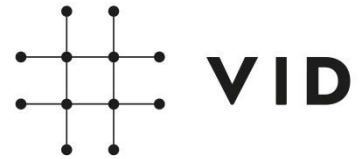




DET TEOLOGISKE
MENIGHETSFAKULTET



Den gode samtalen

En kvalitativ studie om hva som legger til rette for og skaper en hjelpende samtale i sjelesorgsrommet.

Andreas Herwig Buer

Veileder

Professor Lars Johan Danbolt

VID vitenskapelige høyskole

Det teologiske menighetsfakultet

AVH5070 Masteravhandling (30 ECTS)

Master i diakoni

Mai, 2018

Antall ord: 21790

Sammendrag

I sjelesorgsrommet er det et ønske om at konfidenten skal føle seg sett og møtt. Videre ønsker man at sjelesorgsamtalen skal ha en eller annen form av hjelpende karakter for konfidenten. I denne avhandlingen er det undersøkt hva som kan bidra til å gjøre sjelesorgsamtalen til en hjelpende samtale. Problemstillingen for oppgaven er «Hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtale».

Det er gjort en kvalitativ studie hvor fire sjelesørger med lang sjelesorgserfaring er intervjuet. Teorien som er anvendt er hentet fra tre ulike teoretikere. To sjelesorgsteoretikere, Tor Johan S. Grevbo og Berit Okkenhaug. Fra Grevbo er det hovedsakelig den viatoriske sjelesorgsmodellen som er anvendt, mens fra Okkenhaug er perspektiv fra trinitarisk sjelesorg, samt to ulike tilnærminger å utøve sjelesorg: «hyrden» og «den sårede hjelper». Til slutt er også Helge Svare sin teori om samtale anvendt da det gir innblikk i samtaleteknikk fra et bredere perspektiv.

Avhandlingen viser flere perspektiv på hva som kan legge til rette for og skape den hjelpende samtale. Virkemiddel som stillhet, lytte mellom linjene og ritualer kan være viktige bidrag. Sjelesørger er tjent med å beherske ulike sjelesorgsroller i møte med konfidenten, og selv om sjelesorgen er en del av en kristen praksis er det viktig å være var for at konfidentene kan ha svært ulik opplevelse og erfaring av gudstroen.

Forord

Å ferdigstille en masteravhandling krever innsats fra flere enn bare undertegnede. Først vil jeg takke de fire informantene som villig stilte opp og delte fra sine erfaringer. Det var virkelig verdifulle samtaler der jeg fikk innblikk i dette spennende faget fra kompetente og inspirerende mennesker og sjelesørgere. Tusen hjertelig takk!

Takk til svigermor, Venke, for gode innspill og råd på veien.

Veileder Lars Johan Danbolt for rettleiding, tydelige tilbakemeldinger og at du har hatt tro på prosjektet.

Så vil jeg takke min støttespiller, korrekturleser og absolutte nødvendighet i denne perioden, kona mi. Du har hjulpet meg til å se enden når motivasjonen har vært varierende. Du har støttet, heiet og kommet med verdifulle innspill hele veien.

Samtidig med diakonistudiet på heltid, har vi både giftet oss, og nå venter vi en liten jente.

Jeg er så freidig å sitere Salomos Ordspråk, 31:10a «*En god kone – hvem finner vel henne?*»

Jeg fant, jeg fant, og du er for meg helt uvurdelig, Gunhild!

Innhold

Sammendrag	2
Forord	3
Innhold	4
1. Innledning	7
1.1 Bakgrunn og motivasjon	7
1.2 Problemstilling	7
1.3 Begrepsavklaring	7
1.3.1 Sjelesorg	7
1.3.2 Sjelesorgssamtalen	8
1.3.3 Sjelesørger og konfident	8
1.4 Metode og material	8
1.5 Litteratur	9
1.6 Struktur på masteravhandlingen	10
2 Metode	11
2.1 Kvalitativ forskning	11
2.2 Forskningsdesign	12
2.3 Forskningsmetode	12
2.3.1 Det semistrukturerte intervju	12
2.3.2 Gjennomføring av intervju og transkribering	13
2.4 Utvalg	14
2.5 Studiens gyldighet	15
2.5.1 Troverdighet og overførbarhet	15
2.5.2 Forskningens informasjonsstyrke	16
2.5.3 Maktforhold i kvalitativt forskningsintervju	16
2.6 Tematisk analyse	17
2.6.1 Praktisk gjennomføring av analysen	17
2.6.2 Tabell for analyse:	18
2.7 Etiske betraktninger	19

3	Teori	21
3.1	Sjelesorgen: mer enn bare en samtale	21
3.1.1	Trinitarisk sjelesorg	21
3.1.2	Ulike typer sjelesørgere	23
3.2	Sjelesørgerens vandring og møte med den andre	24
3.2.1	Sjelesørgerens livsvandring	24
3.2.2	Sjelesørgeren som budbringer og medvandrer	25
3.2.3	Å vandre på Guds vei	26
3.2.4	Å møte hele mennesket	27
3.3	Den gode samtalen	28
3.3.1	Dialogen mellom mennesker	29
3.3.2	Kunsten å lytte	30
3.3.3	Om å stille spørsmål	30
3.4	Dagens sjelesorgpraksis	31
3.5	Oppsummering av teorien:	32
3.5.1	Okkenhaug	32
3.5.2	Grevbo	32
3.5.3	Svare	33
4	Analyse	34
4.1	Konfidentens plass i sjelesorgssamtalen	34
4.1.1	Konfidentens fortelling får lede samtalen	34
4.1.2	Gi tid og rom til å se bakenfor bestillingen	36
4.1.3	Å skape et trygt rom for konfidenten	37
4.2	Sjelesørgerens bevissthet om egen begrensning og muligheter	38
4.2.1	Sjelesørgerens selvkjennskap	38
4.2.2	Sjelesørgerens sårbarhet og begrensning	40
4.2.3	Sjelesørgerens rolleforståelse	42
4.3	Gudsdimensjonen i sjelesorgsrommet	44

4.3.1	Gi rom for det åndelige	44
4.3.2	Ritualenes betydning.....	46
4.3.3	Den kompliserte gudsrelasjonen	48
4.4	Muligheter og utfordringer i gjennomføring av samtalen	49
4.4.1	Døråpnere for en dypere samtale.....	49
4.4.2	Å tåle det som kommer	52
5	Drøfting.....	55
5.1	Virkemidler for å skape en hjelpende samtale.....	55
5.1.1	Å gi rom for stillhet.....	55
5.1.2	Å lytte mellom linjene	57
5.1.3	Ritualer og praktiske virkemidler	58
5.2	Konfident og sjelesørger: Samspill og utfordringer.....	59
5.2.1	Konfidentstyrt samtale?	59
5.2.2	Sjelesørgerens involvering	61
5.3	Det vanskelige i sjelesorgrommet	62
5.3.1	Sjelesørger i møte med konfidentens smerte.....	62
5.3.2	Gudsfortellingen: «Den ambivalente fortellingen»	65
6	Konklusjon.....	67
6.1	Hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtale?	67
6.2	Studiens bidrag og forslag på videre forskning	68
	Litteraturliste.....	70
	Vedlegg 1: Intervjuguide	72

1. Innledning

1.1 Bakgrunn og motivasjon

I flere år har jeg hatt frivillige verv eller jobber som krever å være en samtalepartner. Det har vært i skoleverket, helsevesenet og menighetsarbeid. Interessen for samtale og sjelesorg har gradvis blitt et felt jeg både har en del erfaring fra, men som jeg også ønsker å utvikle meg i. Det jeg synes er interessant og fascinerende er hvordan og hva som skjer, både mellommenneskelig, men også samtaleteknisk.

I tillegg er det alt rundt, rommet man er i, hvordan man sitter, hvilke muligheter som både skapes, men også hvor lite som skal til før samtalen brister. Det helbredende rom fullt med mening og håp, side om side med det meningsløse, skjøre og mørke. Selv har jeg erfaring fra å sitte på begge sider av bordet. På bakgrunn av dette har jeg derfor i denne avhandlingen valgt å skrive om sjelesorg og samtale og utforske hvilke elementer som kan legge til rette for og skape den gode samtalen som oppleves hjelpende for konfidenten.

1.2 Problemstilling

Ønske om å gjennomføre en god samtale er nærliggende for de fleste sjelesørgere. Man søker i sjelesorgsamtalen at konfidenten skal oppleve samtalen som god og i de fleste tilfeller at det også skal være en hjelpende samtale. Tematikken i denne oppgaven handler om nettopp dette. Problemstillingen i avhandlingen er: *«Hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtalen i sjelesorgrommet?»*.

1.3 Begrepsavklaring

I avhandlingen er det flere begrep som brukes og som trengs å gi en avklaring. Her blir oppgavens forståelse av sjelesorg presentert, samt sjelesorgssamtalen. Og de to deltagerne; sjelesørger og konfident defineres.

1.3.1 Sjelesorg

Sjelesorgsbegrepet stammer fra det tyske begrepet «seelensorge» som direkte oversatt blir «omsorg for sjelen». Begrepe har opp gjennom historien hatt ulikt meningsinnhold

(Okkenhaug 2002:13-14). I denne avhandlingen er sjelesorg forstått ut i fra Eberhard Harbsmeier og Hans Raun Iversen sin definisjon. De gir i boka *Praktisk teologi* følgende definisjon: «en hjelpende samtale med det enkelte menneske, der sker i en kirkelig kontekst og på menighedens vegne» (Harbsmeier og Iversen 1995:384). Sjelesorg er altså en samtale som på ett eller annet vis er hjelpende i konfidentens livssituasjon.

1.3.2 Sjelesorgssamtalen

En sjelesorgssamtale er en hjelpende samtale som skjer i et rom der hensikten er å bety en positiv forskjell for personen som kommer dit. I denne avhandlingen blir begrepene samtale, og sjelesorgssamtale brukt om hverandre, men begge deler henviser til sjelesorgssamtalen om ikke annet er spesifikt nevnt.

1.3.3 Sjelesørger og konfident

I sjelesørgerisk terminologi blir personen som mottar sjelesorg omtalt som konfident, mens den som utøver sjelesorg kalles sjelesørger. Igjennom avhandlingen omtales intervjupersonene både som informanter og sjelesørgere. Sistnevnte er gjort for å ha en fellesbetegnelse for yrkestitlene deres som varier, men som alle er innenfor en kirkelig kontekst.

1.4 Metode og material

Denne avhandlingen befinner seg innenfor kvalitativ forskning. Kvalitativ forskning søker å forstå sosiale fenomener, hvor fortolkning er en vesentlig del av metoden (Thagaard 2013:11). Metoden som er benyttet er kvalitativt intervju og disse var semistrukturerte. Etter gjennomføring av Intervjuene ble de så transkribert og analysert ved hjelp av tematisk analyse.

Materialet for oppgaven er fire informanter. Disse fire er erfarne sjelesørgere som har ulik kirkelig bakgrunn. Til felles har alle jobbet som sjelesørgere over en lengre periode, noen på fulltid og andre som en del av deres arbeidsoppgaver i en kirkelig sammenheng.

1.5 Litteratur

Det finnes mye litteratur om sjelesorg som fokuserer på ulike områder av faget. Alt i fra ulike sjelesorgsparadigmer og historikk, til fokus på gjennomføring av sjelesorgssamtaler, til sjelesørgernes rolle og muligheter.

I oppgaven er tre ulike teoretikere brukt som gir en bredde til teorien. Tor Johan S. Grevbo har skrevet boken *Sjelesorgens vei: En veiviser i det sjelesørgerske landskap – historisk og aktuelt (2014)*. Boken gir en grundig innføring i både historiske perspektiv og nåtiden. Her er hans tolkning av den viatoriske sjelesorgen anvendt. Dette er fordi den gir en grundig forståelse av medvandreraspectet i sjelesorgen.

Videre er Berit Okkenhaug med boken *Når jeg ser ditt ansikt: innføring i kristen sjelesorg (2002)* anvendt. Her er det to teorier som er benyttet. For det første argumenter Okkenhaug for trinitarisk sjelesorg som vektlegger gudsdimensjonen i sjelesorgen. Det andre er at Okkenhaug presenterer to ulike roller som gir en bredde i forståelsen av sjelesørgerrollen. Disse to er «Hyrden» og «Den sårede hjelper».

Fordi oppgaven omhandler den hjelpende samtale er også noen perspektiver hentet fra Helge Svare sin bok, *Den gode samtale (2006)*. Denne boken er ikke skrevet innenfor sjelesorgsdisiplinen, men gir likevel noen relevante perspektiver på gjennomføring av samtaler og er derfor inkludert.

Til slutt er det en kort referanse til en artikkel, da den er svært relevant for oppgaven. Anne Hege Grung, Lars Johan Danbolt og Hans Stifoss-Hanssen har gjort en undersøkelse om sjelesorgens utbredelse og bruk i Den norske kirke. I denne artikkelen, *Sjelesorg på plass: på sporet av dagens sjelesorgspraksis i Den norske kirke (2016)* gis det en grundig beskrivelse av dagens situasjon.

Denne avhandlingen er ett dypdykk på en liten del av sjelesorgen, hva som legger til rette for og skaper den hjelpende samtale. I slik måte er den ett tilskudd til den eksisterende litteraturen ved å gi noen perspektiver på nettopp dette.

1.6 Struktur på masteravhandlingen

I kapittel 2 gis det en redegjørelse av metoden brukt i studien. Her redegjøres det for forskningsdesign, gjennomføring av intervju og studiens troverdighet, samt relevans drøftes. Det gis også en grundig gjennomgang av utvalget og hvordan analysen ble gjennomført.

I kapittel 3 drøftes og dannes det teoretiske rammeverket for oppgaven. Her blir Grevbo, Okkenhaug og Svare sine tilnærminger gjengitt. Det gis også en kort gjennomgang av studien «Sjelesorg på plass» av Grung m.fl. Til sammen danner dette en teoretisk forståelse i oppgaven.

I kapittel 4 blir analysen presentert. Her blir noen kjernesitat gjengitt samt refleksjoner knyttet til det informantene har delt i intervjuene.

I kapittel 5 blir funnene i analysen videre drøftet opp mot teorien. Drøftingen er gjort i lys av avhandlingens problemstilling.

I kapittel 6 blir en konklusjon gitt på oppgavens problemstilling samt studiens bidrag. Det gjøres også rede for relevante områder til videre forskning.

2 Metode

Dette kapitlet gir en introduksjon til forskningstradisjonen studien befinner seg innenfor, samt en beskrivelse av forskningsmetoden, semistrukturert intervju. Videre gis det en redegjørelse for utvalget. Utfordringer, begrensninger og studiens troverdighet blir også redegjort. Til slutt er det tydeliggjort hvordan analysen er gjennomført og etiske utfordringer.

2.1 Kvalitativ forskning

Denne avhandlingen er skrevet innenfor kvalitativ forskningsmetode. I kvalitativ forskning går man i dybden ved å se på karaktertrekk eller egenskapene som viser seg i de sosiale fenomenene som er i fokus for studien. Kvalitativ forskning søker å gi dybdeinformasjon. Det er dermed ikke så viktig å ha et stort antall, men heller å fokusere på dybden (Thagaard 2013:17). Ordet kvalitet hevder Repstad (2007:16) henviser til hva forskningen dreier seg om. Nemlig å finne frem til kvalitetene i det man forsker på, som kan være sosiale fenomener eller egenskaper.

Videre har denne oppgaven et hermeneutisk utgangspunkt. Thagaard skriver:

En hermeneutisk tilnærming legger vekt på at det ikke finnes en egentlig sannhet, men at fenomener kan tolkes på flere nivåer. Hermeneutikken bygger på prinsippet om at mening bare kan forstås i lys av den sammenheng det vi studerer, er en del av. Vi forstår delene i lys av helheten (Thagaard 2013:41).

Det er med en hermeneutisk tilnærming at intervjuene har blitt fortolket. Hans-Georg Gadamer har vært retningsgivende innenfor hermeneutikken. Han vektlegger at man alltid vil komme inn med sin egen førforståelse. Gadamer bruker begrepet forståelsehorisont for dette. Selv om man aldri vil kunne forstå fullt ut, kan likevel forståelsehorisonten utvides slik at ens egne fordommer avtrer. Dette skjer ved en bevissthet rundt sine egne fordommer (Krogh 2014:55).

2.2 Forskningsdesign

Forskningsdesignet forteller om rammen for teorien. Thagaard gir fire spesifikke punkt for hva forskningsdesignet skal inneholde. Det er hvem, hva, hvor og hvordan (Thagaard 2013:55). Denne oppgavens forskningsdesign er som følger:

Studiens «hvem» er sjelesørgerne og deres oppfattelse og erfaring fra sjelesorgssamtalene. Det er fire informanter med ulik kirkelig bakgrunn, der alle er aktive sjelesørgere med lang fartstid. Mer om informantene og utvalget i avsnitt 2.4.

Videre er studiens «hva», problemstillingen er: «Hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtale i sjelesorgsrommet?»

Studiens «hvor» tok plass på informantenes arbeidsplass eller hjem. Og studiens «hvordan» omhandler metoden som ble brukt, det var kvalitativt forskningsintervju. Rammen på intervjuene ble satt til mellom 45 min til 1,5 time. Intervjuenes lengde varte i henholdsvis 46 min, 50 min, 1 time og 1,5 time. Intervjuene ble gjennomført med intervjuguide.

2.3 Forskningsmetode

2.3.1 Det semistrukturerte intervju

Det kvalitative forskningsintervju blir av Kvale og Brinkmann (2009:43) beskrevet som en samtale, men som både har ett formål og en struktur. Til forskjell fra kvantitativ forskning vil svarene man får være mer begrenset, og et kvalitativt forskningsintervju vil i mye større grad legge til rette for at man kan grave i dybden ifølge Thagaard (2013:17).

Thagaard gir en god begrunnelse for gunstigheten av å bruke intervju som metode:

Intervjuundersøkelser egner seg godt til å gi informasjon om personers opplevelser, synspunkter og selvforståelse. De som intervjues, kan fortelle om hvordan de opplever sin livssituasjon, og hvordan de forstår sin egen erfaring (Thagaard 2013:13).

Studien har basert seg på forskningsintervju da det er sjelesørgerens opplevelse og synspunkter, samt deres selvforståelse som er av interesse.

Thagaard belyser tre ulike strukturer for hvordan gjøre et kvalitativt intervju, den siste av disse tilnærmingen kaller hun for en delvis strukturert tilnærming (semi-strukturert).

