner dette spesielt. Det vil si at det er et bevist valg ikke å gjøre det. Bevegrunnene for dette vet jeg ikke noe om og vil heller ikke spekulere i det.

Når det gjelder hvor sjelesorgsamtalene finner sted så er det et blandet landskap. De fleste diakonene har dårlige og små kontorer med unntak av en. Fire diakoner bruker et annet rom i nærheten av sitt kontor som samtalerom, slik som et dåpsrom eller et annet rom. ”Rammene er viktige for samtalen” mener Eva. To nevner spesielt at diakonens kontor ligger utilgjengelig til slik at dette er med til å hindre samtaler på kontoret. Samtlige diakoner er ofte på hjemmebesøk og mange av samtalene blir foretatt hjemme hos konfidenten. En av diakonene forteller at nesten alle sjelesorgsamtalene hun har foregår på samtalerommet i kirken. Hun gir konfidenten mulighet til å velge og de fleste ønsker å komme til kirken. Denne kirken ligger sentralt i en by.

Det er viktig for diakonene at samtalerommet der sjelesorgen skjer er et godt rom med plass og ro. Dette er noe de som jobber ved Kirkens Ressurssenter også legger stor vekt på. Der har de også egne samtalerom som er smakfullt innredet og uten forstyrrende elementer. Dette er enda et forhold jeg ikke kan se at det legges vekt på i sjelesorglitteraturen. Dette er praktiske forhold som kan ha betydning for at konfidenten føler seg tatt imot på en god måte

etter min vurdering. Etter å ha sett på hva diakonene legger vekt på i forberedelsen til samtalen, og hvor samtalen finner sted, går jeg nå inn i selve samtalen.

### 6.3 Sjelesorgsamtalen

Når jeg nå tar fatt på det materiale som omhandler samtalen deler jeg fremstillingen inn i tema. Oppbygging av tillit er det første temaet fordi det er et området som samtlige diakoner legger stor vekt på. Jeg legger så fram materialet som omhandler den rollen diakonene oppfatter at gudsnærværet har i sjelesorgsamtalen. Sjelesørgerens forhold til seg selv og egen utvikling i rollen er et annet sentralt punkt som mange av de intervjuede diakonene har ment er viktig. Her er det også tatt med noe om hva diakonen gjør når konfidenten har behov som går ut over diakonens rolle og kompetanse. Det neste kapitlet omhandler konfidenten og på hvilken måte diakonene tenker rundt dette. Spørsmålet er viktig som redskap i en samtale. Dette er et omfattende punkt med forskjellige innspill fra diakonene. Jeg har med et kapittel om diakonenes oppfatning av om de styrer sjelesorgsamtalen og hvordan de styrer den. Dette er nært knyttet til det forangående kapitlet. Til slutt et kapittel som belyser om diakonenes praksis er forankret i en eller flere sjelesorgretninger. De to siste kapitlene er i bearbeidelsen av materialet tatt inn som en del av hovedkapitlet om samtalen. I forberedelsen til intervjuene og i innledningen til intervjuene tenkte jeg det som en egen del. I ettertid ser jeg at disse to kapitlene hører sammen med temaet samtalen som redskap. I slutten av hvert tema drøfter jeg materialet i forhold sjelesorgsteori, KR teori, praksiserfaringer og annen teori som er relevant til hvert tema.

#### 6.3.1 Tillit

Tillit er et grunnleggende element i all menneskelig kontakt, fra vugge til grav. Det er ingen som har hevdet at det er mulig å gjennomføre en sjelesorgsamtale uten tillit mellom de som deltar. Tillit er en størrelse det er vanskelig å måle. Når en diakon skal vurdere om tillit er tilstede mellom ham og konfidenten må han derfor bruke sitt eget følelsesapparat, erfaring og sin vurderingsevne for å finne ut av det. ”Jeg merker jo hvor langt konfidenten ønsker å gå.” sier Caia. ”Så det blir litt sånn intuisjon.” sier en annen. Det ser ut til at både kvinner og menn bruker sitt følelsesapparat og intuisjon i møte med konfidenten. I sjelesorgsamtalen er samtlige diakoner bevisst på at oppbygging av tillit er avgjørende. Hvis konfidenten skal kunne snakke om det som er vanskelig, så er dette neppe mulig uten tillit. Samtlige diakoner



er også enige om at tillit mange ganger tar tid å bygge opp. Noen diakoner har opplevd ganger hvor konfidenten ikke har trent tid for å føle tillit til diakonen, men at den har vært tilstede med en gang.

Bo sier: ”Du må opparbeide tillit. Være i et miljø, bli kjent med folk kanskje i den sammenhengen de er aktive i.” ”Det er noe med å skape det trygghetens rom og at det som blir sagt forblir i det rommet,” sier Caia.

Noen er opptatt av at tillit også har noe med kjemi å gjøre, i den betydning at noen mennesker liker en og noen mennesker liker en ikke, og at dette også gjelder for konfidenten som kommer. De er vanlige mennesker som noen ganger kan tenke at dette menneske er ikke det menneske jeg vil fortelle mine innerste tanker til. To diakoner nevner spesielt at man som sjelesørger ikke kan vente at alle konfidenter skal få tillit til en, selv om sjelesørgeren vil være der for alle og legger vekt på å motta alle på en god måte. Dina oppsummerer det på denne måten:

Jeg er ikke den som går ut og spør etter bestilling ved første møte. Den bestillingen tror jeg ofte de må føle om de kan komme med før de kommer med den, tenker jeg. Noen ganger tar det lang tid. Noen ganger kommer det med en gang.

Med bestillingen menes her om konfidenten skal tørre å bringe inn i samtalen vanskelige ting som han vegrer seg for å snakke med noen om. Jeg forstår det slik at samtlige diakoner mener tillit mellom diakon og konfident er det mest grunnleggende av alt i en sjelesorgsamtale. Uten tillit blir det bare en vanlig samtale hvor viktige forhold i konfidentens liv ikke blir snakket om.

Når det gjelder betydningen av tillit som en følelse konfidenten har overfor sjelesørgeren er både diakoner og sjelesorgteorien (kapittel 4.5) enige. Tillit er helt avgjørende for at det skal være mulig å ha en sjelesorgsamtale. Både teori og praksis mener tid er en viktig ressurs i tillitsbyggingen. For det første god tid til samtalen. Det er også viktig å holde avtalene. Å gi konfidenten den tid han trenger og ikke framskynde prosessen mener også begge er viktig. Et annet aspekt ved tillit som de ansatte ved KR er opptatt av er at sjelesørgeren må tro på konfidentens historie. Dette mener de er helt grunnleggende i samtaler med overgrepsutsatte (kapittel 3.3). Dette er et område diakonene ikke har vært så opptatt av i intervjuene. Det er ingen som har uttalt at de ikke tror på konfidentens historie, men de har heller ikke fortalt at det er viktig å tro på historien. Det er mulig at dette er et område det ikke

er så stor bevissthet om. Det kan også tenkes at dette er en så stor selvfølge at ingen har tenkt på å nevne det. Teorien jeg har vist til i dette avsnittet har jeg omhandlet i kapittel 4.5.

### 6.3.2 Er Gud tilstede?

Vi skal nå se på hvilken rolle forholdet til Gud spiller i en sjelesorgsamtale og aller mest i en sjelesorgsamtale om det som er mest vanskelig å snakke om. Samtlige diakoner snakker om forholdet til Gud. Gud er en aktiv og levende kraft i deres virke som diakoner. I sjelesorgsamtalen forteller alle at de føler at Gud er tilstede i samtalen slik at de er tre i samtalen. Det er diakonen, konfidenten og Gud. Under forberedelsen til sjelesorgsamtalen (kapittel 6.2) fremkommer det at fire av diakonene aktivt ber en bønn før samtalen. Samtlige diakoner forteller at de ofte ber en stille bønn inne i seg under samtalen. På denne måten knytter de stadig kontakt med Gud og hans tilstedeværelse i samtalen. Tre diakoner bruker dette aktivt hvis de føler at de trenger hjelp i samtalen. Are uttrykker det slik:

Jeg ber en stille bønn før og underveis: Hjelp meg til å lytte. Hjelp meg til å forstå. Kjære Gud hva er godt for dette mennesket nå. Sånn at man har en kontakt, dialog både vertikalt og horisontalt. Gud kan bidra til en åpen innstilling både overfor den som kommer på det horisontale plan og på det vertikale. Jeg har opplevd flere ganger at plutselig så er du midt inne i en god samtale der du føler at en du snakker med finner et svar selv. Plutselig så bare ble det sånn. Da tenker jeg at her er Gud tilstede.

Denne nærheten til Gud har jeg opplevd som noe unikt og sterkt i møtet med diakonene. De uttrykker det på litt forskjellig måte men helt grunnleggende opplever jeg at det er mye av den samme kontakten med Gud de snakker om. Bo uttrykker det på denne måten:

Jeg håper å formidle den gudssammenhengen ved den jeg er... At jeg bærer den med meg selv om jeg ikke snakker så mye om det. Den omsorgen som jeg formidler og det lyttende øret som jeg får være. Det er på en måte et bilde på Guds øre som hører og Gud som ønsker se oss og lytte til oss. Jeg tenker stort om det. Det er Gud i det å få oppleve en hellighet i samtalen.

