



SSRF | CENTRUM FÖR SJÄLAVÅRD & SAMTALSTERAPI

# FRÅGEFORMULÄR FÖR SAMTAL

MED EXISTENTIELLORIENTERAD INRIKTNING AV PSYKOTERAPI

**SSRF**

**CENTRUM FÖR SJÄLAVÅRD & SAMTALSTERAPI**

Svenska Samfundet för Religionsintegration & Frihetsbejakande rättigheter





## **SSRF | CENTRUM FÖR SJÄLAVÅRD & SAMTALSTERAPI**

**Svenska Samfundet för Religionsintegration & Frihetsbejakande rättigheter**

[www.ssrff.nu](http://www.ssrff.nu)

[info@ssrf.nu](mailto:info@ssrf.nu)

070 24 83 783



# SSRF

## Svenska Samfundet för Religionsintegration & Frihetsbejakande rättigheter

Samfundet för alla människors lika värde som förespråkar kulturell och andlig förståelse genom att förena vetenskap och religion

### **Inriktning, syfte och mål:**

Svenska Samfundet för Religionsintegration & Frihetsbejakande rättigheter (SSRF) är ett fristående samfund som grundar sitt arbete på religionsintegration och frihetsbejakande rättigheter.

SSRF följer FN:s vägledande riktlinjer för alla människors lika värde där SSRF förespråkar värdighet och rättvisa åt alla genom de mänskliga rättigheterna.

SSRF följer även den svenska lagen om religionsfrihet där SSRF förenar vetenskap och religion genom kulturell och andlig förståelse.

SSRF inriktar främst sin verksamhet åt utbildningar. SSRF är ett registrerat trossamfund vilket gör att du kan känna dig helt trygg med kvalitén på våra yrkesutbildningar.

SSRF Utbildningscenter är ett distansbaserat utbildningscenter med utbildningar på distans inom området för beteende- och religionsvetenskap med existentiellorienterad inriktning.

Inom detta område kan du utbilda dig till Diplomerad Självvårdare med existentiellorienterad inriktning samt Certifierad Samtalsterapeut med existentiellorienterad inriktning av psykoterapi.

SSRF:s mål och syfte är att skapa utbildningsmöjligheter som leder till arbete för alla människor med intresse för personlig utveckling, andlig förståelse och mänskligt växande oberoende av trosinriktning. Detta gör SSRF genom att förena vetenskap och religion med syfte att skapa en ökad förståelse för alla människors lika värde och rätt till utbildning som leder till jobb.

SSRF är organisationen som skapar framtidens jobb med arbetsmöjligheter för dig som vill ägna dig åt personlig utveckling, andlig förståelse och mänskligt växande.

## Samtal

med existentiellorienterad inriktning av psykoterapi

### Vad innebär en existentiellorienterad inriktning?

Existentiellorientering innebär en inriktning på den mänskliga existensen och betonar individens ansvar att själv välja hur livet ska formas och som utgår från den enskilde människans situation.

### Mer om en existentiellorienterad inriktning av psykoterapi

**Kanske** känner du en längtan att få upptäcka dig själv, dina talanger och gåvor och komma vidare på din väg genom livet?

**Kanske** vill du hitta ett nytt hem, men vet inte var?

**Kanske** vill du finna ett nytt jobb och en ny karriär, men vet inte hur?

**Kanske** vet du precis vad du vill, men vet inte hur du ska ta dig dit?

**Kanske** vet du inte alls vad du vill, men har en innerlig önskan att få veta?

**Kanske** känns det som om där hela tiden finns en djup kronisk depressiv känsla och du vill veta varför?

**Kanske** känns det som om du är osäker på din väg och hur du ska gå vidare, trots alla år av ansträngningar med din egen personliga utveckling?

**Kanske** känns det som om du är ensam trots alla dina vänner och önskar finna mer likasinnade vänner?

**Kanske** känns det som om du ännu inte har hittat din rätta partner, eller att du inte upplever den nivån av förtrolighet som du önskar med din partner och har en innerlig önskan att få uppleva detta?

**Kanske** undrar du om livet ska se ut så här och du ställer dig ofta frågan: *"Det måste finnas ett annat sätt att leva livet på"*?

### Kan du känna igen dig?

Då har du hamnat helt rätt och du är långt ifrån ensam. Många människor ställer sig själv dessa frågor.

Oavsett vilket vägskäl i livet du står inför, så kom ihåg att du inte behöver stå ensam i denna fas av ditt liv.

En existentiellorienterad inriktning av psykoterapi har en hälsobefrämjande karaktär där personlig utvecklingslära, andlighet, beteendevetenskap och religionspsykologi används som grundläggande verktyg i den personliga livsvägledningen.

