PROGRAM for kurset Førstehjelp ved selvmordsfare

Kursholdere: Randulf Nedrum og Lars Rune Strandskog

Dag 1
Kl. 08.00
Registrering og Introduksjon av kurset
Undervisningsfilm «Dødsårsak»
Utforsking av holdninger knyttet til selvmordsatferd
Kl. 11.45 Lunsj (45 min)
Kl. 12.30
Gjennomgang av kunnskap om selvmordsatferd og en modell for intervensjon ved selvmordsfare. Som deltaker lærer du å:

- oppdage mennesker som har det vanskelig og kan være i selvmordsfare
- stille direkte spørsmål om selvmordstanker
- hjelpe personen i selvmordsfare til å snakke om det som er vanskelig
- arbeide med usikkerhet om å leve eller dø
- lage og iverksette en plan med vedkommende, hvor målet er å berge liv

Kl. 15.30 Slutt

Dag 2
Kl. 08.00
Fortsatt gjennomgang av modell for intervensjon ved selvmordsfare
• Undervisningsfilm «Det begynner med deg»
• Diskusjon om modell for intervensjon ved selvmordsfare
• Praktisk trening på bruk av modellen
Kl. 12.00 Lunsj (45 min)
Kl. 12.45
Praktisk trening fortsetter
Kl. 14.40
Å arbeide sammen
• Hjelperrollen
• Lokal nettverksbygging
Evaluering og avslutning
Kl. 15.30 Slutt

Det er to korte pauser på formiddagen og to på ettermiddagen, begge dager.

Velkommen på kurs!

Vivat selvmordsforebygging
Universitetssykehuset Nord-Norge
P.b. 6124, 9291 Tromsø
vivat@unn.no
www.vivatselvmordsforebygging.net