

Biskop Atle Sommerfeldt:

# Hjelpernes sorg<sup>1</sup>

---

Det har i alt for liten grad vært fokusert på de belastninger mennesker utsettes for som i sin profesjon forventes å gjøre en innsats for andre mennesker i krise, nød og fare. Situasjonen har blitt bedre de siste årene, ikke minst takket være det betydelige arbeidet veteraner fra Norges ulike militære oppdrag har gjort. <sup>2</sup>Men utfordringen gjelder også dem som arbeider i omsorgsarbeid i Norge og i internasjonalt bistandsarbeid.

Utfordringen knyttet til militære veteraner har flere elementer spesielt knyttet til den militære virkeligheten. Men det er også sider ved deres erfaringer som knytter an til den mer almene omsorgsarbeiderens erfaring av sorg og behov for sorgbehandling. De norske militære misjonene har også i Kosovo, Irak og Afghanistan hatt et element av en overordnet verdi om å hjelpe en utsatt befolkning ved å beskytte den mot vold og overgrep.

Min referanse vil i denne artikkelen i all hovedsak være knyttet til internasjonalt bistandsarbeid. Jeg arbeidet 4 år i Botswana der vi erfarte både tørke og stor usikkerhet knyttet til volden i Sør-Afrika. I de 17 årene jeg var generalsekretær i Kirkens Nødhjelp, var oppdraget å være involvert i utallige krisesituasjoner i hele verden. Kirkens Nødhjelp hadde da rundt 1000 ansatte hvorav antall nordmenn varierte mellom 30 og 60 og samarbeidet med 3-400 organisasjoner, på det mest i 60 land, og med ca 30 land som kjerneland. Kirkens Nødhjelp er del av en global allianse og har derfor et globalt beredskaps- og katastrofeoppdrag, der Kirkens Nødhjelp særlig har ansvar knyttet til vann, sanitær og psykososial støtte, og er også den største norske organisasjonen for langsiktig, global fattigdomsbekjempelse. Det betyr at jeg i en 20-årsperiode var tett på alle de store humanitære krisene globalt, og var fysisk tilstede i mange av dem for å observere arbeidet på nært hold. Det er denne erfaringen som arbeidsgiver og øverste leder for denne virksomheten som danner grunnlaget for de følgende refleksjonene.

La meg imidlertid først si noe om begrepet «hjelper». Mens det bare for en generasjon siden var en hedersbetegnelse å bli sett på som hjelper, har ordet i dag mistet noe av sin positive klang. Dette henger sammen med at begrepet kan ha et element av paternalisme i seg der en person eller organisasjon fremstår som ressurssterk som skal hjelpe noen svake som ikke er i stand til å klare seg selv.

Denne kritikken knyttes også til mennesker som med en ureflektert intensjon - den gode hjelper - legger liten vekt på resultatene av det en gjør og all vekt på hjelperens sinnelag og motiv. «Hjelper» kan da stå i veien for en nødvendig faglig kvalitet der ordet «hjelper» bidrar til å opprettholde en gammeldags måte å forholde seg til sosialt arbeid på. I denne tradisjonen, mente mange, førte vekten på utøverens intensjon til en undervurdering av profesjonalitet. Poenget er at en ikke skal utføre et kall eller oppdrag for å hjelpe andre, men utøve et arbeid med definerte, profesjonelle standarder. Denne kritikken kan være en viktig korrigerende, men prisen er for høy fordi personen og dens kvaliteter forsvant ut. <sup>3</sup>

I et slikt tankesett blir det negativt å tale om «hjelperens sorg» fordi fokuset flyttes fra den profesjonelle yrkesutøvelse, til personen i yrkesutøvelsen. Etter min mening er det nødvendig å bryte

---

<sup>1</sup> Artikkelen er en bearbejdet versjon av et foredrag holdt i Litteraturhuset i Fredrikstad 19.11.2013

<sup>2</sup> Bl.a. har Rådet for psykisk helse har et prosjekt som særlig er knyttet til internasjonale hjelpearbeidere kalt «Borte bra, men hjemme...?»

<sup>3</sup> Jfr f.eks. drøftingen til Anders Bergem i Kristen tro og profesjonell omsorg, Oslo 1998, side 41-46 og Henriksen og Vetlesen: Nærhet og distanse, Oslo 1997, for eksempel kapitlet Teori for moralsk yrkesutøvelse

ned denne to-romstenkingen mellom profesjon og person dersom vi skal komme i inngrep med den sorg profesjonsutøveren i omsorgsyrker erfarer. Når jeg i denne artikkelen bruker «hjelper», er det i betydningen «ansatte med omsorg som en del av yrket», og jeg bruker det nettopp for å bidra til å rive ned det umulige gjerdet mellom profesjon og person.

