



Besökarens häfte

_____ församling

Besökarens häfte

Kyrkans central för det svenska arbetet 2008

Besökarens häfte är en kort sammanfattning av pärmen:

Handbok för diakonal besökstjänst 2004

Sammanfattningen är gjord av stiftssekreterare Asta Särs

Kan beställas från :

Kyrkostyrelsens publikationsförsäljning

Internet: evl.fi/julkaisumyynti

eller (09)1802315 måndagar- fredagar kl.12.00-14.00

Församlingens besökstjänst

I vårt samhälle behövs människor som har förmåga att bygga upp varma och trygga människorelationer.



Med kursen i besökstjänst vill församlingen utrusta och stöda den som är villig att ge av sin tid för att besöka människor som är ensamma eller av någon annan orsak behöver stöd. Samtidigt vill kursen uppmuntra till spontana kontakter och människors samverkan i närmiljön.

Att hjälpa sina medmänniskor är en tanke som går tillbaka till Bibelns första blad. Då Gud hade skapat människan, konstaterade han att det inte är bra för henne att vara ensam: "Jag skall ge honom någon som kan vara honom till hjälp." Hjälpen som avsågs vara, och är, en människas hjälp till en annan människa. Man kan säga att människorna uppfyller det ursprungliga syftet med sina liv när de hjälper och tjänar varandra. Att vara beroende av andra människor är därför inte ett tecken på svaghet utan en medfödd mänsklig egenskap.

I Israel begränsades uppfattningen om vem som är min nästa och vem jag bör hjälpa till det egna folket. Jesus utvecklade begreppet "min nästa" till att omfatta också andra folk och religioner. Jesus lär oss älska våra fiender och han förklarar sig vara de lidandes broder. Jesu undervisning innebar något nytt. I de första kristna församlingarna följde man uppmaningarna om att hjälpa sin nästa. Det fanns ett stort engagemang för fattiga och sjuka, och den mänskliga omsorgen gjorde ett stort intryck på omgivningen.

Hur uppfattar du begreppet "min nästa"?





Varför besökstjänst?

Dagens vuxna människor betonar samhällets och de officiella vårdmyndigheternas ansvar. Genom att betala skatt har vi rätt att få hjälp när vi behöver den. Ändå kan samhället inte fylla alla våra behov.

Flyttningsrörelsen och de förändrade samhällsstrukturerna har ofta brutit släkt- och grannförbindelserna. Då individen eller familjen inte orkar eller förmår bygga upp och uppehålla vänskaps- och grann-kontakter behövs det människor som kan ge av sin tid och skapa en gemenskap för dem.

Att vara medmänniska här och nu:

När har jag upplevt en annan människas hjälp som viktig för mig själv?

Vad förväntar jag mig av en medmänniska?



Människans utveckling och mognad Läs nedifrån uppåt!

Den mogna åldern	<i>Integritet - Förtvivlan</i>	Vishet
30-60 år	<i>Produktivitet - Stag- nation</i>	Omvårdnad och engagemang
Tidig vuxenålder	<i>Närhet - Isolering</i>	Intimitet, kärlek
Tonår	<i>Identitet - Förvirring</i>	Självständighet
Skolålder	<i>Kompetens - Under- lägsenhet</i>	Duglighet
Dagisålder	<i>Initiativ - Skuld kän- slor</i>	Målmedvetenhet
1,5 - 3 år	<i>Självständighet - Skam, tvivel</i>	Viljestyrka
Tidig barndom	<i>Tillit - Misstro</i>	Hopp, optimism

Fritt efter E.H. Eriksson

Vi bär alla vår historia med oss. Allt det vi varit - med erfarenheter av hur andra människor har sett på oss och behandlat oss - påverkar vår bild av oss själva och vår bild av omgivningen. Ingen går oskadad genom livet. Alla är vi tvungna att möta motgångar och gå igenom kriser. Vår bild av oss själva och andra och vår bild av Gud påverkas av det som vi upplevt under livet både på gott och ont. Risker i livet är: att inte få en grundtrygghet, att inte bli accepterad, att inte våga ta initiativ, att förlamas av prestationskrav, att misslyckas i relationer osv.

