

“Ett barn har hundre språk,  
men berøves 99...” - Loris Malaguzzi

# En studie av kroppens betydning i sjelesorgen

Av Ørjan Frøvik

Veileder: Professor Leif Gunnar Engedal

AVH 501 - Masteravhandling i diakoni - Vår 2012

Det teologiske Menighetsfakultet

# INNHALDSFORTEGNELSE

<b>1. KAPITTEL: Innledning</b> .....	5
1.1 Bakgrunn og motivasjon.....	5
1.2 Problemstilling.....	7
1.3 Materiale.....	8
1.4 Metode og disposisjon.....	9
1.5 Målsetting.....	11
<b>2. KAPITTEL: Analyse</b> .....	12
<b>2.1 Sjelesorgens egenart: En analyse av Farstads bidrag</b> .....	12
2.1.1 Innledning.....	12
2.1.2 Sjelesorgens innholdsmessige egenart: Målsetting og begrunnelse.....	12
Omsorg for hele mennesket.....	12
Viktige bidrag til sjelesorgen og sjelesørgere.....	14
2.1.3 Sjelesorgens relasjonelle egenart: Møte mellom konfident og sjelesørger.....	16
Tre mysterier.....	16
Gudebilder.....	16
2.1.4 Kroppen i sjelesorgens rom.....	18
Den tilstedeværende kropp.....	18
2.1.5 Oppsummering.....	20
<b>2.2 Sjelesorgens egenart: En analyse av Okkenhaugs bidrag</b> .....	21
2.2.1 Innledning.....	21
2.2.2 Sjelesorgens innholdsmessige egenart: Målsetting og begrunnelse.....	21
Historisk perspektiv.....	21
Trinitarisk forståelse.....	22
2.2.3 Sjelesorgens relasjonelle egenart: møte mellom konfident og sjelesørger.....	23
Mellomrommets virkelighet.....	23
2.2.4 Kroppen i sjelesorgens rom.....	25
Kroppsspråk.....	25
Den syke kroppen.....	27
2.2.5 Oppsummering.....	29
<b>2.3 Sjelesorgens egenart: En analyse av Bergems bidrag</b> .....	30

2.3.1 Innledning.....	30
2.3.2 Sjelesorgens innholdsmessige egenart: Målsetting og begrunnelse.....	31
Sjelesorgens grunnlag.....	31
Mennesket - skapt til fellesskap.....	33
Sjelesorgens omsorg rommer alle.....	35
Sjelesorgens virkelighetsperspektiv.....	36
Sjelesorg som endringsarbeid.....	37
2.3.3 Sjelesorgens relasjonelle egenart: møte mellom konfident og sjelesørger.....	38
Ytre påvirkning.....	38
2.3.4 Kroppen i sjelesorgens rom.....	39
Historisk perspektiv.....	39
Sarx - den bortvendte kropp.....	40
Kroppsspråk.....	43
Den syke kroppen.....	45
2.3.5 Oppsummering.....	47
<b>2.4 Analyse av integrativ terapi.....</b>	<b>48</b>
2.4.1 Innledning.....	48
Kilder.....	48
2.4.2 Innføring i integrativ terapi.....	49
Grunnleggende synspunkter.....	49
Vitenskapstreet.....	49
Metamodell.....	50
Terapeutisk tilnærming.....	50
Praksisteori.....	50
Utviklingsteori og personlighetsteori.....	51
2.4.3 Kroppens fenomenologi.....	53
Merleau-Ponty og den menneskelige kroppen.....	53
Den levde kroppen.....	54
2.4.4 Menneskesynet i integrativ terapi.....	57
Utdypende forklaring av Petzolds to antropologiske grunnformler.....	59
2.4.5 Kliniske perspektiver.....	60
De fem søyler.....	60
Et eksempel.....	61

2.4.6 Oppsummering.....	63
<b>3. KAPITTEL: Drøfting.....</b>	<b>65</b>
3.1 Innledning.....	65
3.2 Den fraværende kroppen i teologien.....	65
3.3 Kroppens tilstedeværelse i Okkenhaugs bidrag.....	68
3.4 Kroppens tilstedeværelse i Bergems bidrag.....	70
3.5 Hvordan kunnskap og erfaring fra integrativ terapi og andre retninger kan løfte frem kroppen i sjelesorgen.....	72
3.6 Hvordan kroppen kan bidra med å senke terskelen inn til sjelesorgens rom .....	74
<b>4. KAPITTEL: Avslutning.....</b>	<b>76</b>
4.1 Sammenfatning og konklusjon.....	76
Oppgavens begrensninger og nye problemstillinger.....	76
Mine funn.....	77
Bibliografi.....	79

# 1. KAPITTEL

## INNLEDNING

### 1.1 Bakgrunn og motivasjon

Sjelesorgens praksis bruker mange ord idet dialoger veksles mellom sjelesørger og konfident. Samtalen har som hensikt å endre menneskers tankemønstre i en retning mot et sannere og helere liv. I møte med sjelesorg, har mennesket mulighet til å endre seg når det gjelder dets egne holdninger og tolkninger, sier Bergem, og fortsetter; det vil alltid være en tanke om at det skal skje en endring hos dem som søker sjelesorg.<sup>1</sup> Sverre Stoltenberg skriver om det hele menneske, og poengterer at mennesket er en helhet bestående av ånd, sjel og kropp, hvilket er i tråd med bibelens menneskesyn.<sup>2</sup> Gunnar Elstad peker på viktigheten av å stå i rett forhold til Gud, våre medmennesker, skaperverket og oss selv, og sier videre at *“sjelesorgen skal gi hjelp til å leve rett og godt i alle disse relasjonene.”*<sup>3</sup>

Sjelesorgen har altså som formål å skape endringer for hele mennesket, slik at det kan stå i et riktig forhold til Gud, våre medmennesker, skaperverket og oss selv. Når jeg i denne oppgaven skriver om et sant og helt liv, er mitt ønske at vi i sjelesorgen skal ta høyde for alle sider ved det å være til, det å være menneske. Et paradoks for meg er at selv om vi i sjelesorgen sier at mennesket er helt, oppleves det likevel som delt. Videre sitter jeg med en opplevelse av at vi så og si kutter ut kroppen og dens betydning i sjelesorgens rom!

Det siste året har jeg hatt en deltidsjobb på en institusjon for unge mennesker med erfaring fra psykose. Her består rollen min i å være miljøterapeut for å hjelpe den enkelte ut fra deres behov. En dag jeg var på jobb forrige sommer, opplevde jeg at en av brukerne var mer urolig enn vanlig. Når dette skjer er det viktig at vi som miljøterapeuter er til stede for vedkomne for blant annet å lindre smerte og angst. Følgelig satte jeg meg ned og prøvde å føre en dialog, uten at dette hjalp i forhold til uroen. Midt i pasientens angst og håpløshet registrerte jeg at flere lyspærer var gått i korridoren. Jeg tok frem nye lyspærer som jeg ba pasienten hjelpe meg med å skifte. Han skrudde ut gamle pærer og satt inn nye, mens jeg stod ved hans side som assistent. Og det var i dette øyeblikk jeg

---

<sup>1</sup> Bergem 2008: 158

<sup>2</sup> Danielsen (red.) 2008: 247

<sup>3</sup> Elstad 1990:11

gjorde meg en bemerkning som inspirerte meg til å dykke dypere inn i hvordan kroppslig handlinger kan spille inn på vår psyke: for her stod jeg etter få sekunder, med en særdeles roligere pasient med nye og brukte lyspærer i hendene sine. Jeg ble forbløffet over hvor “enkelt” en slik simpel handling kunne knekke “koden” for å lette på trykket på menneskets avanserte hjerne.

Etter å ha vært vitne til en slik inspirerende og ikke minst effektiv hendelse hvor angsten hos et menneske er blitt redusert, har jeg i ettertid stilt meg spørsmålet om hvorfor sjelesorgen ikke, i møte med mangfoldige individer, tar i bruk tilsvarende metoder i større grad.

Videre lurer jeg på om sjelesørgere tenker at sjelesorgens konfidenter ikke er like dårlige som personen i mitt eksempel, og at det derfor heller ikke er nødvendig å ta i bruk kroppslige metoder. Tenker sjelesørgere at kroppslig terapeutiske tilnærminger ikke kan være til hjelp for konfidenten før individets problem er av en bestemt alvorlighetsgrad? Eller tenker de at slike terapeutiske tilnærminger ikke fungerer i det hele tatt? Har de for lite, eller ingen kunnskap om hvordan kroppslige hendelser kan påvirke mennesket? Eller hverken tør eller orker de å sette seg inn i hvordan slike metoder, som for seg selv gjerne er ukjente, fungerer?

Jeg synes det er interessant å sammenligne sjelesorg og psykologi med tanke på kropp som inngangsportal til menneskets psyke. Hvorfor har det seg slik at psykologien tar i bruk kroppslige terapiformer, mens vi i sjelesorgen så og si kutter ut det som omhandler kropp? I forhold til pasienter med tvangslidelser er atferdsterapi ofte et naturlig behandlingsvalg.<sup>4</sup> Ettersom psykologien drar nytte av ulike behandlingsmetoder til pasienters ulike problemstillinger, kan det tenkes at sjelesorgen i større grad er tjent med å influeres av disse.

Dersom sjelesorgen ikke vektlegger, men fjerner kroppen fra mennesket, overser den vitale deler ved det å være menneske. For å forhindre at mennesket bli delt i sjelesorgen, mener jeg det vil være tjenelig å trekke inn kunnskap og erfaring fra kroppslig terapeutiske disipliner. utfordringen for sjelesorgen, slik jeg ser det, blir å skaffe seg gode “verktøy” som kan bidra for å styrke sjelesorgens arbeid. Videre er det også viktig å vite *når* “verktøyet” skal brukes. Sjelesorgen er tjent med å se på disse to utfordringene, også når det gjelder bruk av kroppslige terapeutiske tilnærminger.

---

<sup>4</sup> [http://snl.no/.sml\\_artikkel/obsessiv-kompulsiv\\_lidelse](http://snl.no/.sml_artikkel/obsessiv-kompulsiv_lidelse) 09.01.12

Et annet punkt som jeg synes er interessant å se på når det gjelder sjelesorg, er dens tilbud og tilgjengelighet. Den kristne sjelesorg ønsker å være tilgjengelig for alle som måtte ønske det, uavhengig av tro og bakgrunn. Jeg tror flere, og kanskje spesielt ungdom og menn, synes det kan være utfordrende å søke sjelesorg ettersom samtalen foregår i et relativt sterilt rom, med en samtalepartner ovenfor seg, hvor en i tillegg gjerne skal dele noe fra livet som en skammer seg over. Videre er det jo også slik at enkelte mennesker med angst hverken klarer eller tør, sitte ovenfor et annet menneske slik som sjelesorgen så ofte er lagt opp til. Er ikke sjelesorgen ment å være for disse? I søken etter hjelp, blir gjerne det naturlige valget å kontakte psykolog. Det er bra og ofte helt nødvendig. Problemet er at det i psykologiens verden ofte ikke tas hensyn til åndeligheten som et menneske er bærer av. Dette fører til at en rekke personer utelukkende søker hjelp på arenaer hvor individet ikke får bekreftet dets åndelige tro, og som igjen resulterer til at det *hele* mennesket ikke blir sett eller hørt. Spørsmålet til alle oss som ønsker å bedre sjelesorgen vil være hvordan vi kan løfte frem det hele mennesket. Slike problemstillinger mener jeg sjelesorgen og ikke minst sjelesørgere må ta på alvor.

I forlengelsen av disse spørsmålene og utfordringene som jeg har pekt på, lurer jeg også på om terskelen inn til sjelesorgens rom kan bli lavere dersom det gis mulighet for kropp å boltre seg i et slikt forum. For hva ville skjedd dersom man i enkelte tilfeller tilsatte psykodrama, jogging, turgåing, tegning og andre kroppslige metoder som en del av utførelsen av sjelesorgen? Kunne dette vært med på å senke terskelen inn til det sjelesørgerske rom? Og ikke minst, ville slike strategier kunne hjulpet konfidenter til å leve et sannere og helere liv, hvor hele mennesket - kropp, ånd og sjel - ville vært i fokus?

## **1.2 Problemstilling**

Spørsmålene jeg har innledet med er store og brede, så det er på tide å formulere en avgrenset hovedproblemstilling for denne avhandlingen. Denne vil jeg formulere i form av to spørsmål:

**Hvilken status og betydning har kropp i kristen sjelesorg, og hvordan kan kroppen i større grad integreres i sjelesørgers arbeid?**

I forlengelsen av problemstillingen, dukker det også opp et annet spørsmål som jeg synes er relevant, og som omhandler kropp i møte med sjelesorg. Dette spørsmål vil være et sidetema:

## “Hvilken rolle kan kroppen spille for å bidra til å senke terskelen for mennesker, inn til sjelesorgens rom?”

Med disse spørsmål, ser jeg det som tjenlig å kommentere sider ved problemstillingen, og sidetemaet:

For å forsøke finne svar på problemstillingens spørsmål, har jeg utarbeidet tre forskningsspørsmål som jeg ønsker å jobbe meg gjennom i forhold til materialet i analysen:

1. *Hva er sjelesorgens innholdsmessige egenart? Målsetting og begrunnelse.* Svarene som jeg får her vil være viktige for å forstå hva kristen sjelesorg faktisk er.
2. *Sjelesorgens relasjonelle egenart: Møte mellom konfident og sjelesørger.* Her søker jeg å finne ut hvordan en skal forstå relasjonen mellom konfident og sjelesørger. Dette er viktig for å kunne si noe om hvordan vi som sjelesørgere skal handle med hele oss i møte med konfidentene. Videre glir dette tema fint over i neste spørsmål som omhandler kropp.
3. *Kroppen i sjelesorgens rom.* Gjennom dette spørsmål har jeg som mål å finne ut hvilken rolle kroppen spiller i sjelesorgen, og i det hele tatt om kroppen bør spille en større rolle.

På grunn av oppgavens omfang ser jeg meg nødt til å se på et begrenset omfang sjelesorgsforståelser. Derfor, og på bakgrunn av den valgte problemstilling, ser jeg det tjenlig å velge tre faglige fremstillinger av sjelesorg. Min begrunnelse for utvelgelsen av de valgte fremstillinger er at disse har stått, og fortsatt står sentralt i norsk sammenheng den dag i dag.

Når det gjelder sidetemaet, altså om hvordan kroppen kan bidra med å senke terskelen for å søke til sjelesorgens rom, vil dette naturligvis få en mindre plass i oppgaven, og ikke minst i analysen på grunn av oppgavens omfang. Likevel vil dette tema være et moment som jeg tar opp i drøftingen.

### 1.3 Materiale

Denne oppgaven er en litteratur analyse hvor jeg bruker et begrenset omfang litteratur. Derfor ønsker jeg belyse den litteraturen jeg bruker mest: I analysedelen har jeg valgt å trekke ut et utvalg av tekster fra fire bøker, hvorav to av disse er i en serie på to bind. To av bøkene er lærebøker, noe som har vært en avgjørende faktor for mitt valg av litteratur. Den første første boken jeg tar for meg



i analysen er “*Skammens spor - avtrykk i identitet og relasjon*” av Marie Farstad. Selv om hennes bok først og fremst omhandler tema skam, hentes også tema sjelesorg og kropp frem, noe som gjør den relevant for min oppgave. Videre bruker jeg Berit Okkenhaugs bok “*Når jeg ser ditt ansikt*”. Den siste del av analysen som omhandler sjelesorg, er utdrag fra bøkene “*Som epler av gull... - En bok om kristen sjelesorg, bind I og II*”, av Anders Bergem. Grunnen til at jeg bruker begge bindene fra Bergem er fordi jeg har et ønske om å løfte opp det meste han skriver om kropp. Ettersom hans bøker er av et mye større omfang enn de to andre, er det naturlig at Bergems bidrag til oppgaven vil ha en større plass enn de to andre. Den siste del av analysen vil omhandle integrativ terapi. Her vil jeg bruke artikkelen “*Integration und Kreation*”, HRS; *Modelle und Konzepte der Integrativen Terapi. Agogik und Arbeit mit Kreativen Medien*”, skrevet av Hilarion Petzold, oversatt og bearbeidet av Svein Robberstad. I denne delen trekker jeg også inn Farstads bok som brukes tidligere i kapitlet. I følgende analyse vil jeg se på integrativ terapi, hvilket menneskesyn den opererer med, og hvordan kroppen kommer til uttrykk gjennom denne terapiformen. Ved å vise et konkret klinisk eksempel kan vi se hvordan integrativ terapi fungerer i praksis. Kapittel 3 vil bestå av drøfting. Her vil jeg trekke frem essensielle momenter fra Bergem, Okkenhaug og Farstad, og drøfte disse. Dessuten vil jeg belyse noen nye aspekter fra “*Skammens spor*”. I tillegg ser jeg det naturlig å trekke inn tekster som omhandler antropologi, og her blir Henriksens bok “*Imago dei*” viktig.

## 1.4 Metode og disposisjon

Denne oppgaven er av hermeneutisk art, hvor jeg skal gjennomføre en *kritisk litteratur analyse* som vil basere seg på tolkning og utlegging av andres litteratur og forskning. Med det har jeg som mål å gi en så god og presis fremstilling av bidragene som overhode mulig, og utarbeide en riktig forståelse av sjelesorg og kropp.

Ved å bruke hermeneutisk metode, hvor jeg leser teori kritisk, vil jeg videre forsøke å lete etter fenomener som kan tolkes på flere måter. Thagaard påpeker at en hermeneutisk tilnærming vektlegger at fenomener kan tolkes på flere nivå, og at det derfor ikke finnes kun en egentlig sannhet. I forlengelsen av dette, forstår vi enkelte deler i lys av en helhet.<sup>5</sup>

Når det gjelder min fortolkning av litteratur, kan det kalles *dobbelt hermeneutikk*, eller *annengrads fortolkning*. Det kan forklares ved at det her handler om å tolke et stoff som har blitt til ved

---

<sup>5</sup> Thagaard 2009: 39

tolkning.<sup>6</sup> I mitt tilfelle skal jeg tolke litteratur som omhandler et emne som andre har tolket før meg og skrevet bøker om, nemlig sjelesorgslitteratur.

Da jeg bestemte meg for den utvalgte utvalgte litteraturen, hadde jeg en anelse om at Okkenhaug og Bergems litteratur ville inneholde lite om tema kropp. Likevel har jeg vært opptatt av å ha en åpen innstilling til materialet. Når jeg har jobbet med denne litteraturen har jeg fått bekreftet en del av mine fordommer. Det at denne denne litteraturen er lærebøker, er noe som også er en del av min begrunnelse for valg av litteratur; jeg vil se kritisk på noen bøker som er sentrale for sjelesorgens undervisningstilbud i Norge i dag. Den tredje boken som jeg tar for meg i analysen er Farstads bok. Grunnen til at jeg valgte denne boken, var fordi jeg hadde en anelse om at kroppen ville være mer fremtredende her.

Selv om jeg satt inne med tanker om hvilke positive og negative funn jeg kom til å finne i den utvalgte litteraturen i forhold til kroppen i sjelesorgen, har jeg likevel fått noen overraskelser. Hvorvidt mine forventninger til kommende funn stemte overens med de faktiske funn jeg har, vil bli presentert i analysen.

Med dette som bakgrunn, vil jeg nå presentere min hoveddisposisjon:

**2.1** I den første del av analysen tar jeg for meg Marie Farstads bok og forståelse av sjelesorg; sjelesorgens innholdsmessige egenart, sjelesorgens relasjonelle egenart og kroppen i sjelesorgen.

**2.2** Videre ser jeg på Berit Okkenhaugs forståelse av sjelesorg, med de samme problemstillinger som jeg gav Farstad. Her vil jeg i tillegg søke etter å få en forståelse av den *kroppsspråk* og *den syke kroppen*.

**2.3** Her ønsker jeg å trekke frem Anders Bergems forståelse av sjelesorg. Jeg stiller de samme spørsmålene som hos de to andre forfatterne. Som hos Okkenhaug, vil jeg legge til spørsmålene om *kroppsspråk* og *den syke kroppen*.

**2.4** Integrativ terapi er siste tema i analysen, hvor jeg her vil belyse dens terapiform og menneskesyn. En viktig vinkling for meg er å se på hvordan kroppen kommer til uttrykk.

---

<sup>6</sup> Thagaard 2009: 40-41

**3.1** Drøfting vil være det siste store delen av oppgaven. Her ønsker jeg å trekke opp trådene fra kapittel 2 som omhandler sjelesorg og integrativ terapi, og se på disse elementene i lys av det hele mennesket og antropologi. Drøftingen har som hensikt å løfte opp nye idéer og tanker om hvordan sjelesorgens arbeid kan bedres for å hjelpe konfidenter til å leve et helere og sannere liv. Følgelig vil jeg drøfte hvorvidt sjelesorgen kan dra nytte av kroppslige terapeutiske tilnærminger. Som en del av drøftingen vil jeg også se på hvordan terskelen inn til sjelesorgens rom kan senkes.

**4.1** Den siste delen vil bestå av en avslutning, hvor hovedpunktene og konklusjon blir oppsummert. Svaret på problemstillingen, drøfting og vurdering kommer også frem i denne delen. Nye mulige problemstillinger for sjelesorgens arbeid videre vil bli belyst.

## **1.5 Målsetting**

Gjennom denne avhandlingen ønsker jeg å tilegne meg kunnskap om hvordan en kan bedre kristen sjelesorg gjennom å øke fokus på kropp, som igjen kan føre til at sjelesorgens konfidenter får best mulig hjelp. I dette ligger det også et ønske om å prøve og finne ut om terskelen inn til det sjelesørgeriske rom kan senkes gjennom kroppslige terapeutiske metoder. For å få det til, ønsker jeg å øke min kunnskap om integrativ terapi, dens filosofi og menneskesyn, samt å få en oversikt over hvilke metoder som brukes.

Gjennom å drøfte den kunnskapen jeg har tillært meg, håper jeg å finne gode løsninger som kan brukes konkret inn i sjelesorgens arbeid. Sist, men ikke minst, ønsker jeg at mine svar kan legge føring for at andre mennesker også våger å stille spørsmål ved sjelesorgens teori og praksis, slik at den stadig bedres. Målet med denne avhandling vil alltid være å hjelpe sjelesorgens konfidenter til å leve et sannere og helere liv. Klarer jeg å bidra til det, vil jeg si jeg har lykket.

## 2. KAPITTEL

### ANALYSE

#### 2.1. Sjelesorgens egenart: En analyse av Farstads bidrag

##### 2.1.1 Innledning

I den første delen av analysen ønsker jeg å trekke frem Farstads syn på sjelesorg gjennom hennes bok “*Skammens spor*” (2011). Den følgende redegjørelse vil være hentet fra den nevnte bok.

Det første punktet handler om sjelesorgens *målsetting og begrunnelse*, hvor jeg blant annet trekker frem hennes forståelse av selve ordet “sjelesorg”, og hvordan dens hensikt er å vise omsorg for hele mennesket etter Guds hjerte.

Samhandlingen gjennom *møte mellom sjelesørger og konfident* i sjelesorgens rom vil være et punkt som tas opp i denne delen. Her vil jeg trekke inn noen av Farstads tanker omkring ubevisste gudsbilder og hvordan sjelesørger og konfident blir preget av disse - også i det sjelesørgeriske rom.

