

Programmet för Certifierad Dödsdoulas® vid DödsDoulan i Skandinavien

Dödsdoulan - en följeslagare i livets slutskede

Kommer du i kontakt med människor som fått en obotlig sjukdom och har en tidsbegränsad tid kvar att leva, genom ditt arbete? Eller har du upplevt egen förlust av någon med obotlig sjukdom och vill hjälpa andra? Söker du mer förståelse för alla aspekter av död och döende?

Programmet för att bli Certifierad Dödsdoulas® är den mest kompletta utbildningen som finns i Skandinavien gällande dödsdoulas-rollen. Kursen är speciellt utvecklad för dig som vill hjälpa människor i livets slutskede.

Utbildningen ger dig kunskap och verktyg för att vara en lyhörd och utbildad medmänniska. Dödsdoulan kan vara länken mellan den döende, dess närstående och sjukvården. Dödsdoulan stöttar ur ett holistiskt perspektiv; fysiskt, psykiskt och praktiskt. Dödsdoulan medverkar till att skapa en trygg, kärleksfull och accepterande omgivning med den döendes välbefinnande och önskemål i centrum.

Samarbetspartners

Vi är tacksamma för expertisen från Aly Dickison, grundare och fd Director, numera senior och mentor i End of Life Doula UK (EoLDUK) som är den engelska organisationen för doulor i livets slutskede med ca 400 medlemmar. Hon med övriga nyckelpersoner har från start stöttat vårt engagemang för att tillföra mänsklighet, integritet och professionalism till vår utbildning. Vi samverkar också med EoLDUK vid våra examinationer, där de bistår oss med sin kunskap och erfarenhet samt som ett externt kritiskt öga för kvalitetssäkring gentemot våra kursdeltagare. Utbildningens innehåll bygger på beprövad erfarenhet av vad som hjälper en människa och deras närstående i processen från sjukdomsbesked till döden. Vi vill leverera en pedagogiskt upplagd kurs som engagerar hela människan.

Dödsdoulan i Skandinavien är politiskt och religiöst obunden.

Kursbeskrivning

Programmet för Certifierad Dödsdoula® vid DödsDoulan i Skandinavien består av fyra moduler med avslutande examinationsuppgift. Modul 1–3 genomförs fysiskt i grupp vid tre tillfällen. Modul 4 genomförs digitalt och enskilt.

Förkunskaper

Läsa och skriva på svenska samt förståelse för engelska. En del av referensmaterialet är på engelska i skrift och tal.

I övrigt inga förkunskaper.

Undervisningsformer

Teoretiska kunskaper varvas med enskilt arbete, diskussioner och övningar med olika verktyg och metoder, allt för att skapa en välfylld verktygslåda för dig att arbeta med i din kommande dödsdoula-roll. Stor vikt läggs vid den egna processen för att bota i egna erfarenheter av förluster, sorg, döendet och döden. På kvällstid rekommenderas att avsätta tid för reflektion.

Modul I-4

Huvudmoment i modul I

1. Kunskap och medvetenhet om dödsdoula-rollen och samhällets syn på döendet och döden. En introduktion till dödsdoula-rollen och hur dödsdoulans kan stötta en klient och/eller dess närstående ur ett holistiskt perspektiv. Kunskap om hur vi kan bemöta en döende människa och dess närstående. Vilka färdigheter krävs för att verka som dödsdoula?

2. Kunskap om sorgprocessen från sjukdomsbesked till död. Introduktion till olika kris- och sorgteorier historiskt och i nutid. Vilka copingstrategier är vanliga för att hantera förluster? Hur kan sorgreaktioner yttra sig under sorgprocessen, anticipatorisk sorg och väntesorg? Genomgång av hur döendets faser kan se ut. Hur visar sig barns sorg i olika åldrar? Sorgbearbetning för försoning innan döden.

Huvudmoment i modul 2

1. Omhändertagande av avliden. Vad händer när någon har dött, vad gör man och hur tar man hand om en avliden. På vilket sätt kan dödsdoulans stödja de närstående i omhändertagandet?

2. Omvårdnad i livets slutskede. Kännedom om palliativ vård. Hur kan den vara organiserad? Vilken smärtlindring och vilka hjälpmedel finns att tillgå. Vilka tecken finns på att en människa är döende. Vad händer när personen har dött och hur kan dödsdoulans vara behjälplig. Ansvarstagande utifrån samhällsskydd och egna nätverk.