Syftet är att röra sig mot ökad helhetskänsla genom personlig utveckling, andlig förståelse och mänskligt växande.

Målet är att förverkliga sig själv och de egna långsiktiga livsplanerna.

I samtalen används en lösningsfokuserad metod med praktiska inslag för att bli mer aktiv och att på ett mer effektivt sätt använda sina egna förmågor till att åstadkomma en önskad förändring genom att förändra sin syn på sig själv.

Existentiellorientering innebär en inriktning på den mänskliga existensen och betonar individens ansvar att själv välja hur livet ska formas och som utgår från den enskilda människans situation.

Ibland kanske det känns som om där finns ett stort gap mellan där du befinner dig just nu och till dit du vill komma.

Man försöker oftast i det här stadiet att tänka ut en lösning, men hur mycket man än funderar så händer ingenting. Det blir bara fler och fler tankar som maler i huvudet och det kan kännas som om tankarna har ett eget liv och man bara följer efter. När detta pågått en längre tid så kan fysiska och emotionella problem ge sig till känna. Kanske får man smärta i kroppen, ångest, en kronisk depressiv känsla, trötthet, brist på tillit till sig själv och sin omgivning, man känner sig instängd och ofri och livet känns ganska innehållslöst och tråkigt.

När detta tillstånd uppträder i ditt liv kan du vara säker på att en förändring av något slag är på väg att inträffa.

Det är inte en fråga om NÄR, utan en fråga om HUR.

Du längtar efter att få vidareutvecklas och växa som människa. Detta är inget konstigt utan fullt naturligt och det behöver inte betyda att något är fel. Ibland visar vår nuvarande situation på att det är dags att växa, inte bara på ett personligt sätt utan även i psykisk och andlig förståelse.

Vi tvingas då söka djupare och ta ansvar för hur vi behöver förändra vårt tänkande eller beteende.

Oftast är vi människor rädda för förändringar, men förändringens väg behöver inte vara skrämmande utan väldigt glädjefyllt, där både hjärta och intellekt kan vara dina vägvisare. Ibland räcker det med att lära sig förstå sig själv bättre.

Genom våra samtal kan du få hjälp med att avlägsna det som håller dig tillbaka och blockerar din väg till att förverkliga dig själv.

Varmt välkommen! Nu startar din resa och process till en ny riktning i livet med hållbara livsförändringar.

*"Spiritus contra Spiritum"*

*-Carl Gustav Jung-*

I våra samtal hämtar vi inspiration från Jungs citat: *"Spiritus contra Spiritum"* som betyder *andlighet som motgift till missbruk*. Det vill säga vi byter ut beroendet mot andlighet.

Beroendet är allt som hindrar oss från att leva det liv vi vill. Andlighet är att lära sig ha tillit till en högre kraft och att lita på att det finns något som är större än vad vi själva är och som bara vill vårt bästa.

## FRÅGEFORMULÄR

Namn:

E-post:

Födelsedata (ååååmmdd):

Adress:

Telefon:

Nuvarande sysselsättning:

Berätta om dig själv och vad du har för mål med våra samtal *(det finns mer utrymme att skriva på i de tomma sidorna längst bak i formuläret):*

Vilket område i ditt liv vill du ha mer hjälp och vägledning med (ringa in ett eller flera alternativ) \*

- Arbete. Allt som har med arbete och inkomst (pengar) att göra
- Familj och kärlek. Allt som har med barn, föräldrar och kärlekspartner att göra
- Hälsa. Allt som har med ditt välbefinnande att göra gällande kost, motion, kroppsideal etc.
- Vänner. Allt som har att göra med dina relationer utanför familjen
- Fritid. Allt som har att göra med det du gör utanför ditt arbete
- Andlighet. Allt som har med den inre världen att göra. Det själsliga livet
- Annat:

Mer utförlig förklaring till ovanstående val:

Vad innebär "en ny riktning i livet" för dig?

Vad är andlighet för dig?

Vad tror du är ditt "beroende"? (Beroende är allt som hindrar dig från att leva det liv du vill):

Vad innebär självförverkligande för dig? Vad betyder det för dig att förverkliga dig själv?

Annat som du tycker är viktigt att berätta inför våra samtal:

Godkännande:

Jag har läst och godkänner följande policy



# Etisk policy

Respekteras och följs av alla SSRF utbildade och godkända Självvårdare och Terapeuter.

