



Samtaler som setter spor

Jenny Bergh

Å FASILITERE DET GUD GJØR I ET MENNESKES LIV VED Å BRUKE COACHING SOM REDSKAP

A lede andre og en selv til åndelig modenhet har lenge interessert meg. I denne teksten ønsker jeg å dele mine refleksjoner rundt denne prosessen i et menneskes liv koblet til rollen som pastor eller som troende medmenneske. Hvordan leder vi mennesker på en reise til tro og åndelig modenhet? Det handler i bunn og grunn om disippeltrening og om å være en disippel. Hvordan skaper vi forutsetninger for dette i vår tid og i vårt sekulariserte samfunn? Mitt håp er å kunne bidra med tanker såvel som praktiske og konkrete tips rundt dette.

JESUS MØTER NIKODEMUS

Coaching viser til en prosess der den som blir coachet, bevisstgjøres sine egne tanker, følelser, opplevelser og erfaringer. Ved å bevisstgjøres på dette har man andre forutsetninger for å snakke om følelsene, opplevelsene og erfaringene. Slik kan man også ta eget ansvar for dette og dessuten ta betydningsfulle avgjørelser. I samtalen starter man ofte med løse tanker, som så leder til ord, som i sin tur leder til handling. Tenk om vi kunne møte åndelige søkere såvel som troende som er underveis i sitt disippelskap med en mer åpen holdning.

Et eksempel på dette fra evangeliene er når Jesus møter Nikodemus. Nikodemus (Joh 3,1–12) er en skriftlærd som foretar en reise til tro. Nikodemus har i sitt liv mye egen kunnskap og erfaring, og Jesus synes å møte ham akkurat der han er i sin søken. Han er i en prosess

i livet som ser ut til å nettopp ha begynt den natten de møttes i ly av nattens mørke. De snakker om hvordan et menneske kan bli født på ny. Det fortøner seg som et tillitsfullt møte; Jesus svarer på Nikodemus' spørsmål, og hva som skjer etter dette, vet vi ikke.

Men vi får en følelse av at Jesus lar Nikodemus gå sin vei med eget ansvar for sine tanker og sin beslutning. Tankeprosessen i Nikodemus' liv fortsetter – så mye er klart. Vi får senere vite at han stiller spørsmål ved yppersteprestene og rådsherrenes avgjørelse når de vil dømmes Jesus (Joh 7,50). Og historien om Nikodemus avsluttes med at han er en av de som tar hånd om Jesu kropp ved korset etter Hans død. Slik bekjenner han åpent sin tro. Fortellingen kjennetegnes av at det virker som om Jesus stoler på Nikodemus' egen prosess; han presser ikke fram troen i ham, men er der når Nikodemus trenger Ham.

Coachingens bearbeidings ekspertise bærer med seg mange fordeler og er noe som kirken kan tilby den enkelte søkende eller troende i livets ulike faser. Bearbeidningssamtaler kan bevisstgjøre den enkelte om Åndens verk i deres liv og i deres opplevelser.

Denne typen samtaler kan også benyttes til å bearbeide for eksempel hva en bibeltékst sier eller hva en preken inneholdt og betyr for dem på den «oppdagelsesreise» i tro som de er på. Å være coach er å være med på deler av reisen og å bidra til den enkeltes egen vekst. Det er tillitsfulle møter som autoriserer, akkurat slik som Jesus ser ut till å ha gjort med Nikodemus.

Jeg vil nå fortelle hvorfor jeg tror at coachingen virkelig



kan bety noe for arbeidet i våre kirker. Bakgrunnen for dette finner vi ved å betrakte den tiden vi lever i.