2. Värderingar, kultur, ritualer, mångfald, religion och andlighet i livets slutskede. Få en medvetenhet och kunskap om hur vi förhåller oss till död och begravning inom olika kulturer och religioner. Kunskap om trosföreställningar, livsåskådningar, spiritualitet och andlighet i livets slutskede. Har vi ett jämställt bemötande av alla döende människor i vårt samhälle? Egna värderingar och tro och hur det kan påverka dig i din roll som dödsdoula.

Modul I-4 Huvudmoment i modul 3

1. Begravningsplanering. Kunskap om vad som gäller för begravning; ceremonier, gravskick, regler mm. Genomgång av dokument som kan vara behjälpliga för att planera inför döden.

2. Familjesystem, roller och gränsdragning. Hur kan dynamiken i en familj visa sig. Vad är viktigt för dig som dödsdoulor att tänka på när du hjälper en döende och dess närstående. Vi pratar om gränsdragning och tydlighet i kommunikation.

3. Att förhålla sig till sin egen död och personlig utveckling. Hur kan egna erfarenheter av döden och döendet påverka dig i din roll som dödsdoulor? Vikten av egenvård. Vikten av närvaro och aktivt lyssnande i samtal med den döende och dess närstående. Hur avslutar man ett uppdrag?

Huvudmoment modul 4 (digital)

Livs- och dödsavgörande dokument. Vad gäller när någon är döende och har dött? Behöver man fylla i dokument och förbereda sig för döden? Information om icke-juridiska dokument såsom livsuppehållande åtgärder, organdonation, önskemål om begravning. Information om juridiska dokument såsom testamente, bouppteckning och framtidsfullmakt. Begravningslagen.

Examination



Krav för examination: För examination krävs fysisk närvaro under hela kursstiden för modul 1–3, samt att övningarna som ingår i utbildningen under kursdagarna genomförs. Hemuppgifterna ska vara inskickade och godkända. Den digitala modul 4 ska vara inskickad och godkänd. För att bli certifierad, ska examinationsuppgifterna vara inskickade senast 6 månader från det att man fick dem. Granskningen av dessa kan ta upp till 2-3 månader.

Examinationsuppgiftens syfte: Att fördjupa sina kunskaper och förståelse för begreppen som använts under utbildningen för att verka som dödsdoulas. Uppgiften är ett skriftligt arbete som består av fyra delar varav kunskapsdelen besvaras på engelska (inget krav på korrekt grammatik, ska vara lättförståeligt) egna reflektioner, samt att skriva en fiktiv fallstudie med kunskapsbevis integrerat i texten.

Examinatorer: Jenny-Ann Gunnarsson och Lena Kulmala samt skickas den engelska delen till våra samarbetspartner i England, EoLDUK som också bedömer innehållet. Efter godkänd examinationsuppgift och inbetalning av examinationsavgiften om 2 500 kr samt signerat dokument med DödsDoulan i Skandinavien etiska riktlinjer erhålls ett certifikat, brosch, ID-legitimation. Härmed har du också rätt att använda titeln "Certifierad Dödsdoulas® vid DödsDoulan i Skandinavien".

Vad händer sedan?

Efter certifieringen:

Medlemskap i Nätverket för DödsDoulan i

Skandinavien (NDDS): Du blir erbjuden medlemskap i NDDS Nätverket för DödsDoulan i Skandinavien på Teams, mot en årlig avgift om 400 kr. Detta för att stödja dig i din roll som dödsdoulas och för att få vara i ett utvecklande sammanhang med kollegor. Bland annat erbjuds olika föreläsningar, fördjupningskurser och erfarenhetsutbyte.

Mentor: Vid dödsdoulas-uppdrag och som medlem i NDDS, kan du få stöd av en mentor. Mentorerna är Jenny-Ann Gunnarsson, Lena Kulmala och Susanne Nilsson samt kollegor i England. Kontakt och dokumentation mentor och dödsdoulas sköter och ansvarar dödsdoulan för.

Medlemskap i nätverket DD regionala grupper på Teams sker automatiskt, om man önskar, utan avgift. Insläpp sker efter modul 3.

