

Oktober 2018

## Prinsipper for kvalitetssikring av kurset Førstehjelp ved selvmordsfare

### 1 Innledning

Vivat selvmordsforebygging er et av Helsedirektoratets selvmordsforebyggende tiltak. En av Vivats oppgaver er å sørge for at kurset Førstehjelp ved selvmordsfare blir spredt i Norge. For å oppnå dette utdannes lokale kursledere og regionale veiledere med ulik fagbakgrunn. Vivat skal også støtte kursledernetverket, videreutvikle og kvalitetssikre kursopplegget.

Vivat er forankret ved Universitetssykehuset Nord-Norge HF i Tromsø. Førstehjelp ved selvmordsfare er en norsk versjon av Applied Suicide Intervention Skills Training (ASIST), som er utviklet av LivingWorks Education i Canada. Kurset evalueres og videreutvikles jevnlig i et internasjonalt samarbeid der Vivat deltar.

Vivats sentrale administrasjon består av leder og to spesialkonsulenter i Tromsø. Vivat har også administrative medarbeidere lokalisert i Oslo. Leder har ansvar for den daglige driften, samt å ivareta kvaliteten av virksomheten i samråd med Teamlederen. Teamlederen har i tillegg et særskilt ansvar for utdanning av nye kursledere.

Vivat har regionalt tilsatte veiledere som samordner og støtter virksomheten i landets helseregioner. Vivat har samarbeidsavtaler med Regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS).

### 2 Mål for kvalitetssikring

- At deltakere etter kurset Førstehjelp ved selvmordsfare har kunnskaper, holdnings- og handlingsmessig beredskap som gjør dem i stand til å yte relevant førstehjelp til mennesker i selvmordsfare.
- At integritet, kvalitet og anseelse av kurset Førstehjelp ved selvmordsfare og dets kursledere ivaretas.
- At kurset Førstehjelp ved selvmordsfare utføres etter til enhver tid gjeldende manual.
- At kursledere gis jevnlig støtte slik at de kan bruke, opprettholde, og utvikle sine undervisningsferdigheter.

### 3 Hvordan bli kursleder

#### 3.1 Kurslederkurset

Kurslederkurset er første trinnet for å bli kursleder for kurset Førstehjelp ved selvmordsfare. Dette er fem dagers intensiv trening kombinert med selvstudier/forberedelser der en gjennomgår kursledermanual. De to første dagene gjennomføres selve kurset Førstehjelp ved selvmordsfare hvor kurslederkandidaten er vanlig deltaker, uavhengig om vedkommende har deltatt på dette kurset tidligere eller ikke. De tre siste dagene arbeides det med praktisk undervisningstrening, der en stor del foregår i smågrupper. Kursuken inkluderer også kveldsarbeid med undervisning, og selvstudium. Det er nødvendig å delta på kurslederkurset i sin helhet. Kurslederkurset er intensivt og dynamisk og kursformen gir en

pågående prosess fra begynnelse til slutt. Fravær fra noen del av kurset vil derfor medføre at deltakeren ikke kan fullføre. Dette gjelder uansett fraværsgrunn. Se eget program for kurslederkurset.

Aktuelle søkere til kurslederkurset er fagpersoner med ulik yrkesbakgrunn som har:

- erfaring fra å møte mennesker med selvmordstanker
- pedagogiske evner
- gode kommunikasjonsferdigheter
- evne til å lede smågrupper
- gode samarbeidsevner
- interesse i kontinuerlig og selvstendig læring og et positivt forhold til veiledning
- mulighet til å gjennomføre kurslederkurset og holde kurs selv som en del av sitt arbeid, og har støtte fra sin arbeidsgiver til dette
- personlig egnethet - deriblant en realistisk evne til å vurdere seg selv, samt ikke altfor sterke personlige motiver i forhold til forebygging av selvmord

På kurslederkurset blir det gått gjennom hvordan kurset Førstehjelp ved selvmordsfare skal presenteres. Kurslederkurset gir struktur og støtte mot å bli kursleder. Deltakeren må likevel ha erfaring fra undervisning og generelle hjelpeferdigheter.