Å VÆRE RELEVANT OG Å FORSTÅ SIN TID

Vi lever i en tid og i et samfunn som ofte beskrives som sekulært. Charles Taylor, en kanadisk filosof, beskriver sekulariseringen i sin bok *A secular age*.¹ Han mener at sekulariseringen er en filosofi og et syn på verden på lik linje som andre filosofier eller verdenssyn. Det som kjennetegner vårt vestlige verdenssyn, er blant annet at Gud ikke lenger ses som det sentrale som alt i samfunnet kretser rundt. Tro og kirke former ikke lenger vårt utdanningsystem, vår barneoppdragelse eller vår politikk på samme måte som tidligere. Prester og pastorer har ikke lenger samme autoritet i samfunnet. Vi søker ikke svar på våre livsspørsmål bare i kirken, men går like gjerne til coachen, yogalæreren eller pastoren for å få råd. Tro har blitt noe jeg har mulighet til å velge, ikke noe som forventes av alle. Tro har i den vestlige verden blitt en privatsak. Det betyr ikke at tro og livssynsspørsmål ikke er relevant for dagens mennesker, det er snarere tvertimot, spørsmålene er mer aktuelle. Religion er ikke utdøende, men troen tar nye veier. Lengselen etter det evige, det som er større enn en selv, er sterk hos mennesket. Det sekulære mennesket tror på Gud, men går ikke i kirken. Men lengter ...

INDIVIDUALISTENES LENGSEL ETTER EKTE ÅNDELIGHET OG MENING

Vi har blitt mer og mer individualistiske – alle søker sin egen unike vei. Dagens menneske henter forskjellige åndelige praksiser inn i sin egen åndelighet. Det kan handle om veldedighet, pilegrimsreiser, retreat, studiegrupper og mer. Alle oppmuntres til å oppdage sin vei, «gjøre sine ting» og det skal være på ordentlig. Interessen for det åndelige øker. Den direkte opplevelsen av det hellige – den umiddelbare, spontane og dype åndeligheten – er også viktig for oss når vi søker kontakt med noe utenfor og noe som er større enn oss selv. Det er av stor vekt at det åndelige er på ordentlig, at det er ekte og autentisk. Her må man også nevne viktigheten av å være tolerant, det eneste vi ikke er tolerante mot er intoleranse.

Charles Taylor mener at vi i vestlige land bærer på en dyp utilfredshet med at livet bare er det som kan hånd-teres av bevisstheten. Det skaper følelsen av at livet er flatt og mangler en dypere mening. Livet uten en dypere mening blir som å seile en båt med flat bunn, det minste vindpust gjør at båten risikerer å kante. Man søker etter

noe autentisk og etter å finne mening, man er i behov av en «indre kjø».

La oss fortsette å bruke seilbåten som metafor. En seilbåt med kjø kan følge sin satte rute uansett vær og vind, men en båt med flat bunn kantrer lett. For å finne sin kjø og bli mer stødig i livets utfordringer blir spørsmål som: «Hvem er jeg?», «Hvorfor er jeg her?» og «Hva er mitt bidrag til verden?» viktige eksistensielle spørsmål som søker ekte svar hos det enkelte sekulære menneske. Det finnes et tydelig begjær og en lengsel etter at livet skal inneholde noe mer, noe utenfor oss selv. Det er en lengsel etter egne opplevelser av ekte åndelighet og åndelig dybde. Her har vi som troende og kirke mye kunnskap å bidra med i møte med hvert menneske som er på jakt etter sin «indre kjø». Men det er som om kirkens språk og mottakelse – og det lengtende, søkende mennesket ikke helt finner hverandre. Trenger vi som troende og som kirke å reflektere over hvordan vi er og hva vi gjør?

EN RELEVANT MOTTAKELSE

For den søkende og for den som vokser som disippel er det viktig med en relevant mottakelse, for eksempel er toleranse i møtet viktig, og også opplevelsen av å være likestilt i møtet. Her kan en holdning som minner om den holdningen en profesjonell coach inntar i sitt arbeid, være til stor hjelp. Her minner jeg deg egentlig ikke om noe nytt; dette finnes i vår arv. Men vi trenger å oppdage det på nytt, og av og til tenker jeg at hver pastor, prest eller diakon skulle ha fått utdannelse i profesjonell ikke-instruerende coaching. Jeg tenker at kirken på en måte har mistet taktstokken og har fortsatt med å spille en rolle som ikke lenger tiltaler eller ikke alltid møter nåtidsmenneskets behov. En misjonær som skal til et annet land er nøye med å lære seg et nytt språk og en ny kultur for å kunne gjøre seg forstått. Spørsmålet er om coaching på samme måte kan være et av de «språklige redskapene» som kirken kan bruke for å gjøre seg forstått i en sekulær tid?

