

Stiftelsen Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep

**Hva kan kirken gjøre?
Nye perspektiver på overgrepssproblematikken**

hva

Stiftelsen Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep

Besøksadresse: Lovisenberggaten 7a, 0456 Oslo

Telefon 23 22 79 30, SMS 478 14 066

Adam, tilbud til menn, mobil 954 20 794

E-post: post@kirkens-ressurssenter.no

Hjemmeside: www.kirkens-ressurssenter.no

Omslagsfoto: Bjørn Tønnesen ©

Skrifttyper: Berthold Akzidenz Grotesk og Adobe Minion

Grafisk form: Roger Jensen ©. Trykk: Saturn Trykk

innhold

Innholdsfortegnelse

Forord	3
<i>Biskop Olav Skjevesland, bispemøtets preses.</i>	
Innledning. Hva er Kirkens utfordring og oppdrag?	4
Mennesker utsatt for vold og overgrep trenger en aktiv og engasjert kirke	5
<i>Psykolog Trine Anstorp og prest/daglig leder Elisabeth Torp</i>	
Sex er ikke synd. Men overgrep er synd! Om synd, sex og makt	8
<i>Prest Merete Thomassen</i>	
Hjelperens utfordringer i møte med vold og overgrep	10
<i>Psykolog Trine Anstorp</i>	
Skam, skyld og tilgivelse – hva skal vi med det?	18
<i>Prest Benedikte Ericson</i>	
Når kan, bør eller må vi i kirken snakke om overgrep?	26
<i>Administrasjonssekretær/pedagog Randi Dyrerud</i>	

Adam – et tilbud til menn utsatt for seksuelle overgrep.	30
<i>Sosialfaglig konsulent Torbjørn Herlof Andersen og teologfaglig konsulent Jan Bjarne Sødal</i>	
Om sjelesorg, verdighet og symboler	35
<i>Prest/daglig leder Elisabeth Torp</i>	
Sjelesorgsamtalen – fra offerrollen over mot noe annet	39
<i>Prest Benedikte Ericson</i>	
“Å ta tilbake egen makt og verdighet”. Erfaringer fra Kirkens Ressurssenter sin liturgiske praksis.	43
<i>Prest/daglig leder Elisabeth Torp</i>	
“Alt som skjer berører Gud”. Ressurssenterets liturgiske praksis i lys av teologiske kjønns- og maktperspektiver	48
<i>Prest Merete Thomassen</i>	
Presentasjon av tre liturgiske handlinger	54
Et lite utvalg anbefalt litteratur	60

forord

En viktig rolle for å bevisstgjøre kirken

Vi er en kirke som har tatt innover oss at overgrep skjer. Denne erkjennelsen har ført til at kirken allerede i flere år har arbeidet aktivt mot alle former for maktmisbruk, vold og overgrep. Det er mitt håp at vi som kirke i dag er mer forberedt og står bedre rustet til å håndtere situasjoner som gjelder overgrep og krenkelses, både innen kirkelige sammenhenger og ellers, på en respektfull måte.

Helt siden opprettelsen i 1996 har Kirkens Ressurscenter mot vold og seksuelle overgrep spilt en viktig rolle for å bevisstgjøre kirken på dette området. Etter først å ha hatt fokus på kvinnelige utsatte, er i dag også menn aktuelle brukere, – gjennom “Adam, et tilbud til menn som er utsatt for overgrep.”

Når det nå i 2006 er satt i gang fokus på barne- og ungdomsperspektivet i forbindelse med forebygging av overgrep, er dette et uttrykk for at senteret tar utfordringene på alvor. Kirkens Ressurscenter er i stand til å møtekomme det kirkelig behov når det gjelder å bli enda bedre utrustet til å møte og hjelpe mennesker med krenkelses- og overgrepserfaring.

Med heftet “Hva kan kirken gjøre? Nye perspektiver på overgrepssproblematikken.” gir Ressurscenteret dermed et nytt og viktig bidrag inn i den videre kunnskapsutviklingen som kirken trenger.

Jeg anbefaler at ressursheftet blir lest og håper og tror at artiklene kan være til hjelp og bidra til ytterligere bevisstgjøring og kompetanseheving i møte med de utfordringene som møter oss – både som kirke og enkeltmennesker – i forhold til overgrep.

Olav Skjevesland
Biskop, bispemøtets preses

innledning

Hva er kirkens utfordring og oppdrag?

Mange mennesker søker seg til kirken når livet butter imot. Vi har lange tradisjoner i vår kirke når det gjelder å støtte den som strever. Noe av det folk kommer med kan imidlertid være mye vanskeligere å forholde seg til enn det vi er forberedt på. Når vold og overgrep blir tema i samtalen, kan selv gode hjelpere kjenne seg maktesløse. Hva skal kirkelige medarbeidere stille opp med overfor den som har vært eller fremdeles er utsatt for fysisk, seksuelt, følelsesmessig vold og overgrep? Trengs det ikke her først og fremst en psykolog? Det kan godt være. Men kirken må også kunne forholde seg kompetent til denne siden av menneskers erfaringer. Når overgrepene skjer innen kirkelige sammenhenger eller i nære relasjoner i en kristen familie, og kanskje fremdeles pågår, innebærer det ennå større utfordringene for den som er hjelper. Da kan behovet for å snu seg vekk, ikke se, ikke reagere komme sterkt opp i en.

Egne reaksjoner og behov for å beskytte seg er både forståelig og viktig å ta hensyn til for oss som er profesjonelle hjelpere. Dette kan imidlertid ivaretas på mange andre og mer kreative måter enn å ikke ville se/ikke forholde seg til den urett som skjer. Kirkens folk må jobbe for ikke å snu ryggen til dem som kanskje trenger oss mest. Fokus må derfor være at vi som kirke engasjerer oss på en enda mer tydelig og aktiv måte, mot all vold og urett som skjer mellom mennesker – også i nære relasjoner og innen alle kristne sammenhenger.

Da Ressurssenteret startet opp for ti år siden hentet vi fagkunnskap fra psykologien for å kunne arbeide meningsfullt med overgrepssproblematikk. Psykologisk teori og metode ligger forståelig nok til grunn for mye av kompetanseutviklingen som Ressurssenteret har stått for innen kirken og overfor samfunnet generelt. De siste år har vi imidlertid sett nødvendigheten av å snu oss ennå mer til vårt eget fag – teologien. Vi ønsker spesielt å utvikle og utfordre teologien til å kunne brukes for bedre å forstå og arbeide med overgrepssproblematikk i kirken.

Dette heftet er ment som et arbeidsredskap. Vårt mål er å kunne bidra både til inspirasjon og kanskje til noen innspill som kan gi nye ideer og ettertanke. De ulike bidragene står i en sammenheng, men kan gjerne leses enkeltvis. Til sammen presenteres her erfaringer fra ti års virksomhet ved Kirkens Ressurssenter mot vold og seksuelle overgrep.

trenger

Utsatt for vold og overgrep

Mennesker utsatt for vold og overgrep trenger en aktiv og engasjert kirke

Psykolog Trine Anstorp og prest/daglig leder Elisabeth Torp

Det er nå ti år siden kirken endelig lyktes i å etablere et nasjonalt senter for kvinner som var utsatt for vold og seksuelle overgrep. Vedtak både i Bispemøte og Kirkemøte lå som viktige beslutninger og støtte til nettopp en slik etablering. Ganske tidstypisk fikk stedet den gang i 1996 navnet "Kirkelig ressurscenter for mishandlede kvinner". Det er altså ikke lenger siden at "offer" på mange måter var synonymt med en kvinne, mens "overgriper" tilsvarende var synonymt med en mann.

Sammen med kontaktperson-ordningen (et tilbud til den utsatte) og opprettelse av fag-etiske personalråd på bispedømmeplan, ble organiseringen av et ressurs- og kompetansested for kirkens arbeid med overgrepssproblematikk en viktig bekreftelse av kirkens intensjon om aktiv støtte til den utsatte.

I dag kan vi se tilbake på ti års engasjerende arbeid, med en omfattende faglig utvikling av et felt som tidligere var lite fokusert i kirke og samfunn. Navneskiftet til "Kirkens Ressurscenter mot vold og seksuelle overgrep" markerer kanskje noe av den viktigste erfaringen vi har gjort. I dag vet vi at det ikke bare er kvinner og barn som er ofre for vold, overgrep og alvorlig tillitsbrudd. Også gutter og menn har overgrepss- og krenkelseserfaringer tilsvarende det vi har sett hos kvinner, og har på samme måter som mange kvinner behov for et kirkelig tilbud.

Gjennom de senere år er det også blitt mer og mer tydelig at vi både innen kirken spesielt så vel som i samfunnet generelt må finne bedre måter å forholde oss til overgriper på. Det er nødvendig å finne en balanse mellom overgriperens skyld og ansvar, og samtidig by på støtte og profesjonell hjelp som kan hindre nye overgrep. Også for den utsatte er det viktig at myndigheter i kirken og ellers tar den utøvende part på alvor.

Det er ikke den utsatte som er ansvarlig når overgrep og krenkelser skjer. Skal vi bidra til å hindre nye overgrep er det særlig den som utøver volden, og de strukturelle forhold som muliggjør vold, som vi må fokusere på og forholde oss til. Fra Ressurscenterets side ser vi i dag behov for en mer skjerpet ansvarlighet og sikring av videre kunnskapsutvikling og kompetanse spesielt på dette området.

Et spesielt tema, – som belyser noe allment

Vi liker ikke å tenke at vold og seksuelle overgrep skjer i kristne familier, i sammenhenger innen kirken, og mellom kolleger. Samtidig er det en realitet at overgrep og grensekrenkelser er en del av menneskelig erfaring, også i kristne miljøer. Vi vet at man ikke får slutt på det ubehagelige ved å prøve å fjerne seg fra det eller late som det ikke er der.

Det ville gjøre en viktig forskjell om vi kunne forstå overgrep som noe galt som skjer, men se at det også er en del av det vanlige livet. Overgrep skjer ikke bare under trusler og tvang. Det skjer typisk når en person i makt- eller tillitsposisjon (far eller mor, presten eller ungdomslederen) selv kjenner seg sårbar, og løser eget ubehag ved å ta kontroll og styring over den som har mindre myndighet enn en selv. Overgrep skjer

også når noen søker trøst og nærhet fra andre, og ikke ser eller respekterer at man trækker over en annens grenser. Det er overgrep selv når den det gjelder ikke mente noe vondt eller kanskje ikke forsto at man presset, lurte, eller forførte den andre. Det kan være snakk om overgrep også når den som er yngre, mer umoden eller i hjelperollen selv tar initiativ eller ønsker intim relasjon, og den eldre, ansvarlige, lederen eller hjelperen ikke ser sitt ansvar i å avvise dette.

“ når
Gud
blandes inn i
overgrep er det
et misbruk
av Gud

Overgrep kan med andre ord skje i helt vanlige relasjoner mellom helt vanlige mennesker. Vel så ofte er det slik at den utsatte synes synd på den som krenker, som at man er redd og føler seg presset fordi overgriper er truende og aggressiv. Galt og skadelig vil det likevel alltid være. Uansett – ingen kan fullt ut sikre seg mot slike erfaringer. Det viktige blir derfor igjen: Hvordan forholder vi oss til dette, når det skjer

i våre egne sammenhenger?

Gud tar stilling

Mange av de som henvender seg til Ressurscenteret kan fortelle om hvordan overgriper direkte eller indirekte brukte Gud og Guds vilje til å legitimere, hemmeligholde og på denne måten opprettholde misbruksrelasjonen. Den utsatte kan ha fått høre: “Dette som skjer er Guds vilje”, eller “Dette

er Guds kjærlighet, det er godt, selv om det føles vondt.” Den utsattes opplevelse blir at overgriper og Gud er på samme parti, noe som gjør en både forvirret og svært redd.

På Kirkens Ressurssenter sier vi at når Gud blandes inn i overgrep er det et misbruk av Gud, og har ingen ting med kristendom å gjøre. På samme måte sier vi tydelig at det er en normal reaksjon at den som er utsatt for andre menneskers maktmisbruk og svik tar på seg skyld for det gale og vonde som har skjedd. Og vi vet at med den påførte skylden følger også en følelse av skam og uverdighet. Når vi på denne bakgrunn sier helt eksplisitt at den utsatte, i forhold til overgrepene som har skjedd, er uskyldig, – innebærer det også at vi stiller spørsmål ved om den enkelte har noe å be om tilgivelse for.

Et kirkens oppdrag

I kirken har vi en tradisjon på at vi skal bry oss. Av de som oppsøker Ressurssenteret med overgrepserfaringer, har

imidlertid de færreste opplevd at andre i familien, menigheten eller kirken ellers ga til kjenne at ansvarlige mennesker så og forsto at noe var galt. Ennå færre, ja nesten ingen vi har snakket med, har erfart å få tydelig støtte på at “vi ser at noen har gjort deg vondt”, selv når det må ha vært åpenbart også for andre at noe var galt. Dette ønsker vi å endre. Oppmerksomhet og engasjement fra andre mennesker, at noen bryr seg, fungerer som en viktig beskyttelse mot at overgrep kan fortsette.

Ressurssenteret ser som sitt ansvar spesielt innen kirken å finne et språk som bærer de egne erfaringene fram, og som snakker sant om livet. Vi tilbyr på mange måter noen alternative måter å tenke om seg selv, om verden og om Gud. I dette arbeidet er vi først og fremst fokusert på de menneskene vi møter, – alle de kvinner og etter hvert også menn som henvender seg til Kirkens Ressurssenter. Hva trenger den enkelte, spesielt i sitt møte med kirken, for å kunne fremme nye muligheter til egen trygghet, heling og et godt liv?

synd

Sex er ikke synd. Men overgrep er synd!

Sex er ikke synd. Men overgrep er synd. Om synd, sex og makt

Prest Merete Thomassen

Ikke sjelden dukker begrepet synd opp i forbindelse med overgrepssaker i kirkelige kretser. Det hender at overgriperen har behov for å bekjenne sin synd og sin anger offentlig. Ofte virker det som at angeren dreier seg mest om det at man har hatt utenomekteskapelig sex. Andre kan da nok en gang riste på hodet over kirkens fordømmelse av seksuell utfoldelse, og betrakte dette som enda et uttrykk for kirkens evinnelige seksualangst og moralisme. Hva er så galt med sex mellom voksne mennesker? Og hva hvis det såkalte offeret ville det selv?

Det er viktig å holde hodet klart og å skille mellom begrepene synd, sex og makt i overgrepssaker. Et overgrep er synd. Sex mellom likeverdige parter er ikke synd. Det som gjør et overgrep til synd, er at overgrep pr definisjon dreier seg om noe som skjer der det er ubalanse i maktforholdet mellom partene. Å karakterisere et overgrep som synd fordi det inneholder seksuell aktivitet utenfor ekteskapet, er derfor en grov forvrenging av syndsbegrepet. Selv om kirken har sagt mye gjennom tidene som kan virke som en avvisning av seksualiteten, er det ikke en del av kirkens lære i dag. Tvert imot er en god og sunn seksualitet betraktet som en viktig del av menneskelivet. Men en god og sunn seksualitet forutsetter et likeverdig forhold. I et likeverdig forhold har man et gjensidig ansvar for hverandre, og et jevnbyrdig maktforhold seg imellom.

Et overgrep er derimot kjennetegnet av at maktforholdet mellom partene ikke er likeverdig. Vi ser en tydelig mangel på jevnbyrdighet i rollen mellom to parter der den ene f eks er i en profesjonell hjelperolle mens den andre er hjelpsøker, eller når aldersforskjellen er så stor at den ene er voksen og den andre barn. Problemet ved ikke-likeverdige forhold er at den underordnedes rolle vil være betydelig mer sårbar enn den overordnedes.

Denne form for sårbarhet er altså noe som er knyttet til *rollen* som sådan, og har ikke noe å gjøre med om den ene eller annen part *kjenner seg* sårbar eller ei. Den som er i en underordnet rolle, typisk som hjelpesøker overfor hjelperen, barn i forhold til voksne etc., vil på ulike måter også være mer avhengig av den overordnede, enn motsatt.

Det er imidlertid ikke uvanlig at én som er i en underordnet rolle i forhold til en annen, kan få sterke følelser for den annen part. Ikke sjelden formidles også ønske om en intim relasjon. Her vil den som er profesjonell hjelper, eller den voksne, eller den som med andre ord er i en overordnet posisjon likevel alltid være den som har ansvaret for å sette grensene. Dersom den sterkeste parten utnytter tilliten ved å innlede et seksuelt forhold, er dette et overgrep. Det er altså ikke den seksuelle handlingen i seg selv som er gal, men det at den ansvarlige ikke er sitt ansvar som overordnet bevisst.

Er det synd, sex, maktmisbruk eller overgrep dersom presten kysser konfirmantjenta? Vi vil svare ja, i denne sammenheng er prestens kysstalt dette. Selve handlingen trenger i seg selv

ikke synes å være så alvorlig eller direkte skadelig der og da, for å kunne kalle det et overgrep. All grenseoverskridende adferd der den sterkeste parten utnytter den andres svakere posisjon til å dekke sine egne behov, er et misbruk av tillit. Dette handler ikke om kristen seksualangst eller seksualmoral. Alle profesjonelle hjelpere, som psykologer, leger og prester, vet dette, og må ta ansvar for grensetettingen så ikke tillitsforholdet blir misbrukt. Og seksuelle relasjoner i en familie er tabu i alle kulturer, fordi det skader tillit, grenser og relasjoner. Forbudet mot sex i ikke-likeverdige forhold er altså ikke et utslag av snerpete kristelig moralisme, men baserer seg på en allmenn innsikt som finnes i alle yrkesgrupper som arbeider med mennesker og i alle kulturer.