Det er hensiktsmessig at søkere til kurslederkurset avklarer hvem som skal ivareta oppgaver knyttet til arrangering av kurs, både administrative og arrangementstekniske oppgaver. Å arrangere kurs er en viktig, men også ressurskrevende oppgave. Det er en stor fordel om dette kan legges til andre enn kurslederne selv. Det er utformet en skriftlig guide om arrangering av kursene.

Både søker til kurslederkurset og arbeidsgiver må ha lest og akseptert *Prinsipper for kvalitetssikring*, samt være kjent med at søker etter gjennomført opplæring vil presentere kurset Førstehjelp ved selvmordsfare og operere som kursleder for Vivat innenfor disse prinsipper. Dette bekreftes med begge parters underskrifter i del 2 av søknad til kurslederkurset. Etter gjennomført kurslederopplæring signerer kurslederkandidaten kontrakt med Vivat.

Vivats mål er å støtte alle kurslederkandidater i sin nye oppgave slik at kurset blir presentert i henhold til de kvalitetskrav som er satt. Umiddelbart etter kurset gjøres det en vurdering av kurslederkandidatene, og hvilken støtte den enkelte har behov for. Alle får en kort individuell tilbakemelding på siste kursdag, pluss en skriftlig tilbakemelding snarlig etter avsluttet kurslederkurs som spesifiserer hvilken veiledning som er nødvendig før kurslederkandidaten presenterer sitt første kurs. Det skjer unntaksvis at kurslederkandidater blir stoppet etter kurslederkurset.

### **3.2 Første året etter kurslederkurset**

For å bli godkjent kursleder må kandidaten undervise på **tre** kurs i de følgende 12 månedene. Det anbefales å holde det første kurset så fort som mulig etter gjennomført kurslederkurs. En regner at hver av de 3 første kursene vil kreve flere dagers forberedelser.

I god tid før det første kurset må kurslederkandidaten kontakte sin regionale veileder. De skal sammen bestemme hvilke type veiledning som vil være aktuell (hvis tilbakemeldingen etter kurslederkurset ikke gir spesielle føringer). Det finnes følgende muligheter:

1. Veiledning gjennomføres før og etter første kurset (minimumskravet).
2. Veileder er tilstede under kurset og tilgjengelig for veiledning.
3. Kurslederkandidaten kjører kurset sammen med en veileder slik at de er sammen også i liten gruppe.

Etter det første kurset skal kursleder-kandidaten gå gjennom og evaluere sin egen rolle under kurset sammen med sin veileder. Her vil kursleder-kandidaten få råd og anbefalinger for videre utvikling. Det kan avtales videre oppfølging av ulik art.

Hvis veileder finner det nødvendig, kan vedkommende avgjøre at kursleder-kandidaten ikke fortsetter videre. Kursledere kan også stoppes senere i forløpet, hvis vedkommende ikke oppfyller de krav som settes, til tross for støtte og veiledning.

For å bli endelig godkjent kursleder må kandidaten ha gjennomført tre kurs, og på minimum ett av disse hatt selvstendig ansvar for *alle* delene som gjennomføres i liten gruppe. Når dette er gjennomført får kursleder-kandidaten tilsendt et utdanningsbevis som bekrefter at vedkommende har oppnådd status som godkjent kursleder. I tilfeller hvor kursleder-kandidaten ikke har hatt noen kurs i løpet av det første året, må kurslederkurset repeteres dersom kursleder-kandidaten ønsker å fortsette.

#### 4 Oppfølging videre

For å opprettholde kurslederstatus må kurslederne holde minimum **to** kurs årlig. Høyere kurslederrate vil gi en økt forståelse for kursopplegget, samt at forberedelser går enklere. Hvis kursledere skulle trenge et lenger opphold, men ønsker å fortsette som kursleder senere, kan det avtales permisjon. Det vurderes i hvert enkelt tilfelle hvordan veien tilbake til å bli aktiv kursleder skal være.

