Vivatkurset "Førstehjelp ved selvmordsfare" er under revisjon

Ved Dag Willy Tallaksen

Kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare" har vært drevet i en rekke år i Norge. Ansvarlig instans er Vivat, et landsdekkende undervisningsprosjekt som er et av oppfølgingstiltakene etter Handlingsplan mot selvmord. Etter hvert har man samlet verdifulle erfaringer og resultater fra evalueringer av kurset. Ut fra dette har man ønsket å revidere kursopplegget. Norske fagfolk har deltatt aktivt i revisjonsprosessen sammen med kolleger fra flere land. Faggruppen møttes i Banff i Canada i mai i år for å få presentert og diskutert resultatet av kursrevisjonen.

Kursledere i Vivat på konferanse i Canada (Foto: Dag Willy Tallaksen)

Den norske delegasjonen besto av våre mest erfarne kursledere og gjennom dem var samtidig alle landets regioner representert. Presentasjonen var lagt til Canada, fordi det er organisasjonen LivingWorks med base i Calgary som har stått for utviklingen av kursprogrammet siden det hele startet opp i 1980-årene. LivingWorks driver etter målsettingen "Not for profit".

Vivat og Norge er med i utviklingsarbeidet

Førstehjelpskurset representerer en viktig aktivitet i vårt nasjonale selvmordsforebyggende arbeid. Både styret i Vivat, daglig ledelse og kursledere har kommet fram med et klart ønske om deltakelse og påvirkning av undervisningsoppleggets videre utvikling. I så måte er våre ønsker langt på vei imøtekommet. Kirsti Silvola, leder av Vivat, og undertegnede var invitert med i gruppen av teamledere som møttes i forkant av konferansen for å planlegge hvordan revisjonen skulle presenteres. Gjennom det siste året har vi også blitt holdt orientert om hvilke endringer som har vært under plan-

legging. Via e-post og personlig kontakt har det vært mulig å påvirke endringene.

Gruppen av teamledere består av representanter fra de land som i stor grad har tatt i bruk undervisningsopplegget. I praksis betyr det at representanter for Canada, USA, Australia og Norge nå er medvirkende i den videre faglige og pedagogiske utvikling av kurset. Førstehjelpskurset er i ferd med å oppnå internasjonal spredning, og LivingWorks vil derfor legge vekt på at kurset ikke er et rent canadisk foretakende lenger.

Det spennende med konferansen var hva deltakerne skapte gjennom gruppearbeid og rollespill, i god Vivat-ånd. På konferansen var det ca. 150 deltakere fra Canada (9 provinser), Australia, USA (10 stater), Japan, Russland (via Barents-samarbeidet) og Norge. Enkelte av deltakerne hadde holdt mange kurslederkurs, andre var relativt ferske. Felles for alle var imidlertid engasjementet for selvmordsforebygging. Vi erfarte også at mange var drevet av en betydelig grad av idealisme samtidig som de slet med elendig

økonomi i sitt arbeid. Det ble tydelig for oss at på det amerikanske fastland var førstehjelpskursene en virksomhet som ikke nødvendigvis mottok offentlig støtte. Mange syntes nok vi var i en privilegert posisjon i og med at Vivat er tatt inn som et viktig element i den nasjonale handlingsplan mot selvmord.

Endringene

Vi var spente på hva nyhetene og forandringene besto i. Fra LivingWorks sin side ble det lagt vekt på å formidle at endringene var foretatt i overensstemmelse med erfaringer fra og evalueringer av kurset. Nye forskningsresultater er også lagt til grunn for endringene.

Det ble vist til at verdien av den risikovurderingen som hittil har vært en del av kurset, er høyst usikker og at kurset på dette punktet kan virke tilslørende. Alle personer som tilkjennegir selvmordsatferd, vil ha behov for en eller annen form for hjelp. I det reviderte kursprogrammet vil det derfor bli lagt vekt på å finne fram til den form for hjelp som er best mulig tilpasset akkurat det selvmords-truede menneske som man står overfor, uavhengig av grad av risiko. Mange kursdeltakere og kursledere har gitt tilbakemeldinger som tyder på at de deler av førstehjelpskurset som er lagt opp etter tradisjonell lærer/elev-undervisningsform, har blitt oppfattet som tunge og tettpakket med faktastoff. I det reviderte kursprogrammet er det derfor gjort endringer både i innhold og undervisningsmetoder. Dialog med kursdeltakerne er vektlagt. Videre er det lagt betydelig mer vekt på å fokusere på å samtale med den selvmordsnære om temaene ambivalens og død. Å samtale om døden i en førstehjelpssituasjon kan virke underlig, men døden er et sentralt tema i selvmordsatferd, og det er viktig at hjelperen gir signaler om at også døden kan snakkes om. I denne delen av samhandlingen

ligger ofte kimen til nytt håp. Den pedagogiske utfordringen i kurset blir dermed å forberede hjelperne på å kunne samtale om døden på en meningsfull måte. For å motvirke hjelpernes opplevelse av å bli stående alene med for stort ansvar vil det nye kursprogrammet legge større vekt på betydningen og nytten av å etablere lokale nettverk av mulige hjelpeinstanser.

Norske forhold

Selv om det er foretatt mange endringer i kursopplegget, lar deg seg fortsatt lett kjenne igjen av kursledere og brukere. Rollespill og interaktive undervisningsmetoder videreføres og forsterkes, og det legges økt vekt på dialog og egenaktivitet. Både den norske gruppen og konferansedeltakerne som helhet ga tydelig uttrykk for at de foreslåtte endringer stort sett var til det bedre. I perioden fram til september d.å. vil revisjonen bli prøvd ut under en rekke kurs rundt om i verden inkludert Norge. Tilbakemeldinger fra disse kursene vil så danne grunnlaget for den endelige revisjonen som kommer i løpet av høsten.

