Pandemien er den mest omfattende krisen vi har opplevd i vår levetid. Samtidig brer terror- og krigsfrykten seg i Europa. Uroen preger oss alle.

**Fagforbundet Tysvær og Bokn, Vindafjord og Karmøy** inviterer derfor til et viktig refleksjons- og kunnskapsprogram om kriser, praktisk krisepsykologi og kriseberedskap.  
 **Men livet må gå videre**

**Sted: Rådhuset Tysvær kommune**

**Tid: 8. juni kl 18.00-21.00**

**Enkel servering**

**Påmelding:** [**cecilie.almli@tysver.kommune.no**](mailto:cecilie.almli@tysver.kommune.no)

**Foreleser: John Grimsby**

Mange yrkesgrupper i Fagforbundet møter mennesker i ulike livskriser og traumatiske kriser. Møte med de som er rammet – og reaksjonene deres – kan være faglig og følelsesmessig utfordrende: hvordan forstå menneskelige krisereaksjoner og møte dem som er rammet på en god måte?

I møte med mennesker og miljøer i krise kan vi også bli minnet om egen sårbarhet: Hvordan ta vare på oss selv og regulere egne følelser ansikt til ansikt med andres krise?

Målet med programmet er å øke bevissthet og kunnskap om krise, stress og mestring – og på den måten bidra til trygghet i egen yrkesrolle.

**Innhold**

* Kriseberedskap: forberedelse for det uventede.
* Praktisk krisepsykologi: møte med mennesker og miljøer i krise
* Forståelse av kriser og krisereaksjoner
* Omsorgsetikk og yrkesrolle
* Kommunikasjon og evnen til å ta andres perspektiver
* Hvordan forebygge fare for trusler og vold på arbeidsplassen?
* Følelsen etterpå – om å regulere egne følelser
* Omsorg, omsorgsslitasje og egenomsorg
* Vi-følelse, tilhørighet og kollegastøtte
* Galgenhumor – om humor på ramme alvor
* Blir alt bra igjen?



John Grimsby er kjent som en engasjerende kursholder med faglig tyngde og inkluderende form. Han er utdannet sykehusprest og har i mange år arbeidet ved Oslo universitetssykehus og Rettsmedisinsk institutt med mottak av pårørende kort tid etter ulykker og brå død. John Grimsby har undervist i yrkesetikk og krisepsykologi ved OsloMet, og har blant annet hatt ansvar for lederopplæringen knyttet til omstilling og bemanningstilpasninger i Oslo universitetssykehus. Den tidligere direktøren for Signo Conrad Svendsen senter i Oslo og Trondheim er i dag kirkesjef i Asker. Han bistår også Fagforbundet og virksomheter over hele landet med fagutvikling og fagprogram.