

Tidsskrift for

SJELE SORG

Nr. 4 – 1992 – 12. arg.

Institutt for sjelesorg, Modum Bad



Pastoral veiledning

Av Tore-Kristian Lang

Del 1 er trykket i forrige nummer

Del 2: Praksis. Individualveiledning eller gruppeveiledning?

Pastoral veiledning kan gis *individuell* eller i *grupper*.

Individuell veiledning gis som regel innen rammen av den klassiske psykoterapiens 50-minutters time. Gruppeveiledningen varer sjelden kortere enn 1½ time.

Referatformene som brukes for å presentere et veiledningsanliggende, eller en «case», varierer fra veileder til veileder.

Innen CPE-tradisjonen har en gjerne møtt til veiledning med skrevne samtale-referat, såkalt verbatim. Innen pastoralrådgivningstradisjonen har kassett- eller video-opptak av terapitimen vært vanlig presentasjonsform i veiledningen «Mentale notater» er nok også ofte brukt. Effekten av slike ikke konkret nedfelte forberedelser til veiledningen kan være god, men kan også lett gi veiledningen et noe mindre konkret preg.

Ut fra det presenterte materialet *reflekterer* en så over situasjonen som gjengis og opplevelsen av den. Dette gjøres både *personlig* ut fra de følelser, eller manglende følelser, den aktuelle situasjonen fremkalte. Og det *gjøres faglig* ved at en søker å tydeliggjøre det som skjer i situasjonen ut fra de teologiske- og de psyko-sosiale disiplinenes praktiske og teoretiske kunnskap.

Denne fokuseringen på konkrete situasjoner i individuell praksis er den samme om veiledningen gis som individual- eller gruppeveiledning. Imidlertid vil det i en gruppeveiledning være flere øyne som ser, enn i individuell veiledning. Dermed er ikke den som søker veiledning så utlevert tilett menneskes observasjon og tolkning. Hvert av medlemmene i en veiledning sgruppe vil kunne representere et ytterligere korrektiv eller en

viktig støtte i tillegg til veilederen. Gruppeveiledningen kan derfor ofte gi et rikere og mer variert tilfang av materiale å arbeide videre med for den som mottar veiledning.

Hyppigheten av veiledningstimen varierer også. Dette avhenger av konteksten veiledningen gis innenfor. Det har i vårt land særlig med lokaliseringen av veiledningen å gjøre. Noe som igjen har med det antall kvalifiserte veiledere som fins, og med geografi og økonomi å gjøre.

Det som er viktig er at hyppigheten er slik at veiledningsprosessen ivaretas. Jo lengre intervaller mellom veiledningstimen, dess mer sårbar blir veiledningsprosessen.

Innen den pastoralkliniske utdanningen er tradisjonen å ha både individuell- og gruppeveiledning hver uke. I Borg bispedømme har det siden midten på 80-tallet vært praksis at menighetsprestene likesom institusjonsprestene samles til gruppeveiledning hver 14. dag i 1½ time.

Selv trives jeg godt med denne 14-dagers rytmen når jeg veileder erfarne fagpersoner som står midt i utøvingen av sin praksis. Dersom den som går i veiledning er forhindret fra å møte en gang, sier det seg selv hvor sårbart et opplegg med veiledning hver 3. uke eller en gang i måneden er. Slike lengre intervaller mellom veiledningstimen forringer ikke nødvendigvis kvaliteten på veiledningen, men vil ofte medføre at den veilededes faglige og personlige vekst- og utviklingsprosess blir langsommere.

Innen rammen av utdanninger eller ukentlige seminarer har jeg erfaring med at veiledning kan finne sted både daglig og 2 ganger daglig med like stort utbytte som i grupper av erfarne praktikere som møtes hver 14. dag.

En *fare* ved individuell veiledning er at veilederen fort blir «lurt» til å konsentrere oppmerksomheten ute lukkende på «saken» som fremlegges, og ikke på personen som presenterer den. Dette har en tendens til å skje selv de mest erfarne veiledere. Årsaken er at veilederen og den veiledede blir så godt kjent med hverandre at de slapper av og blir inn i mer prinsipiell og teknisk undervisning som er «ufarlig» og som muliggjør en annen gjensidighet og jevnbyrdighet i forholdet enn den som bør være mellom veilederen og den veiledede.