Målet är att vi när vi blir gamla, kan se tillbaka på våra liv och acceptera att det blev som det blev. Det betyder att kunna acceptera och förlåta föräldrar och andra viktiga personer som påverkat våra liv. Det betyder också att acceptera egna begränsningar och felsteg. Att inte bli bitter på andra människor eller ödet eller Gud. Att kunna se allt det goda som livet gav och tacka Gud för det. Att så småningom kunna avstå från livet.

Självkännedom

Jo Haris fönster

A Det kända jaget

Det här är den del av mitt liv som är sådant som både jag själv och andra känner till om mig. Det handlar om fakta som namn, yrke och vem man är gift med. Det handlar också om tankar och känslor som jag väljer att berätta offentligt.

B Det ”jag” som andra ser

Det här fältet är sådana delar av min personlighet som jag inte själv lägger märke till men som är uppenbara för andra. Det kan vara både positiva och negativa sidor. Tillsammans med andra i t.ex. besöksgruppen kan man få veta mera om sig själv.

C Det dolda eller privata jaget

Alla människor har sådana sidor som de inte vill att någon annan ska känna till. Det kan vara sådant som gör ont eller något som ger glädje. I början av en relation är den här rutan stor.

D Det okända jaget

Det finns ett okänt jag som varken jag själv eller andra känner till. Det kan vara svåra känslor vi trängt undan eller gåvor och kraftresurser vi inte vet om.

	Jag ser	Jag ser inte
Andra ser	FRITT A FÄLT Mig själv så som jag själv och andra ser mig	BLINT B FÄLT Mig själv så som andra ser mig utan att jag själv vet om det
Andra ser inte	DOLT C FÄLT Mig själv som jag är i hemlighet inför mig själv och som andra inte känner	OKÄNT D FÄLT Det varken jag själv eller andra känner, outnyttjade resurser, mitt omedvetna

Hur kan jag använda min livserfarenhet?

Livet ger oss ibland erfarenheter som är svåra men som när man fått bearbeta dem gör oss till människor med större förmåga att förstå andra.



Om våra erfarenheter är obearbetade och undanträngda kan de störa vår relation till andra.

Goda livserfarenheter ger oss tillit till livet och kraft att höra på dem som behöver oss.

Mina erfarenheter:

Den gången kunde jag hjälpa:

Svåra erfarenheter jag gärna ville tala om med någon:

Till mina goda sidor hör:

Jag kunde bli bättre på:



Tystnadsplikten

När jag talar om en sak som berör mig djupt, väljer jag att tala med en människa jag känner förtroende för. Jag vill inte att hon ska föra vidare det vi talat om i förtroende. Om man varit med om att förtroendet svikits är man rädd att pröva på nytt.

Som besökare i kyrkans besökstjänst går du på uppdrag av församlingen.

I Kyrkolagen 25 § 8 står det:

Även en handling som gäller själavård eller diakoniarbete som riktar sig till enskild person skall hållas hemlig.

Tolkning av lagen: frivilligarbete med uppdrag av församlingen t.ex. inom samtalstjänsten, väntjänsten och hjälpledare i skriftskolan, har en tystnadsplikt liknande diakonitjänsteinnehavarens. Tystnadsplikten gäller den som är anställd av myndighet eller som innehar ett förtroendeuppdrag. Tystnadspliktiga är också praktikanter och var och en som är verksam eller arbetar hos en myndighet, oberoende av sin ställning eller uppgift t.ex. personer som deltar i frivillig verksamhet och stödpersoner och teknisk biträdande personal.

I offentlighetslagen från 1999 står det 23§ 1,2 och 3 mom.

Den som är anställd hos en myndighet eller innehar förtroendeuppdrag får inte röja en handlingss sekretessbelagda innehåll eller en uppgift som vore sekretessbelagd om den ingick i en handling, och inte heller någon annan omständighet han får kännedom om i samband med sin verksamhet hos myndigheten och för vilken tystnadsplikt föreskrives i lag. En uppgift för vilken tystnadsplikt gäller får inte heller röjas efter det att verksamheten hos myndigheten har upphört eller det uppdrag som utförts för myndighetens räkning har avslutats.

