

Krav

- Hvis der er en særlig risiko for traumatiske hændelser* i arbejdet, skal arbejdsgiveren sørge for, at der er de nødvendige foranstaltninger vedrørende psykisk førstehjælp
- Medarbejdere, der har været udsat for eller er berørte af en traumatisk hændelse, skal have adgang til psykisk førstehjælp

*fx uventet død, alvorlige ulykker, overhængende fare for dødsfald, alvorlige trusler.



Gode råd

- Psykisk førstehjælp består af handlinger, der viser, at medarbejderen ikke er overladt til sig selv, og den kan hjælpe medarbejderen til en første bearbejdning af de ubehagelige oplevelser.
- Når medarbejdere har været udsat for eller er berørt af en alvorlig ulykke, bør virksomheden følge op på deres tilstand, før de tager hjem. Det er en god idé, at virksomheden afklarer, hvordan de kommer hjem, og at de ikke er alene, når de kommer hjem.
- Det kan derudover være en god idé at gennemføre en opfølgende samtale med de medarbejdere, der har været involveret i eller er berørt af en alvorlig ulykke. Den type samtale kaldes nogle gange for debriefing.
- Ved samtalen fortæller medarbejderne, der har oplevet eller er berørt af ulykken, om deres oplevelser til hinanden. Herved hjælper medarbejderne hinanden med at rekonstruere episoden.
- Den opfølgende samtale med de involverede og berørte kan være starten på virksomhedens ulykkesundersøgelse.
- Et godt tidspunkt for samtalen er mellem et og tre døgn efter hændelsen. Hvis den gennemføres før, vil medarbejderne endnu ikke være i stand til at bearbejde hændelsen. Gennemføres den senere, vil effekten være mindre.

Arbejdstilsynets regler og praksis

Arbejdsgiveren skal sørge for, at medarbejdere, der har været udsat for en traumatisk hændelse, enten direkte eller som vidner, har adgang til psykisk førstehjælp.

Psykisk førstehjælp kan ydes af en person, der er udpeget til at stå for den psykiske førstehjælp. Det kan enten være en medarbejder på virksomheden eller en ekstern person.

Benyttes ekstern bistand, så skal der intern være udpeget et antal personer, der kan stå for den indledende psykiske førstehjælp, indtil eventuelle eksterne kan overtage den psykiske førstehjælp.

Yderligere tiltag

- Lav en procedure, der beskriver, hvordan I som virksomhed håndterer alvorlige ulykker
- Proceduren bør klart beskrive, hvem der gør hvad under, umiddelbart efter og som opfølgning på alvorlige ulykker, herunder sikrer kommunikation om ulykken

Relevante links

- [Arbejdstilsynet – Psykisk førstehjælp i forbindelse med traumatiske hændelser](#)
- [Arbejdstilsynets vejledning om vold, D.4.3-5, 2011 \(opdateret 2020\)](#)
- [BFA Velfærd og offentlig administration – Trusler og vold på arbejdspladsen](#)