Det er flere som uttrykker mye av det samme. Nettopp at de føler at de er sendt ut på ”vegne av Guds kjærlighet til verden.” (Eva). Flere kjenner dette som et veldig stort perspektiv og føler at de er litt små i sammenhengen, men allikevel kjenner de at dette er en realitet. ”Det vi bruker i diakonien er oss selv og vår herre. Vi er jo alltid tre.” (Dina). Jeg sitter igjen med en

sterk følelse av at diakonene er mennesker som bruker seg selv og Gud i tjenesten på en aktiv og nyskapende måte, hver dag. På denne måten blir Gud aktivt nærværende i sjelesorgsamtalen når konfidenten får lov til å snakke om det som er mest vanskelig. Intervjuene har vist meg at diakonene mener at Gud er en kraft nettopp på dette ekstra sårbare og avgjørende området.

I diakonenes beskrivelse av hvordan de tenker om Guds deltagelse i sjelesorgsamtalen sammenfaller dette med beskrivelsen av det Okkenhaug kaller mellomrommets virkelighet. Den trekanten som diakonene beskriver som sjelesørger, konfidenten og Gud er akkurat den samme trekanten som Okkenhaug beskriver (kapittel 4.2). På dette området finner jeg kun sammenfall mellom teori og praksis, ingen forskjell. Det er verdt å merke seg at kontakten med Gud hovedsakelig er et forhold mellom diakonen og Gud. Det er sjelden Gud blir brakt åpent og eksplisitt inn i sjelesorgsamtalen. Dette skjer bare hvis konfidenten etterspør det.

### 6.3.3 Sjelesørgeren som ressurs

”Og svaret på det er: Jeg må jobbe med meg selv.” sier Bo. Spørsmålet jeg stilte i intervjuet var: Hva gjør du for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er vanskelig i en sjelesorgsamtale? Han fortsetter: ”Jeg oppdager at jo mer jeg oppdager om meg selv jo mer kan jeg snakke med konfidenten om. De temaene som jeg er ukomfortabel med tør jeg ikke gå inn på.” På denne måten har Bo spissformulert noe som er helt vesentlig i arbeidet med sjelesorgsamtaler rundt vanskelige emner. Det er ikke bare konfidenten det kommer an på. Diakonen har seg selv som redskap. Det er seg selv han bruker i samtalen. Det er flere sjelesørgere som mener at det å arbeide med seg selv og egen utvikling er helt avgjørende for å kunne legge til rette for samtaler rundt vanskelige emner. Nå skal vi se litt på de forskjellige måtene de søker sin egen utvikling. En mener det er viktig å gå i sjelesorg selv for å utvikle seg som sjelesørger. En annen bruker prestene i menighetene som samtalepartnere når det er behov. Andre igjen har gått på kurs, for eksempel om selvmordsfare, og har lært mye av det. Å bruke rollespill for å bli trygg på situasjoner og bryte ned sine egne sperrer har vært spesielt lærerikt. Én søker kunnskap hos fagfolk, knyttet til emner ved spesielle behov som kan komme fram i sjelesorgsamtaler. En av diakonene er ikke opptatt av egen utvikling på den måten at hun oppsøker eller går i sjelesorg selv. Om alle veier fører til Rom kan en ikke være helt sikker på, men ett er sikkert, nesten alle ser på seg selv som et viktig redskap og er opptatt av å utvikle redskapet.

Et annet forhold alle er opptatt av er grensene for sin egen kompetanse som diakon. Dette blir særlig viktig når det gjelder å legge til rette for samtaler om vanskelige emner. De er samstemte når de mener at skillet går mellom sjelesorg og terapi (jfr. kapittel 4.3). Noen forteller at de snakker med konfidenten om at de som sjelesørgere er medvandrere men ikke terapeuter. Samtlige har henvist konfidenter til fastlegen og videre til psykiater/psykolog eller andre fagfolk.

Caia sier det slik: Det er jeg veldig bevisst på å si noe om hva jeg har kompetanse på og hva jeg ikke har kompetanse på. At jeg verken er terapeut eller psykiater men at jeg er et menneske som har to ører og som kan lytte. Og at jeg etter hvert har fått noen livserfaringer som jeg kan dele med andre, og som kanskje kan komme til nytte.

Så hender det jo noen ganger hvor man må si at dette kan jeg ikke gjøre. Det har hendt. Det kan gå på psykiske ting. Det kan gå på at saken er såpass komplisert. Personen er så skadet av oppvekst, overgrep, overtramp, grenseoverskridende adferd, svik, at det er så svært. Man kan høre på men man kan ikke gjøre så mye. ...Da tenker jeg at vi må spille litt på systemet vårt: legevakt og fastlege. Sier Are.

Det er nok en del psykiatri der, den bryr ikke jeg meg mye om. Det jeg mener er at det er ikke mitt, jeg er ikke terapeut og jeg er ikke psykiater. Samtidig så er det klart at disse livets dramatiske opplevelser de må vi kunne høre på og på en måte ta stilling til. (Dina)

Som vi ser av utdragene over så kommer utfordringene i forhold til grenseoppgangen mellom sjelesørgere og terapeut i forskjellige innpakninger. Situasjonene kan være forskjellige men utfordringen er noe av den samme. Diakonen møter et menneske i en sjelesorgsamtale som har så store utfordringer at han føler at dette er mer enn jeg har kompetanse til. Noen ganger har allerede konfidenten kontakt med hjelpeapparatet, noen ganger henviser diakonen videre og noen ganger fortsetter kontakten med sjelesørgere samtidig som konfidenten går til behandling. Her beskriver diakonene mange mulige løsninger. Igjen er det individuelle løsninger som blir svaret.

Som et apropos til det som er sagt om forskjellen på diakon og terapeut har jeg nedenfor samlet noen uttalelser fra diakonene, som etter min vurdering viser hvilken trygghet og dyktighet de har.

Bare være trygg på at vi kan gå i dette rommet sammen og bare se hva som er her sammen. Det er vel det som er meningsfylt. Da kan man gå inn på tema man er ukomfortabel med selv og at det går an og gå dit allikevel. Bo.

Caia: Men jeg håper at med den måten jeg er på så opplever konfidenten at her er det et sted som det går an å snakke om ting uten at jeg lar meg forskrekke... For meg handler det først og fremst om å tåle å høre. For i en sjelesorgsamtale kan det innimellom bli fryktelig mye smerte... Det er noe jeg har erfart med årene at det er noe med å gå sammen med—men jeg kan ikke gå isteden for..

Kanskje skal du være litt åpen og litt raus for å tåle å stå i dette. Det kan være tøft og forholde seg til at du ikke kan sette en sprøyte. Det går ikke over. Ikke i dag og kanskje ikke i morgen heller. Du står der med deg. Dina.

Samtlige diakoner ser seg selv som en ressurs i sjelesorgsamtalen. Alle unntatt en er opptatt av å utvikle denne ressursen. Vi har sett at de bruker litt forskjellige metoder for å utvikle seg selv. Ved Kirkens Ressurscenter sier de at det er viktig at hjelperen er et menneske som er trygg på seg selv og kjenner seg selv (kapittel 3.3). Okkenhaug (2002:66) er opptatt av at det er viktig for sjelesørgere å gå i veiledning. Hun mener veiledningen har en funksjon for oss selv, ved at det er en måte å ta vare på seg selv, men også i forhold til konfidenten. Her er både teorien og KR teorien samstemte. Slik jeg ser det finnes det ikke et tidspunkt vi kan si vi er ferdig utlærte. Det betyr at vår ferd mot stadig større selvinnsett er en alltid pågående prosess, og derfor vil også behovet for veiledning være der gjennom årene med sjelesorg for andre. Det er oppsiktsvekkende at det er en diakon som ikke tar behov for sjelesorg, eller annen faglig støtte, opp som et behov for seg selv. Her er hun på kollisjonskurs med samtlige, både de andre diakonene, KR teori og sjelesorgsteori.

Hvis vi ser på forskjellen mellom sjelesorg og terapi så har det vært en utvikling gjennom tiårene. Okkenhaug (2002) er inne på at det har vært perioder der sjelesorg har utviklet seg mot terapi. Men i dag, hevder hun, ser vi sjelesorg som helt noe annet enn terapi (jfr. kapittel 4.3). Dette skillet er diakonene opptatt av også. De er også opptatt av å formidle forskjellen til konfidenten for ikke å skape forventninger de ikke kan innfri. De henviser videre hvis de mener det er behov for terapi. Her ser de fastlegen som inngangsporten til terapi fordi henvisning fra lege er nødvendig i dagens helsevesen. Men hvordan virker dette på konfidenten? Ved å avgrense sjelesorg fra terapi og presisere dette overfor konfidenten fremhever diakonen sin lyttende funksjon. ”Jeg har to ører.” Slik jeg ser det sier de: Jeg vil ikke prøve å forandre deg. Jeg vil høre på deg. Det kan virke som en slags programerklæring og en ufarliggjøring. Her lover de kanskje mer enn de kan holde. En god sjelesorgsprosess har muligheten i seg til å føre til forandring slik jeg ser det.

De ansatte ved Kirkens Ressurscenter er også opptatt av at det er et skille mellom sjelesorg og terapi. De har ansatt en egen psykologspesialist som har traumebehandling som sitt spesialfelt. Hun har samtaler med de som trenger terapi. De andre ved senteret har

sjelesorgsamtaler slik jeg har forstått dem. Også her ser vi at det utøves et skille mellom sjelesorg og terapi. Som utdypet i kapittel 4.3 kan det være større likheter mellom sjelesorg og terapi enn vi er klar over til vanlig. Det er også klare forskjeller. Slik det fungerer i dag ser samarbeidet mellom sjelesørger og terapeut ut til å være mest på det individuelle plan, om hver enkelt konfident. Her finnes det et uutnyttet samarbeidspotensial slik jeg ser det.

