

## LÄHIMMÄISEN KOHTAAMINEN

### sielunhoidon peruskurssi

Tämä kurssimateriaali on tarkoitettu palvelemaan seurakuntia ja muita kristillisiä yhteisöjä vahvistamaan vapaaehtoistoimijoiden sielunhoidollista osaamista.

Tunnistamme ympärillämme kasvavassa määrin henkistä pahoinvointia, johon voimme vaikuttaa rakkaudellisella lähimmäistemme kohtaamisella. Hyvinvoivassa ja kaikkien jäsentensä kautta elävässä seurakunnassa on aiempaa enemmän voimavaroja kohdata omia, ja ympäristömme haasteita.

Lähimmäisen kohtaamisen alkuperäisen kurssimateriaalin on v. 2012 laatinut työryhmä: Leena Junnila, Varpu Pykäläinen ja Pirjo Rautio. Suomen sielunhoitoterapeutit ry:n hallituksesta valittu työryhmä on päivittänyt Maria Saukkolan johdolla tämän materiaalin v. 2020. Sisällöllisen päivityksen yhteydessä lisättiin PowerPoint-esitys kouluttajan tueksi, ohjeistus kouluttajalle, osallistujan materiaali sekä aiheisiin liittyvää suositeltavaa kirjallisuutta.

Suomen sielunhoitoterapeutit ry on vuonna 2003 perustettu yhdistys, jonka tarkoituksena on pitää esillä sielunhoitoterapeuttien tarjoamia palveluja, kehittää terapeuttista sielunhoitotyötä ja järjestää terapeuttisia sielunhoitopäiviä.

Sielunhoitoterapia perustuu kristilliseen ihmiskäsitykseen ja kristillisiin arvoihin. Rukous, Raamattu ja uskon eläminen todeksi kristittyjen yhteydessä ovat läheisiä asioita sielunhoitoterapeuteille.

Kurssin järjestämisen edellytyksenä on, että vähintään yksi kouluttajista on sielunhoitoterapeutti.

Lähimmäisen kohtaaminen sielunhoidon peruskurssin materiaalipaketti on tilattavissa Suomen sielunhoitoterapeutit ry:ltä [www.ssht.fi/materiaalit](http://www.ssht.fi/materiaalit)

Lisätietoja: [www.ssht.fi](http://www.ssht.fi)

### **Kurssi on sinulle, joka:**

- haluat kohdata ja auttaa toista ihmistä
- tarvitset palvelutyöhösi lisää tietoa, taitoa, ymmärrystä ja välineitä
- toimit seurakunnassasi vapaaehtoistyössä
- ohjaat seurakunnassasi pienryhmää, esim. raamattupiiriä
- toimit seurakunnassasi rukousavustajana
- koet saaneesi kutsun sielunhoitotyöhön
- haluat lisää kokemusta apua tarvitsevan lähimmäisen kohtaamisesta
- haluat oppia, tietää, osata enemmän ihmisestä ja hänessä vaikuttavista lainalaisuuksista
- haluat oppia tunnistamaan oman osaamisesi rajat, sekä toimimaan niiden puitteissa
- haluat saada tietoa, mihin ohjaat, kun oma osaamisesi ei riitä

### **Kurssin tavoitteet:**

- rohkaista kohtaamaan apua tarvitsevia lähimmäisiä
- antaa tietoja ihmisessä vaikuttavista lainalaisuuksista
- auttaa löytämään sekä kehittämään omia kykyjä ja lahjoja
- auttaa tunnistamaan omat rajat ja voimavarat sekä toimimaan niissä rajoissa
- oppia rukoilemaan toisen puolesta häntä kunnioittaen
- lisätä luottamusta Jumalaan ja hänen apuunsa elämän eri vaiheissa

### **Kurssin laajuus:**

Kurssi voidaan toteuttaa joko kymmenen kerran ohjelmakokonaisuutena tai kahtena viikonloppukokonaisuutena. Kurssi on pituudeltaan yhteensä 50 h, josta 40 h on lähiopetusta ja 10 h etätehtäviä.

### **Etätehtävät:**

Luukkaan evankeliumi ja Psalmien lukutehtävä.

*Etätehtävät annetaan ensimmäisen opetusosuuden päätteeksi, jolloin etätehtävien ohjeistus on PP-esityksessä sekä opiskelijamateriaalissa 1.4 koulutusjakson lopussa.*

Oppimisen syventämiseen: henkilökohtainen oppimispäiväkirja (*vapaaehtoinen*).

