| **P R O G R A M**  **I N N F Ø R I N G S K U R S B E R G E N**  **Start: august 2020**  **Sted: Kong Oscars gate 62** | |
| --- | --- |
| **Dato** | **Tema** |
| **Mandag 24.8**  **kl 17.00 – 20.00**  **Lørdag 29.8**  **kl 10.00 – 17.00**  **Søndag 30.8**  **kl 10.00 – 17.00** | **På vei inn i noe nytt: Kirkens SOS visjon, holdninger og verdier**  Vårt utgangspunkt, særpreg, verdigrunnlag og oppdrag. Om forventninger  og motivasjon. Hva innebærer rollen som frivillig medarbeider ved  Kirkens SOS?  **Den gode samtalen**  Om krisesamtalens form, innhold og hensikt. Om det å lytte til mennesker i krise, om det å se, støtte og styrke. Vi tar opp noen tema og livssituasjoner som vi kan møte hos dem som tar kontakt, som ensomhet, psykisk sykdom og relasjonsutfordringer.  **Hvordan møte den selvmordsnære**  Deltakerne skal lære å skille mellom selvmordstanker og akutt selvmordsfare. Gjennom refleksjon og øvelser lærer vi hvordan håndtere disse samtalene. |
| **31.8 – 13.9** | **Prøvevaktperiode: 1 vakt** |
| **Mandag 14.9**  **kl 17.00 – 20.00**  **Tirsdag 15.9**  **kl 17.00 – 20.00** | **Å ta vare på seg selv og hverandre**  Veiledning etter prøvevakt.  Grensesetting. Deltakerne skal bli bevisst egne holdninger og jobbe med hvordan sette grenser både for seg selv og den som skriver eller ringer.  **Når tro møter tro**  Kirkens SOS som 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, troshistorier og forbønnstjeneste. |
| **Mandag 28.9**  **kl 17.00 – 21.00**  **Tirsdag 29.9.**  **Kl 17.00 – 21.00** | **Et skrivende medmenneske - SOSmeldinger**  Deltakerne skal få kjennskap til og øvelse i hvordan samtalemetodikken brukes i SOSmeldinger.  **Et skrivende medmenneske – SOSchat**  Kurskveld for deltakere som skal besvare SOSchat. Øvelser, refleksjon og samtalemetodikk. |
| **30.9 –25.10.** | **Praksisperiode: 2 vakter** |
| **Mandag 26.10**  **kl 17.00 – 20.00**    **Tirsdag 27.10.**  **kl 17.00 – 20.00** | **Hva skjer med meg i møte med innringer og innskriver?**  Veiledning etter praksisvakter.  Sorg og tap.  **Kirkens SOS - en håpsbærende tjeneste**  Livet på vakt: oppsummering av kurset og praktisk informasjon.  Avslutning med forbønn ved terskelen til en ny tjeneste. |
| **Fra november 2020** | **24 vakter, veiledning og fagsamlinger**  **Kursbevis** |

**INNFØRINGSKURS KIRKENS SOS BJØRGVIN**

**Målsetting for innføringskurset:**

* dyktiggjøre nye frivillige medarbeidere til selvmordsforebyggende krisetjeneste
* gi forståelse for tjenestens prinsipper og målsettinger
* gi kunnskap til å møte mennesker på en faglig forsvarlig måte
* utvikling av ferdigheter som skal til for å betjene krisetjenesten
* bevisstgjøring av holdninger som skaper gode SOS-møter

**Gjennomgående i hele kurset:**

* Kunnskap
* Holdninger
* Ferdigheter
* Øvelser/praksis

og

Kirkens SOS samtalemetodikk:

* Lytte
* Utforske følelser
* Avdekke selvmordsfare

**Faglig ansvarlig:** Leder Greta Gramstad

**Undervisning ved:**

Veileder/pedagog Greta Gramstad, veileder/sosionom Hildegunn Bjørdal Alnes, sosionom Jan Ingvald Pettersen, veileder/siv.øk. Karl Dag Bærug, veileder/terapeut Grethe Lunde,

veileder/sosionom Margrethe Telnes Vedvik.