Coaching tilbyr et likestilt forhold der begge partene tar et felles ansvar for det som skal skje. Relasjonen bygger på gjensidig tillit, respekt og mot. I Mats Lindgrens rapport om «Hur blir kyrkan relevant?»² kan man lese at svensker har opplevelser av å bli fordømt av kirken. De uttrykker at de savner respekt og gjensidighet fra kirkens side. Kirken forteller hva vi skal tro på og gjør det fra et ståsted som autoritet. Vi kan altså bli enda bedre på å tilby relasjoner bygd på gjensidig tillit, respekt og mot med dagens søkere og kristne i våre kirker. Lindgrens rapport som jeg her refererer mye til, sier at 27 % av de



som svarte på undersøkelsen er ikke-troende. En femtedel av disse forventer seg eksistensiell veiledning av kirken. I den øvrige gruppen var tallet enda høyere. Det er åpenbart at behovet og lengselen finnes hos en femtedel av svensker som ikke ser seg som troende. Coachingen kan bidra med en relevant innstilling som kirken kan lære av. En innstilling av likestilling der coachens ferdigheter er å lytte aktivt, nysgjerrig og der intuisjonen blir brukt for å skape transformasjon.

KAN MAN COACHE TIL LIVETS MENING?

Forfatteren av boken *Coaching: Hva - hvorfor - hvordan*, Susann Gjerde, hevder at coachingen kan støtte oss i jakten på mening. Hun siterer Victor Frankl:

«Viljen til å finne mening er kjernen i menneskets eksistens.»³

Det handler om å sette ord på sine gaver og talenter, om å finne mening gjennom å finne ut hvordan man ønsker å bidra i verden. Dette er noe som også Charles Taylor, som jeg tidligere har referert til, mener er viktig. Taylor legger dessuten til at mennesket søker noe mer enn sine gaver og talenter; mennesket søker også etter åndelig dybde og ekte åndelighet. Som troende og som kirke ønsker vi å formidle hensikt og mening gjennom evangeliet, og dette viser at evangeliet er relevant i et sekularisert samfunn. Evangeliet og vi som kirke er ikke på noen måte «ferdig med» vår rolle. Men vi trenger å lære oss nye metoder, finne nye veier og å være lydhøre for den tid vi lever i, og tilpasse vår måte å kommunisere på deretter. At ikke-instruerende coaching har blitt så populært i våre land, er ikke en tilfeldighet. Den ikke-instruerende coachingen støtter bearbeiding og prosesser på en respektfull måte. Den er respektfull overfor det enkelte menneske og legger stor vekt på å skape muligheter for refleksjon og utvikling, i vårt tilfelle en prosess og refleksjon som kan lede til åndelig modenhet. Jeg skal straks fortelle mer om en coachende holdning og innstilling, men det er helheten som leder til gode prosesser, ikke teknikken i seg selv.

«GI LIV TIL TROEN OG TROEN TIL LIVET»

Utelukkende coaching er selvsagt ikke bra. Religionspedagogen Thomas H. Groome tar utgangspunkt i Taylor og gir i sin bok *Will there be Faith?* en moderne manual til å dele troen på en relevant og utholdende måte. Han oppsummerer sitt pedagogiske forslag som:

«Bringing life to faith and faith to life».⁴

Innlæringen skjer når et menneske kommer med sitt liv, medvandrerens (coachens) rolle er å støtte og hjelpe deltakeren med å føre inn livet i relasjon til Bibel og tro, og omvendt. Troen blir en del av livet, men det er en likestilt relasjon, og på denne måten deles ansvaret for utfordringen. Groomes pedagogikk handler om å invitere deltakerne til å være medskapere i sine liv, men også om å invitere til å være medskapere i felleskapet og kirken. Akkurat slik er det, hvert nytt menneske tilfører nye perspektiver, nye gaver, erfaringer, kompetanse og mer, og slik bør det være. På denne måten modner også den som har vært troende lenge. Uten friksjon er det ingen av oss som utvikler oss, og på den reisen trenger vi å ha med alle, både de «unge» og de «gamle» i troen. Delaktighet er altså nøkkelen, og arbeidet kan ikke utføres av bare noen, alle i menigheten bidrar uansett om man vil eller ikke vil.

