



Valmis lahkumiseks

Kursuse kirjeldus

Sisu lühikirjeldus

Elu lõppemise teemadega kokkupuude võib inimesele väga sügavat mõju avaldada. Elu lõpp, kaotus ja lein vallandavad tugevad emotsioonid – kurbuse, viha, hirmu, meeleheite ja lõpuks paratamatuse aktsepteerimise. Selle kursuse raames vaatame lähemalt surma spirituaalset, bioloogilist ja füüsilist mõju. Arutame, millised tegevused on vajalikud, et ennast elu lõpuks ette valmistada – vestlused sõprade ja perekonnaga, pärimisteedad, hooldusvõimalused ja surmaga seotud traditsioonid ning müüdid.

Toimumise ajakava

- Sessioonide arv: 5
- Ühe sessiooni maht: 4 akadeemilist tundi
- Kursuse maht akadeemilistes tundides: 20

Temaatiline plaan

Jrk.	Teema	Õppetöö vorm	Maht tundides	Koolituskeskkond
1.	Filosoofiline ja spirituaalne tasand <ul style="list-style-type: none">• Elu kahetsused: asjad, mida elu lõpus kõige enam kahetsetakse	Diskussioon	4	Arvuti, projektor, töövihik
2.	Lahkumise sotsiaalsed aspektid ja traditsioonid <ul style="list-style-type: none">• Matusekombestik ja traditsioonid	Lühiloengud, diskussioonid	4	Arvuti, projektor, esitlus
3.	Lahkumise psühholoogilised ja emotsionaalsed aspektid <ul style="list-style-type: none">• Leinaprotsess ja leinatöö• Kuidas toetada leinavat inimest• „Hea surm“, palliativne hooldus	Diskussioon, lühiettekanne, kogemuslood ja juhtumid	2+2	Arvuti, projektor, töövihik, esitlusmaterjal
4.	Lahkumise bioloogilised aspektid <ul style="list-style-type: none">• Mida tähendab bioloogiline surm?• Surmalähedased kogemused	Diskussioon, lühiloengud	4	Arvuti, projektor, töövihik, esitlusmaterjal

Jrk.	Teema	Õppetöö vorm	Maht tundides	Koolituskeskkond
5.	Lahkumise praktilised ja juriidilised aspektid <ul style="list-style-type: none"> • Vestlused sugulaste ja sõpradega – suhete lõpetamine • Testamendi vormistamine • Isiklikud hooldussoovid, soovid seoses matuse ja peiedega 	Diskussioon, lühiloengud	4	Arvuti, projektor, töövihik, esitlusmaterjal