#### 6.3.4 Konfidenten i fokus

Å ha konfidenten i fokus er noe samtlige diakoner er svært opptatt av. Det som er gjennomgående i alle intervjuene er at diakonen legger stor vekt på å være god til å lytte og mener dette er en helt avgjørende måte å ha konfidenten i fokus på. Formålet med å ha konfidenten i fokus er for samtlige å gi konfidenten mulighet til å komme fram med det han ønsker. Jeg vil begynne med å ta med en historie som en av diakonene fortalte om å lytte.

En som jeg kjenner jobber på radiumhospitalet. Så var han ganske ung da han snakket med en pasient. Så ante han ikke hva han skulle si. Han blir bare sittende og høre. Når han skal gå etterpå sier hun (pasienten). Takk du har hjulpet meg mye mer enn noen psykolog har gjort. Jeg tenker at denne historien gir ett godt ideal. Det at folk kan få fortelle sin historie har vært det som har gjort godt. Ikke denne mer eller mindre vellykkede styringen fra sjelesørgeren. Dette er veldig sterkt synes jeg. Han satt egentlig og følte seg litt dum for han viste ikke hva han skulle si. Og så får han den etterpå at du har hjulpet meg mer enn noen psykolog. Den historien der er et ideal for meg.

Dette er en sterk historie om å kunne gi akkurat det et menneske trengte i en vanskelig situasjon. Jeg har selv opplevd å sitte og høre på et menneske i bortimot en time i strekk. Det var hun som snakket hele tiden. Hun var meget oppbrakt, for det var en vanskelig situasjon. Etter at hun var ferdig med å fortelle sa hun: ”Du er en engel, du hørte på meg.” For meg har dette vært en opplevelse til ettertanke. Noen ganger er det viktigste vi kan gjøre å bare lytte. Men ikke alle situasjoner er like. Vi skal nå se på hvilke andre forhold som er viktig for å ha konfidenten i fokus.

Noen av diakonene er opptatt av at i en sjelesorgsamtale er man gjest i et annet menneskes liv. Men man er en invitert gjest. ”Det er en rolle som gir meg litt frimodighet.” sier Are. Jeg opplever en veldig ærbødighet hos diakonene over å få lov til å få del i noe av livshistorien til et annet menneske. De er opptatt av at hvert menneske er unikt og har sin egen spesielle historie. Derfor legger de stor vekt på å lytte og høre som en motsats til å være forutinntatt og trekke forhastede slutninger. ”Å være klar over at dette menneske er helt annerledes enn alle andre mennesker jeg kjenner.” Slik uttrykker Bo det.

En av diakonene er opptatt av hva som er bestillingen til den som kommer til sjelesorg. Han opplever at de aller fleste har en klar bestilling, noe som trykker på som de ønsker å snakke om. Han mener det er viktig å etterspørre denne bestillingen og høre på den. ”Hva kan jeg gjøre for deg?” med Jesus som forbilde. En annen diakon forteller at hun ikke spør etter bestillingen med en gang. Hun mener at konfidenten må føle om han våger å komme med bestillingen. At dette er noe som konfidenten kommer med når tillitsforholdet er opprettet. Her ser jeg en hvis forskjell i tilnærmingen mellom diakonene.

Det å gi konfidenten mulighet til å fortelle sin historie med egne ord og i sitt eget tempo er det flere av diakonene som er opptatt av.

Da har jeg tenkt litt sånn at det er som i folkeeventyrene, å lokke trollet ut i lyset, så sprekker det mange ganger. En annen sier det slik: De vil jo ikke sitte alene med ting. De vil bli sett og møtt. De vil ikke at skammen skal bli avdekket, men den eneste måten er jo å slippe den fram i lyset. Så blir den ikke et monster men det blir en sak som vi kan snakke om, men vondt vil det alltid være.

Diakonene er her inne på kraften i at konfidenten hører seg selv fortelle sin egen historie. Flere nevner nettopp den store forskjellen det er mellom å tenke på disse tingene alene og å fortelle det høyt.

Men når du får fortalt det til et annet menneske som har to ører å høre med, så brytes en sirkel. Sånn at du faktisk kan finne en løsning ved å høre deg selv si det høyt til noen andre som hører på. (Dina).

Det er gjennomgående at diakonene har tro på det at konfidenten får fortelle sin historie og at for mange er det dette som skal til for at de skal finne egne løsninger på egne problem.

Å lytte mener alle diakonene er viktig i en sjelesorgsamtale. Jeg vil gå så langt som til å si at de ser på å lytte som et av hovedredskapene i sjelesorgsamtalen. De ser på formålet med å lytte som en måte å ha konfidenten i fokus på. Dette emnet er ikke viet så mye oppmerksomhet i sjelesorglitteraturen annet enn som underforståtte sannheter. Men Michael Jacobs (2000:15) har sagt i sin bok at det å lytte med udelt oppmerksomhet er av største betydning for en samtale (kapittel 4.6). En av diakonene forteller en historie om hvordan det å lytte var akkurat det en pasient trengte. Hun opplevde helt tydelig å bli møtt på en god måte. Anders Bergem (2008:115) derimot hevder at ”Dersom dialogen erstattes av en enetale, står samtalen i fare for å bli noe annet enn sjelesorg.” Her er det mulig at Bergem har ment sjelesørgers enetale. Hvis ikke, er han på kollisjonskurs med flere av de sjelesørgerne jeg

intervjuet. Flere av dem forteller om ganger og faser i en samtalerække hvor de bare lytter og føler at dette er det konfidenten trenger.

Flere av diakonene bruker Jesus som forbilde når de sier: Hva kan jeg gjøre for deg? Spørsmålet har de felles, men de bruker det nok forskjellig. En ser dette som inngangen til en sjelesorgsamtale og bruker det for at konfidenten skal få styre hva det snakkes om i samtalen. En annen vil vente med dette spørsmålet fordi hun mener konfidenten må få vurdere om han er trygg nok til å åpne seg om det som er viktig. Her sier KR teorien (Anstorp, Hovland, Torp 2003:90) at det er viktig at sjelesørgeren formidler til konfidenten at han ikke skal fortelle mer enn han kjenner seg klar for og at det er lov å si nei. Denne uttalelsen tror jeg nok også han som spør etter bestillingen med en gang ville vært enig i umiddelbart. Men det er allikevel en viss motsetning i disse to tilnæringsmåtene.

Å få fortelle sin historie slik at den blir formulert i ord mens sjelesørgeren hører på er noe flere diakoner er opptatt av. En beskriver det som å lokke trollet ut i lyset så sprekker det. Dette blir støttet av Helge Svare (2008:31) som er opptatt av at ordene vi snakker er tanker. Han understreker også at ordene vi snakker får en særlig vekt når noen lytter til dem. Det ser ut til at det er en generell enighet rundt dette temaet i sjelesorglitteraturen. Dog med et forbehold. Dette forbeholdet kommer fra KR teorien som er opptatt av at konfidenten ikke forteller mer enn det som er godt for henne. De er opptatt av at noen konfidenter må hjelpes til å sette grenser som de ikke klarer å sette selv. Jeg har omhandlet noe av dette i kapittel 4.7 og viser i denne sammenheng til Elisabeth Pilskog (Anstorp, Hovland, Torp 2003).

### 6.3.5 Spørsmålet som redskap

I en sjelesorgsamtale er spørsmålet en vesentlig del av diakonens verktøykasse. Når det gjelder spørsmålet er det på dette området det er størst mulighet for variasjon. Diakonen kan være pågående eller tilbakeholdende og alle grader i mellom dette. På dette området kommer det fram store forskjeller mellom diakonene. Men felles for de fleste er at de avpasser spørsmålene etter konfidentens situasjon, personlighet og emnet i samtalen. Men allikevel er det markante forskjeller.

Are mener det er helt grunnleggende i en sjelesorgsamtale at det er konfidenten som bestemmer hva det skal snakkes om, også hvis det blir en samtalerække. Det er hele tiden konfidenten som har roret. Diakonen stiller åpne spørsmål eller bruker gjentakelser og uferdige setninger som konfidenten kan fullføre. (ref. kapittel 4.9 om konfidentsentrert metode)



Og så dette med å gjenta og la de få fullføre setningen slik at de på en måte har roret. Og så samtidig hvis du føler at her er det noe som man går litt rundt grøten eller her er det noe som er vanskelig å sette ord på. Da kan man kanskje, hvis du aner hva det dreier seg om, stille noen åpne spørsmål som de kan gripe fatt i... Det er veldig viktig å være tilbakeholdende og lytte og ikke spørre for å stille sin egen nysgjerrighet. Men at man spør heller for å bringe vedkommende videre til en eller annen form for erkjennelse, eller for på en måte å finne hva er det saken dreier seg om egentlig. Det kan vi gjøre sammen litt. Å være på en måte en medvandrer i samtalen men uten å styre for mye. Heller stille litt åpne spørsmål så de kan resonere seg fram selv.

Ares tilnærming kan oppsummeres med hans egne ord: ”Hva kan jeg gjøre for deg? Det Jesus sa, ikke sant. Ja, det er egentlig et godt spørsmål.”