Det finnes tre ting som vi må gi den som er ny i troen. Vi må gi informasjon, med andre ord trenger vi å utdanne (informere) i hva kristen tro, kristne verdier og kristen overbevisning er – vi må gi et fundament. Vi trenger også å la mennesker formes gjennom å omgås med hverandre. Gjennom relasjoner kan vi speile oss i hverandre, men vi slipes også mot hverandre og på denne måten modner vi i vår identitet som kristne. Det siste handler om å introduseres til den livslange reisen av transformasjon som et kristent liv innebærer – det vi også kaller for helliggjørelse. For å oppnå en forandret oppførsel eller handling behøver man refleksjon som uttales i ord for å deretter kunne forme en handling.

DISIPPELTRENING I VÅR TID – OPPDRAGET

Han ga noen til å være apostler, noen til profeter, noen til evangelister, noen til hyrder og lærere, for at de hellige skulle bli utrustet til tjenestens arbeid, til oppbyggelse av Kristi kropp, inntil vi alle når fram til troens enhet og kunnskapen om Guds Sønn, til manns modenhet, til det vekstmålet som rommer Kristi fylde, den åndelige modenhet som kan forventes ut fra ens alder som troende for at vi ikke lenger skal være som små barn og bli kastet hit og dit og drives omkring av enhver lærdoms vind, ved menneskers knep, ved listige knep i villfarelsens kunster. Men sannheten tro i kjærlighet skal vi i alle ting vokse opp til Ham som er hodet – Kristus.

EFESERBREVET 4,11–15



Hensikten med tjenestegavene er å hjelpe de troende til «manns modenhet». Dette handler om å bli voksen, altså å være i stand til å ta ansvar for sitt eget liv, men også å kunne ta ansvar for flere enn seg selv. Definisjonen på en moden kristen skulle være en som ikke snur kappen etter vinden, og som tåler motstand, og som klarer å betjene og ta ansvar for flere enn seg selv.

La oss gå tilbake til metaforen vi brukte tidligere, seilbåten. En seilbåt uten kjøll har en flat bunn. Den seilbåten klarer ikke å krysse i motvind; det er ikke engang sikkert at den klarer et lite vindpust uten å kantre. Det er høyst trolig at den seilbåten fortsatt ligger fortoyed i havnen og aldri våger seg ut på dypere vann. En seilbåt med kjøll kan ta seg mot sitt mål, selv i hardt vær.

Vårt oppdrag er å hjelpe hverandre til en stødig indre kjøll i vårt liv. En del av det arbeidet må hver enkelt selv gjøre, en del av arbeidet skjer i fellesskap med andre. Videre handler det om å forsyne hverandre med kunnskap eller forståelse av teologi og kristne verdier.

Det er viktig å være forankret i sin tro. Det holder ikke å bare repetere det som pastoren har sagt, den troende må selv være forankret i hva man selv tror og hvorfor. Havet ligger åpent for oss til å leve livet som vi selv vil. Men vi trenger å vite hva og hvor vi vil, og ha en overbevisning (kjøll) i bunnen som er vår egen, det vil si at den er autentisk. Dette leder til et fruktbart og bærekraftig disippelskap.

MED COACHING SOM REDSKAP I DISIPPELTRENINGEN

Det er viktig at vi fortsetter å undervise, ha bibelkurs, Alpha-kurs og gudstjenester for tilbedelse, lovsang, bønn og forkynnelse som føder tro i menneskers liv. Det coachingen kan tilføre under hele reisen, både for søkeren som ennå ikke er troende, så vel som for den modne troende, er måten å skape rom for forandring og utvikling. God coaching skaper overbevisning og bevissthet om den indre kjøllen. Det gir et menneske økt selvtillit og gir fullmakt til å leve sitt liv.

En god relasjon er fundamentet for å lykkes med å skape gode prosesser i våre liv.

Relasjoner som bygges på gjensidig tillit, respekt og mot. Alle disse tre byggsteinene forutsetter et samspill mellom begge partene i en relasjon for å fungere.

