



PROGRAM OG LÆRINGSMÅL FOR VIVATS KURSLEDERKURS

14.-18. september, 2026 på Scandic Hell Hotel, Værnes

Kursstart: mandag 14. september kl. 08.15. Oppstart de øvrige dagene er kl. 08.30.

Kurslutt: fredag 18. september kl. 15:30. Deltakelse på kurset i sin helhet er obligatorisk. Ved fravær fra noen del av kurset kan deltakeren ikke fullføre. Dette gjelder uansett fraværsgrunn.

Mandag og tirsdag er du deltaker på kurset Førstehjelp ved selvmordsfare. Har du deltatt tidligere, må du delta uansett fordi disse fem dagene utgjør en helhet og fordi du på denne måten gis en førstehånds erfaring med kurset slik det skal gjennomføres. Mandag avslutter vi kl. 17.00 og de øvrige dagene kl. 18.00.

Mandag

Oppstart Kursleder kurset

- Introduksjon av Førstehjelp ved selvmordsfare
- Undervisningsfilm Dødsårsak
- Diskusjon i smågrupper om holdninger knyttet til selvmordsatferd
- Presentasjon av modell for intervensjon ved selvmordsfare (smågrupper): Identifisering av personer i selvmordsfare, hva trenger den du skal hjelpe og hvordan lage en plan for å forhindre umiddelbar fare for skade eller død.

Undervisningsslutt kl. 17.00.

Tirsdag

- Fortsetter med siste pkt. fra dag 1
- Undervisningsfilm Det begynner med deg
- Diskusjon i stor gruppe om modell for intervensjon ved selvmordsfare.
- Praktiske øvelser i smågruppe
- Om å arbeide sammen, hjelperollen og nettverk.

Overgang til kurslederrollen

Undervisningsslutt kl. 18.00

Onsdag

Formiddag: kl. 08.30- 12.00. Erfaringer og teoretisk forståelse av oppbygning av kurset Førstehjelp ved selvmordsfare. Mer om overgang til rollen som kursleder med praktiske opplysninger angående de tre siste dagene.

Ettermiddag: Alle anbefales å lese raskt igjennom sine dag1 oppgaver etter lunsj, så veiledning kl. 13.45-15.15, selvstudie kl. 15.15 – 16.30 og til slutt praktisk øvelse i grupper med veileder kl. 16.30 – 18.00. Alt omhandler presentasjon av Førstehjelpskursets dag 1.

Torsdag

Formiddag: kl. 08.30-12.30. Presentasjonsgruppe der dag 1 av kurset Førstehjelp ved selvmordsfare blir presentert av kursdeltakerne i små grupper.

Ettermiddagen blir slik som på onsdag: Alle anbefales å lese raskt gjennom sine dag2 oppgaver etter lunsj, så veiledning kl. 13.45-15.15, selvstudie kl. 15.15 – 16.30 og til slutt praktisk øvelse i grupper med veileder kl. 16.30 – 18.00. Alt omhandler presentasjon av Førstehjelpskursets dag 2.

Fredag

Formiddag: Kl. 08.30-12.30. Presentasjonsgruppe der dag 2 av kurset Førstehjelp ved selvmordsfare blir presentert av kursdeltakerne i små grupper.

Ettermiddag Kl. 13.30-15:30. Din videre vei i rollen som kursleder i lokalmiljøet, regionale grupper med mulighet for spørsmål og avslutning. *Vi ber deg sørge for at avreisetid fra hotellet etter 15.30.*

Generelt

Undervisningen på kurslederkurset forutsetter kjennskap i å bruke powerpointpresentasjoner, og det er en forutsetning at den enkelte bringer med egen laptop.

Deltakerne må regne med å måtte bruke store deler av tiden som ikke er satt av til undervisning til selvstudier. Det vil gi best utbyttet av kursuken.

Middag alle dager er kl. 19.00. Øvrige tider for måltider gis det beskjed om under kurset.

LÆRINGSMÅL FOR VIVATS KURSLEDERKURS

Kunnskaper og ferdigheter hos kursledere for kurset Førstehjelp ved selvmordsfare

En villig kursleder anerkjenner...

- at kursdeltakerne har kunnskap om intervensjon
- at kurset Førstehjelp ved selvmordsfare åpner opp for allerede kjent kunnskap om intervensjon
- at å lære om intervensjon og gjennomføre en intervensjon har lignende prosesser

En forberedt kursleder forstår at...

- positive tilbakemeldinger er viktige
- nesten alt deltakerne gjør og sier er et bidrag
- kurset Førstehjelp ved selvmordsfare øker intervensjonsferdighetene

En kompetent kursleder...

- balanserer utfordringer med trygghet
- viser omsorg og respekt
- gjennomfører en førstehjelps-intervensjon dersom nødvendig
- er forpliktet/lojal til Førstehjelpskursets standarder
- engasjerer seg i selvrefleksjon og streber etter videre læring
- støtter andre kursledere
- verdsetter kurset Førstehjelp ved selvmordsfare