### Tilknytningens pris

Danskene Marianne Davidsen-Nielsen og Nini Leick, som begge er innenfor gestaltpsykologiens tradisjon, har en god definisjon på sorg:

*"Sorg er kærlighedens pris, sorg er tilknytningens pris, sorg er den sunde og naturlige måde at reagere på når vi mister noget der er vigtigt."*<sup>4</sup>

Det betyr at forutsetningen for å tale om hjelperens sorg, er at hjelperen faktisk har en tilknytning til, gjerne kjærlighet til, menneskene i situasjonen en arbeider i. Uten en slik tilknytning blir det uten mening å tale om sorg. Denne tilknytningen handler både om tilknytningen til de menneskene en er satt til å hjelpe og om tilknytningen til og kjærligheten til seg selv og sin forståelse av seg selv.

Det betyr at en involverer seg som person i yrkesutøvelsen og dermed bryter en ensidig instrumentalisering av rolleutøvelsen.

Dette er ikke stedet for å behandle i dybden forholdet mellom yrkesutøvelse i en rolle med de kvalitetskrav dette setter, og den personlige egnethet og involvering. Jeg vil i denne sammenheng bare slå fast at en er forpliktet på å utøve rollen i henhold til de faglige kravene og de forventninger som stilles til dette, men når en arbeider med mennesker kan det bare gjøres ved å være tilstede og søke tilknytning som person til menneskene en arbeider med og for.

### Deltager og tilskuer

Den norske filosofen Hans Skjervheim kritiserte positivismen, som hevdet at naturvitenskapens metode var allment gyldig, også i studiet av mennesket<sup>5</sup>. Det leder til at observasjon av andre menneskers situasjon i mest mulig objektive kategorier, er idealet. Dette betyr at en identifiserer mennesket med dets livssituasjon og gjør mennesket til en sak som skal håndteres. For Skjervheim er poenget at vi operer i en trekant, der saksfeltet er det ene hjørnet, mennesket med en utfordring det andre hjørnet og «hjelperen» det tredje hjørnet. Da blir den terapeutiske prosess – eller prosessen med å håndtere saken/livsvilkåret - en felles oppgave for hjelper og mennesket med en utfordring. Hjelperen går da fra å være tilskuer, til å delta sammen med denne i å håndtere utfordringen. Skjervheim mener at dette er den eneste måten å agere på når en arbeider med mennesker og samfunn, og all annen tilnærming er uttrykk for fremmedgjøring og ikke-autentisk liv..

Men Skjervheims - etter min mening - helt korrekte påvisning, har en pris. Prisen er sorg. Sorg er derfor den pris hjelperen må betale når en går fra å være tilskuer til å være deltager sammen med den sårede andre i utøvelsen av sin profesjonelle rolle. Det betyr at på samme måte som vi sier i alment sorgarbeid at «sorg er en del av livet», det er ingen diagnose og ingen unormalitet, må vi si til omsorgsarbeidere for helpere, at sorg er en del av yrkesutøvelsen.

Det er samtidig helt nødvendig, nettopp når en bestemmer «hjelperen» som deltager, å fastholde at hjelperen ikke lever den andres liv. Trekanten har tre hjørner. Hjelperen kommer til samhandlingen med kunnskap og kompetanse. Det er dette som er grunnlaget for rollen og som gjør at personen inviteres inn av den andre. Det er rollen og ikke hjelperens personlig interesse eller intensjon som gir hjelperen legitimitet, men hjelperens faglige kvalitet. Hjelperens oppdrag i møtet med den andre er å

---

<sup>4</sup> Marianne Davidsen-Nielsen og Nini Leick, "Den nødvendige smerte" (s. 74), 2. utgave, Socialpædagogisk Bibliotek, Gyldendal 2001

<sup>5</sup> Hans Skjervheim: Deltager og tilskodar i Deltager og tilskodar og andre essays, Oslo 1976

bidra til å løse et problem eller utfordring. Det er derfor alltid nødvendig for hjelperen, med veiledning fra hjelperens arbeidsgiver, å sørge for tydelig rollebestemmelse og rolleavgrensing.