For å kunne forbli i stand til å innta den *nødvendige metaposisjonen* til den veilededes praksis, er det av stor betydning for veilederen selv å presentere sitt veilederarbeid overfor en gruppe av kollegaer i tilsvarende kirkelig tjeneste. Viktigheten av dette har jeg fått bekreftet gjennom flere år som veileder for veiledere innen Norsk Sykepleier Forbund.

Selv har jeg til dels hatt vanskelig for å finne en konsultasjonsgruppe som veileder. Som kompensasjon for dette har jeg no en enkeltpersoner jeg konsulterer pr. telefon og som jeg er sammen med på konferanser e.l. med en viss regelmessighet.

På denne bakgrunn har jeg foretrukket gruppeveiledning som arbeids-

form. En gruppe lar seg ikke så lett «lure» til å fokusere utelukkende på «saken» fremfor personen som presenterer den. Og grupper holder ikke bare øye med gruppemedlemmene, men også, og i særlig grad, med dens leder. Derfor utgjør *gruppen et konstant korrektiv til den pastorale veileder* som driver gruppeveiledning. Dette har jeg funnet meget nyttig for egen praksis, vekst og utvikling som pastoral veileder. Men gruppeveiledning er ikke bare av denne grunn langt å foretrekke fremfor individualveiledning. Dette vil jeg i det følgende begrunne mer utførlig.

Veiledningsgruppen som Arbeidsform

Det er i mine øyne både mer moro og mer spennende å arbeide med «gruppe». Enhver gruppe er i seg selv likesom et laboratorium der konstant læring pågår. Det er umulig ikke å lære når en er med i en gruppe. Men *hva* en lærer, avhenger selvsagt av *hvem* gruppen består av, og *hva slags* gruppe det dreier seg om.

En pastoral veiledningsgruppe består av personer som har valgt å gå inn enten i en utdanning, etterutdanning eller videreutdanning for en profesjonell kirkelig tjeneste. Eller den består av personer som allerede er i slik tjeneste og tilbys veiledning i denne. Gruppens leder er en pastoral veileder som er gitt denne veilederposisjonen som spesiell tjeneste innen kirkens formelle struktur.

Enhver gruppe er også en støttegruppe. Men *hva* en støttes til avhenger igjen av *hvem* gruppen består av, og av *hva slags* gruppe det dreier seg om. En pastoral veiledningsgruppe vil alltid være en støttegruppe for personen som er i, eller utdanner seg til, en særskilt kirkelig tjeneste. Støtten kan f.eks. være relatert til den veilededes kristne tro, hans eller hennes prioriteringer i tjenesten, i forhold til kollegaer eller menighetsmedlemmer og deres ulike forventninger. Og støtten kan også f.eks. være relatert til prioriteringer den veiledede har gjort i forholdet mellom familie og tjeneste.

Det er avgjørende for enhver pastoral veileder som velger gruppeveiledning som arbeidsform, både å forstå og å være trygg overfor den indre dynamikken, eller gruppeprosessen, som forekommer i veiledningsgruppen som i alle grupper. Enhver gruppe er nemlig også et sosialt kraftfelt. Den veileder er fort ille ute som ikke har forstand på, eller respekt for, de iboende kreftene i gruppedynamikken.

Veiledningsgruppen kan i denne sammenheng sammenlignes med en dynamo som frigjør, eller omformer, energi som var bundet opp i faglig eller personlig usikkerhet og uerfarenhet, og omformer denne til konstruktivt personlig liv og en så adekvat som mulig praksis i ens kirkelige tjeneste. Dette kan skje f.eks. gjennom bruk av rollespill der en kan få «aha-opplevelser» som gjør en fri til å tore gå inn i, eller å endre, praksis. Eller det

kan skje ved innsikt i det en selv sliter med faglig eller personlig, eller ved å se og høre *hva* og *hvordan* andre i gruppen *er* og *gjør*.

Med begrepet gruppedynamikk forstås her de fenomener, eller «gruppeprosesser» som forekommer i en gruppes bevegelse fra dens begynnelse til dens avslutning.

Interaksjonen og forholdene veiledningsgruppens medlemmer imellom, og mellom gruppemedlemmene og den pastorale veilederen, skaper en spenning. Denne spenningen opprettholder en konstant forandring av gruppens balansering av de ulike kreftene som er virksomme i gruppen.

