

Stress och kris

Kris definieras ofta som en händelse där ens tidigare erfarenheter och inlärd reaktionssätt inte är tillräckliga för att man skall förstå och psykiskt hantera den uppkomna situationen. Detta gäller såväl för den enskilda individen som för exempelvis arbetsgruppen.

Krisreaktioner utlöses av händelser som är så ovanliga och oväntade att de inte kan bemästras med hjälp av de resurser som individen eller gruppen normalt har tillgång till. I krisens karaktär ligger att det uppstår en situation som innebär en förlust, eller hot om förlust av något slag. Det kan t.ex. gälla förlust av anhörig eller arbetskamrat, arbete, identitet, social position, ekonomisk trygghet, anseende, självkänsla eller självbild. Detta gäller som sagt inte bara den enskilda individen utan drabbar på olika sätt arbetsgrupper och dylika vid hög stress och krishändelser.

Krisarbete har genomgående ett förebyggande syfte. Krisreaktionerna är nästan alltid normala reaktioner på onormala händelser och med ett väl genomfört krisarbete förebyggs eventuella svårare reaktioner. Vi har en bred erfarenhet av att möta och hjälpa människor i olika sorts kriser. Vi har arbetat och arbetar såväl med individuellt krisstöd som med krisstöd åt grupper. Vi har även kompetens för att genomföra psykologisk debriefing efter krisartade händelser på t.ex. en arbetsplats.

IOSMO

Iosmo är ett utbildningsföretag verksamt inom området krispsykologi och beredskap. Företaget drivs av **Christer Borg** och **Börje Wenander**. Vi har grundläggande utbildning som legitimerade psykologer med vidareutbildning inom bl.a. krispsykologi och psykoterapeutiskt behandlingsarbete. Vår mångåriga erfarenhet från bl.a. psykiatri, beredskapsarbete, kommunal och privat verksamhet, kriminalvård, socialtjänst och olika former av psykosocialt och psykoterapeutiskt behandlingsarbete innebär att vi har en bred bas för olika former av utbildningsinsatser. Vi arbetar även med krisstöd till individer och grupper och har kompetens att genomföra avlastningssamtal och psykologisk debriefing.



iosmo

Börje Wenander tel 0702-58 89 45
Christer Borg tel 0706-58 50 16
Landsväggsgatan 24, 413 04 Göteborg
E-post: borje@iosmo.se / christer@iosmo.se
www.iosmo.se

Tillämpad krispsykologi

Krisutbildning där det sker



iosmo

Krisutbildning

Vi erbjuder utbildningar som anpassas speciellt till kundens önskemål. Insatserna varierar mellan enstaka föreläsningar till mer genomgripande utbildningsinsatser där vi kombinerar föreläsningar med praktiska övningar och rollspel.

Exempel på innehåll i en utbildningsinsats kan vara:

- kriskunskap och krisstöd
- hot och våld på arbetsplatsen
- kriskommunikation
- konflikthantering
- fysiskt självskydd (via extern partner)
- beredskapsplaner
- gruppsykologi
- professionellt förhållningssätt
- att hantera stress
- att möta svåra klienter
- kränkande särbehandling
- avlastningssamtal och debriefing

Vid intresse, kontakta oss för närmare diskussion och planering.



Tillämpad krispsykologi

Med begreppet tillämpad krispsykologi vill vi tydliggöra vår ambition att de föreläsningar, utbildningar och uppdrag vi utför skall ha en tydlig tillämpbarhet. Vi utgår från det specifika företaget och dess behov då vi arbetar med ett uppdrag. Det vi förmedlar skall vara möjligt att omsätta i den verklighet som mottagaren arbetar och verkar i. I en utbildningsinsats arbetar vi med en kombination av föreläsningar och övningar för att ge en erfarenhetsbaserad förståelse och inläring

Beredskap

Enligt lagstiftning* är alla arbetsgivare ansvariga för att det finns en grundläggande beredskap att hantera krishändelser på arbetsplatsen. Vi har en mycket god kunskap och erfarenhet av att i samverkan med olika verksamheter arbeta fram en beredskapsplan samt ge adekvat utbildning i anslutning till det. Med en väl fungerande beredskap kan man avsevärt förebygga risken att medarbetare hamnar i allvarliga stress- och krisreaktioner vid olika former av allvarliga händelser. Reaktionen kan inte förhindras men man kan minska risken att de fördjupas och blir långvariga.

* AFS 1999:7. Första hjälpen och krisstöd