Videre vil *kroppen i sjelesorgens rom* være siste punkt fra Farstads bidrag til denne analysen, hvor jeg vil forsøke å belyse hvordan kroppen er tilstede i sjelesorgen. Helt til slutt vil jeg se på hvorfor kroppen ikke er der i større grad.

##### 2.1.2 Sjelesorgens innholdsmessig egenart: Målsetting og begrunnelse

###### Omsorg for hele mennesket

Når Farstad leter etter en forståelse av ordet sjelesorg, så peker hun på det tyske ordet “seelsorge” som på norsk kan oversettes med “omsorg for sjelen”. Ut fra en slik oversettelse kan man lett tenke seg at sjelesorg i all hovedsak dreier seg om sorg og sorgarbeid, sett i sammenheng med menneskets sjel, mener Farstad, og fortsetter: <sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Farstad 2011: 228

*“Oversettelsen ‘omsorg for sjelen’ vil også kunne gi inntrykk av at sjelesorg primært dreier seg om menneskets sjel, og at kropp og psyke dermed er underordnet eller unndratt oppmerksomhet”*<sup>8</sup>

Sjelesorgens samtalepraksis springer ut fra troen på Gud som både skaper, frelser og forløser. På bakgrunn av en slik uttalelse skal sjelesorgens dør være åpen for hvem som helst, uavhengig av tro og bakgrunn. Omsorgen skal være gjeldene for hele mennesket, både sjel, ånd og kropp, sier Farstad, som videre refererer til Okkenhaug:<sup>9</sup>

*“...i lys av Gud som skaper har sjelesorgen omsorg for hele spennet i den menneskelige livsvirkelighet, det er dermed ingen temaer som prinsipielt sett ikke hører hjemme i sjelesorgens rom.”*<sup>10</sup>

Videre vil sjelesørgeren være i en posisjon som kirkens representant og troende, og ha en bevissthet om, og inkludering av den treenige Guds nærvær. Selv om dens nærvær er skjult, er den likevel aktivt tilstede som en tredje part, sier Farstad, og fortsetter; kirken, og troen på en levende og kjærlig Gud er sjelesorgens kontekst, og rommet er som nevnt tidligere, åpent for alle, uavhengig av tro og bakgrunn.<sup>11</sup>

Farstad uttrykker at det er viktig å være bevisst på hva som er sjelesorgens innhold, og hva den begrunnes ut i fra. For å kunne forstå menneskets sentrale plass i sjelesorgen, og alt det måtte ha med seg, må en forstå Guds hjertes kjærlighet for hvert individ. Videre refererer Farstad til Leif Gunnar Engedals artikkel *“Guds hjerte og menneskets sjel”*, hvor han peker på den *jord-vendte kjærlighetens kjempende Gud*. I dette ligger det en tro på at den levende treenige Gud, som er utgangspunkt, begrunnelse og referanserammen for sjelesorgen, faktisk er vendt til jorden og møter menneskets sjel. Sjelesorgen må orientere seg ut i fra det perspektiv at “Guds hjerte” møter “menneskets sjel”:<sup>12</sup>

---

<sup>8</sup> Farstad 2011: 228

<sup>9</sup> Farstad 2011: 228

<sup>10</sup> Okkenhaug 2006: 38, gjengitt etter Farstad 2011: 228

<sup>11</sup> Farstad 2011: 228-229

<sup>12</sup> Engedal 2000: 8, gjengitt etter Farstad 2011: 229

*“Sjelesorgens opphav og basis er den treenige Gud og hans gjerninger i verden. Den sjelesørgeriske prosess sikter mot at de erfaringer som utgjør menneskets faktiske livsvirkelighet (‘menneskets sjel’) skal tydes, bearbejdes og forvandles i møte med Guds skapende og forløsende gjerninger (‘Guds hjerte’). Sjelesorgens primære oppgave er å være en tjener for dette møtet.”*<sup>13</sup>

Videre fortsetter Farstad å referere til Engedal som mener det er viktig for sjelesorgen å arbeide for at dens åndelighet hverken blir over- eller underdimensjonert. Dersom det skjer, kan det føre til at menneskets konkrete liv og den bibelske gudstro ikke blir tatt på alvor.<sup>14</sup>

I fellesskapet hvor den treenige Gud har kalt oss til å tjene vår neste, ser vi sjelesorgens utfordringer og forpliktelser, skriver Farstad idet hun referer til Engedal, som fortsetter:<sup>15</sup>

*“Så lenge Guds favn åpner seg mot alle som strever og bærer tunge byrder, er den kristne sjelesorg forpliktet til å gjøre det samme. Derfor er det også vårt mål å tegne konturene av en sjelesorgsforståelse som (a) åpner seg i fullt alvor for kompleksiteten og motsigelsene i den menneskelige erfaring; (b) vektlegger et kontinuerlig arbeid med sikte på å utvikle sjelesørgerens evne til empatisk innlevelse og reflektert forståelse; (c) i dette arbeidet er forpliktet på og vil formidle troen på den treenige Gud som livets skaper og forløser.”*<sup>16</sup>

### **Viktige bidrag til sjelesorgen og sjelesørgere**

Å åpne seg mot det komplekse mennesket, og dets ulike erfaringer, krever at sjelesorgen tar innover seg hele spekteret av menneskelig erfaring, skriver Farstad, som fortsetter; det vil være viktig å videreutvikle et språk og en teologi hvor dette spekteret kan reflekteres over, og gi en resonans. I møte med denne utfordringen kan psykologi og andre støttedisipliner være til god hjelp.<sup>17</sup> Når det gjelder utvikling av sjelesørgerens evne til empatisk innlevelse og reflektert forståelse, trekker Farstad frem flere punkter som ligger til grunn for en slik oppnåelse:<sup>18</sup>

---

<sup>13</sup> Engedal 2000:7, sitert etter Farstad 2011: 229

<sup>14</sup> Engedal 2000:8, gjengitt etter Farstad 2011: 229

<sup>15</sup> Engedal 2000:9, sitert etter Farstad 2011: 230

<sup>16</sup> Engedal 2000:9, sitert etter Farstad 2011: 230

<sup>17</sup> Farstad 2011: 230

<sup>18</sup> Farstad 2011: 230

*“Å vektlegge et kontinuerlig arbeid med sikte på å utvikle sjelesørgerens evne til empatisk innlevelse og reflektert forståelse krever en stadig betenkning, refleksjon og videreutvikling av sjelesørgerens personlig-profesjonelle kompetanse, og å sikre god faglig og etisk veiledning.”<sup>19</sup>*

Med tanke på sjelesørgerisk kompetanse, trekker Farstad inn Engedals fem kompetanseområder, med utgangspunkt fra Ziemer, som han mener er viktige med tanke på utdanning av og veiledning av sjelesørgere. Disse områdene vil være personkompetanse, kommunikativ, hermeneutisk, teoretisk og åndelig kompetanse.<sup>20</sup> I tillegg tenker Farstad seg at metodisk kompetanse kan være et gode for å styrke den sjelesørgeriske kompetanse.<sup>21</sup>

*“Selve kjernen i begrunnelsen for sjelesorgen er at det finnes en levende Gud med et bankende hjerte. Med denne forståelsen av sjelesorg ligger det implisitt en anerkjennelse av og implementering av kunnskap og erfaring fra andre disipliner og tradisjoner som støtter opp under en helhetlig og respektfull forståelse av enkeltmennesket, en anerkjennelse av menneskeverdet og av livets sårbarhet.”<sup>22</sup>*

Med dette som bakgrunn, trekker Farstad frem psykologi, hermeneutikk, sosiologi og filosofi som viktige fagdisipliner, ettersom hun mener disse har mange viktige bidrag som støttedisipliner for sjelesorgens arbeid.<sup>23</sup>

---

<sup>19</sup> Farstad 2011: 230

<sup>20</sup> Engedal 2004: 87-94, gjengitt etter Farstad 2011: 230

<sup>21</sup> Farstad 2011: 230

<sup>22</sup> Farstad 2011: 230

<sup>23</sup> Farstad 2011: 230

### 2.1.3 Sjelesorgens relasjonelle egenart: møte mellom konfident og sjelesørger

#### Tre mysterier

Idet konfident møter sjelesørger, hvor konfidentens liv er i fokus, med alt som den bringer frem av utfordringer og problemer, oppstår en sjelesorgsamtale, <sup>24</sup> hevder Farstad og påpeker at tre mysterier til stedet i dette rom: Gud, sjelesørgeren og konfidenten. <sup>25</sup>

Som en del av en god sjelesørgerisk kompetanse trekker Farstad frem denne viktigheten:

*“...at sjelesørgeren vet hva han ikke kan vite om Gud, at han så langt det er mulig vet hva han ikke vet om seg selv, at han har en oversikt over det han vet, at han våger å se konfidenten både som kjent og fremmed (jf. Levinas) og at han respekterer konfidentens annerledeshet.”* <sup>26</sup>

Dersom dette skjer, hvor noe blir kjent mens noe annet forblir ukjent, skapes det et rom hvor Gud, sjelesørger og konfident får mulighet til å være et mysterium på et eksistensielt plan. Gjennom refleksjon, bevissthet og erfaring kommer det kjente frem. Ved å ta i bruk en slik metode bevares respekten for andre, og den gode ydmykheten i forhold til sine egne, andres og troens grenser. Ydmykheten kan i følge Farstad bryte inn i livets realiteter og skape forandring der vi trodde det var umulig, dette ved hjelp av åpenheten for mysteriet og det ufattbare. <sup>27</sup>

*“Det er viktig å være ydmyk overfor det vi ikke vet, og å ha bevissthet om det vi ikke kan vite.”* <sup>28</sup>

#### Gudebilder

Ubevisste gudebilder kan ha stor makt, og sjelesørgere og konfidenter kan også ha slike ubevisste gudebilder som igjen kan komme til uttrykk i sjelesorgen. Farstad hevder en del av den sjelesørgerisk kompetanse vil være å ha bearbeidet egne livserfaringer, slik at ens eget gudsbilde er blitt bevisstgjort og bearbeidet. Dersom en sjelesørger er klar over sine gudsbilder, vil det være

---

<sup>24</sup> Farstad 2011: 228-229

<sup>25</sup> Farstad 2011: 241

<sup>26</sup> Farstad 2011: 241

<sup>27</sup> Farstad 2011: 241

<sup>28</sup> Farstad 2011: 241



lettere å hjelpe konfidentene til å finne sine egne ubevisste gudebilder. I sjelesorgens rom er det likevel ikke alltid sjelesørgeren som har det sanneste gudsbildet av de to.<sup>29</sup> Videre refererer Farstad til Andersen som hevder at sjelesørgeren kan kalles sjelesorgens “første” gudsbilde ettersom sjelesørger sitter som en representant for Gud.<sup>30</sup>

*“Hvis en sjelesørgers kroppslige, emosjonelle og relasjonelle uttrykk står i kontrast til det han sier om Gud, er det ikke ordene som sitter igjen, men bildet av Gud som ordløst blir formidlet gjennom sjelesørgeren.”<sup>31</sup>*

Sjelesørgere forholder seg til den *levende Gud*, sine egne og konfidentens indre gudsbilder. Dersom en sjelesørger forveksler den levende Gud med sitt eget gudsbilde i sjelesorgens rom, kan det føre til stor skade.<sup>32</sup> Farstad refererer til Andersen som har presentert et bilde av sjelesorgens rom som en kamp plass, hvor det foregår *en kosmisk urkamp* mellom den Gud som skapte oss, og den skapte gud vi har i vårt indre. Derfor, før et levende gudsbilde har mulighet til å fødes på nytt i oss, kan det hende vi må drepe et drepende gudsbilde i oss selv, hevder Andersen.<sup>33</sup>

Som sjelesørger handler det om å ta i bruk livserfaring, visdom, klokskap, og kunnskap i en spørrende og reflekterende åpenhet, skriver Andersen. Videre er det viktig som sjelesørgere å ikke gå for raskt frem i konfidentens liv. Dersom en gjør det er man bare til hinder og til liten eller ingen hjelp, og kan være direkte til skade for dem som søker sjelesorg.<sup>34</sup>

*“Det handler dypest sett om å integrere den emaptiske innsikt og troens innsikt - bare dersom jeg forstår og respekterer et menneskes gudsbilde, slik det har blitt av erfaringsbaserte og forståelige årsaker, kan jeg utfordre det.”<sup>35</sup>*

---

<sup>29</sup> Farstad 2011: 241

<sup>30</sup> Andersen 2009: 281, gjengitt etter Farstad 2011: 241

<sup>31</sup> Andersen 2009: 282, gjengitt etter Farstad 2011: 241-242

<sup>32</sup> Farstad 2011: 242

<sup>33</sup> Andersen 2009: 283, gjengitt etter Farstad 2011: 242

<sup>34</sup> Andersen 2009: 289, gjengitt etter Farstad 2011: 242

<sup>35</sup> Andersen 2009: 289, sitert etter Farstad 2011: 242

*Viatorisk sjelesorg* er et begrep Farstad trekker inn fra Grevbos litteratur, og betyr medvandringens sjelesorg. I dette ligger det at sjelesørgere er sammen med konfidenten, og sammen med den ukjente og nakne Gud. <sup>36</sup>

*“Vi står i fare for å stenge for forandring i konfidenten om vi går for fort frem eller ‘vet’ for mye.”* <sup>37</sup>

Undring er viktig for den sjelesørgerske kompetanse hevder Farstad: <sup>38</sup>

*“(undring) kan gi konfidenter en erfaring av verdighet og aksept slik de er, med sine masker, med sine liv og med sine rop og spørsmål til den skjulte Gud.”* <sup>39</sup> (Min parentes).

Mens sjelesørgeren er spesialist på sjelesorgen, er konfident spesialist på sitt eget liv mener Farstad, som tilføyer at Gud er spesialist på seg selv. Likevel kan vi snakke om konstruktive og destruktive gudsbilder i psykologisk og sosial forstand, på tross for at sjelesørg og konfident står overfor mysteriet og den ukjente Gud i eksistensiell forstand. <sup>40</sup>

## **2.1.4 Kroppen i sjelesorgens rom**

### **Den tilstedeværende kropp**

Når det kommer til kroppen i sjelesorgens rom, mener Farstad at sjelesorgen ikke er kroppsløs, og understreker videre at all sjelesorg er et kroppslig møte mellom sjelesørg og konfident: <sup>41</sup>

*“Selv når det er sjelesorg per internett eller telefon, er det snakk om interkroppslighet, dog i en mer begrenset forstand enn i det fysiske møte.”* <sup>42</sup>

---

<sup>36</sup> Grevbo 2003: 25, gjengitt etter Farstad 2011: 242

<sup>37</sup> Grevbo 2003:25, gjengitt etter Farstad 2011: 242

<sup>38</sup> Farstad 2011: 243

<sup>39</sup> Farstad 2011: 243

<sup>40</sup> Farstad 2011: 243

<sup>41</sup> Farstad 2011: 286

<sup>42</sup> Farstad 2011: 286

Den atmosfære som oppstår når en samtale mellom to kroppsubjekter møtes, er interkroppslighet ettersom begrepet viser til det atmosfæriske møte mellom mennesker, poengterer Farstad. Slik sett tar kroppen inn atmosfærer og lagrer inntrykk i kroppen, om det enten er ord, bilder, setninger, fortellinger, scener eller sekvenser.<sup>43</sup> Her ser vi hvordan kroppen alltid vil være tilstede i det sjelesørgeriske rom, uavhengig av fysisk tilstedeværelse. Samtidig er det enkelt å forstå at kroppen vil være tilstede i en begrenset forstand, i en slik setting, sammenlignet med et fysisk møte.<sup>44</sup>

Ut i fra Farstads funn om tilstedeværelse av kropp i sjelsorgen, er det interessant å bemerke seg at hennes opplevelse av kropp som tema i sjelesorgslitteratur er liten. Hennes bokfunn, som tar opp tema kropp, knyttes ofte opp mot en sammenheng i forhold til overgrepssatte. I en bestemt bok hvor kropp som tema blir skrevet om, legges tyngden på psykologisk tenkning, sier Farstad.<sup>45</sup>

*“Vi finner altså noe om kroppen, men det er lite som sier noe direkte om skammens virkning på kroppen i et videre perspektiv, og nærmest ingenting om hvordan vi faktisk kan arbeide med kroppen i sjelesorgens rom. Kroppen ser dermed ut til å være et underbelyst tema både i teologisk og sjelesørgerisk litteratur.”<sup>46</sup>*

I det sjelesørgeriske rom kan kroppen i stor grad være fraværende for konfidenten. Dette kan skyldes kroppslig fravær i teologi og fellesskap. I tillegg kan det skyldes destruktiv skam og dens virkning på kroppen. I forlengelsen av skammens betydning skriver Farstad:<sup>47</sup>

*“Skammens grep kan føre til at den skamfulle enten ikke forholder seg til sin egen kropp, eller at bare negative og truende kroppsfornemmelser er tilgjengelige. Kroppen kan oppleves som en problematisk følgesvenn, eller som en direkte fiende. Det at det kroppslige blir forbundet med noe farlig, både innenfra og utenfra gjør at konfidenten i alvorlig grad kan ha et fremmedgjort forhold til sin egen kropp.”<sup>48</sup>*

---

<sup>43</sup> Farstad 2011: 315

<sup>44</sup> Farstad 2011: 286

<sup>45</sup> Farstad 2011: 286

<sup>46</sup> Farstad 2011: 286

<sup>47</sup> Farstad 2011: 288

<sup>48</sup> Farstad 2011: 288

I forlengelsen av dette utsagn skapes det her store utfordringer både til sjelesorgen som disiplin, den kliniske praksis og den enkelte sjelesørger. Videre mener hun også at kroppen kan synes å være fraværende metodisk. I forhold til kropp og sjelesorg poengterer Farstad et viktig moment: <sup>49</sup>

*“Sjelesorg er ikke det samme som terapi, og skal ikke være det. Ikke alle former for terapi inkluderer heller å arbeide med kroppen. Likevel mener jeg vi må kunne finne måter å adressere kroppen på, også i sjelesorgens rom.”* <sup>50</sup>

### **2.1.5 Oppsummering**

Selv om vi i denne redegjørelsen har sett hvordan ordet “sjelesorg” kan oversettes med “omsorg for sjelen”, forstår Farstad sjelesorg som omsorg for hele mennesket; sjel, ånd og kropp. I forlengelsen av dette tenker hun seg Gud som vendt til jorden som søker og møter menneskets sjel. Og det er nettopp dette som er grunnlaget for sjelesorgen: for så lenge Gud stekker seg etter alle som strever, er den kristne sjelesorg forpliktet til å gjøre det samme. For å møte det komplekse mennesket og dets ulike erfaring, må sjelesorgen ta innover hele spekteret av menneskelig erfaring, og videreutvikle et språk og en teologi hvor dette spekteret kan reflekteres over. Her kan psykologi og andre støttedisipliner være til god hjelp.

En sjelsorgsamtale oppstår idet sjelesørger møter konfident, hvor vedkommens liv er i fokus med alt det måtte innebære. Respekt og ydmykhet er to viktige stikkord i dette rom fordi vi som sjelesørgere til enhver tid ikke vet alt hva konfidenten bærer på. Dette innebærer også de eventuelle ubevisste gudebilder som konfidenten sitter inne med. I møte med tanker om hvordan den levende Gud er, vil det være en stor fordel dersom sjelesørgere er klar over sine ubevisste gudebilder, slik at disse igjen kan hjelpe konfidentene til å finne sine egne usanne og sanne gudebilder. Videre vil undring i søken etter å hjelpe konfidentene være en god egenskap ettersom den kan gi konfidenter en erfaring av verdighet og aksept slik de er.

Sjelesorgen er ikke kroppløs hevder Farstad, som påpeker at kroppen også er til stede i eksempelvis en telefonsamtale i form av interkroppslighet. Naturligvis er kroppen til stede i en mer begrenset forstand her enn ved et fysisk møte. Ved interkroppslighet tar kroppen inn atmosfærer og lager inntrykk i kroppen for eksempel ved bilder, ord, fortellinger eller scener.

---

<sup>49</sup> Farstad 2011: 288

<sup>50</sup> Farstad 2011: 288

Farstads funn om kropp i sjelesorgslitteratur er liten, og det lille hun har funnet om tema kropp er ofte knyttet opp mot ofre for overgrep. I tillegg finnes et kroppslig fravær i teologi og fellesskap som igjen kan påvirke fraværet av kropp i sjelesorgens rom.

## **2.2 Sjelesorgens egenart: En analyse av Okkenhaugs bidrag**

### **2.2.1 Innledning**

I denne analysen søker jeg å få frem Okkenhaugs syn på sjelesorg gjennom hennes bidrag fra boken *“når jeg ser ditt ansikt”* (2006). Redegjørelsen i denne delen er utelukkende hentet fra den nevnte boken.

Som en del av sjelesorgens målsetting og begrunnelse vil jeg se på sjelesorgens *trinitariske forståelse* og *de tre trosartikler*, nettopp for å se hvordan sjelesorgen forholder seg til mennesket. *Mellomrommets virkelighet* er et sentralt begrep for sjelesorgens relasjonelle egenart. Ved å se på dette begrep og dens betydning kan vi se hvordan sjelesorger og konfident forholder seg til - og påvirkes av hverandre. Gjennom tredje og siste punkt i denne delen av analysen, vil *kroppen i sjelesorgen* være grunnpilaren som legger føringen for analysen. Ved å se på *kroppsspråk* og *den syke kroppen*, vil vi finne interessante synspunkter fra Okkenhaugs bidrag.

### **2.2.2 Sjelesorgens innholdsmessig egenart: Målsetting og begrunnelse**

#### **Historisk perspektiv**

*“I de første hundreårene etter Kristus tok kirken opp i seg den greske skjelningen mellom legeme og sjel, der sjelen av overordnet kroppen. Det ble nærmest slik at det som var godt for kroppen, var skadelig for sjelen”*<sup>51</sup>

Okkenhaug peker på viktigheten av at sjelen var forent med Gud i den tidlige kirke. Følgelig ble helbredelse av fysisk sykdom neddyttet, nettopp fordi det sjelelige var viktigere enn det kroppslige. Sykdom ble sett på som tukt eller straff fra Gud, gjerne for å prøve den kristne. Et interessant moment som hun trekker frem, var at *“salving av syke ble til salving av døende”*. Slik ble tyngdepunktet forskjøvet fra helbredelse av den syke til en bekjennelse av synder før en døde.<sup>52</sup> Martin Bucer skilte mellom omsorg for kropp og omsorg for sjel i sin pastorallære på 1500-tallet,

---

<sup>51</sup> Okkenhaug 2006: 16

<sup>52</sup> Okkenhaug 2006: 16-17

skriver Okkenhaug, som fortsetter: <sup>53</sup>

*“Den diakonale omsorgen for den syke ble igjen tillagt betydningen ved siden av omsorgen for sjelens frelse”* <sup>54</sup>

Okkenhaug påpeker at vi i dag, i større grad, tenker om mennesket som en enhet bestående av ånd, kropp og sjel, i forhold til tidligere hvor en opererte med et tresidig syn av mennesket. <sup>55</sup>

*“I det bibelske materialet leter vi fram den bibelske tenkningen om ånd, sjel og legeme som et udelelig hele.”* <sup>56</sup>

### **Trinitarisk forståelse**

Okkenhaug skriver om sjelesorg fra et historisk perspektiv, og forteller om en sjelesorg som var opptatt av å forklare Guds ord for den enkelte. Videre forteller hun om ett fokusskifte i sjelesorgens arbeid, hvor en i dag i større grad begynner med konfidenten i seg selv som søker sjelesørger. Slik ledes en mot Guds ord, fremfor å starte med Guds ord. Gjennom en slik handling får vi konfidentens fortelling, og retter så blikket mot den tolkede (hermeneutiske) prosess.