## Etiska regler för SSRF:s självvårdare och terapeuter

- Terapeuten uppfattar, förstår och respekterar klientens behov av integritet.
- Terapeuten särbehandlar inte kundernas beroende på deras samhällsställning, livsåskådning, etnicitet, kön eller sexuella läggning.
- Terapeuten har tystnadsplikt och respekterar förtroenden.
- Terapeuten inser sitt ansvar i arbetet med klienten.
- Terapeuten arbetar alltid för klientens hälsa och välbefinnande.
- Terapeuten utövar det som hen är utbildad inom.
- Terapeuten rekommenderar annan behandling när klienten så behöver, till exempel till hälso- och sjukvården.
- Terapeuten genomför endast motiverade undersökningar.
- Terapeuten ger inte behandlingar som klienten inte behöver eller vill ha.
- Terapeuten uttalar sig inte nedsättande om andra terapeuter eller kollegor.
- Terapeuten har kunskap om de lagar och avtal som berör verksamheten.
- Terapeuten med eget företag följer god företagssed.
- Terapeuten är seriös i sin prissättning.
- Terapeuten marknadsför sig sakligt och korrekt.

## RELATION TERAPEUT – KLIENT (Med klient avses individ, par, grupp eller dyl.)

- Terapeut-klientrelationen är en yrkesmässig relation.
- Terapeuten skall visa respekt för klientens önskemål, behov, val och gränser.
- Terapeutens mål är att öka klientens medvetenhet, stödja personlig utveckling, ökad självständighet och förmåga att själv ta eget ansvar.
- Terapeuten skall vara medveten om och ta hänsyn till betydelsen av den bindning som uppstår i klient – terapeutrelationen.
- Terapeuten får inte för egen vinning utnyttja denna bindning i någon form. Terapeuten skall vara varsam med att relationen till klienten inte utvecklas till nära vänskap och familjär relation förrän den terapeutiska processen enligt båda parterna är helt avslutad.
- Sexuella anspelningar i form av överlagda eller återkommande kommentarer, gester eller fysisk kontakt som kan uppfattas som sexuella närmanden, får inte förekomma.
- Terapeuten skall vara medveten om när egna andra relationer och yttre åtaganden är i konflikt med klientens intresse. När en sådan intressekonflikt uppstår, är det terapeutens ansvar att värna om klientens integritet.
- Terapeuten skall undvika att utöva terapi i sina nära relationer t.ex. familj, vänner och kollegor.

## KOMPETENS

- Terapeuten skall alltid reflektera över sin egen kompetensnivå, sina värderingar och attityder. När terapeuten blir varse sin begränsning skall terapeuten konsultera en kollega eller handledare. Det kan också vara lämpligt att hänvisa klienten till annan terapeut.
- Terapeuten har ansvar för att underhålla sin personliga och yrkesmässiga utveckling genom egen terapi, regelbunden handledning, fortbildning och/eller forskning.

## **SEKRETESS**

- Terapeuten har tystnadsplikt i sitt mellanhavande med klienten. När en terapeut tvivlar om gränserna för sekretessen skall terapeuten söka handledning.
- Klienten skall alltid informeras om att sekretessen kan brytas vid tillfällen då klienten bedöms som farlig för sig själv eller omgivningen.
- När terapeuten önskar använda speciell information om klienten som han fått under terapin – i ett föredrag eller skrift skall alltid klientens tillåtelse inhämtas och anonymiteten bevaras.
- Alla godkända certifierade Terapeuter använder sig av anamnes och skriver journal. Både för klienten och terapeutens säkerhet.
- Ingen journal förs vid självavårdssamtal.

## **ANSVAR**

- Terapeuten skall endast ta emot klienter som hon/han har professionell kompetens att behandla.
- Kontrakt med klienter – skriftligt eller muntligt – upprättas vad gäller avgift, tider, betalningsrutiner, ledigheter, avbokningar från såväl klient som terapeut. Terapins längd och avslut skall diskuteras och ömsesidigt godkännas.
- Terapeuten är ansvarig för gränssättandet mellan terapeut och klient vad gäller yrkesmässig och social relation.
- I händelse av personlig relation skall terapeuten överväga sin professionella roll i sitt förhållande till klienten.
- Terapeuten skall se till att den fysiska omgivningen runt klienten under terapisituationen är säker.
- Terapeuten rekommenderas att teckna en ansvarsförsäkring.
- Terapeuter utger sig aldrig att kunna bota någon sjukdom. Terapeuten är väl medveten om kvacksalverilagen.
- Alla verksamma diplomerade Självavårdare och certifierade Terapeuter arbetar seriöst och professionellt.
- Alla verksamma Självavårdare och Terapeuter arbetar med hjälp till självhjälp och hjälper klienten att själv komma till rätta med sitt problem. Klienten har ett egenansvar till att själv försöka göra det bästa av sin situation och att uppnå sitt mål. Genom att kryssa för godkännanderutan ovan anser sig klienten fullt frisk bortsett ifrån det klienten söker hjälp för. Terapeuten har därför inget vidare ansvar i denna fråga.