Interaksjonen og den spenning disse skaper, er i høyeste grad bestemt av de enkelte gruppemedlemmenes psykologiske make-up, deres livserfaring og referanseramme. Utover deres selvbylte rommer veiledningsgruppe-medlemmenes referanseramme et verdensbilde, den enkeltes metafysiske trossystem og de sosialt konstruerte mønstrene vi kaller språk og kultur. I denne referanserammen inngår teologien og den psyko-sosiale faglighet og praktiske erfaring som finner uttrykk i den kirkelige praksisen de legger frem og får veiledning på i gruppen.

Enhver av deltakerne kommer til veiledningsgruppen med en slik mental forståelseshorisont. Denne avgjør hvor bredt eller snevert personen kan se eller bevege seg i praksis.

Akkurat som det er mulig ut fra dette å snakke om en «subjektiv virkelighet», viste den tysk-amerikanske psykologen Kurt Lewin på 1930-tallet gjennom laboratorie-forsøk at det er mulig å snakke om en «gruppevirkelighet».

I møte både med denne gruppevirkeligheten og de andre gruppemedlemmenes helt subjektive forståelse av virkeligheten, blir den enkelte deltakeren i en veiledningsgruppe fremfor noe tvunget til å klargjøre sin egen forståelse av virkeligheten, inklusive troen og forståelsen av egen kirkelig tjeneste.

Samtidig utfordrer gruppen det enkelte gruppemedlem til å formulere sin virkelighetsforståelse i et språk som forstås av de andre i gruppen. Dette er av grunnleggende viktighet for prester og predikanter, men gjelder like fullt alle.

Som en følge av dette skjer det en viktig pendelsvingning både innen den enkelte person selv, en indre dialog, og en tilsvarende pendelsvingning gruppemedlemmene i mellom. Et eksempel på styrken i dette opplevde jeg for ikke så lenge siden. Den som hadde bedt gruppen om tid, ønsket veiledning på noe som viste seg å være en smertelig historie om hvordan vedkommende slet med skyldfølelse. Gruppen var aktivt med i veiledningsprosessen. Alle unntatt én var veldig aktive. Hun som ikke bidro aktivt til samtalen i gruppen, satt imidlertid med tårene rennende store deler av veiledningen.

Først under tilbakemeldingen gangen etter, spurte jeg henne om hva som skjedde sist, da hun bare satt og gråt. «Jeg kjente meg så godt igjen i det han slet med», svarte hun. Hun hadde mao. sittet og arbeidet med sitt eget materiale i en parallell prosess med han som mottok veiledning i gruppen.

Gruppemedlemmenes lærings- og utviklings-prosess kan slik foregå parallelt med at én person veiledes. På denne måten er gruppeveiledning en mer økonomisk og effektiv veiledningsform enn individualveiledning.

Ut fra konflikter mellom ulike behov og oppfatninger forhandles det, i enhver gruppe, frem til enighet om hvordan gruppen best kan koordinere sine ressurser for å bli mest mulig effektiv. Eksempelvis har de gruppene jeg er veileder i, blitt enige om at vi begynner presis og slutter presis. Kommer noen for sent, forventes de ikke å redegjøre for dette idet vi antar at alle er voksne mennesker som har frihet til å gjøre det de gjør. Samtidig venter ikke gruppen med å begynne til alle har kommet. Tiden vurderes som altfor verdifull til det. Gruppene er også enige om at sykemelding, ferie og akutsituasjoner er fraværsgrunn, og at fravær meldes det ifra om, helst gangen før en blir fraværende. Et hvert fravær sinker gruppeprosessen, og utviklingen av trygghet.

Fundamentalt for tryggheten i gruppen er enigheten om taushetsplikt. Det som kommer frem i gruppen refereres ikke utenfor den.

Gruppene blir også fort enige om presentasjonsform på anliggender en ønsker veiledning på. De fleste gruppene jeg veileder er enige om at skal de kunne gå i dybden med den enkelte, så trengs hele gruppetiden til det. Like fullt er det ikke sjelden at behovene er så mange og ulike, og gruppene etter hvert så «gamle» og effektive at flere personers anliggender kan det bli gitt seriøs veiledningsrespons på i løpet av en 1½ times samling. Jeg har f.eks. opplevd gruppetiden fordelt slik at en fikk 45 minutter, to fikk 15 minutter og en fikk fem.

