

Brobygger til sjelesorgen



SJELESORGPROFESSOR Tor Johan Grevbo skriver om sjelesorgens forhold til psykoterapien i ny bok. Foto: Fartein Rudjord

En ny bok om sjelesorg øker muligheten for samarbeid mellom sjelesørgere og psykoterapeuter, ifølge dansk psykolog.

TEKST

Øystein Helmikstøl

PUBLISERT 5. juli 2018

EN VARM JUNIDAG tropper rundt 70 personer opp på boklansering i Høyskolen Diakonovas lokaler i Oslo. Tor Johan S. Grevbo lanserer boka *Sjelesorg i teori og praksis* og samler et publikum av kirketopper. Blant de fremmøtte kjenner Psykologtidsskriftet igjen tidligere biskop Finn Wagle, tidligere Oase-leder Jan Gossner, generalsekretær Morten Dahle Stærk i Menneskeverd og Gunnar Prestegård, kjent som prest og politiker. Noen få terapeuter har også funnet veien.

De fremmøtte hører Grevbo slå et akademisk slag for sjelesorg, med et engasjement vekkelsespredikanter kunne misunt ham.

«DEN ANDRE BANEHALVDELEN»

Sjelesorg er en variert omsorg for alle sider ved menneskelivet, på bakgrunn av kristen tro og tradisjon, forteller Grevbo. Troen vil ifølge Grevbo svært ofte være skjult, men likevel til stede hos sjelesørgerne og hyppig også hos sjelesorgpartnerne. Han omtaler

dem som *konfidenter*. Det er imidlertid ingen forutsetning at disse selv har en kristen trosholdning.

Ukentlig utføres det kanskje 20 000 tilfeller av sjelesorg – bredt forstått – i Norge, har Grevbo regnet seg fram til.

I boken har han viet et kapittel til forholdet mellom sjelesorg og psykoterapi, og hva fagområdene kan lære av hverandre.

– Jeg blir bare mer og mer klar over at forholdet til sjelesorgen er av interesse for mange psykologer, sier han og fortsetter:

– Det er i hvert fall sikkert at sjelesorgtidsskrifter lenge har vært langt mer åpne for innspill fra psykoterapeutisk hold enn omvendt. Kanskje kan vi snu bitte litt på dette nå? spør han og vedgår at engasjementet han har i saken, nærmest er ustoppelig. Han vil gjerne diskutere det han brenner for, med psykologer og andre psykoterapeuter.

– Teologer har oftest diskutert seg imellom med bare noen få aktører fra den andre banehalvdelen, sier Grevbo.

BERØRINGSANGST

Den kjente danske psykologen Peter la Cour var selv ikke på boklanseringen, men han har lest boken til Grevbo. Psykologer har ofte hatt berøringsangst for de eksistensielle og religiøse livsdimensjonene i god psykoterapi, mener dansken. Han leder Videncentret for funksjonelle lidelser, Psykiatri København, er spesialist i helsepsykologi og har doktorgrad i religionspsykologi.

– Veldig mange psykologer kjenner ingenting til det eksistensielle feltet. De har ikke lært noe om det på studiet, og de blir kanskje først kjent med det eksistensielle når de personlig har vært i en livskrise, mener la Cour.

Resultatet blir ifølge den danske psykologen ofte at de eksistensielle emnene blir utelatt og aldri kommer i spill i psykoterapien.

– *Hva kan sjelesorgen tilføre psykologien eller psykologen?*

– Psykologer er ofte ikke klar over at det finnes rike erfaringer om hvordan man kan snakke om det eksistensielle på en profesjonell måte, svarer la Cour.

«- Den virkelige verden innretter seg ikke etter smale kriterier for evidens»

Religionspsykolog Peter la Cour

I tillegg er mange psykologer ikke klar over hvor stor betydning troslivet kan ha for et menneske, mener han.

– De kjenner det ikke fra seg selv og unngår troslivet som et tabu, de oppfatter det som farlig for relasjonen, på lik linje med emnet politikk.

Sjelesorgen kan ifølge la Cour lære psykologer å gi personlig tro en nødvendig respekt, så de er i stand til å henvise sjelesørgeriske spørsmål videre til den rette religiøse autoritet.

– Akkurat som når psykologene henviser kroppslige sykdommer videre til legene.

I motsetning til det la Cour sier, mener Tor Johan Grevbo at psykoterapeuter ikke bare bør henvise til såkalte religiøse spesialister.