Emmanusvandringen<sup>57</sup> er et kjent bilde på hvordan relasjonen sjelesørger-konfident kan være:

Sjelesørgeren blir her en medvandrer for den lidende, og representerer i sin person evangeliet.

Videre poengterer Okkenhaug viktigheten med å ta budskap, konfident og kontekst på alvor: <sup>58</sup>

*“Vi trenger en sjelesorg som tar både budskap, konfident og kontekst på alvor. Bibelen forteller oss ikke alt om hvordan vi kan drive sjelesorg. Den gir viktige tema, men ut i fra en bibelsk tenkning om mennesket og menneskets vilkår i verden, utfordres vi til å ta i bruk all den kunnskap som kan tjene faget og vårt medmenneske.”* <sup>59</sup>

---

<sup>53</sup> Okkenhaug 2006: 17

<sup>54</sup> Okkenhaug 2006: 17

<sup>55</sup> Okkenhaug 2006:18

<sup>56</sup> Okkenhaug 2006: 18

<sup>57</sup> Luk 24:13ff

<sup>58</sup> Okkenhaug 2006: 36-37

<sup>59</sup> Okkenhaug 2006: 37

En sjelesorg som tar utgangspunkt i det enkelte menneskets erfaring og knytter forbindelse til teologien, åpner opp for å finne Gud. Dersom en ikke er opptatt av menneskets livsvilkår er det umulig å møte mennesket der det er. En slik sjelesorg er ikke tjenlig selv om teologien måtte være dogmatisk og rett, sier Okkenhaug, og konkluderer: <sup>60</sup>

*“Dermed forfeiler den sin mulighet til å formidle evangeliet inn i menneskets situasjon.”* <sup>61</sup>

Videre trekker Okkenhaug frem de tre trosartikler, og mener sjelesorgen må være i en sunn balanse med disse. Sjelesorgen må være opptatt av at mennesket er skapt, frelst og at dets liv opprettholdes av Gud. En slik sjelesorg vil være såkalt trinitarisk, skriver hun, og refererer til Engedal. Ut i fra den første artikkel vil det si at sjelesorgen har omsorg for hele den menneskelige livsvirkelighet, hvilket betyr at alle tema som omhandler menneskets liv er legitimt å prate om i det sjelesørgeriske rom. Omvendelse, frelse og forsoning er sentralt i den kristne tro, og bygger på den andre trosartikkel som påpeker at Jesus kom til jorden som et helt menneske som levde, døde, og på overmenneskelig vis stod opp igjen fra døden. Med dette som bakgrunn vil sjelesorgen være opptatt av hvordan mennesket kan komme til Kristus med hele sitt liv. Den tredje artikkel poengterer Guds livgivende og skapende krefter i sin verden gjennom Den Hellige Ånds tilstedeværelse. Ettersom denne tilstedeværelsen skjer i en verden hvor vi også er, kan vi vite at også Gud er tilstede sammen med oss i det sjelesørgeriske rom. Ut i fra disse tre trosartikler ses sjelesorgen i et helhetlig trinitarisk perspektiv, hvor vi er skapt og plassert midt i virkeligheten av Gud. Gjennom Jesus Kristus har vi blitt tilbudt nåde, tilgivelse og fellesskap med Ham, og ved Den Hellige Ånd kan vi finne evighetens vei. <sup>62</sup>

### **2.2.3 Sjelesorgens relasjonelle egenart: møte mellom konfident og sjelesørger**

#### **Mellomrommets virkelighet**

Når Okkenhaug skriver om sjelesorg, og møte mellom sjelesørger og konfident, refererer hun til Engedal som peker på begrepet “mellomrommets virkelighet”. <sup>63</sup> I dette ligger det at samspillet

---

<sup>60</sup> Okkenhaug 2006: 37

<sup>61</sup> Okkenhaug 2006: 37

<sup>62</sup> Okkenhaug 2006: 37-38

<sup>63</sup> Engedal, sitert etter Okkenhaug 2006: 40

mellom sjelesørger og konfident er større enn de to til sammen. Det betyr også at relasjonen rommer mer i og for seg selv, mener Okkenhaug, som forteller: <sup>64</sup>

*“Det oppstår et egenartet samspill i den sjelesørgeriske situasjon som er større enn konfidentens eller sjelesørgerens erfaringsvirkelighet alene. Det skjer noe mellom dem når virkelighetene deres møtes. Begge har forventninger og forestillinger som de bærer med seg om hva samtalen skal inneholde. De bringer med seg kunnskap, og de preges av følelsesmessig og emosjonelt stoff som påvirker hvordan de opplever samspillet.”* <sup>65</sup>

En viktighet rundt det sjelesørgeriske arbeid, er å være klar over at også sjelesørger bringer livet sitt inn i samtalen, skriver hun. Med dette som bakgrunn poengteres viktigheten av *“kunnskap om og kjennskap til egne kognitive og emosjonelle forutsetninger, egne holdninger til Gud, seg selv og medmennesker (...) i den sjelesørgeriske læring og utdannelse”* <sup>66</sup> (min parentes). Konfidenten kan, slik sett, i møte med sjelesørger bli offer for hans eller hennes ubevisste reaksjoner, dersom sjelesørger undervurderer betydningen av selvinnsett, mener Okkenhaug. <sup>67</sup>

Når det gjelder sjelesørgers påvirkning i forhold til konfident, hevder Okkenhaug at denne personen selv legger føring for hva han eller hun selv synes er viktig, bevisst eller ubevisst. Dette kommer frem gjennom hva sjelesørgeren fokuserer på og spør etter, eventuelt hva sjelesørgeren ikke fokuserer på, eller spør etter. <sup>68</sup> Videre kan en sjelesørger krenke en konfident ved å utnytte han eller henne, noe som dessverre også kan skje i det sjelesørgeriske rom. Dette skjer idet sjelesørger søker å dekke sine egne behov for anerkjennelse og respekt, istedenfor å være opptatt av konfidentens interesser. <sup>69</sup> I forlengelsen av dette poengteres Okkenhaug viktigheten av at sjelesørgere respektere konfidentenes grenser:

---

<sup>64</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>65</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>66</sup> Okkenhaug 2006:39

<sup>67</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>68</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>69</sup> Okkenhaug 2006: 50



*“En sjelesørger må respektere de grenser som det andre mennesket setter for relasjonen. En går ikke inn i andre menneskers sårbare virkelighet uten å være invitert.”*<sup>70</sup>

Fordi konfidenten inviterer sjelesørger inn i eget liv, er det viktig å vise ydmykhet ovenfor konfidenten, skriver Okkenhaug, som peker på en annen viktighet ved denne siden: arbeidet som skal unnagjøres er et samarbeid. Og dersom samarbeidet er bra, kan sjelesørgere bidra til å hjelpe konfidentene til å hjelpe seg selv.<sup>71</sup>

Men det er ikke bare sjelesørger og konfident som påvirker samtalen, mener Okkenhaug, og henviser til Guds tilstedeværelse i samtalen. I følge Okkenhaug kan dialogen kalles en “trialog”:<sup>72</sup>

*“Den sjelesørgeriske samtale henter sin begrunnelse og sin identitet fra troen på at Gud ønsker å være en samtalepartner, og at Gud er til stede ved sin hellige Ånd.”*<sup>73</sup>

Med en slik tanke som grunnlag, vil den sjelesørgeriske samtale være et møte med Gud, mener Okkenhaug, som derfor påpeker at den sjelesørgeriske samtalen skiller seg ut i fra enhver annen terapeutisk samtale.<sup>74</sup>

## **2.2.4. Kroppen i sjelesorgens rom**

### **Kroppsspråk**

Når Okkenhaug skriver om kropp, tar hun blant annet opp tema kroppsspråk, og hvordan vi kommuniserer med kroppene våre:<sup>75</sup>

*“Vi kommuniserer med ordene våre, stemmen og med kroppen. Tonefall, volum, tempo og rytme på stemmen gir signaler i rommet som den andre tolker. Mimikk og bevegelse taler,*

---

<sup>70</sup> Okkenhaug 2006: 68

<sup>71</sup> Okkenhaug 2006: 68

<sup>72</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>73</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>74</sup> Okkenhaug 2006: 40

<sup>75</sup> Okkenhaug 2006: 84

*klær og briller likedan. Ikke-intensjonelle signaler, slik som sukk og gjesping, kan være betydningsfulle for hvordan kommunikasjon oppleves.”*<sup>76</sup>

Ut i fra dette utsagnet viser Okkenhaug at det ikke bare er ordene vi sier som er gyldige i forhold til kommunikasjon. Videre trekker hun inn hendelsen mellom Jesus og Peter idet hanen galte.<sup>77</sup> Både Jesus og Peter visste hva det betød, og det var derfor heller ikke behov for ord for forklaring.<sup>78</sup> Når det gjelder tydingen av ikke-verbale signaler, er ikke disse gitt i utgangspunktet. Følgelig kan et kroppsspråk tolkes på flere forskjellige måter:<sup>79</sup>

*“En konfident som sitter med armene i kors, kan være tilknapet i situasjonen. Men det kan jo også hende at han fryser!”*<sup>80</sup>

I relasjonelle møter, sender vi signaler som motpartene tolker. Okkenhaug poengterer viktigheten med det å være bevisst på at vi kan feiltolke det vi ser og hører, ettersom vi tolker utifra våre egne forutsetninger.<sup>81</sup> Og på samme måte som kroppsspråk taler, taler også taushet. Eksempelvis kan en taushet være full av aggresjon, eller en indre ro som tenker over det som er sagt. Videre kan tausheten være ett uttrykk for tomheten som konfidenten opplever omkring det meningsløse. Tausheten kan kjennes god og trygg, eller ubehagelig som fører til nervøsitet og usikkerhet, mener Okkenhaug.<sup>82</sup>

*“Både konfident og sjelesørger kan bli urolige i det tause rommet. Konfidenter som er redde for tausheten, vil kunne dekke over dette med å snakke for mye. De kan trenge hjelp til å se at det å snakke kan være et forsvar mot å la stillheten få det rom som kanskje er nødvendig for at følelser og reaksjoner skal få komme fram.”*<sup>83</sup>

---

<sup>76</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>77</sup> Mark 14:72, gjengitt etter Okkenhaug 2006: 84

<sup>78</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>79</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>80</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>81</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>82</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>83</sup> Okkenhaug 2006: 84

Fordi det kan være vanskelig å finne ord på det en ønsker å uttrykke, peker Okkenhaug på viktigheten av en sjelesørger som kan være til starthjelp for konfidenten. Videre kan en samtale bli ødelagt fordi sjelesørgeren, gjerne uten å vite det, har lukket døren til en videre kommunikasjon. Likeså kan samtalen bli fastlåst dersom det finnes en motstand hos konfidenten til å utforske samtaleemnet det snakkes om. Slik sett ser vi at det finnes mange og ulike grunner til at det blir taust i sjelesorgens rom. For å komme på rett kjøll i forhold til samtalen, trekker Okkenhaug frem viktigheten av å tolke en situasjon: <sup>84</sup>

*“Sjelesørgere må søke å tolke tausheten og reflektere over hva de selv opplever når det blir taust. Forutinntatte meninger og holdninger kan også kommunisere. Både sjelesørger og konfidenten kan ha tanker om hvem den andre er. Noen slike forforståelser åpner for dialog, mens andre lukker. De vil kunne fargelegge samtalen uten at en er seg bevisst og er klar over hva som skjer.”* <sup>85</sup>

### **Den syke kroppen**

*“Vi er skapt, frelst, og holdt oppe av Gud. Vi er både kropp og sjel og ånd som ikke kan splittes”* <sup>86</sup>

I følge Okkenhaug hører kropp, ånd og sjel sammen, hvilket betyr at mennesket ikke kan splittes. Det betyr også at våre sjelelige smerter kan få kroppslige symptomer. Ut fra en slik kunnskap, er det viktig for sjelesørgere å være klar over at det av og til kan være lettere å forholde seg til smerten i magen enn til angsten. Det som legene kaller å somatisere, betyr at en del psykiske smerter skjules ved fysiske symptomer, påpeker Okkenhaug. <sup>87</sup>

*“Også eksistensiell og åndelig angst kan sette seg i kroppen. Det er ikke så sjelden at smerter hos døende kan knyttes til uro og angst forbundet med det å skulle dø og møte Gud.”* <sup>88</sup>

---

<sup>84</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>85</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>86</sup> Okkenhaug 2006: 51

<sup>87</sup> Okkenhaug 2006: 51

<sup>88</sup> Okkenhaug 2006: 51

Sjelesørgerens funksjon i møte med slike klienter blir veldig viktig i et tverrfaglig samarbeid. Videre skal sjelesørger kunne lytte seg frem til denne form for åndelig smerte. Dessverre er dette ofte forbundet med manglende innsikt og taushet hos behandlere. Et problem er at man noen ganger fokuserer på menneskets sjelelige smerte, og ikke er klar over at utgangspunktet for smerten i like stor grad kan være fysiske, sier Okkenhaug, som eksemplifiserer depresjon i møte med sjelesorg: <sup>89</sup>

*“Depresjoner kan ha delvis biologiske årsaker. Da hjelper vi ikke mennesker tilstrekkelig dersom vi utelukkende er opptatt av sjelelige prosesser. Da trenger de også medisinsk behandling.”* <sup>90</sup>

I forlengelsen av dette refererer Okkenhaug til Saunders som mener den fysiske smertelindring, må komme før den sjelesørgeriske prosess:

*“For mennesker med store smerter må den fysiske smertelindringen fungere før vi kan komme med sosial, sjelelig og åndelig hjelp”* <sup>91</sup>

Med tanke på å møte det hele mennesket, og dets helhetlige behov, mener Okkenhaug at sjelsorgen må innse at den alene ikke kan bidra med all den hjelp et menneske måtte trenge, og fortsetter: <sup>92</sup>

*“Mennesker kan måtte oppmuntres til å få hjelp for sine kroppslige plager før de vil ha nytte av sjelesorgsamtaler. Eller sjelesørgeren kan gi samtaler samtidig som konfidenten går til andre og får annen slags hjelp. Det må vurderes i den enkelte relasjon.”* <sup>93</sup>

Av den grunn vil det derfor være viktig at sjelesørgere lærer seg å se den enkelte konfident i et helhetlig perspektiv. Videre må det tas hensyn til helheten når en vurderer hva sjelsorgen kan bidra med. <sup>94</sup> I forhold til mennesker som har kroniske fysiske lidelser, må disse lære å leve med smerter som også setter seg i “sjelen”. Slike smerter kan ofte påvirke et menneskets tro og relasjon til Gud.

---

<sup>89</sup> Okkenhaug 2006: 51-52

<sup>90</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>91</sup> Saunders, gjengitt etter Okkenhaug 2006: 52

<sup>92</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>93</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>94</sup> Okkenhaug 2006: 52

Hva som er primære og sekundere smerter kan variere, noe som derfor gjør det vanskeligere for sjelesørgere å finne ut hvor smerten kommer fra. For å finne ut av det, må derfor sjelesørgere spørre etter ulike sammenhenger med smerten, også det som kanskje ikke nevnes av konfidentene.<sup>95</sup>

Okkenhaug påpeker at sjelesorgen vanligvis arbeider med de bevisste deler av menneskets sorger og utfordringer. Videre hevder hun at mennesket aldri vil komme til bunns i det *“uutgrunnelige dyp i vårt indre”*. Likevel må sjelesorgen utfordre mennesker til å våge og sette ord på og uttrykke det de skammer seg over, eller er engstelige for å dele. En slikt åpenhet kan resultere i Kolnes tese:<sup>96</sup>

*“Dermed kan vi kanskje komme på sporet av noe av vår irrasjonalitet, regresjon og barnlighet, våre hemmelige følelser og fantasier, vår angst, våre lidenskaper og vår seksualitet.”*<sup>97</sup>

Ved å gå i dybden av hva våre liv rommer kan vi bli kjent med oss selv, våge å se egen virkelighet i øynene, samtidig som vi også kan møte Gud i våre dype, mørke rom, skriver Okkenhaug, og legger til:<sup>98</sup>

*“Vi kan vite at Gud er der og kjenner oss, og at Gud faktisk vedkjenner seg oss, slik som vi er. Vi behøver ikke skjule oss for Gud, for Gud har allerede gransket vårt hjerte, sendt sin sønn til soning for våre synder og gitt oss Den Hellige Ånd som går i forbønn for oss (Rom 8: 26-27)”*<sup>99</sup>

## 2.2.5 Oppsummering

Gjennom denne redegjørelsen har vi sett hvordan Okkenhaug trekker frem viktigheten av å ta utgangspunkt i den enkelte menneskets erfaring i sjelesorgen. For at sjelesorgen skal være tjenlig og god, må den ta menneskets livsvilkår på alvor. I forlengelsen av dette, må sjelesorgen være i sunn balanse med de tre trosartikler, noe som innebærer at det hele mennesket må få sin fortjente plass.

---

<sup>95</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>96</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>97</sup> Kolnes, gjengitt etter Okkenhaug 2006: 52

<sup>98</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>99</sup> Okkenhaug 2006: 52

Konfident og sjelesørger påvirkes av hverandre. Begge kommer med forventninger og forestillinger når virkelighetene deres møtes. I følge Okkenhaug er det derfor viktig for sjelesørgere å ha selvinnsikt, slik at konfidentene ikke blir offer for hans eller hennes ubevisste reaksjoner. Dette handler blant annet om å ha innsikt i egne kognitive og emosjonelle forutsetninger. Videre vil respekt og ydmykhet være to sentrale ord for sjelesørgere i møte med konfidentene. Vi må huske på at disse kommer med sine egne liv, som sjelesørgerne får ta del i.

Mennesket er kropp, ånd og sjel, og kan ikke splittes. Når det gjelder kroppens tilstedeværelse i sjelesorgen, kommer dette til uttrykk ved kroppsspråk som en del av menneskets kommunikasjon, hevder Okkenhaug. Vi tolker konfidentens kroppsspråk, noe som kan være krevede, ettersom vi ikke kan være sikre på hva han eller hun *faktisk* tenker. Likevel er tolkning et “verktøy” for å forstå konfidenten i større grad, og få en klarere innsikt i et menneskets liv.

Et annet tema som omhandler kropp, er smerte: våre sjelelige smerter kan få kroppslige symptomer. Denne smerten kan derfor også komme til syne i sjelesorgen. En utfordring for sjelesorgen er at det i følge Okkenhaug er forbundet med en del taushet og manglende innsikt når det gjelder denne problematikken. En oppfordring til sjelesorgen blir å utfordre mennesker til og våge uttrykke det de skammer seg over, for så bli bedre kjent med seg selv, og sine mørke rom. Uansett hva som måtte befinne seg i våre liv, kan vi vite at Gud er der og møter oss.

## **2.3 Sjelesorgens egenart: En analyse av Bergems bidrag**

### **2.3.1 Innledning**

Gjennom denne analysen ønsker jeg å se på bøkene “*Som epler av gull...*”, bind I (2008) og II (2011), av Anders Bergem. Alt stoff i denne analysen vil være hentet fra disse to bøkene.

Det første jeg vil ta tak i er sjelesorgens målsetting og begrunnelse, hvor jeg starter med å se på *sjelesorgens grunnlag*. Videre vil jeg se på mennesket som er *skapt til fellesskap*, hvordan *Guds omsorg rommer alle*, og ikke minst *sjelesorgens virkelighetsperspektiv* som omhandler spenningen mellom “Guds allerede nå” og hans “ennå ikke”. *Sjelesorg som endringsarbeid* vil være siste punkt i denne delen, og går ut på at mennesker har mulighet til å forandre sine liv og tankemønstre.

*Møtet mellom sjelesørger og konfident* er neste del av analysen hvor jeg vil trekke frem

kommunikasjon som tema i møte med konfidentene. I forlengelsen av det finner jeg det hensiktsmessig og naturlig å ta et dykk i hvordan ulike hjelpemidler kan tas i bruk for å virkelig se og møte sjelesorgens konfidenter.

I det siste punktet i denne delen av analysen vil *kroppen i sjelesorgen* være i sentrum. Først vil jeg ta et tilbakeblikk for å se hvordan det dualistiske menneskesyn og det greske begrepet “sarx” har vært med på å prege tolkningen av sjelesorgen. Videre vil jeg se på *kroppsspråk*; hvordan dette henger sammen med kommunikasjon, og hvordan kroppen lettere kan uttrykke noe som vårt verbale språk kan finne vanskeligere å fortelle. Til slutt tar jeg for meg *den syke kroppen*, hvor målet er å finne ut hvordan sjelesorgen kan håndtere konfidentens syke kropp ut i fra et trosperspektiv. Her vil jeg blant annet trekke inn psykoterapiene til sammenligning.

