



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*



Oppfølging etter  
selvmord.

Et samarbeid mellom LEVE  
og kommunalt kriseteam.

---

Nasjonal helseberedskapskonferanse

i Tromsø 7.-8.11.2023

Odd Eidner (prest og representant for LEVE) og  
Marit Lund Hansen (leder kommunalt kriseteam)

# *Hvor forberedt er du?*



Debatt

**Odd Emil  
Ingebrigtsen**

*Ordfører i Bodø Kommune*



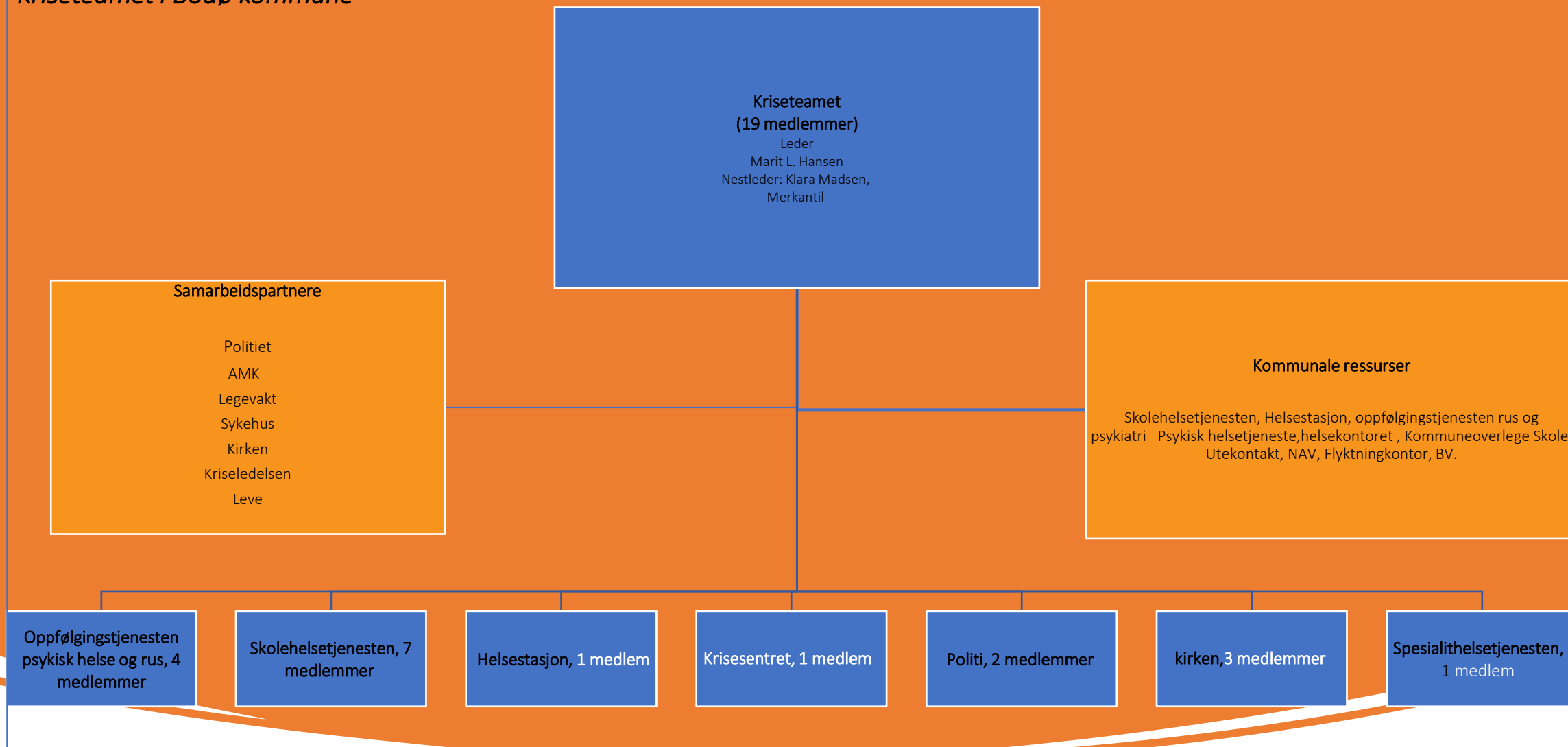
# Hvem er vi?

