

Svanøe, K. L. (2006). "Fra LIVINGWORKS til VIVAT: en metamorfose." *Embla. Fagtidsskrift for barnevernspedagoger, sosionomer og vernepleiere*, årg. 10, nr 2, side 26-30

## **Fra LIVINGWORKS til VIVAT: en metamorfose**

**VIVAT-programmet er den norske versjonen av selvmordsforebyggende kurs utviklet i Canada. Det ligger utfordringer i det å tilpasse et eksisterende selvmordsforebyggende program til norske forhold. Men resultatene oppleves positive av kursledere og deltagere, og forskning viser at kurset øker kompetanse hos deltagerne.**

LivingWorks Education (LWE) er en canadisk organisasjon som utvikler kostnadseffektive, kunnskapsbaserte og praksisrettede kurs med selvmordsforebygging som fokus ([www.livingworks.net](http://www.livingworks.net)). Kursene anvendes over store deler av Canada, USA, Australia, og ble hentet til Norge av psykiater Kirsti Silvola i 1998. Kurset ble først prøvd ut i Nord-Norge som en del av Handlingsplan mot selvmord.

"Førstehjelp ved selvmordsfare" er navnet på den norske versjonen av LWEs mest utbredte kurs, "Applied Suicide Intervention Skills Training (ASIST)". Det er et såkalt "dørvakt"-program, dvs. det er laget for å gi fagpersoner som jobber direkte med mennesker (helse- og sosialarbeidere, lærere, politi, kirkelig ansatte) økt kompetanse til å oppdage og utforske selvmordsfare. Kurset går over to dager, og er svært intensivt, interaktivt og øvelsesorientert. Formålet er å hjelpe kursdeltagere til å legge merke til tegn som kan innebære selvmordsfare, vurdere situasjonen ved å tørre å samtale med den selvmordsnære, og forsøke å lage en plan for å forebygge den umiddelbare risikoen for selvmord.

Kurset tar i bruk ulike pedagogiske virkemidler. Det anvendes et kurshefte, holdninger utfordres ved smågruppediskusjoner, og det presenteres en modell som kan anvendes i situasjoner der en møter personer i selvmordsfare. I tillegg vises det to videofilmer, og kursdeltagere får flere anledninger til å prøve ut sin nylærte kunnskap i ulike praktiske øvelser. Ved slutten av kurset den andre dagen får deltagere med seg en bok med mye av det teoretiske materialet de er blitt undervist i, slik at deltagerne ved en senere anledning kan gjenoppfriske kunnskapen.

Kurset ledes alltid av minst to kursledere. For å kvalifisere seg som kursleder må en person gjennomgå et kurslederkurs som går over fem dager. Uken begynner med at vordende kursledere selv gjennomgår kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare" for deretter å lære seg å presentere det, og trene under veiledning. Dette fem dagers kurset er kun første ledd i en lengre prosess for å bli en sertifisert kursleder. Det forventes at nye kursledere gjennomfører tre kurs innen et år. For at de skal kunne opprettholde retten til å drive kurs, må de fortsette å lede minst ett kurs hvert år. Det kreves betydelig egeninnsats, og kursledere oppfordres om mulig til å få dette kurslederarbeid innbakt i sin arbeidsinstruks.

År 2000 besluttet Statens Helsetilsyn å spre kurset i hele landet, og Undervisningsprogrammet Vivat ble etablert ved Universitetssykehuset Nord-Norge i Tromsø. Vivat er latin og kan oversettes til "la leve".

### **Spesielle utfordringer ved igangsetting**

Ved utgangen av året 2004 har Vivat ca 135 aktive kursledere med tverrfaglig bakgrunn over hele Norge, med ca 386 gjennomførte kurs og over 8390 kursdeltagere. En revidert utgave av kurset kom i mai 2003, og i januar 2004 ble ca. 100 kursledere fra hele Norge samlet på Lillestrøm for å få opplæring i den nyreviderte utgaven. Etter fem års virksomhet

virker tiden moden for å ta en titt bakover for så å kunne se noe mer fremover. Hvilke utfordringer møtte pionerene av dette prosjektet? Hva blir viktig for at Vivat fortsatt får leve?