Kjennetegnet på en slik måte å intervjuer på er at temaene forskeren ønsker å finne svar på er fastlagt på forhånd, men rekkefølgen er fleksibel. Det vil si at forskeren underveis kan avgjøre når han vil stille de ulike spørsmålene, og samtidig følge intervjupersonen fortelling og temaer som i utgangspunktet ikke var planlagt (Thagaard 2013:98). Johannesen utdyper ved å si at et semi-strukturert intervju er en form for intervju der man benytter intervjuguide som utgangspunkt. Samtidig gir man rom for at forsker både kan stille spontane spørsmål som en naturlig forlengelse, eller å etterfølge temaer som er av interesse (Johannesen 2010:137). Denne form for intervju har blitt benyttet i oppgaven.

2.3.2 Gjennomføring av intervju og transkribering

Under gjennomføringen av intervjuene ble alle spørsmålene i intervjuguiden stilt. I mellom spørsmålene ble det sporadisk stilt oppfølgingsspørsmål på temaer som meldte seg av interesse. Ved noen anledninger dukket det opp temaer som også ble stilt videre til de resterende informantene. Som et avvik var det to spørsmål som ble glemt i det første intervjuet, disse spørsmålene svarte informanten skriftlig på i etterkant via mail.

Transkriberingsprosessen er også en viktig del av arbeidet med intervju. Kvale skriver følgende om prosessen:

Transkribere betyr å transformere, skifte fra en form til en annen. Forsøk på ordrette intervjutranskripsjoner skaper hybrider, kunstige konstruksjoner som kanskje verken er dekkende for den levde muntlige samtale eller de tekstenes formelle stil. Transkripsjoner er oversettelser fra talespråk til skriftspråk (Kvale 2009:187).

I en transkriberingsprosess er det mange valg som skal tas, når den muntlige samtale skal overføres til den skriftlige. Kvale påpeker at uansett hvordan man velger å gjøre det, så begrunn nøye hvordan man har valgt å gjøre det (Kvale 2009:189). I transkriberingsprosessen ble alle lengre pauser lagt inn, samt ord som «*ehh*» når informanten dro på ordene, og klammer for «*begge ler*» når det var tilfelle. Dette ble gjort da det gir ett bedre grunnlag for tolkning av materialet ved å gjenskape den muntlige formen i det skriftlige. I prosessen av å presentere materialet har disse muntlige ordene blitt fjernet for å skape lettere leservennlighet og ett mer formelt og skriftlig språk.

2.4 Utvalg

Som en del av et kvalitativt intervju er det også viktig og helt essensielt å basere seg på det som heter strategisk utvalg. Forskeren trenger mest mulig relevant informasjon om tema, og derfor velger han deltakere som innehar egenskaper eller kvalifikasjoner som belyser dette på en best mulig måte (Thagaard 2013:60). Videre adresserer Thagaard et annet perspektiv som er sentralt i utvelgelsen av informanter, det er teoretisk utvelgning. Teoretisk utvelgning handler om å gjøre utvelgelsen av intervjupersoner på en slik måte at de er hensiktsmessig både empirisk og teoretisk og gir grunnlag for å utvikle og utforske nye perspektiver og begreper (Thagaard 2013:60).

I studiens utvalg er det lagt vekt på å finne kandidater med bred erfaring innenfor sjelesorg og samtale. De ulike informantene har blitt forespurt på ulike grunnlag, men likevel det felles premisset om at alle jobber og har god erfaring med å møte mennesker til samtale og sjelesorg.

- Informant 1 har diakonutdannelse og har lang erfaring med samtale og sjelesorg. Jobber som sjelesørger.
- Informant 2 jobber som diakon og har erfaring både med grupper og enkeltsamtaler.
- Informant 3 jobber som sykehusprest. Informant er også utdannet gruppeterapeut og har lang erfaring med å samtale med mennesker i forskjellige type livssituasjoner.
- Informant 4 har lang erfaring som praktiserende sjelesørger, har også jobbet som sykehusprest og lærer.

Totalt utgjør disse 4 informantene en bred erfaring i ulike deler av den norske kristeligheten. Henholdsvis fra frikirkeligheten og Den norske kirke. Kjønsdelingen på 3 damer og 1 mann har kommet i andre rekke, da ulik og bred erfaring har vært første prioritering.

For å anonymisere informantene vil de videre i oppgaven bare bli betegnet som sjelesørgere og informanter, og der de selv omtaler seg med yrkestittel i sitat har dette blir redigert om til sjelesørger. Det kommer heller ikke frem i sitatene hvem som har sagt hva, dette er også for å ivareta anonymiteten til informantene. Thagaard påpeker «*Et hovedprinsipp er at det er lettere å ivareta anonymiteten i personsentrerte tilnærminger når studien er utført innenfor*

flere miljøer eller settinger» (2013:179). Det har blitt vurdert at noen av informantene er fra mindre miljøer der anonymiteten blir vanskeligere å opprettholde.

2.5 Studiens gyldighet

2.5.1 Troverdighet og overførbarhet

Når man gjør forskningsarbeid er det viktig å kunne etterprøve og vite om prosessen og resultatene man oppnår er etterprøvbare og valide. Johannesen påpeker at i et kvalitativt forskningsarbeid kan forskeren styrke påliteligheten ved å tydeliggjøre framstillingen for forskningen (Johannessen 2010:230). For å kunne gjøre prosjektet så etterprøvbart og åpent som mulig er det derfor gitt en grundig beskrivelse av avhandlingen i dette kapittelet.

Validitet i kvalitative undersøkelser dreier seg om i hvilken grad forskerens fremgangsmåter og funn på en riktig måte reflekterer formålet med studien og representerer virkeligheten (Johannesen 2010:230).

Troverdigheten i oppgaven kan ikke måles på samme måte som en kvantitativ undersøkelse, men troverdigheten vises igjennom forskerens fremgangsmåter og tydeliggjørelse av forskningsdesignet.

Johannessen adresserer:

En undersøkelses overførbarhet dreier seg om hvorvidt det lykkes en å etablere beskrivelser, begreper, fortolkninger og forklaringer som er nyttige på andre områder enn det som studeres (Johannesen 2010:231).

Et eksempel på dette kan være hvis det fremkommer av forskningen at alle informantene håndhilser på samtlige av konfidentene før en samtale, og at det oppleves utelukkende positivt og skaper en god følelse hos konfidenten. Da kan en si at det er overførbart til andre som utøver sjelesorg, og at det i stor grad også vil gjelde andre konfidenter. Da representerer informantene en bredde innen sjelesorgfaget, samt belyser relevant tematikk. Det er dermed tenkelig at denne studien kan ha overførbarhet innenfor sjelesorgfaget, samt andre samtaledisipliner.

2.5.2 Forskningens informasjonsstyrke

Et annet perspektiv ved gjennomføring av forskning er informasjonsstyrken på studien. Kristi Malterud, Volkert Dirk Siersma og Ann Dorrit Guassora har skrevet i artikkelen *Sample Size in Qualitative Interview Studies: Guided by Information Power (2015)* hvor de argumenterer for å fokusere på informasjonsstyrken fremfor antall informanter:

Information power is also related to the quality of the interview dialogue. A study with strong and clear communication between researcher and participants requires fewer participants to offer sufficient information power than a study with ambiguous or unfocused dialogues (Malterud, m.fl. 2015:2-5, 7).

Ved at det er god kommunikasjon kan man argumentere for mindre informanter. De vektlegger at det er vel så viktig at informasjonen en har er nøyaktig og nært knyttet forskningsdesignet, samt at metoden man bruker i analysen og anvendelsen av teorien er god (Malterud, m.fl. 2015:2-5, 7).

I studien er det kun fire informanter. Dette kan sees på som en svakhet med studien. Likevel kan det argumenteres ut ifra argumentene over, at viss informasjonsstyrken er god kan dette forsvare ett lavt antall informanter.

Studien har fire informanter som alle er erfarne sjelesørgere. Samtlige har lang fartstid i faget, samt de representerer en bredde i kirkelandskapet, og en bredde og variasjon i faglighet. Videre er forskningsspørsmålet ett tydelig spørsmål, og intervjuguiden har vært nært knyttet til dette. Under intervjuene var det en målrettet dialog der intervjuer hadde godt grep på temaet. Alt dette hentyder at informasjonsstyrken er god, og derfor er oppgaven relevant tross få informanter.

2.5.3 Maktforhold i kvalitativt forskningsintervju

Når man gjennomfører kvalitative intervju vil ikke maktforholdet mellom intervjuer og informant være symmetrisk. Dette skyldes at intervjuer styrer samtalen og hva som skal skje, samt at intervjuer har enerett til å tolke svarene. Informanten kan heller ikke vite hva som er baktanken med spørsmålene som stilles. Fordi dette asymmetriske maktforholdet finnes, er det viktig at forsker er seg bevisst på denne ubalansen (Kvale og Brinkmann 2009:52-53). Dette har det vært en bevisstgjøring på under forskningen, både i gjennomføringen av

intervjuene og i den påfølgende tolkning og analyse, slik at informantene i så stor grad som mulig blir rettmessig behandlet og tolket.

2.6 Tematisk analyse

Under håndteringen av materialet har det blitt brukt en tematisk analyse. Thagaard belyser noen viktige poenger når man skal gjøre analyse og tolke materiale:

I kvalitative analyser bør forskeren veksle mellom helhetlige perspektiver og studier av enkelte enheter. Denne vekslingen mellom nivåer i analysen er særlig viktig for å utvikle en forståelse som både er helhetlig og nyansert. Et ensidig fokus på de enkelte kontekstuelle enhetene i materialet kan føre til at forskeren fortaper seg i detaljer. Mens en ensidig orientering mot materialet som helhet kan føre til at interessante nyanser får for liten oppmerksomhet (Thagaard 2013:172-172).

Dette perspektivet av å variere mellom helhet og det nyanserte er gjennomført i analysen. Både helheten av informantenes svar er vurdert sammen med dypdykk i detaljene. Thagaard skriver videre om temasentrerte analytiske tilnærminger som en måte å gjøre selve tekstanalysen på. Kjennetegnet for denne metoden er nettopp å se etter temaer (Thagaard 2013:181). Dette er slik analysen i oppgaven har blitt gjennomført.

2.6.1 Praktisk gjennomføring av analysen

I prosessen av analysen ble meningsinnholdet sammenfattet og oppsummert i noen få ord om teamet i sitatet. Dette gav mange ulike temaer (Se tabell 1). Ut i fra disse ble det naturlig å kategorisere dem i fire ulike hovedkategorier (se tabell 2). Disse kategoriene blir presentert i kapittel 4: Analyse. Under disse kategoriene gjorde det seg også gjeldene noen undertitler hvor informantenes svar kretset rundt den samme tematikken.

Under den tematiske analysen ble det raskt hensiktsmessig å løsrive analysen fra spørsmålene, og heller fokusere på innholdet i svaret, sett i den store sammenhengen.

I presentasjonen av analysen blir kjernesitat gjengitt i den tematiske inndelingen som oppstod under analysen. Kvale og Brinkmann (2009:221) skriver at som forsker kan man gi en fortolkning basert på sunn fornuft. Denne kan både være kritisk, og se svaret i en større kontekst enn informantens egen ramme. I etterkant av sitatene gis en tolkning av sitatet, samt noen ganger en oppsummering av meningsinnholdet.

2.6.2 Tabell for analyse:

Tabell 1:

	Informant 1 –	Informant 2 –	Informant 3 –	Informant 4 –
<p>Spørsmål 1:</p> <p>Hvordan forstår du sjelesorg/hvordan ville du definert sjelesorg?</p>	<p>Handler om å ha best relasjon til Gud, seg selv og til sine medmennesker.</p>	<p>At konfidenten kan snakke om det han selv vil.</p> <p>Samtaler om eksistensielle spørsmål</p>	<p>Omsorg for hele mennesket, på konfidentens premisser.</p> <p>Å sette seg inn i konfidentens verdigrunnlag</p> <p>Forventning om guddommelig instans</p>	<p>Samtale om hele livet</p> <p>Basert på en tro og tilhørighet med kristen forankring</p>
<p>Spørsmål 2:</p> <p>Hva synes du kjennetegner en god sjelesørger?</p>	<p>Trygg relasjon mellom konfident og sjelesørger</p> <p>Hvordan møte konfident best mulig, og samtidig lytte til den Den Hellige Ånd, og være varsom på hva man sier og ikke sier.</p>	<p>God på å tune seg inn der hvor den andre er, og som ikke prøve å gi råd, men som tør å være hjelpeløs sammen med den som er hjelpeløs</p> <p>Gi elendigheten en slags gyldighet</p>	<p>Evnen til å lytte og vente</p> <p>Møte konfidenten der han er, ikke der han skulle ha vært</p> <p>Speile</p>	<p>Lytte</p> <p>Være nysgjerrig slik at jeg får frem det han egentlig har på hjertet</p> <p>Sparringspartner</p> <p>Møte bestillingen</p>

Tabell 2:

Hovedtema 1:	Konfidentens plass i sjelesorgssamtalen
	<ul style="list-style-type: none"> • Møte bestillingen, • Møte konfidenten der han er, ikke der han skulle vært, • Være nysgjerrig slik at jeg får frem det han egentlig har på hjertet • At konfidenten kan snakke om det han selv vil.
Hovedtema 2:	Sjelesørgers bevissthet rundt sjelesørgers begrensning og muligheter
	<ul style="list-style-type: none"> • Sparringspartner • God på å lytte inn der hvor den andre er, og ikke prøver å gi råd, men som tør å være hjelpeløs sammen med den som er hjelpeløs
Hovedtema 3:	Gudsdimensjonen i sjelesorgsrommet
	<ul style="list-style-type: none"> • ... og samtidig lytte til den Den Hellige Ånd, og være varsom på hva man sier og ikke sier. • Forventning om guddommelig instans • Basert på en tro og tilhørighet med kristen forankring • Samtaler om eksistensielle spørsmål • Handler om å ha best relasjon til Gud, seg selv og til sine medmennesker. • Samtale om hele livet
Hovedtema 4:	Muligheter og utfordringer i gjennomføring av samtalen
	<ul style="list-style-type: none"> • Gi elendigheten en slags gyldighet • Evnen til å lytte og vente • Speile • Lytte

2.7 Etske betraktninger

Når man skal forske er det alltid noen etiske spørsmål man bør stille seg. Det handler om at man gir privat informasjon ut i det offentlige og derfor er informert samtykke, forskerens rolle og ikke minst fortrolighet viktige perspektiver å ta med seg (Kvale og Brinkmann 2009:79-80). Under arbeidet med denne oppgaven har disse aspektene blitt ivaretatt. Informantene har blitt godt informert om oppgavens karakter, samt anonymisering av dem

som informanter. I gjennomføringen av forskningsarbeidet er prinsippene om behandling av materialet og informanter i samsvar med de etiske retningslinjer som gis for forskning.

Prosjektet er meldt inn til NSD (personvernforbundet for forskning). Og er vurdert til å ikke være meldepliktig på grunnlag av at det ikke håndterer personopplysninger.

3 Teori

At man, naar det i Sandhed skal lykkes En at føre et Menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der, hvor han er, og begynde der. Dette er Hemmligheten i al Hjælpekunst (Kierkegaard 1970:34).

I sitatet til Søren Kierkegaard gis det en spennende innfallsvinkel til sjelesorg. For å se mennesket, og kunne føre det fremover, må man først og fremst møte det der det er. I dette kapitlet vil det bli presentert et teoretisk rammeverk for avhandlingen. Avhandlingen omhandler hva som skaper en hjelpende samtale i sjelesorgsrommet. Utgangspunktet for teorien er tre teoretikere som er vel anerkjent innenfor sjelesorg og samtale, samt har tre ulike tilnærminger men gode innfallsvinkler til hva som skaper en god samtale. De to første er kjente teoretikere innen sjelesorg, Tor Johan S. Grevbo og Berit Okkenhaug. Den tredje teoretikeren er Helge Svare som skriver om dialog og hva som skaper og legger til rette for en god samtale på et mer generelt grunnlag, og belyser en mer samtaletekniske tilnærminger i en samtale. Han er benyttet da det gir ett annet perspektiv og mer bredde i oppgaven. Til slutt er også noen av funnene i artikkelen «Sjelesorg på plass» inkludert (Grung m.fl, 2016). Artikkelen er basert på en omfattende studie av dagens sjelesorgspraksis og er derfor svært relevant for oppgaven.

3.1 Sjelesorgen: mer enn bare en samtale

Det første teoretiske perspektivet for denne oppgaven er hentet fra Berit Okkenhaug. Hun jobber som prest på Modum Bad, på institutt for sjelesorg. Hun har lang erfaring og har jobbet som lærer i sjelesorg ved det teologiske menighetsfakultet, samt har erfaring som sykehusprest og menighetsprest. Utdragene fra Okkenhaugs teori omhandler to områder, for det første hennes vektlegges av trinitarisk sjelesorg, hvor hun hevder at sjelesorgen er mer enn bare en vanlig samtale. Samt to ulike modeller som sjelesørger kan bruke i samtalerommet.

3.1.1 Trinitarisk sjelesorg

Sjelesorg er ikke det samme som en vanlig samtale. Den skal knytte en link mellom Gud og mennesker. Dette har vært en utfordring innen teorien for sjelesorg å skape denne

sammenhengen på en balansert måte mener Okkenhaug. Hvor man både tar utgangspunkt i det enkelte mennesket og samtidig inkluderer Gud i samtalen (Okkenhaug 2002:36-37). Hun etterspør en tilnærming der man «*både tar budskap, konfident og konteksten på alvor*» (Okkenhaug 2002:37). Det er ut ifra dette Okkenhaug argumenterer for det hun kaller trinitarisk sjelesorg. I den trinitariske sjelesorgen tenker man at Gud er tilstede og det kan man hvile i. Okkenhaug skriver:

Vi er midt i virkeligheten, skapt av Gud. Guds nåde er imidlertid ikke å forstå som allerede til stede inne i mennesket. Den kommer til oss utenfra. Gud har gitt seg til kjenne i Jesus Kristus og tilbyr nåde, tilgivelse og felleskap med seg (Okkenhaug 2002:38).

Å møte konfidenten med denne tilnærmingen innebærer at nåden som vi alle er mottakere av, blir gitt utenfra oss selv. I sjelesorgrommet kommer dette til uttrykk gjennom at konfidenten alltid får nåde i de vanskelige tingene. Han får tilgivelse der det er behov for det, og at det kirkelige felleskapet alltid er tilgjengelig og åpent for konfidenten.

Videre belyser Okkenhaug særpreget i den trinitariske sjelesorgen:

Til sjelesorgens egenart hører at vi tror på Gud som har skapt oss, frelst oss, og som holder oss oppe ved sin hellige ånd. Sjelesorgen er forankret i troen på den treenige Gud (Okkenhaug 2002:38).

