



Möta andra

Diplomeringskurs för att möta andra i sorg,
kris och förändringsprocesser

sorg.se



SVENSKA INSTITUTET FÖR
Sorgbearbetning

Diplomeringskurs i att möta andra i sorg, kris och förändringsprocesser

Diplomeringskurs i att möta andra i sorg, kris och förändringsprocesser är speciellt framtagen för dig som i ditt arbete eller privatliv möter människor som drabbats av olika sorger och förluster. Utbildningen ger dig verktyg för att möta sörjande på ett personligt och professionellt sätt. Kursen ger dig även tillgång till en konkret metod för långsiktig och bestående bearbetning av egna förluster och förändringar.

Att möta människor i sorg och kris

När personer i vår närhet drabbas av dramatiska eller smärtsamma händelser är det lätt att känna sig osäker och otillräcklig. Vad bör du säga? När bör du säga det? Hur bör du säga det? Bristande kunskap kring hur man möter människor i sorg och kris leder ofta till att omgivningen ofrivilligt undviker samtalsämnet eller den sörjande. Det gör att den drabbade riskerar att bli känslomässigt ensam och övergiven i sin sorg. Den sörjande hindras därmed i sin bearbetning, vilket ofta leder till negativa konsekvenser i både arbete och privatliv.

Kursbeskrivning

Kursen sträcker sig över tre dagar. Under kursen varvas föreläsningar med övningar för att du ska få en teoretisk och praktisk förståelse för hur du möter sörjande. Du får även göra ett eget sorgearbete med hjälp av metoden Programmet för Sorgbearbetning. Genom att bearbeta dina egna sorger och förluster minskar du risken för att dessa ligger i vägen i ditt möte med sörjande, samtidigt som du får upplevelsen av att bli bemött på ett korrekt sätt. Du får i kursen även praktisk tillämpning av att möta andra människor i sorg. Kursen innehåller dessutom konkreta kommunikationsövningar för att möta sörjande.

Efter kursen har du fått de verktyg du behöver för att ge ett professionellt och tryggt stöd till familj, vänner, arbetskamrater och andra. Du har även fått tillgång till en metod för att bearbeta egna förluster och förändringar. Genom våra kostnadsfria återträffar som hålls löpande ges du dessutom möjligheten att ytterligare fördjupa dina kunskaper i ämnet.

Praktisk kursinformation

Kurslängd

Kursen omfattar tre heldagar. Kurstid kl.09⁰⁰–17⁰⁰.

I kursen ingår

- Verktyg för egen sorgbearbetning
- Kunskap om sorg, kris och förändringsprocesser
- Boken Sorgbearbetning (skickas efter kursanmälan, bör läsas innan kursstart)
- Kursmaterial, föreläsningsanteckningar och kommunikationskompendium
- Samtalsmetodik för att möta andra i sorg, kris och förändring
- Återträffar för ytterligare egen sorgbearbetning

Kursavgift

För privatpersoner är kursavgiften 8 900 kr. Vid företagsfakturerering tillkommer moms.

Undervisningsformer

Föreläsningar varvas med enskilt arbete, diskussioner och gruppövningar. På kvällstid behöver kursdeltagaren avsätta cirka en timme för hemuppgifter.

Diplomering

Diplom erhålls efter fullföljd kurs. För att bli diplomerad krävs närvaro under hela kurstiden, samt att de övningar som ingår i utbildningen genomförs.

Kursanmälan

Kursen erbjuds enbart i Stockholm. För aktuella kursdatum och anmälan vänligen besök vår hemsida www.sorg.se eller kontakta oss via telefon 08-33 50 40.

Anders Magnusson, kursansvarig

Anders är utbildad vid The Grief Recovery Institute och får som en av nio i världen certifiera andra i Programmet för Sorgbearbetning. Han arbetar med rehabilitering av långtidssjukskrivna och med skraddarsydda uppdragsutbildningar för företag och organisationer. Anders föreläser även om sorg, kris och förändringsprocesser.



”Att varva föreläsningar med konkreta arbetspass och tid för eftertanke tyckte jag om med kurskonceptet. Kursen var en lektion i att vara sann mot mig själv och min omgivning. Den gav insikt, mod, inspiration och ny livsenergi. Upplevelsen förstärktes genom personalens vänliga bemötande och omhändertagande, allt från fikastundens utbud till det generöst utdelade kursmaterialet.”

Martha Gordes-Lindberg, Undersköterska och mentalskötare



”Genom detta konkreta och enkla handlingsprogram har jag fått ny energi och ökad förståelse för mina och andras känslomässiga reaktioner. Jag har blivit tydligare och bättre på att kommunicera. Att kunna skilja på känslomässiga uttryck och intellektuella faktum är en gåva. Jag har verkligen fått användning av det jag har lärt mig i både mitt arbete och privatliv. En investering för livet!”

Jens Kvistgaard, Alkohol- och drogterapeut

”Kursen har hjälpt mig att möta andras och min egen sorg. I mitt arbete möter jag dagligen människor som behöver bearbeta tidigare händelser. Innan kursen ville jag ge ’rätt svar eller lösning’ för att trösta. Nu kan jag lyssna och vara med det som är. Kursen gav även verktyg för att möta och bearbeta alla slags förändringar. Min livskvalitet har ökat mer än jag hade kunnat ana.”

Anna Wilsby, VD Annas Profylax