De avtaler om grenser, kommunikasjons- og samarbeidsformer som gruppen blir enige om, er det som ligger i begrepet «gruppekultur».

Språket som utvikles i en gruppekultur, er gruppens enighet, eller avtale, om medium for kommunikasjon. Skal det bare være fagspråk i en pastoral veiledningsgruppe? Er det lov å snakke om, og vise, følelser? Tillates ikke-verbalt kroppsspråk og fysisk kontakt som kommunikasjonsmåte?

Det at veiledningsgruppen varer 1½ time, startes med en kort tilbakemelding om «hvordan var det å ha vært her forrige gang?» og så åpner for «kamp» om tid, eller ifølge avtale gir ordet til den som har bedt om veiledning, er alt del av et grupperitual.

Grupperitual er den tradisjon eller aktivitet som enhver gruppe etablerer for å gjøre noen av sine aktiviteter mekaniske så gruppen blir mest mulig effektiv. Ritualistiske replikker jeg som veileder bruker er f.eks.: «Noe å

tilbakemelde etter forrige gang?» «Hvem ønsker å bruke tiden i dag?» «NN, jeg sitter her og hører mange gode forslag svirrer rundt i luften nå. Men så lurar jeg på hvor du er, og om dette er den responsen du håpet å få fra gruppa?» «Nå har vi snaue ti minutter igjen. Jeg vet ikke, NN, om det er løse tråder du ønsker å binde opp, eller om det er mulig for deg å oppsummere litt hvor alt dette fører hen.» «Har vi vært med deg dit du ønsket oss?»

Gjennom gruppens tilblivelse og utvikling formes gruppekulturen. Denne opprettholdes og styrkes ikke bare gjennom grupperitualene, men også gjennom gruppens tradisjoner og historie. Gruppehistorien brukes, som all historieskrivning, til å argumentere for forandring eller for å beholde status quo alt etter som det passer.

Et av de aller viktigste fenomenene i en gruppe, beskrives av begrepet gruppekohesjon, eller sammensveisethet. Graden av tilhørighetsfølelse eller sammensveisethet gruppemedlemmene imellom er avgjørende for gruppens eksistens og effektivitet. Fins ikke denne tilhørighetsfølelsen, følelsen av forpliktelse overfor de andre i gruppen, går gruppen rett og slett i oppløsning. Det er avgjørende at den pastorale veileder vet å fremelske og styrke tilhørighetsfølelsen i gruppen. Det vitner om den pastorale veiledningsgruppens betydning når prester som har vært i tjeneste 10-25 år spontant utbryter: «Det er første gang jeg har snakket til kollegaer på denne måten». Eller: «Det er faktisk her i gruppa at jeg for første gang synes jeg har funnet et åndelig fellesskap siden jeg begynte som prest».

Det er levert tungtveiende beviser på at jo mer sammensveiset en gruppe er, dess mer påvirker gruppen individenes normer. Begrepet gruppepress dekker nettopp de krav som fra gruppemedlemmenes side rettes mot det individuelle medlem. Kravet er at denne personen underkaster seg gruppens standarder, verdier og adferdsregler. Konformitetspress er synonymt for gruppepress.

Enkelte har vært redd for at arbeidsveiledningsgrupper for prester fra biskopenes side har vært tenkt som et redskap til å hindre «utglidninger» innen presteskaper som f.eks. Hognestad og Knutsen/Nessa hevdes å være eksempler på. En slik kontrollfunksjon ligger i enhver gruppes konformitetspress, og er for så vidt ikke i motsetning til den pastorale veilederrollens tilsyns- og hyrde-funksjon. Men veiledning som redskap for manipulering eller ensretting er uforenelig med det som gjør *pastoral* veiledning pastoral. Alle som deltar i en gruppe har roller. Mest avgjørende er lederrollen. Som leder i en veiledningsgruppe er det den pastorale veilederens oppgave å gi næring, stimulere, administrere og strukturere.

Å gi næring vil si at den pastorale veileder støtter, gir trygghet og varme i tråd med den pastorale relasjons karakter omtalt i min foregående artikkel.