Misbruk av tillit og avhengighet er destruktivt. Alt destruktivt er synd. Alt som ødelegger Guds ønsker for livet og verden, er synd. Sex i likeverdige forhold er ikke destruktivt. Det er en del av det gode livet. Sex i ikke-likeverdige forhold er derimot destruktivt. Derfor er overgrep synd.

hjelperen

I møte med vold og overgrep

Hjelperens utfordringer i møte med vold og overgrep

Psykolog Trine Anstorp

Det er ikke mer enn bare et par tiår siden at fortellinger om vold og overgrep i kristne familier og religiøse sammenhenger nådde offentligheten som en bombe. Mange, både i og utenfor kirken, tok til orde for at disse påstandene kun måtte forstås som ondsvinn og løst snakk. Kirken klarte ikke å forholde seg til voldelige ektemenn og fedre, som skadet sine nærmeste den ene dagen og var aktive i menighetsarbeidet den andre. Det ble for komplisert å skulle ta på alvor hvor utsatt mange kvinner og barn var i tilsynelatende godt fungerende, aktivt kristne familier. At til og med presten kunne ha seksuelle forhold til de unge jentene – for ikke å nevne guttene – i menigheten, var kort og godt helt ubegripelig. Mange gode kristne løste det ved å si “Vi tror ikke at dette skjer her hos oss” eller “Livet skulle ikke være sånn” eller “Det er umulig at noe sånt kan foregå i den flotte familien”. Så prøvde man kanskje å se en annen vei, og håpet at det vanskelige og ubehagelige skulle forsvinne av seg selv.

Det er ikke så lenge siden at det å være prest nærmest var synonymt med en stor og nesten urokkelig myndighet, klokskap og rettskaffenhet. Tilsvarende var det å være aktiv kristen en slags varefakta på en tvers igjennom ærlig og trygg person. I dag vet vi bedre, – at verden ikke er så oversiktlig og enkel. Ikke minst takket være de som har turt å formidle egne erfaringer med vold og overgrep knyttet til oppvekst i såkalte kristne familier eller religiøse sammenhenger, har vi i dag kunnskap om at overgrepssproblematikken finnes også her – i kirken generelt og til og med hos de som ses på som gode kristne.

I senere år har man innen kirkelige sammenhenger engasjert seg for å vise at Kirken ikke tolererer maktmisbruk, vold og overgrep mellom mennesker. Kirkens Ressurssenter har hatt en sentral rolle i denne utviklingen. Gjennom samarbeid med kolleganettverk, enkeltpersoner, kirkelig ansatte og lokale menigheter har vi aktivt bidratt til best mulig å støtte og stille opp for den som har vært utsatt, og samtidig ha fokus på forebygging. Også overgriperen ønsker vi å forholde oss til på en aktiv og mest mulig hensiktsmessig måte.

Hvorfor er overgrep så vanskelig å samtale om?

Det er mange gode krefter i dette arbeidet innen kirken. Likevel hører vi ofte kolleger sukke over hvor ekstra slitsomt, utfordrende og vanskelig det er å skulle snakke med mennesker som søker Kirken for samtaler rundt overgrepssproblematikk. Dramatiske hendelser som ulykker og død kan man takle, mens erfaringer med vold og overgrep gjør mang en prest opprødd og usikker. Hva skal man si? Hva kan man gjøre?

Lite plass til egne reaksjoner generelt

Årsaken til ubehaget mange kjenner i møte med en overgrepshistorie, er gjerne sammensatt og ofte litt uoversiktlig for hjelperen selv. Vår erfaring er at mange profesjonelle hjelpere er uforberedt på sine egne reaksjoner, og blir

usikre på hvordan de skal formidle disse overfor den som er hjelpesøker.

Typisk kjenner man seg som hjelper overveldet over det man får høre, og kan selv trenge tid og kollegial støtte til å sortere og få bearbeidet det man får formidlet i samtalen. Samtidig er man ytterst klar over, der man sitter, at hjelpesøkeren er spesielt oppmerksom nettopp på ens umiddelbare reaksjoner. Helt automatisk vil hjelperen derfor forsøke å skjule eller nedtone disse. Når hjelperen blir usikker på hvordan man selv skal være eller hvor mye plass man kan ta, skapes i utgangspunktet stress og utrygghet for både hjelper og hjelpesøker. Hjelperens opplevelse av på denne måten å kjenne seg ufri og ukomfortabel i samtalerelasjonen, synes å ligge til grunn for at mange blir ubekvemme med å skulle snakke med mennesker som har opplevd vold og overgrep.

Skam overføring

Skam smitter – i den forstand at en person som formidler noe skammelig som har skjedd en, typisk selv vil skamme seg idet hun eller han formidler historien. Den som lytter vil da kunne oppleve å kjenne ubehaget ved den andres skamfølelse, nesten bokstavelig talt på egen kropp.

Hjelperen vil kunne trenge å beskytte seg, og gjør det for eksempel med å undre seg for seg selv “Var det ikke litt hennes skyld også, det som skjedde? Det kunne vel ikke gått

så galt, hvis ikke hun også var med på det selv?” Mange gode hjelpere vil kjenne at de helt parallelt blir forskrekket eller skammer seg over at de tenker sånn. Slik kan hjelperen oppleve at man selv blir sittende fast i den andres skam, og mister muligheten til et godt og fritt arbeidsrom når man trenger det som mest.

Seksualitet

Temaer knyttet til seksualitet og kjønn er områder hvor de fleste hjelpere stiller med begrenset tilgang til et godt språk. Ikke minst har man i mange kirkelige sammenhenger hatt en tradisjon for at seksualitet har vært spesielt vanskelig å snakke om, og enda vanskeligere å skulle forholde seg til. De fleste hjelpere, enten man arbeider innen eller utenfor kirken, vil oppleve en spesielt krevende balansegang i forhold til det å skulle komme inn i det som regnes som et menneskes mest private og intime rom, samtidig som man skal bevare en egen profesjonalitet og trygg fleksibilitet.

Vår erfaring er at hjelperen her risikerer å gå i minst én av to grøfter: Enten skjer det at man i iver etter å få vite hva som er skjedd trår over den naturlige sjenanse og respekt for den andre, og blir for direkte og ufin i sin tilnærming. Eller hjelperen er selv så sjenert, usikker, eller engstelig for å snakke om seksualitet at man avholder seg helt fra å nærme seg temaet i samtalen. Begge deler fungerer like dårlig, og vil

typisk oppfattes av hjelperen (og også av hjelpesøkeren) som noe ubehagelig som ikke er blitt tilfredsstillende løst. I verste fall blir formen på samtalen så vanskelig at den utsatte får bekreftet sin engstelse for at ingen klarer å forholde seg til henne og hennes erfaringer, og den utsattes opplevelse av at det bare er hun som er vanskelig og ekkel blir ytterligere forsterket.

Redsel for sterke følelser

Mange dyktige og profesjonelle hjelpere formidler at de egentlig er redd for andre menneskers følelser, i hvert fall når følelsene kommer plutselig og med stor styrke. Det er da virkelig heller ikke rart at man kan bli både overrasket og forskrekket over hva som finnes av krefter og energi i følelsesmessige uttrykk.

Én ting er å forholde seg til mennesker som gråter og er lei seg. Prester og andre erfarne hjelpere innen kirken vil som oftest ha mye erfaring med å trøste og støtte. Noe annet er når den som sitter i samtalen plutselig blir veldig sint eller veldig urolig. Eller helt uforberedt spiller ut overgrepsopplevelsen rent kroppslig, kanskje med skrik og smerteuttrykk. Selv en erfaren hjelper vil nok kvie seg for å skulle oppleve en slik situasjon. Her er det svært kort vei til å kjenne på sin egen hjelpeløshet og manglende kompetanse.

Hemmelig og uønsket

“Kan jeg tro det hun sier? Kan det virkelig være sant? Det må jo være noe av dette som ikke stemmer, som ikke har skjedd slik hun nå forteller meg?” Historier om vold, seksuelle overgrep, omsorgssvikt, maktmisbruk, er per definisjon fortellinger om noe som ofte har vært holdt hemmelig i lang tid. Det er historier om noe som er skjedd, men som ikke skulle skjedd. Den som blir fortalt historier om noe hemmelig, uønsket, skammelig og smertefullt, vil automatisk kjenne behov for å beskytte seg mot å skulle ta inn denne virkeligheten. Da kan selv den gode hjelper komme til å stille spørsmål ved den utsattes troverdighet. Jo verre historien er, jo mer skeptisk kan man kjenne at man blir. For hjelperen vil det være stort ubehag knyttet til denne usikkerheten som kommer opp, mht å ikke vite om man virkelig kan tro på den man snakker med.

Den som skal være samtalepartner for volds- og overgrep utsatte får i sitt arbeid kunnskap om hvor mye skade mennesker kan påføre andre. Innen kristne sammenhenger kan det være en ekstra belastning for hjelperen å skulle ta inn over seg hvor mye et helt vanlig menneske faktisk kan skade et annet. Ofte kan man ane at skaden er påført av én som selv på mange måter har vært

sårbar, usikker eller hjelpeløs. Skaden er like fullt omfattende og med alvorlige konsekvenser for den som blir utsatt. Kanskje ennå mer utfordrende kan det være å skulle høre historier om det hjelperen oppfatter som bevisst onde handlinger, planlagt vold eller langvarig maktmisbruk.



“ Kan
jeg tro
det hun sier?
Kan det virkelig
være sant?”

En hjelper kan også risikere at den som blir formidlet som overgriper viser seg å være én man kjenner, kanskje kollega eller familiemedlem. Det er ikke rart mange helpere erfarer at de ønsket de aldri hadde åpnet opp for å skulle snakke om noe som viser seg å være så komplisert og nesten umulig å skulle forholde seg til, langt mindre finne gode løsninger på. Man kan kjenne at man tenker “Dette skjedde for så lenge siden. La det bare bli liggende der, som noe vondt som nå er over.” De færreste vil imidlertid være

komfortabel med dette som løsning. Hva kan vi gjøre som fungerer bedre?

Hva kan gjøres bedre?

Det vanskeligste for en profesjonell hjelper er å ikke kunne være til god hjelp. Mange dyktige helpere innen kirken har erfart sin egen hjelpeløshet, usikkerhet og engstelse i møte med overgrepssproblematikk. Det er forstælig at man da etter

hvert kan ønske å trekke seg litt unna, og blir mer forsiktig og avventende til å ville ta imot slike samtaler. Samtidig vet vi at Kirken trenger flere gode samtalepartnere for de som søker hjelp med denne tematikken.

Utfordringene som møter oss i arbeidet med mennesker utsatt for vold og overgrep, er ofte krevende. Det er ikke til å komme forbi at det kan være mye å forholde seg til for den som vil være hjelper. Samtidig byr nettopp dette feltet på en hel rekke viktige etiske og faglig sentrale problemstillinger, ja – vi vil påstå at vårt tema berører selve kjernen innen kirkens arbeidsfelt. Fokus er på hvordan vi som kirke kan bidra til menneskelig vekst, håp og heling hos dem som på mange måter har opplevd å bli så sviktet, såret, skadet av andre mennesker. Og – like viktig: Hva gjør vi, når vårt tilbud om en trøstende samtale eller en hånd å holde i viser seg ikke å være nok? Spørsmålet må derfor være – hvordan kan kirkens mange medarbeidere bli *enda flere* og ikke minst *enda bedre hjelpere* for de som kommer med sine vonde erfaringer om overgrep og vold? På Ressurscenteret har vi etter hvert fått noen erfaringer og kanskje noen ideer for flere å tenke videre på, her bare presentert i stikkords form.

Si det som det er

Prester og sjelesørgere kan på samme måte som leger, psykologer og andre profesjonelle hjelpere være godt faglig skolert, uten å ha særlig trening i hvordan man utøver sin

rolle og bruker sin fagkunnskap i møte med den som søker hjelp. Tradisjonelt har den profesjonelle hjelperollen vært preget av avstand, observerende nøytralitet og en viss tilbakelenthet fra hjelperens side. Hjelperen har kunnet skjule egen usikkerhet bak et stort skrivebord, en hvit frakk eller prestekrage.

I dag blir den gamle hjelperollen heldigvis utfordret. Vi som er hjelpere skolerer oss som best vi kan i hvordan bruke vårt kanskje aller viktigste instrument, oss selv, i en kreativ helingsprosess for andre. Kjente strategier som for eksempel å legge ansvar og skyld på hjelpesøkeren når hjelperen ikke lykkes med behandlingen/tilnærmingen, – eller for hjelperen å definere, kritisere eller seksualisere den andre for å forsvare seg i egen rolle, er ikke lenger akseptabelt. Men hva skal vi da sette i stedet når vi i hjelpesituasjonen strever, blir usikre, ikke skjønner hva som skjer, eller virkelig ikke vet hva vi skal gjøre?

Vi kan si det som det er. “Dette høres vanskelig ut” eller “Nå vet jeg ikke helt hva jeg skal si/gjøre”, gjerne etterfulgt av “... men jeg vil jobbe for å finne mer ut av det”. Poenget er som hjelper å øve seg i å kunne formidle egne reaksjoner, tanker og vurderinger som kommer i samtalen, på en slik måte at man skaper seg nødvendig frihet og fleksibilitet i arbeidsrommet. Den hjelper som trener på å ivareta egen usikkerhet eller egne uønskede eller ubehagelige reaksjoner

på en balansert og trygg måte, vil være en god hjelper. Spørsmålet her er med andre ord ikke *om* man som profesjonell hjelper står fast, blir usikker eller sliten, men *hvordan* man i disse situasjonene forholder seg til seg selv og formidler seg til den andre.

Unngå å forsterke skammen

Når erfaringer med vold, overgrep, omsorgs- svikt blir formidlet, er hjelperen forberedt på å høre om det som har skjedd, om tillitspersoner som har sviktet, om skam og skyldfølelse og smerten ved å måtte bære alt alene. Men vi er kanskje ikke like forberedt på hvordan disse erfaringene fremdeles preger personens liv i dag, kanskje mange år etter at alt det vonde skjedde. Spesielt kan man som hjelper være uforberedt på den sterke skamfølelsen som mange utsatte sitter fast i.

Kjernen i skammen er ensomheten. Når hjelpe- ren unnlater å ta opp eller unngår å forholde seg direkte til temaet skam i samtalen, kan det være ut fra en god tanke om å ta hensyn og ville den utsatte vel. Effekten blir imidlertid heller det motsatte. Å være alene med det vonde og skremmende som har skjedd, har av den utsatte vært opplevd som at ingen bryr seg, at det bare er hun som er ekkel og umulig og ikke verdig andres beskyttelse og hjelp. På denne

måten forstår vi at det ikke er bare overgrepene i seg selv som gjør skade, men vel så mye skamfølelsen som utvikles hos den som alene må bære byrden av de vonde erfaringene andre har påført en.

Delt skam gir mindre skam. Ut fra dette blir skam og skyld sentrale tema som hjelperen må finne gode måter å fokusere åpent og direkte på i samtalen.

“ Det er ikke bare overgrepene i seg selv som gjør skade, men vel så mye skamfølelsen

Følelser er ikke farlige

Det som er ubearbeidet og smertefullt fortelles ikke bare gjennom språket, men ofte vel så tydelig via følelsesmessige og kroppslige reaksjoner. Sterke reaksjoner kan komme like uventet og overveldende på hjelpsøker som på den som er hjelper. Følelsene er i denne sammenheng gjerne kraftfulle og svært ubehagelige. Når de kommer, forstår man hvorfor den utsatte med alle metoder, bevisst eller ubevisst, har forsøkt å holde de på avstand. Mange kjenner ikke seg selv igjen: “Dette ligner ikke meg” eller “Dette kan virkelig ikke ha noe med meg å gjøre”.

Når hjelpsøker kjenner seg redd og ubeskyttet overfor egne følelsesmessige reaksjoner, er det viktig at hjelperen ikke blir like redd. Det kan hjelpe å minne om at følelser kan være vonde, skremmende, sterke. Men de er ikke farlige. Når

følelsene kommer først i ettertid, kanskje mange år etter at overgrep skjedde, er det fordi det først nå er plass og mulig å kunne forholde seg til dem og hva de formidler.

Snakk med den utsatte om hva hun eller han er redd for ved egne følelser, og planlegg gjerne sammen hvordan dere i samarbeid kan prøve ut gode måter å gi følelsene plass på, litt etter litt. Husk i denne forbindelse at kjernen i selve traumeerfaringen er tap av kontroll. Derfor må den følelsesmessige bearbeidingen foregå innen en ramme og i et tempo hvor den utsatte får hjelp til å stoppe litt opp, ta pauser, oppsummere, etc. slik at opplevelsen av nytt kontrolltap og dermed re-traumatisering unngås.

I dette arbeidet er det spesielt viktig at hjelperen har fokus på seg selv og sine egne tålegrenser, like mye som fokus er på hjelpsøker. Når man skal følge mennesker gjennom noe tid, må man være ekstra nøye med å ta godt vare på seg selv. Ellers klarer man ikke å være en god hjelper for andre.

