

Gjelder både SOS-chat og telefon-/SOS-meldingstjenesten.

| Dato/tid | Tema |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mandag 14/2 17:30 – 20:30 | Introduksjon – ved inngangen til en ny tjeneste Velkommen! Vårt utgangspunkt, særpreg, verdigrunnlag – og oppdrag. Om forventninger og motivasjon. 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. Deltakerne underskriver taushetserklæring. |
| Torsdag 17/02 17:30 – 20:30 | Samtalen – en prosess Om samtalemetodikken vår. Deltakerne får kjennskap til hvordan SOS-samtaler kan foregå, og får utvikle sine samtalemetodiske ferdigheter gjennom ulike øvelser. Det handler om samtalens form, innhold og hensikt, om det å lytte til mennesker i krise og ulike livssituasjoner, og om å se, støtte og styrke den som tar kontakt. |
| Torsdag 24/2 17:30 – 20:30 | Selvordssamtaler 1 Kirkens SOS er en selvmordsforebyggende tjeneste. Hva innebærer det? Deltakerne lærer om risikofaktorer og -grupper, å lytte etter og utforske selvmordstanker. |
| Torsdag 3/3 17:30 – 20:30 | Selvordssamtaler 2 Vi arbeide videre med selvmordssamtaler. Vi ser på vurdering av selvmordsrisiko og hvordan snakke med mennesker som tenker på å ta sitt eget liv. Hvordan intervenere ved en akutt situasjon. |
| Mandag 7/3 *17:00 – 21:00 | SOS-chat – samling for de som har valgt chattetjenesten (merk utvidet tidspunkt*) Hva kjennetegner en samtale på SOS-chat? Praktisk skrivetrening med bruk av case. |
| Torsdag 10/3 17:30 – 20:30 | Når tro møter tro Om Kirkens SOS som diakonal virksomhet. Det handler bl.a. om eksistensielle spørsmål, eget forhold til tro og forbønn som en del av tjenesten. Deltakerne får øvelse i å sette ord på egen trosfortelling og -erfaring, i å møte andres tro med respekt og i å formulere en bønn. |
| Torsdag 17/3 17:30 – 20:30 | Holdninger og språk Hvordan påvirker holdninger og språk oss i møte med andre mennesker? Holdninger og språk kan bli nøkler eller barrierer til kontakt i møte med et annet menneske. |
| Torsdag 24/3 17:30 – 20:30 | Følelsesbevissthet. Hva skjer med meg i møte med innringer/innskriver? Å møte et annet menneske er å møte seg selv. Vi jobber med bevisstgjøring av egne holdninger, følelser og reaksjoner, for å kunne møte innringere og innskriverere på en trygg og god måte i rollen som frivillig medarbeider, med utgangspunkt i Kirkens SOS sitt oppdrag og verdier. |
| Torsdag 31/3 17:30–20:30 | SOS-støtte og medarbeider på Kirkens SOS Om å se, støtte og styrke hverandre – på vakt. Deltakerne blir kjent med SOS-støtte; vårt system for støtte og bearbeiding underveis og i etterkant av vakt. Viktigheten av å jobbe sammen som team og hvordan imøtekomme hverandres forventninger. Introduksjon til refleksjonsgrupper/veiledning, som er en viktig del av tjenesten. Gjennomgang av kontrakt og viktige rutiner. Tilbakeblikk/oppsummering av kurset, og forventninger ved terskelen til en ny tjeneste. |
| Vår/høst 2022 | <ul style="list-style-type: none"> • SOS-meldinger – et skrivende medmenneske (nærmere info/dato kommer) • De som trenger oss ofte (nærmere info/dato kommer) |

Øvrig informasjon

Vi tar forbehold om endringer i kursplanen.

Kurslokale og kursmateriell

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

Forberedelser før hver digitale 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.

Prøvevakter

Du vil i løpet av kursperioden gjennomføre to prøvevakter på telefon eller chat, du som skal på telefon får en prøvevakt på SOS-meldinger også, med en erfaren fadder. Tidspunktene for prøvevaktene blir avtalt med deg direkte.

Kursholdere

Kurset holdes av ansatte ved Kirkens SOS.

Fravær

De fire første samlingene er obligatorisk. Alle kurssamlingene er viktige, og *eventuelt fravær må meldes fra på forhånd.*

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

Kontaktinformasjon vedrørende kurset

Tlf. 926 44 912

E-post: anicken@kirkens-sos.no

Internett: www.kirkens-sos.no

Velkommen på innføringskurs!

Kirkens SOS – sist redigert 09.11.2021