### **Hjelperens sorg**

I internasjonalt hjelpearbeid er tilknytningens realitet og deltagelsens nødvendighet forstyrret av at arbeidet foregår i en kontekst annerledes enn den vante. Det betyr at muligheten til å distansere seg er større, og fristelsen til å skape et stort skille mellom seg selv og de andre er påtrengende. Det forsterkes ved at omfanget av krisene er store både i antall og i dybde. Derfor er arbeidet med å bevisstgjøre hjelperen om alle menneskers likeverd og vektlegge de utsatte menneskenes ressurser en uhyre viktig del av forberedelsesarbeidet. Slik etableres forutsetningen for tilknytning, og dermed også sorg.

De viktigste erfaringene av sorg i internasjonalt hjelpearbeid slik jeg har erfart det, kan deles i følgende fem grupper:

### **De jeg ikke reddet**

De fleste som arbeider i internasjonalt hjelpearbeid fra Norge er ute i en begrenset tid, ofte kortidsoppdrag i noen få måneder i massive katastrofesituasjoner, eller i 2 til 5 år i mer langsiktig arbeid. Denne begrensingen i tid, kapasitet og tilstedeværelse utløser tre opplevelser av tap. Det vil før det første være langt flere mennesker i behov av hjelp enn de en har kapasitet til å hjelpe. For det andre vil en daglig oppleve at mennesker en er involvert med, allikevel dør og for det tredje vil man alltid forlate stedet og vite at det fortsatt er mange som er i behov av hjelpere. Tilknytningen og deltagelsen gjør sorgen stor, og kan også utvikle seg til et selvcentrert Messiaskompleks der en går inn i en selvforståelse der de andres liv avhenger av en selv – en overser at en er en hjelper med et oppdrag fra en utsender som fortsetter å bære ansvaret selv om en selv ikke lenger deltar.

### **Kollegene som ble igjen**

I dagens globale hjelpearbeid arbeider en i seriøse organisasjoner alltid sammen med mennesker som er hjemmehørende i det landet og den konteksten en arbeider i. Sammen med oppdragenes tidsavgrensede karakter, fører dette til at en forlater kolleger som en vet vil fortsette arbeidet under krevende forhold. Det utvikles en sorg over tapet av kollegafelleskapet og vissheten om at mange av dem ikke vil nyte godt av de internasjonale arbeidernes mulighet til beskyttelse og evakuering.

Men det kan også hende at de kollegene en arbeidet sammen med viser seg å være både udugelige, korrupte, autoritære og overgripere – eller en oppfatter at det er det de er. Tapet av kolleger en har stolt på i denne betydningen, er også en side av sorgen over kollegene.

### **De forstår meg ikke**

Avstanden mellom det en har erfart og det ens nærmeste kjenner til blir ofte svært stort. Dette gjør at sorgbearbeidingsens viktigste arena, nemlig samtalene med de nærmeste og i nettverket en måtte ha, ikke fungerer slik det kan gjøre i andre situasjoner. Men også fra alminnelig sorgarbeid vet vi at de nærmestes belastning kan være stor, og alle vi som har levd i andre kontekster enn venner og naboer, kjenner til skuffelsen over hvor liten tid og rom det gis for å fortelle om det en har opplevd. Mange vil kunne bekrefte at det var en langt større overgang å komme hjem enn å reise ut, nettopp fordi dramatiske og endrende erfaringer ikke blir forstått eller lyttet til.

Tapet av den opprinnelige ærbødigheten overfor det som blir oppfattet som idealistiske valg svinner når søsken blir alene med omsorgen for gamle foreldre, barna bor på internat og søvnløsheten blir en del av familiens hverdag.

### **Tap av mening**

Mens oppdraget i utgangspunktet har et anerkjent formål, kan det også bli utsatt for kritikk fra mange hold. For bistanden kan kritikken knyttes til påstand om manglende resultater, kritikk av strategier og fremgangsmåter, overeksponering av feil og tvil om det i hele tatt er klokt å hjelpe

andre. For militære operasjoner er ofte dette en svært stor del av bildet som tegner seg. Det er krevende situasjon fordi oppdragsgiver plikter både hele tiden å begrunne oppdraget i det demokratiske og offentlige rom, og å forbedre arbeidet fordi en må være en lærende organisasjon. Men en slik offentlig debatt og en oppdragsgiver som anerkjenner kritikk på forskjellige nivåer, kan redusere og i verste fall frata hjelperen meningen med det utførte arbeidet. I stedet for å se erfaringene som ble vunnet og la grunnlaget for forbedringer, opplever en at oppdragsgiver eller arbeidsgiver er med på å undergrave meningen i det arbeidet en utførte.