Bryt tausheten

Holder man noe hemmelig er det som oftest ikke bare fordi det som er skjedd er ubehagelig, men mer fordi det dreier seg om noe man oppfatter seg selv å være skyldig eller delaktig i. Når overgrepsutsatte er så redd for at hemmeligheten skal komme ut, er det først og fremst fordi man tror at når andre får vite hva som er skjedd vil alle forstå hvor skyldig, umulig,

skitten eller gal man selv er. Det er åpenbart at denne måten å prøve å beskytte seg selv på, får en utilsiktet effekt av å virke som en spesielt god beskyttelse også for den som har skadet en, dvs. for den som er overgriper.

Ved aktivt å støtte hjelpsøkeren til å formidle sin historie kan den profesjonelle hjelper bidra til at tidligere erfaringer kommer fram, slik at de kan bearbeides og etter hvert legges til side. Slik kan det bli mer plass også til andre sider av livet. Noen ganger innebærer denne avklaringen at den utsatte ønsker å fortelle overgrepshistorien til sine nærmeste, formidle til overgriper hva skade som er skjedd, eller melde fra til ansvarlige myndigheter. Denne prosessen kan være viktig for mange, men først og fremst for å bryte hemmeligholdelsen. Forventninger om at andre rundt en, myndigheter eller overgriper skal bidra med bekreftelse og støtte slår sjelden til. Fra eventyrene vet vi at selv de mest fryktinngytende trollene sprekker når solen skinner på dem. I den sammenheng vi arbeider kan det nok i første omgang virke ganske motsatt. De gamle trollene synes å vokse seg enda større og få enda mer makt og styrke idet de avdekkes. Men stresset og intensiteten hos den utsatte og omgivelsene vil roe seg etter hvert. Når den det gjelder får tid og plass til å forholde seg til sin historie, og erfarer at hjelperen fremdeles er til stede som støttespiller uten å fordømme, vil muligheten endelig være tilstede for den utsatte til å kunne respektere og seg selv som et verdig menneske.

Det nytter!

Den som søker hjelp kommer ikke lenger i sin prosess enn der hjelperen selv er. Vi som arbeider i kirken ønsker å være gode samtalepartnere og kunne bidra til helende prosesser hos mennesker som er såret og skadet av andre. For å kunne nå denne målsettingen må vi ikke stå alene, men åpne mer opp for kollegial støtte og faglig oppfølging. Hva får vi til, hva står vi fast i?

Det bor en god hjelper i mange av kirkens medarbeidere. Med støtte og oppmerksomhet, faglig engasjement, interesse for medmennesker og tro på de gode prosesser kommer man langt. Ved å prøve seg ut og arbeide for å bli en enda bedre hjelper, kan man i enda større grad bidra til å hjelpe den krenkede ut av sitt strev. Vi ser at det nytter!

hva?

Skam, skyld, tilgivelse

Skam, skyld og tilgivelse – hva skal vi med det?

Prest Benedikte Ericson

“Den største tragedien er ikke onde menneskers brutalitet, men gode menneskers taushet”
Martin Luther King

Opplevelse av egen eller andres skam og skyld tjener i vanlige sammenhenger som god og nødvendig regulering av all menneskelig atferd, og er en forutsetning for konstruktiv samhandling mennesker imellom. Å tenke seg et samfunn som ikke justerer seg etter disse følelsesmessige reaksjonene, er som å forestille seg et kompass der kompassnålen mangler. Det fungerer ikke retningsgivende, som er det vi trenger. Enkelt sagt kan vi si at skam og skyld er veivisere i et uoversiktlig landskap. Når disse følelsene kommer, vil man oppleve det som så ubehaglig at man stopper opp eller trekker seg fra de handlinger som skammen eller skylden er knyttet til. Skam- og skyldfølelse gir på denne måten den enkelte informasjon om at man beveger seg på kanten av samfunnsmessige, moralske og/eller personlige forventninger og regler.

Visse betingelser må imidlertid gjelde for at dette skal fungere hensiktsmessig: Den som i utgangspunktet *eier* skammen og skylden må selv erkjenne sine egne følelser, forholde seg til dem og handle i tråd med de signaler disse følelsene gir. Dette kan være krevende å skulle stå i. Når den naturlige skam og skyld som en person føler, av ulike grunner *ikke erkjennes*, blir disse følelsene skilt fra opphavsmannen (eller -kvinnen) og direkte overført til den andre i relasjonen. Vi ser dette fenomenet spesielt tydelig innen overgrepssproblematikk. En automatisert psykologisk prosess fører til at når overgriper ikke tar ansvar for egne følelser og handlinger, overtar den utsatte overgriperens følelse av skam og skyld, mens overgriperen selv mer eller mindre unngår å kjenne ubehaget.

Det er skrevet mye om dette innen vårt felt. Det jeg spesielt vil fokusere på her, er hvordan vi som kirkelige medarbeidere kan bruke skam og skyld til noe kreativt, som en form for informasjon om noe som det er viktig å forholde seg aktivt til. Vi snakker med andre ord om å få til en *motsatt bevegelse* av hvordan man vanligvis reagerer i møte med skam og skyld. I stedet for å trekke seg tilbake når ubehaget ved disse følelsene pirker borti en, kan vi øve på å ta aktivt fatt i skammen der vi møter den, utforske innholdet og finne brukbare løsninger for å eventuelt legge den mer tilside. I denne sammenheng kommer gjerne spørsmålet om tilgivelse opp som noe sentralt. Jeg skal utdype hva jeg mener. Jeg begynner med å se spesielt på skammen, med utgangspunkt i eksempelet under.

Hvorfor kjenner vi skam når vi hører historier om seksuelle overgrep – og hvordan kan vi bruke egen skamreaksjonen positivt?

La oss se for oss det ukentlige stabsmøtet i menigheten. Tilstede er daglig leder, prest, diakon, kateket, barne-/ungdomsleder, kirketjener, klokker, organist, frivillige, m.fl.

Kateketen forteller at hun er blitt oppmerksom på en av jentene i årets konfirmantkull. Jenta virker skamfull og skyldbetyngt, og spesielt de gangene man er inne på tema som berører kropp og seksualitet, virker hun ille til mote.

Kateketen lurer på om denne jenta kan ha opplevd seksuelle overgrep, og vil gjerne høre de andres tanker om dette.

Hvilke reaksjoner vil kateketen møte i sin stab? Etter vår erfaring, er sannsynligheten stor for at det hun har fortalt, kan bli nedtonet, overhørt og/eller bagatellisert fra andre i staben. For dersom det skulle være sånn at denne jenta virkelig var utsatt for overgrep, hva skulle man i kirken kunne gjøre med det? Hva hvis overgriper kunne være hennes far, noen man kjente godt etc. Det er ikke vanskelig å se for seg de ulike utfordringene som den kirkelige staben typisk kan komme opp i. Grunnene til å snu seg bort, kan altså i og for seg være forståelige nok. Konsekvensen for den unge jentas del er imidlertid at hun blir overlatt helt til seg selv. Omgivelsenes mangel på reaksjon vil bekrefte og forsterke noe av det hun kanskje frykter mest: At andre skal synes det er helt i orden at hun har det vondt. Da må det jo virkelig bety at hun fortjener det vonde som skjer med henne. At verken mennesker eller Gud bryr seg om henne, at alt er hennes skyld, – slik overgriperen også ofte har sagt.

Hva ville staben i denne sammenheng ha nytte av å vite, for å kunne handle annerledes? Hvordan kan man i denne situasjonen bli gode støttespillere som best mulig arbeider sammen for å hjelpe mennesker som kan ha opplevd seksuelle overgrep? Vi vil formidle en forståelse av skam som

kanskje kan oppleves ny og muligens provoserende, men som vi mener kan gjøre en forskjell for hvordan man møter utsatte i kirken. La oss se på noen mulige innspill her.

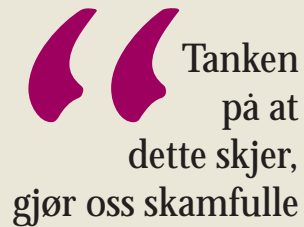
Skam er en naturlig reaksjon når vi hører om seksuelle overgrep

Det er helt naturlig å kjenne egen skam når det snakkes om seksuelle overgrep. For det første er kropp og seksualitet i seg selv noe privat og intimt, som det ikke kjennes riktig å snakke om. For det andre forbinder vi barn og unges kropp med noe rent og ubesmittet, som ikke skal misbrukes av noen. En som begår seksuelle overgrep, utnytter tillit og avhengighet. Tanken på at dette skjer, gjør oss skamfulle.

Skammens vesen er at vi lukker øynene, trekker oss bort, vegrer oss for å vite. Men når vi gjør det, svikter vi ikke bare barn og ungdom som direkte er berørt, men også oss selv. Derfor trenger vi å arbeide med å forholde oss mer aktivt og konstruktivt til egen skamreaksjon. Hvordan kan vi gjøre det? Vi begynner med å prøve å forstå denne skammen.

Hvorfor skammer vi oss i møte med den utsattes skam? Vårt selvilde berøres. En av grunnene til at tanken på seksuelle overgrep gjør oss skamfulle, er at vi identifiserer oss

med de to i overgrepssituasjonen. Typisk identifiserer kvinner seg med offeret og menn med overgriperen, men det kan også være motsatt. Det er ikke uvanlig at spesielt menn tror det kan bo en overgriper i dem, eller er redd for at andre skal tro det. Mange har erfart at de kan kjenne seksuelle reaksjoner sammen med barn. Men å kjenne slike følelser eller kroppslige reaksjoner, er ikke det samme som å være en overgriper. Det avgjørende i denne sammenheng er hvordan den ansvarlige voksne velger å *handle* på sine følelser.



Tanken på at dette skjer, gjør oss skamfulle

Dette med at vi som gode voksenpersoner er i posisjon til å kunne velge hvordan vi forholder oss til egne reaksjoner, er det viktig å forstå. Ellers vil den profesjonelle hjelper kunne bli så redd for hvilke egne følelser som kanskje kan komme opp og ta over styringen i møte med f eks seksualitet og overgrepssproblematikk, at man bare blir overveldet og handlingslammet. Kirken trenger ikke mennesker som trekker seg unna ubehaget. Vi trenger mennesker innen kirken som kan være åpne på naturlige reaksjoner. Jo mer vi forstår av oss selv, jo tryggere blir vi, og desto bedre kan vi hjelpe andre.

Vårt Gudsbilde berøres. Som en del av det bildet vi mennesker skaper oss av Gud, kan det være svært nyttig at vi spør; hvilket syn tillegger vi Gud å ha på oss mennesker? Hva

tenker Gud om hva vi mennesker kan få oss til å gjøre mot hverandre?

Mange synes å tro at Gud, på samme måte som menneskene, ikke vil vite av vold og overgrep, – at Gud vender ryggen til menneskenes mest ondskapsfulle handlinger. Det tror ikke vi på Ressurssenteret at Gud gjør. Derimot ser vi at det ofte er den utsatte selv som vender Gud ryggen. Slik også mange utenforstående gjør, i en slags kollektiv skam overfor Gud. Imidlertid har dette sin pris. Når skammen får stor plass, får samtidig opplevelsen av egen verdighet mindre plass.

Hva gjør du med din skam?

Det gjør ikke alltid saken lettere å være kristen, dersom vi tror at Gud vil vite av oss bare når vi er “rene og pene”. Det er lett å tolke skammen dit hen at vi er uverdige, – og som tegn på avvisning fra Gud. Men kan skammen ha et annet budskap?

Vi forstår det slik at nettopp skammen kan ses på som en verdifull pekepinn på noe. Vår erfaring er at dersom vi som profesjonelle hjelpere våger å kjenne på skammen og hva den vil oss, rommer den også muligheter. Vi vet at jo større skammen er, jo nærmere er vi også en annen livsviktig kraft, nemlig opplevelsen av vårt menneskeverd. Det virker som om disse to kreftene i oss går hånd i hånd, slik det også var med Jesu kamp på korset. Nettopp i skammen vant han livet.

For å oppdage det livet som ligger skjult i skammen, må vi passere smertefulle hindre i oss selv, som sinne, sorg og raseri. Men dette gjør vi ikke forgjeves. Å gjennomleve skamfulle følelser, gjør at vi selv får et stødigere ståsted. I tillegg kan vi bli bedre hjelpere, så de som har opplevd de alvorligste krenkelsene, slipper å kjenne seg så alene. Slik kan kirkens mange medarbeidere hjelpe til å gjenvinne tillit.

På denne måten blir skammen vår ressurs. Vi behøver ikke frykte den.

Et oppgjør med skylden

Hva kan det være nyttig for en kirkelig stab å vite når det gjelder dette med *skyld*?

Barnets og den utsattes skyld

Alle vet at seksuelle overgrep mot barn er den voksnes skyld. Vi vet også godt at når en ungdom har utviklet et nært og tillitsfullt forhold til en voksen, for eksempel til én i menigheten, og den voksne misbruker denne tilliten seksuelt, da hviler skyld og ansvar for overgrepene ene og alene hos overgriper.

Dette vet vi. Dette er den innstillingen omverdenen møter den krenkede med, og det er bra.

Men under denne fornuftsmessige viten, kan det skjule seg en annen oppfatning. Det er ikke uvanlig at en historie om overgrep eller krenkelser vil føre til at en selv eller kolleger, direkte eller indirekte, setter spørsmålstegn ved den krenkedes skyldfrihet.

Grunnen til at spørsmål om skyld og ansvar rokkes ved hos hjelperen, kan være flere. Her vil vi fokusere på noe vi på Ressurssenteret er blitt opptatt av:

Det kristne synet på – og redselen for – barns seksualitet. Den kristne forkynnelse har hatt en tendens til å fokusere på seksualitetens syndighet. Dette har ført til at mange har fått et vanskelig forhold til sine egne seksuelle følelser og lengsler, og ikke visst hvordan man skulle uttrykke dette. Seksualiteten har blitt truende, og noe mange har forsøkt å undertykke ikke bare hos seg selv, men også hos andre.

Slik har det også vært i møte med barns seksualitet. Barn har blitt lært opp til hva som er lov og “sømmelig” og hva som ikke er det. Mange har som barn erfart at det å kjenne gode, seksuelle følelser og å uttrykke disse, blir møtt av voksnes avvisning og ulike straffe-reaksjoner. Seksualiteten må ikke synes! Snaut nok kan kroppens nakenhet synes.

Skyldfølelsen oppstår når barnet ikke makter å undertrykke sin seksualitet. Det barnet som har lært at seksuelle følelser er

galt og stygt, men opplever at følelsene er der likevel, blir i egne øyne skyldig sine “feil” og sin “synd.”

Denne skyldigheten bærer mange som voksne med seg inn i møte med andre mennesker. Og jo mer ubevisst vi er vår egen skyldfølelse, jo sterkere har den en tendens til å gjøre seg gjeldende på måter vi ikke selv alltid er klar over. Derfor blir det viktig å være oppmerksom på at mye av barnets mer eller mindre uklare skyldfølelse kan sitte igjen i noen og enhver, også etter hvert som vi er blitt voksne og som profesjonelle helpere. Dersom hjelperen ikke rydder godt i egen bagasje, vil sannsynligheten være stor for at den krenkede kan oppleve doble signaler om skyld og ansvar fra oss som skal være helpere.

Overgriperers skyld

Det er en vesentlig del av helperrollen å klargjøre overgriperers skyld. Samtidig er det viktig for oss på Ressurssenteret, med utgangspunkt i Jesu budskap, å si følgende:

Et annet menneskes skyld gir oss ingen rett til å fordømme ham/henne. Det virker som om samfunnet, inkludert kirken, mener at seksuelle overgrep må fordømmes for å komme problemet til livs. På Ressurssenteret tror vi ikke dette er veien å gå, verken i forebygging av overgrep eller om vi ønsker å være til hjelp for den utsatte. Ofte ser vi at den utsatte er glad i sin overgriper og ser de gode sidene som også

er der. Først og fremst ønsker mange at den som har krenket en, må få hjelp. Fordømmelse er ingen hjelp. Mange vil innvende at det er overgrepene man fordømmer, og ikke overgriper. Men vår erfaring er at når forbrytelsen er så alvorlig, er det svært vanskelig å skille dette fra hverandre.

Det er imidlertid tegn i tiden som tyder på at noe er i ferd med å endre seg i vårt samfunn når det gjelder synet på hvilke mekanismer som fremmer vold, og hvilke som hemmer. I media formidles en forståelse og tilnærming til den som er overgriper, som på mange måter er ny. Det handler verken om bare å måtte unnskyld/tilgi vedkommende på den ene siden eller bare fordømme på den andre, slik vi har vært vant til å tenke om dette. Den profesjonelle tilnærmingen til overgriper dreier seg om å få personen i tale, og bidra slik at den det gjelder kan få hjelp til trygge og likeverdige relasjoner. Et møysommelig arbeid, – ja. Men like fullt det som må være veien å gå for å forebygge og hindre at overgrep skjer (igjen).

Mange vil ha det til at Gud fordømmer overgriper. Jesus fortalte om en Gud som nettopp ikke fordømmer. Gud vet at et menneske som begår seksuelle overgrep, gjør dette i selvfølgelig, selvhatets og selvforaktens tegn. Det

handler om å forsyne seg av – og erobre – barnets uskyld og renhet, nettopp fordi man opplever seg selv fylt av det motsatte.

Jesu dype visdom var den at vi mennesker ikke skal dømme hverandre, fordi vår dom ulik Guds dom, inneholder avstandstaken og *fordømmelse*.



Først i møte med en som *ikke* fordømmer, kan vi håpe på innrømmelse av skyld

Når overgriper ikke innrømmer eller angret. Et av de alvorligste hindre for den utsattes heling og for forebyggelsen av nye overgrep, er overgriperers manglende skyldinnrømmelse og anger. Vi tror en vesentlig årsak til denne vegringen nettopp skyldes frykten for fordømmelsen og dommen, fra andre mennesker, fra seg selv og fra Gud.

