

**KIRKENS SOS BJØRGVIN INNFØRINGSKURS**

**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:**

Greta Gramstad, leder

Karl Dag Bærug, netleder

Hildegunn Bjørdal Alnes, veiledningsansvarlig

Jan Ingvald Pettersen, SOS-faglig medarbeider

Grethe Lunde, SOS-faglig medarbeider

Margrethe Telnes Vedvik, SOS-faglig medarbeider

| **Innføringskurs for frivillige medarbeidere**  **November 2020 – Januar 2021**  **Sted: Kong Oscars gate 62 samt nettundervisning. Tid: kl. 17.00 til 21.00** | |
| --- | --- |
| **Dato** | **Tema** |
| **Mandag 2.11**  **Tirsdag 3.11** | **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?  **Hvordan møte den selvmordsnære**  Deltakerne skal lære å skille mellom selvmordstanker og akutt selvmordsfare.  Gjennom refleksjon og øvelser lærer vi hvordan håndtere disse samtalene. |
| **Mandag 9.11** | **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. |
| **10.11 – 15.11** | **Prøvevaktperiode:** 1 vakt |
| **Mandag 16.11**  **Tirsdag 17.11** | **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 30.11**  **Tirsdag 1.12** | **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. |
| **2.12 – 10.1** | **Praksisperiode:** 2 vakter |
| **Mandag 11.1**  **Tirsdag 12.1** | **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 medio januar 2021** | **24 vakter, veiledning og fagsamlinger. Kursbevis** |