

Kursprogram

Inntakskurs våren 2019

Gjelder både SOS-chat og telefon-/SOS-meldingstjenesten. (Oppdatert 14.01.19)

Dato/tid	Tema
Tirsdag 29/1 17:00–20:00	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.
Lørdag 2/2 10:00–17:00	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. Omvisning i vaktlokalene.
Søndag 3/2 10:00–17:00	Selvordssamtaler Kirkens SOS er en selvmordsforebyggende tjeneste. Hva innebærer det? Deltakerne lærer om risikofaktorer og -grupper, å lytte etter og utforske selvmordstanker, vurdering av selvmordsrisiko og hvordan de håndterer de ulike samtalene. Hvordan intervensere ved en akutt situasjon.
Torsdag 7/2 *17:00–22:00	SOS-chat – samling for de som har valgt chattetjenesten (merk utvidet tidspunkt*) Hva kjennetegner en samtale på SOS-chat? Praktisk skriveøvelse med bruk av case.
Tirsdag 12/2 17:00–20:00	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.
Tirsdag 26/2 17:00–20:00	Et skrivende medmenneske – SOS-meldinger Grunnprinsipper for den skriftlige samtalen og kjennskap til hvordan besvare de skriftlige tjenestene. Praktisk skriveøvelse med utgangspunkt i vår samtalemetodikk.
Tirsdag 5/3 17:00–20:00	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 innskrivere på en trygg og god måte i rollen som frivillig medarbeider, med utgangspunkt i Kirkens SOS sitt oppdrag og verdier.
Tirsdag 12/3 17:00–20:00	SOS-støtte 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.
Tirsdag 19/3 17:00–20:00	Medarbeider ved Kirkens SOS Tilbakeblikk/oppsummering av kurset, og forventninger ved terskelen til en ny tjeneste. Deltakerne skriver under kontrakt for ett års tjeneste. Avslutning i kirkerommet med utdeling av kursbevis.
Våren 2019	Forsvarets temakveld (nærmere info/dato kommer). (Kurskvelden gjelder ikke for SOS-chat). Kirkens SOS i Oslo drifter den døgnåpne krisetjenesten «Grønn linje» på oppdrag fra Forsvaret, og denne linjen har prioritet fremfor andre samtaler. Telefonvaktene betjener «Grønn linje» på samme måte som den ordinære krisetelefonen, med samme samtalemetodikk som utgangspunkt. Denne kurskvelden gir bl.a. et innblikk i Forsvaret som arbeidsplass og utfordringer i forbindelse med internasjonal tjeneste
Høsten 2019	Obligatoriske inntakskursgrupper – to samlinger høsten 2019 Første semester etter fullført inntakskurs, møtes deltakerne fra kullet i egne inntakskursgrupper. Inntaksgruppene er en forlengelse av inntakskurset, et viktig bindeledd i overgangsfasen mellom teori og praksis, samt en overgang til å delta i refleksjonsgruppe. Her vil vi gi rom for erfaringsdeling og refleksjon over egen praksis i tjenesten som ny medarbeider, med et fortsatt fokus på SOS-faget.

Øvrig informasjon

Vi tar forbehold om endringer i kursplanen.

Prøvevakter

Du vil i løpet av kursperioden gjennomføre to prøvevakter med en erfaren fadder. Tidspunktene for prøvevaktene blir avtalt med deg etter kurshelgen.

Kursholdere

Kurset holdes av de ansatte ved Kirkens SOS i Oslo.

Kurslokale og kursmateriell

Kurset avholdes i Lovisenberg Diakonale Gjestehus/Diakonissehuset, Lovisenberggata 15A, 0456 Oslo.

Kursmateriell vil bli utdelt på kurset. Dersom du velger å slutte i løpet av kursperioden, ber vi deg levere tilbake utdelt kursmateriell.

Det vil være kaffe og te tilgjengelig på alle kurssamlingene.

I kurshelgen serverer vi lunsj (si fra i god tid ved evt. allergier, så skal vi forsøke å imøtekomme dette).

Fravær

Kurshelgen er obligatorisk. Alle kurssamlingene er viktige, og eventuelt fravær må meldes fra på forhånd. Vi kan godkjenne inntil to kurskvelder fravær (kan tas igjen neste semester).

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

Kontaktinformasjon

Staben ved Kirkens SOS i Oslo nås på:

Tlf. 22 57 89 12 (hverdager 09:00 – 15:00)

E-post: oslo@kirkens-sos.no

Internett: www.kirkens-sos.no/oslo

Velkommen på inntakskurs!