Dette fører til at Gud er med i samtalen. I møte med konfident og sjelesørger er den treenige Gud midt i blant dem, som betyr at samtalen har en åndelig dimensjon med seg, som innbyr til en samtale med mer enn bare sjelesørger. Å skulle forholde seg til Gud i samtalerommet kan for mange oppleves støttende, men for andre problematisk, denne spenningen bør sjelesørger være seg bevisst på.

Okkenhaug sier om menneskesynet i en trinitarisk sjelesorgstilnærming: «*Et bibelsk menneskesyn og en realistisk sjelesorg vil måtte inkludere både menneskets fall og dets muligheter i møte med Guds nyskapende krefter*» (Okkenhaug 2002:53). Nåde er et viktig perspektiv i en trinitarisk tilnærming. Det viser at hele mennesket er inkludert, både når vi faller, men også våre muligheter og nye begynnelse. Og dette er Guds verk, som han gir til oss. Denne nåden kommer til uttrykk gjennom at konfidenten kan få være ærlig med både de vanskelige og såre tingene, og at sjelesørger kan møte konfidenten ydmykt og i en erkjennelse av at det er plass til hele livet i samtalerommet.

3.1.2 Ulike typer sjelesørgere

Innenfor teorien om sjelesorg finnes det ulike metaforer for sjelesørgeren. Disse gir noen ulike vinklinger til hvordan man kan drive sjelesorg, og om sjelesørgers rolle.

3.1.2.1 «Hyrden»

Okkenhaug belyser hyrdemetaforen som har blitt mye brukt igjennom tidene. Det som kjennetegner en hyrde er at vedkommende er omsorgsfull, går foran og er en tjener. Samtidig har også konfidenten til tider blitt sett på som ett stakkers lam som kommer bak (Okkenhaug 2002:73).

Videre mener Okkenhaug at hyrdebegrepet i seg selv har gitt mange mennesker hjelp, men at vi må lære av Jesus slik at mennesker kan finne trøst og hjelp og at det blir gjort med integritet og respekt (Okkenhaug 2002:73). Likevel har ikke begrepet vært ukomplisert da mange også har ett anstrengt forhold til det som beskriver en ubalanse i maktforhold (Okkenhaug 2002:73). Kirken kan trenge å ta et oppgjør med den usunne måten dette har blitt utøvd på tidligere, før det igjen tar det i bruk. Likevel er det noe nyttig i hyrdebegrepet, eller denne rollen som sjelesørger kan bruke for å utøve sjelesorg på. Det å møte mennesker som har store utfordringer kan kreve at man er en hyrde som ivaretar konfidenten i smerten som konfidenten står i, samt leder konfidenten ett stykke på veien. Det er svært viktig at sjelesørgere da har en høy bevissthet om farene i en slik rolle, og viser stor varsomhet.

3.1.2.2 «Den sårede hjelper»

En annen forståelse av sjelesørgers rolle er den sårede hjelper. Denne rollen innebærer en selvforståelse av å omfavne sin menneskelighet og svakhet, og som assosierer seg selv til lidelsene konfidenten kan kjenne på. Videre knyttes dette til lidelsene og smertene Jesus selv kjente (Okkenhaug 2002:74). Denne tilnærmingen krever at sjelesørgeren er villig til å vise svakhet. Den kjente teologen Jean Vanier valgte å leve og vie sitt liv til de med psykisk utviklingshemming, han påpeker: «*Growth begins when we start to accept our own weakness*» (Vanier 1981:88). Og nettopp det at man selv erkjenner sin egen svakhet kan være det som fører til at den andre får hjelp. Peter Halldorf belyser: «*Bare den som selv har vært såret – og har mot til å vise det – kan helbrede andre*» (Halldorf 1994:27). Noe av det samme har Henry Nouwen belyst. Sjelesørgeren kjennetegnes ved at også han er et

menneske med brister, sår og begrensninger, og på bakgrunn av dette kan hjelpe andre via gjenkjennelse. Og videre knytte smerten til Jesu lidelse og smerte. Nouwen vektlegger at sjelesørgerens oppdrag er å gi dybde og mening til lidelsen, ikke å fjerne den (Nouwen i Okkenhaug 2002:74-75).

Forståelsen av sjelesørgeren som den sårede hjelper har både styrker og svakheter. Det at sjelesørgeren bruker sin egen smerte i møte med den andres nød vil helt klart gi grunnlag for at man vil føle seg sett og møtt i det vanskelige man står i. På grunn av det man selv har opplevd og erfart har man mest sannsynlig lært noe man kan gi videre. Samtidig er rollen utfordrende da det også vil kreve at sjelesørgeren har gått igjennom tilsvarende smerte, og våger og vise det i samtalerommet. Okkenhaug trekker også frem at noen ganger møter man de som ønsker forbønn og kjappe løsninger på de situasjonen de står i, men ikke opplever å få bøttesvar. Da utfordres man til å stå i det vanskelige både for seg selv og for konfidenten (Okkenhaug 2002:75).

3.2 Sjelesørgerens vandring og møte med den andre

Tor Johan S. Grevbo er en anerkjent sjelesorgsteoretiker. I boka «Sjelesorgens vei» (2014) gir Grevbo oss en historisk og kronologisk rekkefølge av sjelesorgens vei helt fra antikken og frem til i dag. Hvilke kvalifikasjoner og hva sjelesorg faktisk er, har hatt litt ulik oppfatning gjennom tidene, men et gjennomgående tema er tilstedeværelse og omsorg. I denne avhandlingen blir det lagt vekt på Grevbo sin viatoriske sjelesorgstilnærming. I tillegg vil det også bli lagt vekt på noen perspektiver som er naturlig i forlengelsen av det.

3.2.1 Sjelesørgerens livsvandring

I boka «Bær hinandes byrder» (1997) beskriver Grevbo sjelesørgerens livsvandring. Han mener at ved å være en sjelesørger har man to parallelle reiser. Den første delen av livsvandringen innebærer at du som person har en indre reise der man møter sin egen skrøpeligheit og utilstrekkelighet. Den andre reisen handler om å se på alt man fant i den første reisen. Man bør stille kritiske spørsmål til det man fant og finne nye standpunkt ut i fra dette (Grevbo 1997:140). Disse ulike reisene Grevbo beskriver forteller om to viktige perspektiv som enhver sjelesørger bør holde høyt oppe. For det første må man alltid være

seg bevisst på at man er underveis i livet, og at en blir utfordret og hele tiden er i utvikling med seg selv, i møte med livet og i møte med konfidenten. Det andre omhandler at sjelesørgeren hele tiden må velge etter hva han finner i sin indre reise. Det betyr at sjelesørgeren i møte med konfidenten og det sjelesørgeriske rommet må være ydmyk, selvransakende og lære av det han opplever. Med dette ser man at en sjelesørger ikke verken kan eller vil evne å skille seg selv fra sjelesorgssamtalen. Man er tilstede og vil påvirke samtalens vei ut ifra sine indre reiser. Utfordringen med dette aspektet er i hvilken grad sjelesørger er bevisst denne tankegangen inn i sjelesorgsrommet.

3.2.2 Sjelesørgeren som budbringer og medvandrer

Betegnelsen viatorisk sjelesorg kommer fra det latinske begrepet «viator» som betyr at sjelesørgeren er en budbærer og en veifarende. Grevbo anvender begrepet medvandrer for veifarende (Grevbo 2014:506). For å forstå medvandrerbegrepet belyser Grevbo at en sjelesørger til enhver tid er underveis, eller i en prosess. Det betyr at man vandrer sammen med konfidenten og at sjelesorgen skjer underveis (Grevbo 2014:506). Ut i fra dette ser man at sjelesorg kan sees som en prosess hvor begge aktørene i samtalerommet, både konfident og sjelesorger er i bevegelse.

Videre påpeker Grevbo at budbæraspektet i en viatorisk sjelesorgsforståelse også er viktig. Grevbo henviser tilbake til Emmaus fortellingen i Lukas kapittel 24 hvor Jesus slår følge med to som allerede er på en vandring. Som sjelesørgere påstår Grevbo at vi alltid har noe å bidra med, enten vi bærer et budskap fra vår oppdragsgiver, Gud, eller at vi bærer på kunnskap og erfaring fra eget liv som kan være nyttig for konfidenten. Om sjelesørgeren undertrykker denne erfaringen og kunnskapen vil det ikke betegnes som nestekjærlighet (Grevbo 2014:507). Dette forteller oss at i samtalen kan en ha to tanker i hodet på en gang. Den ene er å være lyttende og tilstede, men det er også rom for å gi noe inn i samtalen i form av tanker og erfaringer. Grevbo sier også her noe om hvordan man som sjelesørger i budbæraspektet nettopp har noe å komme med, enten et være ett budskap fra Gud eller fra egen erfaring.

Samtidig er det ikke alltid at den beste støtten kommer igjennom råd. Frank Lake siteres av Grevbo: «*Jeg trenger mindre et råd om å gjøre noe jeg ikke vet, som kraft til å gjøre det jeg*

alt vet er rett» (Lake i Grevbo 2015:507). Det er ikke nødvendigvis slik at konfidenten har behov for å høre så mange gode råd. Utfordringen for sjelesørgeren kan vel så mye være å hjelpe konfidenten til nettopp denne kraften Lake setter ord på, hvordan man evner å ta tak i livet sitt og de utfordringene man står i.

Grevbo løfter også frem ett annet perspektiv i tråd med Lake som viser noe av varsomheten en sjelesørger bør inneha:

En sjelesørgerisk ledsager lokker ikke andre inn under sin kontroll, reduserer ikke frihet, fratrar ikke ansvar, overtar ingen avgjørelser, men motiverer for de skrittene som bringer trøst, gir utfoldelsesmuligheter og nærmer seg viktige sannheter. Slik går en ledsager med på sjelesorgens vei (Grevbo 2014:511).

Når sjelesørgeren er i rollen som medvandrer har en et ansvar for å være det på konfidentens premiss. Det betyr at sjelesørger skal motivere og lede konfidenten slik at en opplever verdighet og fritt spillerom til å være i sine følelser. Det er konfidenten som skal være den ledende og ta avgjørelser.

3.2.3 Å vandre på Guds vei

Ett annet perspektiv fra Grevbo handler om å vandre på Guds vei. Ett konsept som ikke er helt ukomplisert. Som sjelesørger og medvandrer er man forberedt på at livsveien kan være krokete og skjult, og derfor er avhengigheten av kontakten med en levende Gud og hans vilje viktig (Grevbo 2014:512). Denne avhengigheten kan man ha igjennom å søke Gud. Grevbo sier at midt i all denne undringen og usikkerheten må vi være opptatt av hvor vi setter føttene våre. Dette kan man gjøre ved å be salme 86,11: «Herre, lær meg din vei, så jeg kan vandre i din sannhet» (Grevbo 2014:511). Som sjelesørger kan det se ut som at man har ett ansvar i å ta med seg dimensjonen av Guds ledelse inn i sjelesorgsrommet. Det å være bevisst på at man både for egen del og for konfidentens del skal vandre på Guds vei. Dette kan gjøres igjennom å be Gud om dette, å stole på at han leder.

Likevel er det ikke dermed sagt at man vet hvor veien går eller hva man vil møte på sier Grevbo. Man kan både oppleve at Gud både prater og er taus (Grevbo 2014:512). Dette spennet må man rett og slett leve i. Og som sjelesørger bør man ha en aksept for dette. Likevel påpeker Grevbo at der Gud er klar og tydelig, så vil en sjelesørgers oppgave i det minste være å ikke tåkelegge veien (Grevbo 2014:512). Dette kan forstås slik at man også

skal vise en varsomt igjennom å ikke gjøre Guds ledelse og vei mer komplisert enn den faktisk er for konfidenten. Man må være åpen for at konfidenten selv opplever at han vet Guds vei.

Samtidig betyr ikke det at man skal være stille og passiv til alt som kommer opp. Grevbo skriver:

Det som imidlertid er fattbart, om det ikke er lett, er at all ferdse på Guds vei må preges av en holdning vi kan lære av Mesteren selv og hans etterfølgere, nemlig en velvillig forståelse, som også tør å berøre ømme punkter på rett tid og sted (Grevbo 2014:512).

Det å vandre på Guds vei omhandler å søke og lære av Mesteren. Dette innebærer at man noen ganger skal berøre også det vanskelige og kompliserte.

Det å gå på Guds vei er komplisert fordi man møter både en Gud som kan være taus og som kan tale. Det er ikke gitt at konfident og sjelesørger har samme opplevelse av Gud. Og i dette spennet bør sjelesørgeren søke, be og lære, samtidig skal han ikke skal gjøre det mer komplisert for konfidenten.

3.2.4 Å møte hele mennesket

I møte med mennesker, møter vi dem med hele seg. Alt de er og har, kommer de med, og det er sjelesørgerens oppgave å møte dem deretter. Et menneske er aldri udelt eller i biter, det kommer med alt (Grevbo 2014:514). Grevbo belyser hvordan det er flere aspekter å ta hensyn til i møte med en konfident:

Derfor må vi ta høyde for at hvordan kroppslige, følelsesmessige og erkjennelsesmessige sider er vevd inn i hverandre, og at tro og liv også henger sammen på utallige måter (Grevbo 2014:514).

Sjelesørgeren må ha en forståelse for at konfidentens liv kan bestå av åndelighet og hverdagslige ting. Og at disse tingene henger sammen. Det kan bety at tro, tvil og gudsopplevelser må kunne sees i sammenheng med nedstemthet, glede og fysisk vondt i kroppen. Men også motsatt vei, at det man kjenner på kroppslig eller følelsesmessig kan påvirke troen og Gudsrelasjonen.

Grevbo gir ett eksempel om hvordan åndelighet og liv hører sammen og hvordan en god balanse kan se ut. Han forteller om en åndelig veileder som sitter i samtale med en liten gruppe fromme menn og prater om åndelige ting. Plutselig kommer en kvinne som gjeter sine gjess forbi, i fortvilelse ønsker hun å prate med mannen, fordi hennes gjess har blitt syke. Mannen forlater straks gruppen mennesker for å prate med kvinnen. Da han kommer tilbake spør mennene litt brydd om hvordan han bare kunne forlate dem for å snakke med en kvinne om gjess. Da svarer han «*For jer er det åndelige bare tidsfordriv, men for kvinden er gæssene selve livet*» (Grevbo 1997:141). I sjelesorgsrommet er man i samtale med konfidenten stadig vekk i en krysning av det åndelige, og «alt det andre». Ut ifra det Grevbo skriver kan man forstå at det noen ganger er gunstig å bryte litt med de tradisjonelle grensene for hva man regner som åndelig. Det handler om å bry seg om problemene menneskene har. Dette kan være en nøkkel i å skape en samtale. I sjelesorgsrommet skal man kanskje forlate det man tror er viktig for å lytte til den enkelte og høre hva som er viktig for dem.

En må derfor gjøre gode overveielser for hvordan en skal nå inn til konfidenten. En må vurdere hvilke innfallsvinkler som finnes, og hva som er gode muligheter til å skape en inngang.

Å tenke helhet er derfor en kontinuerlig oppgave for sjelesørgeren, men den må bare ikke forveksles med å søke harmoni og å fremme en idyllisk totalitet. En helhet av mange delvis motstridende fragmenter er det man ut fra en realistisk, kristen antropologi hele tiden må ha for øye (Grevbo 2014:514).

Det å håndtere det åndelige, kroppslige, og alt imellom er ingen enkel jobb for sjelesørgeren, ifølge Grevbo. Det er viktig å holde høyt at i møte med konfidenten vil man ikke nødvendigvis oppnå en harmoni. Dette er ikke en kristen antropologi. Selv om det er en pessimistisk tilnærming er det likevel en realistisk tilnærming Grevbo har. Han løfter frem viktigheten av å søke at konfidenten skal oppleve en helhet på tross av at det kan være motstridende deler som skal passe sammen.

3.3 Den gode samtalen

Det siste teoretiske perspektivet er hentet fra Helge Svare. I *den gode samtalen* (2006) skriver Svare om kunsten å skape dialog. I motsetning til de foregående teoretikerne skiller

Svare seg ut med å ikke skrive om sjelesorg, men om dialog. Likevel kan det argumenteres for relevans til sjelesorgen. Elementer fra en god dialog er overførbart til sjelesorgssamtalen, uavhengig av hvordan en ser på sjelesorg. Derfor gir dette perspektivet bredde til avhandlingens teoretiske rammeverk.

3.3.1 Dialogen mellom mennesker

Svare skriver om dialogen:

Dialogen er et samarbeidsprosjekt der deltakerne arbeider mot et felles mål. Deltakerne går inn i dialogen med en visshet om at alle som deltar, kan ha noe å bidra med. De innser også at oppgaven, i tillegg til å bidra med egne innspill, også er å hjelpe de andre til å bidra med sine (Svare 2006:17).

En dialog består av minst to deltakere, en sjelesorgssamtale består også av minst to personer. Svare påpeker en svært viktig faktor når han skriver at alle har noe å bidra med i en dialog. For sjelesørgeren og konfidenten betyr det at begge sine innspill er verdifulle, og at begge kan hjelpe hverandre med å åpne seg opp og komme frem til et felles mål.

Svare siterer renessansfilosofen Francis Bacon om det å sette ord på tankene sine, han skriver:

Det er som om man gjennom talen kaster tankene sine ut foran seg, slik at man bedre ser dem, slik mønsteret på et teppe først blir synlig når man ruller det ut på gulvet. Derfor er en times samtale med en god venn bedre enn en hel dag med grubling på egen hånd (Bacon i Svare 2006:32-33).

Bacon tilnærmer seg samtale på en filosofisk måte, men det han egentlig påpeker er nettopp det en sjelesørger er til for. Å være den som lytter og får den andre til å åpne seg ved å «kaste tankene sine ut foran seg». Bacon setter også ord på ett behov om å få lette hjerte sitt. At det å slippe ett annet menneske inn på seg er bedre enn å holde tankene for seg selv. Dette får utløp i dialogen mellom mennesker. Samtidig som at begge, både konfident og sjelesørger har noe å bidra med i dialogen for å nå felles mål. Så vil det også være slik at gjennom å sette ord på det en kjenner på foran en annen kan være til god hjelp. Dette gir også grunnlag for å forstå sjelesorg som en hjelpende samtale bare i at konfident får lette hjerte for en annen.

3.3.2 Kunsten å lytte

Lytting er en annen viktig dimensjon i den gode samtale, Lao Tse sier:

Vi stiller tretti eiker sammen og kaller det et hjul, men det er tomrommet mellom eikene som gir hjulet dets nytte. Vi lager en krukke av leire, med det er tomrommet det det ikke er noe, som skaper krukken (Tse i Svare 2006:73).