Som kursleder vil det gis oppfølging fra ansvarlig regional veileder. Oppfølging gis på bakgrunn av innsendt kursrapport og evaluering fra kursdeltagerne. Kursleder kan også selv ta kontakt med veileder. Vivats veiledere kan være tilstede på kurs å gi støtte og veiledning og bidra til å sikre kvaliteten. Både kursleder og Vivat kan ta initiativ til slik tilstedeværelse. Slik direkte veiledning blir prioritert ut fra tilgjengelige ressurser.

Vivat oppfordrer kurslederpartnere til å være diskusjonspartnere og støtte for hverandre. Det er et læringspotensial i det at man alltid skal være minst to kursledere. Det er samtidig nyttig og viktig å få innspill fra ulike kursledere. Etter fem påfølgende kurs med den samme kurslederpartner bør en derfor bytte, eller evt. ta inn en tredje kursleder ved neste kurs.

Vivat har som intensjon å tilby regionale og landsdekkende kurslederkonferanser, med faglig støtte og inspirasjon som mål. Samlingene er gratis, utgifter til reise og opphold dekkes av Vivat. Vivat ønsker at kursledere prioriterer deltakelse på disse konferansene.

#### 5 Veiledere

Veiledere er egnede og erfarne kursledere som utvelges basert på veilederkompetanse, lederevner og selvmordsforebyggende erfaring. De må ha respekt hos kursledere, kunne samarbeide godt med andre kursledere i forskjellige situasjoner og ha evne til å gi konstruktiv feedback og anbefalinger. Nye veilederkandidater blir valgt av leder i konsultasjon med veilederteamet. Veiledere gis egen utdanning av Vivat som skjer i forbindelse med kurslederkurset. Utvalgte veiledere læres opp til å være lærere på kurslederkurs. Denne type opplæring ivaretas av LivingWorks i samarbeid med Vivat. Kurslederkurslærere kan utdannes videre av LivingWorks til å bli teamledere.

Forutsetninger for å bli veileder:

- være en erfaren kursleder.
- ha vist gode ferdigheter som smågruppeleder, og gode undervisnings- og presentasjonsferdigheter, vurdert fra kurslederrapporter, evalueringer og feedback fra andre kursledere.

- ha erfaring i selvmordsforebygging, intervensjon og/eller postvensjon som kliniker eller gjennom andre relevante aktiviteter.
- være villig å ivareta integriteten i innholdet og gjennomføringen av kurset Førstehjelp ved selvmordsfare.
- kunne lese og snakke engelsk.
- bo i en region hvor det eksisterer et behov for veiledere.

Veiledernes oppgaver:

- bidra med støtte, veiledning, evaluering og råd til kursledere
- gi tilbakemeldinger etter at kursledere har sendt inn kursrapport og evalueringer
- bidra til utvikling av kurset, inkludert kursmateriell
- markedsføring av Vivat, inkludert rekruttering av nye kursleder kandidater
- delta og bidra i Vivats veiledernetverk

Krav til å opprettholde veilederstatus:

- gjennomføre tre førstehjelpskurs hvert år
- delta på kursledersamlinger og være tilgjengelig for veilederoppgaver

## **6 Generelle retningslinjer for kurslederen og presentasjonen av Førstehjelp ved selvmordsfare**

1. Kurset Førstehjelp ved selvmordsfare eies av Vivat. Kurset er en norsk versjon av Applied Suicide Intervention Skills Training (ASIST), som er utviklet av LivingWorks i Canada. Kurset er standardisert og må undervises i henhold til norsk kursledermanual, opplæringen gitt på kurslederkurset og gjeldende retningslinjer. Kurset skal presenteres som en helhet. Det vil være i strid med opphavsrettighetene til kurset å bruke deler av kurset eller kursmateriell i annen sammenheng enn slik det er foreskrevet i kursledermanualen. Kursledere skal ikke gi sitt eget kursmateriell videre til andre.
2. Kurset Førstehjelp ved selvmordsfare undervises over to påfølgende dager (15 timer), og alltid med minimum to kursledere. Alle kursledere må delta gjennom kursets to fulle dager.