### **2.3.2 Sjelesorgens innholdsmessig egenart: Målsetting og begrunnelse**

#### **Sjelesorgens grunnlag**

Bergem hevder at mange tar det som en selvfølge at kirken skal drive med sjelesorgsarbeid. Likevel er det mange ulike oppfatninger av hva sjelesorg er, og ikke minst ulike tanker om hvilke funksjoner sjelesorg har, mener Bergem: <sup>100</sup>

*“Oppfatningene av hva sjelesorg faktisk er og hvilken funksjon den har, er riktignok mange og forskjellige. Men at det er en del av kirkens guddommelige mandat å utøve den typen omsorg som på norsk går under dette navnet, er ikke desto mindre en oppfatning de aller fleste kirkemedlemmer deler. Kirken skal på en eller annen måte være opptatt av og på en konstruktiv måte bry seg om hvordan mennesker har det.” <sup>101</sup>*

Når det så stilles spørsmål om hvorfor kirken skal utøve sjelesorg, dukker flere ulike meninger opp. I følge Bergem er det i dagens mangfoldige sjelesorgskonsepter store forskjeller omhandlende det å besvare spørsmål knyttet til sjelesorgens begrunnelse: <sup>102</sup>

*“En viktig årsak til dette mangfoldet er at både de bibelske skriftene og de forskjellige*

---

<sup>100</sup> Bergem 2008: 67

<sup>101</sup> Bergem 2008: 67

<sup>102</sup> Bergem 2008: 68

*kirkenes ulike bekjennelsesskrifter i liten grad tar for seg sjelesorg som et eget tema.*“<sup>103</sup>

Grunnlaget som sjelesorgen skal begrunnes ut i fra må bygges ut fra bestemte premisser som klargjøres på en åpen og systematisk måte. Grunnen til det er fordi det ikke finnes noe felles, objektivt eller entydig premissgrunnlag, skriver Bergem, og poengterer med det at nødvendige valg må tas innenfor de mange muligheter som finnes. Når det er sagt, synes det likevel en betydelig grad av enighet om at kristen sjelesorg må kunne settes inn i en teologisk forståelsesramme på en eller annen måte:<sup>104</sup>

*“Enhver faglig fremstilling av sjelesorgens begrunnelse må altså kunne analyseres og vurderes på en teologisk sett forsvarlig måte.”*<sup>105</sup>

Bergem hevder at kristen sjelesorg kan begrunnes teologisk, med utgangspunkt i den systematiske delen av teologien. Ekklesiologien, læren om kirken, er det primære fokus, men også antropologien, læren om mennesket, er sentralt innenfor hans tenkning omkring sjelesorgen. Ettersom hans kristendomsforståelse befinner seg innenfor en evangelisk-lutherske retning, innebærer det at de bekjennelsesskriftene som har en normativ status innenfor Den norske kirke, også ligger til grunn for hans egne teologiske forståelse. Videre ligger de bibelske skriftene bak bekjennelsesskriftene, som er selve den grunnleggende kilden for alt som skal ha en slik normativ status i kirken.<sup>106</sup>

*“Når disse skrifter trekkes inn i framstillingen, skjer det i en stadig vandring mellom på den ene siden skriftenes eksegetiske innhold og på den andre siden den budskapsmessige tolkningen som disse opp gjennom historien har fått gjennom de forskjellige bekjennelsesskriftene.”*<sup>107</sup>

Når det gjelder sjelesorgsforståelsen, påpeker Bergem at ingen sitter med den ene og alene fasist om hvordan sjelesorgen skal forstås, og sier derfor:<sup>108</sup>

---

<sup>103</sup> Bergem 2008: 68

<sup>104</sup> Bergem 2008: 68

<sup>105</sup> Bergem 2008: 68

<sup>106</sup> Bergem 2008: 68

<sup>107</sup> Bergem 2008: 68

<sup>108</sup> Bergem 2008: 68



*“Det som etter min oppfatning derfor er helt avgjørende, er at den sjelesorgen som utøves, i hvert enkelt tilfelle har sitt grunnlag i en helhetlig og enhetlig trosforståelse, og at de teoretiske sidene av kirkens sjelesorg i hvert enkelt tilfelle kan beskrives og begrunnes ut fra en teologisk tilrettelegging av kirkens trosinnhold.”*<sup>109</sup>

Når det er sagt, uttrykker Bergem viktigheten av at sjelesørgere har et reflektert forhold til den sjelesorg som de utøver, og mener at de kravene en stiller til sjelesørger avhenger av hvilken kompetanse den utøvende har:<sup>110</sup>

*“Jo høyere den formelle kompetansen er, desto strengere må kravet til refleksjon være. Nivået og omfanget av refleksjon må altså stå i et rimelig forhold til graden av kompetanse.”*<sup>111</sup>

I forlengelsen av utsagnet, trekker Bergem inn Pattisons syn på selve prosessen i å definere sjelesorgens egenart. Videre sier han at denne prosessen, altså refleksjonen, er vel så viktig som hvordan man definerer sjelesorgen for seg selv.<sup>112</sup> Dette er viktig mener Bergem, nettopp fordi deler av sjelesorgens forståelse hele tiden må revurderes og justeres i møte med nye fortellinger, - slik sett vil sjelesørgeren være på en stadig vandring etter en dypere forståelse av sjelesorgen.<sup>113</sup>

### **Mennesket - skapt til fellesskap**

En grunnleggende tanke for Bergems forståelse av sjelesorg som en nødvendig del av kirkens virksomhet, omhandler menneskesynet, og hvordan de bibelske tekstene formidler dette. Det at mennesket omtales som en “levende sjel”, er helt sentralt mener han.<sup>114</sup>

*“Hele mennesket er en ‘levende sjel/skapning’, skapt i ‘Guds bilde’ (1. Mos 1:27). ‘Sjelen’ er ikke noe mennesket har, men noe mennesket er - sett i et religiøst perspektiv.*

---

<sup>109</sup> Bergem 2008: 68

<sup>110</sup> Bergem 2008: 69

<sup>111</sup> Bergem 2008: 69

<sup>112</sup> Pattison 2000:6, gjengitt etter Bergem 2008: 69

<sup>113</sup> Bergem 2008: 69

<sup>114</sup> Bergem 2008: 69

*Beskrevet som sjel, er det tanken på mennesket som et relasjonsvesen som står i sentrum av oppmerksomheten, særlig dette at mennesket er utlevert til Gud og avhengig av ham.”*<sup>115</sup>

Det at mennesket er et relasjonsvesen, betyr at mennesket er skapt for å leve i fellesskap med Gud og med sine medmennesker, konkluderer Bergem, og påpeker at ordet *“Det er ikke godt for mannen å være alene”* (1. Mos 2:18) er et sentralt utsagn i denne sammenheng:<sup>116</sup>

*“Rent konkret refererer utsagnet seg til skapelsen av kvinnen, men etter min oppfatning kan det som her sies, tolkes som å ha en langt mer omfattende gyldighet. Å være menneske, er å være en del av et større fellesskap. Det å la andre mennesker angå seg.”*<sup>117</sup>

Bergem skriver om det å leve et *“menneskeverdige”* liv, hvilket han mener betyr å leve i et fellesskap med andre mennesker og med Gud. Det å *“finne seg selv”* i psykologisk forstand er bare en side ved det å være tro mot sin gudgitte bestemmelse, sier Bergem. Følgelig er enhver antropologi som ikke inkluderer perspektivet omkring menneskets plassering i forhold til Gud og andre mennesker utilstrekkelig innenfor rammen av en kristen virkelighetsforståelse.<sup>118</sup>

Videre påpeker Bergem at det her ikke er snakk om en realiseringsmulighet, som et slags fellesskapspotensial det enkelte mennesket har, og fortsetter:<sup>119</sup>

*“Nei, det handler om menneskets “vesen” eller “essens”, om selve det å være til som et menneske.”*<sup>120</sup>

Med dette som bakgrunn, betyr det at sjelesorgen skal være opptatt av konfidentens hele liv, ikke bare dens *“indre”* verden, sier Bergem, som mener at flere sjelesorgskonsepter i stor grad har satt den enkeltes intrapsykiske tilstand i sentrum av oppmerksomheten. Videre mener Bergem at sjelesorgen i stor grad har vært preget av denne tanken tidligere, og at det i dag er stor enighet om at

---

<sup>115</sup> Bergem 2008: 55

<sup>116</sup> Bergem 2008: 69

<sup>117</sup> Bergem 2008: 69

<sup>118</sup> Bergem 2008: 70

<sup>119</sup> Bergem 2008: 70

<sup>120</sup> Bergem 2008: 70

kristen sjelesorg må være opptatt av å se den enkelte som aktør i et samspill med andre. Det betyr dermed ikke bare å møte konfidenten isolert fra ens omgivelser, sier han. Konfidentens liv ses i lys av fellesskapet og andre omgivelser, påpeker Bergem som også mener at det å vurdere fellesskapet på en kritisk måte ut i fra hvordan det påvirker den enkelte kan være en av følgene. <sup>121</sup>

### **Sjelesorgens omsorg rommer alle**

Gud har omsorg for alle mennesker, mener Bergem og refererer til et utsagn fra Luthers lille katekisme, som også inngår i Den norske kirkes offisielle trosbekjennelser: <sup>122</sup>

*“Jeg tror at Gud har skapt meg og alle andre skapninger, at han har gitt meg legeme og sjel, øyne, ører og alle lemmer; fornuft og alle sanser og fremdeles oppholder alt dette”. <sup>123</sup>*

Videre sier Bergem seg enig i Luthers forståelse av *det daglige brød*, hvor dette handler om “alt det som trengs” for legemets opprettholdelse. Slik sett viser Bergem hvordan Guds godhet, som er gitt mennesket, kommer til uttrykk gjennom Fadervårs bønn: <sup>124</sup>

*“Alt dette gir Gud - uten først å se på menneskers grad av tro, tvil og vantro eller moralske kvaliteter. Det er til sine skapninger Gud gir alt dette. Det er bildet av Skaperen som her tegnes opp.” <sup>125</sup>*

I følge Bergem innebærer sjelesorgens forståelse at “Guds skapning” binder mennesker sammen. Dette begrunner han ved å si at mennesker som møtes, lever sine liv under de samme rammemessige livsvilkårene. I forhold til det fellesskap som oppstår i sjelesorgen skriver han: <sup>126</sup>

*“Det er alltid mer som binder konfident og sjelesørger sammen enn det er som atskiller dem. Dette fellesskapet har altså et grunnlag som gjør at det i sjelesorgen er fritt frem for alt det*

---

<sup>121</sup> Bergem 2008: 71

<sup>122</sup> Bergem 2008: 86

<sup>123</sup> Mæland (red.) 1985: 283, sitert etter Bergem 2008: 86

<sup>124</sup> Bergem 2008: 86

<sup>125</sup> Bergem 2008: 86

<sup>126</sup> Bergem 2008: 87

*konfidenten bringer med seg av opplevelser og følelser og erfaringer.*“ <sup>127</sup>

Når det gjelder å utøve kristen sjelesorg, skriver Bergem at den gode Guds tanker for alle mennesker må ligge til grunn. <sup>128</sup> Når han her skriver om å vise alle mennesker gode gjerninger, poengterer Bergem at ordene Guds “barn” ikke opphever menneskets status som Guds “skapning”. Videre sier han at selv om det klart skapes et skille mellom de som har tatt i mot *ham* (Joh 1:12), og de som ikke har gjort det, er det et skille som kun Gud kjenner til. <sup>129</sup>

*“Dette innebærer at begrepet ‘medskapning’ på mange måter er et overordnet begrep, altså et begrep som for en kristen uttrykker en grunnleggende solidaritet med alle mennesker, ikke utelukkende med ‘våre søsken i troen’ (Gal 6:10)”* <sup>130</sup>

Når Bergem videre skriver om å nå Guds skapninger med “alt godt”, understreker han at dette ikke bare omhandler frelsen i Jesus Kristus. Slik sett mener han at sjelesorg som en del av kirkens vesen, er forpliktet til å rette sin oppmerksomhet mot alt det som kan gi mennesker en opplevelse av de gode ting, <sup>131</sup> uavhengig om en ønsker å bruke betegnelsen Guds “barn” om seg selv eller ei. <sup>132</sup>

I forhold til det å utøve gode gjerninger, mener Bergem at en kirke som bygger på tanken omkring den treenige Gud, ikke ene og alene kan bruke misjonsbefalingen som utgangspunkt for diakonalt og sjelesørgerisk arbeid. <sup>133</sup>

### **Sjelesorgens virkelighetsperspektiv**

Når det gjelder syndefallet, vil sjelesørgere være klar over at samtalen foregår i en fallen verden, hvor Guds rike er brakt nær, skriver Bergem. Og videre; sjelesorgen lever i en spenningen mellom Guds “allerede nå” og hans “ennå ikke”, sier han. <sup>134</sup>

---

<sup>127</sup> Bergem 2008: 87

<sup>128</sup> Bergem 2008: 87

<sup>129</sup> Bergem 2008: 88

<sup>130</sup> Bergem 2008: 88

<sup>131</sup> Bergem 2008: 87

<sup>132</sup> Bergem 2008: 89

<sup>133</sup> Bergem 2008: 87

<sup>134</sup> Bergem 2008: 87

*“Denne kunnskapen er imidlertid en del av enhver sjelesørgers forståelseshorison, ikke nødvendigvis en del av tematikken i den enkelte sjelesorgsamtalen.”*<sup>135</sup>

I dette perspektiv ser sjelesorgen og sjelesørgeren alle menneskers liv, også konfidentens, uavhengig av hans eller hennes bakgrunn og ståsted, skriver Bergem. Følgelig sitter sjelesørger inne med en kunnskap som i mange tilfeller sprenger de forestillingene konfidenten selv har med seg, ettersom disse gjerne ikke har sin plass innenfor troskollektivet. I dette ligger en utfordring, påpeker Bergem:<sup>136</sup>

*“Akkurat dette er for øvrig noe av det som stiller store krav til sjelesørgeren om å være en tydelig person, samtidig som denne tydeligheten må utøves med stor respekt for konfidenten som en fullt ut likeverdig person.”*<sup>137</sup>

Trosvirkeligheten er til stede i sjelesorgrommet ettersom sjelesørgeren har sin kirkelige forankring, uansett hvilke forutsetninger konfidenten måtte ha av tro, tvil eller vantro, mener Bergem. Dette perspektivet er sjelesørgerens hovedansvar å ivareta, uansett hva som måtte dukke opp i samtalen, skriver Bergem, og fortsetter:<sup>138</sup>

*“For selv om den konkrete sjelesorgsamtalen alltid starter i konfidentens egen opplevelse, er perspektivet ikke desto mindre til stede i og med sjelesørgerens forankring i kirkens tro og kultiske liv.”*<sup>139</sup>

### **Sjelesorg som endringsarbeid**

Når Bergem skriver om sjelesorg, betegner han det som en form for endringsarbeid. I et slikt utsagn ligger det en tanke om at mennesker har en mulighet til å forandre seg, noe som også vil være intensjonen for sjelesorgen. Når et menneske søker sjelesorg, vil det alltid være en tanke om at det skal skje en endring hos konfidenten. Endringene som Bergem tenker på, omhandler grunnleggende

---

<sup>135</sup> Bergem 2008: 87

<sup>136</sup> Bergem 2008: 87

<sup>137</sup> Bergem 2008: 88

<sup>138</sup> Bergem 2008: 88

<sup>139</sup> Bergem 2008: 88

holdnings- eller tolkningsendringer. Sjelesorgen vil tenke om konfidenten som “*ansvarlig subjekt i eget liv*”, hvor fokus for sjelesorgen vil være å hjelpe konfident til å ta egne valg som vedkomne selv betrakter som ønskelige eller riktige, dette for å gjøre endringer i ens eget liv. <sup>140</sup>

Med dette som bakgrunn, mener Bergem at sjelesorgen kan betraktes som et frigjøringsarbeid, og refererer videre til Ziemer: <sup>141</sup>

*“Sjelesorg skaper ikke friheten, men gjennom den kan mennesker bli ledsaget på veien inn i friheten. I denne sammenhengen betyr frihet: å kunne være seg selv, å leve som subjekt, ikke objekt. Frihet betyr: å gå egne skritt, utforme livet på en selvstendig måte, overta ansvaret.”* <sup>142</sup>

### **2.3.3 Sjelesorgens relasjonelle egenart: møte mellom konfident og sjelesørger**

#### **Ytre påvirkning**

I følge Bergem er det metodisk sett samtalen som dominerer i kristen sjelesorg. Likevel blir det for snevert å si at sjelesorgen, og ikke minst møte mellom sjelesørger og konfident, kun handler om å snakke sammen ansikt til ansikt: <sup>143</sup>

*“Sjelesorg kan utøves også på andre måter, for eksempel i form av et brev eller en skriftlig betraktning, ja, også gjennom tekstmelding på en mobiltelefon eller ved å gå til de mange digitale møterommene som i dag er tilgjengelige - med eller uten hjelp av et videokamera. En andakt, tale eller preken kan også være slik at den av noen oppleves som et stykke god sjelesorg. Allikevel er det den muntlige samtalen mellom to personer - eller noen få personer i en gruppe - som i dag utgjør selve grunnformen for kristen sjelesorg.”* <sup>144</sup>

Videre skriver Bergem at det ikke bare er ordene som betyr noe, og hevder at situasjonen i sin helhet har betydning for selve den verbale kommunikasjonen: <sup>145</sup>

---

<sup>140</sup> Bergem 2008: 158

<sup>141</sup> Bergem 2008: 159

<sup>142</sup> Bergem 2008: 159

<sup>143</sup> Bergem 2011: 48

<sup>144</sup> Bergem 2011: 48

<sup>145</sup> Bergem 2011: 49

*“Møtet mellom sjelesørger og konfident skjer for det første på et bestemt sted. Allerede stedsvalget legger en del premisser for selve samtaleprosessen.”* <sup>146</sup>

De fysiske omgivelsene kombinert med sjelesørgerens atferd eller væremåte spiller en viktig rolle for samtalens utvikling. Sjelesørgerens væremåte i startfasen kan ha en avgjørende betydning med tanke på relasjonens videre forløp. <sup>147</sup> Dette handler også om tilstedeværelse, og det å virkelig bli sett av sjelesørger. Uttrykt på en annen måte sier Bergem det slik: <sup>148</sup>

*“Å gi oppmerksomhet, handler om å gjøre sitt til at konfidenten får en opplevelse av å være verdifull. Ved å gi oppmerksomhet, formidler sjelesørgeren et budskap om at konfidenten er viktig og verdifull nok til å kunne legge beslag på en annen persons tid.”* <sup>149</sup>

Tid er noe som aldri kan “gjenvinnes”. Følgelig vil den tid som en gir til andre aldri kunnes brukes til noe annet. Den som gir av sin tid, gir altså fra sitt eget liv, konkluderer Bergem, som videre mener at giver deler ut en helt personlig og uerstattelig gave. <sup>150</sup>

### **2.3.4 Kroppen i sjelesorgens rom**

#### **Historisk perspektiv**

I følge Bergem har den kristne kirke opp gjennom historien utsatt sjelesorgen for mye uklarhet, ettersom den har båret med seg den platonske eller gnostiske arven: Det dualistiske menneskesynet har lagt føringen for tolkningen av sjelesorgen. <sup>151</sup>

*“Dette tankegodset (gnostisismen) har bidratt til at kirken i mange sammenhenger har innført en gradering av mennesket - hvor sjelen har blitt vurdert som viktigere enn kroppen.”* <sup>152</sup> (Min parentes).

---

<sup>146</sup> Bergem 2011: 49

<sup>147</sup> Bergem 2011: 49

<sup>148</sup> Bergem 2011: 75

<sup>149</sup> Bergem 2011: 75

<sup>150</sup> Bergem 2011: 75

<sup>151</sup> Bergem 2008: 49

<sup>152</sup> Bergem 2008: 49

Grunnen til denne graderingen er sjelens evighetsverdi, hvilket kroppen ikke har. Videre var de før-kristne greske filosofer opptatt av å forende og pleie menneskets midlertidige sjel, mens kirken på sin side konsentrerte seg om menneskets gudommelige sjel. Følgelig var denne sjelen nærmere Gud, enn kroppen. Allerede på denne tid oppsto grupperinger mellom kristne og “superkristne” som et resultat av at noen ble betraktet som mer hellige enn andre: nemlig de som *“avsto fra å få sine ‘kroppslige’ behov tilfredsstilt.”*<sup>153</sup>

Selv om man finner tekster i bibelen hvor en beskriver mennesket som “kropp”, “ånd” og “sjel”, hevder Bergem en slik språkbruk ikke har sine røtter fra et dualistisk menneskesyn.<sup>154</sup>

*“Den har tvert imot sin rot i en helthetsforståelse av mennesket, hvor det er helhetsperspektivet som er det helt avgjørende.”*<sup>155</sup>

### **Sarx - den bortvendte kropp**

Når Bergem søker å finne ut hva sjelesorgen skal ha omsorg for, leter han etter svar på hvordan vi skal forstå kroppen i det hele. I forlengelsen av dette, mener han at menneskekroppen som materie, ikke er noe uvesentlig eller mindreverdig i forhold til resten, og at hele mennesket kan forstås som “sjel”.:<sup>156</sup>

*“Da mennesket fikk Guds ‘livspust’ og ble til en ‘levende sjel’, var dette noe som skjedde med hele mennesket. Den ‘levende sjelen’ omfatter også den ‘jord fra marken’ som Gud blåste livspusten inn i.”*<sup>157</sup>

Bergem viser til to ulike ord på gresk, nemlig “sarx” og “soma” som kan oversettes til “kropp”, “kjøtt” eller “legeme”, hvor ordet “sarx” oftest brukes for å fremheve forskjellen mellom mennesker og Gud. I paulinsk litteratur brukes det gjerne som et uttrykk for mennesket som er

---

<sup>153</sup> Bergem 2008: 49

<sup>154</sup> Bergem 2008: 49-50

<sup>155</sup> Bergem 2008: 50

<sup>156</sup> Bergem 2008: 52

<sup>157</sup> Bergem 2008: 52



bortvendt fra Gud, eller som har et ønske eller trang til å vende Gud ryggen.<sup>158</sup> I følge Paulus, kan ikke “sarx” og blod arve Guds rike.<sup>159</sup> Med dette utsagn som bakgrunn påpeker Bergem at mennesket - som sarx - er utsatt for angrep fra “synden”. Når det gjelder motsetningen mellom mennesket som “sarx”, og Gud/Ånd som “pnevma”, hevder Bergem at denne ulikheten tydeligst kommer frem i Gal 5:17:<sup>160</sup>

*“For vår onde natur (sarx) står med sitt begjær Ånden (‘pnevma’) imot, og Ånden (‘pnevma’) står imot vår onde natur (sarx)”.*<sup>161</sup> (Min parentes).

Tidlig i oldkirken ble mennesket som “kropp” i stadig større grad tolket ut fra det paulinske innholdet i begrepet “sarx”, skriver Bergem, og fortsetter:<sup>162</sup>

*“Dette negativt ladete begrepet skjøv til side det mer nøytrale eller positive begrepet for kropp. Nyansene i det bibelske bildet av mennesket som kropp ble dermed praktisk talt borte.”*<sup>163</sup>

Samtidig som dette negativt ladete begrepet fikk rotfeste ble også menneskets seksualitet knyttet til ordet “sarx”, og kroppen som materie ble sett på som mindreverdige og syndefull. Denne sammenkoplingen har frem til i dag hatt en avgjørende betydning for kirkens ambivalente forhold til den seksuelle siden av det å være mennesket, hevder Bergem. En annen konsekvens av et slikt negativt syn på kropp har medført til at kvinnen har blitt nedvurdert, i forhold til menn:<sup>164</sup>

*“Den har også - med utgangspunkt i kirkens tradisjonelle mannsdominans - medført en nedvurdering av kvinnen, fordi kvinnen har vært gjenstand for mannens seksuelle begjær. Ikke minst feministsjelesorgen har påpekt hvordan en slik negativ holdning til seksualiteten på denne måten nesten har demonisert kvinnen, og middelalderens hekseprosesser er et*

---

<sup>158</sup> Bergem 2008: 53

<sup>159</sup> 1. Kor 15:50, gjengitt etter Bergem 2008: 53

<sup>160</sup> Bergem 2008: 53

<sup>161</sup> Gal 5:17, sitert etter Bergem 2008: 53

<sup>162</sup> Bergem 2008: 54

<sup>163</sup> Bergem 2008: 54

<sup>164</sup> Bergem 2008: 54

*grotesk eksempel på at denne demoniseringen faktisk ble gjennomført til sin ytterste konsekvens.*”<sup>165</sup>

Den tidlige forståelsen av det hele mennesket som en levende sjel, skapt av Gud, ble etterhvert i stor grad erstattet med tanken om at kroppen og alt det kroppslige var mindreverdige. Som en del av denne utviklingen tilføyer Bergem at menneskets kropp istedet ofte blir forstått som en arena hvor Satan kan få spillerom og ankerfeste.<sup>166</sup>

I forlengelsen av den nevnte sammenkoblingen omkring den mindreverdige kroppen, trekker Bergem inn ordet “kjød” som nå ofte oversettes med “syndige natur”, som eksempel: <sup>167</sup>

*“Vi fulgte lystene i vår syndige natur og lot oss lede av den og av våre egne tanker”.*<sup>168</sup>

Bergem poengterer at det her i utgangspunktet er snakk om det bortvendte mennesket, sarx, og dets gjerninger som springer ut fra en slik “bortvendthet” i sitt forhold til Gud. Videre trekker han inn Gal 5: 19-21, hvor det er snakk om gjerninger som fører til denne “bortvendtheten”. I forlengelsen av det, påpeker han at disse gjerninger omfatter en mye større del enn kun det som har med seksualitet å gjøre: <sup>169</sup>

*“Her (Gal 5: 19-21) nevnes riktignok ‘hor’ som en av disse ‘sarx’ gjerninger’, men så følger ‘fiendskap, strid, selvhevelse, partier og misunnelse’ og mye mer som overhodet ikke kan knyttes til seksualiteten.”*<sup>170</sup> (Min parentes).

