

# Hengellisyyden integrointi terapiassa

Suomen ACC:n Webinaari 26.10.2020

Saara Kinnunen

# Jumala terapiassa

- Teistinen psykologia ja terapia
- Miten vahvana toimijana Jumala nähdään
- Slase, B.D. & Stevenson, T.B. & Wendt, D.C. 2010.  
**Strong vs. Weak Theism.** Journal of Psychology and Theology

# Vahva teistinen orientaatio

- Jumala on aktiivinen toimija, läsnä terapiassa
- Jumala toimii luonnossa niin miksei terapiassakin
- Jumala on muutoksen lähde
- Terapeutin tehtävä on auttaa niitten esteiden raivaamisessa, jotka estävät Jumalan suunnitelman toteutumista
- Terapeutti voi auttaa parantavan suhteen vahvistumista Jumalaan
- Rukous on yhtenä työvälineenä

# Heikko teistinen orientaatio

- Terapeutti voi olla uskova. Hän tuo uskon esille voittaakseen uskovan asiakkaan luottamuksen
- Asiakkaan vakaumus voidaan kartoittaa, mutta ei hengellisiä interventioita
- Voidaan puhua uskonnollisista teemoista
- Jumala ei liity muutokseen eikä paranemiseen
- Terapiaan voidaan tuoda kristilliseen elämäntapaan kuuluvia elementtejä: kehotus anteeksiantamiseen, epäitsekkääseen toimintaan, jopa rukoukseen, jos ne ovat asiakkaalle tarpeellisia elementtejä

- Greggo S.P. Ja Sisemore T.A. (2012)

**Counselling and Christianity – Five Approaches**

- Johnson, E.L. (2010)

**Psychology and Christianity – Five views.**

- Inter Varsity Press. USA.

# Viisi lähestymistapaa kristillisessä psykoterapiassa

- *Hengellisyys tasavertaisena alueena lähestymistapa* ( A level-of-explanation approach)
- *Hengellisyyden integroiva lähestymistapa* ( An Integration approach)
- *Kristillisen psykologian lähestymistapa* (A Christian psychology approach)
- *Muuttumiseen tähtäävä lähestymistapa* ( A Transformational approach)
- *Raamatullinen lähestymistapa* (A Biblical approach)

# *Hengellisyys tasavertaisena alueena lähestymistapa*

- Kartoitetaan ihmisen fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja hengellinen hyvinvointi
- Hengellisellä alueella kartoitetaan jumalakuva, hengelliset odotukset ja pettymykset ja seurakuntayhteys. Tavoitteena hengellinen uudistuminen
- Auttaminen aloitetaan sieltä, missä tarve on huutavin

# *Hengellisyyden integroiva lähestymistapa*

- Kristilliseen uskoon liittyvää tietoa täydennetään psykologisella tiedolla ja tutkimuksella.
- Herkkyys asiakkaan kohtaamisessa, jotta terapeutti pystyy päättämään tarvitaanko auttamiseen psykologista vai hengellistä tietoa.
  - toimiiko asiakas Jumalan säätämien elämän lakien mukaan (toiminnallinen lähestyminen)
  - hyväksyykö hän moraalisesti oman elämäntapansa (struktuurallinen lähestyminen)
  - -terapiasuhde heijastaa Jumalan huolenpitoa (vuorovaikutuksellisuus)
  - mitä ko kristillinen traditio opettaa hyvinvoinnista ja kokonaisvaltaisesta terveydestä (teologinen lähestymistapa)
- Terapeutin oma rukouselämä, että hän osaisi tasapainottaa oikealla tavalla hengellistä ja psykologista tietoaan



# *Kristillisen psykologian lähestymistapa*

- Auttamisen lähtökohtana on terapeutin henkilökohtainen usko ja suhde Jumalaan
- Autettaessa heijastetaan uskon ulottuvuutta
- Terapeutti edustaa Jeesuksen luonnetta suhteessa asiakkaaseen
- Terapeuttinen yhteistyösuhde avainasemassa
- Asiakas saa olla uhri, mutta kasvaa vastuullisuuteen omista valinnoista
- Traumatyöskentelyn jälkeen syntyy valmiutta ottaa vastaan Jumalan totuus ja armo

# *Muuttumiseen tähtäävä lähestymistapa*

- Auttamisen tavoitteena on, että asiakas saavuttaa yhteyden Jumalan kanssa.
- Tämä yhteys Jumalaan mahdollistaa muutoksen elämän ongelmatilanteissa
- Hyödynnetään teologista tietoa, terapeutisia menetelmiä ja terapeutin uskoa
- Motivaatio muutokseen löytyy joko suuresta kivusta tai luottamuskesta, että Jumala haluaa hyvää
- Ellei asiakas ole kiinnostunut tästä tavoitteesta, työskentelytavaksi valitaan muu lähestymistapa.

# *Raamatullinen lähestymistapa*

- Ihminen on Jumalan kuva, tarkoitettu tuomaan kunniaa Jumalalle ja lepäämään Hänen armonsassa varassa.
- Auttamisen tukena käytetään myös muuta tietoa.
- Rukous on terapian keskeinen auttamismenetelmä.
- Prosessissa määritellään hengellinen ongelma, jonka ratkaisulla pyritään helpottamaan kokonaisvointia
- Kartoitetaan myös muut ongelmat ja niihin etsitään raamatullista ratkaisutapaa
- Keskeistä armollinen huolenpito, raamatullinen totuus ja sen soveltaminen elämään

# Jokaisesta jotakin-malli

*- terapeutin työskentely luomisen-lankeemuksen ja lunastuksen kontekstissa*

- Uskon/uskonnon roolin kartoitus
- Terapeutti rukoilee viisautta
- Terapeutti tekee työtä Jumalan läsnäolossa, heijastaa Jeesuksen asennetta ja mielenlaatua
- Jumalan rauha koskettaa peilineuronien kautta asiakasta
- Asiakas Jumalan kuva, Jumalalle rakas (Godly dignity)
- Herkistytään eksistentiaalisille kysymyksille
- Jumalan läsnäolo ja parantava voima on todellista
- Rukoileminen ja siunaaminen mahdollista