Trots att tystnadsplikten är så sträng kan det någon gång komma en situation där man måste göra undantag från lagen om tystnadsplikt. Det är situationer som är sällsynta och som regleras av andra lagar. Det kan till exempel hända att du under ett besök ser, hör eller på annat sätt får reda på att ett barn far illa. Då kan **det i stället för tystnadsplikt vara anmälningsplikt som gäller** enligt barnskyddslagen. Likaså kan det i ett ärenden som gäller intressebevakning vara viktigt att handla mot tystnadsplikten. Det kan gälla en dement människa som inte kan ta hand om sig själv eller en person som är i beråd att begå självmord. Då vore det oansvarigt att inte ingripa.

Uppgift: Se tystnadspliktens krav nedan! Diskutera: Vem är utomstående?

Tystnadspliktens krav

1. **Berätta inte** för en utomstående vem du besöker.
2. Berätta inte för någon (inte heller din make/maka) vad du och den du besökt talat om under besöket.
3. **Gör inte anteckningar** om den besökta eller vad ni pratat om.
4. Det är tillåtet och nödvändigt att ibland samtala om det som skett i mötet med den du besöker men gör det inte på samlingar för besökare.
5. **Handledning är viktigt** och det bryter inte mot reglerna att tala om olika situationer bara den besöktas identitet inte röjs. Gör det med någon som har tystnadsplikt och handledarutbildning.
6. Kom ihåg att tystnadsplikten gäller också efter avslutat uppdrag dvs. 50 år efter klientens död.

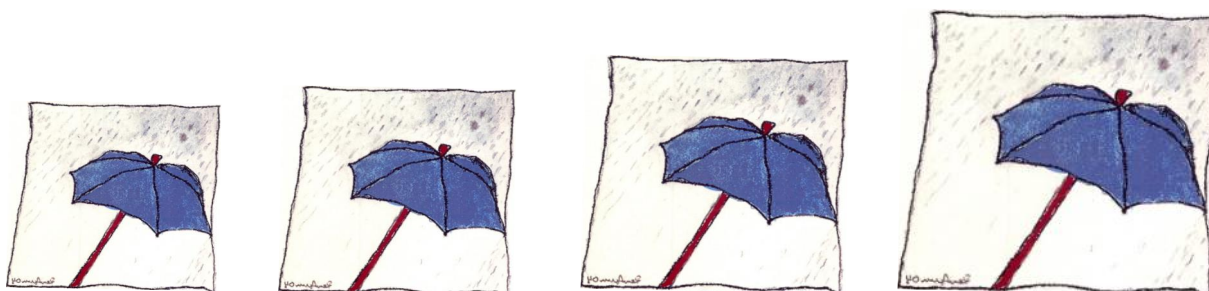
Etik och människosyn

Vi har alla en grundläggande syn på hur vi uppfattar våra medmänniskor. Hur vi bedömer och bemöter våra medmänniskor hör ihop med våra normer och värderingar.



Många av de värderingar som tidigare varit gällande har luckrats upp. Människovärdet tenderar att underställas ekonomiska intressen och effektivitetstänkande. Människan värderas enligt sin nytta och sin funktion i samhället.

Det här är främmande tankegångar för den kristna människosynen. Jesus såg i varje människa en varelse skapad till Guds avbild. Han bedömde inte människor ur nyttyosynpunkt utan såg alla människor som kom i hans väg som värda att älskas för sin egen skull. För honom hade nationalitet, samhällsklass, intelligens eller prestationer ingen betydelse. Han såg de udda och utstötta. Han visade omsorg om barnen och avvisade det kvinnoförakt som var rådande i den tidens samhälle. Jesus visade på en Gud som är solidarisk med de små människorna; en Gud som ser människans nöd och kriser och som inte trycker ned den som är svag utan som vill upprätta. Den människosynen ska vara kännetecknande för oss kristna.