“Kjødets lyster” eller “lystene i vår syndige natur” i den kristne tradisjon har lagt tyngden på det som har med seksuelle lyster å gjøre. Følgelig har andre lyster kommet i bakgrunnen. Når Bergem forsøker å forklare hvorfor det har vært slik, sier han dette henger sammen med en uheldig sammenblanding av den bibelske forståelsen av mennesket som, på den ene siden “kropp”, og den

---

<sup>165</sup> Bergem 2008: 54

<sup>166</sup> Bergem 2008: 54

<sup>167</sup> Bergem 2008: 54

<sup>168</sup> Bergem 2008: 54

<sup>169</sup> Bergem 2008: 54

<sup>170</sup> Bergem 2008: 54

andre siden “kjød”. Videre eksemplifiserer Bergem hvordan kroppslig nytelse ved samleiet ble neddyttet i tidlig middelalder: <sup>171</sup>

*“Allerede i tidlig middelalder ble det for eksempel fra kirkens side påpekt at samleiet utelukkende skal stå i forplantningens tegn, og at det absolutt ikke skal finne sted som følge av et ønske om å oppleve en ‘kjødelig’ nytelse. Og skulle samleiet allikevel føre til en slik nytelse, så må partene angre og be Gud om tilgivelse - fordi de har gått ut over Guds hensikt med denne foreningen.”* <sup>172</sup>

### **Kroppsspråk**

I sjelesorgen er det viktig å lytte til konfidenten. Likevel er ikke lydene som kommer når vi snakker nødvendigvis avgjørende for kommunikasjon mellom mennesker: <sup>173</sup>

*“Også personer som mangler - eller har nedsatt - hørselsevne, kan delta i en samtale, for eksempel ved hjelp av tegnspråk.”* <sup>174</sup>

Det å gi hele sin oppmerksomhet til hverandre er en forutsetning for at en slik samtale skal kunne fungere. Det betyr at partene må være konsentrerte, og forstyrrende elementer må villes og kunnes stenges ute. <sup>175</sup>

*“Dersom en samtale foregår på andre måter enn ved hjelp av talte ord, er den altså absolutt avhengig av at det finnes en slik gjensidig oppmerksomhet. Den som ‘snakker’, må oppleve at den andre retter hele sin oppmerksomhet mot ham eller henne. Bare om det skjer, kan det finne sted en virkelig samtale der deltakerne utveksler informasjon med hverandre.”* <sup>176</sup>

Bergem poengterer viktigheten av bevissthet rundt kroppsspråk, ettersom oppmerksomhet både blir formidlet gjennom ord og kropp. Videre refererer han til de svenske psykologene Barth og Näsholm

---

<sup>171</sup> Bergem 2008: 54-55

<sup>172</sup> Bergem 2008: 55

<sup>173</sup> Bergem 2011: 75

<sup>174</sup> Bergem 2011: 75

<sup>175</sup> Bergem 2011: 75

<sup>176</sup> Bergem 2011: 75

som skriver om ikke-verbal kommunikasjon: <sup>177</sup>

*“Hvis signalene fra den ikke-verbale kommunikasjonen ikke er preget av oppmerksomhet og respekt, er det nesten umulig å kompensere med ord.”* <sup>178</sup>

Ofte vil det være samsvar mellom den verbale og den non-verbale kommunikasjonen. I slike tilfeller vil det være enkelt for sjelesørger å fortsette samtalen, ettersom begge parter er inne på det samme området. Dersom sjelesørger sitter inne med en oppfatning av at det som blir sagt, ikke samsvarer med det som blir uttrykt gjennom kroppen er det verre, mener Bergem, og fortsetter: <sup>179</sup>

*“I slike situasjoner kan det være god grunn for sjelesørgeren til å velge å gå nærmere inn på budskapet han eller hun mener å ‘høre’ gjennom det kroppen sier.”* <sup>180</sup>

Ut i fra mange undersøkelser innenfor psykoterapi er det mye som tyder på at kroppsspråket er mer til å stole på enn det som blir sagt. Grunnen til dette er fordi en person som regel har større kontroll over det verbale, kontra det non-verbale, hevder Bergem og påpeker viktigheten av å prøve og få tak i det kroppsspråket sier: <sup>181</sup>

*“De følelsene som konfidenten sitter med, kan ofte være atskillig tydeligere gjennom kroppsspråket enn gjennom ordene. Ordene kan langt på vei kontrolleres ved hjelp av tanken, men kroppen derimot i langt større grad formidler det som skjuler seg bak tanken og ordene.”* <sup>182</sup>

Et viktig fokus for sjelesørgeren vil være å holde sammen ordene og de følelsene som omgir ordene, sier Bergem, og konkluderer; *“slik at sjelesørgeren kan få tak i det som virkelig trykker på og gjør*

---

<sup>177</sup> Bergem 2011: 76

<sup>178</sup> Barth og Näsholm 2007: 45, sitert etter Bergem 2011: 76

<sup>179</sup> Bergem 2011: 79

<sup>180</sup> Bergem 2011: 79-80

<sup>181</sup> Bergem 2011: 80

<sup>182</sup> Bergem 2011: 80

vondt.”<sup>183</sup> Videre refererer Bergem til Ziemer som mener “sjelesorg er arbeid med følelser”.<sup>184</sup>

*“Den som vil nå inn til det som gjør vondt, må altså lytte ikke bare til ordene, men også følelsene. Her kommer altså kroppsspråket inn i bildet.”*<sup>185</sup>

Når Bergem skriver om å lytte på en “aktiv” måte, poengterer han viktigheten av å få tak i de virkelig sterke følelsene, uansett om konfidenten prøver å sette ord på de eller ikke.<sup>186</sup>

*“Når vi bruker begrepet på denne måten, kan vi si at sjelesorgens samtalekunst i overveiende grad handler om akkurat dette - å være en lyttende medvandrer.”*<sup>187</sup>

Det å tyde konfidentens smerter og sår gjennom kroppsspråk er et viktig og verdifullt hjelpemiddel i kommunikasjonen:<sup>188</sup>

*“Å bruke dette språket som et hjelpemiddel til å bli kjent med konfidenten, fange opp budskapet - altså få tak i hva det er som virkelig smerter og gjør vondt -, kan gjøre sjelesørgeren i stand til å oppnå en kontakt med konfidenten som ellers ville ha vært umulig.”*<sup>189</sup>

## **Den syke kroppen**

I følge Bergem finnes det stor grad av enighet om at mye av den kunnskapen og innsikten en har fra psykologien og psykoterapiene har en plass innenfor sjelesorgen. Samtidig finnes også en stor uenighet når det gjelder å kartlegge hvilken autoritet kunnskapen skal ha, og ikke minst hvilke kjennetegn som skal være gjeldene ut i fra valg av hvilken kunnskap som skal anvendes.<sup>190</sup>

I forhold til den “syke kropp”, ligger det i terapien en tanke om at det “syke” kan helbredes,

---

<sup>183</sup> Bergem 2011: 80

<sup>184</sup> Ziemer, sitert etter Bergem 2011: 80

<sup>185</sup> Ziemer, gjengitt etter Bergem 2011: 80

<sup>186</sup> Bergem 2011: 80

<sup>187</sup> Bergem 2011: 80

<sup>188</sup> Bergem 2011: 80

<sup>189</sup> Bergem 2011: 83

<sup>190</sup> Bergem 2008: 180

hevder Bergem. Videre er det som mål for pasienten at dens subjektive livsopplevelse skal bedres, samtidig som evnen til mestring skal styrkes. Det som måtte ligge utenfor dette feltet er stort sett uinteressant, med mindre det kan bidra til å oppklare relevant informasjon. <sup>191</sup>

Når det gjelder sjelesorgen derimot, ses konfidenten ut i fra et trosperspektiv, ikke ut i fra hans eller hennes symptomer, skriver Bergem. Sjelesorgen jobber først og fremst ut i fra at konfidenten er en Guds skapning, og at Gud ønsker å skjenke mennesket med godhet. Følgelig ligger grunnlaget fra Guds side: <sup>192</sup>

*“Det handler om en person som er elsket av Gud, en person som daglig omfattes av Guds omsorg, en person som Gud ønsker et levende fellesskap med - både her i verden og i den kommende.”* <sup>193</sup>

I psykoterapien er det ofte slik at terapeutens egen tro og eget livssyn stort sett er et ikke-tema, mens det forventes i sjelesorgen at sjelesørger er bærer av en kristen tro, skriver Bergem og refererer til Ziemer: <sup>194</sup>

*“I sjelesorgen kan det mennesket som søker råd, gå ut i fra at den som sitter ovenfor ham, har et personlig forhold til (kristen-)troen”.* <sup>195</sup>

Nettopp denne realiteten er viktig for sjelesorgen; for mens psykoterapien kan finne det nytteløst å fortsette ved et bestemt stadie, blir troen hos en sjelesørger argumentet for å kunne fortsette sjelsorgens arbeid i møte med et individ: <sup>196</sup>

*“For i Guds øyne finnes det ingen ‘håpløse tilfeller’, ingen som er ‘oppgitt’”* <sup>197</sup>

---

<sup>191</sup> Bergem 2008:198

<sup>192</sup> Bergem 2009: 199

<sup>193</sup> Bergem 2008: 199

<sup>194</sup> Bergem 2008: 199

<sup>195</sup> Ziemer, sitert etter Bergem 2008: 199

<sup>196</sup> Bergem 2008: 199

<sup>197</sup> Bergem 2008: 199

### 2.3.5 Oppsummering

Gjennom analysen av Bergems bidrag har vi sett at det finnes ulike tanker om hva sjelesorg er, hvilken funksjon den skal ha og ikke minst *hvorfor* en skal drive sjelesorg. Når det kommer til begrunnelsen av sjelesorgen må den analyseres og vurderes på en teologisk sett forsvarlig måte, samt reflekteres over - også den sjelesorg en selv utøver. Hos Bergem er forøvrig ekklesiologi og antropologi to sentrale kilder som sjelesorgen begrunnes ut i fra. Videre er mennesket et relasjonsvesen, og kan leve et “menneskeverdige” liv i fellesskap med andre. Her kan individet la andre mennesker angå en selv. I forlengelsen av dette rommer sjelesorgen hele mennesket, samtidig som Guds omsorg er for alle, noe som for øvrig kommer til uttrykk gjennom Fadervårs bønn. Videre befinner vi oss i en fallen verden hvor sjelesorgen lever i en spenning mellom Guds “allerede nå” og hans “ennå ikke”. Denne kunnskapen må sjelesørgere forholde seg til selv om konfidenten ikke måtte leve med den samme forståelseshorisonten. Uansett ståsted i forhold til tro og tvil har sjelesorgens konfidenter mulighet til å gjøre grunnleggende holdnings- eller tolkningsendringer. Derfor kan sjelesorgen betraktes som et frigjøringsarbeid.

Selv om det metodisk sett er samtalen som dominerer i kristen sjelesorg når det gjelder den relasjonelle egenart, handler det om mye mer enn å snakke sammen ansikt til ansikt. Ulike arenaer kan tas i bruk ettersom disse har en betydning for den verbale kommunikasjon.

Sjelesorgen har opp gjennom historien vært preget av den platonske eller gnostiske arven hvor et dualistisk menneskesyn var rådene. I tillegg har det greske negative ordet for kropp, “sarx”, vært fremtredende mens det mer positive ordet “soma”, har stått i bakgrunnen. Dette har ført til at mennesket har blitt påvirket til å avstå fra sine kroppslige lyster, i hovedsak det som omhandlet ens egen seksualitet.

Når vi møter sjelesorgens konfidenter er det viktig å “lytte” til vedkomnes kroppsspråk ettersom dette i større grad er mer til å stole på enn det som blir sagt, da en ofte har større kontroll over det verbale språk i forhold til det non-verbale. Derfor er det også viktig at sjelesørgere signaliserer med hele seg at de virkelig lytter.

I forhold til den syke kropp ses konfidenten ut i fra et tropspektiv, og ikke vedkomnes symptomer. Mens andre terapiformer kan finne det nytteløst å fortsette, betyr det at sjelesorgen alltid har en vei å gå ettersom ingen er oppgitt av Gud, og da heller ikke i sjelesorgen.

## 2.4 Analyse av integrativ terapi

### 2.4.1. Innledning

I dette kapittel vil jeg se på grunnleggende tanker om integrativ terapi. Ettersom integrativ terapi er påvirket av blant annet Merleau-Ponty og hans tanker om kroppens fenomenologi ser jeg det naturlig å skrive om hans perspektiver. Videre vil jeg se på hvilken forståelse av menneskesyn integrativ terapi opererer med, og hvordan integrativ terapi forholder seg til klienten. I forlengelsen av det tar jeg for meg et konkret eksempel av hvordan tegning, som en del av integrativ terapi kan brukes i møte med disse. Til sist vil jeg gi en oppsummering av dette kapittelet som jeg vil trekke frem i neste kapittel, nemlig drøftingsdelen.

#### Kilder

Av kildebruk har jeg hentet stoff fra en artikkel skrevet av Hilarion G. Petzold, "*Integration und Kreation*", HRSG; *Modelle und Konzepte der Integrativen Terapi. Agogik und Arbeit mit Kreativen Medien. Junfermann Verlag 1993, Bind 1*, oversatt og bearbeidet til norsk av Svein Robberstad på nettstedet for norsk forening for integrativ terapi: [www.integrativ-terapi.no](http://www.integrativ-terapi.no).

Jeg har også brukt heftet *Vitenskapstreet: Forklarings- og erkjennelsesmodell for teori og praksis i Integrativ terapi*, 1994, av Svein Robberstad.

Videre har jeg hentet stoff fra *integrativ kunst- og kreativitetsterapi*, en artikkel skrevet av Ingunn Vatnøy, i *Tidsskrift for integrativ terapi og supervisjon*, 1/2009, og *Kroppens fenomenolog*, en artikkel skrevet av Torill S. Linnerud i *Tidsskrift for integrativ terapi*, 6/2006. Boken *Skammens spor - avtrykk i identitet og relasjoner*, 2011, skrevet Marie Farstad har også blitt tatt flittig i bruk, særlig omkring den siste del i dette kapittel hvor jeg ser på et konkret eksempel ved bruk av tegning i møte med en klient.



## 2.4.2. Innføring i integrativ terapi

*“Integrativ terapi er en helhetlig terapeutisk retning som omfatter psykoterapi, kroppsterapi, sosioterapi og arbeid med kreative medier.”* <sup>198</sup>

### Grunnleggende synspunkter

Integrativ terapi har i følge Hilarion Petzold, flere måter å jobbe med mennesket på, hvor utgangspunktet ligger i å forstå mennesket i sosial og økologisk sammenheng. En viktighet for den integrative terapien er å utvikle felles grunnbegreper og betegnelser på tvers av skoleretninger. Samtidig er det også viktig at de ulike retningers bidrag ikke blir forsømt, men blir ivaretatt. Grunnlaget for denne tanken er å motvirke ensidighet innen behandling. Slik sett, skriver Petzold, vil formålet være å la de ulike tradisjoner påvirkes gjensidig av hverandre, noe som vil føre til at en vil se tradisjonen fra ens eget ståsted i et nytt perspektiv. Dette vil igjen kunne styrke kvaliteten på det terapeutiske arbeid, mener han. <sup>199</sup>

Integrativ terapi legger opp til å vise hvordan flere teoretiske posisjoner legges sammen, noe som forklares gjennom vitenskapstreet:

### Vitenskapstreet

*“Vitenskapstreet danner et stillas, en struktur som både er innholdsoversikt og genealogi (stamtre), overflate og dybdestruktur. Det viser rekkevidden og omriss av en vitenskapelig disiplin”* <sup>200</sup>

Vitenskapstreet har som hensikt å tydeliggjøre visse strukturer som er grunnleggende for alle anvendte humanistiske vitenskaper. <sup>201</sup> Bruken av vitenskapstreet er en god metafor på grunn av sitt mangfoldige begrepsinnhold: rot, stamme, krone, forgreining, jording, rotfeste, livstre, økologi, mangfold, enhet, stamtre osv, skriver Petzold. <sup>202</sup>

---

<sup>198</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>199</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>200</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad 1994: 10

<sup>201</sup> Petzold 1993, gjengitt av Robberstad 1994: 10

<sup>202</sup> Petzold 1993, gjengitt av Robberstad 1994: 10

Ved hjelp av vitenskapstreet, som er en ordningsstruktur, kan en avklare egen posisjon gjennom et utvalg av kompatible teoretiske konsepter og metodiske fremgangsmåter. Målet vil ikke være å begrense blikket til disse teoriene og metodene, mener Petzold, og trekker frem “flerperspektivet”: Vitenskapstreet åpner på denne måten opp for å betrakte teorier og metoder fra flere perspektiver. Slik sett kan en få en ny forståelse ettersom mulige motstridende teoriposisjoner kan åpne perspektiver, gi korrektiver til ens eget standpunkt og oppklare praksissituasjoner.<sup>203</sup>

Den integrative tilnærmingen kan samlet sett ses i tre perspektiver: Metamodell, terapeutisk tilnærming og praksisteori.<sup>204</sup>

### **Metamodell**

Integrativ terapi bygger på kombinasjon av kultur og tiltak som skal fremme sunnhet og helbredelseskunst. Dette har som formål å motvirke tingliggjøring, isolasjon og fremmedgjøring i det menneskelige fellesskap. Nøkkelbegrepet i denne retningen vil være “det skapende menneske”, og hvordan individet utvikler seg i samspill med andre mennesker. Videre nevner Petzold “flerperspektivet”, om hvordan ulike menneskers felles erfaring og drøfting løfter frem “det skapende menneske”.<sup>205</sup>

### **Terapeutisk tilnærming**

Petzold hevder at et viktig fokus for integrativ terapi er å sammenfatte ulike metoder og teknikker på tvers av ulike skoleretninger, og befinner seg derfor innen en livslang utviklingspsykologi. Videre dannes klinisk teori ut fra grunnlag av sammenlignede terapiforskning og utvikling av overordnede begreper.<sup>206</sup>

### **Praksisteori**

Praksisteori har sin kilde fra ulike terapeutiske retninger:

---

<sup>203</sup> Petzold 1993, gjengitt av Robberstad 1994: 11

<sup>204</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>205</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>206</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

*“Praksisteorien henter tilfang fra alle terapeutiske hovedstrømninger innen psykoanalyse, kognitiv terapi, humanistisk terapi, kroppsterapi (gestalt og psykodrama) og arbeid med kreative medier som dans, musikk, billedkunst.”* <sup>207</sup>

Disse ulike hovedstrømningene utgjør totalt sett et sammenhengende behandlingskonsept, hvor det lar seg gjøre å lage fleksible tilpasningsmuligheter, mener Petzold. Fokuset vil her være å behandle det hele mennesket (kropp-sjel-ånd) i individuell og samfunnsmessig sammenheng. Sentralt i denne tanken står aktiv støtte til menneskets skaperkraft, som kan helbrede å lindre. Videre vil innsikt i enkeltkomponenter i klientens liv spille inn på den terapeutiske prosessen, mener Petzold. Dersom en avklarer disse enkeltkomponentene kan en videre utvikle strategier som gjør det mulig å bearbeide tidligere mangler og skader, og dermed positivt planlegge fremtiden. <sup>208</sup>

Om integrativ terapi i forhold til pasienten skriver Petzold dette:

*“Pasienten trenger bærekraftig kontakt, ekte forståelse for sine lidelser, konkret hjelp i det daglige. Innsikt i forholdet til omgivelsene i fortid, nåtid og fremtid, bevissthet om egen kropp, plass for følelsesmessig uttrykk og sosial tilknytning. Alt dette trenger mennesket for å bli sunt, og dette må psykoterapien bidra til for å være effektiv. Derfor må vi gjøre rede for alle kreative metoder og medier som tjener til heling og utvikling. Dette er den kurs Integrativ terapi har stukket ut.”* <sup>209</sup>

## **Utviklingsteori og personlighetsteori**

*“Antropologien (læren om mennesket som artsvesen) og personlighetsteorien (det som vil forklare menneskelig atferd) må korrespondere. Siden mennesket betraktes som sam-eksisterende i verden, vurderes også personlighetsutviklingen som inter-aksjonal.”* <sup>210</sup>

Når integrativ terapi skal beskrive utvikling av et menneskets personlighet, tas samhandlings- og sosialiseringsteoretiske begreper i bruk, idet de støtter seg til moderne spedbarns- og

---

<sup>207</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>208</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>209</sup> Petzold 1993, sitert etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>210</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

småbarnsforskning. Funnene som gjøres utvikler nye paradigmer, og utfordrer flere “grunnsannheter” innen psykoanalysen, skriver Petzold. Her ser vi hvordan ko-respondens, altså samhandlingsprosesser, spiller inn på et menneske; “Mennesket blir man bare ved sine med-mennesker”. Videre vil også et menneskets identitet påvirkes av sosial sammenheng, identifikasjon og verdiorientering. Følgelig vil et individ stadig være i en prosess hvor det formes livet ut, ettersom det speiles i medmennesker og omverdenen. Petzold påpeker dermed at voksenlivets psykologi ikke skal neddysses til fordel for barndommens.<sup>211</sup>

Petzold skriver at av en biologisk organisme utvikles det et “arkaisk kroppsselv”. Dette kroppsselvet sanser, samler opp erfaringer og reagerer allerede i livmoren, som i slutten av de første leveår videreutvikler et “reflekterende selv.” JEG ser MEG, skriver Petzold, som forklarer videre:

*“Det jeg`et som ved tolv måneders alder gjenkjenner mor i speilet, som fra atten måneders alder gjenkjenner seg selv, og som i løpet av andre og tredje leveår oppdager hvordan det blir opplevd av andre,- utvikler gjennom disse prosessene sin identitet. Et kroppsselv med innsikt i sitt jeg og sin identitet, kaller vi ‘et modent selv’. Identiteten endrer seg gjennom livet under påvirkning av sosial sammenheng, identifikasjon og verdiorientering.”<sup>212</sup>*

Et menneskets biografi, en personlig historie skapes på denne måten, sier Petzold. Videre er integrativ personlighetsmodell et samlebegrep for integrativ terapi som forsøker å forene personlighetspsykologisk forskning med deler av kunnskapen fra de ulike psykoterapeutiske retninger, sier Petzold.<sup>213</sup>

---

<sup>211</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>212</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>213</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

### 2.4.3 Kroppens fenomenologi

Linnerud skriver i en artikkel om utviklingen av integrativ terapi, og at den i de første år ble sterkt preget av den franske eksistensialistiske<sup>214</sup> og fenomenologiske<sup>215</sup> filosofi. Videre refererer hun til Petzold som skriver:<sup>216</sup>

*“Vi (Hilarion G. Petzold og Johanna Sieper 1988) studerte på 60-tallet hos Gabriel Marcel, lyttet til Paul Ricour og Michel Foucault og ble sterkt påvirket av Merleau-Ponty og Satre... Disse kildene førte også til hermeneutikken som bestemte vår praksis helt fra starten. Integrativ terapi kan bare forstås på denne bakgrunn.”*<sup>217</sup>

#### Merleau-ponty og den menneskelige kroppen

Videre refererer Linnerud til Duesund som skriver at Merleau-Ponty gav kroppen prioritering fremfor bevissthet innen den fenomenologiske bevegelse.<sup>218</sup> Også Farstad trekker inn Merleau-Ponty idet hun skriver om den fenomenale kropp:<sup>219</sup>

*“Merleau-Ponty har skrevet om kroppen på en måte som bringer en helt annen forståelse av mennesket som kropp enn hva den tradisjonelle vestlige tenkning og medisin omfatter, hvor sistnevnte i stor grad kan beskrives gjennom perspektivet at mennesket har en kropp. Merleau-Pontys syn på kroppen gir et helt annet perspektiv, nemlig at mennesket er sin kropp.”*<sup>220</sup>

Farstad mener utsagnet gir en god forståelsesramme for sammenhengen mellom kropp og følelser, og hvordan opplevelser setter spor i kroppen. Fenomenologien er opptatt av å beskrive hvordan ulike fenomen fremtrer for oss, hvordan vi erfarer tingene, ikke hvordan de objektivt “er”.<sup>221</sup>

---

<sup>214</sup> En filosofi om den menneskelige eksistens. Med den franske filosof Gabriel Marcel (1889-1973) tar den moderne franske eksistensfilosofi form (Grøn et al., 1996).