Kirkens Ressurscenter vil arbeide for å fremme en ny type forståelse av hva som gavner oss alle. Først i møte med en som *ikke* fordømmer, kan vi håpe på innrømmelse av skyld. Til dette kreves kunnskap om årsaker til at noen blir overgripere, men også stor evne til barmhjertighet – som dog ikke må forveksles med bagatellisering. Det er bare sannheten om ondskapen i all sin gru, som kan sette oss fri. Det er derfor ingen motsetning i å legge bort fordømmelsen, og samtidig stoppe overgriper. Det er to sider av samme sak.

Tilgivelsens rolle

Hvilken rolle kan tilgivelse spille i en sammenheng, der den kirkelige staben skal nærme seg temaet seksuelle overgrep?

Ingen kan kreve tilgivelse Spørsmålet om tilgivelse er et av de vanskeligste tema i den kristne tro. Kirken har ikke maktet å møte verken de krenkede eller overgriperne på en tilstrekkelig klok og varsom måte. Dette har vært en stor tilleggsbelastning for mange mennesker. På Ressurssenteret møter vi våre brukere med en klar oppfatning og holdning om at ingen kan kreve at en som har opplevd seksuelle overgrep, skal tilgi overgriperen. Vi tror ikke engang at Gud krever dette. Samtidig er vi også opptatt av om – og hvordan – vi kan bruke budskapet fra Jesus om å tilgi hverandre på en konstruktiv og god måte.

Vi må, som kirke, stille oss selv noen spørsmål. – Hva er egentlig tilgivelse? – Hvem sin tilgivelse er vi opptatt av? Den utsattes tilgivelse av overgriper? Vår egen tilgivelse av overgriper? Guds tilgivelse av overgriper? – Er det mulig å tilgi overgriper uten at han/hun angres eller innrømmer det som er skjedd?

Vi kan bare tilgi på egne vegne. Vi er av den oppfatning at ingen har noen som helst rett til å tilgi på vegne av andre. Vi kan kun tilgi på vegne av oss selv. Om vi som kirkelige

medarbeidere og støttespillere er opptatt av dette tema, bør det derfor være vår egen tilgivelse av overgriper vi er opptatt av. For også vi står i et forhold til overgriperen. En overgriper skader ikke bare den han/hun direkte misbruker. Når et barn skjendes, går det på et vis ut over oss alle, fordi vår tillit til hva et medmenneske kan gjøre mot et annet, får en alvorlig knekk. Hvordan vi forholder oss til dette, er den enkeltes valg.

Hva tilgivelse ikke er/hva tilgivelse kan være. Tilgivelse er *ikke* å bagatellisere det som skjedde. Eller å unndra overgriper sitt ansvar. Eller å vike tilbake for politianmeldelse. Eller ikke å fastholde terapiens nødvendighet. Det er uendelig mye tilgivelse ikke er. Verre er det å si konkret hva tilgivelse faktisk er. Men vi forslår, i forlengelsen av kapitlet om skyld:

Tilgivelse er at vi gir fra oss den retten vi tror vi har til å fordømme overgriper. Tilgivelse er at vi gir tilbake til Gud retten til å dømme.

Tilgivelse blir dermed noe av det vanskeligste vi kan gjøre, fordi fordømmelsen griper så dypt inn i våre følelser. Tilgivelse blir ved dette noe mer enn en setning vi tenker eller sier. Tilgivelse innebærer et følelsesladet møte med skam og raseri i oss selv, og med og vårt behov for å kontrollere disse følelsene.

At det for den utsatte, som er direkte berørt på kroppen, kan virke umenneskelig å tilgi sin overgriper, er sant. Men tilgivelse synes å være en stor utfordring også for samfunnet generelt, grunnet samfunnets syn på fordømmelsens nødvendighet. Denne fordømmelsen har imidlertid store konsekvenser. I verste fall bidrar den til at noen blir overgripere. Og den bidrar til at mange, både overgripere og krenkede, fastholdes i overgrepenes klør.

Hva med overgripers manglende anger? Erfaring med overgripere, viser at fordømmelse ikke fremmer anger og innrømmelse. Kravet om at overgriper må angre og

innrømme, for at vi skal tilgi, faller derfor på sin egen urimelighet. Det må være motsatt, – tilgivelsen må komme før innrømmelsen. Et møte med denne type barmhjertighet kan være inngangsporten til at overgriper makter å bære byrden av sin egen ugjerning og dele den med andre.

Vi i kirken har et særegent ansvar, fordi vi er grunnet i Jesu budskap. Slik sett kan vi spille en særegen rolle i samfunnet, i bekjempelsen av vold. Med den definisjonen vi gir av tilgivelse, ønsker vi derfor å formidle følgende til kirkelige ansatte: *I forebygging av nye overgrep; – tilgi overgriper, som en hjelp til innrømmelse og skyldansvar.*

snakke?

Når kan, bør eller må

Når kan, bør eller må vi i kirken snakke om overgrep?

Administrasjonssekretær/pedagog Randi Dyrerud

Den gode personlige utviklingen for hver enkelt av oss er avhengig av nærhet og bekreftelse fra andre mennesker. Spedbarn eller olding; vi er sosiale vesener med store, alders- og utviklingsbestemte behov. Det er derfor så avgjørende for oss å forstå og respektere egne og andres *behov* på den ene siden – og *grenser* for *involvering* og *intimitet* på den annen.

Det er ikke gitt at alle vet (av erfaring) hva som er god og ønsket adferd – eller “tar” signaler når de går over en annens grenser. Ressurscenteret har derfor formidlet tydelig at overgrepssproblematikk skal det *undervises i* og *snakkes om* på alle nivåer innen kirken, uavhengig av om overgrep er noe man tror skjer/har skjedd eller ikke. Overgrep kan veves inn i forkynnelsen og legges inn som temaer i semesterprogrammet vi tilbyr menighet og forsamling. Det er mange pedagogiske og sjelesørgeriske anledninger i menigheters og organisasjoners liv og virksomhet hvor det skal gis kunnskap og skapes holdninger som gir nødvendig selvsikt og sosialt og etisk gangsyn. Det er mange og spennende menneskelige/sjelsørgeriske aspekter vi kan få et “opplyst” forhold til gjennom tema innenfor dette området. Noen vil være til hjelp for å forstå og oppdage overgrep, andre vil mer ha funksjon av å forebygge overgrep, og noen vil være egnet til å støtte og hjelpe den utsatte.

Når vi underviser sant og sunt om disse tingene som har med kropp og skam, med makt og manipulering å gjøre, så skjer det noe. Noen vil få “a-ha” opplevelser og *stille spørsmål*. Andre vil kjenne igjen egne erfaringer og vurdere å *snakke*. Det som er ment preventivt, kan for noen vise seg å bli begynnelsen til endring og heling.

Kirken som trygt sted

Vi ønsker så sterkt at kirken skal være et *trygt* sted. Da mener vi ikke bare fravær av overgrep og at forkynnelsen er rensert for unødige utsagn/talemåter som rammer den som alt er krenket. Det kunne bety at det går en trygg og alminnelig *samtale* i kirken om maktutøvelse, avmakt og overgrep! Det gir et sterkt signal når dette er et tema vi har ord for og noe det er normalt å snakke om i kirken. Kirken skal være et trygt sted å komme, der menneskers erfaringer og strev kan møtes med god åpenhet og forstand.

Samtalegrupper fungerer godt

Vi tror det vil være av stor verdi om det blir brukt tid på temaet i *grupper*. Samtale er verdifullt. Det kan være grupper hvor deltakerne har *ulik motivering for å delta* og ikke behøver å “flagge” om de har personlige erfaringer i forhold til akkurat dette med overgrep. Rent konkret kan en invitere en kvalifisert person til å undervise/innlede om et gitt tema innenfor dette feltet. Det kan være en fagperson fra et incestsenter eller annen organisasjon som arbeider med og mot overgrep; fra familierådgivningen, helsepersonell eller politi. Å gjenkjenne klassiske signaler på at noe er galt og føle seg forpliktet på å varsle konkret bekymring til ansvarlig instans, er noe *alle* bør være oppdatert på!

Men vi tror også på å invitere til egne *grupper* for mennesker som har det felles at de har *krenkelseserfaringer* de vil arbeide

videre med; noe å la sorggrupper. Erfarne diakoner og sjelesørgere vil kunne ha gode muligheter til å gjøre positive erfaringer med slike grupper. Alle bispedømmene har en kontaktperson som gjerne selv har kompetanse på området og som også vil ha en oversikt over ressurspersoner som vil kunne bistå med planlegging og være veileder for en lokal gruppeleder.

En må da være klar over at det ikke skal være *terapi*. De som skal med i en slik gruppe, bør ha arbeidet med egne opplevelser og være i stand til å forholde seg til andre deltakere. Samtalen skal ikke dreie seg om *overgrepene*, men om de mange *reaksjonene* og *spørsmålene* en sitter igjen med etterpå. En skal altså dele erfaringer og refleksjoner. Fra gruppene ved Ressurssenteret har mange erfart – og virkelig blitt overrasket over – at det ikke er farlig å ha følelser og vise dem. Kleenex hører med til standardutstyret. Men sterke og skremmende reaksjoner skjermer vi av for. Det må derfor være mer enn én leder i gruppa, slik at noen kan følge litt med de som eventuelt forlater rommet for en stund om det blir for tøft. Ganske hyppige og gjerne korte små pauser med mulighet til å ta seg litt drikke og spise kan også gi et nødvendig pusterom.

Også i en slik gruppe vil det være fint med en liten innledning og en trygg ledelse av samtalen så den beskytter deltakerne mot å utlevere private detaljer som hører sjelesorg- eller terapirummet til.

Noen eksempler på tema som kan være aktuelle
“Din vilje er i fars bukselomme” – et oppdragelsesideal?!
Grenser for intimitet i familien
Søskenincest

Idyllisering/dyrking av barns umiddelbarhet og
uskylsrenhet
Hva vet vi om pedofili?
Barn som “søte” seksualobjekter (i reklame)

“Uten hemmeligheter, ingen barndom” (Neil Postman)
Men hvor ble det av de *gode* hemmelighetene?

Hvorfor taushet?
– for ingen vil tro det
– for *han* er viktigere enn *meg*
– for å hindre katastrofen
– for...

Hva gjør vi med overgriper?

“Jeg er mest meg selv når jeg er *ingen*...”
Retten til å være seg selv
– å ta plass
– med et sunt og sant følelsesregister
Er følelser farlige?

Jeg trenger ord – Hvilke ord?
– når jeg er tom
– når jeg er rasende
– når jeg er redd
– når jeg skal åpne for hva som skjedde med meg
– når...

Kroppen som krigssone
Kroppen som kunnskapskilde
Kroppen som medspiller

Om sviket
Om tapet
Om skam/verdighet
Om skyld/anklage
Om forsoning/tilgivelse

Hvor var du, Gud?

Du har hørt det er sagt:
“Det var vel en mening med det!”
“Det var som fortjent!”
“Det var ikke annet å vente!”
Men vi sier: Hold kjeft!

Kirken – et lukket hus?

Forkynnelsen *om* og *til* det skyldige og skamfulle mennesket
Hva trenger du (ikke) å høre i Guds hus?

Kan noe godt gro av gamle sår?
Falsk trøst eller levende håp?

*Har kirken et spesielt ansvar i forhold til å møte overgrep-
problematikken?*

På bakgrunn av Ressurscenterets arbeid gjennom disse siste 10 år, vil vi svare et entydig JA! til at vi i kirkelige sammenhenger har et særlig ansvar for å finne gode måter å møte denne problematikken på. Vi som arbeider i kirken kan ikke lenger si: "Dette skjer nok ikke hos oss, heldigvis" eller vise oss helt overrumplet og uforberedt når slike saker kommer fram i lyset. Vi må arbeide for både å kunne forstå og handle best mulig. Da trenger vi å forberede oss.

Som stab i kristelig/kirkelig arbeid har vi et ansvar for å snakke åpent i kollegafellesskapet om *sunne grenser*, ha det som tema i personalutviklingen og fokusere det skikkelig i personlig veiledning. En idé kan være å bruke aktuelle saker

som oppskaker oss, til ikke bare å "syns" noe om det, men å etterspørre kunnskap om hva dette er et uttrykk for, for å forstå mer av overgrepets *dynamikk*.

Menigheten på sin side kan gjøre vel i å oppdatere et *bibliotek* med litteratur som tilfører innsikt og kunnskap. Biblioteket kan inneholde personlige fortellinger, romaner og dikt som hjelper oss å "føle på" hva det vil si å bli krenket. Det finnes også gjengivelser av kunstneriske uttrykk i strek, form og farge som gir innsikt. Vi trenger dertil faglitteratur – foruten de mer obligatoriske *kjøreregler* til hjelp når det skjer utillatelige ting eller vi mottar "bekymringsmeldinger".

Overgrep er negativt og skadelig. Men å arbeide for å forebygge overgrep, eller å begrense skadene som overgrep medfører, er både positivt og byggende. Vår erfaring er at fokus på overgrepssproblematikken slik vi har presentert det her, vil bidra til aktivisering av mange gode krefter – både hos enkeltpersoner, menigheter og i kirken som helhet. Vi vil si det så tydelig som at *arbeid med krenkelser og overgrep er fullt og helt i kirkens ånd*. Hvis vi ikke skulle forholdt oss aktivt til akkurat dette, hvilken troverdighet ville kirken da hatt?

overgrep

Tilbud til menn

Adam – et tilbud til menn utsatt for seksuelle overgrep

*Sosialfaglig rådgiver Torbjørn Herlof Andersen og
teologfaglig rådgiver Jan Bjarne Sødal*

Bakgrunn

Allerede ved starten for 10 år siden, og etter hvert i økende grad, har det vært menn som enkeltvis har henvendt seg til Kirkens Ressurssenter med spørsmål knyttet til egne erfaringer med overgrep og vold. Kunnskapen om at gutter og menn utsettes for seksuelle overgrep er på ingen måte av ny dato. At konsekvensene for den utsatte kan være betydelige, er heller ikke ukjent. Selv om omfangstall kan variere noe i ulike undersøkelser, er det ikke uvanlig å gå ut fra at ca. 5 % av alle menn og 12 % kvinner i en voksen normalbefolkning har vært utsatt for overgrep før fylte 18 år. Andelen menn (som riktignok anslås til under halvparten av antallet kvinner) som bærer på overgrepserfaringer er med andre ord anselig. Likevel er dette et tema som fremdeles stort sett er fraværende på fagkonferanser, i litteratur som omhandler menn eller for den saks skyld, på den politiske dagsorden. Dette kaller Lyager og Lyager (2005) "en usynliggjørelse av den misbrukte mand". Denne usynliggjøringen gjelder også når det kommer til behandlingstilbud.

Et mer allment omtalt fenomen er at smågutter blir misbrukt, men da gjerne beskrevet under samlekategori barn. Et sted langs veien blir barna menn og forsvinner samtidig ut av syne. At også voksne menn kan bli utsatt for seksuelle krenkelser, er det stort sett bare (sensasjons)pressen som finner interessant. Vi vet med sikkerhet at overgrep kan ha betydelige negative konsekvenser for dem det gjelder.

Å få full forståelse for og midler til å etablere et tilbud har imidlertid vært vanskelig. Men i dag, 10 år etter oppstartingen av Ressurssenteret, har vi nylig fått midler til to begrensede deltidsstillinger som utgjør begynnelsen på et kirkelig kontakt- og samtaletilbud til menn som har blitt utsatt for seksuelle overgrep i oppveksten eller senere i livet.

Hva slags tilbud trenger mennene – innhenting av informasjon

Tilbudet har fått navnet Adam. Sentrale spørsmål for oss når vi skulle starte opp var: Hvordan vil det kunne fungere å starte opp et tilbud til menn innenfor rammene av et tilbud som til nå har henvendt seg til kvinner? Og hvordan skal tilbudet se ut? For oss var det viktig å få førstehåndskunnskap og høre med menn som selv har blitt utsatt hva de tenkte om dette.

Derfor samlet vi høsten 2004 fem menn som var villige til å dele sine erfaringer og tanker og slik hjelpe oss å utforme et best mulig tilbud. Deltakerne var invitert til å formidle hvilke erfaringer menn som har vært utsatt for seksuelle overgrep kan ha, hvilke konsekvenser det kan resultere i og hvilke utfordringer en senere står overfor som en kan trenge hjelp til. Gruppen møttes over noen uker. Rapporten finnes på Ressurssenterets hjemmeside. Den baserer seg på notater som ble gjort underveis og som hele tiden ble gjort tilgjengelige

for gruppen, slik at det som allerede var diskutert fungerte som et arbeidsredskap for den videre samtalen.

En viktig ting som kom fram var behovet for igjen og igjen å få det fram i offentligheten at overgrep mot gutter og menn skjer! Folk må bli klar over at det skjer, i kirkelige så vel som i ikke-kirkelige sammenhenger. Og gutter som selv blir utsatt må vite at dette er en erkjent sannhet blant de voksne. Innenfor den rådende oppfatningen av mannlighet har overgrep mot gutter og menn ikke blitt erkjent som et problem. En av de største truslene er nettopp denne fornektelsen. Voksne og ledere ser ikke det de burde se, og barn finner derfor ikke en forståelse og en bekreftelse for det de har vært utsatt for. Det som ikke har et språklig uttrykk finnes i én forstand ikke. Og siden det er så mange andre faktorer i selve overgrepssituasjonen som bidrar til fortieelse, må det bekreftende språket utenfra derfor være desto tydeligere.

