

**Hva kan du gjøre i ditt daglige arbeid for å forebygge selvmord?**

**Vil du bli kursleder for kurset  
Førstehjelp ved selvmordsfare?**



**Inviterer til kurslederkurs for kurset  
Førstehjelp ved selvmordsfare  
16.-20. oktober 2017  
på Scandic Hell, Værnes**

## Om vårt kurskonsept

*Kurslederkurset* er et fem dagers kurs for utdanning av fremtidige kursledere med forskjellig yrkesbakgrunn til undervisning av kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare*.

Kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* går over to dager (14 timer) med 2 kursledere og inntil 30 deltakere, eller 3 kursledere og inntil 45 deltakere. Det retter seg mot alle som i sitt virke møter selvmordsnære mennesker. Det er et tverrfaglig kurs hvor deltakerne lærer å tolke faresignaler og gripe inn i tilfelle akutt selvmordsfare. Kurset gjennomføres ved forelesninger, videofilmer, diskusjoner og praktiske øvelser. Kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* er brukt i Norge siden 1998. Innholdet på kurset er strukturert og kan ikke forandres, men kan undervises med et personlig preg. Kursmaterialet kan bare bli brukt på dette kurset og kurset må undervises som en helhet. Det må alltid være minimum to kursledere på kurset.

For tidligere deltakere på kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* er det utviklet et vedlikeholdskurs som går over en dag, alternativt halv dag, og heter *FriskOpp*.

VIVAT har som mål å utdanne kursledere og veiledere, bygge og understøtte kursledernetverket og videreutvikle og kvalitetssikre kursopplegget. Det har hittil vært arrangert 22 kurslederkurs. VIVAT er forankret ved Universitetssykehuset Nord-Norge HF, Tromsø. Viktige samarbeidspartnere er landets RVTS-er ([www.rvts.no](http://www.rvts.no)), andre selvmordsforebyggende miljøer i landet og Forsvaret. Vi samarbeider tett med LivingWorks Education i Canada ([www.livingworks.net](http://www.livingworks.net)) som har utviklet kurset.

Kurslederkurset er første steg for å bli kursleder for *Førstehjelpskurset*. Etter dette må man motta veiledning og være kursleder på tre kurs i løpet av første året for å bli godkjent som kursleder. For å beholde sin kurslederstatus må kurset undervises minst to ganger årlig. Kursledere må ha erfaring fra å møte mennesker med selvmordstanker, være personlig egnet og ha pedagogiske evner til å undervise og lede smågrupper. Kursledere må også ha anledning til å gjennomføre kurs som en del av sitt arbeid. Aktuelle kursledere er fagpersoner med ulik faglig bakgrunn, som i sitt arbeid kan bruke kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* til å spre kunnskap og ferdigheter om intervensjon i akutt selvmordsfare. Det er en fordel hvis man har deltatt på kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* før kurslederkurset, men det er ikke en forutsetning.

Kurslederkurset går over fem dager. De to første dagene er man deltaker på kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare*. De tre siste dagene arbeides det med undervisningstrening i smågrupper. Det kreves deltakelse på alle fem dagene.

## Godkjenninger

Kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* er godkjent av:

- \* Norsk Sykepleierforbund som meritterende for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/spesialsykepleie
- \* Norsk Psykologforening som vedlikeholdskurs
- \* Den norske legeforening som emnekurs/klinisk emnekurs i psykiatri til videre- og etterutdanning i allmenntilleggsmedisin og som valgfritt kurs under spesialisering og for spesialistenes etterutdanning i samfunnsmedisin
- \* Norsk Ergoterapeutforbund som spesialistspesifikk kurs meritterende til ergoterapispesialist i allmennhelse og mental helse
- \* Fagforbundet som tellende til klinisk fagstige for hjelpepleiere og omsorgsarbeidere.

## Lærere på kurslederkurset

Lærerne på kurset vil være:

Johan Lindmark – VIVAT veileder og spesialrådgiver, RVTS Øst

Dag Willy Tallaksen – Førstelektor Høgskolen i Oslo og Akershus og VIVAT veileder

Ann-Jorid Møller – leder i VIVAT

Med flere

Lærerteamet kan bli endret, alle vil være veiledere og kursledere i VIVAT

## Kurssted

Kurset foregår på Scandic Hell, Værnes. Se <https://www.scandichotels.no/hell>

Alle deltakere får enerom. Det er mulig, men ikke anbefalt, å delta uten å være innkvartert på kursstedet. Ta i så fall kontakt med VIVAT.

**Kurset starter mandag 16. oktober kl 08:15. Det er derfor en forutsetning at alle må være ankommet kursstedet søndag kveld, 15. oktober.**

**Kurset slutter fredag 20. oktober kl. 16:00.**

**Deltakelse på hele kurset er obligatorisk.** OBS: Ved fravær fra deler av kurset kan deltakeren ikke fullføre kurset. Dette gjelder uansett fraværsgrunn.

## Praktisk

Undervisningen på kurslederkurset forutsetter kjennskap i å bruke powerpoint-presentasjoner. Alle deltakere må ta med egen laptop (pc/mac) på kurset.