Ofte vil også situasjonen i landet ikke bli vesentlig bedre, eller i alle fall fortsatt ha store problemer. Ikke minst kan det vise seg at samarbeidspartnere både er korrupte og ikke i stand til å leve opp til humanitære og demokratiske standarder. Det som i utgangspunktet ble erfart som svært meningsfylt, mister denne overbygningen og forankringen. Slikt tap av mening er kanskje den mest krevende sorgen en omsorgsarbeider kan erfare.

### Spesielt: tap av trygghet

Globalt humanitært arbeid er etter sakens natur knyttet til deltagelse i krisesituasjoner der sikkerheten er helt annerledes enn i et vel fungerende velstands-Norge. Tapet av sikkerhet med en nødvendig akseptering av en høyere risiko enn i nabolaget hjemme, er en del av det å være involvert i internasjonale kriser. Denne virkeligheten kan være krevende allerede mens en er i innsatsområdet, men kan bli forsterket når en vender hjem og bildene fra de kritiske situasjoner ruller i bevisstheten. Av hensyn til de nærmeste, vil ofte opplevelsen av frykt eller erfaringene av risiko være enkelt å kommunisere. Sorgen over en tapt uskyld er tung å bære for mange.

## Sorgens håndtering

### Uforløst

Det er ingen tvil om at bevisstheten om hjelpernes sorg og nødvendigheten av de får anledning til å bearbeide denne, i mange år var alt for lav hos oppdragsgiverne, det være seg misjonsorganisasjoner, bistandsorganisasjoner eller i Forsvaret. Det har ført til at tusenvis av mennesker har båret på en sorg som verken er anerkjent eller de selv har satt dette ordet på.

Vi vet at slik uforløst og ubearbeidet sorg som oftest kommer igjen og manifesterer seg på ulike pseudo-måter. Det kan arte seg som aggresjon mot de nærmeste, sterke utfall mot kolleger og arbeidsgiver som har sviktet og mot aktører som river ned bildet av arbeidet en gjorde, eller selvmedlidenhet og selvforsvar. Men ofte arter det seg heller i taushet, rus og fortvilelse. Å finne måter som hjelper hjelperens sorgarbeid, er derfor svært vesentlig og et ansvar oppdragsgiver aldri kan anse for avsluttet. Men i siste instans må også hjelperen selv ta ansvar for eget liv og selv utvikle en forståelse av at hjelperens sorg vil være en del av ens livsfølelse.

### Å leve med sorgen

Eli Landro har en artikkel i Tidsskrift for Sjelesorg<sup>6</sup> påvist at det er mer fruktbart å betrakte sorgbearbeiding i en fasemodell heller i en prosessmodell. Prosessmodellens svakhet med dens stadier er at den kommuniserer i alle fall implisitt, at sorgen i bunn og grunn går over. Dersom en i stedet har som utgangspunkt at sorg er en del av det livet og derfor aldri går bort, er det mer fruktbart å tenke en fasemodell der sorgen har to rom som en går inn og ut av. Intensiteten vil variere og oftest svekkes, men rommene vil fortsatt være der.

Det ene rommet er **sorgens** rom. I dette rommet må det være arenaer for å berette om tapene og opplevelsene, utfordringer til å akseptere egne begrensinger og å lære at tapene er reelle og vedvarende.

---

<sup>6</sup> Eli Landro: Fra fasetenking til integrasjon, TSF 3/2012)

Det andre rommet er **livets** rom der livet leves videre. Her blir sorgen transformert til kreativ aggresjon. Dette kan lede til fornyet arbeid for å bygge opp hjelpens mening, engasjement og mobilisering at samfunn og personer deltar i hjelpearbeid og er med på å bekjempe nødens årsaker. I livets rom gjenfinner den sørgende hjelperen sitt opprinnelig kall og motivasjon og blir en mer integrert fagperson i stand til å være en faglig deltager i kampen for andres gode liv.

## Avslutning

Alt sorgarbeid handler dypest sett om å forsone seg med erfaringene. Bønnen Reinhold Niebuhr i sin tid skrev, og som i dag er kjernen i Anonyme Alkoholikers sinnsrobønn, er også en kjernebønn for alle sørgende:

«Gud, gi oss nåde til å akseptere det som ikke kan forandres, mot til å forandre det som bør forandres og klokskap til å se forskjellen».