Bo har en helt annen tilnærming. Han har en stor ærbødighet for det å kunne være gjest i et annet menneskes liv under en sjelesorgsamtale. Hvis han mener det er behov for det spør han gjerne direkte og føler han får god respons og progresjon i samtalen av dette. Han har en trygghet på at det som kommer kan han og konfidenten utforske sammen som en medvandring. Han sier det slik:

Så er det å bli trygg på det at jeg har ikke svarene nødvendigvis. Jeg lytter. Jeg sitter her sammen med deg og vi tar det fram sammen. Å være trygg på at hvor veien går ut av dette vet jeg ikke og svaret har jeg i alle fall ikke. Dette lar seg ikke reparere med et par setninger. Men bare være trygg på at vi kan gå i dette rommet sammen og bare se hva som er her sammen. Det er vel det som er det meningsfylte. Da kan man jo gå inn på temaer man er ukomfortabel med selv og at det går an å gå dit allikevel... Jeg har tro på direkte spørsmål. Jo mer direkte dess bedre. Men du må jo føle deg litt fram på det. Så hvordan man spør er jo litt personavhengig. Det er ikke noe fasitsvar her. Det er hvordan jeg er som person og hva jeg utstråler idet jeg spør. For meg fungerer det bra å spørre direkte. Det får jeg kjemperespons på. Da får vi noe å jobbe med. Det er ikke døra igjen da altså. Jeg tror det er sånn i forhold til andre tema også at vi kan kanskje være frimodig å spørre mer direkte... Jag kan også være litt forsiktig og si at jeg får en opplevelse av at du har opplevd noe vanskelig. Kan jeg spørre litt mer om det? Da har vi allerede en mulighet for personen til å sette grenser. Hvis man føler at man vil gå litt rundt før man hopper rett i det. Men det er viktig å respektere disse grensene.

Vi ser her at han har et register å spille på fra det mer forsiktige til det direkte. Han tar også fram at stillhet kan være meningsfylt i en sjelesorgsamtale. Han forteller at det kan være fint å sitte og vente på hva som kommer fra konfidenten, hvis dette føles riktig i sammenhengen. Han forteller at han alltid har noen spørsmål i hodet men allikevel venter for å gi konfidenten mulighet til å komme med noe. ”Da kommer det gjerne noe helt annet enn det jeg ville tenke var naturlig og det er spennende.” Dette viser en trygghet som det står respekt av slik jeg ser det.

For Caia er det naturlig med en helt annen tilnærming. Hun er alltid forsiktig i starten av en samtalerekke. Men der hun har hatt mange samtaler med en konfident kan hun være mer utfordrende. Men for henne er en overordnet rettesnor at hun må vite at hun kan ta imot det som kommer av reaksjoner. Hun forteller selv:

Jeg er veldig forsiktig med å utfordre. Det handler om det å bli kjent. For det jeg er på vakt for er at jeg må vite at jeg er i stand til å møte det som eventuelt utløses av reaksjoner. Sånn at jeg ikke provoserer fram noe som jeg ikke er i stand til å håndtere... For det ville være forferdelig tenker jeg. Litt senere i intervjuet uttrykker hun: Jeg må vite at jeg kan håndtere det som kommer. Sånn at jeg ikke presser fram noe som konfidenten ikke er klar for. For da kan det skape sperre for videre samtale fordi det blir for voldsomt. Det er ingen god situasjon for noen.

Her ser vi at Caia bruker en forsiktig tilnærming med en gradvis utvikling der mindre og trygge utviklingstrinn i prosessen er viktig. Caias tilnærming er helt forskjellig fra Bos. Han går inn og spør direkte, hvis forholdene ligger til rette for det, og har en trygghet på prosessen som medvandrer.

Dina har vært diakon og sjelesørger i mange år. Hun har en grunnleggende trygghet på at hun kan ta imot det som kommer. Men hun henviser gjerne videre der hun ser at hun ikke kan tilby det som konfidenten trenger. Hun lar seg ikke forskrekke og har tatt imot mange dramatiske livshistorier som sjelesørger.

Jeg kan nok være provoserende. Kanskje ikke første samtale. Kanskje ikke andre heller. Men hvis det blir en serie samtaler som det ofte blir synes jeg. Det er veldig sjelden folk kommer bare en gang. Så finner jeg et eller annet punkt der jeg tenker at: Jeg bruker ofte historien om ham som lå tretti år ved Betesta dammen og som Jesus kom til. Han som hadde vært syk og ikke kom ut i vannet. Veldig ofte når jeg ser at jeg må puffe litt så bruker jeg den historien. Om jeg ikke direkte sier: Vil du bli frisk? Så sier jeg: Hva vil du?

Dina har hatt mange serier med sjelesorgsamtaler. Hun forteller om hvordan hun tilpasser metoden etter behovet og hvordan hun skifter mellom metodene hun bruker. Jeg har bare tatt ut en liten del av det hun forteller. Det som er spesielt for henne som diakon er at hun bruker metoder fra å spørre direkte til å bare lytte, alt etter en vurdering at hva konfidenten trenger. Uansett metode er det tydelig at konfidentene har fortalt henne om det som er vanskelig for dem.

Eva har også vært diakon og sjelesørger i mange år. Hun har en forsiktig og ærbødig tilnærming til konfidenten men kan også være bestemt og har ved flere anledninger sett det

som riktig å sette grenser for hva sjelesorgsamtalene kan inneholde. Hun bruker gjerne åpne spørsmål i samtalene.

Etter at man har småpratet litt spør jeg gjerne: Du hadde lyst til å snakke med meg. Kanskje du har lyst til å si litt om det. Bare et helt åpent spørsmål og så får en se hvor det fører. . .Jeg styrer samtalen på den måten at jeg prøver å stille åpne spørsmål som gjør at konfidenten kan velge å fortelle og velge å la vær. Eller utdypende spørsmål. . .Det hender jeg spør direkte: Tenker du å ta livet dit? Det er viktig å spørre hvis jeg får misstanke.

Eva mener det er viktig at hun som diakon er en invitert gjest i konfidentens liv og at det således er konfidenten som har spurt om en sjelesorgsamtale. Men hvis hun har fått vite av andre at et menneske strever med noe, så inviterer hun gjerne til en samtale. Hun er opptatt av å ikke gå for fort fram og bruker gjentakelser av det konfidenten sier og lar uttalelsen henge i luften som hun uttrykker det.

Under hvert av intervjuene med diakonene la jeg merke til hvor faglig dyktige samtlige er. Etter å ha sammenlignet deres holdning og bruk av spørsmålet som redskap, ser jeg at dette er det området der det er størst forskjeller. Etter min vurdering er det her den enkeltes personlighet kommer tydeligst til syne. Hver diakon har sin individuelle stil som slår ut i ulik bruk av spørsmålet som redskap. Det som er overraskende er at ifølge det diakonene forteller ser hver metode ut til å virke. Samtlige diakoner forteller om sjelesorgsamtaler der konfidenten har fått snakket om vanskelige emner. Vi vet selvfølgelig ikke om andre metoder kunne ha ført til enda mer åpenhet fra konfidentens side. Vi vet heller ikke om det hadde vært forskjell på hvordan konfidenten hadde følt seg møtt.

I sjelesorglitteraturen finnes det mer om å lytte enn om å spørre. En av de få som sier noe om spørsmål er Michael Jacobs (2000:15). Han sier at spørsmål bør holdes på et minimum med mindre man har en spesiell hensikt med dem. Hvis det er for å åpne opp et område så bør man bruke åpne spørsmål sier han. Her er Jacobs uttalelser på linje med innholdet i konfidentsentrert sjelesorg som har et ensidig fokus på åpne spørsmål, gjentakelser og oppsummeringer (jfr. kapittel 4.9). Okkenhaug (2002) har noe om spørsmålet som et viktig redskap, men dette er meget begrenset (kapittel 4.9). Den empiriske studien fra USA viser at åpne spørsmål, oppsummeringer og kvalifisert gjetning virket åpnende på kommunikasjon. Etter min vurdering er spørsmålet et viktig redskap. Det er også viktig at vi ikke bruker spørsmålet uten å reflektere og være bevisst på bruken. Når jeg ser på intervjuene med diakonene vil jeg gå så langt som til å si at med to unntak så vegrer de andre diakonene seg for å bruke spørsmålet, med unntak av åpne spørsmål. De to som sier at de bruker spørsmålet

i sjelesorgsamtalen bruker disse bevist når de mener det vil bringe konfidenten videre i selverkjennelse og selvinnsikt. Det er nesten som at jeg ved å fokusere på spørsmålet som redskap har fokusert på noe som alle bruker men ingen snakker om. Kanskje er det sånn at det ikke er ”faglig korrekt” å fokusere på spørsmålet som redskap? Den konfidentsentrerte sjelesorgen benytter seg hovedsaklig av en gruppe med spørsmål og de er ikke aktive, men absolutt passive (kapittel 4.9). Det kan se ut til at en av de få gangene det er lov til å spørre om noe direkte er ved selvmordsfare. Hvis dette er eneste gangen det brukes spørsmål er det en viss fare for at diakonen er så utrenet at det blir vanskelig å stille spørsmålet på en god måte.

### 6.3.6 Styring av samtalen

Styring av samtalen er et område som henger nøye sammen med spørsmålet som redskap. Det er allikevel interessant å se på dette separat for å få innblikk i hvor bevist denne delen av prosessen er og hva diakonene gjør.