I coachingen er vi tydelige på hva en relasjon eller et møte har som hensikt. Vi er tydelige på målet for relasjonen, og innledningsvis samtaler vi mye om forventningene vi har til hverandre. Hva forventer du deg av meg og hva kan jeg forvente meg av deg? Vi setter spillereglene,

og den som er coach, minner om det vi ble enige om. Dette kan oversettes direkte til relasjoner i kirken. Altfor ofte er vi utydelige med vår relasjon eller med en samling, et møte og hensikten og målet med det. Dette skaper utydelighet og i sin tur mangel på tillit. Noe så enkelt som tydelige spillereglene og det å uttale vår forventning til hverandre, uansett om vi er få eller mange, forenkler. Groome, som jeg har sitert tidligere, betoner viktig-heten av et trygt og kreativt miljø for at den enkelte skal kunne lære, vokse og formes som disippel.

For å skape gode prosesser må vi først skape rom for prosessen. Det ligger ofte en fristelse i veiledningen, at veilederen eller medvandrerer blir den som snakker mest; endelig gis en anledning til å dele alt jeg vet og kan. I iveren etter å være en god støtte er det lett å glemme at den andre har egne erfaringer. Glem ikke at Den Hellige Ånd gjør sitt verk også i den som er ny i troen. Vi gjør klokt i å begynne med å finne ut hvor den andre befinner seg først. Vær interessert i hva som skjer i livet deres! For eksempel kan man starte med å spørre:

- «Hva har skjedd siden sist vi traff hverandre?»
- «Hva opplever du at Gud gjør i ditt liv akkurat nå?»
- «Hva tok du med deg fra prekenen sist søndag?»
- «Hva har du lest i Bibelen den siste tiden?»
- «Er det noe du lurer på? Noe som er vanskelig?»

Prøv å finne ut hva Gud gjør i den andres liv. Vær åpen for Den Hellige Ånd, og gi bare den informasjonen som den andre virkelig trenger. For å kunne gjøre det må du stille flere åpne spørsmål. Det hjelper den andre til å reflektere over hva som skjer i eget liv og i troen. Reflekter over hvordan du pleier å stille dine spørsmål.

Her kommer et eksempel på forskjellen:

Eksempel:

- «Var det ikke bra i kirken i dag?»

Dette er et lukket spørsmål, som man svarer ja eller nei på.

- «Hva opplevde du at Gud sa til deg gjennom prekenen?»

Dette er et åpent spørsmål, det krever ettertanke og et lengre svar.

STILL SÅ MANGE ÅPNE SPØRSMÅL SOM MULIG

For å skape muligheter for prosess er pausen viktig. Det



kan være en kort pause for å tenke, av og til midt under en samtale, og iblant er det bra om det går litt tid mel-lom møtene. Pausen er viktig, vær ikke redd for stillheten som iblant oppstår under en samtale. Føles det ubehagelig, så spør den andre hvordan han eller hun opplever det. Tenk på at Gud ofte taler i stillheten ...

Å lytte til svarene er vanskelig. Det krever en fullstendig tilstedeværelse hos den som lytter og stiller spørsmål. Det handler ikke bare om å høre ordene som uttales, men også om å lytte til tempo, toneleie og kroppsspråk. En god lytter stiller ytterligere spørsmål om det man har lyttet til. Dette gjør at den andre kjenner at man virkelig blir lyttet til, og man opplever seg sett og bekreftet. Når vi reflekterer sammen med noen som lytter og stiller spørsmål, øker vår bevissthet og dermed også evnen til å lære. Vi kan til og med oppdage hva som finnes i vår «indre kjøle», det vil si hva som er viktig for oss – hva som betyr noe. Hva vi vil gjøre, hva vi blir glad av eller hva vi legger merke til at Gud gjør i vårt liv. Oppmuntre hverandre gjerne til å føre dagbok; man glemmer fort, selv om det i øyeblikket føltes viktig.

Å TRANSFORMERES.