– De bør også selv noen ganger gå *forståelsesfullt* inn i eksistensielle spørsmål av religiøs karakter, sier Grevbo til Psykologtidsskriftet.



PSYKOLOGI OG TRO Sjelesorgen har relevans for psykologene, mener religionspsykolog Peter la Cour, psykologiprofessor Silje Endresen Reme og psykologistudent Susanne Masvie. Foto: Privat/ Tron Trondal, UiO

LEVD LIV VS. MANUALER

Den danske religionspsykologen viser ingen nåde for dagens praksis.

– Psykologstudiet og helsevesenet har gjennom mange år rettet oppmerksomheten mot psykoterapi som bygger på manualer og fastlagte prosedyrer, den kognitive terapien. Det er også den letteste terapiformen å lære, fordi de unge studentene bare skal gjøre det som står i manualen. I tillegg er den «evidensbelagt», kritiserer la Cour og legger til:

– Den virkelige verden innretter seg ikke etter smale kriterier for evidens, men viser seg for psykologer i sin rike mangfoldighet.

I møtet med denne mangfoldigheten må psykologen lære å ha respekt for pasientens levde liv og oppfatning av verden, understreker han. La Cour mener at muligheten for et integrert samarbeid mellom sjelesørgere og psykoterapeuter er blitt betydelig bedre med Grevbos bok, som etter psykologens mening gir et godt faglig overblikk over sjelesorgens teori og praksis.

Susanne Masvie er psykologistudent, samfunnsdebattant, tilknyttet Tankesmien Skaperkraft og har en stor interesse for psykologifagets holdning til menneskers tro.

– Psykologien som fagfelt ser ut til å ha et noe anstrengt forhold til vitenskaper som ikke aksepterer de moderne vitenskapskriteriene i det naturvitenskapelige paradigmet, slik som for eksempel religion.

En samtale mellom tradisjonell psykoterapi og sjelesorg, slik Peter la Cour skisserer, vil derfor være nyttig og et steg fremover, mener Masvie.

- LÆRE OG SAMARBEIDE

Psykologiprofessor Silje Endresen Reme er opptatt av psykologifagets holdninger til tro. På årets konferanse i helsepsykologi i Oslo ledet hun en workshop om lindrende behandling med tittelen «Prest eller psykolog? Sjelesorg eller terapi?». Reme støtter la Cours synspunkter om at sjelesorgen har relevans for psykologene.

– Flere studier viser at pasienter, både i psykisk helsevern og i somatikken, ønsker at deres åndelige behov blir ivaretatt. Likevel vet vi at dette i altfor sjelden grad skjer. Her har vi en del å lære fra sjelesorgen, som har holdt på med nettopp dette i lang tid og lenge før psykologien ble etablert, mener Reme.

Reme fremhever at sjelesørgeren i tillegg er et viktig supplement til det tverrfaglige teamet rundt pasienten.

– Dette gjelder særlig i palliativ behandling, men ikke bare her. Ifølge Stortingets opptrappingsplan for psykisk helse skal vi ta nødvendige hensyn til pasientens åndelige og kulturelle behov. Det kan vi gjøre både ved å lære av sjelesorgen og ved å samarbeide med sjelesørgeren.

PASIENTENS BEHOV

Det går mot slutten av boklanseringen i Diakonovas lokaler. Kristin Sofie Waldum-Grevbo holder tale for sin far. Hun leder Landsgruppen av helsesøstre i Norsk Sykepleierforbund.

– Det er viktig at sykepleiere har kjennskap til sjelesorg, blant annet fordi vi skal bidra til å dekke pasientens behov på flere plan: fysisk, psykisk, sosialt og åndelig, svarer helsesøsterlederen til Psykologtidsskriftet på spørsmål om sjelesorg har relevans for sykepleiere.

– Sykepleieren må kjenne til presten som en viktig samarbeidspartner på linje med lege, fysioterapeut, sosionom og andre. Sykepleieren må i dag som før være åpen og ta utgangspunkt i pasientens ønsker og behov, mener Waldum-Grevbo.

Psykologtidsskriftet har spurt fagsjef Andreas Høstmælingen i Norsk psykologforening om sjelesorgens eventuelle relevans for psykologer, men har til nå ikke fått svar på henvendelsen.

Tidligere professor i sjelesorg i Oslo og København, menighets- og sykehusprest, rektor og forfatter Tor Johan Grevbo kommer nå med boken Sjelesorg i teori og praksis på Luther forlag.



Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 7, 2018, side 622-625

TEKST

Øystein Helmikstøl, journalist i Psykologtidsskriftet