Are ser på seg selv som en medvandrer i sjelesorgprosessen og ønsker ikke å styre for mye. Han stiller åpne spørsmål og ser dette som en måte å ikke styre på. Han mener at han på denne måten gir styringen over til konfidenten og dette er bevisst. Han gjør det fordi han mener det er konfidenten som skal ha styringen med samtalen.

Bo sier at han vet at han styrer samtalen mye. Hans mål er å gjøre det mest mulig bevisst. ”Ved å spørre spesielle spørsmål så har du også styrt. Selv om spørsmålene er åpne så har jeg lagt en styring for det.” sier han. Han ser det som et mål å ikke være overstyrende.

Caia mener at en sjelesorgsamtale skal være på konfidentens premisser. Hun mener det er den som er i sjelesorg som skal bestemme hva det skal snakkes om. ”Men noen ganger er det jeg som styrer” sier hun. Hvis det er noe hun kunne tenke seg at konfidenten kunne hatt nytte av å snakke om, men som hun føler at han ikke vil snakke om, så lar hun det være av respekt for konfidenten.

Dina lar konfidenten få god tid og flere samtaler. Når tilliten og kontakten er opprettet styrer hun sjelesorgsamtalen bevist.

Eva sier at hun styrer nok litt. ”Jeg styrer samtalen på den måten at jeg prøver å stille åpne spørsmål som gjør at konfidenten kan velge å fortelle og velge å la vær. Eller utdypende spørsmål.” Vi ser her at Eva ser åpne spørsmål som en måte å styre på.

I dette materialet er det forskjell mellom diakonene blant annet i synet på åpne spørsmål. Are mener at åpne spørsmål er en måte å ikke styre på. Bo mener at han styrer også

ved å stille åpne spørsmål fordi det kommer an på hva slags åpne spørsmål. Eva mener også at hun styrer ved åpne spørsmål, men hun legger samtidig vekt på å respektere hvis konfidenten ikke vil fortelle. De to andre diakonene kan sies å ha mellomstandpunkt her. Noe som diakonene har felles er imidlertid at de respekterer konfidentens grenser. Samtlige diakoner med unntak av én mener at de styrer sjelesorgsamtalen, men legger litt forskjellige ting i måten å styre på. Det kommer også fram i intervjuene at det å styre sjelesorgsamtalen er en del av prosessen med å finne ut av hva konfidenten trenger å snakke om. Hva er konfidentens ønske og hva er hans behov? Det er alle diakonene opptatt av på hver sin måte.

Det er viktig å ta med i betraktningen at man kan styre samtalen på mange andre måter enn å stille spørsmål. Men hvis vi ser på spørsmålet som styringsredskap så er diakonene uenige i om åpne spørsmål er en måte å styre samtalen på. Jeg har sett på sjelesorglitteraturen og kan ikke finne noe i den litteraturen jeg har gjennomgått til oppgaven som sier noe om dette. Jeg har heller ikke funnet noe i den teorien jeg samlet inn under praksis ved KR. Da er det bare igjen å bruke min egen erfaring fra arbeid med mennesker. Slik jeg vurderer det kan åpne spørsmål være både styrende og ikke. Hvor styrende de er kommer an på typen spørsmål og hvordan de stilles. Men det skal sies at å stille et helt åpent spørsmål som ikke er styrende er svært krevende. Jeg vurderer det til at et åpent spørsmål har et større potensial til å være styrende enn det vi tror når vi stiller det.

### 6.3.7 Sjelesorgretninger

I prosessen med å studere diakoniens mange sider har sjelesorgretningenes innhold og hva dette innebærer for sjelesorgsamtalen opptatt meg stadig mer. Intervjuene med diakoner med lang sjelesorgerfaring var en unik mulighet til å få et innblikk i hvor de står i forhold til den teoretiske tilnærmingen til sjelesorgen, og om dette har innvirkning på hvordan de utøver sjelesorg i dag. Hvis de er bevisste på dette ville det kunne ha stor innvirkning på gjennomføringen av sjelesorgsamtalen. Jeg tar her fram sitater som kan belyse diakonenes forhold til sjelesorgretningene. Bildet er komplisert, så det har gjort det nødvendig med en samling av sitater fra flere steder i intervjuene til hver enkelt.

Noen er fulle av kristen tro og de bare ønsker å høre fra bibelen om hva Gud sier om det og trenger å få høre evangeliet på nytt. Så det er veldig forskjellig. Det hører og til bestillingen på en måte.... Andre vil mer ha en samtale....Men jeg sitter ikke å bruker bibelen masse men jeg bruker kanskje det kristne menneskesynet....Men igjen er det viktig at personen du snakker med får styre....Som diakon tenker jeg at da representerer jeg kirka....Da må

jeg spørre såpass åpent at de ikke føler at det blir et press på at nå skal diakonen få lov til å lese noe for deg....Jeg spør: Hva vil du jeg skal gjøre for deg? Jeg tilpasser sjelesorgmetoden etter bestillingen. Jeg bruker litt fra flere retninger og erfaring. (Are)

Are sier eksplisitt at han velger sjelesorgmetode fra flere retninger i sin praksis. Han bruker sin erfaring og tilpasser sjelesorgmetoden etter hva konfidenten ønsker. Han er forsiktig med å påtvinge konfidenten bibelord og bønn.

Kristen sjelesorg må ikke avsluttes med bibel og bønn. Så det tar jeg der og da. Noen ganger skjønner jeg at det hadde vært veldig fint. Nesten er forventning også...Andre ganger spør jeg ikke i det hele tatt fordi det ikke føles naturlig....Jeg er inspirert av den Trinitariske sjelesorgen hvor man tenker hele mennesket. Det gir en god åpenhet hvor man kan være god kristen sjelesørger uten bønn for vi er jo i guds virkelighet allikevel. Jeg mener at jeg klarer å formidle det ved den jeg er. Person og rolle. Jeg representerer jo kirken i denne sammenhengen og det vet folk....Jeg håper å formidle den gudssammenhengen ved den jeg er og ikke så mye gjennom brudd med bibel og bønn. At jeg bærer den med meg selv om jeg ikke snakker så mye om det. (Bo)

Bo uttaler at den trinitariske sjelesorgen er mest dekkende for hans teoretiske ståsted og sjelesorgsyn. Han er den eneste som har en klar sjelesorgpreferanse. Han tar avstand fra kerygmatiske sjelesorg og ønsker ikke en standard med brudd i samtalen med bibelord og bønn. Han er svært bevisst på at han formidler en gudssammenheng med den han er i sjelesorgen og ellers.

Det kristne perspektivet er viktig. Noen ønsker bibelord og bønn. De aller fleste samtaler mine har ikke det i seg. Mulig at jeg er litt for forsiktig med det. Det er bedre å være for forsiktig enn å gjøre overtramp. De fleste samtaler jeg har handler ikke i første rekke om gudsforholdet. Noen ganger synes jeg at det blir unaturlig at jeg skal ha det med bare for å ha det med. Men hva jeg gjør for meg selv i bønn...Men det hender jo at det blir bibelord og bønn men da ber de om det selv....Når mennesker er i en sårbar situasjon er jeg forsiktig med å gjøre noe de ikke har lyst til. (Caia)

Caia er en forsiktig diakon. Hun avpasser sjelesorgmetoden etter behovet til den som kommer. Hun ville ikke drømme om å påtvinge noen bibelord og bønn men stiller gjerne opp med dette hvis konfidenten ønsker det.

Jeg har sjelesorgsamtaler uten å snakke om Gud. Det er ikke det første jeg snakker om. Mange ganger tenker jeg at det får de bringe litt på bane selv. Jeg må høre hva de sier. Noen har et sterkt forhold til Gud, de har masse Gud i seg. Da snakker vi mye om Gud og tryggheten og alt det der. Noen har kristne tanker....Jeg er kjempebevist på hvor jeg står. Jeg er ingen radikaler....Selv om du ikke sitter og forkynner i ord så vet de hvor de er kommet....Hvis det ligger til rette slik at det er helt tydelig at dette vil konfidenten så er det

klart at da ber jeg. Men det er i de færreste tilfellene. Da kan jeg også finne opp et bibelord.... Men jeg lar vær å be oftere enn jeg ber. (Dina)

Dina har mye erfaring og velger også sjelesorgmetode etter konfidentens behov. Hun føler seg like mye hjemme i en samtale om gudstro som i en samtale om store livsutfordringer. Hun markerer en klar avstandtagning til kerygmatiske sjelesorg.

Vil du at vi skal be sammen mot slutten? Det kan være litt avhengig av hvordan samtalen har forløpet. Hvis du merker at det er en undertone som ligger der på et vis, så hender det at jeg tester det ut med at: Har du noen tro eller...Jeg prøver å være litt sånn fangende på det. Siden du er kommet til meg som jobber i kirken kanskje det er noe du har lyst til å snakke om. Og det der med bønn. Hvis jeg merker at de er positive til det så ber jeg bare en kort bønn. (Eva)

Eva føler seg fram og stiller gjerne opp med bønn, men hun har en forsiktig stil hvor hun legger vekt på å finne ut hva som er konfidentens verdigrunnlag for ikke å påtvinge noen bønn. Hun avpasser også sjelesorgmetodene etter konfidentens behov.

Jeg har ønsket å gi et bredt bilde av hvor diakonene står i forhold til sjelesorgretningene. Resultatet var både overraskende og interessant etter min vurdering. Etter mange års sjelesorgpraksis var det kun én som gav uttrykk for at han hadde gjort et klart valg her. Han fortalte at han var mest inspirert av Den trinitariske sjelesorgen hvor man tenker hele mennesket. Ingen av de andre kunne si at det var en spesiell retning de brukte. Samtlige ga uttrykk for at de plukket litt fra flere retninger og at de brukte sin erfaring i utstrakt grad. I tillegg til dette var konfidentens behov viktig for valg av metode.