<sup>215</sup> Fenomenologi (av gresk *phainomenon*; det som viser seg og *logos*; lære), er læren om det som viser seg (kommer til syne, fremtrer) for bevisstheten (Grøn et al., 1996).

<sup>216</sup> Linnerud 2006: 12

<sup>217</sup> Petzold, sitert etter Linnerud 2006: 12

<sup>218</sup> Duesund, gjengitt etter Linnerud 2006: 12

<sup>219</sup> Farstad 2011: 146

<sup>220</sup> Merleau-Ponty, gjengitt etter Farstad 2011: 146

<sup>221</sup> Farstad 2011: 146

Slik sett vil den opplevde virkeligheten være i fokus, skriver Farstad, og refererer til Duesund, som mener oppmerksomheten har sitt utgangspunkt i det subjektivt erfarende menneske. I forlengelsen av utsagnet skriver Duesund at fenomenologi kommer fra det greske ordet “fainomai”, som betyr “jeg viser meg”.<sup>222</sup> Hvordan kroppen fremtrer, og oppleves for en selv og andre, er sentralt ettersom kroppens forhold til verden er eksistensielt, skriver Farstad<sup>223</sup>. Hun finner støtte hos Linnerud, som refererer til Merleau-Ponty: Kroppens forhold til verden er verken mekanistisk, biologisk eller intellektuelt, men eksistensielt.<sup>224</sup> En slik begrunnelse kommer etter en gjennomgang og nytolkning av eksperimentell og klinisk psykologi, hvor Merleau-Ponty ser på forskjeller mellom det normale og det patologiske ved eksistensiell relasjon. Et eksempel han tar opp omhandler språkforstyrrelser, hvor han mener at en skadet eksistensiell relasjon like gjerne kan være årsak til språkforstyrrelser som mekaniske eller psykiske skader.<sup>225</sup> Linnerud peker nok en gang på Merleau-Ponty, hvor fokus på åpenhet overfor verden trekkes inn:

*“Barndommen og barnepsykologien dannet grunnlaget for hans undersøkelser av inkarnert (kroppsliggjort) eksistens, da barna lever kroppslig i mer utpreget grad enn voksne. Det som utpeker seg som spesielt ved det barnlige, er en åpenhet overfor verden”*<sup>226</sup>

### **Den levde kroppen**

Menneskets kropp er erfarende, reflekterende, meningssøkende, handlende og selvoverskridende, mener Farstad, og poengterer med det at mennesket er et kroppslig jeg som står i sanselig interaksjon med omverden.<sup>227</sup> Også Kirkengen løfter frem det sansende mennesket og påpeker at kropp både er subjekt og objekt på samme tid; mennesket har en levd kropp som konstant ser og blir sett, berører og blir berørt, sanser og blir sanset, er bevegende og blir beveget.<sup>228</sup>

*“Den levde kroppen er erfarende og levende i eksistensiell forstand. Å være sin kropp innebærer en væren-i-verden hvor menneskets sanselige persepsjoner og kognitive*

---

<sup>222</sup> Duesund 2001:30, gjengitt etter Farstad 2011: 146

<sup>223</sup> Farstad 2011: 146

<sup>224</sup> Merleau-Ponty, gjengitt etter Linnerud 2006: 12

<sup>225</sup> Merleau-Ponty, gjengitt etter Linnerud 2006: 12-13

<sup>226</sup> Linnerud 2006: 13

<sup>227</sup> Farstad 2011: 146

<sup>228</sup> Kirkengen 2005:47, gjengitt etter Farstad 2011: 147

*bevissthet '(...) føyes sammen til spesifikk betydning, selvopplevd handling og selvrefererende erfaring. ’’* <sup>229</sup>

Når Farstad skriver om levd mening, mener hun at spesifikk betydning, selvopplevd handling og selvrefererende erfaring er summen av hva levd mening er. Følgelig vil dette være et begrep som rommer den levde kroppen, skriver hun, og refererer til Kirkengen som forklarer det slik:

*“I den (levde kroppen) er ens levde tid, rommene og stedene man har levd i og de relasjonene man har hatt, inkorporert i samsvar med ens egen opplevelse. Begrepet levd mening åpner den verden av persepsjoner og minner som ethvert menneske bærer i seg og formes av.”* <sup>230</sup> (Min parentes).

Sirkularitet er et begrep brukt av Merleau-Ponty for å uttrykke kroppens tvetydighet. <sup>231</sup> Duesund beskriver sirkularitetsbegrepet, om hvordan forholdet mellom den levde, subjektive kroppen og den fysiske, objektive kroppen forholder seg til hverandre. Videre refererer hun til Merleau-Pontys klassiske eksempel: Dersom min høyre hånd griper min venstre hånd, er høyrehånden, altså den som griper, subjekt. Venstrehånden som blir grepet er objekt. Men ettersom jeg kan kjenne at venstrehånden blir grepet, er den subjekt, og erfarer høyrehånden som objekt. <sup>232</sup> Ut i fra eksempelet ser vi hvordan kroppen både er subjekt og objekt for oss selv. Farstad poengterer muligheten ved å reflektere over en selv, ettersom mennesket også er objekt. <sup>233</sup>

Ut i fra Merleau-Ponty beskrives menneskets livsverden som før-refleksiv. <sup>234</sup> I dette ligger det at kroppens erfaring er utgangspunkt for refleksjonen. Gjennom øyne, ører, nese, munn og hud suger kroppen til seg verden rundt seg, og oppfatter det den sanser. Slik sett er vår livsverden en konkret og erfaringsbasert virkelighet som møter oss, skriver Duesund. <sup>235</sup> Menneskets virkelighet fremstår som både meningsløs og meningsfull, skriver Farstad, som videre refererer til Duesund:

---

<sup>229</sup> Kirkengen 2005: 49, gjengitt etter Farstad 2011: 147

<sup>230</sup> Kirkengen 2005: 49, sitert etter Farstad 2011: 147

<sup>231</sup> Farstad 2011: 147

<sup>232</sup> Duesund 2001: 33, gjengitt etter Farstad 2011: 147

<sup>233</sup> Farstad 2011: 147

<sup>234</sup> Duesund 2001:34, gjengitt etter Farstad 2011: 147

<sup>235</sup> Duesund 2001:31, gjengitt etter Farstad 2011: 148

*“Kroppen søker mening i den stadige strømmen av mening og meningsløshet”* <sup>236</sup>

Kroppen handler ut i fra en hensikt, ettersom den er meningssøkende og relasjonell. Derfor kan vi si at kroppen er intensjonell, sier Farstad. <sup>237</sup>

For å oppnå selvbevissthet må subjektet oppfatte omverdenen, og gjennom vår fenomenale og levde kropp erfarer vi omverdenen. Farstad skriver at det skjer et skille, da kroppen trer frem for oss som et objekt, idet vi observerer eller reflekterer over de erfaringer som møter oss i omverdenen. <sup>238</sup>

*“Merleau-Ponty sier at den objektive kroppen alltid er avledet av den fenomenale, levde kroppen. Hvis vi ikke tar utgangspunkt i den fenomenale kroppen, får vi ikke tak i at det er en sammenheng mellom den objektive, fysiske og den subjektive, fenomenale kroppen”* <sup>239</sup>

I møte med den andre flyttes vårt blikk bort fra den subjektive og levde kropp, og over til den objektive og fysiske kroppen, skriver Duesund som viser til Sartre, og konkluderer; vi ser oss selv med den andres blikk. <sup>240</sup>

Kirkengen poengterer skillet mellom den fenomenale og levde kroppen, og den objektive og funksjonelle kroppen idet hun presenterer noen eksempler på møter mellom pasient og lege: Leger overser ofte den fenomenale kroppen til fordel for den objektive og funksjonelle kroppen, slår hun fast. <sup>241</sup>

Kroppen forstås for Merleau-Ponty både som tilstedeværende, fraværende og vedvarende, sier Kirkengen: Det at kroppen er tilstedeværende kan forklares gjennom den tilstedeværelsen kroppen har i vår bevissthet når vi skal lære noe nytt, f.eks. å sykle. Idet vi har lært å sykle, sykler vi uten å tenke over kroppens bevegelser, og kroppen blir fraværende i vårt fokus. Kroppen kan forstås som vedvarende ut i fra at kroppen alltid er vårt utgangspunkt og vår forutsetning for å gjøre det vi gjør,

---

<sup>236</sup> Duesund 2001: 34, gjengitt etter Farstad 2011: 148

<sup>237</sup> Farstad 2011: 148

<sup>238</sup> Farstad 2011: 148

<sup>239</sup> Duesund 2001:36, sitert etter Farstad 2011: 148

<sup>240</sup> Duesund 2001:37, gjengitt etter Farstad 2011: 148

<sup>241</sup> Kirkengen 2005:75, gjengitt etter Farstad 2011: 148



enten det er gå, sykle eller bli oppslukt av noe som gjør at kroppen trer i bakgrunnen av vår bevissthet. Slik ser vi hvordan kroppen vedvarer uavhengig av bevissthetsgrad. <sup>242</sup>

#### 2.4.4 Menneskesynet i integrativ terapi

*“I Integrativ terapi betraktes mennesket som et sam- eksisterende vesen i et tidskontinuum og innenfor en samfunnsmessig-/økologisk sammenheng.”* <sup>243</sup>

Ut fra en slik tankegang, påpeker Petzold at menneskets bevisste og ubevisste lengsel kommer til uttrykk i dets forhold til omgivelsene og medmennesker. Ved et slikt omfattende menneskesyn blir konsekvensen at ”psyko-terapi” er utilstrekkelig alene dersom mennesket skal oppleve seg som helt. Videre må også det kroppslige og hele motivasjons- og følelseslivet, livsmål og verdigrunnlag omfattes av den terapeutiske prosess. <sup>244</sup>

Antropologisk sett forstås mennesket som “det skapende mennesket” sier Petzold. Begrunnelsen ligger i at mennesket står i et potensielt kreativt forhold til alle ting rundt seg, ettersom kroppen er sansende og uttrykkende. <sup>245</sup>

Farstad refererer til Petzold som peker på to antropologiske grunnformler: “Mennesket er et kropps,- sjels,- og åndsvesen i en sosial og økologisk sammenheng”, og ”mennesket er livssubjekt i livsverdenen”. <sup>246</sup>

I dette ligger det flere perspektiver av mennesket som en helhet, hvor kropp, ånd og sjel står i et likeverdig forhold til hverandre skriver Farstad, og påpeker at mennesket i sin totalitet må ses i sin sosiale og økologiske sammenheng. De fem komponenter - kropp, sjel, ånd, sosialitet og økologi er avgjørende brikker for å gjøre oss til de menneskene vi er. Totalt sett kalles disse fem komponentene “Leib”, som i ordbøker blir oversatt med “liv” eller “kropp”. <sup>247</sup> Höhmann-Kost skriver at det gammelgermanske ordet “leib” opprinnelig betød “liv”, (i sammenhengen om det å

---

<sup>242</sup> Kirkengen 2005: 68-70, gjengitt etter Farstad 2011: 148-149

<sup>243</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>244</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>245</sup> Petzold 1993, gjengitt etter Robberstad [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 27.10.2011

<sup>246</sup> Petzold, sitert etter Farstad 2011: 305

<sup>247</sup> Farstad 2011: 305

leve) hvilket betød at mennesket hadde drifter, affekter og (arbeids)kraft, i tillegg til at mennesket var kropp, ånd og sjel. <sup>248</sup> Farstad bruker dette som argument idet hun poengterer at “Leib” er mer enn kropp, psyke, sjel og ånd, og hvor hun videre mener at leib heller burde vært oversatt til “liv”, ettersom det kan være mer treffende enn ordet “kropp”. <sup>249</sup>

Farstad refererer til Vatnøy som skriver at antropologien som omhandler “det skapende menneske“, ligger til grunn for utvikling av integrativ kunst- og kreativitetsterapi. De ulike mediene som brukes innenfor integrativ terapi, skriver Vatnøy, må forstås som bærere av informasjon i kommunikasjonsprosesser: <sup>250</sup>

*“Talespråket alene er ikke egnet til å få tilgang til følelser, intuisjon, lengsler, motstand, streben, fantasi, fascinasjon og fornemmelser. Vår oppgave er å etablere empatiske prosesser slik at disse delene av oss blir tydelige. Dette fordi de ikke bare fører til sosial utvikling og kreativitet, men også fører til sosiale begrensninger og misforståelser mellom mennesker. Stemninger og følelser må altså bli tatt hensyn til om de skal få positive utfall i arbeid med kommunikative prosesser og samhandling. Kreativt arbeid er emosjonelt arbeid og omfatter hjernens limbiske system<sup>251</sup>. Amygdala<sup>252</sup> forbinder følelser med sensorisk informasjon slik at det dannes mening i neokorteks.<sup>253</sup> For å starte ko-kreative<sup>254</sup> prosesser, må vi arbeide med medier som kan få tak i emosjoner og atmosfærer. Dette er tilstander som ikke talespråket så lett får tilgang på. Her er det de kreative mediene kommer inn. Det er medier som farge, leire, maling, musikkinstrumenter, collager, visualiseringsmaterialer,*

---

<sup>248</sup> Höhmann-Kost 1995:12, gjengitt etter Farstad 2011: 305

<sup>249</sup> Farstad 2011: 305

<sup>250</sup> Vatnøy, gjengitt etter Farstad 2011: 306

<sup>251</sup> Det limbiske system inneholder sentrer for reguleringen av autonome funksjoner (åndedrett, blodtrykk m.m.), og det er av betydning for seksuell atferd og emosjonelle reaksjoner (frykt, sinne). [http://snl.no/sml\\_artikkel/limbiske\\_system](http://snl.no/sml_artikkel/limbiske_system) 05.12.2011

<sup>252</sup> Amygdala, nucleus amygdalae, mandelkjernen, ansamling av nervecellelegemer (kjerner) i hjernens tinninglapp. De mottar fibrer fra bl.a. luktelappen og kjerner i hjernestammen, og sender selv fibrer til bl.a. hypothalamus. [http://snl.no/sml\\_artikkel/amygdala](http://snl.no/sml_artikkel/amygdala) 05.12.2011

<sup>253</sup> Korteks, bark; f.eks. cortex cerebri, hjernebarken, hjernens grå substans som inneholder nerveceller; cortex renis, nyrebarken; cortex suprarenalis, binyrebarken. <http://snl.no/korteks> 05.12.2011

<sup>254</sup> Kokreativ: Vi påvirker hverandre i skapende retning, og kan skape bare fordi vi lever i sameksistens; ko-eksistens. Vatnøy 2009: 21

*eventyr og poesi. De har en materialekvalitet med en slik oppfordringskarakter (affordance), at de har tilgang til emosjoner.”* <sup>255</sup>

I møte med disse ulike medier som Vatnøy nevner, mener hun videre at det er mulig å både jobbe med ett medie (intramediært) eller veksle mellom ulike medier (intermediært). Ved sistnevnte måte å jobbe på, tar en for seg ett tema og angriper det via ulike medier. Eksempelvis kan en skrive et dikt, og la det virke inn på en selv, for så å tegne en tegning på bakgrunn av de inntrykk en fikk ut i fra diktet. Dersom en fokuserer på en del av en ny tegning ved en senere anledning, vil vi kunne si at en jobber intramediært. <sup>256</sup>

Farstad skriver at en del av det kreative arbeid, handler om å jobbe med sansing av kroppen og sentrering i kroppen:

*“Med kroppen som utgangspunkt og ‘hjemmet’ for all sansing og erfaring kan vi si at vi går fra kroppen til det ubevisste, gjennom det skapende, til det bevisste - en sansende og skapende spiral hvor viktige erfaringer og atmosfærer fra vår biografi, som ligger i våre kroppslige ‘arkiver’, blir bevisste i den grad at de kan bearbeides.”*<sup>257</sup>

Når en slik bearbeiding skjer, mener Farstad det gis rom for at negative erfaringer gradvis kan tas opp og videreutvikles. Da kan vonde erfaringer som har hendt tidligere i livet erstattes av nye gode erfaringer. Når bearbeidingen av det ubevisste er unnagjort, kan vi bruke mer energi og krefter på å fokusere på livet her og nå. Ut i fra en slik tankegang mener Farstad at en gjennom kunst- og kreativitetsterapi kan få mulighet til å arbeide med egne sår knyttet opp i mot ens egen identitet. <sup>258</sup>

### **Utdypende forklaring av Petzolds to antropologiske grunnformler:**

Petzolds to antropologiske grunnformler som ble nevnt ovenfor kan være vanskelig å forstå.

Likevel vil jeg forsøke å utdype disse grunnformlene. Den første antropologiske grunnformelen har fokus på det helhetlige menneskesyn, hvor helheten består av en integrasjon av det kroppslige, sjelelige og åndelige, som settes inn i en sosial og økologisk sammenheng. Med den andre formel,

---

<sup>255</sup> Vatnøy 2009: 14

<sup>256</sup> Vatnøy 2009: 16

<sup>257</sup> Farstad 2011: 306-307

<sup>258</sup> Farstad 2011: 307

“at mennesket er livssubjekt i livsverden”, menes at mennesket er skapende, noe som Vatnøy poengterer ovenfor. I og med at mennesket har en skapende evne, betyr det at mennesket har en frihet til å velge, og frihet til å skape. Slik sett er ikke mennesket kun mottaker av mulig påvirkning, men handler og påvirker også selv.

## 2.4.5 Kliniske perspektiver

### De fem søyler

Farstad skriver om hvordan vi kan arbeide terapeutisk med klienters identitet, for å hjelpe dem til å få en sunnere, mer fleksibel og bærekraftig identitet. Hun peker på *identitetens fem søyler*, som spiller på fem bærende områder i menneskets identitet.<sup>259</sup> Søylene kan si noe om blant annet kroppslig og relasjonell tilhørighet, eksistensiell trygghet eller utrygghet i verden, helse, livsverdier, ressurser, resiliens<sup>260</sup> og mestringsfølelse.<sup>261</sup> De fem bærende søylene er: 1. Kropp og helse 2. Sosialt nettverk 3. Arbeid, prestasjon og fritid 4. Materiell sikkerhet 5. Normer og verdier.<sup>262</sup>

Det er verdt å bemerke seg at det helhetlige menneskesynet som jeg har beskrevet tidligere, konkretiseres gjennom de fem søylene. Slik sett kan vi se at det er en sammenheng mellom det helhetlige menneskesynet og de fem søylene. Følgelig kan disse være til hjelp under den terapeutiske samtalen, hvor fokus hele tiden ligger på det hele mennesket.