---

- Tverrfaglig team som har ansvar for tidlig innsats ved psykososial oppfølging
- 21 medlemmer (skolehelsetjenesten, helsestasjon, psykisk helserådgiver, oppfølgingstjenesten for psykisk helse og rus, krisesentret, nordlandsykehuset, politi og prest)
- Teamet trer inn ved kriser, ulykker og katastrofer i stedet for eller som et supplement til, de øvrige ordinære tjenestene
- Del av kommunens akuttberedskap. Organisert og rapporterer til øverste ledelse
- Beredskap og eget budsjett
- Snitt på 27 saker i året
- Kompetanse og kvalitet
- Samarbeidsavtale med LEVE Nordland



## Kriseteamet i Bodø kommune





# Styringsdokumenter



Bemyndiget for oppfølging og revisjon: E. Løve og medarbeider i Psykososialt Kriseteam  
Ferdigstilleddokument: 2023  
Revisjonsdato: 2023



## Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m

### § 3-2. Kommunens ansvar for helse- og omsorgstjenester

For å oppfylle ansvaret etter § 3-1 skal kommunen blant annet tilby følgende:

1. Helsefremmende og forebyggende tjenester, herunder:
  - a. helsefjernese i skoler og
  - b. helsestasjonstjeneste
2. Sikkerhets- og beredskaps tjenester
3. Hjelp ved ulykker og andre akutte situasjoner, herunder:
  - a. legevakt,
  - b. helseog medisinsk akuttberedskap,
  - c. medisinsk teknisk tjeneste, og
  - d. psykososial beredskap og oppfølging.



# Oppdragets egenart og særlige utfordringer

- Uforutsigbar arbeidssituasjon
- En krisehendelse har ikke kontortid
- Rask og tidlig hjelp
- Omstilling og fleksibilitet
- Mangefasetterte utfordringer
- Proaktivitet
- Ivaretagelse av ansatte(debrief, diffuse)
- Mental trening
- Store variasjoner i kommunene



VG

trapte de Glimt-eventyret



# Samarbeid kriseteam-LEVE

---

Utgangspunktet er å vite om hverandre:

- Det må være likepersoner tilgjengelig
- Likepersonene og kriseteamet må kjenne til hverandre
- Det må være en rutine for samarbeid

