

Samtalsmottagning för Äldre Österlen



**SAMARITER
HEMMET**
DIAKONI

En värld utan äldre är som ett träd utan rötter

Samtalets märkvärdiga kraft

När man blir äldre, får de existentiella frågorna naturligt nog en större tyngd och många känner ett stort behov och ökande behov av att få samtala. Känslan av att livet är ändligt finns närvarande. Den äldre kan i sin utsatthet behöva värna om sin integritet; söka nya perspektiv på negativa händelser som inträffat under livsresan och försöka få en bättre förståelse för varför livet blev som det blev. När man bli äldre, kommer dessutom minnen och känslor från barndomen tillbaka med oväntad kraft. Men man vill också gärna tala om det konkreta, göra något bra av det liv man lever nu. Man söker ofta hjälp för att bearbeta sorg och förluster; för att tala om relationer till sin partner, till syskon och barn.

För många innebär det en stor omställning att vid pensioneringen gå från arbetslivet med dess struktur och kamratumgänge till att skapa en ny tillvaro som känns meningsfull. På ett mer övergripande plan kan det handla om att acceptera att man har förlorat förmågor; om att våga ge upp gamla vanor och beteenden och om att bejaka nya behov.

Samtalsmottagningen för äldre erbjuder kostnadsfria samtal med legitimerade psykoterapeuter, alla med tystnadsplikt. Som äldre har man i regel lättare för att öppna sig för en terapeut som själv är äldre och som har lång livserfarenhet. Därför är terapeuterna som är verksamma på mottagningen 60 plus, med egen erfarenhet av att åldras. Samtalsmottagningen erbjuder terapeutiska samtal men ingen längre psykoterapeutisk behandling.

Känslan av att tiden är begränsad kan ge den hjälpsökande äldre modet att snabbt ta itu med sina svårigheter i samtalen. En upplevelse av att det är nu det gäller, nu eller aldrig. Att det inte finns så mycket att förlora, men desto mer att vinna. Med terapeutens hjälp kan man komma ur gamla tankebanor och öppna upp för nya tänkesätt. Även sådant som från början verkar vara mindre förändringar kan komma att få avgörande positiva följder.

Så här berättar en hjälpsökande om hur det var att gå i samtal hos en psykoterapeut;

– Ja, det betyder så mycket så det kan jag inte beskriva. Jag fick tipset av en klok mycket nära vän – att jag skulle tala med den här psykoterapeuten. Vad hon åstadkom för mig! Det var ju inte så att hon talade om att så och så ska du göra men vad hon gjorde var att hon lät mig tala. Hon lyssnade på mig; hon lyssnade. Jag fick tala. Jag fick på något sätt ösa ur mig allt det här som jag hade inom mig – att gå ner på djupet. Att gå ner i djupet är det svåraste och det skulle vi behöva göra så mycket mer och ta locket av alla dessa bördor. Tigandet har ställt till med så mycket lidande.

Åldrande är utveckling – inte avveckling!

Samariterhemmet

Samtalsmottagning för Äldre Österlen

Terapeutiska samtal per telefon eller på samtalsmottagningen

Kyrkans Hus Allgatan 7, Simrishamn

Telefontid tisdagar 9.00 – 11.00

 0730 20 45 19

Samtalsmottagning2@samariterhemmet.se

www.samariterhemmet.se/samtalsmottagning

Samariterhemmet Diakoni är en organisatoriskt och ekonomiskt självständig stiftelse inom Svenska kyrkan som driver Samtalsmottagning för Äldre Österlen i samarbete med Gärsnäs-, Simrishamns- och Tomelillabygdens församlingar.

Svenska kyrkan 

Psykoterapeuter verksamma vid mottagningen



Thomas Ahlner

Socionom, leg psykolog, leg psykoterapeut, handledare och kristerapeut



Katarina Johansson

Leg psykolog och leg psykoterapeut/kbt



Claes Parck

Socionom, leg psykoterapeut, handledare, specialkompetens i beroendeproblematik



Ann Stevens

Leg sjukgymnast, leg psykoterapeut

Verksamhetschef

Charlotte Engel, Teol dr diakon
Samariterhemmet Diakoni

