

Prevent inbjuder till utbildningen

# Krishantering – avlastningssamtal

– ett viktigt stöd när det oväntade inträffar

**En praktisk utbildning med individuell feedback och mycket träning, där du får lära dig en samtalsmetodik för avlastningssamtal.**

Avlastningssamtal och debriefing är metoder som används för att hjälpa individer eller grupper som har varit utsatta för onormalt påfrestande händelser.

Det kan handla om en arbetsplatsolycka, att en arbetskamrat avlider, att man själv eller en kollega utsätts för hot och våld.

## Ur innehållet

---

- Stressorer och reaktioner
- Åtgärder i samband med emotionellt starka händelser
- Samtalsmetodik för avlastningssamtal
- Praktisk övning i avlastningssamtal

### Ort/datum 2012

Stockholm 19 – 20 april

### Omfattning/tid

Dag 1: 10.00 – 21.00

Dag 2: 09.00 – 15.00

### Pris

7.500 kr exkl moms/deltagare. Material, lunch och kaffe ingår.

*Vi gör din  
arbetsdag bättre!*

## Detaljerad information

---

**Syfte** Du får kunskap och kompetens inom krishantering.

**Mål** Efter genomgången utbildning ska deltagarna:

- Känna till olika stressfaktorer och reaktioner.
- Känna till åtgärder i samband med traumatiska händelser.
- Ha fått praktisk träning i en metod att genomföra avlastningssamtal.

**Målgrupp** Personer med uppgift att stödja personal som har utsatts för svårhanterade och/eller traumatiska situationer: personalchefer, övriga personalspecialister, chefer med personalansvar, personal vid företagshälsovård, fackliga förtroendemän, medlemmar i krisgrupper m fl.

**Arbetsformer** I denna utbildning varvas teori med praktik och diskussionspass. Tyngdpunkten kommer dock att läggas på praktisk träning i avlastningssamtal. Kursens moment kommer att

genomföras med tät handledning och individuell feedback. Ett antal handledare ur utbildarnas nätverk och med stor erfarenhet från området medverkar vid behov.

**Utbildare** Stefan Dahlberg, socionom, handledare för krisgrupper.

**Antal deltagare** Högst 25 personer.

**Kursmaterial** Psykisk första hjälp vid arbetsplatsolyckor, kopior ur utbildarnas eget material.

**Rabatt** Kom gärna fler från samma arbetsplats på utbildning. Då är det lättare att omsätta nyvunna kunskaper på hemmaplan. 150 kr/deltagare i rabatt om ni anmäler tre personer och 300 kr/deltagare i rabatt om ni anmäler fem personer.

**Frågor** Kontakta Prevents utbildningsavdelning, 08-402 02 00.

## Program

---

### Stress, stressorer och reaktioner

- Olika typer av stress och stressorer
- Påverkan av stress och stressorer
- Kristeori
- Skillnad mellan kris och normalreaktion.

### Åtgärder i samband med emotionellt starka händelser

- Psykisk första hjälp
- Fallgropar vid hantering av svåra situationer.

### Samtalsmetodik för avlastningssamtal och debriefing

- Samtalets betydelse
- Skillnader mellan avlastningssamtal och debriefing.

### Praktisk övning i avlastningssamtal

- Praktisk övning som genomförs med handledning och individuell feedback.

### Alla våra utbildningar kan företagsanpassas

Vid efterfrågan av en företagsanpassad utbildning så skräddarsyr vi utbildningen efter era behov och tillsammans med er bestäms innehåll och omfattning.

**För mer information och anmälan:** Gå in på [www.prevent.se/utbildning](http://www.prevent.se/utbildning), ring 08-402 02 00 eller mejla [utbildning@prevent.se](mailto:utbildning@prevent.se).