VIVAT - Førstehjelp ved selvmordsfare

Ved Kirsti Silvola

Vinteren 2000 ble det landsdekkende undervisningsprosjektet VIVAT opprettet som ett av flere oppfølgingsprosjekter til Handlingsplan mot selvmord. VIVAT betyr "la henne/ham leve", og har som mål å spre kunnskap om førstehjelp ved selvmordsfare

Undervisningsprosjektet har sitt utspring i et kursprogram som er utviklet av organisasjonen LivingWorks Education i Calgary, Canada, og som er brukt i over 15 år i mange land.

Senter for forebygging av selvmord i Nord-Norge har siden 1998 brukt kursprogrammet fra Canada. Dette har fungert godt i Nord-Norge, og Statens helse-tilsyn ønsket derfor å gi samme tilbud til hele landet. Agenda Utredning og Utvikling AS, som har evaluert Handlingsplan mot selvmord, anbefaler videreføring av kursopplegget og setter spesielt søkelys på den gode pedagogiske oppbyggingen av kurset, kostnadseffektiv kompetanseoppbygging, standardisert innhold og god spredningseffekt.

Mål

Hovedmålet for VIVAT er å gi fagpersoner med ulik bakgrunn kunnskaper og ferdigheter slik at de bedre kan hjelpe mennesker i akutte selvmordskriser. Opplegget består av to tverrfaglige kurs. Selve "produktet" er kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare". På et eget kurslederkurs utdanner man fagfolk med ulik bakgrunn til å bli kursledere for dette førstehjelps-kurset.

Kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare"

Kurset, som tidligere ble kalt "Intervensjon ved selvmordsfare", ble første gang gjennomført i Nord-Norge vinteren 1998. Siden da har mer enn 2000 personer deltatt.

"Førstehjelp ved selvmordsfare" er et intensivt kurs over to dager (14 timer) med to kursledere og maksimalt 24 deltakere. Det retter seg mot alle som i sitt virke møter selvmordsnære mennesker. Det er et praktisk, tverrfaglig kurs hvor deltakerne lærer å tolke faresignaler og gripe inn ved akutt selvmordsfare. Aktuelle deltakergrupper er helsearbeidere, sosialarbeidere, kirkelige ansatte, politifolk, ambulansepersonell, frivillige hjelpere, personalansvarlige osv. Kurset gjennomføres ved forelesninger, videofilmer, diskusjoner og praktiske øvelser. Hvert kurs blir evaluert av deltakerne og kurslederne.

Kurslederkurset

Kurslederkurset er et intensivt fem-dagers kurs for utdanning av fremtidige kursledere med ulik yrkesbakgrunn. Kurslederkurset krever aktiv deltakelse, da det for en stor del arbeides i smågrupper med realistisk undervisningstrening. Godkjent kursleder er man først når man har undervist i kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare" tre ganger i løpet av det første året etter gjennomgått kurslederkurs, og deretter minst en gang årlig. Kursledere må ha praktisk erfaring i selvmordsforebygging, være personlig egnet og ha pedagogiske evner til å undervise og lede smågrupper.

Hittil har mer enn 70 fagpersoner deltatt i kurslederopplæring. Kursledere kommer fra forskjellige arbeidsplasser, som f. eks. kommuner, Forsvaret, Kirken, politi, barne- og ungdomspsykiatri, distriktpsykiatriske sentra, skoleverket med bl.a. høyskoler osv. Det finnes gode og spennende erfaringer om samarbeid mellom to eller flere kursledere med forskjellig bakgrunn. Det er en krevende oppgave å bli kursleder, men rollen oppleves inspirerende og givende, og kompetansen oppleves verdifull.

For å kunne bruke sin kurslederkompetanse er det viktig med støtte fra arbeidsgiver.

VIVAT utdanner også erfarne kursledere til regionale veiledere, som støtter lokale kursledere i praktiske og faglige spørsmål. Veiledere fungerer også som lærerstab ved kurslederkurs.

Lokalisering og arbeidsoppgaver

VIVAT er lokalisert ved Senter for forebygging av selvmord i Nord-Norge, Psykiatrisk avdeling, Regionsykehuset i Tromsø. Prosjektets styringsgruppe består av fire medlemmer med professor Lars Mehlum som leder. Psykiater Kirsti Silvola arbeider som prosjektleder i 50 % stilling og sekretær Harriet Johansen i 50 % stilling.

VIVAT skal utdanne lokale kursledere og regionale veiledere, bygge og understøtte kursledernetverket og videreutvikle og kvalitetssikre kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare". VIVAT samarbeider med Seksjon for selvmordsforskning og -forebygging og med LivingWorks Education i Calgary. En stor utfordring for VIVAT er å gjøre ferdig "fornorsking" av kursmaterialet. Mesteparten av dette regner vi med å ha gjort i løpet av år 2000.

Neste kurslederkurs

Det arrangeres to kurslederkurs i hvert prosjektår. Det neste skal være 5. – 9. februar 2001 på Eidene senter ved Tjøme i Vestfold. De som er interesserte, kan kontakte VIVAT for å få mer informasjon om søknadsprosess og praktiske detaljer, tlf. 776 27819, e-post: vivat@rito.no Informasjon fins også på Internett: <http://www.med.uio.no/ipsy/ssff/kurslederkurs.htm>

Kirsti Silvola er psykiater og leder for Senter for forebygging av selvmord i Nord-Norge.