Som en videre filosofiske tilnærming av lytting belyser her Svare noe interessant. Med andre ord kan vi si at en samtale ikke bare handler om det som blir uttalt, men også det usagte. Og dermed blir den gode samtalen en dimensjon som handler om det konfidenten også ikke setter ord på.

Det finnes flere måter å lytte på, Svare belyser her noen tanker om å parafasere:

Det å parafasere det en annen sier, tvinger deg til å lytte på en annen måte enn du kanskje ellers ville gjort. Du kan ikke bare nøye deg med å høre etter hvilke ord som blir brukt. Det at du skal gjengi det sagte med færre ord, uten at den opprinnelse meningen blir borte, tvinger deg til å lytte etter essensen i det den andre sier (Svare 2006:76).

For å være en god, lyttende samtalepartner er parafasering et godt verktøy som Svare her beskriver. I samtale vil parafasering og speiling være gode måter å møte den andre på, som kan bidra til å skape den gode samtalen.

Svare påpeker også at å parafasere har en annen viktig hensikt. En utfordring med lyttingen er at man alltid vil lytte igjennom sin egen forutinntatthet. Hans-Georg Gadamer, en av de store akademikerne innenfor hermeneutikk, omtaler dette som de fordommene vi har i møte med den andre (Gadamer 2010:250). Kunsten å lytte blir da å klare å legge fra seg sine egne fordommer i størst mulig grad og fokusere på den andre. Parafaseringen blir her også ett verktøy fordi den andre kan korrigere om man har misforstått (Svare 2006:77).

3.3.3 Om å stille spørsmål

Det å stille spørsmål er også essensielt i å legge til rette for og skape en god samtale. Svare mener dette skjer igjennom å stille åpne spørsmål. Lukkende spørsmål som ikke gir åpning for noen god dialog krever kun et «ja» eller «nei». For eksempel: har du låst bilen? Vil du sitte på? Men som Svare belyser inviterer et åpent spørsmål til et mer utfyllende svar som også gir mer rom for dialog. Et åpent spørsmål kan se slik ut: «Hvordan har du det?» eller

«Hvordan opplevde du det?» (Svare 2006:91-92). Det blir dermed viktig å åpne opp for at konfidenten kan sette ord på det han står i.

Gadamer sier også noe om dette. Han sier: «*Kunsten å stille spørsmål er kunsten å hele tiden spørre videre, som igjen er det samme som kunsten å føre en virkelig samtale*» (Gadamer i Svare 2006:88). Gadamer påpeker hva han mener bør gjøres for å ha en virkelig samtale, nemlig å være nysgjerrig og hele tiden spørre videre. Dette er et interessant aspekt i en sjelesorgsamtale der konfidentens premisser for samtalen ofte vektlegges. Likevel kan det tenkes at Gadamer sin tilnærming er helt nødvendig for å hjelpe konfidenten i gang med samtalen.

3.4 Dagens sjelesorgpraksis

Avslutningsvis er artikkelen «Sjelesorg på plass – på sporet av dagens sjelesorgspraksis i Den norske kirke» (Grung m.fl, 2016) av relevans å inkludere. I 2015 gjennomførte de en undersøkelse blant 408 prester og diakoner. Disse ble spurt om deres sjelesorgsforståelse og sjelesorgspraksis. Da studien er nylig utført og representativ for dagens tilstand er den av stor interesse for avhandlingen.

Første funn, som er av relevans for avhandlingen, er synet på sjelesorg blant diakoner og prester. Her var det en variasjon i svarene, noen beskrev sjelesorg som:

«Medvandring», «forkynnelse for den enkelte», «hjelp til mennesker som ber om det» «å møte mennesker der de er». (...) Andre skrev om hva de oppfattet som typiske trekk ved sjelesørgeren (har tid, har taushetsplikt, stiller seg til rådighet, er mentalt fullt til stede, «formidler Kristi kjærlighet til mennesker» (Grung m.fl, 2016:33).

Det er varierende forståelse av sjelesorg er i praksis. Studien viste også at det ikke var en tydelig teoretisk forankring i hva som ble beskrevet. Dette kan bety at man ikke forholder seg i like stor grad til sjelesorgsteorien, og at i praksis er samtalene mer dynamiske. Det kom også frem at det var mange sjelesorgssamtaler, men at disse ikke alltid var like formalisert. (Grung m.fl, 2016:41). Likevel ble det tydelig at sjelesorgsamtalen har en egenart:

Denne studien understreker at samtalen er sjelesorgens viktigste verktøy, men til bildet hører også menneskelig nærvær uten ord, rituelle uttrykk (velsignelsen, bønn, skriftemål osv), og sikkert også elementer av undervisning (Grung m.fl, 2016:41).

Dette kan tolkes slik at sjelesorgssamtalen inneholder mer enn bare dialogen, og den gode sjelesorgssamtalen inneholder mer enn ordene. Studien viste også at samtalene var primært konfidentsentrerte (Grung m.fl, 2016:39). Det er med utgangspunkt i konfidenten at samtalene gjennomføres. Det kom også frem at det ikke nødvendigvis var en gjensidighet mellom konfident og sjelesørger om det teologiske, eller religiøse ståsted (Grung m.fl, 2016:39).

Studiens drøfting avsluttes med å vektlegge behovet for en praksisnær nyorientering i sjelesorgsfaget: «*Det betyr at kontakt mellom sjelesørgerisk praksis og praktisk-teologisk forskning bør styrkes og utvikles*» (Grung m.fl, 2016:41).

3.5 Oppsummering av teorien:

3.5.1 Okkenhaug

Ut i fra Okkenhaug sin teori er det flere punkter å ta med seg. Okkenhaug vektlegger at det er viktig med en trinitarisk sjelesorgsforståelse. Sjelesorgen skal være mer enn en vanlig samtale. Det skal være en balanse mellom å møte konfidenten, budskapet og konteksten. Dette skal også gjøres med en visshet om at Gud er tilstede i rommet. Ved å inkludere Gud innebærer det at man er en formidler av hans ressurser som nåden, tilgivelsen og fellesskapet.

Videre fra Okkenhaug er det to ulike sjelesorgsprofiler som er presentert, hyrden og den sårede hjelper. Disse to gir to spennende innfallsvinkler til sjelesørgerens rolle. Mens hyrden, på tross av sine svakheter vitner om en sterk sjelesørger som leder konfidenten igjennom, er den sårede hjelper en sjelesørger som er i smerten til konfidenten.

3.5.2 Grevbo

Det teoretiske perspektivet fra Grevbo gir også noen viktige betraktninger. For det første adresserer Grevbo hvordan man må forstå og holde høyt at man alltid er på en reise som sjelesørger, hvor man ikke kan utelukke seg selv og sine egne erfaringer og skrøpeligheter. Dette er det viktig at sjelesørgeren er bevisst og kontinuerlig jobber med. Videre løftes det frem to sider ved sjelesørgeren, at en er medvandrer og budbærer. Disse sidene har litt ulike aspekt ved seg. Medvandrerens innebærer å forstå at konfidenten på lik linje med seg selv er

i en prosess, og samtalen er i så måte sammenlignbar med en vandring. Det å forstå seg selv som en budbærer betyr at man også har ett budskap å komme med til konfidenten, det være fra egen erfaring eller fra Gud.

Fra Grevbo er det også to andre perspektiv. Det å vandre på Guds vei kan være krevende og famlende, men han vektlegger viktigheten av å ha med og inkludere konfidenten i dette. Og å møte konfidenten med hele seg, og viktigheten av å ha en helhetlig forståelse av at mennesket er komplekst og sammensatt.

3.5.3 Svare

Selv om Svare ikke er en sjelesorgsteoretiker er det flere relevante perspektiver som er med å belyse hva som skaper en god samtale. Både hva en god samtale er, samt hvordan de ulike involverte bør opptre og hvordan god lytting ser ut i praksis. En god dialog skjer ved at de involverte parter ønsker å hjelpe den andre fram med sine tanker. I forlengelsen av det er også aktiv lytting og tilstedeværelse svært sentralt. Svare belyser så ulike perspektiver i kunsten å lytte. Blant annet nevner han aktiv lytting og ha gode oppfølgingsspørsmål, som noen av de viktige elementene til å gjøre samtalen til en god dialog. Videre er også parafrasering et godt verktøy som gjør at en må vie hele vår oppmerksomhet og tilstedeværelse.

4 Analyse

Avhandlingens problemstilling er «hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtale i sjelesorgsrommet?». Fire informanter, alle erfarne sjelesørgere, har blitt intervjuet. Deres svar blir i dette kapitlet gjengitt og analysert. Studien har basert seg på en tematisk analyse. Under arbeidet med analysen av intervjuene oppstod det 4 hovedtemaer: (1) «Konfidentens plass i sjelesorgssamtalen»: om konfidentens plass, bestilling og om å skape det trygge rommet for konfidenten. (2) «Sjelesørgerens bevissthet om egen begrensning og muligheter»: om sjelesørgerens selvkjennskap, sårbarhet og begrensning og rolleforståelse. (3) «Gudsdimensjonen i sjelesorgsrommet»: om å gi rom for det åndelige, ritualer og den kompliserte Gudsfortellingen. (4) «Muligheter og utfordringer i gjennomføring av samtalen»: om virkemidler og utfordringer i samtalerommet. Innenfor disse temaene ble det også naturlig med underkategorier.

4.1 Konfidentens plass i sjelesorgssamtalen

Det første temaet analysen førte fram til omhandlet konfidentens plass i sjelesorgsrommet. Det kan se ut som det finnes ett rom som innbyr konfidenten, og på en slik måte legger til rette for en hjelpende samtale. En samtale hvor konfidenten får være ledende i hva som snakkes om, og en samtale hvor konfidenten blir møtt på det som sies, men også det som ikke sies med det første, men som gjerne er hovedgrunnen til at konfidenten kom.

4.1.1 Konfidentens fortelling får lede samtalen

At det er konfidentens fortelling som leder an samtalen er noe sjelesørgerne ser på som viktig. Konfidentens agenda eller bestilling skal være utgangspunktet for samtalen, og det er viktig at ikke sjelesørgeren dreier inn på en annen vei der det er sjelesørgerens agenda som tar plassen. En sjelesørger sier det slik:

Det er ikke min agenda som skal på bordet, det er et annet menneskes agenda, hvis konfidenten blir veldig utrygg på hvilken sin agenda som gjelder, så tror jeg det skaper stor utrygghet [...] En av de verdiene jeg setter veldig høyt er at mennesker selv skal få lov til å definere sin egen fortelling.

Det er altså muligheter i en sjelesorgsamtale for at samtalen kommer ut av kurs. Det skjer når sjelesørgerens agenda bryter med konfidenten sin agenda. Det vil være viktig at sjelesørgeren lytter og er seg bevisst på den andres fortelling, og ikke tar ledelsen selv. Det handler om å gi makt eller autoritet til den andre. Hvert menneske har sin egen livsfortelling. Denne fortellingen er selve utgangspunktet og må være den røde tråden gjennom det møtet som er mellom konfident og sjelesørger.

For å kunne følge den andres historie kreves det at sjelesørgeren lytter inn konfidenten: «*Så prøver jeg å ha en åpen holdning til det som sies å være åpen for det som ikke blir sagt*». Det kom fram at informantene opplevde at konfidenten ofte hadde mer på hjerte enn det som ble sagt. En sjelesørger forklarer mer om denne åpenheten: «*Å kunne møte konfidenten der han er, ikke der han skulle vært. Det tenker jeg er veldig viktig*». Som sjelesørgere ønsker man det beste for konfidenten, og ofte kan nettopp det være en av utfordringene i dette møte. Sjelesørger må være seg bevisst på at det er konfidenten som sitter på sin egen narrativ og kjenner alle brikkene i historien. Og på det grunnlaget fordres sjelesørger å tilpasse seg tempoet i samtalen og erkjenne at konfidenten ikke har kommet lenger enn der han er akkurat nå.

Ett annet perspektiv som løftes frem er betydningen av å kunne ta opp hele livet:

I en kirkelig kontekst med meg som sjelesørger, er det en kunnskap og en kjennskap om at jeg har en tro og tilhørighet og en kristen forankring, og det gir rom hvor det er mulig å ta opp hele livet.

Det ser ut som at sjelesørgeren igjennom denne rammen kan skape dette rommet hvor konfidenten kan oppleve at det ikke er begrensninger for hva han kan ta opp. Den kirkelige konteksten åpner opp, og gjør samtalerommet enda større, slik at den åndelig dimensjon også er en naturlig del. I dette er det også viktig å møte på konfidentens premisser, det betyr å holde sine egne verdier tilbake. En informant sier det slik: «*På konfidentens premisser, til forskjell fra forkynnelse hvor vi gjerne vil tilføre lytteren verdier, som for oss er viktige*». Her påpekes ulikheten om hvem som har makt i rommet. I Sjelesorgrommet er det konfidenten sitt verdisett som skal ha fokus, i motsetning til et annet forkynnende forum, der forkynneren har det som skal tilføre noe.

En annen informant belyser: «Bestillingen avgjør hvilken rolle jeg har. Jeg har ikke en fiks ferdig rolle ut ifra hva jeg kan og ikke kan. Hva jeg er, det er tilpasset situasjonen jeg er i».

Rollen er ikke satt, den er tøyelig og formes der og da. Det er den andres bestilling som bestemmer den. Sjelesørgeren må altså være i det åpne og forsøke å fange opp hvor den andre er, hvorfor han har kommet, og hva hans behov er nå.

Alle sjelesørgere vektlegger å la konfidenten styre samtalen, samtidig som det også kan være utfordrende.

4.1.2 Gi tid og rom til å se bakenfor bestillingen

Videre er det også et annet tema som blir vektlagt av majoriteten av sjelesørgerne. De utdyper at det kan ta tid for konfidenten å komme frem til den fortellingen som virkelig er det han har kommet for. Man kan tenkes at dette skyldes ulike grunner.

Denne sjelesørgeren peker på at konfidenten kan trenge å finne ut om sjelesørgeren er til å stole på først:

Om du er til å stole på, om du forstår og om du har forutsetning, da hender det at konfidenten må gjøre noe utprøving på deg. Rett og slett med utgangspunktet i om sjelesørger tåler å høre dette.

Å dele av sitt innerste, det mest smertefulle fordrer en mottaker som kan ta imot. Det kan være vanskelige og såre temaer som er knyttet til de livserfaringene konfidenten trenger hjelp med. En kan føle seg liten og uverdig, noe som gjør at en kjenner det er en risiko med å dele det som smerter eller har rotet seg til i livet.

Konfidenten kan prøve seg frem på flere måter:

De kan gjerne prøve seg fram med litt sekundær problematikk som ikke er fullt så alvorlig som det egentlige. Og det må jeg si, at jeg mer enn en gang har sittet i sjelesorgrommet å visst at det de sier egentlig ikke er det det handler om.

Det er ikke uvanlig at konfidenten prøver ut hvordan det er å prate med sjelesørgeren. At de kan kjenne på hvordan de blir tatt imot og om det blir gjort på en god måte. Selv om sjelesørger gjennomskuer dette er det et viktig element for å bygge det trygge og gode rommet for konfidenten, før han eventuelt velger å snakke om det som virkelig trykker.

En annen informant peker betydningen av å gi tid for å få frem den innerste fortellingen.

Så tenker jeg vi må tåle at det tar lengre tid. Men på den andre siden, det jeg er mer redd for, det er at gardinen skal gå ned og at vi får en amputert prosess, fordi tryggheten er noe som bygges opp.

Det er noe som står på spill i en sjelesorgsamtale. Prosessen kan stoppe opp, den andre kan lukke seg til. Det som er det mest ekte og sanne for konfidenten trer til side, og det er noe annet som det samtales om. Ved å gi tid, kan en prøve å unngå dette.

Det å se bakenfor bestillingen er også en måte å gi respekt til den andre: *«Respekt betyr å se en gang til. Ingen er bare det du ser, og det er en viktig verdi, å se en gang til, ikke være rask til å konkludere om den andre»*. Å se på mennesker med en grunnleggende holdning om at det er mer bak fasaden, at det alltid er mer i et menneske enn det en kan oppdage ved første møte, det er hva respekt for et annet menneske innebærer.

4.1.3 Å skape et trygt rom for konfidenten

Å oppleve seg trygg når en skal dele sine innerste tanker og såre temaer er et godt grunnlag i sjelesorgrommet, også dette var viktig for samtlige. Hvordan en kan skape dette rommet, og om man som sjelesørger egentlig kan vite at den andre opplever det trygt skal vi se videre på. Helt innledningsvis i en samtale for å legge til rette for trygghet kan det være fint med noe ord om alt er ok: *«Alt er helt ok, bare begynn å snakke et sted også ser vi hvor det bærer, eller hvor du blir ledet og hvor du kjenner at det er trygt å snakke»*. En slik tilnærming åpner opp for at det å dele fra sitt liv kan være vanskelig og at det er en prosess. Veien kan være faglende og vrien, og det er ikke noe som skal presteres. En skal ikke vise hvem en er, men kjenne etter hvordan en har det og hva som trykker.

Denne tryggheten kan man ikke ta for gitt: *«Trygghet er ikke noe du kan forlange, det er ikke noe du kan dokumentere eller vise til, hvis konfidenten ikke erfarer tryggheten selv, så er den ikke der»*. En kan gjøre alle de riktige tingene i en forberedelsesfase før en samtale, men til syvende og sist er det konfidenten sin opplevelse som avgjør, og som har noe å si.

«Uansett, velvillighet fra sjelesørger, og ofte det å nettopp på veien mot tryggheten at konfidenten må få lov å bevilge seg muligheten til å finne ut av det». Her gis makten tilbake til den som er i sjelesorgrommet for å få hjelp. Det krever en ydmykhet hos den som er sjelesørger, som kan gi slipp på forventingen om at den andre opplever situasjonen som god

eller lik en selv. Det er på sett og vis å stå i det ukjente, tåle tyngden av seg selv som sjelesørger og ikke være helt sikker.

På tross av at man som sjelesørger aldri helt kan vite så betyr det ikke at en ikke må prøve. Viktigheten av det trygge rommet betyr mye for hvor åpen konfidenten evner å være, og i hvilken grad vedkommende evner å stå i det vanskelige. En informant belyser hva trygghet i samtalerommet kan bety for konfidentens åpenhet: «*At det skapes nok trygghet til at den andre kan være i følelsene sine, ikke bare fortelle om dem, men være i dem.*» Dette fordrer sjelesørger til å hele tiden tenke at trygghet er ferskvare og noe som til stadig må skapes og opprettholdes. Et annet aspekt ved å skape det trygge rommet handler om at sjelesørger viser at ingenting av det konfidenten kommer med gjør berør tryggheten hos sjelesørger. En informant beskriver videre viktigheten av å være utholdende i møte med vanskelige tematikk:

Det at jeg personlig ikke blir veldig nedbrutt av det jeg hører, At jeg gir uttrykk for at jeg ikke blir nedbrutt av det jeg hører, og at jeg klarer å håndtere det som kommer, det tror jeg er viktig for tryggheten hos konfidenten.