# Likepersoner...

---

er frivillige

har taushetsplikt

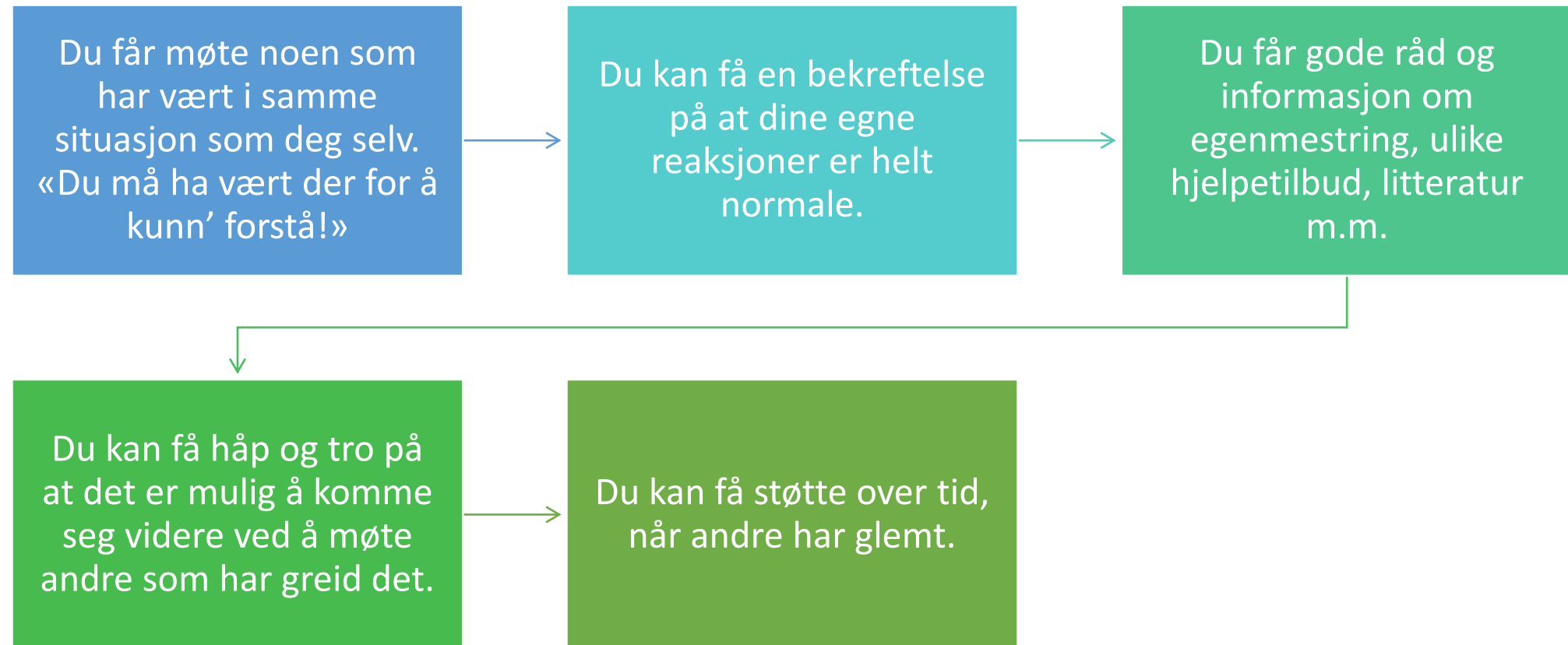
har utdanning/kurs  
for å bli likeperson

har egenopplevd  
kunnskap om  
hvordan det er å  
være etterlatt



# Hva kan en likeperson bidra med:

---



# I SAMME BÅT

Om frivillighet og likepersonsarbeid



---

## Kvalitetssikring av likepersoner

- Bør gå en tid fra de selv har mistet til de blir likeperson
- Må gjennomgå to helgekurs med solid faglig program
- Får kvalifisert veiledning av profesjonell veileder

Avisa Nordland  
**an**

07.09.2021

**Denne trioen  
samarbeider for å  
ivareta etterlatte: - Vi  
ønsker jo egentlig ikke  
erfaring**





## **PROSEDYRE FOR SAMARBEID MELLOM KRISETEAMET I BODØ OG LEVE NORDLAND VEDRØRENDE LIKEPERSONSARBEID VED SELVMORD**

Samarbeidet forutsetter en forståelse av at likepersonene fra LEVE er frivillige aktører, mens representanter for kriseteamet er offentlig ansatte.

Kriseteamet har overordnet ansvar for psykososial oppfølging av pårørende og etterlatte i tillegg til defuse og debrief av ansatte. LEVE er ansvarlig for oppfølging og veiledning av likepersonene.





## **PROSEDYRE FOR SAMARBEID MELLOM KRISETEAMET I BODØ OG LEVE NORDLAND VEDRØRENDE LIKEPERSONSARBEID VED SELVMORD**

Samarbeidet forutsetter en forståelse av at likepersonene fra LEVE er frivillige aktører, mens representanter for kriseteamet er offentlig ansatte.