Vivat har som mål at de viktigste dokumentene skal være oversatt i løpet av høsten. Manualen som danner grunnlaget for kurslederutdanning, skal nå oversettes i sin helhet. Overgangen til den nye måten å gjennomføre kurset på, vil skje gradvis utover høsten 2003. I oktober avvikles det to kurslederkurs etter ny modell. Den endelige presentasjonen av det norske kursopplegget vil skje på en nasjonal konferanse i januar 2004.

Kort kursbeskrivelse

"Førstehjelp ved selvmordsfare" er et intensivt kurs over to dager (14 timer). Det retter seg mot alle som i sitt virke møter selvmordsnære mennesker og er et praktisk, tverrfaglig kurs hvor deltakerne lærer å oppfatte faresignaler og å gripe inn i tilfelle av akutt selvmordsfare. Kurset gir større trygghet og mer selv-tillit i møte med folk som er i alvorlig tvil om de orker å leve videre.

På Vivat-kurset lærer man

- å finne ut hvordan man kan strekke ut en hjelpende hånd
- å tolke risikosignaler
- å vurdere akutt selvmordsfare
- å gjennomføre en krisesamtale
- å bruke næreliggende ressurser i krisehjelp

Kurset inneholder følgende moduler:

- Holdninger til selvmord
- Kunnskaper om selvmord
- Risikovurdering
- Intervensjon
- Ressurser

VIVAT, Universitetssykehuset
Nord-Norge, 9291 Tromsø
Tlf: 776 278 19
www.unn.no/vivat

Se også Kirsti Silvolas artikkel om Vivat i Suicidologi 2000, nr. 3, s.15.

Dag Willy Tallaksen er høgskolelektor ved Høgskolen i Akershus og Vivat-koordinator i helse-region Øst og Sør. samt redaksjonsmedlem i Suicidologi.

Nye retningslinjer fra Sverige:

Nasjonella riktlinjer for vård och behandling av suicidala ungdomar och deras familjer

Stockholm: Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa (NASP), Svenska barn- och ungdomspsykiatriska föreningen, Vetenskapsrådets planeringsgrupp för barn- och ungdomspsykiatrisk och sociopediatrik forskning, 2003. – 44 s.

"Syftet med dessa kliniska riktlinjer är att sammanställa aktuell kunskap för att tillförsäkra självmordsnära barn och ungdomar och deras familjer så god vård som möjligt. Målgrupperna är barn- och ungdomspsykiatrisk personal, läkare, psykologer, socionomer och vårdpersonal, samt företrädare för klinikledning och politiska beslutsfattare... [Dessa kan] också vara av värde för personal verk-samma inom socialtjänst, skola och primärvård."

Kan lastes ned fra
<http://www.ki.se/suicid/nyhetsbrev/RIKTLINJER030130.pdf>

Nærmere informasjon:
<http://www.ki.se/suicid/>

Hefte med retningslinjene kan bestilles via e-post fra NASP, pris kr. 50 + eksp.:
Suicid.forskning@ipm.ki.se

Selvordsforskning ved Sykehuset Buskerud HF, Psykiatrisk klinikk, FoU-enheten

Etter 5 måneder i etableringsfase er FoU-enheten nå i full drift. Enheten består av fem fagstillinger og en sekretær, lokalisert ved psykiatrisk avdeling, Lier. To forskerstillinger og sekretæren er fast ansatt i enheten, mens de tre andre fagstillingene er avgitt fra hver av klinikkens tre avdelinger. Enheten skal stimulere og støtte virksomhetene i psykiatrisk klinikk til klinisk forskning, evaluering og utvikling, knyttet til barne- og ungdomspsykiatri og voksenpsykiatri. Samt å bidra til at klinisk praksis skjer med størst mulig referanse til etablert kunnskap.

Følgende er ansatt ved FoU-enheten: Professor dr. philos., spesialist i klinisk psy-

kologi Wencke Seltzer, Dr. med., spesialist i psykiatri Paul Møller, klinisk spesialist i psykiatrisk sykepleie, familieterapeut Anne Andersen, overlege, spesialist i psykiatri Tone Bergerud, Cand. san., psykiatrisk sykepleier Nina Helen Mjøsund, leder.

Vi arbeider med et bredt spekter av problemstillinger. Blant annet har Anne Andersen ved BUPA gjort en retrospektiv gjennomgang av utfall med hensyn til mortalitet, innleggelser og reinnleggelser ved selvmordsforsk hos ungdom, en gjennomgang av tilgjengelige data fra 1983-1997 (n=431). (Behandlingsmetoden er beskrevet i Fokus på familien nr. 1. 2003.) En hovedoppgave i sykepleievitenskap om

selvmordsvurdering i psykiatrisk akuttpost er utført ved klinikken av Nina Helen Mjøsund. Denne kvalitative studien ser på hvordan sykepleiere bidrar i en felles vurdering av selvmordsnære pasienter ved overgang fra fotfølging til hyppig tilsyn. En annen studie er utført ved klinikken sammen med Diakonhjemmets høyskolesenter ved høyskolelektor Gry Bruland Vråle. Studien beskriver innholdet i fotfølging ved hjelp av dybdeintervju med psykiatriske sykepleiere på ekspertnivå.

Henvendelser til FoU-enheten, psykiatrisk klinikk kan skje gjennom enhetens sekretær Britt Djupvik, telefon 32 80 43 47 eller e-mail: britt.djupvik@sb-hf.no