For å skape en trygghet hos konfidenten må sjelesørger uttrykker at rommet tåler alt. Konfident skal ikke føle på at en må vise hensyn for sjelesørgeren eller føle at en må være forsiktig med hva en sier.

4.2 Sjelesørgerens bevissthet om egen begrensning og muligheter

Det andre temaet som gjorde seg gjeldene var sjelesørgerens rolle, kompetanse og begrensning. I sjelesorgssamtalen har også sjelesørgeren en viktig posisjon som kan legge ett grunnlag for en hjelpende samtale, og det er mye potensiale for dette. Likevel er det også noen utfordringer som også gjør seg gjeldene og er viktig å være seg bevisst.

4.2.1 Sjelesørgerens selvkjennskap

At en sjelesørger har selvkjennskap og jobber kontinuerlig med seg selv er ett aspekt som løftes frem av informantene. En av de sier: «*Vite hvem man er, gjenkjenne egne følelser, jobbe med egne følelser og ikke tenke at jeg noen gang blir utlært.*» Det er en bevissthet

rundt at man er et menneske som er underveis i seg selv og i livet. Det er ikke nok å ha en rolle, det er mennesket som fyller rollen som er den største og viktigste kompetansen.

De tenker om seg selv at i ytterste konsekvens så er de en representant for Gud:

Søke veiledning for å stadig bli bedre som samtalepartner, for at andre mennesker skal kjenne seg sett og møtt. Og selv om vi ikke snakker om Gud, så er vi en type representant for Gud i noens liv.

Begrunnelsen for å være årvåken ovenfor seg selv, sine begrensninger og kvaliteter, er at en representerer Gud til slutt, i kraft av å være sjelesørger. Det hviler altså et ansvar på sjelesørgeren som går ut over en selv, som enkeltmenneske. En av informantene sier det så sterkt: «Det burde ikke være lov å være sjelesørger uten selv å gå i sjelesorg».

Det å være var for egne følelser i samtalesituasjonen er viktig:

Det kan hende jeg kjenner på den samme tristheten, da må jeg være bevisst på hvem som sin tristhet det egentlig er, å bli bevisst på at det er min egen, og da legge den litt til side for å kunne lytte aktivt igjen. Det jeg tenker er en viktig prosess i samtalen.

Det kan være at samtaletemaene vekker noe i en selv, for eksempel en tristhet. Da er det viktig å kunne kjenne på dette, og ikke føre samtalen videre ut fra egen tristhet, men lytte seg inn på sporet igjen, til hvor konfidenten er og hva han erfarer.

Det er viktig å erkjenne at man kan få følelser overfor konfidenten:

En kan kjenne på en umiddelbar forakt for dette mennesket. Du kan ikke definere eller mene noe om menneskeverd før du har tatt på alvor denne tendensen til forakt, som er det motsatte av menneskeverd. Der stilles det store krav til en sjelesørger.

Det er ikke gitt at sjelesørgeren har naturlig medfølelse til alle konfidenter. Det er viktig å erkjenne at det kan oppstå negative følelser også. Om en ikke er bevisst på dette kan konsekvensen bli at konfidenten ikke blir møtt så bra som han burde, samtidig som konfident på et ubevisst plan kan fange det opp. Det kan føre til en ubehagelig atmosfære i samtalerommet.

I et rom der det er mye sårbarhet og følelser, er det også viktig å vite hvordan en skal tenke og forholde seg til det:

Det handler om at jeg kommer i berøring med folk som viser sitt sårbare jeg, og at det de forteller om ikke er min sorg. Det er ikke mitt liv, og jeg skal heller ikke løse opp å finne hvordan de skal gjøre dette her, men jeg skal høre på, og være med på å lage et godt møte.

Å lage en god møteplass handler vel så mye om å distansere seg til følelsene som dukker opp underveis. Å være seg bevisst om at livet de forteller om ikke er mitt, selv om en kan relatere seg til det en hører, og kjenne på samme følelser. Men at en sunn rasjonell tilnærming til situasjonen er med å skape et godt møte for den andre.

4.2.2 Sjelesørgerens sårbarhet og begrensning

I sjelesorgsrommet kom det også fram om informantene opplevelse av utilstrekkelighet. De beskriver en sårbarhet knyttet til egne erfaringer, og utfordringen med å møte konfidenter med ett annerledes verdsett.

Sjelesørgerne viser til at de kan oppleve sjelesorgsamtalene på ulike måter, de kan kjenne at samtalene er både belastende, og ikke har ført frem. Andre ganger kan de ha erfaringer av at samtalen lykkes, men det er når konfidenten sier at det har hjulpet.

Jeg har samtaler som jeg har tenkt at jeg tror blir siste gang. Jeg opplever at jeg kanskje ikke har funnet fram til det konfidenten egentlig ønsket, eller at jeg har utfordret på en måte som ikke var god.

Likevel, sjelesørgerens opplevelse av samtalen gjenspeiler ikke nødvendigvis konfidentens opplevelse: «Jeg følte meg mye lettere etterpå sier konfidenten. Og da tenker jeg at en god sjelesorgssamtale ikke nødvendigvis er min opplevelse, men konfidentens opplevelse i etterkant».

Videre er det å erkjenne sin egen sårbarhet også å kunne erkjenne at ens oppgave noen ganger blir å innse at en ikke kan hjelpe, men å henvise videre: «Jeg har flere ganger tenkt at min største oppgave er å få mennesker til å oppsøke mer hjelp». En annen sjelesørger utdyper det slik: «Det hender at jeg henviser videre til andre, eller at jeg tror du trenger mer hjelp enn det jeg kan gi. Den viktigste hjelpen jeg gir er å bli den linken inn mot en annen». Å kjenne sin egen begrensning er noen ganger det beste hjelpen en kan gi videre. Til tider blir man mellomperson for henvisning til mer profesjonell hjelp, andre ganger ikke.

Sjelesørgerens evne til å se når en kan, og ikke kan yte hjelp selv er en stor og viktig del av jobben.

Sjelesørgeren utfordres også på sin egen sårbarhet i møte med den andre:

Vi må våge å være sårbare, slik at vi ikke står fram som fortreffelige. Det er nok å vise til Henry Nouwen sin bok, the wounded healer. Hvis vi ikke selv kommer til rette med vår sårbarhet, da har vi lite å gjøre i møte med andres sårbarhet, tenker jeg.

Å møte mennesker på sitt mest sårbare fordrer også at sjelesørgeren evner å vise sårbarhet. For å kunne møte konfidenten på en god måte, trenger en også å være bevisst på at det sjelesørgeren utstråler kan gjenspeiles i konfidentens åpenhet og trygghet.

Videre påpekes det hvordan ulike verdigrunnlag i sjelesorgrommet skaper utfordringer:

Det er krevende å være en god sjelesørger for andre med et annerledes verdigrunnlag enn meg selv. Det blir en Indre konflikt. Hvordan kan jeg støtte noen som står oppi noe jeg prinsipielt ikke kan støtte selv? Derfor er det viktig med god hjelp til å få en mer stødig og autentisk respekt for den andre og deres ståsted.

En vil stadig møte mennesker med et annet verdigrunnlag og syn på livet enn seg selv. Denne spenningen vil alltid være der, og hvordan sjelesørgeren evner å møte konfidenten med respekt og verdighet på tross av dette er krevende, og her utfordres sjelesørgeren.

Videre er det også en sårbarhet i å kjenne sin egen begrensning og kvalifikasjoner. En informant sier:

Jeg tenker at det er en kjempegod kvalifikasjon for en sjelesørger å kunne sitte igjen etter en samtale med dette veldig viktige spørsmålet, er det noe her jeg kunne ha gjort annerledes? Ikke for å bli mismodig, men for å tydeliggjøre en åpenhet for alternative løsninger jeg kunne gjort det annerledes.

Det ser ut til at det å være sjelesørger er utfordrende fordi en kan komme til kort med sine kvalifikasjoner, og ikke strekke til. Å til stadighet evaluerer seg selv, og sine begrensninger og muligheter mellom samtalene gjør en seg mer bevisst på sin kompetanse.

En sjelesørger påpeker hvorfor en er sårbar i møte med konfidenten:

Vi er veldig nakne og sårbare som sjelesørgere for vi kommer ikke til konfidenten med noe diagnose, noen skjema eller blodprøver, eller vi skal ikke kna på dem, eller vise dem ett hjelpemiddel. Vi kommer ikke med noen ting. Vi kommer med to tomme hender, ett hode og en tro.

Andre behandlingsinstitusjoner og profesjoner som for eksempel lege eller fysioterapeut kan komme med noe konkret til sine pasienter. En sjelesørger har ikke apparater eller hjelpemidler, og er sårbar i at alt man har er å være en samtalepartner og deler samme tro.

Sjelesørgeren er også sårbar når den som kommer til samtale har et bestemt kristent ståsted: «*Det kan være krevende med veldig artikulerte kristne konfidenter, som tar det for gitt at jeg tenker og mener akkurat som dem. At det er oss mot verden*». Det ubehagelige med å møte et menneske med en tydelig kristen identitet, kan være at en kan føle et press til å gå på akkord med sin egen åndelige forståelsesramme. Det kan også være at en i utgangspunktet ikke klarer å støtte den andre og dermed vil konfidenten ikke kjenne på tillit til sjelesørgeren. Dette kan føles ubehagelig og vanskelig for sjelesørgeren.

Et annet eksempel på hvor en utfordres i forhold til verdier, er i møte med en homofil:

Et eksempel kan være sjelesorg i møte med en homofil, som jeg tenker har krav på å bli møtt på sine premisser. Men kanskje har jeg en annerledes forståelse av det. Men da er det min oppgave som sjelesørger å sette meg inn i konfidentens verdigrunnlag, som da kan være noe annerledes enn mitt.

Det kreves en stor bevissthet om hva en selv tenker, samtidig gi den andres tanker og følelser legitimitet. Å møte den andre uten å bedømme, og i åpenhet.

4.2.3 Sjelesørgerens rolleforståelse

Det siste perspektivet rundt sjelesørgeren dreier seg om rolleforståelsen. Bevissthet rundt sin egen rolle er svært viktig å reflektere over, både hvem en er i møte med konfidenten og hvilke roller en er nærliggende med. Her belyser en sjelesørger ulike roller en fort kan bli nærliggende til:

For meg er det viktig at jeg er medmenneske, ikke en terapeut eller rådgiver. Likevel tror jeg det er veldig mye god terapi i sjelesorg, men vi er ikke terapeuter og er veldig tydelig på at vi ikke driver terapi og behandling. Men vi følger mennesker og er medmennesker i en sårbar tid.

Å være seg bevisst på hvilken rolle en er og hvilke roller en er nærliggende med, er en refleksjon en bør gjøre seg. Ansvar og oppfølging som følger ulike roller varierer, dermed blir det viktig å for sin egen del definere hvem man er, men også for å klargjøre rolleforståelsen ovenfor konfidenten.

Noen ganger er forventningene til sjelesørgeren for store:

Noen ganger har folk for store forventninger til at jeg skal løse den utfordringen vedkommende kommer med, og de blir skuffet når jeg sier at jeg ikke har noen tryllestav.

Sjelesørgeren har ingen magisk formel for bedring, men for noen konfidenter forventes det at bestillingen de kommer med møtes og blir fikset. En sjelesørger setter ord på en type utfordring i samtalerommet:

Jeg møter det i mange samtaler, hvor det kan rykke i gi-råd foten. Den er det viktig å stange, fordi jeg tror at jeg har behov for å gir råd mer for min del, enn at den andre har nytte av det.

Som informanten her vektlegger kan man ha lyst å komme med råd og innspill. Er det for egen del, eller er det for å bidra med noe konstruktivt inn i samtalerommet. Sjelesørgeren utfordres til å bevisstgjøre seg over rollen i møte med konfidenten, og reflektere over den naturlige impulsen om å respondere som en vanligvis ville gjort i en annen relasjon. Et spørsmål en kan stille seg er: «Hvem er dette rådet godt for, konfidenten eller meg?»

Videre påpeker en sjelesørger hvordan en type medvandring også kan gi rådgivning:

Det kan være mye god rådgivning inni en medvandrer rolle når en tenker litt høyt. Veldig mange snakker om at de savner en tro for eksempel, da går det an å tenke høyt rundt det. Hva kan skal skape en tro? hva kan stimulere til å tro? hvordan gjør andre folk det? Også kan man fortelle om hvordan forskjellige folk praktiser sin tro.

Det er ikke alltid en definert rolle som nødvendigvis utgjør det beste. I den uformelle idemyldring kan det også ligge hjelp for konfidenten. Den som kommer til samtale, har kanskje ikke behov for å få løst et problem, men å ha et sted å luften ut noen tanker og følelser. En sjelesørger uttrykker det slik:

Jeg kaller meg av og til en medvandrer. En som får lov til å være med et stykke på veien inn i de problemstillingene som menneskene selv bærer på. Jeg tenker at mange sjelesorg relasjoner ikke ute etter hjelp, men ønsker sparring eller noen å tenke høyt med. Da er det så viktig at ikke vi tror at de kommer for hjelp, eller at det er noe jeg skal løse, men at det er andre mennesker som trenger noen å gå veien sammen med.

Det kan virke som at noen ganger er medvandrerens noe annerledes enn man først tenker. Konfidenten kan velge å søke en relasjon som er mindre symmetrisk og mer en

sparrepartner som kan være ett godt verktøy inn i samtalen. Sjelesørgeren går ut av sin rolle som medvandrer, og hjelpen blir seende litt annerledes ut.

4.3 Gudsdimensjonen i sjelesorgsrommet

Til forskjell fra andre samtaletilbud har sjelesorg en dimensjon av at troen og gudslivet er inkludert. Det kan dreie seg om samtale rundt tro, om komplikasjoner knyttet til tro, kirke og gudsliv, men også om erfaringer av positiv art. Flere beskriver også rituelle handlinger som en del av forberedelsene til en samtale, og at sjelesorgsrommet er en arena for åndelig inngripen og samtaler om Gud.

4.3.1 Gi rom for det åndelige

Alle sjelesørgerne er tydelig på den kirkelige konteksten de er en del av. Og løfter frem det gode med å stå i en slik kontekst, en informant belyser det slik:

Det store felleskapet er for meg en virkelig gave, å være i den konteksten. Det er en større gave enn om jeg har en sjelesorgssamtale privat hvor det ikke hører til en kontekst. Konteksten gir mennesker større muligheter enn bare en samtale med meg.

I sjelesorgen handler det om å vite hva og hvem en er forankret i, og hvilke muligheter dette bærer med seg. I ett større bilde er sjelesorgsrommet en del av det kirkelig felleskap, menigheten og en lang kristen tradisjon som i praksis betyr at en sjelesorgssamtale bærer en åndelig dimensjon med seg. En annen sier det slik: «Det er en forankring som jeg tenker er med på å gi rom for den åndelige dimensjonen i samtalen».

Det å gi rom for det åndelige kan dreie seg om både i møte med konfidenten, men også for sjelesørgeren. En sjelesørger reflekterer rundt hvordan en kan stille seg åpen for Guds inngripen:

Å tømme tanker og sinn for å være klar for noe nytt. Å være opptatt av kontakten oppover med Gud, minne meg selv på den avhengigheten jeg står i til Gud. Og at den hellige ånd må lede og være her med sitt nærvær.

Å gjøre seg tilgjengelig og åpen for åndelig ledelse og se seg selv i et større bilde der Gud virker igjennom en selv, fordrer at en innstiller seg i tanke og sinn. Sjelesørgeren bør ha en

konkret tanke om at Gud kan lede og tilføre noe inni samtalen, samtidig et ønske og en tanke om at Gud skal være nær.

Det settes også ord på hvordan man kan ha en mer personlig tilnærming til den åndelige dimensjonen inn i sjelesorgrommet:

Og ha sin egen tanke, gudsnærværet og tanken fra Den Hellige Ånd med seg inn i samtalen. Ikke bruke det verbalt og si det høyt, men å kjenne hjerteslaget fra Gud inni meg. Hvordan kan jeg møte deg som konfident best mulig, og hvordan kan jeg lytte til Gud inn i dette menneskets liv.

Når en tenker Gud som en personlig tilstedeværende faktor i livet, blir det også naturlig å ha denne tilnærmingen i samtalen. Hvordan en kan oppleve å bli møtt av Gud og kjenne på hans tilstedeværelse. Det krever en varhet fra sjelesørger om å være lyttende, stille seg disponibel og åpen for Guds stemme.

Videre er det også et aspekt der sjelesorgsrommet er et sted en kan reflektere over eksistensielle spørsmål: «Med folk som er kristne kan jeg spørre, hva tror du Jesus ville sagt til deg nå, hvis han hadde vært her nå i dette rommet?» I sjelesorgrommet kan en samtale rundt troen og på hvilken måte den ser ut i våre liv kan både utfordre og skape refleksjon. Nettopp at den åndelige dimensjonen tas på alvor på en trygg og god måte, og kan settes ord på er svært viktig. En informant belyser viktigheten av dette:

For veldig mange mennesker så ligger gudstroen så i ryggmargen, så for mange av de som kommer hit og først har vært hos psykolog, sier de at det er vanskelig og være hos psykolog, som ikke tar tak i denne trosbiten og implementerer, eller tar meg seg Gud i det syke, og i det vanskelige.

Den åndelige dimensjonen er betydningsfull for mange, og viktigheten av å bli tatt på alvor med hele livet, både det fysiske, men også det åndelige, gjør at sjelesorgrommet blir en god arena for dette. Det er også tydelig at trosdimensjonen og tanken om at kropp, ånd og sjel er sammensatt og et viktig aspekt for mennesker. Og at nettopp et samtaletilbud som sjelesørgeren gir er unik i å tenke helhet for mennesket.

Men sjelesørgeren uttrykker også utfordringer knyttet til dette møte hvor man bør være varsom og ha en balanse.

Jeg tror på en sannhet og en balanse, og tenker at det blir en metode når mennesker har et overåndelig forhold til sine egne utfordringer i livet. Da tenker jeg at min rolle er å ha et fokus mot livet om hvordan det faktisk er. Å reflektere over livets plass i det åndelige, mens i andre tilfeller så kan det være det motsatte.

Livet består av flere falsetter, og refleksjoner rundt den åndelige dimensjonen i livet, utfordringer rundt åndelig forhold og andre forhold, er temaer som kommer opp. Samtalerommet blir derfor en arena der en både kan få luften sine utfordringer, men også bli speilet på ulike åndelige nyanser i eget liv.