For å se fremover må vi ofte tittle bakover. Vi skal se på noen av tersklene som er blitt forsert de første åra der den canadiske LivingWorks er blitt til den norske Vivat, for så å antyde fremtidige utfordringer.

### **Utenlandsk program**

Den største barrieren var å oversette, både språkmessig og ikke minst kulturelt, et program som hadde sitt opphav i et annet land. Dette punktet innebar flere utfordringer på det kulturelle, praktiske og økonomiske plan. Innenfor enkelte profesjoner fant noen det vanskelig å akseptere et program utviklet i et land med en noe annerledes kultur. Kunne innholdet i dette kurset tilpasses den norske tenke- og væremåten? Den mer utadvendte nordamerikanske væremåte kan til tider stå i sterk kontrast til den norske måten å oppføre seg på. Ville det være mulig å involvere norske deltagere i åpne rollespill, eller få kursledere til å lese og følge en tykk manual skrevet på engelsk?

Tiden har imidlertid vist at det er mange fordeler med å adoptere et allerede utviklet program. Det er ikke nødvendig å bruke tid eller krefter for å finne opp kruttet på nytt, selv om ladningen kan endres noe. Innholdet i kurset ser ut til å være – hvis ikke universelt – i hvert fall svært relevant i den vestlige verden. Ledelsen i LWE har støttet denne tilpasningsprosessen som har ført til en fornorsket utgave. Et eksempel er dette med å lage videofilmer på norsk med norske skuespillere, og en norsk manual med færre adjektiver og detaljerte beskrivelser. Det har vært viktig å beholde balansen med tilpasningsbehov og lojalitet til det opprinnelige opplegget slik at for eksempel forskning på kurset er sammenlignbar i hele verden.

Vivat er kommet inn i LWEs internasjonale fagutviklingsgruppe som videreutvikler og reviderer kursmateriale. På denne måten har Vivat fått innvirkning direkte på videreutviklingen av kurset.

### **Standardisert pensum**

Det er kanskje et særnorsk trekk å ønske å utvikle egne forelesninger framfor å opptre med andres materiale. Det har ikke vært like lett for alle å få en manual i hånda med beskjed om å lære det detaljerte innhold og fremvisningsmåte. Flere har følt at de blir fratatt sin faglige vurderingsevne, og også muligheten for å prege kurset med sin egen personlighet. Fordelene ved et standardisert innhold har kommet tydeligere fram over tid. Et standardisert innhold gir større muligheter for kvalitetssikring. Selv om det er et stykke fram til Vivat-kursene oppnår et lignende status som førstehjelpskursene til Røde Kors på det somatiske området, begynner Vivat å bli kjent og anerkjent i hele Norge.

Erfaringer har vist at et standardisert innhold ikke er et hinder for en personlig og interaktiv undervisningsstil. Samtidig har den reviderte utgaven av kurset lagt opp til større variasjon i presentasjonen.

### **Tverrfaglig deltakelse**

Det har blant leger og psykologer vært visse motforestillinger mot å tilby samme kurs til personer med ulike utdanninger. De har fryktet at andre, mindre kvalifiserte fagpersoner, vil begynne å opptre som spesialister i selvmordsforebygging etter et todagers kurs. Et annet anliggende er at helsepersonell som ofte har kontakt med personer i selvmordsfare ikke vil få tilstrekkelig med kunnskap til å hankses med pasienter i eget arbeid.

Det har vært uvanlig, men ikke desto mer viktig, å innføre begrepet ”førstehjelp ved selvmordsfare”. Mange sitter fortsatt med den oppfatning at selvmordsintervensjon kun hører ekspertene til. Å se etter og oppdage at noen kan være i selvmordsfare, kan læres av langt flere personer, samtidig som førstehjelp er akkurat det – de aller første stegene. Vivat-kursene er nå ansett av flere fagorganisasjoner innenfor helseprofesjonene som det første trinn i kompetansegivende kurs i selvmordsforebygging.

