

**KURSPROGRAM - DIGITALT INNFORINGSKURS
FOR FRIVILLIGE MEDARBEIDERE I KIRKENS SOS HØSTEN 2021**

Kurset har fokus på basisferdigheter, holdninger og kunnskapsformidling



Mandag 27. september kl.18-20.30	Om Kirkens SOS – Introduksjon Kirkens SOS' verdier og visjon, samt hva det vil si å være frivillig medarbeider i vår krisetjeneste. Forventninger, trygghet, taushetsplikt og anonymitet, rolle.	
Onsdag 29. september kl. 18-20.30	Den gode samtalen – om samtalemotodikk Hvordan SOS-samtaler kan foregå, innføring i samtalemotode og lyttehjul. Utvikle samtalemotodiske ferdigheter gjennom ulike øvelser. Det handler om krisesamtalens form, innhold og hensikt, om det å lytte til mennesker i krise, og om det å se, støtte og styrke.	
Mandag 4. oktober kl. 18-20.30	Selvordssamtaler – del 1 Kirkens SOS er en selvmordsforebyggende tjeneste. Hva innebærer det? Deltakerne lærer om risikofaktorer og -grupper, å lytte etter og utforske selvmordstanker.	
Onsdag 6. oktober kl. 18-20.30	Selvordssamtaler – del 2 Vi arbeider videre med selvmordssamtaler. Vi ser på vurdering av selvmordsrisiko og hvordan snakke med mennesker som tenker på å ta sitt eget liv. Hvordan intervensere ved en akutt situasjon.	
Fra uke 41	Prøvevakter – organiseres av ditt lokale senter <i>Deltakerne starter med å lytte til erfarne frivillige og får deretter besvare samtaler med støtte. Prøvevaktene kan gjennomføres digitalt eller gjennom oppmøte på vaktrom.</i>	
Onsdag 20.oktober kl. 18-20.30	Når tro møter tro - Kirkens SOS som en diakonal virksomhet. Deltakerne får øvelse i å sette ord på egen tro og erfaring, og i å møte andres tro med respekt. Det handler om eksistensielle spørsmål, trohistorier og forbønnstjeneste.	
Mandag 25.oktober kl. 18-20.30	Følelsesbevissthet Bevisstgjøring av egne holdninger, følelser og reaksjoner, for å kunne møte innringere og innskrivere på en trygg og god måte i rollen som frivillig medarbeider.	
Onsdag 27.oktober kl. 18-20.30	Psykisk helse, ensomhet og grensesetting Tema og livssituasjoner som vi kan møte hos de som kontakter oss, som ensomhet, psykisk sykdom. Grensesetting for både seg selv og innringer, samtidig som man møter alle med respekt.	
Mandag 1.november kl.18-20.30	Medarbeider ved Kirkens SOS Om å være en god medvakt og veiledning. Turnus-verktøy og vakrutiner. Evaluering av kurset og kontraktskriving.	
Torsdag 11.november kl. 17-21.00	SOS-chat Deltakerne skal få kjennskap til hvordan samtalemotodikken kan brukes i det skriftlige møtet, og hvordan vi møter barn og ungdom i krise. Vi øver på å samtale skriftlig.	

Det tas forbehold om at endringer i kursplanen kan forekomme

Gjennomføring

Kurset vil i hovedsak foregå digitalt i zoom. Det kan bli aktuelt å invitere til lokalt oppmøte første og siste kurskveld. Dette vil det komme nærmere informasjon om.

Forberedelser før hver digital samling

I forkant av hver samling på Zoom er det lagt inn forberedelse som samlingen bygger videre på. Disse vil du få tilgang til i god tid før oppstart. Det er en forutsetning at du setter av nødvendig tid til forberedelsene.

Prøvevakter

Du vil i løpet av kursperioden gjennomført to prøvevakter med en erfaren fadder. Tidspunktene blir avtalt med deg direkte, men vil starte fra uke 41. Vaktene gjennomføres enten digitalt eller på vaktrom tilknyttet ditt lokale senter.

Kursholdere

Kurset holdes av de ansatte ved Kirkens SOS Trøndelag og Møre og Romsdal.

Fravær

De fire første samlingene er obligatorisk. Alle kurssamlingene er viktige, og eventuelt fravær må meldes fra på forhånd. Ved fravær blir det tilrettelagt for at den aktuelle samling kan tas igjen.

Skulle du bli forhindret fra å starte på kurset, ber vi deg si fra til oss så raskt som mulig.

Tilbud om forkurs i digital deltakelse, datoer høst 2021:

14. september: Digitalt forkurs. kl. 13.00-14.00

15. september: Digitalt forkurs. kl. 18.00-19.00

Kurset er gratis for deltagerne, men for å få kursbevis må man fullføre kontrakten med 24 vakter, samt delta i fire veiledningssamlinger. Kontrakt inngås siste kurskveld, der medarbeiderne forplikter seg til å ta to vakter pr. måned, derav en nattevakt.

Kontaktinformasjon vedrørende kurset

Trøndelag

Tlf 920 34 548

e-post: trondelag@kirkens-sos.no

Møre og Romsdal

Tlf 70 10 09 92

e-post: more-romsdal@kirkens-sos.no

Velkommen til innføringskurs!