Mannsrollen og offerrollen har tradisjonelt vært uforenelige

Å bli utsatt for overgrep er på mange måter en "ikke kjønn" erfaring, dvs det skjer både menn og kvinner. Det finnes mange likhetstrekk mellom menns og kvinners beskrivelser av hva seksuelle overgrep gjør med en. Uavhengig om den utsatte er gutt eller jente, mann eller kvinne, er overgripere

ofte svært dyktige i å få den overgrepsutsatte til å føle seg skyldig og ansvarlig. Vetlesen (2001) hevder at et trekk ved vårt samfunn i dag er at det å være offer er den verst tenkelige mulighet. Det er en rolle rensket for verdighet, som unngås for enhver pris. Skam og skyld har blitt offerets kjennemerke. Dette opplever både menn og kvinner som har vært utsatt for overgrep.

På den annen side fører kjønnsstereotyper, forventninger og myter til at menn og kvinner forstår og beskriver opplevelsene ulikt. Det spesielle ved situasjonen til en overgrepsutsatt mann er at han bryter et dobbelt tabu. Han er ikke bare offer, men er mann *og* offer. Dette er noe som ikke skal skje en mann! Det bryter med herskende (stereotypiske) oppfatninger av mannlighet. En mann er ikke offer og følgelig er et offer ikke en mann. Mangelen på erkjennelse av og åpenhet om at gutter og menn også utsettes for vold og overgrep, berører således noe av det særegne ved mange menns erfaring og bearbeiding av overgrep.

I dag burde vi ha kunnskap nok til å hevde at det ikke er noe umandig ved å ha blitt utsatt for overgrep. Men i den aldersgruppen gutter og unge menn kanskje mest typisk opplever å bli krenket, er det helt andre "lover" som gjelder. Og det er disse "lovene" som knyttes til den enkeltes

overgrepserfaringer og som dessverre altfor ofte blir bekreftet også senere i livet. Kjønnsstereotypiene flourer. "Menn skal ha kontroll." "Menn er ikke offer." "Menn blir ikke tatt seksuelt." "Og skulle en mann oppleve 'noe sånt', så tar han ikke så mye skade av det." Det kommer inn i oppdragelsen, og disse stereotype forventningene til mannrollen vedvarer for mange livet ut. Det er faktisk slik at mange av de problemene seksuelt misbrukte menn opplever ved å være overgrepsutsatt, har klar forbindelse med oppfatningen av mannlighet.

Maskuline stereotyper avviser menn som offer. Et offer er en taper og mennene vet dette så altfor godt. Sånn sett kan man si at overgriperen er i allianse med et samfunn som feirer vinnere. Det gjør at menns frykt for å tilkjenne sine erfaringer blir forståelig fordi den samsvarer

med en ytre realitet. Rådende oppfatninger av mannlighet er kroppsliggjort hos menn (og kvinner) og er en viktig del av det menn bærer med seg når de skal forholde seg til sine opplevelser som overgrepsutsatte. Da er det forståelig at det for en gutt kan bli helt umulig å finne en knagg å henge erfaringen på. Det som har skjedd en skal per definisjon ikke ha skjedd. Erfaringer trenger som sagt å forankres i et eksisterende språk.



Skam
og skyld
har blitt
offerets
kjennemerke

Dette grenser til et annet problem for mange gutter og menn, nemlig det å kunne sette ord på og bearbeide følelser generelt, og å fortelle om egen sårbarhet spesielt. Gjør en det bryter en med tøffe mansroller, som det ble sagt i gruppen. Enda vanskeligere er det for mange dersom overgriperen er kvinne, igjen på grunn av kjønnsstereotypene. På den annen side kan en mannlig overgriper skape angst for det homofile aspektet hos den utsatte og gjøre bearbeidelsen problematisk.

Fokus på menn og menns behov en forutsetning for et godt fungerende tilbud

Vi vet at jo tidligere en som har opplevd overgrep får mulighet til å fortelle om det, jo bedre. Barrierene av både skyldfølelse, fortielse, skam og redsel er der for både jenter og gutter, men uten å generalisere så har nok mange gutter en helt spesiell motstand, både utenfra og innenfra, mot det å fortelle at en har vært utsatt. Og de barrierene avtar som oftest ikke med tiden, snarere tvert imot.

Mye tyder på at menn og kvinner kan nyte godt av det samme type hjelpetilbudet. Imidlertid vil et eget mannsarbeid innenfor dette feltet være en nødvendighet så lenge kjønnsstereotypene, med overgriperen som *han* og offeret som *hun*, fortsatt får stå trygt. Fordi vi i lang tid har snakket om overgrep som noe jenter og kvinner først og fremst utsettes for, blir det viktig nettopp i presentasjonen av

tilbudet å bekrefte at dette er noe som menn utsettes for og som mange menn bærer med seg som en erfaring som preger dem for resten av livet. Vår erfaring er at menn som har opplevd overgrep, i betydelig grad er preget av tradisjonelle måter å forstå mannlighet på. Dette innebærer at vi ikke kan nøye oss med å bare arbeide i samtalerommet med den enkelte overgrepsutsatte. Det er selvsagt svært viktig at det finnes et tilbud til menn om å kunne snakke om sine erfaringer uten å være redd for å bli nedvurdert, avvist eller misforstått. Imidlertid er den forståelsen man kan finne i terapirommet eller selvhjelpsgruppen langt fra det man finner "der ute". Det eksisterer et utvilsomt behov for utadrettet virksomhet i form av opplysning, undervisning og politisk virksomhet. Det handler blant annet om noe så enkelt og vanskelig som at tradisjonelle oppfatninger om kjønn står i veien for at et betydelig samfunnsproblem blir erkjent og at mennesker kan få hjelp. Mangel på empati med den overgrepsutsatte kan også få form av å ta overgriperens parti.

Andres oppmerksomhet og støtte gir beskyttelse mot at krenkelser skjer

Adam betyr menneske. Så ble det et mannsnavn, etter denne mytefiguren som ble kastet ut av det gode og trygge livet i hagen. Dørene ble lukket bak ham. Gjennom å gjenerobre ens menneskelighet, og blant annet se at utsatthet er noe som

er felles for oss alle og som gjør at ethvert menneske kan bli krenket, kan mennesket Adam gjenvinne mannen Adam, og skape en annerledes framtid.

Med noen få grep kan en være med å forebygge og også gjøre livet litt mer mulig for gutter som har blitt usatt:

Gutter trenger å høre at overgrep mot gutter skjer, og at det er viktig å snakke med noen voksne om det.

Voksne trenger å vite at det kan skje, for bedre å kunne se det som faktisk skjer.

Ledere, unge og eldre, trenger å få hjelp til bevissthet om egne grenser, rolle og ansvar. Og når en person forteller om egen erfaring av å ha bli krenket, så trenger han å få hjelp til å finne fram til noen som kan hjelpe.

For å avslutte med en replikk fra en av mennene i gruppen:
"Noen voksne burde ha skjønt, og grepet inn!"

Sjelesorg, verdighet og symboler

Om sjelesorg, verdighet og symboler

Prest/daglig leder Elisabeth Torp

Til grunn for vår forståelse av sjelesorg i møte med den som er traumatisert etter overgrep, ligger kunnskap og innsikt som psykologifaget har tilegnet seg gjennom de siste 20 årene. Dette gjelder særlig forståelsen av virkning og skade etter store påkjenninger som vold og seksuelle overgrep. Vi anbefaler at en som skal være sjelesørger i møte med mennesker med overgrepserfaring, har lest noe av den tilgjengelige psykologfaglige kunnskap som etter hvert finnes – også fra norsk sammenheng om traumer og traumbearbeiding. Samtidig er det vår erfaring at sjelesorg også kan være til hjelp for den utsatte. På denne bakgrunn ønsker vi å utfordre til aktiv bruk av teologisk kunnskap og sjelesørgerisk metode som et tilbud til den utsatte. I det følgende vil vi formidle noe av den tenkning og forståelse som vi tar utgangspunkt i og bruker i sjelesorgen.

Hva trenger vi å vite

Ofte hører vi i sammenhenger lokalt i kirken at en ikke vet hva en skal si til mennesker som formidler sin erfaring av overgrep. Mange gir også uttrykk for at de er engstelige for å si eller gjøre noe galt. En oppriktig respekt og forståelse for det mennesket som formidler at hun (eller han) har vært utsatt for overgrep, er en forutsetning for å kunne være til hjelp. Men respekten må ikke få en form av å bli så overveldende at hjelperen holder seg langt på avstand eller blir helt borte. Det er både nødvendig og helt berettiget for gode mennesker innen kirken og ellers å tro på sine egne muligheter til å kunne bidra til heling for den som trenger det.

Mange overgrepsutsatte har hatt en opplevelse av det ikke har vært rom for den enkelte slik hun er, og at det heller ikke har vært mulig å snakke om det vonde som har skjedd. På denne bakgrunn er det helt avgjørende for en sjelesorgprosess at den utsatte får oppleve og erfare at det er plass til det den enkelte bærer med seg. Når sjelesorgkonteksten rommer det som blir formidlet, og den utsatte kjenner at den som tar i mot også tåler å høre, er det i seg selv helende.

Mange har også den opplevelse at det ikke er mulig å vedstå seg overgrepene i møte med Gud og den kirkelig sammenheng. I Ressurssenterets trostekst står det: "Vi tror på en Gud som tåler å se og tåler å vite." Med dette vil vi si noe om hvem Gud er i møte med det vonde og vanskelige, og at Gud rommer all menneskelig erfaring.

Hva sier vi?

I møte med fortellingene er det viktig å formidle tilbake hva sjelesørgeren selv tenker og føler når hun/han lytter til historien. Si gjerne til den som formidler seg: "Dette høres veldig vondt ut" eller "Jeg kjenner meg virkelig fortvilet/sint/ oppgitt over det du forteller har skjedd".

Som sjelesørgere kan vi lett bli overveldet av den ondskap og urett som rammer mennesker. Det er veldig forståelig, men sjelden til hjelp for noen. Det finnes gode måter å møte

fortellingene om ondskap og urett på. Helt avgjørende er det at den enkelte sjelesørger har en uttalt forståelse av at vold og seksuelle overgrep er en realitet, at dette er erfaringer som har et stort omfang, og at det dreier seg om menneskers onde handlinger mot andre.

Et godt grep å ha i møte med at ondskaper er ubegripelig, har vi funnet i bibelen. Etter at Gud har skapt himmel og jord, mennesker og dyr sier Gud: "...og se det var overmåte godt" (1.mosebok 1,31). Men det er ikke langt mellom denne erklæringen om livet på jorden, og en annen erkjennelse fra Gud: "...menneskenes ondskap på jorden er stor" (1.mosebok 6,5). Vi ser at allerede ved starten av fortellingen om Gud og verden, slik bibelen forteller den, er det satt navn på menneskenes ondskap.

Også Gud selv ble i mennesket Jesus rammet av menneskers ondskap. For mange mennesker, ikke bare overgrepsutsatte, er en identifikasjon med Jesus som såret og rammet, en støtte. En utdyping av forståelsen av at Gud som selv er rammet, og blir rammet når mennesket rammes, har betydning og kan være en god støtte også for sjelesørgeren. I Ressurssenterets trostekst har vi formulert det slik: "Alt som skjer berører Gud". Menneskenes erfaringer gjør dypt inntrykk på Gud. Gud blir berørt av menneskelige erfaringer, Gud vil være tilstede og Gud vil bidra til et bedre liv for den enkelte. Gjennom sjelesørgerens engasjement og empati kan

den utsatte nettopp oppleve Guds nærvær og kamp for at en skal få det bedre.

Mennesket eier en verdighet som er ukrenkelig

På Ressurscenteret fokuserer vi spesielt på menneskets iboende verdighet. Dette er en måte å tolke evangeliet på i møte med den enkelte. Vårt utgangspunkt er skapelsesteologisk, og vi forankrer sjelesorgen i det kristne menneskesyn. Alle mennesker er skapt i Guds bilde, med en verdi og en verdighet ingen har rett til å krenke.

Guds vilje for det enkelte menneske er at hun nettopp skal leve med en visshet om dette. Men vold og overgrep sårer, skader, gjør ufri og kan forstyrre tilgangen til verdigheten og hindre den enkelte i å kjenne seg verdifull. Mange kommer nettopp til en sjelesorg-sammenheng med en opplevelse av egen uverdighet. På denne bakgrunn har sjelesorgens retning blitt et fokus på den verdighet alle eier, og på retten til frihet fra det som binder og hindrer.

Et symbol og et rituale

I sammenheng med verdighet har vi tatt perlen som symbol og utviklet et rituale med utgangspunkt i perlesymbolikken. Fokus på perlen er her ikke som smykke eller først og fremst som et feminint uttrykk. Perlen er historien om forvandling.

Vi ønsker å formidle den prosessen som gjør at en perle utvikles. Vi sier at muslingen reagerer på et fremmedlegeme ved å kapsle det inn i perlemor, som en beskyttelse. Dette kan være et bilde på at det er mulig å forholde seg på en aktiv måte til det som smerter. Og perlen – som er laget av det lille sandkornet som var der i utgangspunktet – har blitt til noe sterkere og større som aldri går i stykker.

Slik kan perlen minne den enkelte om det som ikke har gått i stykker, hennes verdighet, som er der, men som hun er forhindret fra å kjenne. Og ritualets oppgave er å bidra slik at den det gjelder kan ta tilbake verdigheten. På denne måten får perle-verdighet symbolikken en funksjon i sjelesorg-samtalen.

Hvis vi synes det passer inn i en samtalerække, og dersom den enkelte selv vil det, legger vi inn en enkel perle – verdighetshandling. Helt konkret betyr det at vi introduserer et rituale knyttet til perlesymbolen. Som oftest gjøres det veldig enkelt. Vi finner en form på å formidle hele eller deler av følgende tekst fra profeten Jesaja: “Du er dyrebar i mine øyne, aktet høyt og elsket av meg. Jeg har kalt deg og gitt deg et heders navn. I ditt mørke gir jeg deg skatter”. Så gis den enkelte anledning til å forsyne seg selv eller bli gitt en perle fra et skrin med mange forskjellige perler. Sjelesørgeren kan i denne sammenheng gjerne si: “Som en påminnelse på din verdighet”. (Vi anbefaler å ha tilgjengelig i sjelesorgrommet et

skrin fylt med mange forskjellige perler. Det er f eks viktig at det også er perler som har et kraftig uttrykk; verdigheten oppleves og oppfattes symbolsk sett forskjellig ut fra kjønn, alder, osv).

Konkretisering av sentrale temaer og en aktivitet knyttet til bruk av perle

Vi har også grupper der flere av de som går i sjelesorg på Ressurssenteret er sammen. Innen rammen av en gruppe har vi lagt til rette for at hver og en i fellesskap kan lage sin egen perlekrans. Perlene i kransen gis navn etter noen av de temaene som en har vært innom i sjelesorgsamtalene. Ofte formidler den enkelte selv et ønske om navn på en eller flere perler som da korresponderer med innholdet i sjelesorgen og

den enkeltes bearbeidelsesprosess. På denne måten har det blitt en sammenheng mellom det som har vært et tema i sjelesorgsamtalen, og en konkret handling som resulterer i perlekransen som en kan ta med seg videre og bruke for seg selv.

Flere har sagt at dette har vært en hjelp til å holde fast ved seg selv og en sjelesorgprosess hvor en har tatt inn nye og nødvendige perspektiver og utfordringer. På perlekransen gis en perle en særlig oppmerksomhet. Det er verdighets-perlen, og en velger gjerne en perle som er særegen og får navnet "perlen over alle perler". Dette synliggjør at vi holder fast ved verdighet som en måte å formidle og forstå evangeliet, inn i en sammenheng der opplevelsen av uverdighet lenge har vært det mest fremtredende.

noe annet

Sjelesorg, verdighet og symboler

Sjelesorgsamtalen – fra offerrollen over mot noe annet

Prest Benedikte Ericson

I den tverrfaglige staben ved Ressurssenteret har vi forsøkt å systematisere hvilke temaer som vi mener bør berøres gjennom en sjelesorgprosess med overgrepsutsatte mennesker. Noe vi har vært særlig opptatt av i dennes sammenheng, har vært å finne fram til hva som eventuelt kan være en form for *felles målsetting* med det vi tenker på som en god sjelesorgprosess. Vi er kommet fram til at god sjelesorg for de menneskene vi møter, først og fremst innebærer å kunne bidra til at personen det gjelder får hjelp og større mulighet til å arbeide seg ut av offerposisjonen, og over mot noe annet.

Under sjelesorgen er vi imidlertid forsiktige med å komme med raske forslag til “løsninger”, f eks i forhold til hvordan det for den enkelte kan være mulig å komme ut av denne offerrollen. Likevel er det altså viktig for oss å ha denne retningen med oss i det arbeidet som vi gjør.

Punktene som følger her, er derfor ment som mulige momenter til et innhold og gang i en prosess. De korte stikkordene til hvert enkelt punkt er først og fremst ment for sjelesørgerens egen bevisstgjøring og refleksjon.

Urett

Urett er i en sammenheng med overgrep å bli påført noe som er galt og vondt. Det som skjer, skal ikke skje og det rammer, lammer og skammer.

Hva er det å være et offer?

