

INVITASJON TIL KURSET FØRSTEHJELP VED SELVMORDSFARE

Kurset *Førstehjelp ved selvmordsfare* er beregnet for hjelpere med ulik faglig bakgrunn som i sitt virke møter mennesker der selvmord kan være en del av bildet.

På kurset lærer deltakerne å:

- ☐ fange opp mennesker som kan være i selvmordsfare
- ☐ stille direkte spørsmål om selvmordstanker
- ☐ hjelpe personen i selvmordsfare å snakke om det som er vanskelig
- ☐ gjøre en enkel risikovurdering
- ☐ lage og iverksette en plan med vedkommende, hvor målet er å berge livet
- ☐ bruke nære ressurser i krisehjelp

Kurset går over to dager gjennomføres i form av forelesninger, videofilmer, diskusjoner, erfaringsutveksling og praktiske øvelser. Det arbeides mye i smågrupper.

Kurset undervises av registrerte kursledere, som er lokale fagpersoner. VIVAT selvmordsforebygging har ansvar for utdanning av kursledere og kvalitetssikring av kurset. Vivat er et av flere oppfølgingstiltak etter Handlingsplan mot selvmord, og er forankret i Helsedirektoratet.

Kurset er godkjent av følgende fagforeninger:

- ☐ Den norske legeforening: Emnekurs/klinisk emnekurs i psykiatri til videre- og etterutdanning i allmennmedisin (16 poeng). Valgfritt kurs under spesialisering og for spesialistenes etterutdanning i samfunnsmedisin (14 timer).
- ☐ Fagforbundet: Tellende til klinisk fagstige for hjelpepleiere og omsorgsarbeidere (14 timer)
- ☐ Norsk Ergoterapeutforbund: Spesialistspesifikk kurs meritterende til ergoterapispesialist i allmennhelse og mental helse (12 timer)
- ☐ Norsk Psykologforening: Fritt spesialkurs (14 timer) og vedlikeholdskurs (14 timer)
- ☐ Norsk Sykepleierforbund: Merittering for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/ spesialsykepleie (14 timer)

Mer info. om kurset og Vivat finnes på <http://www.vivatselvmordsforebygging.net/>

NB: Det er obligatorisk å være til stede på hele kurset.

Dato: 11. og 12. mars 2017

Tid: 08.30-16.00

Sted: Anker Hotell, Storgata 55, 0182 Oslo

Velkommen på kurs!

KURSPROGRAM 11. OG 12. MARS 2017

Kursledere Angelica Bråten og Lasse Nilssen

Dag 1

Kl. 08.30 Registrering og Introduksjon av kurset

Undervisningsfilm "Dødsårsak"

Kl. 09.30 Pause (15 min)

Utforsking av holdninger knyttet til selvmordsatferd

Kl. 12.15 Lunsj (45 min)

Kl. 13.00 Gjennomgang av kunnskap om selvmordsatferd og en modell for intervensjon ved selvmordsfare:

- Hva kjennetegner en person i krise/selvordskrise?
- Hva trenger denne personen i den aktuelle situasjonen?

Kl. 13.50 Pause (10 min)

- Hvordan møte vedkommende der han/hun befinner seg?
- Hvordan arbeide med usikkerhet om å leve eller dø?
- Hvordan komme over på håp-/livssiden og lage en plan for å forhindre umiddelbar fare for skade eller død?

Kl. 16.00 Slutt

Dag 2

Kl. 08.30 Fortsatt gjennomgang av modell for intervensjon ved selvmordsfare

- Undervisningsfilm "Det begynner med deg"

Kl 09.35 Pause (15 min)

- Diskusjon om modell for intervensjon ved selvmordsfare
- Praktisk trening av modellen

Kl. 12.30 Lunsj (45 min)

Kl. 13.15 Praktisk trening fortsetter

Kl. 15.00 Pause (15 min)

Kl. 15.15 Å arbeide sammen

- Hjelperrollen
- Lokal nettverksbygging

Evaluerings og avslutning

Kl. 16.00 Slutt