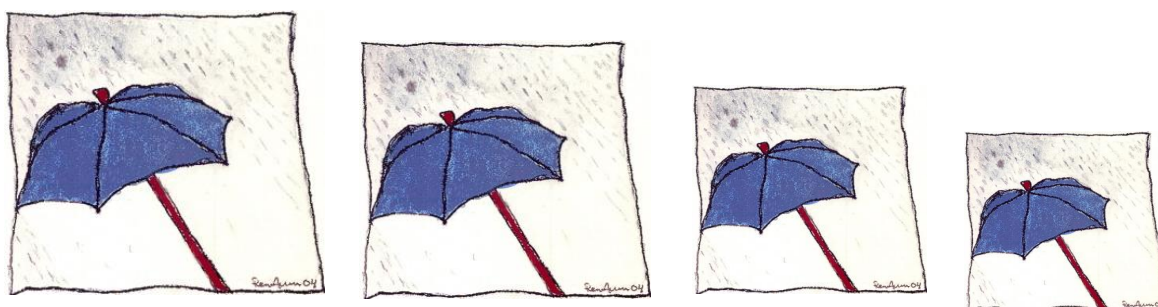


I besöksrelationen får vi bekräfta den andra som en människa som Gud älskar. Många känner sig onyttiga och värdelösa men vårt värde är inte beroende av färdigheter. Varje människa är unik och okränkbar och har sitt värde från livets början till dess slut.

Integritet. Respektera därför den du besöker. Hon har rätt till sina åsikter. Hon har handlingsfrihet och ansvar. När vi kommer på besök till en annans hem gör vi det på en inbjudan. Vi ska vara finkänsliga i våra frågor så att vi inte trampar in oönskat på sådana områden som vännen vill hålla för sig själv. Om hon t.ex. inte vill ha besök av hentjänsten, en församlingsanställd eller en läkare måste du respektera det.

”Vad vill du att jag ska göra dig?” är en fråga som kan visa vägen i besökstjänsten. Någon enstaka gång kan det ändå hända att vi måste ingripa mot den besöktes vilja. Det kan gälla en dement människa som inte kan ta hand om sig själv eller en vän som är i beråd att begå självmord. Då vore det oansvarigt att inte ingripa. Men det är viktigt att vi inte tar över mer ansvar än situationen kräver.

Självkännedom. Som besökare behöver vi en viss kunskap om oss själva. Vår personlighet är vårt arbetsinstrument. Vi behöver veta vilka starka och svaga sidor vi har och undvika situationer som vi inte klarar av.





Goda råd

Lyssna! Vår viktigaste uppgift som besökare är att lyssna aktivt.

- Vilka behov har hon?

- Vilka är hennes sorger och problem?

Att lyssna är inte enbart teknik utan en positiv, vetgirig och intresserad attityd. Iaktta också gester, miner, ansiktsuttryck och kroppshållning.



Fråga öppna frågor: Frågor som kan besvaras på många sätt i stället för ja och nej. Då kan den som svarar välja vad hon vill berätta Till exempel: Vill du berätta om... Vad tycker du... Vad hände efter det...

Fråga inte varför? Det kräver förklaringar.



Klargörande frågor: När vi lyssnar till en annans berättelse händer det att hon berättar på ett sätt som gör att vi inte förstår. För att vara säker på att det inte kan uppkomma missförstånd kan vi ställa klargörande frågor. Vad menar hon när hon säger: "Ingen förstår mig?" Fråga: "Vem är det som inte förstår dig? Hur har du märkt att ingen förstår dig?" På det sättet kan vi hjälpa henne att också för sig själv klargöra vad hon menar.



Empati. När någon talar om svåra saker önskar den som talar att vi ska förstå henne och bekräfta hennes situation. Det kan vara viktigt att våga vara nära. Empati är inte det samma som sympati eller medlidande - Då kommer vi alltför nära och blir känslomässigt involverade och har svårt att hjälpa henne eftersom vi blir lika hjälplösa som den vi vill hjälpa.

Pinsam tystnad. Ibland kan det uppstå situationer när samtalet tystnar. Det kan kännas pinsamt för båda, speciellt om det händer i början av en relation när man inte känner varandra så väl. Om det uppstår en sådan spänd tystnad är det bra att bara småprata om all dagliga saker tills samtalet kommer igång igen.



En god tystnad. Det är också viktigt att bli tyst ibland. En god tystnad ger utrymme för eftertanke, så att nya tankar formas. Den är inte farlig utan kan vara meningsfull och vilsam.