Jeg tar nå opp igjen det andre leddet i min problemstilling: ”Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?” Sjelesorgteoretikere har skrevet bøker om sjelesorgens forskjellige retninger. Grevbo (2006) har funnet så mye som 8 retninger. Okkenhaug (2002) har slått dem sammen til tre. Jeg har lagt fram omriss av de tre i kapittel 4.1. Så viser det seg at det kun er én av de diakonene jeg intervjuet som har gjort et valg i forhold til sjelesorgretninger. Den trinitariske sjelesorg som vedkommende har valgt er absolutt en middelvei og ingen ekstrem variant. Sjelesorglitteraturen er slik vi ser det hos både Grevbo og Okkenhaug konsentrert om sjelesorgretningene og hva de inneholder og konsekvenser for utførelsen av sjelesorgen. Det er lite plass i denne litteraturen for at det er mulig å ikke velge og ikke ha en spesiell retning som du opererer innenfor. Dette blir en merkelig situasjon slik jeg ser det, der sjelesorglitteraturen er konsentrert om sjelesorgretningene mens den praktiske sjelesorgen ikke er opptatt av dette i særlig stor grad. Sett i forhold til det fire av de fem

diakonene jeg har intervjuet sier de gjør, må det være riktig å slutte at sjelesorgretningene ikke hadde noen reell betydning. De praktikerne jeg intervjuet lar seg ikke styre av sjelesorgretninger, sier de, men tar sine valg ut fra helt andre kriterier. Mange av de kriteriene de velger etter er omhandlet foran i analysen av undersøkelsen.

Foran har jeg analysert og drøftet det diakonene sier at de gjør i forhold til valg av sjelesorgretninger. Det er mulig å legge inn et nytt lag av iakttagelser på dette området. Jeg så på hva diakonene faktisk gjorde. Jeg må ta det forbehold at jeg fortsatt bare hadde det de sier at de gjorde å gå ut fra. Jeg tok for meg de delene av materialet der diakonene fortalte om forløpet av sjelesorgsamtaler og rekker av samtaler. Jeg så ikke så mye på hva de sa at de gjorde som hva de faktisk gjorde så langt dette er mulig. Jeg vil nå ta fram noen uttalelser som jeg ser som uttrykk for faktisk handling.

Are sier: ”Men igjen er det viktig at personen du snakker med får styre og at du er den som legger til rette med at du spør: Er det noe du har tenkt på i dag?” Bo forteller om emner som kommer opp på slutten av en samtale: ”Da kan jeg tenke at neste gang må vi snakke mer om dette her. Men neste gang så er det et annet tema som kommer opp.” ”Men jeg bestemmer ikke hva det skal snakkes om. For meg er det viktig at de som er i sjelesorg får bestemme hva de skal snakke om” sier Caia. Eva sier: ”Så det går på å være tilstede. Være i nærhet og være tilstede sånn at det kan komme det som ligger der.”

Dette er en liten bukett med uttalelser som kan representere et gjennomgående handlingsmønster hos diakonene. Materialet er mye større enn dette. Utgangspunktet for samtlige diakoner er at det er konfidenten som styrer og bestemmer. Alle har teknikker for å hjelpe konfidenten på vei og teknikkene kan variere. Noen snakker mye om Gud og tro men det er bare hvis konfidenten ønsker det. Det er ingen som lager brudd i samtalen for å be og snakke om Gud hvis ikke konfidenten ber om det. Det er ingen som viser til Gud hvis de ikke er sikker på at konfidenten har en gudstro.

Jeg vil lene meg til Berit Okkenhaug (2002) og min gjengivelse av sjelesorgretningene i kapittel 4.1 og 4.9 vedrørende spørsmålet i konfidentsentrert sjelesorg. I den konfidentsentrerte sjelesorgen er det konfidenten og hans liv som står i sentrum for relasjonen. Denne retningen har tradisjonelt lånt mye fra psykologi og kontakten kan tendere mot behandling. Når jeg ser denne enkle sammenfatningen i lys av det diakonene har fortalt om sin sjelesorgpraksis så er det en god beskrivelse av det som foregår, så langt jeg kan bedømme det. Ved å se på det totale bilde av det diakonene faktisk gjør finner jeg overhode ikke spor av kerygmatiske orientert sjelesorg (kapittel 4.1). Jeg finner kun spredte spor av Kirkelig orientert tros- og livshjelp. Sporene går mer på diakonens måte å tenke om det de



gjør enn det de praktisk gjør. Så langt jeg er i stand til å vurdere diakonenes praksis er det konfidentsentrert sjelesorg som er mest dekkende for det de fem diakonene jeg har intervjuet utfører.

For meg er dette resultatet overraskende. Resultatene har også noen implikasjoner. Mitt eget ståsted er i den kirkelige tros- og livshjelpen. I denne retningen ligger det en sterk forankring i det kirkelige fellesskapet og ikke minst at diakonen gjennom sin sjelesorg skal vise til Gud. Jeg oppfatter det ikke slik at vi som sjelesørgere kun skal vise til Gud for dem som allerede tror. Av undersøkelsen (kapittel 6.5.7) går det fram at de fleste diakonene snakket om Gud med dem som trodde eller gav uttrykk for et behov. Er det ikke nettopp hos de som ikke tror hvor behovet for å vise til Gud er størst? Jeg mener det er mulig å vise en frimodighet, der forholdene ligger til rette for det, slik at vi våger å peke på Gud. Det er samtidig viktig å ta vare på den enkelte og la konfidentens behov være førende. Sjelesørgers maktposisjon i kraft av å være sjelesørger må også tas med i betraktningen. Men kanskje kan vi være så forsiktig som sjelesørgere, noen ganger, at gudsdimensjonen går tapt i vår ”oversettelse”. Jeg er redd for at det kan være en mulighet for at dette skjer hvis sjelesorgen i hovedsak blir konfidentsentrert.

## 7 Drøfting og konklusjon

### 7.1 Tilbakeblikk

Vi læres opp til å ikke se menneskene rundt oss fra tidlig alder, slik jeg ble lært opp av min mor (kapittel 2). Hun var tydelig og derfor husker jeg det, og senere kunne jeg bruke opplevelsen til å forstå noe om vår sosialiseringssprosess. Etter et yrkesliv i sosialsektoren kan jeg si at med de fleste brukere blir det bare å berøre overflaten av noen av deres livs opplevelser. Hvordan skal vi da kunne hjelpe dem? Hvordan skal vi da kunne finne dem der de er, slik Kierkegaard så treffende skrev det en gang. Det er derfor min oppgave heter: ”Er det noen som hører meg?” Eller slik en overgrepsutsatt sa det: ”At ingen forstod! Men jeg sa jo det – den gangen. En annen gang sa jeg det også. Ingen hørte. Til slutt sa jeg ingen ting.” I sjelesorgen har vi mulighet til å være med på å bryte denne muren av taushet. Her kan vi gi mennesker den oppmerksomheten som skal til for å finne mennesket der det er. Det er derfor jeg ønsket å undersøke: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?”

Jeg valgte å begynne min vandring i dette landskapet dit mennesker søker når de har noe svært vanskelig de ønsker å dele med noen. I min fordypningspraksis på Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep (KR) lærte jeg om samtaler med overgrepsutsatte og hva de trenger for å kunne snakke. Jeg har aldri følt meg så hjemme både teoretisk og følelsesmessig som der. Jeg skjønner nå at grunnen er at de ansatte ved KR har satt ord på og systematisert mye av den kunnskap jeg selv satt inne med som taus kunnskap (kapittel 4.11). Mye av denne tause kunnskapen ble mindre taus under fordypningspraksisen. Jeg fikk et innblikk i hvordan KR kan tilby både sjelesorg og terapi i forhold til en faglig vurdering av behovene til den enkelte. Jeg fikk se litt av hvor dyptgripende traumeterapi er og fikk stor respekt for dette arbeidet. I sjelesorgen kan overgrepserfaringer og andre vanskelige opplevelser bearbeides hvis vi passer på å ikke spørre etter detaljer og gå for dypt inn i opplevelsen. Dette er erfaringer som vil gjøre meg i stand til å våge å snakke med mennesker om slike opplevelser. Jeg har samtidig fått et erfaringsmateriale og mye faglitteratur, basert direkte på arbeid med overgrepsutsatte, som jeg har brukt i fortolkningen og drøftingen i oppgaven. Jeg har kalt dette med et samlebegrep for KR teori.

Gjennom oppgaven fikk jeg mulighet til å fordype meg i mye interessant faglitteratur. Litt av dette har jeg tatt med i kapitlet hvor jeg har befunnet meg i sjelesorgens landskap (kapittel 4). Her har jeg vandret rundt mellom ulike typer teorier og også tatt med noe teori fra

tilgrensende områder. Dette gjorde det mulig for meg å velge en kvalitativ forskningsmetode som grunnlag for undersøkelsen. Å kunne intervju de fem diakonene har vært et stort privilegium. De har lært meg mye gjennom sine fortellinger. Svarene var mangfoldige og jeg stiller nå spørsmålet om jeg fikk svar på min problemstilling?