I prosessen med identitetsdannelse trekker Farstad frem selvattribusjon og fremmedattribusjon som innspillende og viktige faktorer. Disse hjelper individet til å opparbeide bevissthet om forskjellen på egne og andres vurderinger av selvet. Et slikt fokus vil hjelpe oss til å balansere det indre, kritiske og selvbeviste blikk mot andres virkelige blikk, mener Farstad, og trekker frem ett eksempel:<sup>263</sup>

---

<sup>259</sup> Farstad 2011: 308

<sup>260</sup> Resiliens: psykologisk motstandskraft, de faktorer som har sammenheng med at man beholder en psykisk styrke og helse til tross for stress og påkjenninger. Å være resilient vil si at man er robust. Av individuelle trekk står optimisme, god selvfølelse, sosiale evner og at man er kreativ og har interesser, sentralt. Av kontekstuelle forhold står familiens ressurser, nettverk og støttende forhold i skole og nærmiljø sentralt. <http://snl.no/resiliens> 01.12.2011

<sup>261</sup> Petzold, gjengitt etter Farstad 2011: 308

<sup>262</sup> Farstad 2011: 308

<sup>263</sup> Farstad 2011: 308

*“‘Hun har en fin og feminin kropp!’ (fremmedattribusjon), ‘kroppen min er fæl, skitten og full av skam!’ (selvattribusjon).”* <sup>264</sup>

Å arbeide med de fem søyler i terapeutisk setting kan føre til en refleksjon, som kan bli grunnlaget for en konstruktiv samtale rundt ens identitet:

*“I kreativt arbeid med disse fem søylene vil både bevisst, halvbevisst og ubevisst biografisk materiale komme til uttrykk, både underveis i tegneprosessen - og etter at tegningen er ferdig - og blir gjenstand for refleksjon og samtale.”* <sup>265</sup>

### **Et eksempel**

For å få en større forståelse av hvordan integrativ terapi konkret kan tas i bruk i møte med klienter, viser Farstad til et anonymisert case. Caset omhandler kvinnen Lise, hvor begrepene identitet og skam står i sentrum. <sup>266</sup> Før selve det kreative arbeid begynner, som i Farstads case omhandler tegning, arbeides det med kroppslig bevissthet, tilstedeværelse og sansing. Ved bruk av blant annet former, farger og kroppslige sansinger kan vi inspirere til å trekke assosiasjoner og fornemmelser til hendelser knyttet opp i mot hver og en av de fem søylene, skriver Farstad. Nå legges også føringen for om fokus på identiteten vil ha et her og nå - eller et livsløpsperspektiv. <sup>267</sup>

Etter tegneprosessen med Lise, forteller Farstad om samtalen som utartet seg i etterkant av tegningens utførelse, hvor de fem søyler i møte med tegningen var grunnlaget for samtalen:

*“Vi så så på farger og former, og Lise fortalte om sine kroppsforannelser, assosiasjoner og tolkninger. På spørsmål om hva hun følte når tegningen så lå foran henne og talte til henne, sa hun at hun ble både glad og veldig trist. Hun kjente både ro og dype røtter i søylen for normer og verdier, og hun hadde også en fysisk opplevelse av trygghet under instruksjonen til å tegne denne søylen.”* <sup>268</sup>

---

<sup>264</sup> Farstad 2011: 308-309

<sup>265</sup> Farstad 2011: 309

<sup>266</sup> Farstad 2011: 308

<sup>267</sup> Farstad 2011: 309

<sup>268</sup> Farstad 2011: 309

*“I søylen for ‘materiell sikkerhet’ var det en viss utrygghet, også knyttet til angsten for at kropp og helse skulle stoppe henne fra å gjøre det hun vil og det hun kan. Da hun kom til søylen for ‘kropp og helse’, begynte hun å gråte. Det blå, det svarte og det grå opplevde hun som smerte, ensomhet, lengsel og splittethet.”* <sup>269</sup>

Ut i fra denne måten å jobbe ser vi hvordan en tegning kan være med på å åpne opp for samtalen rundt ulike tema, også de sårbare. I prosessen videre, forteller Farstad om Lises neste samtaletime, og om ulike spørsmål som ble trukket inn i møte med samtalen og rundt refleksjonen:

*“Ser du noe nytt i tegningen din nå? Kan du kjenne stolthet over noe? Hva liker du i tegningen? Er det noe du ikke liker? Kjenner du skamfølelsen når du ser på tegningen din nå? Er det skamfullt å vise den frem? Er det noe i tegningen som kjennes spesielt skamfullt? Hadde du kontakt med skamfølelser da du tegnet? Ser du spor av skam i tegningen? Er det noen av fargene eller formene som representerer skamfølelsen? Har skamfølelsen forandret seg gjennom livet ditt, tror du? Har den blitt svakere, eller sterkere? Finnes det “sunn skam” her? En skam som har beskyttet deg? Eller ser du bare den vonde og tunge skammen?”* <sup>270</sup>

Ut i fra Lises tegning, påpeker Farstad at Lise knyttet skammen sin i hovedsak til søylen for kropp og helse, hvor skammen var mest treffende og synlig. Videre trekker Farstad inn at det også var denne søylen som utløste mest sorg. <sup>271</sup> På spørsmål om hva Lise selv ser i bilde svarte hun følgende:

*“Jeg har tegnet kroppen min, den er ikke tegnet sammenhengende, som et hele, men består av fem løsrevne og svarte deler”* <sup>272</sup>

Farstad skriver at det var følelsesmessig krevende for Lise å ha fokus på kroppen over tid, og at kroppen var en viktig søyle for fokus i terapien fremover. Ut i fra presentasjoner som Lise fortalte,

---

<sup>269</sup> Farstad 2011: 309- 310

<sup>270</sup> Farstad 2011: 310

<sup>271</sup> Farstad 2011: 310

<sup>272</sup> Farstad 2011: 310

mener Farstad at det som terapeut er viktig å stille spørsmål som ikke er forutinntatte, og nevner et godt eksempel for spørsmål: “Har fargen svart en bestemt verdi eller betydning for deg?”<sup>273</sup>

I den videre oppfølging av klientens tegning, mener Farstad at terapeuten kan spørre om ting i bildet som vekker nysgjerrighet eller som virker uklart. Dessuten er det også mulig å reise spørsmål dersom noe fremstår som *fraværende* i tegningen. Dersom terapeuten skjønner viktigheten av timing, kan den erfarne terapeut si noe om effekten bilde har på han/henne, mener Farstad, og legger til at det imidlertid kun er klienten som sitter på “svaret” om hva tegningen uttrykker. Ettersom det vi bærer inni oss blir synliggjort og overført på et ark, kan vi si at et slikt arbeid har et proaktivt potensial, mener Farstad, og viser effektene av arbeidet:<sup>274</sup>

*“Slike samtaler vil som regel føre til nye oppdagelser og ny innsikt for klienten, og for terapeutens kjennskap til og forståelse av klienten. Å bruke tegningen på denne måten kan være sterkt for mange klienter, fordi ubevisste ting kan komme til bevissthet og sterke affekter bli vekket. Det er sterkt å se seg selv “utenfra” på denne måten.”<sup>275</sup>*

## 2.4.6 Oppsummering

Jeg har nå sett på integrativ terapi, på grunnlaget for dens begrunnelse, og på hvordan den opererer i møte med klientene. Petzold påpeker at integrativ terapi jobber på ulike måter med hele mennesket; kropp, ånd og sjel, hvor målet er å forstå mennesket i sosial og økologisk sammenheng. Disse fem delene - kropp, sjel, ånd, sosialitet og økologi, er det som gjør oss til hele mennesker. Innenfor integrativ terapi kalles dette *leib*, og kan oversettes med “kropp” eller “liv”.

En fanesak for integrativ terapi er å utvikle felles grunnbegreper og betegnelser på tvers av skoleretninger. Ved hjelp av “flerperspektivet” åpner retningen opp for å betrakte metoder og teorier fra flere perspektiver. Dermed gis det rom til refleksjon over egne synspunkter, noe som igjen kan føre til dypere og mer korrekte bilder av egne standpunkt. I følge Petzold, vil dette kunne styrke kvaliteten på det terapeutiske arbeidet.

---

<sup>273</sup> Farstad 2011: 310

<sup>274</sup> Farstad 2011: 311

<sup>275</sup> Farstad 2011: 311

I følge Merleau-Ponty “er mennesket sin kropp”<sup>276</sup>, og Farstad hevder utsagnet gir en god forståelsesramme for sammenhengen mellom kropp og følelser, og hvordan opplevelser setter spor i kroppen. Videre har jeg sett hvordan den integrative terapi tar på alvor “det levde liv” og de erfaringer som er en følge av det. Livsverden er en konkret virkelighet som er mulig å erfare. Den møter oss ettersom kroppene våre tar til seg erfaringer ved sansene, mener Duesund.

Det “skapende mennesket” ligger til grunn for integrativ kunst- og kreativitetsterapi, og mediene som brukes her må forstås som bærere av informasjon i kommunikasjonsprosesser. Vatnøy hevder at mennesket lettere kan få tilgang til følelser, intuisjon, lengsler, motstand, streben, fantasi, fascinasjon og fornemmelser ved disse mediene. Ut i fra “Lises” kreative tegning, har vi sett hvordan dette mediet ble et hjelpemiddel for å få kontakt med emosjoner. Ved hjelp av *identitetens fem søyler*, hevder Farstad at disse kan være et verktøy for å hjelpe klientene til å få en sunnere, mer fleksibel og bærekraftig identitet.

---

<sup>276</sup> Merleau-Ponty, gjengitt etter Farstad 2011: 146



### 3. KAPITTEL

#### DRØFTING

##### 3.1 Innledning

I dette kapittelet vil jeg først drøfte hvorvidt kroppen er fraværende i teologien. Til dette vil jeg bruke stoff fra blant annet Farstads bok, *Skammens spor* (2011), og Jan-Olav Henriksens bok, *Imago Dei* (2003). I den neste delen vil jeg trekke frem noen av Okkenhaug og Bergems utsagn om sjelesorg, og drøfte dette med tanke på kroppens betydning. Her vil jeg også komme med innspill fra integrativ terapi, og se hvordan kunnskap herfra kan være til hjelp for sjelesorgen. Helt til slutt vil jeg drøfte hvorvidt terskelen inn til sjelesorgens rom bør senkes, og hvordan dette kan gjøres blant annet ved hjelp av kroppslige tilnærminger.

##### 3.2. Den fraværende kroppen i teologien

Flere har belyst gjennom analysen i foregående kapittel at kroppen har blitt nedvurdert i forhold til sjelen. Bergem trekker blant annet frem det faktum at kroppen har vært nedvurdert i den tidlige kirke blant annet gjennom gnostisismen, hvor en opererte med et dualistisk menneskesyn.<sup>277</sup> Okkenhaug viser også til den tidlige kirke som i de første hundreårene etter Kristus skjelnnet mellom legeme og sjel, hvor sistnevnte var overordnet kroppen<sup>278</sup>, og videre:

*“Det ble nærmest slik at det som var godt for kroppen, var skadelig for sjelen”*<sup>279</sup>

På jakt etter kroppens stemme i dagens sjelesorg, hevder Farstad at kroppen fortsatt er svakt til stede i den sjelesørgeriske faglitteraturen.<sup>280</sup> Videre mener hun at dualismen og pietismen har påvirket teologisk og sjelesørgerisk litteratur slik at kroppen ikke har fått sin rettmessige plass og forståelse, noe som igjen har ført til at kroppen har havnet i skyggen av andre tema.<sup>281</sup> Moltmann beskriver hvordan vesten har tenkt seg mennesket som to- eller tredelt; enten bestående av kropp og sjel, eller som kropp, sjel og ånd.<sup>282</sup>

---

<sup>277</sup> Bergem 2008: 49

<sup>278</sup> Okkenhaug 2006: 16

<sup>279</sup> Okkenhaug 2006: 16

<sup>280</sup> Farstad 2011: 286

<sup>281</sup> Farstad 2011: 287

<sup>282</sup> Moltmann 1985: 244

*“From it’s earliest beginnings, the history of Western anthropology shows a tendency to make the soul paramount over the body, which is thus something from which the person can detach himself, something to be disciplined, and made the instrument of the soul.”*<sup>283</sup>

En slik deling gjør det mulig for mennesket å plassere kroppen i baksete, når sjelen har inntatt førersetet. Muligheten til å løsrive kroppen fra sjelen, hvor kroppen blir underlagt viljen, stammer fra de tidlige greske filosofer som la føringer for slike tanker, mener Farstad.<sup>284</sup> Sjelen har gjennom dualismen fått en opphøyelse sett i forhold til kroppen, som videre har påvirket kristen teologi og praksis.<sup>285</sup> I forhold til en slik deling av mennesket og et nedverdiggende blikk på kroppen kan Göran Bergstrand fortelle om egne opplevelser i en pietistisk tradisjon, hvor kroppene var objekter som kunne lede til synd: både hans mormor og oldemor skjulte kroppene sine av frykt for ikke å vekke begjær i andre. I forlengelsen av dette skriver han om enslige menn og deres seksualitet; en seksualitet som kunne føre til de farligste av alle synder.<sup>286</sup>

Dette menneskesynet som det her vises til står i sterk motsetning til det bibelske materialet, og særlig det gamle testamentet, hvor en fort kan lese hvordan kroppen er uløselig forbundet med sjelen og ånden.<sup>287</sup>

Henriksen trekker frem et eksempel som viser til at det finnes erfaringer i menneskelivet som ikke umiddelbart er overgitt til kroppslige og fysiologiske prosesser: Jeg kan høre en vits og begynne å skrattle slik at jeg må holde meg til magen. For at jeg skal kunne oppfatte vitsen som blir fortalt, må ørene fange opp lydbølger som videre ledes og berører øregangene mine. Slik ser vi hvordan ørene kun blir et verktøy for å klare og oppfatte vitsen, mens selve latteren kommer som en følge av at jeg hører, forstår og forestiller meg noe. Kroppen reagerer på vitsen, men her er det en annen påvirkning enn den påvirkning som kroppen får ved en fysisk berøring som ved en klem. I dette eksempelet er det noe annet enn kroppen min som påvirker til et slikt latterbrøl, hvilket også betyr at det må ligge noe i en annen sfære. Kroppene våre påvirkes av denne sfære, ikke i en hvilken som

---

<sup>283</sup> Moltmann 1985: 244

<sup>284</sup> Farstad 2011: 286

<sup>285</sup> Farstad 2011: 287

<sup>286</sup> Bergstrand 2006:228, gjengitt etter Farstad 2011: 287

<sup>287</sup> Moltmann 1985: 256-258, gjengitt etter Farstad 2011: 287

helst forstand, men i forhold til hvem vi er som historiske og individuelle helheter. Dette kommer tydelig frem dersom to ulike personer opplever en og samme hendelse; de to kan respondere på to vidt forskjellige måter. Selv om eksempelet sier lite om hva sjel er, og hvordan legeme og sjel påvirkes av hverandre, kan vi likevel se at det finnes en link mellom enhetene.<sup>288</sup>

Ut i fra et teologisk ståsted hevder Henriksen at mennesket ikke kan være uten kropp. Paulus skriver at når “han rykket opp i himmelen”<sup>289</sup> var han ikke sikker på om han befant seg i eller utenfor legemet, hvilket betød at kroppen var med på å sette betingelsene for den erfaring han selv gjorde, mener Henriksen.<sup>290</sup>

Med dette som bakgrunn synes jeg det burde vært et større fokus på kroppen i teologien og sjelesorgen. På leting etter årsaker til dens lille tilstedeværelse, spør Farstad om det fortsatt teologiseres for lite over kroppen.<sup>291</sup> Og videre:

*“Er den arven hvor kroppen blir vurdert hovedsaklig som kilde til fall og destruktivitet, som ensidig og negativt knyttet til kjødets lyst og frykten for synd, ennå virksom?”<sup>292</sup>*

Selv mener hun at det trolig er slik, til en viss grad. Dette på tross av et større fokus på det hele mennesket i dag, enn tidligere. Videre påpeker hun at en fordypning av kristen antropologi forhåpentligvis kan bidra til endringer i teologien med tanke på et kroppslig fokus.<sup>293</sup>

Om Farstad har rett eller ei i at det er slik, mener jeg uansett at den kristne sjelesorgen må legitimere og jobbe for at kroppen skal bli et likestilt medlem av mennesket. Dette på tross for at teologien ikke har alle svarene for hvordan forholdet mellom sjel og kropp henger sammen, og påvirkes av hverandre.

---

<sup>288</sup> Henriksen 2003:68

<sup>289</sup> 2.Kor 12: 2-3

<sup>290</sup> Henriksen 2003: 70

<sup>291</sup> Farstad 2011: 288

<sup>292</sup> Farstad 2011: 288

<sup>293</sup> Farstad 2011: 288-289

### 3.3 Kroppens tilstedeværelse i Okkenhaugs bidrag

Når Okkenhaug skriver om mennesket i sjelesorgen, kritiserer hun blant annet den første kristne kirkes syn på dette området og hvordan den tok opp den greske todelingen av mennesket som legeme og sjel. I forlengelsen av dette poengterer hun at vi i dagens sjelesorg leter frem den bibelske forståelsen ut fra det bibelske materialet om det hele mennesket. Ikke bare oppfordrer Okkenhaug sjelesorgen til å fokusere på det hele mennesket, men påpeker at en sjelesorg som ikke er opptatt av menneskets livsvilkår *“forfeiler sin mulighet til å formidle evangeliet inn i menneskers situasjon”*.<sup>294</sup> Videre trekker Okkenhaug inn den trinitariske sjelesorg som er opptatt av hele mennesket, hvor dette nevnes tydeligst i den første artikkel: Ut i fra den første artikkel har sjelesorgen omsorg for hele den menneskelige livsvirkelighet, noe som innebærer at alle tema som omhandler menneskets liv har rett til å få en plass i dette rom. I dette må det også forstås at kroppen har sin rett ettersom mennesket både er *“kropp og sjel og ånd som ikke kan splittes”*.<sup>295</sup>

Okkenhaug skriver følgende om kroppsspråk:

*“Vi kommuniserer med ordene våre, stemmen og med kroppen. (...) Mimikk og bevegelse taler, klær og briller likedan. Ikke-intensjonelle signaler, slik som sukk og gjesping, kan være betydningsfulle for hvordan kommunikasjon oppleves.”*<sup>296</sup> (Min parentes).

Jeg vil gi Okkenhaug ros for å belyse temaet kroppsspråk. Bevissthet rundt dette er viktig for sjelesørger da kroppen ofte taler mer enn ordene våre. Kunnskap rundt kroppsspråk er nyttig både for at sjelesørgeren skal være seg bevisst eget kroppsspråk i møte med konfidenter og for å kunne tolke konfidentenes kroppsspråk og signaler.

Videre trekker Okkenhaug fram problematikk knyttet til kroppslige smerter. Dette er viktige aspekter da en i sjelesorgens rom ofte vil møte mennesker som har psykiske smerter knyttet til fysiske lidelser, og omvendt. Det å kunne favne og fange opp dette, og dermed skape åpenhet rundt ulike kroppslige og psykiske problemstillinger vil kunne være av stor betydning for konfidenters livskvalitet. Eksempelvis kan angst, stress og andre psykiske plager sette seg i magen eller i muskulatur, det å kunne sette ord på denne følelsen og sammenhengen kan ha en frigjørende effekt.

---

<sup>294</sup> Okkenhaug 2006: 37

<sup>295</sup> Okkenhaug 2006: 51

<sup>296</sup> Okkenhaug 2006: 84

Når Okkenhaug skriver om en trinitarisk sjelesorg, påpeker hun at sjelesorgen har hele den menneskelige livsvirkelighet for øye. Idet lager hun en stor og god plattform hvor hun virkelig kan løfte opp kroppen til nye høyder. Selv om hun skriver om viktige momenter i forhold til kroppens betydning i sjelesorgen, drar hun likevel ikke full nytte av denne plattformen.

*“Vi trenger en sjelesorg som tar både budskap, konfident og kontekst på alvor. Ut i fra en bibelsk tenkning om mennesket og menneskets vilkår i verden, utfordres vi til å ta i bruk all den kunnskap som kan tjene faget og vårt medmenneske.”* <sup>297</sup>

Jeg synes det er interessant det hun skriver om at vi “utfordres til å ta i bruk all kunnskap som kan være tjenelig for faget og vårt medmenneske”. Ut i fra mine egne og integrativ terapies erfaringer med betydningen av kropp, ville jeg sett at Okkenhaug hadde tatt i bruk en slik kunnskap i større grad.

Videre skriver Okkenhaug at konfident og sjelesørger påvirker hverandre, og at sjelesørger legger føring for hva han eller hun synes er viktig, bevisst eller ubevisst.<sup>298</sup> I dette ligger det en stor utfordring med tanke på at både tilstedeværende og fraværende elementer kan resultere i at sjelesorgen blir vag. Vesentlige elementer kan forstås som uvesentlige, og motsatt; uvesentlige elementer kan forstås som vesentlige. Selv om sjelesørger måtte ha gode intensjoner kan likevel konfidenten sitte inne med en opplevelse av å ikke bli sett, nettopp fordi det spilles på sjelesørgerens tanker om hva som er viktig og hva det bør fokuseres på. I forhold til kropp kan det tenkes at flere sjelesørgere ikke synes det er viktig med kropp, eller kanskje mer treffende; de har for lite kunnskap om kroppslige virkeligheter. Her ser vi to grunner til at sjelesørgere “lurer” seg unna viktig kunnskap og erfaring, bevisst eller ubevisst. Uavhengig av hva som er årsaken til dette, mener jeg sjelesørgere, og sjelesorgens teori og utdanning, må ta seg selv i nakken for å få en større forståelse av hvordan kroppslige metoder kan være til hjelp om ikke for alle, i alle fall for flere av deres konfidenter. Til sist får det heller være opp til konfidentene å takke nei til bruk av kroppslige metoder. Ut i fra en slik praksis tror jeg sjelesorgen vil være bedre rustet til å møte dens konfidenter på deres premisser, som igjen vil hjelpe dem i større grad. Ettersom Guds omsorg er for alle, mener jeg også at sjelesorgen må strekke seg etter konfidentene og prøve å hjelpe dem i størst mulig grad,

---

<sup>297</sup> Okkenhaug 2006: 37

<sup>298</sup> Okkenhaug 2006:40

noe som betyr å sette seg inn i hvordan hele mennesket, inkludert dens kropp, henger sammen.

Videre skriver Okkenhaug om viktigheten av en sjelesørger som kan være til starthjelp for konfidenten når det blir vanskelig å finne ord på det en ønsker å uttrykke.<sup>299</sup> Når det er sagt stiller jeg meg spørsmål om en virkelig må finne *ord* for å uttrykke seg? Jeg er fullt klar over at enkelte kroppslige handlinger kan være forstyrrende og hemmende for kommunikasjon, og at kroppslige metoder i møte med konfidenten ikke *alltid* er nødvendig. Det betyr likevel ikke at vi *aldri* skal ta i bruk kroppslige metoder i møte med sjelesorgens konfidenter. Selv om det kan være utfordrende å vite hvilke metoder som kan brukes når, mener jeg at vi likevel må tørre å møte denne utfordringen og prøve å finne gode løsninger som kan være til best mulig hjelp for konfidentene.

### 3.4 Kroppens tilstedeværelse i Bergems bidrag

Når Bergem skriver om kroppen i sjelesorgen, påpeker han at det i dette rommet ikke bare handler om å snakke sammen ansikt til ansikt:

*“Sjelesorg kan utøves også på andre måter, for eksempel i form av et brev eller en skriftlig betraktning, ja, også gjennom tekstmelding på en mobiltelefon eller ved å gå til de mange digitale møterommene som i dag er tilgjengelige - med eller uten hjelp av et videokamera. En andakt, tale eller preken kan også være slik at den av noen oppleves som et stykke god sjelesorg.”<sup>300</sup>*

Med dette utsagnet mener jeg Bergem er kreativ som trekker frem ulike måter for hvordan sjelesorg kan foregå. Likevel stusser jeg ved at alle disse nevnte former først og fremst omhandler ord, mens kroppen og dens språk så og si ikke nevnes. Videre viser han til situasjoner og dis betydning for selve den verbale kommunikasjon, hvor stedsvalg legger føring for samtalen. Sjelesørgerens væremåte kombinert med de fysiske omgivelsene spiller en viktig rolle for samtalen.<sup>301</sup> Videre hevder Bergem at det er viktig å lytte til konfidenten, og viser til at det ikke alltid er lydene når vi snakker som er gjeldene:

*“Også personer som mangler - eller har nedsatt - hørselsevne, kan delta i en samtale, for*

---

<sup>299</sup> Okkenhaug 2006: 84

<sup>300</sup> Bergem 2011: 48

<sup>301</sup> Bergem 2011: 49

*eksempel ved hjelp av tegnspråk.”*<sup>302</sup>

I forlengelsen av dette skriver han generelt om kroppsspråk og hvordan dette fungerer i forhold til kommunikasjon. Bergem viser også til at det ikke alltid er samsvar mellom den verbale og den non-verbale kommunikasjon. I slike tilfeller mener han det er viktig å gå inn på det budskapet som en “hører” gjennom det kroppen sier.

*“De følelsene som konfidenten sitter med, kan ofte være atskillig tydeligere gjennom kroppsspråket enn gjennom ordene. Ordene kan langt på vei kontrolleres ved hjelp av tanken, men kroppen derimot i langt større grad formidler det som skjuler seg bak tanken og ordene.”*<sup>303</sup>

For meg fremstår han som flink til å finne gode løsninger til mennesker som ikke har fysisk mulighet til å uttrykke seg verbalt, eksempelvis i møte med døve mennesker hvor Bergem foreslår bruk av tegnspråk. Dessverre opplever jeg at han ikke tar like mye hensyn til mennesker som mentalt ikke klarer å uttrykke seg verbalt. Ved disse eksemplene ser vi hvordan Bergem såvidt kommer innom et tema som omhandler noe annet enn det verbale språk, før han endrer kurs det orale og skriftlige språk. Et tankekors for meg er at selv om han hevder at kroppen og følelsene ofte i større grad taler tydeligere enn individets ord, vektlegges likevel kroppen i liten grad i sjelesorgens rom i forhold til de talte ord.

