

## KURSPLAN GK Krisstöd

<b>Kursens benämning</b> GRUNKURS KRISSTÖD
<b>Kurskod</b> MAHGK4111101
<b>Beslut</b> 20xx-xx-xx HKV PROD FRIV
<b>Kursens omfattning</b> 7 dagar/ 56 timmar inklusive in- och uttrykningsdagar
<b>Målgrupp</b> Kursen riktar sig till personal i personaltjänstbefattning som har behov av utbildningen i sitt bemanningsuppdrag. Kursen vänder sig även till befattningshavare och anställda som har behov av utbildningen.
<b>Förkunskapskrav eller andra villkor för tillträde till kursen</b> Elev skall vara svensk medborgare, fullt frisk, med god fysik och psykiskt stabil. Elev skall ha ansökt till kurs via egen organisation som tillstyrkt ansökan.
<b>Antagning</b> Antagning av elever sker av FPF baserat på bemanningsuppdrag.
<b>Syfte</b> Kursen syftar till att ge eleven redskap att genomföra krisstödssamtal enskilt.
<b>Slutmål</b> Eleven skall kunna genomföra avlastande samtal.
<b>Delmål</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Krisstöd och krisens förlopp</b> Eleven skall ha kunskap om krisens förlopp. Eleven skall ha kunskap om hur man upptäcker signaler på krisreaktioner. Eleven skall ha förståelse för krisstöd.</li><li>- <b>Stress och stressreaktioner</b> Eleven skall ha kunskap om stress. Eleven skall ha förståelse för stressreaktioner.</li><li>- <b>Den mänskliga hjärnans funktion</b> Eleven skall ha kunskap om hur den mänskliga hjärnan fungerar.</li><li>- <b>Kamratstöd</b> Eleven skall ha färdighet i att verka som kamratstödjare.</li><li>- <b>Samtalsteknik</b> Eleven skall ha kunskap om olika begreppsfunktioner. Eleven skall ha förståelse för samtalsteknik.</li><li>- <b>Det svåra samtalet</b> Eleven skall ha förståelse för det svåra samtalet.</li><li>- <b>Praktisk tillämpning av avlastande samtal enskilt</b> Eleven skall ha färdighet i att genomföra ett avlastande samtal enskilt.</li></ul>

Eleven skall ha förståelse för att avgöra begränsningar i samtalsuppdraget.

- **Krisstöd ur ett självvårdande perspektiv**  
Eleven skall ha kunskap om ett självvårdande krisstödsarbete.
- **FM Värdegrund**  
Eleven skall ha förståelse för att agera enligt FM Värdegrund.

### **Kursens innehåll och upplägg**

Utbildningen genomförs jml FM pedagogiska grundsyn och präglas av teori och praktiska övningar. Utbildningen är en grundläggande utbildning och innehåller grunderna i avlastande samtal enskilt.

Ingående delar:

- Krisstöd och krisens förlopp
- Stress och stressreaktioner
- Den mänskliga hjärnans funktion
- Samtalsteknik
- Kamratstöd
- Praktisk tillämpning av avlastande samtal enskilt
- Det svåra samtalet
- Krisstöd ur ett självvårdande perspektiv
- FM Värdegrund

### **Kursansvarig organisation**

FPF

### **Genomförande organisation**

Ordersätts centralt av HKV PROD FRIV

### **Krav på kursledning**

Kursledning skall vara väl förtrogen med allmän militär utbildning.

Kursledning skall ha ledarskapsutbildning och pedagogikutbildning.

Kurschef skall ha genomgått kurschefskurs.

Kurschef och instruktör skall vara av Försvarsmakten godkända instruktörer inom respektive sakområde.

Kurschef och instruktör skall ha tjänstgjort vid allmänmilitär kurs tidigare.

### **Prövning**

Ingen särskild examination sker utan utvärdering av inhämtade kunskaper sker fortlöpande.

### **Intyg**

Efter kursen tilldelas intyg som styrker att eleven har genomfört kursen med erkänt resultat utifrån uppsatta mål.

De krav som ställs för att erhålla intyg är aktivt deltagande vid lektionstillfällena och redovisningar av uppgifter, samt att praktiskt visa på färdigheter utifrån teoretiska grunder.

Uppnådda resultat visas vid samtliga praktiska och teoretiska moment.

Giltighetstiden för förvärvade kunskaper är 5 år.

### **Litteratur**

Enligt kurschef