## 7.2 Fikk jeg svar på problemstillingen?

Første del av problemstillingen lyder som følger: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale?” Jeg vil begynne med å ta for meg denne første delen av problemstillingen og besvare den med å lage en idealtipe basert på alle diakonenes svar. Jeg vil bruke ”diakonen” og ”hun” for å representere alle diakonene i undersøkelsen.

Som forberedelse til sjelesorgsamtalen legger diakonen vekt på å ha en stille stund før samtalen for å konsentrere seg og tømme hodet for tanker som kan virke forstyrrende. Hun mener det er viktig å stille med et åpent sinn og ikke være forutinntatt. Så ber hun en bønn før samtalen mens hun enda er alene. Hun føler og vet at Gud er med i samtalen. De er alltid tre. Samtalerommet er rolig og pent innredet. Noen ganger er det hjemme hos konfidenten. Da tar diakonen av seg på bena før hun går inn. Hun legger vekt på dette ritualet. Det ligger en ærbødig holdning overfor å tre inn i et menneskes liv i dette. Hvis dette er et menneske diakonen har hatt samtale med før så bruker hun litt tid på å hente opp i hukommelsen det hun og konfidenten snakket om forrige gang. Hvis det er første gang tenker hun på at hun skal være fokusert på å gi konfidenten full oppmerksomhet.

Første del av kontakten går alltid på å bygge opp tillit sier diakonen. Noen ganger tar det lang tid og andre ganger kort tid. Hun bruker sin intuisjon og sitt følelsesapparat for å finne ut hva som skal til i denne prosessen. Hun tar det ikke som en selvfølge at konfidenten skal føle tillit til henne. Hun føler seg fram. Hun venter en stund med å spørre etter bestillingen, altså hva hun kan gjøre for konfidenten. Hun tror han må få tid til å føle om han har tillit til henne før hun spør.

Diakonen føler at Gud er tilstede i sjelesorgsamtalen. Hun ber ofte en bønn inne i seg underveis i samtalen. Hun gjør dette hvis hun føler behov for støtte eller hjelp til samtalen. Diakonen er forsiktig med å bringe opp Gud i samtalen. Hun håper at konfidenten oppfatter at siden hun representerer kirken så kommer hun på vegne av Gud. Det er først hvis konfidenten bringer opp gudsforholdet at diakonen føler at hun kan snakke om det.

Diakonen bruker seg selv som ressurs i sjelesorgsamtalen. Derfor går hun til sjelesorg/veiledning for å kunne arbeide med seg selv i yrkesrollen og få støtte i vanskelige situasjoner (kapittel 6.3.3). Spesielt i krevende sjelesorgsamtaler om vanskelige tema ser diakonen det som viktig å kunne gå til veiledning. Å gå til veiledning gjør diakonen sikrere på egen rolle som sjelesørger. Noen ganger er dette ekstra nødvendig blant annet når konfidenten har behov for mer enn diakonen kan yte. Da er diakonen ute og sier fra til konfidenten om hva som er hennes kvalifikasjoner og område. Hun henviser videre til fastlege og fagfolk med psykiatrisk kompetanse hvis dette er nødvendig.

Diakonen er opptatt av å ha konfidenten i fokus under hele sjelesorgsamtalen. Å være god til å lytte er viktig for diakonen. Hun føler at ved å lytte til konfidenten har hun ham i fokus på en god og riktig måte. Noen ganger lytter jeg bare og noen ganger må jeg hjelpe til i samtalen og delta mer aktivt. Men det er sjelden diakonen som er førende. Hun er opptatt av å ikke være overstyrende. Diakonen føler at hun er gjest i et annet menneskes liv og er opptatt av at hun er en invitert gjest. Hun har som rettesnor at hvert menneske er unikt og må behandles som det. Konfidenten har alltid en bestilling, noe han ønsker å snakke med diakonen om. Noen diakoner spør om denne bestillingen ganske raskt andre venter til de føler at tillitsforholdet er etablert. Diakonen har en tanke om at det er godt for konfidenten å få fortalt sin historie. Noen lurer historien ut og andre bruker direkte spørsmål. Uansett framgangsmåte er diakonen opptatt av den kraften det ligger i å høre seg selv fortelle til et annet menneske.

Spørsmålet er et viktig redskap for alle diakonene. Her er det ikke mulig å sette opp en idealtipe. Her kan vi si at hver diakon har sin idealtipe. Det som alle bruker er åpne spørsmål, oppsummeringer og halve uttalelser som konfidenten kan fullføre. Noen bruker bare dette, andre bruker en del direkte spørsmål når de føler det er riktig. Dette henger nøye sammen med om diakonen styrer samtalen. Her spriker også framgangsmåtene. Noen mener de ikke styrer men bare stiller åpne spørsmål og at det ikke er å styre. Noen mener de styrer også med åpne spørsmål og andre styrer bevisst med en kombinasjon av åpne og mer direkte spørsmål.

Så langt idealtyper, og de stedene der det ikke er mulig å sette opp en idealtipe. Så vidt jeg kan vurdere fikk jeg et meget fyldig svar på min problemstilling. Den enkelte sjelesorgsamtale er en prosess som skapes i øyeblikket i dialog mellom konfident og sjelesørger. Slik blir det mulig å åpne seg og fortelle om det som er mest vanskelig for konfidenten. Videre vil jeg drøfte noen områder der materialet er overraskende eller der materialet spriker i flere retninger.

### 7.3 Hva er det som driver sjelesorgprosessen?

Vi har nå sett på en idealtipe som viser mye av det diakonene mener er viktig i sjelesorgprosessen. Det er disse redskapene diakonene bruker når de skal gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig. I materialet fra intervjuene går det tydelig fram at det er forskjellig hvordan en sjelesorgprosess utvikler seg. Diakonene beskriver det som at det er viktig å se det enkelte menneske og at ingen er like. De legger vekt på å se det unike i hver enkelt konfident. Men hva er det da som gjør at prosessene blir forskjellige selv med samme sjelesørger? Jeg vil nå se på noen av de forhold som spiller inn. Det vil si noen av de forhold som får diakonene til å velge forskjellige metoder for å gi hver enkelt konfident mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig.

Flere av diakonene har vært inne på intuisjon og at de føler hvor langt konfidenten ønsker å gå i samtalen. Mange av uttalelsene i intervjuene går på at sjelesorgløpet blir til i diakonens kontakt med konfidenten og i respekt for konfidentens behov og personlighet. Det er noe verdifullt i at det er mulig at hver sjelesorgsamtale kan bli forskjellig og tilpasset konfidenten. Jeg stiller spørsmålet: Hva er det som gjør at hver sjelesorgsamtale blir forskjellig? Jeg har vært inne på det før. Diakonen bruker seg selv som redskap og ressurs (kapittel 6.3.3). Men hva er det som gjør dette mulig? Her føler jeg at jeg er inne ved kjernen av problemstillingen. Hva gjør diakonen for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Jeg har fått mange svar som er gjengitt i analysen av intervjuene. Men hvordan er dette mulig? Jeg vil bruke det jeg la fram i kapittel 4.10 om begrepet empati for å utforske om noe av svaret er å finne her.

Stoffet om empati er hentet fra Ulla Holms (2005) bok ”Empati. Å forstå menneskers følelser.” Vi husker at hun la vekt på den profesjonelles evne til å bygge opp en konstruktiv relasjon til den hjelpsøkende. Dette har de diakonene jeg intervjuet forstått og indikasjonene på dette er mange i materialet fra undersøkelsen (kapittel 6.3.1). Holm mener at indre kompetanse også er viktig. Denne kompetansen hviler på psykologisk og sosial kunnskap, erfaring fra kommunikasjon med hjelpetrengende og til sist selvinnsikt. Noen diakoner har vært opptatt av dette og gikk derfor i sjelesorg eller til annen type veiledning. Dette er de også opptatt av ved Kirkens Ressurssenter (kapittel 3.4). Jeg vil her gjenta Holm sin beskrivelse av empati: ”Dette innebærer evnen til å sette seg inn i og forstå et annet menneskes følelser og psykiske situasjon.” (2005:42). Den empatiske evnen har en sentral plass i profesjonell

innstilling, sier Holm. Vi husker at hun beskriver empati som at man får kunnskap eller innsikt om en annens følelsetilstand. Hun berører en vanlig misforståelse når hun sier at intuisjon og empati ofte blir blandet sammen i dagligtale, og hun beskriver forskjellen: ”Men empati når man frem til et annet menneskes følelser, med intuisjon får man for eksempel ideer, impulser og løsninger på intellektuelle problemer.” (2005:89f). Etter denne klargjøringen er det tydelig at det noen av diakonene kaller intuisjon, eller at de føler hvor langt klienten ønsker å gå, alt sammen er empati. Etter min vurdering må empati være av stor betydning og styrende for diakonens valg av metoder i den enkelte sjelesorgsamtale. Men det er neppe alt.