### **Ulike fagfelt**

Kan en politimann trene psykologer i selvmordsintervensjon? Eller kan sosionomer hjelpe leger til å lære hvordan de skal snakke med pasienter som er i selvmordsfare? I de aller fleste tilfeller får ledelsen i Vivat tilbakemelding om at deltagere lærer å sette pris på at kursledere representerer ulike fagfelt. De ser til og med at ulikheten kan ha visse fordeler. I de områdene der det er tverrfaglig sammensatt kursledelse – inkludert leger – har det tydelig kommet fram fordeler ved en slik bred sammensetning. Psykiatriske aspekter og spørsmål om behandling behøver ikke oppta alle hjelpere, ei heller være hovedfokus ved førstehjelpsintervenering. I tillegg er det blitt rapportert at Vivat-kursene har bidratt til større samarbeid og respekt mellom ulike profesjoner.

Selv om det ennå ikke foreligger forskningsresultater som kan si oss noe om kursets innvirkning på suicidale personer, er det god grunn til å tro at bedre samarbeid blant offentlige ansatte også må komme de hjelpetregende til gode.

Vårt ”kliniske erfaringsinntrykk” er at ingen bestemt utdanningsbakgrunn kan fortelle om en person blir en god kursleder. Vivat forsøker å tilby veiledning og støtte til kursledere slik at de kan fortsette å utvikle sine ferdigheter. Samtidig er vi klar over at med denne type implementeringsstrategi, er det ikke mulig å garantere like god kvalitet blant alle kursledere.

### **Copyright til LivingWorks Education**

Det å betale et selskap for å kunne bruke dets materialer – selv når selskapet ikke er profittrettet – strider mot den skandinaviske velferdstanke. Det tok derfor noe tid å komme over den ideologiske terskel, slik at enkelte fordeler kunne taes i betraktning. En av fordelene er at LWE tilbyr fortsatt støtte til Vivat og står som garantist for at kurset videreutvikles med basis i den nyeste forskning innen suicidologi. I 2003 ble en større revisjon av kurset foretatt. Femten norske Vivat medarbeidere reiste til Banff i Canada, fikk presentert revisjonen, og ga staben feedback vedrørende viktige pedagogiske aspekter. Nye endringer ble sendt ut høsten 2003.

I og med at Vivat fra starten av har etablert sin egen infrastruktur, har den norske ledelsen forhandlet seg fram til en avtale om å beholde halvparten av lisenskostnadene. Hver deltager betaler Vivat kr. 350. Dette dekker kursheftet og boken Førstehjelp ved selvmordsfare, samt service- og støtteutgifter. Av denne summen sendes kr. 60 til Canada for hver kursdeltager.

### **Finansiering**

Vivat begynte som et prosjekt knyttet til Tiltak mot selvmord og fortsetter foreløpig som et prosjekt med finansiering fra Sosial- og helsedirektoratet. Sekretariatet består av to heltids- og fem deltidsansatte i 20 prosent stillinger. Hvert kurs er selvfinansierende, noe som gir prosjektet økonomisk stabilitet.

### **Desentralisert støttenettverk**

Det er veilederstillinger i de fleste helseregioner. Veilederne tilbyr støtte og veiledning til kursledere, og arrangerer samlinger der ulike deler av kurset diskuteres eller øves på. Deres støtte bidrar til å hjelpe kursledere å holde seg aktivt oppdatert og å møte de praktiske utfordringer ved implementeringen av kurset. I tillegg deltar veilederne i andre utviklingsoppgaver.