Sjelesorgrommet har stor takhøyde belyser også en annen informant: «*Men sjelesorgsrommet er større, det er alltid større, og det er alltid høyere og det tenker jeg er en dimensjon som vi kan få ta med oss, også i de vanskelige casene*». Uansett hva konfidenten kommer med, hvor vanskelig eller sårt livet er, så vil den åndelige dimensjonen alltid romme hele mennesket.

En informant belyser hva essensen i sjelesorgrommet bør være:

Det viktigste for meg å formidle som sjelesørger, er nåde. Ordene jeg tenker evangeliet er «jeg er glad i deg», som vi ikke kan si til oss selv. Evangeliet er et sånt annet blikk på oss, som ikke er vårt eget. Og det blikket eller den nåden som finnes i det blikket, det tenker jeg er det viktigste å formidle.

Dette rommet hvor gudsdimensjonen er inkludert, blir også en mulighet for at man opplever og får formidlet Guds nåde, fra sjelesørgeren.

4.3.2 Ritualenes betydning

Flere av sjelesørgerne oppgir at de benytter ulike ritualer i forbindelse med sjelesorgsamtaler. Det kan være enten i en forberedelsesprosess, i selve samtalen eller i etterkant. De ulike ritualene kan være bønn, lystenning, skriftemål, å korse seg, eller andre rituelle handlinger en gjør sammen med konfidenten for å lage et tidsskille i livet, eller som en symbolikkhandling.

En sjelesørger forteller om bruk av symbolikk og lystenning i møte med konfidenten:

Første timen sier jeg eksplisitt hvorfor jeg gjør det, og at vi tenker at du og jeg og Vår Herre er tilstede. Og bare det å tenne lyset, og få se et rom med symboler, det tror jeg også gir litt trygghet. Jeg ser og opplever at folk blir litt rørt når vi tenner dette lyset.

Å skape et rom der lystenning, ikoner på veggen og symbolikk har en sentral plass, forteller noe om ritualenes betydning for sjelesørgeren. Det skaper også et trygt rom for konfidenten der en kan oppleve å bli båret av ritualene.

Videre belyser en annen informant et annet ritual: *«Det å gjøre korsets tegn er å minne meg på at jeg ikke skal bære hele samtalen selv, men at det er en del av noe større»* Ritualene minner oss på, og kan fungere som en manifestering av Guds nærvær og tilstedeværelse.

Ritualer kan også benyttes som en markering i en personlige liv:

Vi har hatt ritualer og skriftemål (...) det handler om å lage et ritual som gjør at folk setter punktum for noe i et liv. Og da velger og opplever jeg både at det er en lettelse der og da, og at dette er et punktum og markering i en gitt livshendelse.

Som mennesker kan det være godt med det håndfaste, kanskje spesielt når det kommer til gudstroen. Her ser man hvordan bruken av ritualer, enten det er kjente ritualer, eller markeringer tilpasset situasjonen for å kunne legge noe bak seg. Dette er en annen dimensjon av hvordan ritualene kan være viktige i sjelesorgsrommet. En av informantene setter ord på det slik: *«Ritualer har den styrken at de virker på litt flere nivåer enn bare sånn i tankene»*. Den konkrete handlingen av ritualene har stor tyngde og er betydningsfull fordi det treffer oss på en annen måte enn å lese eller høre noe. Derfor har ritualene en egen verdifull plass i sjelesorgsrommet.

En sjelesørger påpeker bønnens viktige betydning for mange av konfidentene: *«Ofte spør jeg når samtalen er ferdig, om de har lyst at vi skal be sammen. Flesteparten ønsker det og da spør jeg også hva de eksplisitt vil vi skal be om»*. Det er viktig at sjelesørgeren er seg bevisst på å gi rom for bønn, at en tar seg tid til det og også utfordre konfidenten på temaer en vil legge fram i bønnen.

En annen sjelesørger sier det slik: *«Jeg tydeliggjør alltid ovenfor konfidenten at det er rom for bønn»*. Det er fint å gi signaler til konfidenten om at det alltid er rom for å be under sjelesorgssamtalen.

På tross av tydeliggjøringen om at det er rom for å be, er det også viktig at dette forblir som en bønn uten baktanker, en sjelesørger sier det slik:

Jeg er veldig bevisst på hvordan jeg ber, jeg fortsetter ikke sjelesorgsamtalen inni bønnen. Heller at det er en overgivelsesbønn, hvor vi legger dette framfor Gud og i Guds hender. Jeg er veldig opptatt hvis man skal bruke bønn så er det til Gud, og ikke til en videre bearbeidelse.

Bønnen bør være en overgivelse i Guds hender, derfor er det viktig at man ikke bruker den som et middel i samtalen.

4.3.3 Den kompliserte gudsrelasjonen

Informantene belyser spenningen livet en kan ha når tanken om Gud har flere sider og nyanser. Gud som tilstedeværende faktor i et liv tilsier ikke et liv uten problemer eller vanskeligheter, selv om det kan være en bærebjelke. For noen oppleves gudsdimensjonen som et hjelpende og svært støttende element inn i livet, mens for andre opplever de at Gud blir borte eller er fraværende når livet knytter seg til. Dette gir de ulike livsfortellingene om Gudstroen ulike perspektiver på, nettopp hvordan livet kan se og oppleves så ulikt. En sjelesørger belyser ambivalensen i dette:

Noen kan ha veldig tunge, tøffe og krevende fortellinger, og hvordan de tenker Gud som eneste bærende, som gjør at de har overlevd og tålt det. Mens andre har opplevd akkurat det motsatte i krevende situasjoner hvor det er en Gud som har tillatt dette, og kjenner på en aggresjon mot Gud og har distansert seg fra det som har med tro å gjøre. Så det er veldig begge deler.

Erfaringene fra sjelesorgrommet sier at menneskets forhold til Gud er individuelt, og hvordan en ser på Gud i ulike livssituasjoner oppleves også svært forskjellig. Troen som legger grunnlaget for trygghet i noens liv, oppleves som ustabil og fraværende for andre. Som sjelesørger må en forvente å leve i dette spennet i sjelesorgrommet, der åndeligheten er paradoksal og ambivalent, og troen og tvilen går hånd i hånd. Mennesker kan ha en ulik opplevelse av Gud, så selv om man søker å bruke bibelen og troen som ett godt virkemiddel er det ikke alltid det hjelper.

Det er nødvendig at sjelesørgeren viser god refleksjon og skjønn når han ønsker å bruke liturgiske redskaper inn i en samtale.

Men det er også noen utfordringer rundt når en skal benytte seg av ritualer og ikke, en informant belyser dette: «Noen ganger er det viktig at du ikke bruker Bibelen eller bønn i det hele tatt, fordi det kanskje stritter imot det som vedkommende kommer fra». For noen kan

ritualer, bønn eller bibel utløse dårlige minner eller erfaringer i vedkommende sitt liv. At noen har et ambivalent eller dårlig forhold til ritualer må en også ha rom for. Ritualenes betydning kan derfor komme med både positivt og negativt fortegn.

En annen uttrykker utfordringen til konfidentens erfaringer knyttet til gudstro: «Å snakke om bibeltekster og tro på en måte som bygger opp, også går det ikke inn, fordi det er så solid og voldsomt denne strenge Guden de har». Selv med de beste intensjoner kan sjelesørger prøve å inspirere konfidenten til oppbyggelse i eget trosliv. Det er imidlertid en realitet for mange at troslivet kan ha dype sår, eller dårlig erfaringer som stenger for åpenhet rundt temaet. Da må sjelesørger vise varsomhet og forståelse og møte konfidenten på best mulig måte på det erfaringsgrunnlaget konfidenten har.

4.4 Muligheter og utfordringer i gjennomføring av samtalen

Det siste temaet er sjelesørgerens erfaringer fra samtale. De beskriver noen muligheter for å legge til rette for hjelpende samtaler igjennom gode virkemidler. Samtidig er det også noen utfordringer knyttet til å tåle det som kommer.

4.4.1 Døråpnere for en dypere samtale

I intervjuene kom det frem at informantene brukte flere virkemidler bevisst for å lede samtalen inn på sporet. Det var noen døråpnere de fant nyttige, samtidig som det også kom frem baksider ved dem. Disse var; å gi rom for stillhet, å lytte, speiling og gi rom for følelser.

4.4.1.1 Å lytte

Lytting er et svært viktig element i sjelesorgrommet: «Å klare og lytte seg fram til, å være nysgjerrig slik at jeg får fram det konfidenten egentlig har på hjertet» Det er ikke alltid lett for konfidenten å formidle det en ønsker, da situasjonen kan være sår og vanskelig.

Sjelesørgeren sin håndtering av situasjonen, som fordrer aktiv lytting og nysgjerrighet kan skape det rommet konfidenten trenger til å åpne seg.

En annen informant beskriver det å lytte som mer enn å bare høre etter:

Det er utgangspunktet for alt det som skal skje framover, det er å lytte med både det med man sier, det man observerer, og være bevisst på hva slags følelser det selv skaper i meg.

Man lytter ikke bare til ordene, men også til det man ser av konfidentens væremåte. Sjelesørgeren løfter også frem hvordan man i lytting også må lytte til sitt eget følelsesliv. Det fordres altså sjelesørger å være seg bevisst på både det en hører, det en ser, samtidig som det må være en selvbevissthet rundt hvilke prosesser og følelser som dukker opp i eget liv.

4.4.1.2 Følelser

En annen tilnærming kan være å spørre etter følelser: *«Jeg kan ha en tendens til å spørre etter litt følelser. Hvilke følelser kjenner du på nå når du sitter der og snakker om det du gjør nå?»*. Å skape et rom der det er helt ok å vise følelser er svært viktig. Det kan være utfordrende for konfidenten å vise følelser som er vonde å kjenne på, da er det viktig å ha det trygge rommet.

En sjelesørger har erfaring med dette:

At det skapes nok trygghet til at den andre kan være i følelsene sine, ikke bare fortelle om dem, men være i dem. Jeg tror det handler om at det er trygghet i bunn og at jeg tør å være nærværende i følelsene.

Å være i følelsene kan gå begge veier. Det kan være trygt for konfident at sjelesørger også tør å være tilstede i følelsene sine, da legger det et grunnlag for et trygt rom der samtalen kan gå fra å handle om følelser, til å være et rom en kan være i dem.

Videre belyser en sjelesørger hvordan samtalen kan endre seg, hvor det indre livet kommer tydeligere fram gjennom følelser: *«Jeg snakket litt om følelser, og tror at hvis man treffer mennesker i følelseslivet, så tror jeg man når enda dypere inn, på noe det går an å endre på»*. Når samtalen har kommet dit at konfident kjenner på følelsene som virkelig beskriver livet, kan en måte å håndtere dette på være å starte et endringsarbeid. Dette krever stor varsomhet for situasjonen, og at sjelesørger er bevisst på den sårbarheten en står ovenfor.

4.4.1.3 Å speile

En av informantene belyser speiling som element inn i samtalen: *«Noe du alltid kan gjøre er å høre på, og du kan alltid bidra med å speile tilbake»*. Å speile konfidenten er et verktøy som kan være svært verdifullt for å skape forståelse, samtidig gi konfidenten mulighet til å høre hva han selv formidler, fra en annen vinkling. Erfaringen fra informantene tilsier at å speile kan bidra til å skape verdifull selvinnnsikt hos konfidenten:

Å speile tilbake er en veldig god nøkkel til å få konfidenten til å åpne nye dører inn i livet sitt. Og du har ikke gjort en dårlig jobb selv om du ikke vet hvor det her bærer hen.

Ærlighet og tilstedeværelse igjennom å speile den man lytter til er også en måte å være der for konfidenten.

Det er også viktig at når konfidenten drar fra samtalen, at det ikke råd som sitter igjen: «*En skal ikke dra med masse råd, at det skal jeg gjøre og det skal jeg gjøre. Men at en har hatt et møte med et menneske som har gitt den opplevelsen tilbake at det er i orden*». Det er viktig og verdifullt å høre at det man står i er ok. Hjelpen ligger ikke nødvendigvis eksplisitt i løsningen som blir pratet om i samtalen, men at en annen har tatt seg tid til å lytte og være i problematikken sammen med en.

4.4.1.4 Stillhet

Det å legge til rette for en god samtale kan gjøres på flere måter. Stillheten kan være ett av elementene en kan bruke, en informant belyser: «*Jeg bruker stillhet bevisst når jeg ser at mennesker leter etter ord*.» Det er ikke alltid lett å vite hva man skal si, eller det kan være vanskelig å finne de riktige ordene. Informanten er oppmerksom og belyser hvordan stillhet aktivt brukes som et middel for å hjelpe konfidenten. Videre påpeker informanten hvordan stillheten brukes til fordel for konfidenten, og brukes målbevisst for å hjelpe konfidenten videre. «*Og der tenker jeg at det ikke er mine holdninger eller evner til å tåle stillhet som skal være utgangspunktet for stillheten i samtalen*». Uavhengig av hvilket verktøy sjelesørger bruker i sjelesorgrommet så bør premisset være det som kan trigge fram det gode hos konfidenten. Begge parter preges av stillheten, men for sjelesørgeren blir det en øvelse i å sette seg selv til side til fordel for konfidenten.

En annen sjelesørger har en litt annen tilnærming til bruken av stillhet:

Hvis jeg bruker stillheten på en sånn måte at det blir granskede i møte med konfidenten, så blir det truende. Men hvis jeg bruker stillheten på en slik måte at jeg trenger den.

Stillheten kan også oppleves truende, derfor kan en målestokk være at en i motsetning til å legge konfidenten som premiss, bruker seg selv. Det er også viktig å være seg bevisst på

stillhetens ambivalens, hvordan den i det ene øyeblikk kan oppleves truende, og i neste øyeblikk som trygt.

En annen sjelesørger har lignende erfaring med tema: «*Hvor mye stillhet en skal tillate har jeg har ofte tenkt at vi sjelesørgere er alt for redd for. At vi tør å la det være stille så den andre kommer på banen*». Sjelesørger må selv være seg bevisst på egen pratsalighet, og hvordan en opptrer. Stillheten preger både sjelesørger og konfident på ulike måter, og blir et element i samtalen som begge kan ha ambivalente følelser for.

4.4.2 Å tåle det som kommer

I sjelesorgrommet som tidligere belyst, er det at samtalen blir lagt på konfidentens premiss. Videre blir det påpekt at sjelesørgerens sårbarhet, selvkjennskap og rolleforståelse har mye å si for opplevelsen av samtalen. Videre har den viktige betydningen av tro, ritualer og en åpenhet for Guds inngripen i samtalen vist seg å være et viktig tema. Det finnes også noen døråpnere for å legge til rette for den hjelpende samtale. Likevel er det noen utfordringer, spesielt knyttet til den belastning sjelesørgeren utsettes for. Sjelesørgeren må ha stor overbærenhet å tåle og høre og være i vanskelig temaer og følelser.

En sjelesørger belyser hvordan en ofte må stå i det tunge og vanskelige:

Å tørre og være i det tunge og tøffe, uten å ville fort ut av det, eller tenke løsninger eller å løpe videre. Men å være i det vanskelige sammen med et annet menneske, det er egentlig der du er en god medvandrer. Så kan man se litt og litt om det blir noe lysere.

Å stå i det sårbare og vanskelig sammen med konfidenten er en utfordring, men det er også det som gjør en til en god sjelesørger. En må leve i uvitenhet om hvor det bærer, men å stå løpet ut med en tanke om det kan bli bedre. Samtidig må en være seg bevisst på den indre kampen en kan ha med seg selv om å ville dytte konfidenten videre, fordi en tenker det som passende.

En informant belyser et eksempel på en krevende og vanskelig situasjon en kan komme i:

De tilfellene hvor folk blir rammet av sykdom, som for eksempel kreft. Også går de i behandling og blir sykere og sykere og dør. Å følge mennesker på denne etappen, å se og vite at det er utfallet, men å være der og stå i det sammen med dem, det er veldig krevende.

Maktesløsheten en kan kjenner på ved å følge noen i et alvorlig sykdomsforløp kan være svært påkjennende og tungt. Sjelesørger utfordres derfor å stå i det ukjente over en potensiell lengre periode, å tenke at målet med denne etappen som en vet ender vondt er å være en tålmodig medvandrer.

Videre belyser en annen sjelesørger:

Jeg tror at det beste i den samtalen var at jeg bare ga en bekreftelse på at dette her er forferdelig vanskelig, dette er en objektiv vanskelig situasjon. Og det kan høres ut som en liten ting å bidra med, men jeg tror det kan være godt for mange mennesker å møtes med å gi elendigheten en slags gyldighet.

Å vite hva en til enhver tid skal si og gjøre når en møter mennesker i nød er vanskelig, men tilstedeværelsen kan si mer enn det vi verbalt ville prestert. Når en har det vondt og befinner seg i en vanskelig situasjon, så kan det være mye omsorg i å bekrefte og erkjenne situasjonen. I andre tilfeller kan det være at tålmodigheten skal romme andre type vanskeligheter i form av å kunne lytte:

At du kan få den andres søppel, som ikke tilhører deg. Og det å kunne romme det, det kan kreve masse tålmodighet og goodwill, men jeg tror at det kan ha en god effekt for den andre.

Det er viktig at sjelesørgeren er utholdende i møte med alt en får kastet mot seg, og evner å stå i det så lenge konfidenten trenger at du gjør det. At en oppleves å bli brukt som en søppelbøtte betyr ikke at en må ta det personlig.

En annen sjelesørger belyser hvordan det også handler om evne og vilje til å gå med et annet menneske:

Jeg tenker at man skal tåle. Det handler om viljen og evnen til å gå sammen med et menneske som kanskje lever livet sitt i et grumsete område hele tida. Og da må jeg kunne tåle å gå et lite stykke sammen med den i det grumse.

Sjelesørgeren må tåle andre sine utilstrekkeligheter og svakheter. Det betyr at en setter sine egne fordommer til side og møter den andre på et sant grunnlag der konfidenten står i sentrum.

En god sjelesørger er en som er god på å tune seg inn der hvor den andre er, og som tør å ikke gi råd, som tør å være hjelpeløs sammen med den som er hjelpeløs. Det tror jeg.

Det at en evner og tåle det som kommer, sette seg selv til side, og er hjelpeløs sammen med den hjelpeløse ser ut til å være noe av det som kan legge til rette og skape rommet for en hjelpende samtale.