At en stadig kommer tilbake til den urett en har opplevd. Å ikke ville akseptere det som har skjedd. At tanker kverner i uønskede, fastlåste mønstre, selv mange år etter at overgrepene har tatt slutt. Hatet mot overgriper styrer livet. Et stadig tilbakevendende fokus på at overgriper ikke innrømmer eller angret. Fordømmelse av overgriper, et ønske om hevn. At den krenkede bruker overgrepene som årsak til alt hun/han ikke får til. Aggresjon mot alt og alle.

Hva er det motsatte av å være et offer?

Å akseptere det som skjedde. Å ville leve et så godt liv som mulig på tross av det vonde som har skjedd. Kjenne glede. Unne seg livet. Synes en fortjener det gode. Kjenne stolthet og verdighet på egne vegne.

Hva er det i et kristent perspektiv å være et offer?

Være uten tillit til Gud. Skamme seg for Gud. Fokuserer på uretten. Forbli i hatet mot overgriper, seg selv eller Gud. Bli værende i fordømmelse av overgriper. Være ute av stand til å se tilgivelse som en mulighet og ressurs. Uforsonlighet med seg selv.

Var Jesus et offer?

Ja og nei, Jesus ble rammet, men han bevarte tilliten til Gud, selv om også tilliten til Gud var nær ved å bryte. Han lot ikke skammen få overtaket. Han glemte aldri hvem han var. Han bevarte troen på sitt eget verd, selv når han ble trakkett på. Han kunne se tilgivelsens betydning også i møte med ondskapen og uretten.

“ Han lot ikke skammen få overtaket. Han glemte aldri hvem han var

Om tillit/mistillit/synd/ arvesynden

Å ha tillit er å vite at vi er i trygge hender. At vi kan stole på noe/noen. Å kjenne mistillit til andre, seg selv og Gud gir seg ofte utslag i uro, redsel, forakt og tilbaketrukkethet. Det kan handle om at troen på det gode inne i en og rundt en, er borte. Synd er at skammen bidrar til å holde Gud på avstand og til å vende Gud ryggen. Det kan handle om mistillit til seg selv, å skjule den en er, å skjule sin verdighet. Når vi i denne sammenhenge velger å bruke begrepet arvesynd, forstår vi det som mistillit til seg selv

og eget verd, som en ubevisst overfører til egne barn.

Om ondskap

Når vi snakker om ondskap er det først og fremst det vonde mennesker påfører hverandre, og som det gir mening å skjønne noe av bakgrunnen og motivet for. Ondskapens kime ligger i dyp og gjennomgående mistillit til eget verd,

selvførdømmelse, redsel, selvforakt, hat og raseri mot egne mangler. Dypest sett er ondskapen et uttrykk for skuffelse, lengsel etter aksept og kjærlighet i eget liv.

Om overgriperens skyld

Overgriper er den skyldige. Men lytt nøye til den krenkedes "gode" grunner til å fastholde sin egen skyldighet. Vis respekt for disse grunnene. Det er den krenkedes gamle måte å forstå og forklare uretten på for seg selv. Vær tydelig på at det i dag er andre mulige måter å kunne forstå skyld og ansvar på.

Om den krenkedes egen uskyld og skyld

Den krenkede var ikke skyldig i overgrepene. Men hun bærer på "skyld" nå, i den forstand at hun nå som voksen er ansvarlig i forhold til å velge å fortsette overgriperens destruktive mønster, – eller velge å la være.

Er Jesus opptatt av skylden?

Ja. Men kun som et middel til å bli fri. Sannheten, både om overgriperens skyld, men også om den krenkedes uskyld, er frigjørende. Jesus fastholder skyld, men fordømmer ikke skyld. Hans budskap til verden er at skylden ikke behøver å hefte ved oss.

Hva er det å skamme seg?

Ikke tåle seg selv. Ville gjemme seg for menneskers og Guds blikk. Ikke våge å se andre inn i øynene.

Hvordan bli kvitt skammen?

Aksept av det som skjedde Aksept av overgriperens skyld. Aksept av egen uskyld. Erkjennelse av den tvang en var underlagt. Innrømmelse/aksept av eget initiativ, deltakelse eller egne seksuelle følelser under overgrep.

Hvilket ansvar har den utsatte for sitt eget liv nå?

Erkjenne forskjellen på skyldfrihet den gangen og ansvar for livet her og nå. Den krenkede må selv ta ansvar for den skammen hun bærer. Orke å være til stede i skammen, så godt det lar seg gjøre. Snakke om det skamfulle og om hatet. Finne tilbake til den verdigheten som ligger gjemt bak skammen og hatet. Ikke bringe hat og bitterhet videre til egne barn. Betrakte tilgivelse som et mål for ens egen skyld.

Hva er ansvar i kristen sammenheng?

Nestekjærlighet som både en rett og en plikt vi alle har til å elske og akseptere seg selv. Ikke fordømme seg selv eller andre.

Om tilgivelse

Er det nødvendig å tilgi seg selv?

I så fall for hva?

Er det nødvendig å tilgi overgriper?

Må overgriper angre for at den utsatte skal tilgi?

Straffer Gud oss, dersom vi ikke tilgir?

Må den utsatte tilgi overgriper, for at hun/han selv skal få tilgivelse av Gud for andre ting?

Hva er egentlig tilgivelse? Kan tilgivelse være at den krenkede gir fra seg den retten hun/han tror man har til å dømme/ fordømme overgriper?

Med utgangspunkt i fordømmelse som noe vi kjenner inne i oss; – er det mulig å fordømme andre, uten at vi også fordømmer oss selv? Kan tilgivelse være det å gi tilbake til Gud retten til å dømme? Kan tilgivelsen være til for den krenkedes egen skyld, som en mulighet for den enkelte selv, mer enn for overgriperens skyld? Er tilgivelse en døråpner til forsoning med seg selv? Kan evnen til tilgivelse og forsoning være en helbredende kraft som finnes i oss alle? Er det dette som er å være skapt i Guds bilde?

Nåde

Nåde for den skyldige, er at skylden oppheves. Nåde for den krenkede og skamfulle, er at lyset skinner gjennom og avdekker uretten og det vonde som har skjedd. Nåde gjør at en blir fri til å leve sitt eget liv, være relasjonell og tro på Gud.

Verdighet

Verdighet er å kunne ta til seg og kjenne seg verdifull. Verdighet er grunnleggende sett knyttet til Gud som har skapt mennesket, som nyskaper og som vil bidra med sin gode skapervilje inn i menneskelige sammenhenger, der ondskap og urett har funnet sted.

praksis

Å ta tilbake egen makt og verdighet

“Å ta tilbake egen makt og verdighet” – Erfaringer fra Kirkens Ressurssenter sin liturgiske praksis

Prest/daglig leder Elisabeth Torp

Bakgrunnsbeskrivelse

Bakgrunnen for at vi arbeider med egne liturgier på Kirkens Ressurssenter er erkjennelsen av at den tradisjonelle rituelle praksis ikke alltid har virket livs- og trosstyrkende for mennesker som har vært utsatt for overgrep. Likevel er det mange av dem som tar kontakt med Ressurssenteret som ikke har gitt opp håpet om å finne det hellige rommet hvor en kan kjenne seg trygg. På Ressurssenteret har vi villet ha et tilbud om å være det stedet hvor det for den enkelte er trygt nok til at en kan gjøre erfaringer med å praktisere sin tro og sin lengsel. En forutsetning for å kunne kjenne seg trygg er at det er mulig å forholde seg til det som har hendt, erfaringen av overgrep og svik. Vi har en bestemt formening om at lokale menigheter også kan være en sammenheng der det er mulig å gjøre noen tilsvarende erfaringer knyttet til liturgiske handlinger. Vi vil derfor gjerne at våre erfaringer kan være utgangspunkt og gi ideer til et slikt arbeid lokalt.

Sammenhengen liturgiene er blitt til i

Liturgiene er laget og blir praktisert innenfor en sammenheng der mennesker er i en prosess med å bearbeide sine erfaringer av overgrep og krenkelser. Den enkelte utsatte vil ha sine særegne erfaringer mht hva overgrepene har påført en.

Felles for de aller fleste er imidlertid at relasjonen til en selv, til andre mennesker og til Gud er blitt vanskelig. Mange overgrepsutsatte opplever seg sviktet av andre mennesker og av Gud, og kan derfor forståelig nok heller ikke stole verken på mennesker eller Gud.

Som et resultat av overgrepene strever mange også med en påført skyld- og skamfølelse. Overgrepsutsatte med en kristen bakgrunn forteller ikke bare om ødelagte selvbilder, men gjerne også om ødelagte og ødeleggende gudsbilder. Samtidig ser vi det som viktig å understreke at disse spesifikke erfaringene også har en allmenn verdi og gir mening som perspektiv og fordypning, selv om en ikke har vært utsatt for overgrep.

Hva har vært viktig i arbeidet

Generelt er vi opptatt av at den liturgiske praksis skal bidra til at mennesker med overgreps- og krenkelseserfaringer også i det hellige rommet skal kunne være trygge og gis mulighet til å ta tilbake egen makt og verdighet. Derfor uttrykkes det tydelig i liturgien at Gud tar stilling til den ondskap og urett som har funnet sted. Vi forstår overgrep som et menneskes onde handlinger og maktmisbruk overfor et annet menneske. Mange kan fortelle

om hvordan de opplever at overgriper direkte eller indirekte bruker Gud og Guds vilje til å legitimere, hemmeligholde og slik opprettholde misbruksrelasjonen. Den utsatte kan eksempelvis høre varianter av: “Dette er Guds vilje” som straff eller som belønning, eller “Dette er Guds kjærlighet, det er godt, selv om det føles vondt.” Dette gjør forståelig nok

den utsatte både forvirret og redd. I en slik situasjon er det nødvendig å si at når Gud blandes inn i overgrep er det et misbruk av Gud, og har ingen ting å gjøre med kristendom.

Som et forsøk på å finne en løsning på en situasjon som er vanskelig og oppleves umulig tar den utsatte på seg skyld for det gale og vonde som har skjedd. Og med den påførte skylden følger også en følelse av skam og uverdighet. På denne bakgrunn sier vi for eksempel helt eksplisitt at den utsatte i forhold til overgrepene som har skjedd er uskyldig, og trenger derfor ikke i denne

rituelle sammenhengen å bekjenne synd eller skyld og/eller be om tilgivelse.

Vi ønsker eksplisitt å utfordre lokalmenigheten til å synliggjøre for sin del hvordan en kan være enda mer direkte berørt av en menneskelig empiri som isolert sett trenger et



– i det hellige rommet kunne være trygg og gis mulighet til å ta tilbake egen makt og verdighet

fokus. Samtidig er det vår erfaring at det spesifikke knyttet til overgrep har en overføringsverdi til andre sider av livet og til menneskelige relasjoner i sin alminnelighet.

Hvordan liturgiene har blitt til

Liturgiene er utviklet i kreativt samarbeid mellom Ressurssenterets brukere og ansatte. Gjennom samtaler og refleksjon rundt egen erfaring av tidligere liturgiske opplevelser og hva det innebærer å ha opplevd overgrep og krenkelser, arbeides liturgien frem og prøves ut innholds- og formmessig. I denne prosessen skjer det også en form for myndiggjøring. Det er vår erfaring at den enkelte på en ny og annerledes måte får en opplevelse av at hennes erfaring er viktig og at det er plass for den i den rituelle praksis.

Som en introduksjon til et oppsett på to av Ressurssenterets liturgiske konsepter, vil vi skissere noe av det prinsipielle og ideologiske innholdet i liturgiene:

Å sette ord på

Et gjennomgående trekk er det helt nødvendige i å sette ord på det som har skjedd, å snakke om det vonde i en liturgisk form og å kunne gi uttrykk for følelsene. Dette handler om synliggjøring av livet. Ordene som brukes skaper ofte gjenkjennelse og bekrefter for den utsatte at hun ikke er den

eneste som har opplevd overgrep og krenkelser på en slik måte, snarere kan hun oppleve at hun har det slik som mange andre som har tilsvarende erfaringer.

I bønnesvaret som synges etter lystenningen, sier vi: “Gud, hør våre ord, se våre liv, vend deg til oss” og i det gjentagende leddet sier vi: “Gud se våre liv, vend deg til oss”. I det ligger en nødvendig vektning av å bli sett. For mange har det nettopp vært en erfaring at det ikke har vært mulig med innsyn i det som har skjedd. I det perspektivet representerer det noe nytt å kunne be Gud om å se menneskers liv.

Posisjonering og deltagelse i det liturgiske rommet

Det som skjer i det rituelle rommet har en overordnet målsetting: Å bidra til frigjøring for den enkelte. Mange opplever seg i utgangspunktet underlegne. Tidligere erfaring av liturgens og prestens ensidige kommunikasjon forsterker gjerne følelsen av underlegenhet. I den sammenhengen blir hvordan en posisjonerer seg i det liturgiske rommet viktig. Dette handler for eksempel om hvordan alterringen blir brukt. For en som har vært utsatt for overgrep kan det å knele ned ved alterringen minne en om en situasjon hvor en ble ydmyket og var i en ufri situasjon.

På denne bakgrunn har vi valgt å ikke bruke alterringen slik den tradisjonelt blir brukt. Rommet organiseres rundt et sted på gulvet hvor de ulike liturgiske effektene og symboler/

uttrykk som markerer kirkeåret samlet sett utgjør et hellig sted. Det er viktig at dette stedet er tilgjengelig for alle på en slik måte at det f.eks. er mulig å se det, bevege seg og betjene stedet i forhold til de forskjellige handlingene og aktivitetene.

Når vi med utgangspunkt i det stedet som er gjort i stand, inviterer til deltagelse, – gis den enkelte en anledning til å gjøre noe for sin egen del og i fellesskapet, og på en slik måte oppleve at det er mulig å ta tilbake egen makt og verdighet.

Vår erfaring er at når ansvar og makt fordeles og plasseres i fellesskapet, blir den enkelte aktiv deltagende og opplever en egen myndighet som for manges del er ny.

Symbolhandlinger

Symbolhandlinger har fått en sentral plass i vår liturgiske praksis. Symbolhandlinger er en hjelp til å oppleve ikke bare gjennom hodet, men med hele kroppen. Ved å bruke symboler og skape ritualer knyttet til symbolene mener vi at vi i enda større grad legger til rette for at hele mennesket kan være tilstede.

Den enkelte symbolhandling har et tydelig formål. Vi formidler hvorfor vi gjør det vi gjør, og hvilken hensikt ritualet har.

Medvirkning fra den enkelte i symbol- og verdighetshandlingen er også sentral. Det handler ikke om kun å være mottaker av noe godt, men også om å bidra aktivt til at både en selv og andre får del i noe som er godt.

Lystenning – en måte å dele det synlige og det usynlige mennesket bærer med seg

Å tenne lys slik vi praktiserer det på Ressurssenteret er en anledning til å synliggjøre erfaringene. Her vil vi spesielt presentere ideen om å dekorere eller merke lysene på sin egen måte. Helt konkret bruker vi strimler med stearin i forskjellige farger. En velger selv den eller de fargene som en synes stemmer med det en bærer med seg og som en vil synliggjøre overfor seg selv, for Gud og for de andre i rommet.

Det kan oppleves sterkt å knytte sine følelser og tanker til noen farger og vise det frem. De tente lysene, merket på ulikt vis, blir stående side om side i et fellesskap, samtidig som hvert enkelt lys også markerer den enkeltes plass i fellesskapet.

Perleutdeling – en måte å bli minnet om egen verdighet

Innenfor sjangeren symbolhandling har vi innført begrepet *verdighetshandling*. Når et menneske som et eksempel har vært utsatt for overgrep forstyrres tilgangen til ens egen verdighet, og en blir forhindret i å kjenne sin egen verdighet.

I ett perspektiv kan verdigheten ikke tas fra et menneske, men opplevelsen av at verdigheten ikke er der møter vi ofte. Samtidig er det også vår erfaring at uansett hvor skadet og rammet et menneske er, så finnes det et sted, om enn et bitte lite sted, om enn ikke større enn et sandkorn, der noe er intakt. I dette perspektiv gir det mening å bruke perlen som verdighetssymbol. Perlen er historien om forvandling. Muslingens reaksjon på rusk og fremmedlegemer er å kapsle det inn i perlemor. Perlen vokser rundt det som smerter, som en beskyttelse og hjelp til å kunne gå videre selv når noe vondt har rammet.

Verdighetshandling med perle har til hensikt å bidra til at den enkelte kan ta tilbake den verdigheten som en opplever er tatt fra en. At verdighetshandlingen finner sted i et fellesskap er også viktig. Når det skjer kan den enkelte oppleve verdighet i relasjon både til andre mennesker og til Gud. Vi forstår verdigheten som en helt grunnleggende kilde til godt liv.

Nattverd – måltidet som gir mot og krefter

På samme tid som vi har erfaring med at nattverden slik den vanligvis praktiseres er vanskelig, har vi holdt fast ved et ønske om å finne en måte å få nattverd til på. I møte med den gammeltestamentlige fortelling om Elia i ødemarken som fikk brød og vann som styrke på veien, har vi funnet et

innsteg og en legitimitet med hensyn til å fokusere på måltidet som noe mennesket trenger for å komme videre. Med en understreking av at måltidet skal ha en styrkende funksjon, har vi knyttet videre an til Jesu anliggender i det måltidet han introduserte for disiplene kvelden før han ble forrådt og døde. For Jesus var det på en særskilt måte påminnelse om hva hans liv og død skulle bety for mennesket og fellesskapet mellom menneskene som var viktig.