### **Tilknytning til og kontakt med andre selvmordsforebyggende tiltak**

Målsettingen fra starten av har vært å integrere Vivat som en del av den nasjonale selvmordsforebyggende strategi. Ledelsen i Vivat er glad for å ha nære forbindelser med Senter for selvmordsforebygging og –forskning (SSFF) i Oslo, så vel som med de regionale sentrene. Dette har vært en vellykket strategi som har lettet integrering av førstehjelpsbeget i tilknytning til selvmord.

### **Hvor går vi hen?**

Det er nesten alltid utfordringer forbundet med å tilpasse et eksisterende program fra et land til et annet. Noen utfordringer skyldes kulturelle forskjeller, andre handler om profesjonsrevir, mens noen rett og slett skyldes at innføring av noe nytt vekker en viss motstand i oss mennesker! Vi som jobber med Vivat opplever at den modellen som presenteres i kurset er til hjelp som ett av flere redskap som kan forebygge selvmord.

Utfordringene videre er imidlertid flere, mulighetene likedan. Forskning er nødvendig. Vi vet at kurset øker kompetanse, men hvordan bruker deltagerne den? En systematisk undersøkelse av deltagerne etter bruk av modellen hadde muligens gitt ideer til revisjoner.

Det trenges i tillegg et oppfølgingskurs for å holde kunnskapen og ferdighetene ved like hos de som har vært på kurset. Selv om LWE har utviklet et slikt "tune-up" kurs, er det ennå lite brukt i Norge.

Det er også viktig å øke spredning av kurset, informere flere arbeidsgivere om kursets oppbygging og omfang, slik at de ser de muligheter en kvalitetssikret, kostnadseffektiv og livsviktig kompetanseoppbygging gir.

En av de største utfordringene er å sikre økonomien. Samtaler med Sosial- og helsedirektoratet er for lengst blitt satt i gang om Vivats organisatoriske og økonomiske tilhørighet. Staben ved Vivat lever fortsatt fra hånd til munn, med årlige engasjementer framfor faste ansettelser. Selv om Universitetssykehuset Nord-Norge i Tromsø har bidratt med garantier, er det vanskelig å arbeide med en langsiktig utvikling av virksomheten under slike forhold.

Muligheten for å være med å starte opp kurs i andre land er sterkt tilstede. LWE i Canada har allerede engasjert Vivat i flere andre europeiske land, og ønsker at Norge skal bli et europeisk kompetanse-senter i så måte. Denne satsing må selvfølgelig basere seg på salg, dvs. at Vivat selger sine tjenester og får dekket sine utgifter, også administrative utgifter. For å kunne utvikle et slikt konsept, som med tiden kan gjøre Vivat selvfinansiert også her i Norge, trenges imidlertid drahjelp fra Sosial- og helsedirektoratet. Vivat trenger ansatte medarbeidere som vet at de har arbeid lenger enn til 31. desember, og som kan dermed planlegge, videreutvikle og tilby tjenestene sine.

## Litteratur

- Guttormsen, T, m fl (2003): "Førstehjelp ved selvmordsfare – en evaluering." *Tidsskrift for Den norske lægeforening*, årg. 123, nr 16, side 2284-6.
- Mehlum, L. (red.) (1999): *Tilbake til livet*. Kristiansand, Høyskoleforlaget.
- Silvola, K. m fl (2003) "Kurset førstehjelp ved selvmordsfare." *Tidsskrift for Den norske lægeforening*, årg. 123, nr 16, side 2281-3.
- Statens helsetilsyn (2000) *Handlingsplan mot selvmord – sluttrapport*, Oslo, SH (IK-2720).
- Ånestad, T. (2004) "Undervisningsprogrammet VIVAT: foran veivalg?" *Suicidologi*, årg. 9, nr 3, side 9.

**Karol L. Svanøe** er sosionom og cand. polit., og arbeider ved Høgskolen i Vestfold, der hun er faglig leder for videreutdanning i psykisk helsearbeid. Hun har vært kursleder og veileder i VIVAT i flere år, og vært aktiv i Landsforening for etterlatte ved selvmord (LEVE).

[karol.svanoe@hive.no](mailto:karol.svanoe@hive.no)