## **LÄHIMMÄISEN KOHTAAMINEN sielunhoidon peruskurssin sisällysluettelo:**

	Sivu
<b>1. Lähimmäisen kohtaamiseen orientoitumista</b>	<b>7</b>
1.1 Kurssin esittely, tutustuminen, odotukset, aloitus	7
1.2 Kohtaamista erilaisissa tilanteissa	8
1.3 Kohtaamisen kolme yhteyttä	12
1.4 Omat vahvuuteni ja heikkouteni lähimmäistä kohdatessa	15
<b>2. Kohtaamisen hengellisyys ja käytännöt</b>	<b>17</b>
2.1 Kristillinen ihmiskäsitys	17
2.2 Avoimuus hengellisille kysymyksille	21
2.3 Käytäntöjä toimia sielunhoitajana ja rukouspalvelijana	24
2.4 Lähimmäisen kuuntelijana	32
<b>3. Kohtaamisen psykologiset ulottuvuudet</b>	<b>36</b>
3.1 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde	36
3.2 Elämänkaareen liittyvät kehitysvaiheet	39
3.3 Tunteet, tarpeet, tahto	48
<b>4. Jumalan mahdollisuudet</b>	<b>60</b>
4.1 Synti, syyllisyys	60
4.2 Anteeksianto	62
4.3 Armo	69
4.4 Rippi	70
<b>5. Seksuaalisuus, avioliitto, perhe</b>	<b>73</b>
5.1 Terve seksuaalisuus	73
5.2 Avioliitto, parisuhde	76
5.3 Perhe	80
5.4 Perheväkivalta, lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö	82
<b>6. Mielensterveys ja sen häiriöt</b>	<b>85</b>
6.1 Mitä mielensterveys on?	85
6.2 Mikä altistaa mielensterveyshäiriöille	88
6.3 Kriisit ja traumat	88
6.4 Riippuvuudet	93

<b>7. Muut mielenterveysongelmat</b>	<b>99</b>
7.1 Masennus	99
7.2 Ahdistuneisuushäiriöt	106
7.3 Psykoottiset häiriöt	110
7.4 Persoonallisuushäiriöt	112
<b>8. Näkökulmia auttamiseen</b>	<b>118</b>
8.1 Terve ja epäterve auttaminen	118
8.2 Terve ja epäterve usko	119
8.3 Itsestä huolehtiminen ja seurakuntayhteys	121
8.4 Auttamisen eettiset periaatteet	124
<b>9. Eteenpäin ohjausta, mistä tarvittaessa apua ja tukea</b>	<b>125</b>
9.1 Välittömän avuntarpeen tunnistaminen	125
9.2 Suuntaviittoja avun ja yhteyden hakemiseen	127
9.3 Auttamistahoja elämän eri tilanteisiin	130
<b>10. Mitä opin, kurssin päätös</b>	<b>134</b>
10.1 Mitä opin? Kokoava kertaus kurssin annista	134
10.2 Etätehtävien purku	134
10.3 Palautteet	135
10.4 Todistusten jako, päätös ja juhlakahvit	135
Liitteluettelo	136
Lähteet	137
Suosittelavaa kirjallisuutta	138

## Päivän ohjelmarunko:

### **Ehdotus 10 kerran opetussarjan rungoksi:**

alkurukous

alkulaulu: yht. n.5 min

opetus ja harjoituksia 80 min

kahvitauko 15 – 30 min

opetus ja harjoituksia 80 min

päättäminen ja Herran siunaus n. 5 min

- yhteensä 2 x 2 tuntia, tauko 15-30 min

(huom. yhden opetustunnin pituus on 45 min)

### **Ehdotus kahden viikonlopun opetussarjan rungoksi:**

#### **Perjantai: 17.30 – 20.50**

**aloitus + opetukset 90 min** 17.30 – 19.00

tauko 20 min

**opetukset + lopetus 90 min** 19.20 – 20.50

#### **Lauantai 9.00 – 16.15**

**aloitus + opetukset 90 min** 9.00 – 10.30

tauko 15 min

**opetukset 90 min** 10.45 – 12.15

lounastauko 45 min

**opetukset 90 min** 13.00 – 14.30

tauko 15 min

**opetukset 90 min** 14.45 – 16.15

#### **Sunnuntai 9.00 – 16.15**

**aloitus + opetukset 90 min** 9.00 – 10.30

tauko 15 min

**opetukset 90 min** 10.45 – 12.15

lounastauko 45 min

**opetukset 90 min** 13.00 – 14.30

tauko 15 min

**opetukset 90 min** 14.45 – 16.15

toisen viikonlopun päätteeksi todistukset, päätös ja juhlakahvit

## Liitteet:

### Liite 1 Kuvaavat kaaviot 1 – 18

- 1) Jumala, kuuntelija, lähimmäinen
- 2) tasavertaisuus
- 3) syntiinlankeemus
- 4) luominen – lankeemus – lunastus
- 5) varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde, Bowlby
- 6) kehitysvaiheet E.Eriksonin teoriaa mukaellen
- 7) tunneluettelo
- 8) tietoisuuden kehä
- 9) tunteet ja tarpeet
- 10) Maslowin tarvehierarkia
- 11) armon vastaanottaminen, armon vapauttava vaikutus
- 12) parisuhteen palikkatalo
- 13) väkivallan kehä
- 14) mielenterveyshäiriön kehittyminen
- 15) riippuvuuden kehämalli
- 16) elämäntapamuutoksen vaihemalli
- 17) masennuksen kehä
- 18) kuuntelijan huoneentaulu

### Liite 2 Ohjaajan koulutusmateriaali PP-esityksenä

#### Liite 2.1 Ohjaajalle ohjeita & huomioitavaa

#### Liite 3 Osallistujien materiaali

#### Liite 4 Etätehtävät

#### Liite 5 ACC eettiset ohjeet

#### Liite 6 Palautekysely

#### Liite 7.1 Todistus (*on suorittanut*)

#### Liite 7.2 Todistus (*on osallistunut*)