To kursledere kan maksimalt ha 30 deltakere. Maksimalt antall deltakere på ett kurs er 45, noe som vil kreve minimum 3 kursledere. Dersom antall deltakere er flere enn 15 skal kurset deles i arbeidsgrupper slik kursmanualen beskriver. Hver kursleder har en arbeidsgruppe på 7-15 deltakere. Laveste antall kursdeltakere på ett kurs vil være 8. Dersom antall kursdeltakere er mellom 8 og 15 kan man velge å gjennomføre hele kurset i samlet gruppe.

Det kan være inntil to kursledere per liten arbeidsgruppe på Førstehjelpskurset. Det skal likevel aldri være mer enn 6 kursledere per kurs, uavhengig av størrelse.

3. Etter hvert kurs må kursdeltakernes evalueringer, deltakerliste og kursrapport sendes til Vivat snarest og senest innen 2 uker.
4. Kursledere er ansvarlige for å gi Vivat korrekte opplysninger angående kursarrangør og kursdeltakere slik at Vivat kan fakturere for deltakeravgiften som skal betales til Vivat.

Deltakeravgiften er kr. 350,- per kursdeltaker (150 kr for studenter), etter gjennomført kurs. Deltakeravgiften dekker utvikling og produksjon av kursmateriell, kvalitetssikringsfunksjoner, samt utdanning av veiledernetverk og kurslederkurslærere, både internt i Vivat og videre opp mot LivingWorks.

5. Kursledere gjør jobben enten som en del av sin allerede avlønnede hovedstilling etter avtale med arbeidsgiver, eller de kan heve honorar for kurslederjobben. Dersom de krever honorar fra arrangør skal dette følge Vivat sine anbefalte honorarsatser.

Honorar til kurslederne blir delt i to deler. Den ene delen kompenserer den tiden kursleder trenger til forberedelse og etterarbeid (A), og den andre delen kompenserer for kursgjennomføring dersom kursleder ikke får gjøre dette innenfor ordinær arbeidstid og avlønning (B). Vivats anbefalte satser er *inntil* kr 5000,- for A-delen og *inntil* kr 5000,- for B-delen. Kursleder og arrangør avklarer honoraret før annonsering av kurs.

Kursleder som tar *fullt* kursarrangøransvar kan legge til kr 2000 til sitt honorar. Kursledere som er *koordinatorer/kontaktpersoner* for kurs kan legge til kr 1000 til sitt honorar. Dersom kursledere deler på disse oppgaver, så deles også arrangør eller koordinatorhonorar.

6. Aldergrense for deltakelse på Førstehjelp ved selvmordsfare er 18 år. Aldersgrensen kan i særskilte tilfeller fravikes etter nærmere avklaring med Vivat ledelsen.
7. Kun kursdeltakere, kursledere og evt. veiledere kan være tilstede på kursene. Observatører kan ikke delta. Ingen form for bilde- eller lydopptak er tillatt under aktivt kurs.
8. Aktive kursleder for Førstehjelp ved selvmordsfare må til enhver tid følge siste gjeldende kvalitetssikringsdokument. Vivat sørger for å informere alle kursledere ved revisjon.

Vivat er i en omleggingsfase når det gjelder logoer. Vi har ikke fått gjort om alle dokumenter osv. For øyeblikket er det derfor ulike logoer som brukes.

Den gamle logo ser du øverst i dokumentet her. Nedenfor er den nye logoen for Vivat selvmordsforebygging, samt det som er spesifikk logo for kurset Førstehjelp ved selvmordsfare.

