

Digitale forberedelser

Du finner informasjon om digitale forberedelser til innføringskurset i Portalen under “Digitale forberedelser til kurs”.

Dato/tid	Tema
Tirsdag 27/1 10:00 – 13:00	Frivillig i Kirkens SOS Om Kirkens SOS. Vårt utgangspunkt, særpreg, verdigrunnlag og oppdrag. Menneskesyn og holdninger. Hva innebærer rollen som frivillig medarbeider ved Kirkens SOS? Vi jobber med egen rolleforståelse og bevisstgjøring om hvordan denne rolleforståelsen kan påvirke samtaler i SOS-tjenesten.
Torsdag 29/1 10:00 – 13:00	Krisesamtaler Hvordan gjennomføre gode samtaler om det som er vanskelig? Innføring i samtalemetodikk, følelseskompetanse, empatiske ferdigheter og kriseforståelse.
Tirsdag 3/2 10:00 – 13:00	Selvmondsforebyggende samtaler Kirkens SOS er en selvmordsforebyggende tjeneste. Hva innebærer det? Deltakerne lærer om risikofaktorer og -grupper, å lytte etter og utforske selvmordstanker.
Torsdag 5/2 10:00 – 13:00	Eksistensielle samtaler og ensomhet Hvordan være i eksistensielle samtaler med en annen, inkl. ønske om bønn og lystenning.
	Digital kompetanse E-læring i Portalen (ca. 1 time). Må gjennomføres før første prøvevakt.
	Prøvevakter Gjennomføre 2 prøvevakter innen neste kurssamling.
Tirsdag 3/3 10:00 – 13:00	Sammen i mørket - å ha tro på samtalen Deltakere lærer mer om samtalen rundt selvmordstanker. Hvordan kan vi bli tryggere i møte med ambivalens og alvorlige selvmordstanker.
Torsdag 5/3 10:00 – 13:00	Samtaler som utfordrer Hvordan støtte oss til rollen og metodikken når samtaler utfordrer oss?
	Praksisperiode ca. 2 måneder I denne tiden tar du 4 vakter og deltar på siste samling. Veiledning I praksisperioden deltar du også i veiledning ved ditt senter. Nærmere informasjon og avtale om tidspunkt får du lokalt.
Torsdag 7/5 10:00 – 13:00	Medarbeiderskap i Kirkens SOS Erfaringsutveksling og læringspunkt. SOS støtte og veiledning. Håp. Tilbakeblikk på rolle og samtalemetodikk. Gjennomgang av kontrakt og viktige rutiner.

Øvrig informasjon

Vi tar forbehold om endringer i kursplanen.

Kurssted og kursmateriell

Kurset avholdes på Zoom. Kursmaterialet vil foreligge i digital form.

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 man setter av nødvendig tid til forberedelsene.

Chat

For deg som ønsker å svare på samtaler ved sos-chat er det en egen opplæring i tillegg til innføringskurset. Chat opplæringen skjer over tre samlinger samt en oppfølgende samme halvår. For kursplan med detaljert oversikt og informasjon ta kontakt med ditt senter.

Prøvevakter

Du vil i løpet av kursperioden gjennomføre to prøvevakter på telefon eller chat. Tidspunktene for prøvevaktene blir avtalt med deg direkte.

Fagsamling: Grenser i praksis

Fagsamling om grenser i praksis vil holdes både digitalt og lokalt. Denne samlingen skal gjennomføres samme semester som du tar innføringskurset (innen 6 mnd. fra oppstart). Påmelding finner du i Portalen. Ta kontakt med lokalt senter dersom du har spørsmål rundt dette.

Praksisperiode

Praksisperioden er rundt 2 måneder. I denne perioden tar du 4 vakter.

Kursholdere

Kurset holdes av Eli Wangberg og Ina Herrestad.

Fravær

Innføringskurset er obligatorisk for alle som skal starte som frivillige medarbeidere i Kirkens SOS.

Eventuelt fravær må meldes fra på forhånd til ditt senter.

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

Velkommen på innføringskurs.

Kirkens SOS – sist redigert 03.10.2025