5 Drøfting

I avhandlingen stilles spørsmålet: «hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtalen i sjelesorgsrommet?». Funnene i analysen gir et bredt og spennende materiale til videre drøfting. Noen av funnene gir stort samsvar til det teoretiske rammeverket, mens andre funn utfordrer teorien. Alle funnene i analysen blir ikke prioritert i drøftingsdelen, men tre sentrale temaer som gir bredde og dybde til problemstillingen vil bli diskutert.

Disse temaene er (1) hvilke virkemidler som kan brukes for å skape en hjelpende samtale, (2) dynamikken og utfordringene i møte mellom konfident og sjelesørger, og til slutt (3) det vanskelige i sjelesorgsrommet.

5.1 Virkemidler for å skape en hjelpende samtale

Det første hovedpunktet i drøftingen er virkemidler for å skape en hjelpende samtale. Ut i fra analysen ble det tydelig at informantene bruker noen bevisste virkemidler. Disse har samtidig også noen baksider, men sjelesørgerne vitner om gode erfaringer ved bruk av disse.

Her drøftes tre av disse, å bruke stillhet, det å lytte til det som ikke sies og ritualer og praktiske virkemidler. Disse drøftes i lys av teorier om hva som skaper en god samtale, samt teori om ulike måter å gjennomføre sjelesorg på.

5.1.1 Å gi rom for stillhet

Et interessant funn i analysen i det som er med å skape den hjelpende samtalen, er stillhet. Stillhet blir beskrevet som noe samtlige av sjelesørgerne både bruker som en bevisst strategi for å gi konfidenten rom til å tenke, og for å skape et åpent og trygt rom for konfidenten. Tydeligst kom det fram fra to av informantene, at stillhet er et middel de bruker helt bevisst, og har tydelig tanker om hvordan det kan brukes i sjelesorgsrommet. Samtidig blir stillheten beskrevet som et virkemiddel med en bakside. Ikke bare kan det skape engstelse, men stillheten kan trigge fram vonde ting i konfidentens historie og erfaring. En av informantene belyser hvordan stillhet blir brukt for å gi konfidenten rom til å sette ord på tankene sine, videre påpeker han i sin selvbevissthet om hvordan det ofte kan være så lett å bare prate i vei. Den andre informanten belyser hvordan hun beregner stillhet ettersom hvordan hun

selv trenger den. Da lages det rom for at konfidenten også kan benytte seg av stillheten, enten til å finne ord, reflektere, eller bruke stillheten som nettopp stillhet.

Den trinitariske tilnærmingen setter verken spesifikt ord på stillhet som noe godt eller dårlig. Derimot ser man i de ulike rollene en sjelesørger kan ha, at det gis grunnlag for at man ikke nødvendigvis legger til rette for stillhet. I Okkenhaug (2002:37) sin beskrivelse av hyrden blir denne rollen beskrevet som er en mer framoverlent, målrettet sjelesorgpraksis som leder konfidenten framover. Det er ikke nødvendigvis negativt, men hyrderollen er en som tar ansvar i situasjonen og leder an. Det betyr at en konfident som trenger ro og stillhet for å bli trygg på sjelesørgeren, og i konteksten av en sjelesorgsamtale vil bli mer usikker, og oppleve hyrden som en masete, lite lyttende, for målrettet og lite tilstedeværende.

På en annen side kan hyrden være til stor hjelp for en konfident som trenger å bli ledet, og har behov for at sjelesørgeren tar litt mer ansvar. Og hvis stillheten skaper engstelse og gjør at konfidenten blir forknytt og utilpass, så vil det argumenteres for at hyrden er med å skape et trygt rom, som gir godt grunnlag for en god opplevelse og samtale i sjelesorgrommet.

Et viktig perspektiv å ta med seg inn i samtalerommet er at stillheten kan være svært ambivalent. Svare (2006:17, 91-92) belyser noen elementer som legger til rette for den gode samtale, han vektlegger viktigheten av at samtlige deltakere er bidragsyttere. I hans teoretiske forståelse fremstår det ikke som at stillhet har en viktig plass. Desto mer interessant er det da at funnene i studiene viser at dette virkemiddelet har flere styrker ved seg. Stillheten kan være med å gi rom for konfidenten, og gi tid til å tenke som er svært positivt. Det vil skape en arena for at en klarer å sette ord på det en ønsker å få hjelp til. Svare (2006:32-33) belyser Bacon sin filosofiske tilnærming om hvordan sette ord på tankene ved å legge dem framfor seg. Han skriver at et element til å legge til rette for den gode samtalen skjer når konfidenten får tankene sine ut i stedet for å sitte alene å gruble på dem. Det kan se ut som at stillheten kan brukes for å få nettopp tankene frem for den andre.

Stillhet i en samtale vil det alltid bli til en viss grad, enten bevisst eller ubevisst, og det er også en naturlig del av en dialog mellom to parter. Men stillhet som et bevisst middel til å legge til rette for en god samtale kan være ett effektivt virkemiddel. Likevel er det også ett virkemiddel som bør brukes med varsomhet. Om stillheten blir krevende er konfident bedre

tjent med en sjelesørger som er mer engasjert og tar større plass, inntil tryggheten er etablert og stillheten ikke blir truende.

5.1.2 Å lytte mellom linjene

Ett annet virkemiddel som kom frem i intervjuene var å lytte til konfidenten. Dette var et funn både informantene direkte har påpekt, men også noe som kom helt tydelig fram under arbeidet med analysen. Spørsmålet blir derfor ikke om lytting er bra eller ikke, men hva det innebærer å lytte. Det ble løftet frem at lytting handler om å lytte til det som blir sagt, men også til det som ikke blir sagt.

Svare gjengir ett sitat av Tse Lao som vektlegger viktigheten av alt det som ikke sies:

Vi stiller tretti eiker sammen og kaller det et hjul, men det er tomrommet mellom eikene som gir hjulet dets nytte. Vi lager en krukke av leire, med det er tomrommet det det ikke er noe, som skaper krukken (Tse i Svare 2006:73).

Det å møte konfidenten med en forståelse om at det er mye som også kan sies mellom linjene er helt avgjørende. Det å forstå at å lytte til konfidenten er vel så mye å lytte til alt som ikke sies er svært nødvendig.

Grevbo (2014:514) vektlegger viktigheten av å møte hele mennesket. Han adresserer ett behov for å forstå at menneskets utfordringer og problemer kan være koblet til mer enn hva det umiddelbart ser ut som. Ånd, kropp og sjel henger sammen, og en smerte som uttrykkes fysisk kan ha sin rot i ett åndelig problem eller motsatt. Dette perspektivet kan være av stor relevans i lys av informantens forståelse av lytting. Å lytte etter det som sies er viktig, men det er også nødvendig å kunne lytte på flere plan slik at man kommer til bunns i hva som egentlig er problemet. På den måten kan en kanskje hjelpe konfidenten til å forstå sammenhengen mellom det vanskelig man opplever og det som faktisk er problemet.

Grevbo vektlegger også ett annet perspektiv. Han henviser til fortellingen om den åndelige lederen som møter en kvinne som prater om og er svært opptatt av gjessene sine. Her poengterer Grevbo at man ikke skal utelukke hva som en åndelig for den andre. I fortellingen kommer det fram at gjessene var veldig viktige for kvinnen, da hun livnærte seg av dem (Grevbo 1997:141).

Dette perspektivet inn mot lytting er også svært relevant. Som sjelesørger er man hele tiden i faresonen for å ikke møte konfidenten med blanke ark. Man kan lett ha ett sett med fordommer som gjør at man ubevisst plasserer konfidenten ett sted, det være med en diagnose, eller ett gitt problem. Derfor er det å lytte så viktig. At man lytter og ikke plasserer konfidenten i en boks eller kategori før man har lyttet godt både til det som sies og det som ikke sies.

5.1.3 Ritualer og praktiske virkemidler

Samtlige av informantene belyser hvordan kristne ritual i en eller annen form viser seg å være viktig hos dem selv, og for konfidenten. Funnene som har med ritual å gjøre manifesteres gjennom lystenning, bønn, bibel, symboler og skriftemål. Flere av informantene påpeker hvordan de i forbindelse med hver sjelesorgsamtale tenner et lys i en tanke om at samtalen som skal skje ikke bæres av dem alene. Lystenningen tolkes dermed som et tegn og symbol på Guds nærvær, både som et bærende element for konfidenten, samt et støttende element for sjelesørgerne.

I studien til Grung m.fl (2016:35) er ett av områdene bruken av kirkelige virkemidler. Her kommer det frem at selv om mange bruker kirkelige virkemiddel som forbønn, og lyse velsignelsen noen ganger, er det bare mellom 4% og 18% som bruker de respektive ritualene regelmessig. Det er med andre ord ett spenn mellom studien og de fire informantens bruk av de rituelle virkemiddelene. Det er tydelig at ritualer og kirkelige virkemidler blir brukt i sjelesorgrommet selv om det er av varierende hyppighet.

Fra analysen ser det ut til at det er ulike grunner for bruken av disse ritualene. Det kan tolkes slik at det brukes som en trygghet for sjelesørger, og som en bevisstgjøring for å minne seg selv på at Gud er med i samtalen. Okkenhaug (2002:36-38) vektlegger den trinitariske sjelesorgsforståelsen nettopp fordi den gir perspektivet av at Gud er tilstede i samtalen. Slik blir ritualene også ett virkemiddel for sjelesørger som skaper tryggheten i rommet.

Ritualene har også en annen hensikt kommer det frem hos informantene, de bruker det som ett middel for at konfidenten kan få noe konkret og håndfast å forholde seg til. En informant sier det på denne måten: «*Ritualer har den styrken at de virker på litt flere nivåer enn bare sånn i tankene*». Grevbo (2014:514) løfter som tidligere frem viktigheten av å forstå at

mennesket består av ånd, kropp og sjel. Kanskje er nettopp dette et viktig element i å skape den hjelpende samtale og legge til rette for mer enn dialog. Her har sjelesorgen som står innenfor en kirkelig kontekst en stor styrke ved at man allerede har mange ritual og kirkelige virkemidler som kan brukes. Det er også slik at sjelesørger også noen ganger kan introdusere nye virkemidler eller ritualer nettopp for å møte konfidentens behov. Det å få lov til å legge bort noe, legge av seg en byrde kan gjøres ved at man også legger fysisk ned en stein. Det å tilgi kan skje igjennom ord, men også ved en fysisk handling i møte med den andre. Sjelesørgeren er tjent med å ha en forståelse av nettopp dette. Ritualer og virkemidler som ikke inngår i dialogen, inngår likevel i å skape den hjelpende samtale som bidrar til fremgang for konfidenten.

5.2 Konfident og sjelesørger: Samspill og utfordringer

Det neste perspektivet som drøftes er de to sentrale i sjelesorgssamtalen, konfidenten og sjelesørgeren. I mellom disse kan det være ett godt samspill, men samtidig ligger det også til rette for utfordringer.

I analysen er det fremtredende og viktig at samtalen er konfidentstyrt. Dette gir gjenklang i noen av de teoretiske perspektivene, men likevel finnes det også teoretisk grunnlag for å tenke annerledes. Her diskuteres dette med utgangspunkt i informantens posisjon. I hvilken grad bør samtalen være konfidentstyrt.

Det andre perspektivet som drøftes er sjelesørgerens rolle i samtalen. Skal sjelesørger involvere seg igjennom å gi råd og veilede, eller er det bedre med en mer passiv holdning hvor man fokuserer på å være medvandrer. Dette drøftes også i lys av ulike sjelesorgsmodeller.

5.2.1 Konfidentstyrt samtale?

Et av funnene som er viktig for informantene er at konfidenten skal få lede samtalen. Konfidenten får lede sin egen fortelling, og det er konfidenten som kommer med bestillingen. Samtidig kom det også frem at denne forståelse noen ganger ble utfordret med krevende konfidenter som prater i vei og ikke går noe i dybden. Det er dermed enighet i oppfattelsen av konfidentens rolle, men likevel er det knyttet spenninger til når

sjelesørgeren skal gripe inn å motivere til framgang. Ett aspekt er at konfidenten trenger tid til å bli trygg, at han trenger øvelse på å prate foran sjelesørgeren, og at han også vil sjekke hvordan sjelesørger reagerer på å prate med han.

I teorien er det godt grunnlag for å la samtalen være konfidentstyrt. Grevbo (2014:506) sin medvandrer rolle henviser til en praksis der sjelesørgeren skal gå sammen med konfidenten. Medvandrerens forståelse som en som også er på vandring, og at det på ingen måte er en målstyrt samtale, men at man går ett stykke vei i sammen. Dette har noen positive sider ved seg. Det at konfidenten får en opplevelse av at han eier samtalen gjør at han opplever seg møtt. Det vil kunne gi erfaringen av at man har en god samtale. I medvandrerrollen vil sjelesørger også oppleves som en støttepartner som går veien sammen med han.

Okkenhaug belyser også at en sjelesørger kan ha en selvforståelse av å være hyrden (Okkenhaug 2002:73-74). Hyrden blir en motsats til medvandrerens ved at han leder an, og tjener den andre ved å gå foran. Hyrden i sin egenart vil bli en sjelesørger som veileder konfidenten mer enn å avvente. Dette kan skape en usikkerhet hos konfidenten som i utgangspunktet trenger å ta ting i sitt eget tempo. Majoriteten av informantene belyser i analysen om deres opplevelse av det som skaper et godt grunnlag for en hjelpende samtale. Det er å invitere konfidenten inn i et rom og til en samtale der den selv får definere sin egen fortelling, og la samtalen skje på konfidentens premiss. Likevel er det mulighet for at noen ganger er en tilnærming som hyrden også er måte å skape ett trygt rom på. Det kan tenkes at når man møter en konfident som er svært usikker eller som ikke greier å sette ord på det de behøver hjelp med, at nettopp en styrende hånd kan oppleves godt. Det er helt klart langt flere farer ved å utøve en hyrderolle enn en medvandrerrolle, det betyr dermed ikke at hyrden ikke kan ha stor nytteverdi i bestemte situasjoner. Informantene uttrykte videre at de noen ganger opplevde at konfidenten trengte mer assistanse enn de selv var i stand til å gi. Da henviste de ofte konfidentene videre. Samtidig som det kan hjelpe konfidenten til å få en selvforståelse av at dette problemet krever kompetanse som for eksempel terapi eller annen behandling.

5.2.2 Sjelesørgerens involvering

I sammenheng med forrige punkt, konfidentstyrt samtalen, er det også relevant å drøfte sjelesørgerens plass og posisjon i sjelesorgrommet. I hvor stor grad sjelesørgeren skal involvere seg ved å gi råd, komme med egne erfaringer eller andre tilskudd inn i samtalen er en tidvis vanskelig avveielse. Alle informantene hevder at samtalen i størst mulig grad skal styres av konfidenten. Det betyr at sjelesørger skal innrette seg etter konfidentens bestilling, og at konfidenten sin fortelling skal lede samtalen. Likevel viser det seg i analysen at informantene noen ganger velger en aktiv involvering.

I sammenheng med medvandrerrollen løfter Grevbo (2014:506) også frem ett annet begrep og tilnærming, nemlig at sjelesørgeren er en budbærer. Budbæreren er en sjelesørger som også tilfører råd og erfaringer inn i samtalen. Budskapet kan være fra egen livserfaring eller fra det enn opplever som Gud selv. Grevbo (2014:507) påpeker at hvis en sjelesørger alltid skulle holder egne tanker og refleksjoner tilbake, så vil også nestekjærligheten forsvinne. Spørsmålet er hva som skaper den hjelpende samtalen i dette «paradigmet». Vil det å komme med råd og erfaring, eller en hilsen fra Gud være med å legge ett grunnlag for en god samtale?

Med en medvandrerrolle kan det virke som sjelesørgeren er i fare for å bli for passiv. Ved å bare lytte og høre og la den andre styre får kanskje ikke konfidenten den hjelpen han både trenger og vil ha. Det er også slik at sjelesørgeren faktisk kan ha gått ett stykke lengre og ha mer livserfaring enn konfidenten, og derfor kan det være svært gunstig at konfidenten faktisk får noen råd eller tips på veien. Måten det kan se ut i praksis er at sjelesørger deler noe fra Gud, en erfaring fra eget liv eller si noen ord til oppbyggelse eller trøst.

Likevel kan en sjelesørgers involvering forstås ut i fra en annen ramme som ikke nødvendigvis dreier seg om å gi så mange råd og tips på veien, men hvor man heller fokuserer på å hjelpe den andre til å hjelpe seg selv. Svare (2006:76-77) løfter frem det å parafrasere og motivere konfidenten til å sette ord på det han eller hun tenker på. Her kan det være en nøkkel til å være bevisst hjelpende uten å bli styrende. Grevbo sier

En sjelesørgerisk ledsager lokker ikke andre inn under sin kontroll, reduserer ikke frihet, fratar ikke ansvar, overtar ingen avgjørelser, men motiverer for de skrittene

som bringer trøst, gir utfoldelsesmuligheter og nærmer seg viktige sannheter. Slik går en ledsager med på sjelesorgens vei (Grevbo 2014:511).

Om sjelesørgeren klarer å trå med en slik varsomhet har han gjort mye. Det å kunne hjelpe konfidenten uten å bli for førende virker svært positivt. En av informantene omtalte seg som en sparringspartner, for å hjelpe den andre. Her sees ett behov for en større bevissthet rundt egne muligheter som en hjelpende hånd som ikke bare handler om rådgivning eller veiledning. Lake sier: «Jeg trenger mindre et råd om å gjøre noe jeg ikke vet, som kraft til å gjøre det jeg alt vet er rett» (Lake i Grevbo 2015:507). Det er ett behov for å kunne hjelpe den andre igjennom nettopp dette. Å hjelpe den andre til å finne kraften til å gjøre og ta de skrittene som trengs. Likevel er det også viktig at sjelesørger våger å innimellom gå utenfor medvandrerrollen for å ikke bli for passiv.

5.3 Det vanskelige i sjelesorgrommet

Det siste området som drøftes er noen av utfordringene, det vanskelige i sjelesorgsrommet. I analysen kommer det frem flere områder som er utfordrende, og som ikke nødvendigvis gjør det enkelt å ha en god eller hjelpende sjelesorgssamtale. Det ene området er knyttet opp mot sjelesørgeren som står i en slitsom og krevende situasjon over lengre tid ved å ta imot mye tungt og vanskelig. Dette blir drøftet i lys av teorier om rollen, den sårede hjelper, samt en annerledes tilnærming igjennom medvandrerrollen.

Det andre område er Gudserfaringen som konfidenten bærer med seg inn i samtalerommet. For noen konfidenter er dette en fortelling om en Gud som har opplevdes å være tilstede, mens for andre er det motsatt. En Gud som er fraværende, eller som bare gjør livet mer vanskelig. Derfor drøftes også denne problematikken i lys av medvandrer perspektivet og en trinitarisk tilnærming til sjelesorgen.