Kriseteamet har overordnet ansvar for psykososial oppfølging av pårørende og etterlatte i tillegg til defuse og debrief av ansatte. LEVE er ansvarlig for oppfølging og veiledning av likepersonene.

Følgende aktiviteter og tiltak iverksettes ved selvmord:

1. Kriseteamet aktiveres
  - a. Teamet bistår i utgangspunktet etterlatte frem mot begravelsen
  
2. I bistandsperioden vurderer teamet behov for videre oppfølging av likeperson og presenterer tilbudet for de etterlatte

3. Hvis de etterlatte ønsker oppfølging av likeperson skjer følgende:

- a. Det innhentes samtykke til å kontakte likeperson
- b. Representanter for kriseteamet tar kontakt med LEVE. Det gjøres en felles vurdering av egnet likeperson. LEVE kontakter likeperson for likepersonstøtte.
- c. Aktuell likeperson orienteres om situasjon og hendingsforløp av representanter for kriseteamet
- d. De etterlattes kontaktpersoner i kriseteamet og likeperson gjennomfører felles møte med de etterlatte for oppstart av likepersonens støttearbeid.
- e. Likeperson og etterlatte avklarer videre oppfølging.

4. Hvis de etterlatte ikke ønsker oppfølging av likeperson:

- a. Etterlattes kontaktpersoner fra kriseteamet gir ut LEVE sin brosjyre om likepersonsarbeid. Etterlatte informeres om at kriseteamet kan bistå med mer informasjon om likepersonsarbeid og LEVE hvis dette er ønskelig
- b. Kriseteamets representanter i aktuell sak vurderer fortløpende i bistandsperioden gjentatt presentasjon av tilbud om oppfølging av likeperson
- c. Kontaktpersonene i kriseteamet tar telefonisk kontakt med etterlatte cirka en måned etter begravelsen. Som en del av denne samtalen presenteres tilbudet om oppfølging av likeperson på nytt



PROSEDYRE FOR SAMARBEID MELLOM KRISETEAMET I BODØ OG LEVE  
NORDLAND VEDRØRENDE LIKEPERSONSARBEID VED SELVMORD

# Hva erfarer noen likepersoner i møte med det offentlige hjelpeapparatet?

---

«Du får en  
sånn følelse av  
*hva vil du her?*»



*«Dette er det vi  
som kan»*»

# Erfaringer så langt

---

Større bevissthet om bruk av likeperson i oppfølginga av etterlatte

Oppfølging kan også skje digitalt

Kriseteam og likepersoner kan utfylle hverandre i oppfølginga

Det har veldig stor verdi å kjenne til hverandre





# TIL DEG SOM HAR MISTET NOEN VED SELVMORD




Kontaktinformasjon:



Nov 2022 2023



Informasjon til deg som har opplevd en **DRAMATISK HENDELSE**

Foto: Ole Inge Althoff



**Psykososial kriseteam** er en tverrfaglig resursgruppe som primært skal bistå innbyggerne i kriser, ulykker og katastrofer.

Kriseteamet er en del av kommunens akutt beredskap og består av helsepersonell, polit og prest. Teamet kan utkalles av legevakst, polit eller kommunens ledelse, og er et supplement til det ordinære hjelpeapparat, og vil være en hjelp i en tidvis begrenset periode.

Hovedmålet er å skaffe oversikt og gi akutt psykososial førstehjelp til kriserammete og pårørende. Som kriserammete mener vi både vernettpersonell, familie, institusjoner og arbeidsplasser. En dramatisk hendelse gir utfordringer som preger livet på kort sikt og som noen ganger kan ende livet for lang tid fremover. Kriseteamet har den første tiden fokus på informasjon, stabilisering, praktisk hjelp, omsorg og støtte.

Etter bål og uventet død er det midlertidig relativt mange som kan ha nytte av daglig oppfølging i tillegg til støtte og hjelp i form av møter og samtaler med helsepersonell eller prest i nær tid etter dødsfallet. Kjennskap til normale krisereaksjoner og hvordan disse skal møtes, øker sjansen for at en skal komme gjennom en krise uten store psykiske ettervirkninger. Samtaler og samtaler med familie og venner er svært viktig for at mennesker skal mestre en dramatisk hendelse/krise på en best mulig måte.

