

Hingehoid, BA

Maht. 6 EAP (36 akadeemilist tundi loengud/seminarid ja 120 tundi iseseisvat tööd)

Õppejõud: Monika Lige, monikalige@gmail.com

Õppeaasta: 2024/25, BA tase

Õpiväajundid. Ainekursuse läbinud üliõpilane:

- 1) tunneb hingehoiu ja nõustamise põhikoolkondi ja mõisteid;
- 2) mõistab hingehoidliku kontakti ja nõustamissituatsiooni olemust;
- 3) oskab kavandada ja läbi viia hingehoidlikku vestlust, rakendades eesmärgipäraselt lihtsamaid nõustamisvõtteid;
- 4) rakendab vastutustundlikult hingehoidlikus nõustamises usulisi praktikaid;
- 5) tunneb kriisi ja leinaprotsessi kulgu ning oskab nendega arvestada;
- 6) hindab oma kompetentsuse piire ja vajadusel aitab nõustataval leida erialast abi;

Hindamine

Hindamismeetodid (HM 1-5)		Hindamiskriteeriumid
1. Eneseanalüüs teemal „Kriisid ja/või lein minu elus.”	15. nov 2024 ME	Eneseanalüüsi kirjutamisel on lähtunud isiklikust kogemusest ning toetunud loengus käsitletud kriisi- ja leinateooriatele ning ainekavas välja toodud teemakohastele kirjandusallikatele. Eneseanalüüsis on <ul style="list-style-type: none">• kriisi- ja/või leinateooria ning etapid/staadiumid kirjeldatud• kirjeldatud ning õpituga seostatud enda kriisi- ja/või leinaprotsess, selle kulg ja etapid/staadiumid, lähtudes loengus õpitud teooriatest ja teemakohasest kohustuslikust kirjandusest• kirjeldatud kriisi- ja/või leinaprotsessis oleva abivajaja toetamine, lähtudes loengumaterjalidest ja teemakohasest kohustuslikust kirjandusest Eneseanalüüsi pikkus 1550-1650 sõna
2. Essee „Hingehoiu olemus, selle praktiline väljendumine ja rakendamine koguduses”	05. jaan 2025 ME	Essee annab edasi vaate hingehoiu olemusest, määratlusest ja praktilisest väljendumisest. Essee lähtub ainekavas välja toodud teemakohasest kohustuslikust kirjandusest ja loengu materjalidest, sidudes omapoolse vaate ja õpitud teooria ühtseks loogiliseks tervikuks. Essees on: <ul style="list-style-type: none">• hingehoiu mõiste ja määratlus selgelt välja toodud ja olemus kirjeldatud• arutletud hingehoidliku olemusega koguduse teemal. Seisukohti on põhjendatud ja seostatud kohustusliku teemakohase kirjandusega ning loengu materjalidega• nimetatud, kirjeldatud ja põhjendatud hingehoiu

		<p>võimalikud probleemkohad ja väljakutsed</p> <ul style="list-style-type: none"> • nimetatud, kirjeldatud ja põhjendatud põhiliste hingehoidlike meetodite kasutamine koguduse hingehoius • nimetatud, kirjeldatud ja põhjendatud lihtsamate nõustamisvõtete rakendamine koguduse hingehoius • kirjeldatud ja analüüsitud enda võimalusi hingehoiuaines õpitud teadmisi rakendada <p>Essee pikkus on 1550-1650 sõna</p>
3. Praktikum – harjutus/rollimäng „Hingehoidlik abistamine koguduses”	09. jaan 2025 ME	<p>Osalemine praktilisel harjutusel/rollimängul auditooriumis.</p> <p>Praktikumis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • hingehoidliku situatsiooni konstrueerimine ja esitlemine paarides • õpitud kohaste teooriate valimine, arvestamine ja nende rakendamine abistamisprotsessis • meetodite valimine ja kohane rakendamine hingehoidlikul nõustamisel • hingehoiusuhte loomine ning protsessi arendamine ja lõpetamine • probleemide ja väljakutsete märkamine ja käsitlemine hingehoiusuhtes • hingehoidja rolli mõtestamine

Hindamine on mitmeeristav. Lõpphinde (ME) annab praktikumis osalemine ja esitatud tööde hindamiskriteeriumitele vastavus ning õigeaegne esitamine.

Õppeprotsess

Igaks loenguks ja praktikumiks tuleb läbi lugeda ettenähtud kirjandus.