Å spise Jesu kropp og drikke hans blod er en uforståelig kroppslig handling. Kanskje kan det kjønes ekkelt. Og for mange er det å ta til seg næring, å spise og drikke, et vanskelig felt i seg selv. Mat og drikke, kalorier og kropp er en komplisert del av livet for mange overgrepsutsatte. Ressurs-senteret praktiserer nattverden sittende. Det sendes rundt et hjemmebakket brød, der hver enkelt kan ta så mye hun eller han ønsker. Den enkelte sender så brødet videre til sidekvinnen når hun selv har forsynt seg, og sier: "Velsignet være dette brødet som gir mot og krefter".

Noen greier bare å ta en liten smule. Etter hvert blir det kanskje mulig å forsyne seg med en større bit. Vi tror at dette handler om en prosess der den enkelte etter hvert våger å forsyne seg mer og mer av livet. Presten skjenker vinen. Dermed får de tilstedeværende oppleve både å forsyne seg selv, å forsyne andre, og å selv bli betjent.

perspektiver

Ressurssenterets liturgiske praksis

“Alt som skjer, berører Gud” – Ressurssenterets liturgiske praksis i lys av teologiske kjønns- og maktperspektiver

Prest Merete Thomassen

Fra Ressurssenterets tilblivelse i 1996 har det vært lagt betydelig vekt på å utvikle gudstjenesteformer og liturgiske uttrykk som er relevante for overgrepssproblematikken. For overgrepssutsatte reiser det seg nemlig flere problemer i møte med de tradisjonelle gudstjenestene som feires i Den norske kirke. Disse problemene er ikke de samme for alle, men vi finner noen fellestrekk som har vært nødvendig å gripe spesielt fatt i.

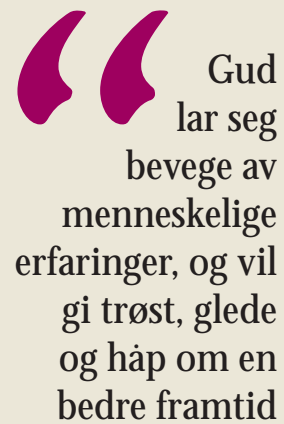
Ressurssenterets brukeres erfaringer er spesielle. Men de er også generelle. Overgrepssutsatte kan ha spesielle erfaringer som trenger å møtes på en spesiell måte i gudstjenestesammenheng. Samtidig viser det seg at disse problemene har påfallende mye felles med problemer som er generelle for mange mennesker som har et forhold til gudstjenester og kristne uttrykksformer. Dette dreier seg om hvilke menneskelige erfaringer det er rom for å snakke om i gudstjenesten, hvilket språk som brukes om Gud, hvilke bilder eller metaforer Gud uttrykkes ved hjelp av, hva som sies om skyld og skam, og hvordan vi er i gudstjenesterommet med kroppene våre.

Menneskelige erfaringer

Alt som skjer, berører Gud heter det i en av Ressurssenterets liturgier. På verdensbasis har det lenge foregått et arbeid med gudstjenesteutvikling som vil fokusere på at menneskelige erfaringer må inkluderes i gudstjenestelivet.

Dette kalles gjerne *Den liturgiske bevegelse*. Et av de viktigste poengene her er at det liturgiske liv må alltid være i tett dialog med menneskers liv. Gudstjenesten må snakke sant og gjenkjennelig om våre erfaringer og om Gud. Hvis det kristne språket skal formidle noe frigjørende til mennesker, må menneskers erfaringer tas på alvor i det kristne språket. Hvis ikke, vil gudstjenesten oppleves irrelevant. Og dessverre er det nettopp dette som er den triste sannhet: Mange mennesker føler at gudstjenesten er irrelevant, uavhengig av om man har opplevd seksuelle overgrep eller ikke. Lengselen etter en gudstjeneste som formidler gjenkjennelighet, har derfor ført til en økt innsats for at gudstjenesten kan oppleves relevant.

Ressurssenterets liturgier avspeiler den tendensen som vi finner i den liturgiske bevegelse: Alt som skjer, berører Gud. Gud er ikke en statisk skikkelse som sitter uberørt i himmelen og ser på menneskene. Gud er midt iblant oss, deltar i våre liv og blir berørt av alt som skjer. Gud er dynamisk til stede i verden, lytter, ser, engasjerer seg og kjemper en ustoppelig kamp for det gode. Derfor må gudstjenestene formidle at våre erfaringer gjør inntrykk på Gud. Gud lar seg bevege av menneskelige erfaringer, og vil gi trøst, glede og håp om en bedre framtid.



“ Gud
lar seg
bevege av
menneskelige
erfaringer, og vil
gi trøst, glede
og håp om en
bedre framtid

Gudsbilder

Vi tror på en Gud som er annerledes, heter det i en av Ressurssenterets liturgier. Gud er annerledes enn alt vi kjenner til, men ligner også på alt det beste vi kjenner til, og er samtidig mye, mye mer enn alt dette.

Det er et problem at det tradisjonelle språket om Gud ikke får fram at Gud er annerledes enn alt vi kjenner. I en vanlig høymesse i Den norske kirke ber vi til Gud som far og fader, som konge, som herre og hersker. Ikke det at vi tror at Gud er som vår egen far eller kong Harald, men metaforene som brukes er de samme hele tiden, og blir så konkrete at vi tar dem nesten bokstavelig. Og vi omtaler alltid Gud som Han. Det skapes altså et utvetydig bilde av Gud som mann. Hvis overgriperen er far kan det være umulig å forholde seg til et gudstjenestespråk der vi tilber Gud Fader. Farsmetaforen er den mest dominerende i gudstjenestespråket, og er umulig å komme utenom i en høymesse. Uansett hvor fullkomment god denne guddommelige faren sies å være, kan koblingene til ens egen far gjøre at denne metaforen bare skaper vonde følelser.

Også når overgriperen har vært en annen mann enn far, kan den overgrepsutsatte få en følelse av at Gud er en mann som alle andre menn, og dermed ikke til å stole på. Koblingen mellom Gud og overgriperen kan vanskeliggjøre, og i verste fall umuliggjøre, et Guds-forhold. Når denne gude-mannen i tillegg er en som er overalt, og som ser alt og vet alt, kan dette minne om den invaderingen av grenser som skjer gjennom et overgrep. Et av mange symboler for Gud er Øyet – et øye innrammet av en trekant, som ser, vet og overvåker. For noen kan dette symbolet oppfattes som et gjennom-borende blikk som avslører deg der du aller minst venter det. Gud kan oppleves som en det ikke er mulig å beskytte seg mot – i likhet med overgriperen. Det samme gjelder bruken av andre kroppsdeler i gudstjenestespråket. Guds ansikt eller åsyn kan kobles til det ansiktet som presset seg innenfor grenser det ikke skulle vært med sitt blikk og sin munn. Guds hender og Guds favn kan skape assosiasjoner til hender som har berørt en på steder man ikke skulle blitt berørt på, og på kroppskontakt som aldri skulle ha funnet sted.

Løses problemet ved å kalle Gud for mor? I noen tilfeller ja, i andre tilfeller nei. Mødre kan også begå overgrep. Og mødre kan svikte sine barn ved å lukke øynene for det som skjer hvis far eller andre begår overgrepet. Men uansett vil et kjønnsvarierte språk om Gud åpne for det faktum at Gud ikke

er som alle andre; Gud er verken far, mor, mann eller kvinne, – men noe som er større og annerledes enn alt vi kjenner fra vår menneskelige eksistens, og alltid på parti med den som undertrykkes og utsettes for overgrep. Når vi snakker om Gud i hunkjønnsformer, styrker vi kvinners opplevelse av å være skapt i Guds bilde. Gud er allikevel ikke et menneske. Gud ligner på det beste i mennesket. Men Gud er mer enn et menneske. Og for alle som har dårlige erfaringer med andre mennesker, er dette avgjørende viktig å få formidlet. Assosiasjonene til mennesker kan være at de svikter, skader og truer. Derfor er det for noen umulig å i det hele tatt bruke menneskelige metaforer for Gud.

Da er det viktig å vite at bibelen inneholder en mengde metaforer som beskriver Gud på utallige måter: Gud er en kilde som gir livgivende vann, et berg og en klippe som alltid står fast, et tre som skjærmer og gir ly, et skjold og et vern mot alt som truer, en ørn som bærer mennesket under skyene, en bjørnemor som kjemper for ungene sine, en fuglemor som gjemmer ungene under sine vinger, en kvinne som leter etter den ene mynten hun har mistet og som inviterer nabokonene til jentefest når hun har funnet den – og mye, mye mer. Vi oppfordrer landets menigheter til å gå på skattejakt i bibelen etter andre gudsbilder enn de tradisjonelle maskuline!

Synd og skam

I Ressurssenterets gudstjenester er syndsbejennelsen erstattet av en trostekst. Her sies det at "Vi tror på en Gud som tåler å se, tåler å vite". Denne teksten handler mer om skam enn om synd. Skam og synd er begreper som ofte forveksles følelsmessig., og dette vil Ressurssenteret følge opp i sine liturgier.

I en tradisjonell høymesse er ordet synd brukt mange ganger. Allerede i gudstjenestens innledning kommer syndsbejennelsen. Her skal hver enkelt gudstjenestedeltager si med sin egen munn: *Hellige Gud, himmelske far. Se i nåde til meg arme, syndige menneske som har krenket deg med tanker, ord og gjerninger og kjenner lysten til det onde i mitt hjerte.* Mange mennesker har uttrykt at de har store problemer med denne syndsbejennelsen. Følelsen av uverdighet og utilstrekkelighet blir sterk, og synden fremstilles her som noe som bare hvert individ er ansvarlig for, og ikke som det kollektive ansvar vi alle har for alt som ødelegger livet og verden. Hvert enkelt menneske får en stor bær å bære, og syndsbejennelsen gir rikelig næring til å granske seg selv og lete frem alt som kan skape selvforakt.

For overgrepsutsatte kan dette være et særlig umulig punkt. Skamfølelsen og selvforakten, som er så påtrengende for mange, kan her anta enorme dimensjoner fordi kirken fremstiller synden som den enkeltes skam. Å krenke Gud og

å kjenne lysten til det onde i sitt hjerte, slik syndsbejennelsen formulerer det, kan raskt bli koblet til overgrepet og krenkelsen, men på en måte som gjør at den overgrepsutsatte påtar seg skylden i stedet for å legge den der den hører hjemme, nemlig på overgriperen. Ikke bare i syndsbejennelsen, men i andre gudstjenesteledd som for eksempel preken, forbønn og nattverdiliturgi, kan måten det snakkes om synd på fort føre til at synd forveksles med skam, og dermed noe som rammer den overgrepsutsatte på en spesiell måte. Og kirkens tradisjon for å knytte seksualitet og synd sammen, gjør at alt som handler om kropp og sex oppfattes som spesielt syndig. For en overgrepsutsatt er seksualiteten som oftest skadet, og da vil språket om synd bli et minefelt der faktorene blandes og smerten blir enda større.

Vi mener ikke at det ikke skal snakkes om synd, men at det må snakkes om på en måte som gir mening og som kan føre til at livet blir bedre for mennesker. Synd er noe langt mer og alvorlig enn enkeltmenneskets utilstrekkelighet. Synd er destruksjon. Vi bærer alle et ansvar for å verne om livet og skaperverket, og vi svikter alle dette ansvaret. Men vi bærer ikke ansvaret alene: Vi bærer det sammen med hverandre og med Gud. Når noe går i stykker, har vi iblant et ansvar selv, og iblant ikke. Når et overgrep skjer, går noe viktig i stykker, men den overgrepsutsatte har ikke ansvaret for det. Og når noe går i stykker, enten i den enkeltes liv eller i verden for

øvrig, kan det være godt å legge fortvilelsen og sorgen frem for Gud og be om at Gud ser alt det vonde og står sammen med oss i kampen for å rette det opp igjen, enten vi har ansvar eller ikke. Desto viktigere blir det å formidle at Gud står sammen med alle mennesker i kampen for det gode. Selv om ondskaper i verden kan virke stor og overveldende, er det allikevel mange som ønsker å kjempe mot det som virkelig er synd, nemlig alt som ødelegger mennesker, livet og skaperverket. De gode kreftene er mange og sterke. Gud er på det godes parti, ja, Gud er selve godheten, og all vilje til godhet er en del av Guds egen vilje.

Det er derfor nødvendig å arbeide spesielt mye med syndsbejennelsen og måten det generelt snakkes om synd på. For eksempel kan syndsbejennelsen fremføres som en klage der det settes ord på det som har gått i stykker i livet og skaperverket. Syndsbejennelsen kan også kuttet ut. Den ble ikke en del av Den norske kirkes gudstjenesteordning før på slutten av 1800-tallet, og har altså ingen lang tradisjon i kirkens historie. Derimot har kyrie-ropet vært en del av den kristne gudstjeneste fra 300-tallet. Kyrie eleison – Herre, forbarm deg over meg! er hentet fra fortellingen om den blinde mannen i veikanten som roper ut sin fortvilelse til Jesus. Kyrie-ropet er en klage-bønn, og kan gjerne stå for seg selv i

en gudstjenstlig sammenheng. Det kan utdypes med bønneledd som man formulerer selv, og det kan også knyttes sammen med forbønnen.

Rommet og kroppen

Mange vil benekte at kroppen er et særlig framtrædende trekk i en alminnelig gudstjeneste i Den norske kirke. Gudstjenesten kan oppleves kroppsfjern og lite sanselig. Allikevel inneholder en gudstjeneste en hel rekke kroppslige uttrykk. Vi sitter, vi står, vi går opp til alteret og tilbake for å motta nattverd og gi vårt offer, og vi bruker stemmen når vi synger og ber høyt. Dessuten kneler vi. Og ikke minst er vi til stede i en gudstjeneste som kropp i et rom, enten det er stort eller lite, enten det er en ærverdig katedral eller et vanlig rom som er innredet for anledningen.

– og vite at her kan vi være akkurat som den vi er, verken verre eller bedre

“Det er gjort i stand et rom for oss” innledes Ressurssenterets liturgier med. Det er viktig for gudstjenestedeltagerne å vite at vi er i et rom der vi kan føle oss trygge. Store rom kan være overveldende og skremmende, og små rom kan være klaustrofobiske. Men uansett hvordan rommet er, er det et rom som skal ta i mot den som kommer. I dette rommet kan vi ta med oss alle våre erfaringer på godt og vondt, ta med våre sorger, vår glede og

vårt sinne, og vite at her kan vi være akkurat som den vi er, verken verre eller bedre.

De kroppslige uttrykkene i gudstjenesten kan også være skremmende. Å høre sin egen stemme som ber og synger i felleskap med andre, krever mot. Å bruke stemmen er å bli synlig og hørbar. For noen kan det kjønes mest komfortabelt å være taus og usynlig. Det er viktig at gudstjenesten gir rom for de som ønsker å sitte på bakerste benk uten å høres eller sees. Kneling ved nattverdbordet kan oppleves som et uttrykk for underkastelse og ydmykhet. Når menigheten kneler rundt alterringen og presten og medhjelperen går rundt med brød og vin, kan dette føles invaderende rent kroppslig. Å knele ned og å se rett inn i fanget på et annet menneske som går rundt inne i alterringen, kan av mange oppleves som krenkende. Derfor

kan det være enklere å motta nattverdverden stående. Mange menigheter praktiserer dette etter hvert. Det går også an at både prest og gudstjenestedeltakere sitter i en ring. Det viktigste er at alle befinner seg på samme fysiske nivå.

Guds kropp og menneskers kropp

Gud har en kropp som heter Jesus. For Ressurssenteret er det viktig å formidle at all krenkelse av et menneskes kropp er en krenkelse av Guds kropp. Gud blir krenket, Gud blir berørt og Gud blir rasende. Gud identifiserer seg med den overgrepsutsatte. Og Gud kjemper med nebb og klør for at ingen skal skade hennes skapninger. Derfor må menneskelige erfaringer bringes inn i det liturgiske liv. Alt som skjer, berører Gud.

handlinger

Presentasjon av tre liturgiske handlinger

1. Enkel gudstjeneste med lystenning og måltid

Inngangordsord til lystenning

Liturg: I Gud vår skapers hellige navn. Amen.

Det er gjort i stand et rom for oss, våre liv, vår lengsel og vår tro. Og her er et sted for å tenne lys. Vi kan merke lysene på vår egen måte, med farger vi selv velger. Slik kan vi synliggjøre for oss selv, for hverandre og for Gud, noe av det vi bringer med oss inn i rommet. La oss forme våre lys og tenne dem.

Musikk under lystenning

Lystenningsbønn

Liturg: Når vi kommer Gud, ta i mot våre liv.

Se det synlige og det usynlige vi bærer frem.

Ta imot våre lys og våre bønner.

Alle: Gud hør våre ord



Trostekst

Liturg: Våre liv tilhører Guds historie. Alt som skjer, berører Gud. La oss dele vår tro.

Alle: Jeg tror på en Gud som kommer til menneskene.

Jeg tror på en Gud som tåler å se, tåler å vite.

Jeg tror på Jesus som deler våre kår.

Jeg tror på Jesus som styrker det gode i livet.

Jeg tror på Den Hellige Ånd som beskytter håpet i oss.
Jeg tror på Den Hellige Ånd som gir frihet til handling og hvile.

Vi tror på en kirke som trenger å høre vår stemme.
Vi tror på en kirke som kjemper mot urett.

Liturg: Gud skaper nye muligheter for respektfull omsorg og kjærlighet

Takksigelsesord

Alle:

Det-te er vårt håp, vi tror på deg. Dette er vårt håp, vi
tror på deg. Det-te er vårt håp, vi tror på deg.
Det-te er vårt håp, vi tror på deg.