## Kursavgift

Kursavgiften er på 4000 kr. Dette er halvparten av hva vi vanligvis tar. VIVAT har fått midler fra Helsedirektoratet for å øke tilgjengeligheten til kurset Førstehjelp ved selvmordsfare.

Det som dekkes er overnatting søndag – fredag, full pensjon og undervisningsmateriell.

Reiseutgifter må den enkelte dekke selv.

Deltakerbekreftelse og faktura blir sendt etter at plassene er tildelt.

## Søknad om plass

Dersom du ønsker å bli VIVAT kursleder fyller du ut to-delt søknad:

Del 1, Søknad i questback og del 2, *Betingelser for å delta*.

Søknad Del 2 sendes til UNN HF, VIVAT, postboks 6124, 9291 Tromsø

Eller med e-post til: [vivat@unn.no](mailto:vivat@unn.no)

Søknadsskjema og annen informasjon om kurset finnes på VIVATs hjemmeside:

[www.vivatselvmordsforebygging.net](http://www.vivatselvmordsforebygging.net)

Har du spørsmål, ta direkte kontakt med VIVAT: e-post: [vivat@unn.no](mailto:vivat@unn.no) Tlf. 77 75 43 75

### **Søknadsfrist er: 17. august 2017**

Det er normalt stor tilsøking til Kurslederkurset. Tildeling av plass på kurset gjøres etter en samlet vurdering der også VIVAT sine behov for plassering av kursledere tas hensyn til. Søkere kan bli kontaktet for en samtale. Alle søkere får beskjed hvorvidt de er tildelt plass eller ikke.

## Øvrig informasjon

- Hittil har over 35.000 hjelpere deltatt på kurset Førstehjelp ved selvmordsfare. Kurset er oftest arrangert av kommuner, sykehus, høyskoler, forsvaret og Distriktpsykiatriske sentra. Det er en stor fordel om kursdeltakere har forskjellig yrkesbakgrunn og kommer fra forskjellige organisasjoner og etater. Dette fremmer læringen og erfaringsutvekslingen på kurset. Det finnes mange kreative måter for å få dette til – VIVAT forteller gjerne mer.
- Det finnes ca 160 aktive kursledere her i landet. Det er et mål å få til en kursledergruppe med ulik yrkesbakgrunn som representerer ulike arbeidsplasser. Selvmordsproblematikk berører de aller fleste hjelpere, og både kursdeltakere og kurslederkandidater har opplevd nettopp denne tverrfagligheten som berikende og utfyllende.
- Det norske kurset Førstehjelp ved selvmordsfare er en oversatt og bearbeidet utgave av kurset Applied Suicide Intervention Skills Training (ASIST). ASIST ble utviklet av LivingWorks Education for 30 år siden med bruk av Rothmans aksjonsforskningsmetode. I tillegg til Norge er kurset brukt hovedsakelig i Canada, USA, Australia/ New Zealand og Storbritannia/Irland. Kurset og kursmateriale oppdateres jevnlig og følger utvikling i suicidologisk forskning. Mer om LivingWorks Education finner du på deres nettside: [www.livingworks.net](http://www.livingworks.net).
- Kurset er evaluert i flere sammenhenger. De mest omfattende er gjort i Canada, Australia og Skottland. Evalueringer konkluderer følgende endringer etter kurset: kunnskap og ferdigheter øker, intervensjoner blir mer fokuserte, og sannsynligheten å intervensjon øker. I Norge er kurset evaluert av Agenda Utredning og Utvikling AS i 2002 som en del av evalueringen av Handlingsplan mot selvmord. Senere av Rambøll Management AS i 2007 på oppdrag fra Sosial- og helsedirektoratet. Se VIVATs hjemmeside for evalueringsrapport. Kursets praktiske tilnærming, varierte pedagogiske oppbygging og standardiserte innhold vurderes som vellykket. Kursdeltakere tar i bruk det de lærer seg og kompetansen varer over tid. Konklusjonen var at kurset fungerer som et godt innføringskurs i møte med selvmordsnære mennesker for alle hjelpere. Kurset er også evaluert fra medisindanningen i Tromsø, der kurset er blitt brukt over flere år. Resultater støtter andre evalueringsstudier.
- Kurset Førstehjelp ved selvmordsfare skal være selvfinansierende, det betyr at kursavgiften skal dekke kostnader til kurset. Derfor er det viktig at kursledere kan undervise på kurset som en del av sitt daglige arbeid fordi dette muliggjør en rimelig kursavgift. For hver deltaker skal en andel sendes til VIVAT for dekning av kursmateriell, portoutgifter, veiledning av kursledere, støtte til kursledernetverket samt oppdatering og utvikling av kurset og kursmateriell. Oppdatering og utvikling av kurs og kursmateriell skjer i samarbeid med LivingWorks. VIVAT sikrer at kurset i Norge er tilpasset norske forhold.
- På [www.vivatselvmordsforebygging.net](http://www.vivatselvmordsforebygging.net) finnes den øvrige informasjonen til søkere:
  1. Søknadsskjema. Del 1 og Del 2
  2. Program og læringsmål
  3. Prinsipper for kvalitetssikring
  4. Informasjon til arbeidsgivere
  5. Informasjon om VIVAT