Som vi husker fra kapittel 4.11 har Gus Strømfors skrevet en rapport om taus kunnskap (2004). Jeg vil nå rekapitulere noen sentrale punkter. Hans beskrivelse av det ubeviste som skjer med den profesjonelle hjelper i arbeid med mennesker er viktig. ”I møtet med den enkelte klient tar den ansatte i bruk en form for praksiskunnskap som er utviklet fra egne praksiserfaringer, eller overført fra det fagmiljøet den enkelte er en del av.” Dette kan blant annet kalles taus kunnskap. Det er nettopp det at denne kunnskapen er u-uttalt, usagt og ikke formulert som gjør den taus. ”Evnen til å tolke og vurdere situasjoner og til å handle, utvikles gjennom praksis eller gjennom utøvelsen selv.” Han har beskrevet prosessen slik: ”lagrer i oss selv en form for praksisrepertoar av eksempler, bilder og tolkninger og handlinger fra tidligere situasjoner vi har stått oppe i.” (ibid). Her har Strømfors oppdaget og klart å sette ord på prosesser som mange ikke har innsikt i. For meg ga dette en dypere forståelse av hvilke grunnleggende prosesser som gjør det mulig for fagfolk å handle faglig. Jeg ser nå bedre den kompliserte veven som er grunnlag for det diakonene gjør i en sjelesorgsamtale. Etter min vurdering må det være denne type prosesser med anvendelse av taus kunnskap som sammen med empati gjør det mulig for diakoner å innrette sjelesorgsamtalen med den enkelte etter konfidentens behov.

Sagt på en annen måte, stilen til de enkelte diakoner er åpenbart forskjellig (ulike). Det som er felles for dem alle er at de justerer og fininnstiller metoder og framgangsmåte etter konfidenten. Her ser det ut for meg til at de bruker sjelesorgfaget og kombinerer det med sine tidligere erfaringer. Inn i dette bruker de alle sine følelser og intuisjon, det vil si empati. De lytter til konfidenten og lytter samtidig til sine egne reaksjoner. Disse bruker de når de avgjør sin egen respons og reaksjonsmåte. Det er slik jeg ser det nettopp dette Strømfors beskriver som taus kunnskap. Det nye svaret på første del av problemstillingen blir da: Diakonene jeg intervjuet bruker sjelesorgfaglig kompetanse, empati og taus kunnskap for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale.

#### 7.4 Sjelesorgretninger, teori eller praksis

Andre del av min problemstilling lød som følger: ”Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?” Prosessen viser selvfølgelig tilbake på første del av problemstillingen som er: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale?” Under kapittel 6.3.7 fant jeg at sett i forhold til det de fleste av diakonene jeg har intervjuet sier, må det være riktig å slutte at sjelesorgretningene ikke er særlig praktisk relevante. Jeg gikk videre på dette for å se på diakonenes praksis så langt dette er mulig med intervjuene som grunnlag. Jeg vurderte praksisen i forhold til de tre sjelesorgretningene ifølge Okkenhaug. Jeg fant at så langt jeg er i stand til å vurdere diakonenes praksis, er det konfidentsentrert sjelesorg som er mest dekkende for det de fem diakonene jeg har intervjuet utfører. Dette er et paradoks. Diakonene sier at de ikke følger noen sjelesorgretning, men praksis tyder på at de utfører konfidentsentrert sjelesorg. Kan dette ha noe med at konfidentsentrert sjelesorg i dag ikke har den prestisjen den en gang hadde? På syttitallet og åttitallet var konfidentsentrert sjelesorg i framvekst. Siden den gang har retningen blitt kritisert for å ha overdreven tro på menneskets egne muligheter (Okkenhaug 2002:27). Samtalene er individualistisk orientert og trekker sjelden på fellesskapet. Når alt skal forstås ut fra konfidentens virkelighet kan møtet med Gud stå i fare for å bli borte (ibid). ”Mye av den konfidentsentrerte sjelesorgen har de senere årene arbeidet aktivt i retning av en sterkere kirkelig tilknytning.” skriver Okkenhaug. Sett i forhold til denne kritikken er det ikke lett å si at man er for en konfidentsentrert sjelesorg i dag i 2011. En annen mulighet er at den kirkelig orienterte tros- og livshjelpen fortsatt har mye av innholdet i konfidentsentrert sjelesorg i seg. I tilfelle kan det være mulig at dette skaper et uklart grunnlag for bedømmelsen av hvilken sjelesorgretning som utføres i praksis. Jeg vil her ta utgangspunkt i det faktum at flere av diakonene har uttalt at de er forsiktige med å dytte på konfidenten en tro de ikke har når de er i en sårbar situasjon. De er alle opptatt av at de ikke vil misbruke sin makt som sjelesørgere. Spørsmålet blir da om det er maktmisbruk å vise til Gud når konfidenten er i en sårbar og vanskelig situasjon, hvis han ikke gir uttrykk for tro? Her er vi muligens ved kjernen i forholdet mellom konfidentsentrert sjelesorg og kirkelig orientert tros- og livshjelp. Slik jeg ser det er vi også her ved kjernen i et vanskelig valg sjelesørgere står i når de har sjelesorgsamtaler. Når er det riktig å vise til Gud? Kan det å vise til Gud være maktmisbruk og føre til låsing av muligheten for videre god utvikling i

sjelesorgsamtalen? Eller er det unødvendig å vise eksplisitt til Gud, siden samtalen foregår i en kirkelig kontekst og på vegne av menigheten? Dette er store spørsmål som krever en inngående drøfting for å finne svar, om det er mulig. Jeg stiller bare spørsmålet i denne sammenheng.

Jeg tar nå opp igjen andre del av problemstillingen: ”Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?” Én diakon har valgt sjelesorgretning. Alle bruker litt fra flere retninger. Med denne forståelsen kan det være riktig å si at sjelesorgretningene ikke er særlig relevante for de fleste diakonene jeg intervjuet. Med utgangspunkt i undersøkelsens empiri er det konfidentsentrert sjelesorg som er mest dekkende for den sjelesorgen som blir utført.

## 7.5 Konklusjon

Min problemstilling ved inngangen til denne oppgaven var: ”Hva gjør diakoner for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale? Påvirker diakonens teoretiske orientering prosessen?” Svaret på dette er: Diakonene jeg intervjuet bruker sjelesorgfaglig kompetanse, empati og taus kunnskap for å gi konfidenten mulighet til å snakke om det som er mest vanskelig i en sjelesorgsamtale. Én diakon har valgt sjelesorgretning. Alle bruker litt fra flere retninger. Med denne forståelsen kan det være riktig å si at sjelesorgretningene ikke er særlig relevant for de fleste diakonene jeg intervjuet. Med utgangspunkt i undersøkelsens empiri kan man si at det er det konfidentsentrert sjelesorg som blir utført i sjelesorgsamtalene.

## Litteraturliste:

- Anstorp, Trine, Hovland, Beate Indrebø og Torp, Elisabeth (red.)(2003). *Fra skam til verdighet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Bergem, Anders (2008). *”som epler av gull...”*. Oslo: Kolofon.
- Bibelen (2006). GT 1978/85. NT 2005. Det Norske Bibelselskap.
- Bunkholt, Marit (2007). *Møtet med den andre. Tekster av Hans Stifoss-Hanssen*. Oslo: Det praktisk-teologiske seminars skriftserie 13.
- Engedal, L. G. (1994). Guds hjerte og menneskets sjel. Tidsskrift for Sjelesorg 2/3. I: Okkenhaug, Berit (2002). *Når jeg ser dit ansikt*. Verbum.
- Gilje, Nils og Grimen, Harald (2007). *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Grevbo, Tor Johan S (2006). *Sjelesorgens vei: en veiviser i det sjelesørgeriske landskap*. Oslo Luther.
- Grønmo, Sigmund (2004). *Samfunnsvitenskapelige metoder*. Bergen: Fagbokforlaget.



- Henriksen, Jan-Olav (2005). Skam og begjær – En kulturanalytisk inngang til rikdom og fattigdom. I: *Det umulige nåløyet*. Henriksen, Jan-Olav og Sommerfeldt, Atle (red.). Oslo: Gyldendal, s71-86.
- Herbsmeier, E. og Iversen, H. Raun (1995). *Praktisk teologi*. Fredriksberg: Anis forlag.
- Holm, Ulla (2005). *Empati. Å forstå menneskers følelser*. Oslo: Gyldendals Norske Forlag.
- Jacobs, Michael (2000). *Swift to Hear. Facilitating Skills in Listening and Responding*. London: New Library of Pastoral Care.
- Johannessen, Asbjørn, Tuft, Per Arne og Kristoffersen, Line (2005). *Introduksjon til samfunnsvitenskaplig metode*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Kierkegaard, Søren (1963). *Samlede værker*, Bind 18. København.
- Kilpelainen, Irja (1976). *Att lyssna ock hjälpa*. Vasa: Verbum
- Løgstrup, Knud E (1969). *Den etiske fordring*. København: Gyldendal.
- Maguire, P, Faulkner, A, Booth, K, Elliott, C og Hillier, V (1996). Helping Cancer Patients Disclose Their Concerns. I: *European Journal of Cancer*. Vol 32 A nr 1.
- Okkenhaug, Berit (2002). *Når jeg ser dit ansikt*. Verbum.
- Okkenhaug, Berit (2009). *Når jeg skjuler mitt ansikt. Perspektiver på skam*. Verbum.
- Repstad, Pål (2004). *Mellom nærhet og distanse*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Rizzuto, Ana Maria (1996). Psykoanalytisk psykoterapi og sjelesorg. *Tidsskrift for sjelesorg*, 16 (2), s. 95-107.
- Stifoss-Hansen, Hans og Kalleberg, Kjell (1998). *Livssyn og helse. Teoretiske og kliniske perspektiver*. Oslo: ad Notam Gyldendal.
- Strømfors, Gus (2004). *Taus kunnskap. Faglig refleksjon over egen praksis*. Oslo: Rusmiddeletaten.
- Svare, Helge (2008). *Den gode samtalen. Kunsten å skape dialog*. Oslo: Pax Forlag.