Bibeltekst med en kort refleksjon

Måltid – Velsignet brød og vin

Liturg: Lytt til hva 1. Kongebok skriver om Elia i ødemarken:

Og selv gikk Elia en dagsreise ut i ødemarken. Der satte han seg under en gyvelbusk og ønsket at han måtte få dø. “Nå er det nok,” sa han, “ta mitt liv.” Elia la seg til å sove under den skyggeløse busken. Da rørte en engel ved ham og sa: «Stå opp og spis!» Og han så seg om, fikk øye på et lite nybakt brød og en krukke med vann like ved hodet sitt. Han spiste og drakk og la seg igjen. Men Herrens engel kom en gang til, rørte ved ham og sa: «Stå opp og spis! Ellers blir veien for lang for deg.» Da stod han opp og spiste og drakk. Og styrket av maten gikk han kom til Guds fjell.

Liturg: Vår Herre Jesus Kristus, i den natt da han ble forrådt, tok han et brød, takket, brøt det, ga disiplene og sa: “Ta dette og et det. Dette er mitt legeme som gis for dere. Gjør dette til minne om meg.” Likeså tok han kalken etter måltidet, takket ga dem og sa: “Drikk alle av den. Denne kalk er den nye pakt i mitt blod som utøses for dere til syndenes forlatelse. Gjør dette så ofte som dere drikker det, til minne om meg.”

Fader vår (synges)

Fadervår, du som er i himmelen. La ditt navn holdes hellig. La ditt rike komme. La din vilje skje på jorden som i himmelen. Gi oss i dag vårt daglige brød. Forlat oss vår skyld som vi og forlater våre skyldnere. Led oss ikke inn i fristelse men frels oss fra det onde For riket er ditt og makten og æren i evighet. Amen.

Ihukommelsesbønn:

Gud, vi minnes Jesu ord om godt liv, tilgivelse og fellesskap når vi deler det velsignede brødet og den velsignede vinen. Vi deler våre egne liv med deg og med hverandre når vi spiser av samme brød og drikker av samme vin, i tro på at du gir oss håp og framtid.

Salme

Når vi deler det brød som du oss gir (NOS 642)

Liturg: Her er brød. Som Elia fikk å spise, kan vi også få.
Velsignet være dette brødet, Guds gode gave til oss.
Her er vin. Som Elia fikk å drikke, kan vi også få.
Velsignet være denne vinen, Guds gode gave til oss.
Ta imot velsignet brød og vin som styrke på veien.
Velsignet brød og vin som gir mot og krefter.

Utdelingsord

Velsignet være brødet som gir mot og krefter.
Velsignet være vinen som gir mot og krefter

Musikk under måltidet

Takkebønn

Gud, du som vil det gode for alle mennesker, Sett oss fri fra det som hindrer oss i å leve og å tro. Takk for dine velsignede gaver som minner oss om din godhet og vår frigjøring

Salme (Din tanke er fri)

Velsignelse

La oss be om velsignelse.

Den Gud som favner oss med sin ærbødige kjærlighet og omsorg. Den Gud som i det velsignede brødet og vinen gir oss frigjøring, håp og tilgivelse. Den Gud velsigne oss nå og til evig tid. Amen.

Salme Bred dine vida vinger (NOS 816)

2. Liturgisk bønn med symbolhandling, perle – verdighetshandling**Inngangsort**

L: I Gud, skaperens,
Jesus, frigjørersens,
og Ånden, livgiverens hellige navn.
Det er gjort i stand et rom for oss; for våre liv,
vår lengsel og vår tro.
A: Amen

L: Vi er kalt til et liv i verdighet, der vi ser oss selv og hverandre som dyrebare perler, med Guds merke på vår panne og vårt bryst. Men ofte er det slik at noe gjør oss ufri og hindrer oss i å kjenne vår egen verdighet.

Tekstlesning

Hør fra profeten Jesaja, hva Gud sier til mennesket;
"Du er dyrebar i mine øyne, aktet høyt og elsket av meg.
Jeg har skapt deg og gitt deg et hedersnavn|
I ditt mørke gir jeg deg skatter.

Tekstmeditasjon

Salme (NOS 479)

(Deg å få skode er sæla og nå)

Ord til handlingen:

Gud er det merke som viser vårt verd.
Her er det mange forskjellige perler.
Perlen er historien om forvandling.
Den symboliserer verdigheten som det enkelte menneske eier.
Hver perle skapes i mørket, i sitt lukkede skjell blir den til.
Når lyset skinner på perlen, speiler den Gud og minner oss om vår verdighet.
Ta i mot en perle, som et minne om din verdighet

Musikk under utdeling

Takkebønn

Liturg: La oss takke og be:

Alle: Gud du som vil det gode for alle mennesker. Frigjør oss fra det som hindrer oss i livet og i troen. Takk for dine velsignede gaver som minner oss om din godhet og vår verdighet

Velsignelse

L: Ta i mot velsignelsen.

Den Gud som favner deg med sin ærbødige kjærlighet og omsorg, den Gud som forvandler og som i perlen minner deg om din verdighet, den Gud velsigne deg nå og til evig tid. Amen.

Utsendelse

L: Gå med kraft og mot, håp og verdighet!

3. Symbol – verdighetshandling i en kyrie-gloria kontekst i høymessen

(Perle i fløyelskjede kan bestilles ved henvendelse til Kirkens Ressurssenter)

Bibeltekst

Lesning (fremføres av en annen enn liturgen, gjerne den som skal lese dagens tekster)

De dro ut av Jeriko, og mye folk fulgte ham. Ved veien satt to blinde, og da de fikk høre at Jesus gikk forbi, ropte de: "Herre, du Davids sønn, miskunn deg over oss!" Da stanset Jesus, bad dem komme og spurte dem: "Hva vil dere jeg skal gjøre for dere?" De svarte: "Herre, at vi må bli seende!" (Matteus 20:29-33)

Kyrie (synges)

M: Kyrie eleison
Kriste eleison
Kyrie eleison:

Under Kyrie bæres perlen fram til døpefonten. Perlen ligger i et klede. Bæreren holder perlen slik at den er synlig for menigheten og blir stående under den følgende bønne og gloria.

L: Hva vil dere jeg skal gjøre for dere?

Bønn

M: Gud, du verdens perlemor
At du forvandler vondt til vakre perler
Kristus, du verdens lys
At vi må bli seende

At du åpner våre skjell
At du ser våre perler,
At vi ser oss selv,
At vi ser deg i hverandre

Bibeltekst

L: Hør fra profeten Jesaja:

I ditt mørke gir jeg deg skatter. På hemmelige steder skal du finne rikdom. For jeg er din Gud som har kalt deg ved navn. Jeg har kalt deg og gitt deg et heders navn. (Jesaja 45,3-4)

Gloria (synges)

M: Ære være Gud i det høyeste og fred på jorden blant mennesker som har Guds velbehag.

*Den som bærer perlen løfter den opp fra kledet, holder den høyt opp med begge hender og sier:
Vår smerte, Kristi smerte*

*Bæreren legger perlen i døpefontens vann og sier:
Vår død, Kristi død*

*Bæreren løfter perlen høyt opp og sier:
Vår oppstandelse, Kristi oppstandelse*

*Perlen legges på klede og bæres til alteret under meditasjons-
musikk. Den rekkes til liturgen.*

Velsignelse

L: Ta imot velsignelsen.

Alle reiser seg. Liturgen løfter perlen og holder den hevet under velsignelsen

L: Gud, du som forvandler og åpner våre lukkede skjell. Du som hver dag fornyer i oss den verdigheten du skapte oss med. Vi ber deg velsigne oss alle nå og til evig tid.

Liturgen gjør korstegnet med samme hånd som hun/han holder perlen i.

M: Amen

Lovsang (Salme)

litteratur

Et lite utvalg anbefalt litteratur

- Andersen, Torbjørn Herlof (2001): *Tause menn. Seksuelle overgrep mot gutter i kristne miljøer*. Oslo: Verbum.
- Anstorp, Trine, Beate Indrebø Hovland og Elisabeth Torp (2003): *Fra skam til verdighet. Teologisk og psykologisk arbeid med vold og seksuelle overgrep*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Borchgrevink, Tone S. og Helen Johnsen Christie (red.): *Incest. Psykologisk forståelse og behandling*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ericson, Benedikte (2003): *Tilgivelsens prosess og nådens paradoks – Kan kirken tale meningsfylt om incestutsattes tilgivelse av overgriper?* Skriftserien Koinonia nr.4/2003. Institutt for Sjelesorg - Modum Bad.
- Eriksson, Anne-Louise (1995): *The Meaning of Gender in Theology. Problems and Possibilities*. Uppsala Universitet.
- Førsvoll, Reimunn (2003): *Fra synd, fra sorg, fra fare*. Oslo: Verbum.
- Kaul, Dagny, Anne Hilde Laland og Solveig Østrem (red.) (1999): *Feministteologi på norsk*. Oslo: Cappelen.
- Kleiven, Tormod (2004): *Når den utsatte blir usynlig*. Oslo: Luther Forlag.
- Køhn, Rosemarie og Susanne Sønderbo (2003): *Gode Gud? Gudsforgiftning og Gudsbilder*. Pax Forlag.
- Leer-Salvesen, Paul (1998): *“Tilgivelse”*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Leer-Salvesen, Paul (2002): *“Min skyld”. En bok om skyld, skyldfølelse og tilgivelse*. Oslo: Verbum.
- Lyager, Jette og Lone Lyager (2005): *At bestige bjerge. Gruppeterapi for seksuelt misbrugte mænd*. København: VFCSocialt Udsatte.

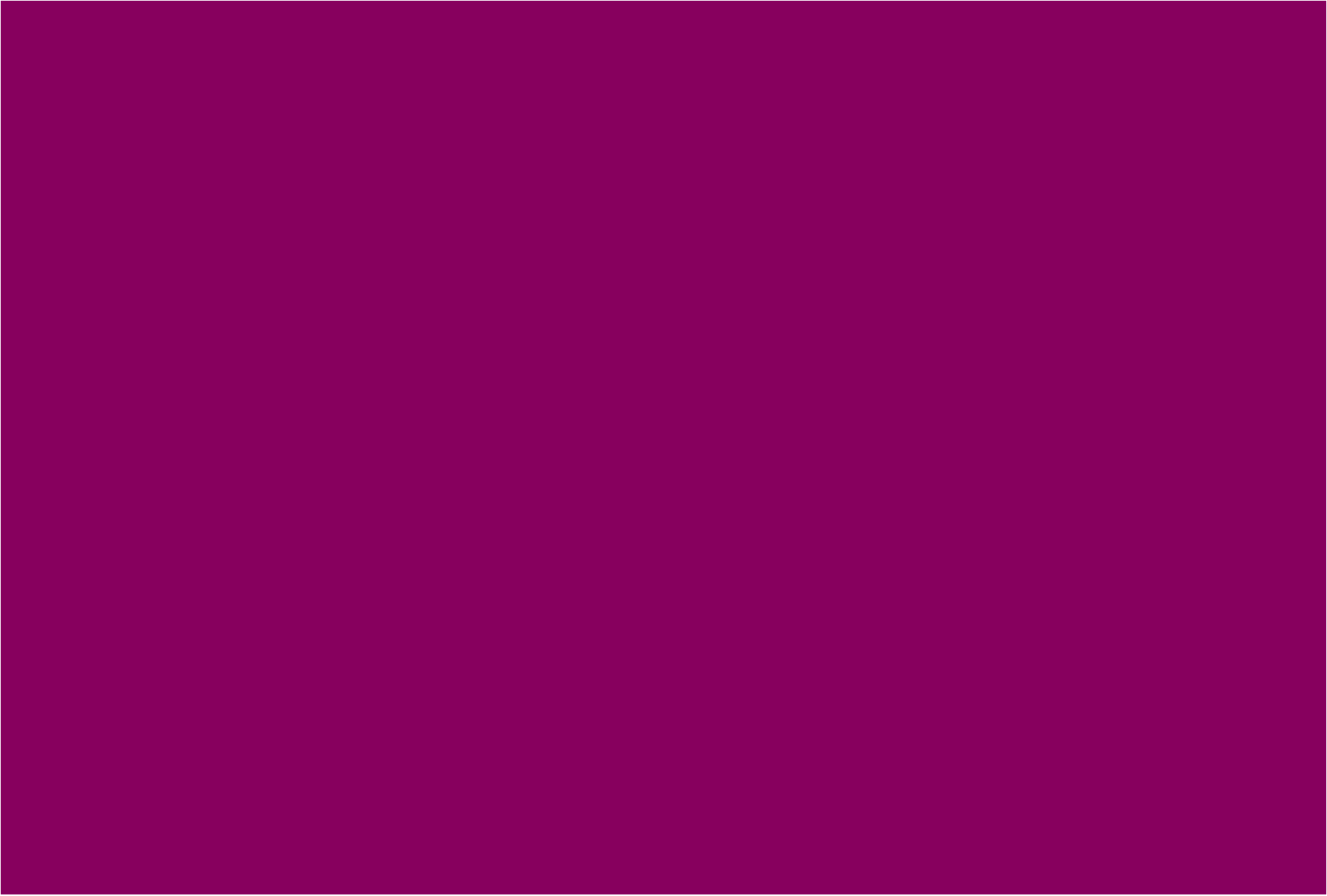
- Okkenhaug, Berit (2002): *Når jeg ser ditt ansikt: Innføring i kristen sjelesorg*. Oslo: Verbum.
- Patton, John (1985): *Is Human Forgiveness Possible? A Pastoral Care Perspective*. Nashville: Abingdon Press.
- Procter-Smith, Marjorie (1990): *In Her Own Rite. Constructing Feminist Liturgical Tradition*. Nashville: Abingdon Press.
- Rong, Marit (2004): *Tåle i bilder. En analyse av språket i gudstjenesten*. Oslo: Verbum.
- Thomassen, Merete (2005): *Inkluderende språk som kritisk og konstruktivt prosjekt*. St.Sunniva 3-4 (<http://www.nktf.org>).
- Vetlesen, A.J. (2001): "Det er ofrene som skammer seg. Et essay om ondskap og skam". I: T. Wyller (red.): "*Skam. Perspektiver på skam, ære og skamløshet i det moderne*". Bergen: Fagbokforlaget.
- Aasland, Margrete Wiede (2004) "... si det til noen...". *En bok om seksuelle overgrep mot barn og unge*. Oslo: HøyskoleForlaget.

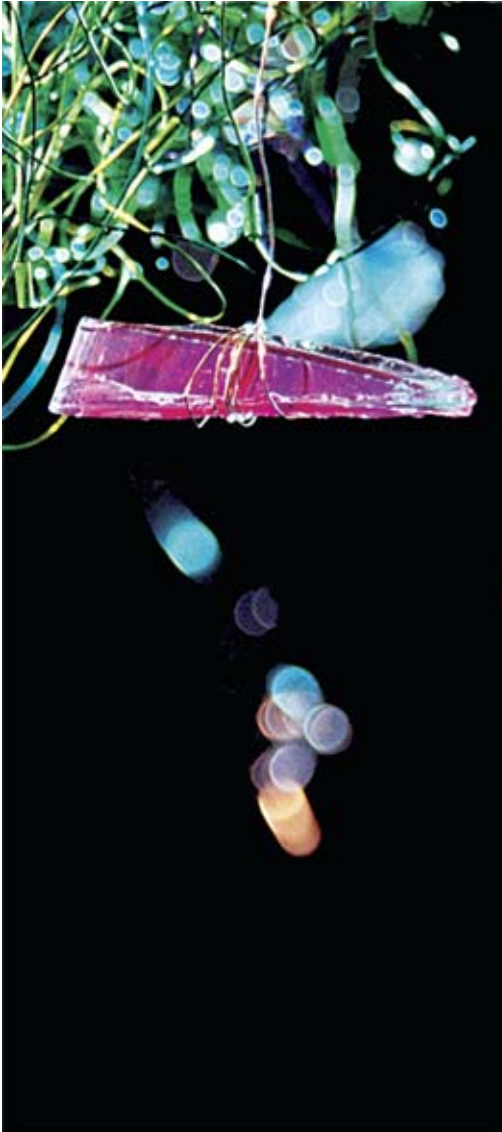
Informasjonsmateriale utgitt av Svenska kyrkan, henvendelse ingerlise.olsen@svenskakyrkan.se eller info@svenskakyrkan.se
"Upprättelsens rum. Om själavård för utnyttjade". Svenska kyrkan, Uppsala 2004.
"Mitt ibland oss. Förebygga och handtera sexuella övergrepp mot barn". Svenska kyrkan, Uppsala 2004.

Notater

Notater

Notater





Et ressurshefte fra
Stiftelsen Kirkens Ressurscenter mot vold og seksuelle overgrep

Med bidrag av Trine Anstorp, Randi Dyrerud, Benedikte Ericson,
Jan Bjarne Sødal, Merete Thomassen og Elisabeth Torp.
Forord ved biskop Olav Skjevesland

Ressurscenteret er et samarbeid mellom Kirkerådet for Den norske kirke,
Stiftelsen Diakonissehuset Lovisenberg og Norges KFUK/KFUM.

Ressurscenteret gir tilbud for kvinner (sjelesorg, terapi og fellesskap)
og menn (ADAM – et møte- og samtalested).

Faglig har senteret som målsetning å videreutvikle teologisk og psykologisk
kompetanse, slik at kirken på best mulig måte kan møte, se, støtte og hjelpe
mennesker som er rammet av overgrep.

Hva kan kirken gjøre?
Nye perspektiver på overgrepssproblematikken