	<i>Eeltöö</i>	<i>Teemad</i>	<i>Õppejõud</i>
August 6t	<p>Loe: T. Lehtsaar, jt “Suundumusi nüüdisaegses hingehoius.” https://usuteadus.ee/wp-content/uploads/2015_1%20(68)/Lehtsaar.pdf</p> <p>P. Kettunen “Aitav kohtumine I. Hingehoiu alused ja teoloogia” (lk 136-181)</p>	<p>Hingehoiu mõiste, alused, põhimõtte ja koolkonnad. Kaasaegsed suundumused hingehoius. Hingehoiu väljakutsed ja probleemid.</p> <p>Grupitööd, arutelud, praktilised harjutused.</p>	Monika Lige
Oktoober	<p>Loe: V. Kast “Lein” https://raulpage.org/lein/lein.pdf</p>	<p>Kriisi tunnused, etapid, kulg. Läbipõlemine.</p>	Monika Lige

12t	E. Kübler-Ross, D. Kessler "Leinast ja leinamisest. Leinale tähenduse andmine. Leina viis staadiumi"	Leina faasid. Leina protsess. Lapse lein. Suitsiid. Surm. Grupitööd, arutelud, praktilised harjutused.	
Novem-ber 6t	Loe: P. Kettunen "Aitav kohtumine I. Hingehoiu alused ja teoloogia" (lk 7-70, 71-135, 182-264) T. Lehtsaar "Hingehoiu psühholoogia"	Hingehoidlikud meetodid ja teemad. Hingehoid koguduses. Võimalused ja vahendid hingehoiuks. Töö erinevate sihtgruppidega. Grupitööd, arutelud, praktilised harjutused.	Monika Lige
Detsem-ber 6t	Loe: J. McLeod "Nõustamisoskus"	Nõustamise alused, protsess, ülesehitus. Kontakti loomine ja vestlus. Grupitööd, arutelud, praktilised harjutused.	
Jaanuar 6t		Praktikum: harjutus/rollimäng - hingehoidlik abistamine koguduses	Monika Lige

Kohustuslik kirjandus:

- Tõnu Lehtsaar. *Hingehoiu psühholoogia*. Tallinn, Logos AS, 2015.
- Paavo Kettunen. *Aitav kohtumine I. Hingehoiu alused ja teoloogia*. Tallinn, UI, 2016.
- John McLeod. *Nõustamisoskus. Episoodilise nõustamise käsiraamat: mida teha, kui inimesel on vaja rääkida*. Väike Vanker, 2021.
- Elisabeth Kübler-Ross, David Kessler. *Leinast ja leinamisest. Leinale tähenduse andmine. Leina viis staadiumi*. Tänapäev, 2019.
- Verena Kast. *Lein. Süvapsühholoogiline uurimus. Psüühilise protsessi faasid ja nende ületamise teed*. Johannes Esto Ühing, 1998.
<https://raulpage.org/lein/lein.pdf>

Soovituslik kirjandus:

- Frank Minirith, Paul Meier. *Õnn on enda teha*. Tallinn, Logos, 2000.
- Adolf Köberle. *Hingekarjase hingehoid*. Tallinn, Logos, 1995.

- Tõnu Lehtsaar. *Hingepilk*. Tallinn, Logos, 1994.
- Kirsti Aalto, Raili Gothóni. *Inimese kõrval. Hingehoiu õpik*. Tallinn, UI, 2010.
- Kristi Aalto. *Hospitteenus surija toetajana*. SA Vähihaigete Toetusravi, 2013.
- Aarno Sainio. *Kristliku hingehoiu põhimõtted*. Tallinn, Logos, 2002.
- Wilfrid Stinissen. *Vaimuteraapia. Vaimulik teejuhatust ja hingehoid*. Kirjastus TP 2007.
- Naatan Haamer. *Aeg parandab hoolitsetud hingehaavad. Arutlusi ja nõuandeid kriisidega toimetulekuks ning sellest, kuidas üksteisele keerulisel ajal toeks olla*. Pilgrim, 2021.
- Kari Ruotsalainen. *Hingehoidja muutuvad rollid*
<https://kjt.ee/2013/12/hingehoidja-muutuvad-rollid/>
- Tõnu Lehtsaar, Kaido Soom, Olga Schihalejev. *Suundumusi nüüdisaegses hingehoius*.
[https://usuteadus.ee/wp-content/uploads/2015_1%20\(68\)/Lehtsaar.pdf](https://usuteadus.ee/wp-content/uploads/2015_1%20(68)/Lehtsaar.pdf)
- <https://cancer.ee/wp-content/uploads/2018/03/L%C3%A4hemalt-leinast-ja-kaotusega-hakkama-saamisest.pdf>