5.3.1 Sjelesørger i møte med konfidentens smerte

Et av funnene i analysen som kom tydelig fram hos samtlige av informantene, er en forståelse om at sjelesørgeren skal tåle alt i sjelesorgsrommet. Det innebærer at sjelesørger skal takle alt konfidenten kommer med av grums fra eget liv, skuffelser og vanskelig hendelser. Informantene påpeker faktisk at man skal tåle alt i møte med konfidenten. Og det

blir beskrevet på en slik måte at en noen ganger fungerer som søppelbøtte der og da. Det ble også tydelig i analysen at sjelesørgerne har noen begrensninger og sårbarheter som preger dem. Disse kan både være belastende og utfordrende i møte med konfidenten.

I det teoretiske rammeverket henvises det til en form for sjelesorg hvor sjelesørgeren kan ha en rolle som en såret hjelper ifølge Okkenhaug (2002:74-75). En tenker da at sjelesørgeren selv har erfaringer av vond karakter som han kan bruke inn i samtalerommet til å hjelpe den andre. Det ultimate eksempelet på dette er Jesus som måtte tåle lidelse og smerte. Fordi Jesus har erfart smerte selv, hevdes det at man lettere kan relatere til han gjennom det vanskelige.

Tanken om at sjelesørgeren skal tåle alt kan forstås som både positivt og negativt. I lys av den sårede hjelper vil det å tåle alt kunne gjennomføres ved at man gir av seg selv og sin egen smerte inn i dens andres nød. Sjelesørgeren vil med dette kunne bekrefte den andre. Det blir som en av informantene sa «*at man gir elendigheten en slags gyldighet*» igjennom å komme inn som den sårede hjelper. Likevel var det tydelig hos informantene at noe av det vanskeligste var å være i samtalen. En av sjelesørgerne beskrev at smerten kunne være å følge mennesker som hadde uhelbredelige kreft og kom til å dø. Dette løpet var tøft å stå i, spesielt over tid.

Grevbo kan også forstås inn i denne konteksten selv om han ikke sier noe direkte om å tåle det som kommer. Hans perspektiv er at sjelesorg er en form for medvandring, hvor man møter mennesker der de er, og går sammen med dem (Grevbo 2014:506-507). Da er det helt avgjørende som informantene belyser, å tåle det som kommer, og står i det vanskelige. Informanten går så langt som å si at noen ganger må man være i dens andre smerte, og være som en søppelbøtte, hvis det er der konfidenten er. Dette er mest sannsynlig den eneste måten å kunne lede konfidenten ut av smerten, ved å først være i den. Og i så måte bidra mot en samtale som gir hjelp.

Likevel blir dette beskrevet som svært krevende. En av informantene løftet opp perspektivet av å samtale med noen med ett helt annet verdigrunnlag. Ett eksempel var å samtale med noen med ett annet syn på homofili, der sjelesørger har ett konservativt syn. Det å stå i det spennet mellom å støtte den andre, samtidig å vite at konfidenten ikke lever på en måte

som underbygge egne verdier. Dette beskriver en av de store utfordringene med medvandrerrollen. Teorien påpeker at man skal gå sammen med den andre, samtidig er det svært utfordrende som konfidenten sier: *«Det blir en Indre konflikt. Hvordan kan jeg støtte noen som står oppi noe jeg prinsipielt ikke kan støtte selv?»*.

Her er det ett viktig perspektiv å ha med seg. Enten man ser på teori om medvandrer eller den sårede hjelper, vektlegges viktigheten av å være en støtte for konfidenten. I praksis kan det likevel være vanskelig, enten om det dreier seg om smerte knyttet til sykdom, eller det er ulikheter vedrørende verdigrunnlag.

Om man ser på de to ulike tilnærmingene virker medvandrereren, fremfor den sårede hjelper, som mindre belastende. Den sårede hjelper krever en sjelesørger som knytter smerten til egne erfaringer. I en medvandrerrolle kan man distansere seg i en større grad enn fra den såredes helpers perspektiv, hvor sjelesørgeren er tilstede ved å inkludere sin egen smerte og sår.

At begge tilnærminger gir grunnlag for å legge til rette og skape en god samtale med hjelpende effekt er det vanskelig å si nei til. Likevel er det ett stort behov for å løfte frem at å stå i slike samtaler er krevende og man må forvente slitasje. Slitasjen kan variere ut i fra hvilken sjelesorgsrolle man har. Om en går inn i samtalen med ett perspektiv om å være en medvandrer så kan en til en viss grad distansere seg.

Det er likevel ett siste perspektiv som er viktig å ta med seg med tanke på dette. Selv om medvandrereren kan forstås som mindre belastende enn den sårede hjelper, gjenstår spørsmålet i hvilken grad sjelesørger faktisk kan distansere seg selv, sine egne sår og vanskelige livserfaringer, uavhengig av rollene.

Grevbo (1997:140) påpeker at sjelesørgeren må ha en erkjennelse av å stadig være i en prosess på sin egen livsvandring. Om en sjelesørger møter en konfident som gjennomgår noe enn selv har gått igjennom, vil det nok være vanskelig å ikke se koblinger til eget liv, enten man er i en rolle som medvandrer eller ikke. Likevel er medvandrereren mindre krevende enn den sårede hjelper i dette aspektet. Som sjelesørger har man denne belastningen over tid. I løpet av uken og året blir det mange samtaler med mennesker som har det vondt. Derfor kan det argumenteres for at en medvandrerrolle vil skåne

sjelesørgeren mer enn den sårede hjelper. Det betyr at sjelesørger vil ha mulighet til å kunne hjelpe flere konfidenter fordi belastningen blir mindre. At smerten noen ganger vil dukke opp er vanskelig å unngå, men det er forskjell på om man bevisst bruker den, eller aksepterer at den noen ganger ligger der.

5.3.2 Gudsfortellingen: «Den ambivalente fortellingen»

Sjelesorg er en kristen disiplin og er utøvd i en kirkelig kontekst. Samtlige av informantene oppgir at temaer om Gud, tro, tvil, åndelighet, og ritualer kan være med å skape et bedre samtalerom for konfidenten. Det kommer imidlertid også fram at en del konfidenter har dårlige erfaringer med det som har med tro, bibel og bønn å gjøre. Dette er derfor vanskelige og ikke helt ukompliserte temaer. En sjelesørger belyser igjennom sine sjelesorgsamtaler at man aldri kan vite hvor konfidenten kommer fra eller hvordan forholdet til Gud er. I analysen kommer det frem en svært ambivalent tilnærming til Gud. Noen konfidenter opplever at Gud er det eneste som bærer de igjennom livet, og gir håp. Andre konfidenter har helt motsatt erfaring hvor de opplever at Gud som i utgangspunktet skulle være til å stole på, ikke har stilt opp for dem. Denne ambivalensen skaper et sjelesorgsrom der sjelesørger fordres til å være fullt tilstede, observere og hele tiden ta vurderinger og være følsom i forhold til situasjonen.

Dette funnet i analysen er av stor interesse og man ser at man må møte dette med en bredde og stor varsomhet. I Okkenhaug (2002:36-38) sin forståelse av den trinitariske sjelesorg er det en gitt sannhet at den treenige Gud er i samtalerommet. Den trinitariske sjelesorgen stiller ikke spørsmål til konfidentens tro på Guds tilstedeværelse eller ikke. Ved en sjelesørger som forholder seg til sjelesorgen ut i fra en trinitarisk tilnærming er det potensial for å trå feil. Fordi studien viser at dette er ett såpass ambivalent tema så vil en sjelesørger være tjent med å være seg bevisst at sin personlige forankring kan fravike fra konfidentens. Konfidenten kan ha en opplevelse av Gud som krevende, eller han kan ha sår knyttet til tidligere opplevelser. Opplevelsen til konfidenten gjenspeiler ikke nødvendigvis idealet om en Gud som skaper, frelser og holder oss oppe. Den konfidentsentrerte sjelesorgen uteblir, som betyr at livet til konfidenten blir satt til side fordi det ikke passer inne i en ramme av å tro på Gud.

På den andre siden kan det for konfidenter som derimot opplever Gud som en hjelper være svært positivt om også sjelesørger formidler nettopp denne dimensjonen av troen på en Gud som er tilstede. Dette grunnlaget kan være ett godt fundament å bygge en videre samtale på, skape et godt rom for konfidenten, og språket om Gud vil være gjenkjennende og styrkende.

Ved å ha en viatorisk tilnærming vektlegges medvandrerperspektivet og budbæreren. Det å være en budbærer vil kunne fordre at en opplever å ha ett budskap fra Gud (Grevbo 2014:506-507). Ved å oppleve dette må man være bevisst hvilken type konfident man samtaler med. Det kan være noe som løfter av en byrde, men det er ikke gitt at det bidrar positivt i prosessen.

Det å ha med seg denne ambivalensen er viktig. Erfaringene av Gud vil variere fra konfident til konfident. Det kan både legge rette for og skape den hjelpende samtale, men «innblanding» av Gud kan også gjøre det motsatte. Det viktige er at sjelesørgeren er varsom på nettopp dette perspektivet slik at en ikke tar for gitt konfidentens ståsted, det være det ene eller andre.

6 Konklusjon

Målet med avhandlingen var å avdekke var som legger til rette for og skaper den hjelpende samtale i sjelesorgsrommet. Ut ifra analysen og drøftingen har flere perspektiver ført fram til hva som legger til rette for gode sjelesorgssamtaler, disse blir i dette kapittelet presentert. Videre blir det foreslått hvilket bidrag denne avhandlingen gir inn i sjelesorgsteorien. Til slutt vil noen aktuelle temaer bli foreslått som aktuelle for videre forskning som følge av denne avhandlingen.

6.1 Hva legger til rette for og skaper den hjelpende samtale?

Konklusjonen i avhandlingen gir ingen ferdig oppskrift på hva som legger til rette for og skaper den hjelpende samtale. Men den gir en forståelse av flere elementer som bidrar til nettopp dette.

Det første perspektivet som kom frem var sjelesørgerens rolle. Den er kompleks og det er store forventninger knyttet til den både fra konfident og enn selv. Derfor vil en sjelesørger som behersker å være i flere roller gi et godt grunnlag for å legge til rette for en god samtale. Den dynamiske rollen skal med fordel tilpasse seg konfidentens behov og bestilling.

Det andre perspektivet er konfidentens plass i samtalen. Konfidenten skal alltid føle seg sett og møtt, og analysen viser at dette er helt nødvendig for at konfidenten skal føle seg trygg, også dette gir et svært godt utgangspunkt for en god samtale. Videre skal konfidentens fortelling være styrende i samtalerommet. Det betyr imidlertid ikke at sjelesørger skal være passiv og avventende. Noen konfidenten trenger og har behov for at sjelesørger tar litt styring, dermed skal ikke sjelesørger være redd får legge noen føringer.

Videre viser det seg at bruk av ritualer og praktiske virkemidler som også innebærer å lage personlige ritual for konfidenten til en bestemt livssituasjon, oppleves som et svært hjelpende element i samtalen. Dette må det utøves skjønn på, men det er helt klart at mye i samtalen ikke dreier seg om ordene som sies. Ut ifra undersøkelsene som har blitt gjort kan det argumenteres for at ritualer og praktiske virkemidler vil være et positivt element for sjelesørger å benytte seg av. Derfor vil sjelesørger være tjent med å utvide reporteraret på

dette området. Den hjelpende samtale er mer enn dialogen og ordene som utveksles. Studien viser at det å være bevisst at man møter hele mennesket er svært viktig.

Til slutt, som en disiplin innenfor praktisk teologi er sjelesorgen forankret på et kristent verdigrunnlag. På tross av dette må sjelesørger ha stor varsomhet i møte med konfidenter og deres forhold til Gud. En vet aldri konfidentens historie på forhånd, og derfor må en ha respekt for ulike livsopplevelser. Samtidig er det også en styrke ved gudsdimensjonen i sjelesorgsrommet. Det er en støtte for sjelesørgeren og det kan være et svært positivt og støttende element for konfidenten. Om sjelesørger er bevisst denne ambivalensen kan gudsdimensjonen være et supplement inn i samtalen.

6.2 Studiens bidrag og forslag på videre forskning

Denne avhandlingen søker å kunne bidra inn i sjelesorgsfaget og legge til rette for gode samtaler som tjener til konfidentens og sjelesørgerens beste. I den omfattende studien «Sjelesorg på plass» (Grung m.fl, 2016) kommer det frem at forfatterne etterspør en praksisnær nyorientering i sjelesorgsfaget. De søker mer forskning hvor det er sammenkobling mellom dagens praksis og den praktisk-teologiske forskning (Grung m.fl, 2016:41).

Denne studien kan sees på som ett lite tilskudd i den etterspørselen da den sier om noe om dagens praksis og er knyttet opp mot praktisk-teologisk forskning. Den gir ett godt innblikk i informantens gjennomføring av samtale, deres syn på konfidenten og også en ærlig fremstilling av sin egen rolleforståelse og begrensning. Studien gir en god forståelse av noen ulike tilnærminger til sjelesørgerrollen og løfter frem styrker og svakheter ved disse rollene i tilretteleggelsen av den hjelpende samtale. Til slutt viser også studien ett behov for å tenke helhet som sjelesørger, med en forståelse av at konfidenten kan ha ulike behov, samt å møte konfidenten både på det som sies, det som ikke sies, og gjennom mer praktiske virkemidler og ritualer.

Det oppstår også i en slik studie mange områder som kunne blitt forsket nærmere på, både ved en mer dyptgående analyse og ved å innhente ny forskningsdata. For det første kunne det vært svært interessant og forsket mer på de ulike rollene som en sjelesørger kan benytte

seg av. Hva er informantenes egne erfaringer på det området, og i hvilken grad finnes det en bevissthet blant dagens sjelesørger på de ulike roller og bruken av dem. Det andre temaet er å forske nærmere på sjelesørgerens sårbarhet og smerte av å stå i vanskelige samtaler over tid. Hvilke grep er viktig for sjelesørgeren å ta og hvordan kan dette påvirke sjelesørgeren?

Til slutt er også viktigheten av praktiske virkemidler og ritualer ett område man kunne forsket mer på. Siden dette kom frem i studien som hensiktsmessig, kunne både konfident og sjelesørgers opplevelse av bruken av disse samt hvordan de blir benyttet blitt forsket mer på.

Litteraturliste

Bibelen (2011). Oslo: Bibelselskapet

Brinkmann, S. og Kvale, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg.) Oslo: Gyldendal norsk forlag AS

Gadamer, Hans-Georg, (2010). *Sannhet og metode: Grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk* Oslo: Pax forlag

Grevbo, T.J.S, (1997): Sjølesorg i dag. En kritisk utfordring til dansk og norsk sjælesorg i Mortensen, B.B., Malmgart, L., *Bær hinandes byrder*, (s.133-148) Dianalund: Institut for diakoni og sjælesorg kolonien Filadelfia

Grevbo, Tor Johan. S, (2014). *Sjelesorgens vei. En veiviser i det sjelesørgeriske landskap – historisk og aktuelt* Oslo: Luther

Grung, A.H, Danbolt, L.J., og Stifoss-Hansen, H., (2016): Sjelesorg på plass: på sporet av dagens sjelesorgspraksis i Den norske kirke i *Tidsskrift for praktisk teologi*, 33(1), s.28-43

Halldorf, Peter., (1994). *Jomfrumark. En moderne pilgrims ferd mot sine røtter*. Oslo

Harbsmeier, E., Raun Iversen, H., (1995). *Praktisk teologi* Frederiksberg C: ANIS

Johannessen, A., Tufte, P.A, og Christoffersen, L., (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (4. utg.) Oslo: Abstrakt forlag AS

Kierkegaard, Søren, (1970). *Synspunktet for min Forfatter-virksomhed* (1. utg 1859) København

Kirkerådet, (2010). *Plan for diakoni*. Oslo: Kirkerådet

Krogh, Thomas, (2014). *Hermeneutikk. Om å forstå og fortolke* (2.utg.) Oslo: Gyldendal akademisk

Malterud, K., Siersma, V.D., og Guassora, A.D., (2015): Sample Size in Qualitative Interview Studies: Guided by Information Power i *Qualitative health research*, Nov 2015, s.1-8

Okkenhaug, Berit, (2002). *Når jeg ser ditt ansikt. Innføring i kristen sjelesorg*. Verbum

Repstad, Pål, (2007). *Mellom nærhet og distanse: Kvalitative metoder i samfunnsfag* (4. utg.)

Universitetsforlaget: Oslo

Svare, Helge, (2006). *Den gode samtalen: Kunsten å skape dialog* Oslo: Pax forlag

Thagaard, Tone, (2013). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (4. utg.)

Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad og Bjørke AS.

Vanier, Jean, (1981). *Community and Growth*. London.

Vedlegg 1: Intervjuguide

DEL 1:

1. Hva er sjelesorg, hvordan forstår du sjelesorg?
 - Hvordan ville du definert sjelesorg?
 - Hvorfor tenker du det?
2. Hva syns du kjennetegner en god sjelesørger?
3. Har du noen verdier som preger måten du møter mennesker på?
 - Hvordan kommer disse til uttrykk i samtalene dine?

Del 2:

4. På hvilken måte tenker du en sjelesørger skape trygghet i sjelesorgrommet?
5. Hvordan legger du til rette for en god sjelesorgsamtale?
6. Hvilken rolle tenker du en sjelesørger kan ha i møte med konfidenten? (lyttende, terapeut, medmenneske, rådgiver, coaching)
 - Hvilken rolle pleier du å ha?
7. Forbereder du deg noe i forkant av en samtale, hvis ja, hvordan? (leser du deg opp, for eksempel depresjon, tenner lys, sukk, ritual)
8. Bruker du bevisste strategier i sjelesørgerrommet, hvis ja, hvilket? (metoder, framgangsmåte, et mønster, samtaleteknikk)
9. Hva opplever du er en hensiktsmessig måte å møte konfidenten på?
10. Hvilke tema går oftest igjen? (temaer som gjentar seg)
11. For å oppsummere, hva vil du si er en god sjelesorgssamtale?

Del 3:

12. Opplever du at sjelesorgssamtalen hjelper for konfidenten?
 - Hvordan? hvorfor ikke?
 - På hvilken måte kommer dette til uttrykk?
 - Kan du gi noen eksempler på hvordan dette har sett ut? En historie?
13. Hva har du opplevd som mest krevende for deg som sjelesørger?
 - Fortell

14. Hvilken rolle opplever du Gud/gudstro har hatt hos konfidenten?

- De gode fortellingene, bærende, helsebringende
- De krevende fortellingene, kompliserte det til, mismot