Når Bergem skriver om sjelesorg mener han den må kunne analyseres og vurderes på en teologisk sett forsvarlig måte. Videre må sjelesørgere ha et reflektert forhold til sjelesorgen som de selv utøver. De ulike kravene en stiller til sjelesørgeren avhenger av hvilken kompetanse den utøvende har, mener Bergem.<sup>304</sup> Når det er sagt, stiller jeg spørsmål ved Bergems sjelesorg og hans utøvende kompetanse, ettersom jeg synes kroppen får for liten plass i den sjelesorg som Bergem viser til. Ut fra et bibelsk menneskesyn opplever jeg at det presenterte mennesket i denne sjelesorgen i stor grad er ubalansert, med tanke på mennesket som kropp, ånd og sjel. Videre synes jeg han burde reflektert i større grad over den sjelesorg som han selv utøver og fronter, ikke minst med tanke på at han selv påpeker viktigheten av det:

---

<sup>302</sup> Bergem 2011: 75

<sup>303</sup> Bergem 2011: 80

<sup>304</sup> Bergem 2008: 68-69

*“Jo høyere den formelle kompetansen er, desto strengere må kravet til refleksjon være. Nivået og omfanget av refleksjon må altså stå i et rimelig forhold til graden av kompetanse.”*<sup>305</sup>

Ut i fra dette sitatet mener jeg at Bergem går i sin egen felle, nettopp fordi hans formelle kompetanse er høy, mens nivået og omfanget av refleksjon *ikke* står i et rimelig forhold til graden av kompetanse. Som en del av denne refleksjonen påpeker Bergem at sjelesorgen stadig er på vandring etter en dypere forståelse, ettersom sjelesorgen og sjelesørgere møter ulike mennesker og historier. Også her reiser jeg et spørsmål ved Bergems utsagn; er den sjelesorg som han her viser til på en stadig vandring etter ny kunnskap og forståelse av hva sjelesorg er? Grunnen til at jeg reiser dette spørsmål er fordi jeg synes å se at kroppen spiller en større rolle på andre arenaer, eksempelvis i psykologiens og integrativ terapies verden. Når Bergem da uttaler at sjelesorgen endrer seg i møte med andre historier, lurer jeg på hvilke historier hans sjelesorg har møtt. Jeg hevder ikke at den sjelesorg som Bergem presenterer står på stedet hvil, men jeg skulle gjerne sett at den viktige vandringen som han snakker om, hadde økt i tempo i forhold til det å integrere kropp i større grad.

En avgjørende faktor for at sjelesorgens endringer i forbindelse med kropp går sakte, kan trolig skyldes påvirkningen av det delte menneskesynet som den tidlige kristne kirke opererte med. Det kan tenkes at et slikt syn er innprentet og sitter i kirkens og sjelesorgens ryggrad, enten vi liker det eller ei. Følgelig er det naturlig å tenke seg at det er vanskelig å endre tankemønster for hvordan sjelesorgen kan begrunnes og utøves. Selv om jeg måtte ha rett i at det er slik, mener jeg likevel at det ikke er en gyldig grunn til å la vær å få et større fokus på kropp i sjelesorgen. Tilbake til Bergems utsagn ser jeg derfor ingen grunn til at han skal la vær å øke sitt tempo, i retning av å få en større forståelse og innsikt i hvordan kroppslige metoder kan tas i bruk i større grad enn det det blir gjort i dagens sjelesorg.

### **3.5. Hvordan kunnskap og erfaring fra integrativ terapi og andre retninger kan løfte frem kroppen i sjelesorgen**

Når vi sammenligner terapi og sjelesorg er det lett å se at disse to formene har flere likhetstrekk. Gjennom den sjelesorg som er presentert av Bergem og Okkenhaugs bidrag, sitter jeg inne med en opplevelse av at disse to kandidatene i liten grad drar nytte av kunnskap og erfaring omkring kropp, hentet fra ulike typer terapeutiske retninger. Dette mener jeg er en svakhet. Okkenhaug påpeker

---

<sup>305</sup> Bergem 2008: 69



viktigheten av å uttrykke det vi synes er vanskelig å dele.<sup>306</sup> Til dette mener jeg kroppslige metoder kan tas i bruk, og være til hjelp for å lettere komme i kontakt med det vi synes er vanskelig å uttrykke ved ord. Av denne, og flere grunner mener jeg sjelesorgen ikke har noen gyldig grunn til å la vær å få impulser fra ulike terapiformer. Når det er sagt, er det viktig å huske på at selv om terapeutisk kunnskap tas i bruk, trenger ikke det bety at sjelesorgen må bli terapeutisk. Med dette som bakgrunn tenker jeg at integrativ terapi kan være en potensiell kilde til god kunnskap og erfaring for sjelesorgen til å forstå det hele mennesket. Særlig ettersom denne retningen fokuserer på det hele mennesket bestående av kropp, ånd og sjel. En annen grunn til at integrativ terapi kan være til god hjelp, er at det her poengteres at mennesket er skapende, hvilket jeg mener er en sannhet sjelesorgen kan stå inne for, selv om det til tider synes å bli glemt. En forbilledlig praksis innen integrativ terapi er tanken om “flerperspektivet”. Gjennom dette perspektivet våger en å se på sitt ståsted gjennom andre praksiser, noe som igjen kan føre til refleksjon over egne synspunkter. Petzold hevder dette vil kunne styrke kvaliteten for det terapeutiske arbeidet. Jeg tror han har rett.

En slik tanke synes jeg forøvrig er i tråd med Okkenhaugs utsagn om at vi utfordres til å ta i bruk all kunnskap som kan tjene faget og våre medmennesker.<sup>307</sup> Vi har sett at Vatnøy påpeker at talespråket har begrensning i forhold til å uttrykke det vi sitter inne med.<sup>308</sup> Farstad viser ved et eksempel hvordan hun løser en slik problemstilling ved å ta i bruk kunnskap om *tegning og de fem søyler*. Slik ser vi helt konkret hvordan kroppen kan bli integrert i sjelesorgen.

Med en praksis som åpner opp for å ta i bruk kroppslige metoder, ligger det en utfordring i å formidle at bruk av slike metoder er en ressurs og et tilbud, ikke en tvangstrøye. Noe av grunnen for nettopp å ta i bruk ulike metoder er fordi mennesker er ulike og derfor også har ulike måter å uttrykke seg på. Slik ser vi hvordan sjelesorgen kan ta i bruk kroppslige metoder og bruke disse som en ressursbank, istedet for å føle seg truet av det ukjente.

For at kroppslige metoder skal kunne brukes som en ressurs i sjelesorgen, krever det at sjelesørgerne åpner opp og lærer seg noen grep om hvordan slike metoder kan håndteres. Dette for at sjelesorgen skal bli best mulig, og for å skape trygghet både for seg selv og konfidentene. Til dette mener jeg utdanning er et nøkkelbegrep.

---

<sup>306</sup> Okkenhaug 2006: 52

<sup>307</sup> Okkenhaug 2006: 37

<sup>308</sup> Vatnøy 2009: 14

Økt bruk av kroppslige metoder i sjelesorgen vil kunne ta konfidentenes mangfoldige språk på alvor. På førstesiden av denne oppgaven har jeg sitert den kjente barnepsykologen Loris Malaguzzi: “Ett barn har hundre språk, men berøves 99...” Selv om utsagnet først og fremst er rettet mot pedagogikk, er utsagnet også relevant for sjelesorgen. Mitt ønske er at sjelesorgen skal kunne hjelpe mennesket til å leve sannere og helere. Til dette mener jeg de “99 andre språk” kan være til stor hjelp.

### **3.6 Hvordan kroppen kan bidra med å senke terskelen inn til sjelesorgens rom**

Som en del av min problemstilling, stiller jeg spørsmål ved terskelens høyde inn til sjelesorgens rom. Bergem viser til 1. Mos 2:18, hvor det ses på som noe negativt å være alene og ikke ha tilhørighet til andre mennesker. I forlengelsen av dette argumenterer han for viktigheten av å være en del av et større fellesskap, og la Gud og andre mennesker angå seg selv.<sup>309</sup> Et annet argument for debatten om hvordan sjelesorgen bør være, omhandler Guds omsorg som er for alle mennesker. Bergem viser til at mennesket er Guds *skapning* uavhengig om man er et Guds barn eller ikke.<sup>310</sup> Videre må jeg si meg enig med Bergem som påpeker at sjelesorgen skal rekke Guds skapninger med “alt godt”, ikke bare frelsen.<sup>311</sup> Slik jeg forstår det, vil dette “gode” være å se og bekrefte hele mennesket, inkludert kroppen, slik at individet kan leve et helere og sannere liv. Et slikt tilbud mener jeg også må gis til dem som ikke våger å gå inn i sjelesorgens rom, på grunn av terskelens høyde. Uansett hvor konfidenten måtte stille seg i forhold til den kristne tro, skal sjelesorgsdøren være åpen for alle dem som måtte være interessert. Her ligger det en viktig utfordring fra sjelsørgernes side slik jeg ser det; disse *skal* bidra til at terskelen blir så lav som mulig. For å klare det, mener jeg en av følgene bør være å åpne opp for å endre sjelesorgens form hvor en ser det som tjenelig. Et godt og konkret eksempel kommer fra Bergem, hvor tegnspråk kan være nøkkelen til suksess i møte med døve. I andre tilfeller ser jeg for meg at tegning og andre kroppslige aktiviteter kan være gode løsninger for mennesker som av en eller annen grunn synes det er vanskelig å ta del i en samtale, hvor en først og fremst sitter i ro og bruker det orale verktøyet.

Et annet grep, som etter min mening må gjøres, er å vurdere hvorvidt vi skal forsette å bruke ordet sjelesorg. Min oppfatning er at mange er usikre på hva som ligger i dette ordet, både kristne og

---

<sup>309</sup> Bergem 2008: 69

<sup>310</sup> Bergem 2008: 199

<sup>311</sup> Bergem 2008: 199

mennesker som avviser den kristne tro. Ettersom sjelesorgen har som hensikt å omfavne alle mennesker, ser jeg for meg at et annet ordvalg kunne være mer treffende. Internasjonalt brukes begrepene spiritual care, pastoral counseling og pastoral care. Ettersom disse begrepene skjelner mellom ulike retninger innen den omsorg som utøves, er de kanskje også enklere å forstå, i motsetning til ordet sjelesorg.<sup>312</sup> Farstad viser at begrepet sjelesorg kan være misvisende; *“Omsorg for sjelen vil også kunne gi inntrykk av at sjelesorg primært dreier seg om menneskets sjel...”*<sup>313</sup> På bakgrunn av dette utsagnet, synes jeg det blir enda klarere at vi må bli flinkere til å forklare begrepet sjelesorg dersom vi fortsatt velger å bruke dette ordet. Skulle kroppen få et større spillerom i sjelesorgen enn det den har i dag, synes jeg begrunnelsen for endring av navn eller utdyping av begrepet blir enda viktigere. Når det er sagt, er det kanskje akkurat her, ved dets begrep vi må begynne, for at kroppen skal integreres i større grad i sjelesorgen, slik at den kan få et større spillerom, idet terskelen inn til sjelesorgens rom senkes.

---

<sup>312</sup> Grevbo 2006: 472

<sup>313</sup> Farstad 2011: 228

## 4. KAPITTEL

### AVSLUTNING

#### 4.1 Sammenfatning og konklusjon

I innledningen av denne avhandlingen reiste jeg noen spørsmål som omhandlet kropp og kroppslige handlinger i møte med sjelesorg. Videre trakk jeg frem en hendelse som omhandlet lypæreskifting, og som la føring for oppgavens tematikk og problemstilling: *“hvilken status og betydning kropp har i kristen sjelesorg, og hvordan kan kroppen i større grad integreres i sjelesørgerens arbeid”*, og *“hvilken rolle kan kroppen spille for å bidra til å senke terskelen for mennesker, inn til sjelesorgens rom?”*. Målet mitt med denne oppgaven har vært å få utdypet min kunnskap og horisont om hvordan sjelesorgen kan bedres gjennom å ha et større fokus på kropp. For å få til dette har mitt ønske vært å bringe til veie perspektiver, refleksjoner og løsninger for å styrke sjelesorgen slik at dens konfidenter kan få bedre hjelp til å stadig leve helere og sannere liv.

#### Oppgavens begrensninger og nye problemstillinger

Avhandlingen kan sies å ha begrensninger i form av at det litterære utvalget er lite da jeg i hovedsak har konsentrert meg om tre kilder som omhandler sjelesorg: *“Skammens spor - avtrykk i identitet og relasjon”* (2011), *“Når jeg ser ditt ansikt”* (2006) og *“Som epler av gull... - En bok om kristen sjelesorg, bind I og II”*, (2008 og 2011). På den andre siden er det viktig å understreke at dette er et kvalitativt studie og nettopp det faktum at antall kilder er begrenset har muliggjort et grundig og dyptgående arbeid. I valg av sjelesorgslitteratur var det av avgjørende betydning at bøkene var hyppig anvendt og relevante i sjelesorgsfeltet. Videre vil jeg si jeg gjorde reflekterte og ettertenksomme valg knyttet til relevans ved innhenting og bruk av annen litteratur, som ved eksempelvis *“Skammens spor”*.

Jeg skulle gjerne fordypet meg i kroppens tilstedeværelse i flere terapeutiske retninger, og ikke bare konsentrert meg om integrativ terapi. Dette kunne tilført enda flere nye aspekter til problemstillingen og vært en styrke for avhandlingen. Samtidig er det viktig å understreke at mitt valg av terapeutisk fordypning er nøye veloverveid. Det er ikke til å komme bort fra at kroppen har stor plass i den integrativ terapeutiske retningen, og dette mener jeg er svært relevant for å blant annet besvare den ene delen av problemstillingen: *“Hvordan kan kroppen i større grad integreres i sjelesorgen?”*.

En annen begrensning som er viktig å påpeke er det faktum at dette er et litteratur studie, og ikke et empirisk studie av selve sjelesorgspraksisen. Kanskje og forhåpentligvis er det mer fokus på kropp i selve sjelesorgsutførelsen rundt om i Norges land enn sjelesorgslitteraturen gir uttrykk for. Hadde denne oppgaven hatt et større omfang hadde det vært svært interessant og relevant og gjort et empirisk studie av kroppens tilstedeværelse i sjelesorgspraksiser i tillegg til litteraturstudie. Dette for å blant annet se om det er samsvar mellom det lille fokuset på kropp i sjelesorgslitteraturen og i selve utførelsen. Dette er noe jeg håper enten jeg eller noen andre kan utforske videre.

Underveis som jeg har skrevet denne oppgaven, har det blitt tydelig for meg at problemstillingen omkring begrepet sjelesorg er viktigere enn det jeg hadde tenkt, særlig med tanke på kroppens betydning i sjelesorgens rom. Også Farstad løfter frem denne problemstillingen; *“Omsorg for sjelen vil også kunne gi inntrykk av at sjelesorg primært dreier seg om menneskets sjel...”*<sup>314</sup> Dersom kroppen skal integreres i større grad i sjelesorgens arbeid, vil det være på sin plass å vurdere hvorvidt sjelesorgsbegrepet fortsatt skal være i bruk. En annen problemstilling som har blitt synlig for meg etterhvert som jeg har vært i denne skriveprosessen, som jeg for øvrig ikke har tatt høyde for, omhandler åndens plass i sjelesorgen. For hva vil det si at mennesket er ånd, og ikke minst; hvordan skal sjelesorgen håndtere dette? Ettersom sjelesorgen har det hele mennesket for øye, mener jeg at disse problemstillingene er svært relevante, og håper disse blir tatt på alvor og videre drøftet i sjelesorgsfeltet.

### **Mine funn**

Gjennom denne oppgaven har jeg sett at sjelesorgen har vært, og stadig er, i endring med tanke på kroppens betydning i det sjelesørgeriske rom. Den tidlige kristne kirke med gnostisismen i spissen opphøyer sjelen fremfor kroppen. Dette har satt sitt preg på sjelesorgen. Både Bergem, Farstad og Okkenhaug hevder at sjelesorgen har som mål å ha hele mennesket - kropp, ånd og sjel, for øyet. Likevel har vi sett at det finnes uenigheter om kroppen har sin rettmessige plass i sjelesorgen. Eksempelvis er det kun Farstads bidrag, blant de tre sjelesorgsbidragene, som påpeker at kroppen i stor grad er fraværende i teologi og sjelesorgslitteratur. Mine funn i analysen av Bergem og Okkenhaug viser tendenser til en fraværende kropp. Jeg mener sjelesorgen har en jobb å gjøre for at kroppen skal bli et likestilt medlem av mennesket.

Ettersom Guds omsorg strekker seg etter alle mennesker, er sjelesorgen forpliktet til å gjøre det

---

<sup>314</sup> Farstad 2011: 228

samme, mener Farstad. Okkenhaug peker på den trinitariske sjelesorg og de tre trosartikler som innebærer at hele menneske må få sin plass i sjelesorgen. Det betyr at menneskets livsvilkår må tas på alvor.

Ved å ta i bruk kroppslige terapeutiske tilnærminger bidrar disse elementer til at konfidentene får uttrykt egne tanker, som for øvrig kan være vanskelig å uttrykke ved hjelp av ord. Samtidig kan slike metoder bidra til at det hele mennesket i større grad blir vektlagt. Gjennom et eksempel fra Farstads bidrag har vi sett, i form av tegning, hvordan dette kan fungere.

En praksis som tar i bruk kroppslige metoder, drar med seg noen utfordringer: For det første betyr det at sjelesorgen må formidle at bruk av slike metoder er et tilbud, og ikke en tvangstrøye. For det andre må sjelesørgerne lære seg noen teknikker for hvordan disse metodene kan tas i bruk på en god måte som tjener faget og ikke minst konfidentene. I dette ligger det også en viktighet av å hjelpe begge parter slik at de er trygge i deres roller. Den tredje utfordringen som jeg har sett på handler om *hvilke* metoder som er tjenelig å bruke *når*.

Med tanke på at Guds omsorg er for alle, og mennesket er skapt til å være en del av et større fellesskap, må også sjelesorgen strebe etter å være tilgjengelig for alle som måtte ønske det. Terskelen inn til sjelesorgsrommet må være så lav som overhodet mulig. Til dette kan kroppslige terapeutiske tilnærminger være ett godt bidrag. Mens Bergem trekker frem tegnspråk som et godt alternativ for døve mennesker, tenker jeg at tegning og andre kroppslige aktiviteter kan være til stor hjelp for å senke terskelen inn til sjelesorgens rom.

Sjelesorgen skal etterjage å sette mennesker i stand til å leve helere og sannere liv, og samtidig være tilgjengelig for alle mennesker. For at dette skal kunne skje mener jeg at kroppen i større grad må bli løftet fram, både gjennom sjelesorgens teori og praksis, som en likeverdig del av det hele mennesket.

## Bibliografi

**Andersen, Leif.** (2009). *Gudsbilleder i sjælesorgen*. Tidsskrift for sjelesorg nr. 4

**Barth, Tom; Näsholm, Christina.** (2007). *Motiverende samtale - MI: endring på egne vilkår*. Bokforlaget, Bergen

**Bergem, Anders.** (2008). *Som epler av gull... En bok om kristen sjelesorg. Bind I: Sjelesorgens prinsipielle grunnlag og egenart*. Kolofon forlag

**Bergem, Anders.** (2011). *Som epler av gull... En bok om kristen sjelesorg. Bind II: Kunsten å utøve sjelesorg*. Kolofon forlag

**Bergstrand, Göran.** (2006). *Den gömda kroppen och den uppvisade*. Tidsskrift for sjelesorg nr. 3

**Danielsen, Sigmund.** (red.). (2008). *Nærhet: når gudsbilde og selvbilde utfordres*. Lunde forlag

**Duesund, Liv.** (2001). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Gyldendal norsk forlag AS, Oslo

**Elstad, Gunnar.** (1990). *Følelser og fellesskap. Hverdagspsykologi for sjelesørgere og andre medmennesker*. Lunde forlag

**Engedal, Leif Gunnar.** (2000). *Guds hjerte og menneskets sjel*. Tidsskrift for sjelesorg nr. 1

**Engedal, Leif Gunnar.** (2004). *Utvikling av sjelesørgerisk kompetanse*. Tidsskrift for sjelesorg nr.2

**Farstad, Marie.** (2011). *Skammens spor: avtrykk i identitet og relasjoner*. Conflux as, Oslo

**Grevbo, Tor Johan S.** (2006). *Sjelesorgens vei. En veiviser i det sjelesørgeriske landskap – historisk og aktuelt*. Luther Forlag, Oslo

**Grevbo, Tor Johan S.** (2003). *Guds masker i sjælesorgen*. Skriftserien Koinonia nr. 5

- Höhmnn-Kost, Annette.** (1995). *Bevegelsesterapi*. Tano forlag, Oslo
- Kirkengen, Anna Luise.** (2005). *Hvordan krenkede barn blir syke voksne*. Universitetsforlaget, Oslo
- Linnerud, S. Torill.** (2006). *Kroppens fenomenolog*. Tidsskrift for integrativ terapi, nr. 6
- Moltmann, Jürgen.** (1985). *God in creation: An ecological doctrine of creation*. London: SCM Press Ltd.
- Mæland, Jens Olav.** (red.) (1985). *Konkordieboken. Den evangelisk-lutherske kirkes bekjennelsesskrifter*. Lunde forlag, Oslo
- Okkenhaug, Berit.** (2. utg. 2006). *Når jeg ser ditt ansikt: Innføring i kristen sjelesorg*. Verbum, Oslo
- Pattison, Stephen.** (3. utg. 2000). *A critique of pastoral care*. SCM Press, London
- Petzold, G. Hilarion.** (1993). *Integration und Kreation. HRSG; Modelle und Konzepte der Integrativen Terapi. Agogik und Arbeit mit Kreativen Medien*. Junfermann Verlag 1993, Band I, Oversatt og bearbeidet av Svein Robberstad; [http://www.integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://www.integrativ-terapi.no/artikkel_it.html)
- Petzold, G. Hilarion.** (1993). *Integrative Therapie. Modelle, Theorien und Methoden für eine schulenübergreifende Psychotherapie*. Band II, 1-3. Junfermann Verlag, Paderborn.
- Robberstad, Svein; Grøndahl, Silvia B.; Høydal, Mie.** (1994/2003). *Vitenskapstreet: Forklarings- og erkjennelsesformer for teori og praksis i Integrativ terapi*. Heimdal Trykkeri AS.
- Thagaard, Tove.** (3. utg. 2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode*. Fagbokforlaget



**Vatnøy, Ingunn.** (2009). *Integrativ kunst- og kreativitetsterapi*. Tidsskrift for integrativ terapi og supervisjon, nr. 1

**Internettadresser:**

[http://integrativ-terapi.no/artikkel\\_it.html](http://integrativ-terapi.no/artikkel_it.html) 19.1.2012

<http://kanvas.no/index.jsp?c=35261&exp=30107&XSLP=29227> 20.2.2012

<http://snl.no/korteks> 20.2.2012

<http://snl.no/resiliens> 20.2.2012

[http://snl.no/.sml\\_artikkel/amygdala](http://snl.no/.sml_artikkel/amygdala) 20.2.2012

[http://snl.no/.sml\\_artikkel/limbiske\\_system](http://snl.no/.sml_artikkel/limbiske_system) 05.12.2011

[http://snl.no/.sml\\_artikkel/obsessiv-kompulsiv\\_lidelse](http://snl.no/.sml_artikkel/obsessiv-kompulsiv_lidelse) 20.2.2012

**Bibelreferanser har jeg hentet fra:**

<http://bibel.no>