**Hvilken støtte kan vi gi?**

- Vi kan gi og koordinere psykososial førstehjelp når sjokket og følelsen av kaos er stort, hos de berørte.
- Vi kan hjelpe med kontakt med de som har viktig informasjon når det gjelder å få god forståelse og informasjon knyttet til hendelsesforløp, f.eks. polit og annet innrapporterende.
- Kartlegge omfang og hvem som er rammet, vurdere behov og følge opp.
- Vi kan ha oppfølgingsamtaler for å støtte tidlig etter hendelsen.
- Bistå til praktiske oppgaver og god påvekking for å håndtere det kaos mange opplever de første dagene, f.eks. gi råd når det gjelder barn, gi forslag i forbindelse med missettund i samarbeid med begravelsebyrå/kyrken, etc.
- Formidle hjelp til familimedlemmer som er rammet og bor i andre kommuner.
- Informere og støtte når arbeidsplasser eller institusjoner (for eksempel skole/barnhage) trenger veiledning og bistand etter en hendelse.
- Veilede og informere om aktuelle støttebuds på sikt, slik som sosiale klubber, fysisk aktivitet, grupper for barn/ ungdom etc.
- Støtte og hjelpe når det gjelder hvordan snakke med barn og unge om bål død eller annen krevende hendelse.

Samme dag som en hendelse har skjedd er det viktig å få god informasjon, mer enn å ha noen dype samtaler. Senere er det viktig å få god oversikt over fakta, etablere sammenheng og struktur i hendelsesforløp, og få anledning til å sette ord på tanker og reaksjoner.

Hvordan vi master de vanskeligste situasjoner i livet er også et viktig utgangspunkt for videre utdanning. For noen mennesker som har opplevd spesielt sterke og dramatiske hendelser, kan det være viktig og nødvendig med mer profesjonell hjelp.

Har man behov for helsehjelp utover den første akutte fasen, vil man få tilbud om hjelp fra sin faglige helsehjelpstjeneste eller psykososial helsearbeidstjeneste. Etter påtelling dødsfall er det en del som sitter med komplisert sorg. Dersom en har fått inn sterke inntrykk kan posttraumatiske reaksjoner kreve faglig bistand fra psykisk helsevern.

Dersom dere vil lese mere om hvordan mennesker opplever sorg og kriser, se [www.lev.no](#) eller [www.ung.no](#) - Ungdommens egen nettside, som har en del som handler om ungdom og sorg.




## Hvordan få kontakt en likeperson?

LEVE har likepersoner i alle fylker. Kontakt ditt fylkeslag pr. e-post. Du finner ditt fylkeslag på [leve.no](http://leve.no).

Du kan også ringe LEVE's sekretariat på tlf. 22 35 17 00, eller sende en e-post på [post@leve.no](mailto:post@leve.no), så fortsetter vi kontakten videre.





Landsløperingen for etterlatte ved selvmord

du mistet noen ved selvmord, og ønsker å snakke med en likeperson som har opplevd det samme som deg?

### LIKEPERSONSTILBUD I LEVE

LEVE – Landsløperingen for etterlatte ved selvmord  
St. Olavs plass 2, 0165 Oslo | Tlf 22 35 17 00  
E-post: [post@leve.no](mailto:post@leve.no)  
Web: [leve.no](http://leve.no) / [ung.lev.no](http://ung.lev.no)

Foto: Sølve Sundsbø/Det kongelige hoff.

***Det beste vi kan  
gjøre, er å være der  
for hverandre, se  
hverandre, huske å  
gi hverandre de gode  
ordene. Og bære  
hverandre om det  
trengs.***

**- Kong Harald**





Takk for oss 😊