Av og til trenger man en medvandrer som setter ord på det man ser av gaver, kompetanse eller modenhet. Andre ganger kreves det at vi til og med vekker det som er dødt. Vi klarer ikke alltid å se oss selv fra et objektivt perspektiv. Vi er ofte i behov av ærlige mennesker i vår nærhet som kan sette ord på hva de ser hos oss, for at vi selv skal få øye på det. Derfor må iblant en medvandrer gjøre det som Jesus gjorde med Lasarus og si: «Kom ut, lev! Legg av det som hindrer deg. Strekk deg etter det som ligger foran – gjør det som Gud har kalt deg til! Lev!»

«Jeg vet at Du alltid hører Meg, men på grunn av alt folket som står rundt her, sa Jeg dette, for at de skal tro at det er Du som har sendt Meg.» Da Han hadde sagt alt dette, ropte Han med høy stemme: «Lasarus, kom ut hit!»

JOHANNES' EVANGELIUM 11,42–43

Å gi tilbakemelding og støtte til den som vokser, er avgjørende. Den som er ny i troen, trenger tilbakemelding på utviklingen som skjer hos ham/henne, for at vedkommende kan fortsette å tro på utviklingen sin. Da har man et behov av en «foreldrekristen», som kan bekrefte utviklingen som har skjedd. Det er som når barna er små og stiller seg ved siden av mamma eller pappa for å se hvor lenge det er igjen før de er like høye som foreldrene sine. De vil sammenligne sin høyde med forelderen eller

søsknene sine. Behovet for å få bekreftelse under utviklingen tar ikke slutt selv om vi blir voksne. Vi trenger alle å gi hverandre tilbakemelding på hverandres utvikling og modenhet. Som medvandrer trenger du å sette ord på det du ser av utvikling og økt ansvarlighet hos dem som finnes rundt deg. Bekreft dem, men vær forsiktig og gjør det på en respektfull måte, som et medmenneske og ikke som en forelder. Ingen setter pris på å bli klappet på hodet, heller ikke barn.

Tro på mennesker og myndiggjør dem, det gjør Gud. La dem ta eget ansvar. I Johannes' evangelium kapittel 21 spør Peter:

«Men Herre, hva med ham (Johannes)? Jesus svarte: «Hvis Jeg vil at han skal leve til jeg kommer, hva har du med det?»

JOHANNES' EVANGELIUM 21,21–22

Å ta imot Jesus er å bli eier av sitt liv, det er å bli myndiggjort. Myndiggjør mennesker, hold dem ansvarlige for sitt eget liv, sin egen prosess. Gjør dem ikke avhengig av deg, men sørg for å innlemme dem i fellesskapet og gudstjenestelivet som fullverdige medlemmer. Bare den som får ansvar vokser, og målet er at alle troende skal være fullvoksen i sin tro.

Han som for ned, er også Den samme som for opp over alle himlene, for å fylle alle ting. Han ga noen til å være apostler, noen til profeter, noen til evangelister, noen til hyrder og lærere, for at de hellige skulle bli utrustet til tjenestens arbeid, til oppbyggelse av Kristi kropp, inntil vi alle når fram til troens enhet og kunnskapen om Guds Sønn, til manns modenhet, til det vekstmålet som rommer Kristi fylde, for at vi ikke lenger skal være som små barn og bli kastet hit og dit og drives omkring av enhver lærdoms vind, ved menneskers knep, ved listige knep i villfarelsens kunster. Men sannheten tro i kjærlighet skal vi i alle ting vokse opp til Ham som er hodet – Kristus. Ut fra Ham blir hele kroppen sammenføydd og holdt sammen ved den oppgaven det enkelte ledd har, etter virkningen av den styrke som er gitt hver del. Dette skaper vekst for hele kroppen til dens egen oppbyggelse i kjærlighet.

EFESERBREVET 4,11–16

Denne måten å møte mennesker og å lede prosesser på gir gjensvar på menneskers behov for ekthet, for å finne sin egen vei, få kontakt med det som er større enn seg selv, og for toleranse.

Kilder:

1. C. Taylor, 2007, *A Secular Age*, London The Belknap Press of Harvard University Press
2. M. Lindgren, 2012, *Hur kan kyrkan bli mer relevant?* Stockholm Kairos Future
3. S. Gjerde, 2004, *Coaching Vad–Varför–Hur*, Stockholm Studentlitteratur
4. T. Groome, 2011, *Will there be Faith?*, New York, Harper Publisher

