

# **Södertullskyrkan i Uddevalla – Information om tystnadsplikt, andlig vägledning & övriga samtal**

**KLICKA HÄR TILL HEMSIDAN**

[www.sodertullskyrkan.se/2011pastor.html](http://www.sodertullskyrkan.se/2011pastor.html)

## **OM TYSTNADSPLIKT**

Som pastor har jag lagstadgad tystnadsplikt och jag har lovat att inte föra vidare det jag fått höra i ett enskilt samtal. Det innebär att du kan komma till samtal hos mig och veta att det du säger, inte blir sagt någon annanstans, det stannar i rummet.

Jag erbjuder tre typer av samtal som ligger under tystnadsplikten:

### **Självvårdssamtal, stödsamtal och andlig vägledning.**

I Södertullskyrkan har vi ett samtalsrum där vi kan träffas och jag kan också komma hem till dig. När vi träffas första gångerna kan du bestämma om du känner förtroende för mig och vill fortsätta att samtala.

Kontakta mig på 070-353 87 24 (telefonsvarare när jag är upptagen)

Välkommen!

*Pastor Pär Arkbro*

## **OM ANDLIG VÄGLEDNING**

Längtar du efter att få utveckla din tro och din relation till Gud?

I den andliga vägledningen handlar samtalet om att försöka höra Guds röst i vår vardag.

Den andliga vägledningen har vuxit fram i en Ignatianska tradition och med hjälp av enkla, vardagliga övningar, bibeltexter och böner kan vi hjälpa varandra att fördjupas i vår Guds relation. I vägledningssamtalet lyssnar vi efter Guds röst i våra liv.

Vägledningen är också en form av självvård där vi utgår från Gudsrelationen och hur den påverkar vår bild av oss själva och andra.

Andlig vägledning kan se med olika tidsperspektiv, intensivt över en kort period, regelbundna samtal under en längre tid.

Har du frågor om vägledningssamtal, hör av dig - Pär Arkbro 070-353 87 24

## **OM STÖDSAMTAL**

Har du svårt att få livet att gå ihop och behöver bryta negativa och destruktiva mönster?

Kanske går du igenom en sorg, har en vän som är sjuk och som du måste stödja själv?

Kanske är du tillsammans med någon som lever i missbruk?

I detta samtal kan du få prata om det som är din vardag och få perspektiv på vad du behöver acceptera och vad du kan få mod till att förändra.

Samtalet kan pågå regelbundet under en längre tid.

Pär Arkbro 070-353 87 24

## **OM SJÄLAVÅRDSSAMTAL**

Självvårdssamtalet är ett samtal som handlar om dig, dina frågor om livet, sorger och tro.

I självvårdssamtalet kan du få samtala om dina frågor, dina känslor som rör de existentiella frågorna: Gud, livet, min självbild, döden, lidande, meningen osv.

Utgångspunkten är du själv och hur du mår.

Om du vill kan jag också be för dig.

Antal gånger som vi träffas gör vi upp under de första träffarna

Pär Arkbro 070-353 87 24