Någon gång kan tystnad förmedla hjälplöshet, aggressivitet eller ångest. Det är en destruktiv tystnad som behöver brytas. Därför är det viktigt att lyssna in atmosfären.



Hur brukar du inleda ett samtal?

Känner du någon som det är lätt att samtala med? Vad är det som gör det till ett gott samtal?

Hinder i samtalet



Ett allmänt behov av att försvara och förklara

Vi behöver inte försvara kyrkans och andra människors misstag.



Ett behov av att förändra attityder och uppfattningar

Det är inte vår uppgift att berätta hur den vi besöker ska leva sitt liv. Försök inte att omvända henne! Vi kan samtala men måste respektera hennes val även om de inte stämmer med våra.



Moralisera inte men var moralisk

En människa som är rädd att bli dömd av besökaren vågar inte anförtro henne sina problem.



Att undvika att tala om det som är svårt

Det är viktigt att vi vågar vara närvarande och orkar lyssna när en människa berättar om svårigheter hon gått igenom. Om vi glider över det och börjar tala om något annat känner hon sig besviken.



Att besluta för andra

Det är endast när en människa är farlig för sig själv eller så dement att hon inte kan sköta sig själv som vi kan ingripa i hennes liv.



Att smickra

Vi ska vara ärliga. Om vi inte hittar något positivt att säga till den vi besöker är det lika bra att inte säga någonting alls.

Konsten att samtala

Gråt. Ibland händer det att den vi besöker börjar gråta.

Det kan vara jobbigt både för dig som besökaren och den du besöker om man inte är van att gråta inför andra människor.



I vårt samhälle uppfattas gråten som mycket privat men helande funktion. Den frigör känslor som kanske länge gömmts undan. Då kan man börja bearbeta dessa känslor och kanske lämna dem bakom sig. Visa och uttryck i ord att det är tillåtet att gråta. Du behöver inte trösta eller tala utan låta henne gråta. När gråten ebbat ut kan du fråga om hon vill tala om det svåra.

Tröst. Det är mänskligt att vilja trösta. Att kunna säga de rätta förlösande orden. Samtidigt har de flesta av oss försökt trösta med ord som: ”Du ska se att det ordnar upp sig” eller ”gråt inte det blir nog bättre” eller ”Gud kan göra allting bra”. Det är försök att lätta på stämningen men ingen verklig tröst. Den som har det svårt kan snarare efteråt känna sig ännu mera ensam och utelämnad i sin sorg. **Verklig tröst** innebär att vi vågar möta vår vän och dela hennes verklighet också när hon är som mest förtvivlad och lessen. Bara det att vi vågar vara nära kan visa på att det finns hopp. Trösten kan vara att vi vågar dela tystnaden tillsammans och kanske ge en kram. Ibland kan hon behöva hjälp med praktiska saker. ”Vad vill du att jag ska göra för dig?” är ofta användbar i den här situationen.

Råd. Som besökare kommer vi ibland i den situationen att man frågar oss om råd. Ibland kan ett gott råd vara på sin plats men det är ändå skäl att vara försiktig med att ge råd. Man kan belysa en fråga från olika sidor. Ta i beaktande olika lösningförslag och fundera på konsekvenserna av de olika lösningar som kommer fram. Det är ändå din vän som skall besluta hur hon gör också om du tycker att hon väljer ”fel”. Varje människa måste få göra sina egna val och ta ansvar för sitt liv.

Franciskus bön

Herre gör mig till ett redskap för din frid
där hat finns, låt mig få föra dit kärlek,
där ondska finns,
låt mig få komma med förlåtelse,
där oenighet finns,
låt mig få komma med enighet,
där tvivel finns, låt mig få komma med tro,
där osanning finns, låt mig få komma med sanning,
där förtvivlan finns, låt mig komma med hoppet,
där sorg finns, låt mig komma med ljuset.

O, gudomlige Mästare: låt mig sträva inte så
mycket efter att bli tröstad som att trösta,
inte så mycket efter att bli förstådd som att förstå,
inte så mycket efter att bli älskad som att
älska.

Ty det är genom att ge som man får,
genom att förlåta som man blir förlåten,
och genom att dö som man uppstår till evigt liv.