Praktisk kursinformation



Kurslängd: Kursen omfattar 9 heldagar uppdelade på tre tillfällen.

Dag 1, kl 10.00 – 17.00

Dag 2, kl 09.00 – 17.00 samt frivilligt samkväm kl 18.00 – 19.00

Dag 3, kl 09.00 – 16.00

På kvällarna rekommenderas att avsätta tid för egen reflektion.

Datum: torsdag-lördag 1-3 oktober, torsdag-lördag 5-7 november och torsdag-lördag 3-5 december.

Var: Hotell Högland i Nässjö

Kursledare: Jenny-Ann Gunnarsson och Lena Kulmala

För mer information se www.dodsdoulan.se

Kursavgift: 43 325 kr inkl. moms

Arlapris Anmäl dig senast den 31 maj och få erbjudandet om 37 000 kr (inkl. moms).

Förmiddags- och eftermiddagsfika ingår. Övriga kostnader såsom resa, logi och förtäring bekostas av deltagaren själv.

Examinationsavgift: tillkommer med 2 500 kr (inkl. moms) som erläggs vid examinationen.

Delbetalning: Det går att dela upp betalningen på tre tillfällen mot en avgift på 100 kr per betalning.

Undervisningsformer: Vi varvar teori och praktik genom föreläsningar, diskussioner samt övningar individuellt och i grupp.

Förkunskaper: Läsa och skriva på svenska samt förståelse för engelska. Vid examinationsuppgifterna ska en del besvaras på lättförståelig engelska. I övrigt inga förkunskaper.

Kost och logi: Förmiddags- och eftermiddagsfika ingår. Vi serverar smörgås första kursdagen vid förmiddagsfikat, övriga dagar något energipåfyllande. Vatten, frukt och godis serveras genomgående under hela dagen. För lunch finns olika alternativ i hotellets restaurang på vardagar. Det finns också flera bra restauranger och caféer inom gångavstånd. Möjlighet att värma egen mat finns på hotellet.

Boende: Hotell Högland erbjuder ett specialpris för våra kursdeltagare. **OBS! Måste bokas direkt med hotellet antingen via e-post info@hogland.se eller telefon 0380-131 00.** Hotell Högland ligger mitt i centrum 4 min från tågstationen. Garage och parkering finns i anslutning till hotellet. Hotellet har också en relaxavdelning så ta gärna med badkläder.

Praktisk kursinformation



I kursen ingår:

- ✓ Kunskap om dödsdoula-rollen
- ✓ Sorg, kris och livsomställningar
- ✓ Att förhålla sig till sin egen död och personlig utveckling
- ✓ Omhändertagande av avliden och begravningsplanering
- ✓ Värderingar, kultur, ritualer, mångfald, religion och andlighet i livets slutskede
- ✓ Livs- och dödsavgörande dokument
- ✓ Samtalsmetodik för aktivt lyssnade och närvaro
- ✓ Praktiska övningar enskilt, i par och i grupp samt för användande i rollen som dödsdoula
- ✓ Föreläsningar fysiskt, digitalt och inspelat
- ✓ Externa föreläsare fysiskt, digitalt och inspelat
- ✓ Support och stöd under utbildningen gällande hemuppgifter och examination
- ✓ Kurspärm, anteckningsbok, penna, föreläsningmaterial, referensmaterial och videos

Anmälan

Erbjudande! Anmäl dig **senast 31 maj** och få **vårt Arlapris om 37 000 kr** (inkl. moms). Ordinarie kursavgift 43 325.

Så anmäler du dig:

För att anmäla dig till Programmet för Certifierad Dödsdoula® vid DödsDoulan i Skandinavien mejlar du till info@dodsdoulan.se.

Du får en länk till ett formulär att fylla i, som ligger till grund för att bli antagen. Har vi frågor på det, hör vi av oss. Anmälningvillkor bifogas separat. När vi tagit emot ditt anmälningsskema får du bekräftelse via e-post och bokningskoder för boende på Hotell Högland i Nässjö.

Röster från tidigare kursdeltagare:

"Livsomvälvande" "Har hittat hem" "Hög kompetensnivå"

"Jag vågar prata om det svåra utan att få andnöd"

"En ynnest att få vara pionjär och vara en del av en världsrörelse"