Å stimulere vil si at den pastorale veilederen tilrettelegger veiledningen og oppmuntrer til seriøs personlig og faglig refleksjon ut fra presentert praksis.

Å administrere vil si at den pastorale veilederen gjør klart hva gruppen er ment å skulle være, og hva det enkelte gruppemedlem forventes å skulle gjøre. At den pastorale veilederen så å si presenterer en liste over sine verdier og regler for gruppen, er viktig ved oppstartingen av gruppen. Selv begynner jeg alltid veiledningsgrupper med å bruke første samlingen til å snakke om forventninger og presentere den veiledningskontrakten jeg har funnet nyttig å arbeide ut fra.

Å strukturere vil si at det i første omgang er veilederen, som gruppens leder, som etablerer fortolkningsnøkkelen og reglene inntil gruppen selv blir i stand til å etablere sin egen gruppekultur og virkelighetsforståelse. Min lærer i gruppeprosess, psykiateren Henry Selvey, pleide å si at minst 50 % av det som skjer i gruppen, er pga. lederen. At dette er riktig, er jeg ikke i tvil om. Derfor er det viktig at den pastorale veilederen er både faglig og personlig sensitiv som leder av en pastoral veiledningsgruppe.

På bakgrunn av Irvin D. Yalom's arbeid med gruppeterapi vil jeg summarisk nevne noen av de faktorer som jeg mener gjør veiledningsgruppen til et effektivt arbeidsredskap.¹

I en pastoral veiledningsgruppe er det alltid personer som har kommet lenger eller kortere enn hverandre i personlig og faglig utvikling, eller i utøvelsen av sin kirkelige praksis. Dette inngir håp. Idet jeg ser og hører at andre har utviklet seg, styrker dette troen på at en selv kan utvikle seg også.

Mange prester er så isolerte fra andre prester eller fra det lokale sosiale miljø, at de lett tror de er noe utenom det normale. Den pastorale veiledningsgruppen kan gi disse hjelp til å se seg selv som normale gjennom alminneliggjøring. «Å så deilig at du/dere også opplever det sånn», er en ikke uvanlig replikk i veiledningsgrupper.

Det er også viktig å oppdage at i gruppeveiledning lærer en ikke bare fra erfaringer utenfor gruppen, men også fra erfaringene en gjør innen gruppen.

Opplevelsen at en i en veiledningsgruppe kan gi noe til andre, er ofte svært tilfredsstillende. Dette kan inspirere til, og gi, erfaring i mer neste-kjærlig og frimodig omgang med folk utenfor veiledningssettingen.

Veiledningsgruppen gir også en mulighet for korrigerende gjenoppleving av erfaringer fra opprinnelsesfamilie, i kameratflokk, på skolen etc. I veiledningsgruppen kan en altså oppleve seg forskjellig fra hvordan en har trodd en har vært.

Å være i en gruppe fremmer også læring og praktisering av sosialiserende teknikker. Og gjennom imitering av hva andre i veiledningsgruppen

gjør, som en kan identifisere seg med eller ser opp til, kan veiledningsgruppen bli en enormt effektiv læringsmåte. «Jeg hadde aldri tort gjøre det, hadde det ikke vært for at du fortalte i veiledningen hvordan du gjorde det.» Dette er en kommentar jeg ofte hører varianter av i veiledningsgruppene.

Men viktigst av alt er nok som nevnt gruppetilhørighetsfølelsen. Denne er viktig idet gruppen blir noe en virkelig ser frem til, og hvor det er viktig å være med i, og bli akseptert av.

Dette er noen av de faktorene som innvirker på enkeltmedlemmene i veiledningsgruppen slik at de forblir i gruppen, og slik at de kan se om personlig eller faglig forandring er mulig.

Når jeg har valgt å prioritere veiledningsgruppen fremfor individuell veiledning, skyldes dette altså ikke bare at det er mer spennende og godt for min egen vekst og utvikling. Det skyldes i hovedsak den klare overbevisningen at veiledningsgruppen legger til rette for en mye mer variert, pågående og effektiv veiledningsprosess, og dermed tilbyr en mye rikere veiledningserfaring.

Referanser:

1. Yalom, I.D.: The Theory and Practice of Group Psychotherapy. Basic Books, New York: 1975: 3-17.