



Hjælp mennesker i krise

Psykisk førstehjælp og krisepsykologi

Velkommen på kursus

Psykologien er en forholdsvis ung videnskab – kun ca. 150 år, og krisepsykologien er endnu yngre. Især de seneste 30 år er udviklingen gået stærkt, og i dag har næsten alle mennesker en holdning til krisepsykologi. Mange interesserer sig for emnet, og efter hver eneste større ulykke eller katastrofe strides pressen og de lærde om hvilke metoder, der bør anvendes og hvornår. For få år siden hævdede en gruppe engelske forskere, at krisehjælp ligefrem kunne få skadelige konsekvenser. Dette er dog siden tilbagevist.

Der hersker nemlig ingen tvivl om, at medmenneskelig hjælp og støtte til kriseramte mennesker altid har en berettigelse. Det drejer sig blot om at vurdere, hvilken form for hjælp, der er behov for. Nogle gange skal de professionelle behandlere inddrages, men i mange tilfælde gør helt almindelige mennesker en kæmpe forskel – især hvis de har en grundlæggende viden og kunnen om krisepsykologi og via deres holdninger kan finde balance i hjælpen.

Du har fundet et kursus der omhandler alt dette. Så du kan godt begynde at glæde dig!

På glædeligt gensyn
Ziggie & Henrik

Program og materialer

09.00 – 09.30	Kursusstart, velkomst og indledning
09.30 – 12.00	Generel forståelse af kriseramte mennesker <i>Hvad vil det sige at være kriseramt?</i> <i>Hvorfor reagerer mennesker, som de gør?</i> <i>Hvad har kriseramte mennesker behov for?</i>
12.00 – 12.45	Frokost
12.45 – 14.00	Mødet med det kriseramte menneske <i>Hvordan forholder jeg mig til et menneske i krise?</i> <i>Hvad er vigtigst at gøre, når jeg vil hjælpe?</i> <i>Hvad gør jeg, hvis personen ikke vil have min hjælp?</i>
14.15 – 15.45	Psykisk førstehjælp og krisesamtaler i praksis <i>Hvad kan jeg helt konkret gøre, som vil hjælpe?</i> <i>Hvordan stiller jeg de bedste spørgsmål?</i> <i>Findes der en metode, jeg kan bruge til samtalen?</i>
15.45 – 16.00	Opsamling og afslutning

En lille måneds tid før kurset modtager du et link til download af kursusmaterialerne.

Det er helt op til dig, om du vil medbringe dem elektronisk på en tablet eller bærbar computer, eller om du vil udskrive dem.

Undervisere

Hvem er vi?

Ziggie Mai Vesterlund og Henrik Lyng



Bag KANT PSYK står Ziggie & Henrik, som har i mange år været frontfigurer indenfor krise- og traumepsykologi, stresshåndtering og andre situationer, hvor livet bliver sat på spidsen.

Vi er kendt for at være inspirerende, motiverende og skarpe på vores faglighed. Samtidig er vi rigtig gode til at sætte ord på alt det, der er svært at tale om.

Vi bringer masser af klienter, kursUSDeltagere, ledere og medarbejdere videre i deres private og professionelle liv. Alt vores arbejde er baseret på masser af læsning, værdifulde samtaler, godt terapeutisk håndværk og vores helt særlige personlige tilgang.