

## Informasjon om helsetester til kandidater til lokomotivførerutdanningen

Når du søker opptak til Norsk fagskole for lokomotivførerutdanning, må du gjennom en grundig helseundersøkelse med medisinske og psykologiske tester. Dette gjøres for å sikre at de som til slutt skal arbeide som lokomotivførere er skikket til å ivareta sikkerheten på jernbanen. Kravene til å bestå helseundersøkelsen er beskrevet i lovforskrift *Førerforskriften*

[https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2009-11-27-1414#KAPITTEL\\_11](https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2009-11-27-1414#KAPITTEL_11). Det norske lovverket er det samme som i andre europeiske land, og er lovpålagt gjennom EØS-avtalen. Formålet med disse bestemmelsene er å hindre ulykker i jernbanesektoren.

Falck bedriftshelsetjenester har inngått avtale med Norsk fagskole for lokomotivførerutdanning, og har i dag ansvar for helseundersøkelsen. Om lag 70% av kandidatene har hittil blitt godkjent til opptak til utdanningen, og ca. 30% ble av ulike grunner ikke godkjent.

Helseundersøkelsen består av en medisinsk undersøkelse og en psykologisk undersøkelse. Den medisinske delen gjøres av sykepleier og lege, og kartlegger mange ulike helseopplysninger, inkludert en observert urinprøve for å avdekke rusbruk. Deretter skal du gjennomgå en psykologisk vurdering. Denne vurderingen er basert på en psykologsamtale og en yrkespsykologisk test. Dersom én eller flere av disse undersøkelsene ikke godkjennes, blir hele helseundersøkelsen underkjent. Da har man mulighet til å søke opptak til skolen på nytt på et senere tidspunkt, tidligst etter 18 måneder.

### Psykologsamtale

Under denne samtalen skal du gjennomføre et intervju med mange ulike spørsmål. Noen av spørsmålene du får er generelle og handler om bakgrunn, familie, utdanning og lignende, og andre spørsmål handler om mental helse.

Mange mennesker opplever psykiske vansker i løpet av livet, for eksempel depresjon, angst, utbrenthet eller søvnvansker. Dersom dette gjelder deg, er det ikke slik at du automatisk er diskvalifisert til å arbeide som lokomotivfører. Vi gjør alltid en individuell vurdering av hver enkelt kandidat, og avgjør om du på nåværende tidspunkt er helsemessig skikket til å kunne arbeide som lokomotivfører.

Imidlertid, hvis du fremdeles går til oppfølging hos spesialisthelsetjenesten (f eks DPS) grunnet tilstander som eksempelvis angst og depresjon, vil vi anbefale deg å vente med å søke til du er ferdigbehandlet. Det er vanskelig å vurdere om en kandidat som er under pågående behandling/utredning i spesialisthelsetjenesten oppfyller kravene, og de vil derfor ofte bli underkjent.

### Yrkespsykologisk test

Den yrkespsykologiske testen går ut på at du skal gjøre en rekke oppgaver. Noen oppgaver gjøres med penn og papir, mens andre er praktiske, og andre igjen krever at du skal huske og gjenta tall eller ord som blir lest opp for deg. Disse oppgavene måler et bredt spekter av kognitiv funksjon som oppmerksomhet, konsentrasjon, hukommelse, logikk, persepsjon, simultankapasitet, resonnering, koordinasjon og språk, og vurderes både på nøyaktighet og tidsbruk. Testene er helt objektive på den måten at dine resultater kan sammenlignes med resultater fra en «normalbefolkning». Det er viktig å understreke at det ikke er noe krav om å prestere over gjennomsnittet godt på disse oppgavene. Vi leter etter personer som skårer innenfor det

vi kaller for «normalområdet», det vil si rundt et gjennomsnitt, og det vil statistisk sett de fleste personer gjøre. Det er midlertidig viktig å være konsentrert, og å gjøre så godt man kan, for å få et normalt godt resultat på disse testene.

### **Prestasjonsangst**

Vi opplever at en del kandidater er nervøse når de møter til helseundersøkelse. Det er ikke så vanskelig å forstå, ettersom hele situasjonen er uvant for de fleste og kanskje kan minne litt om en eksamen. Det er dessuten mange som lenge har drømt om å bli lokomotivfører, og som føler at mye står på spill denne dagen. Det er helt naturlig å bli spent og litt nervøs i denne situasjonen. Vi vil likevel anbefale deg å forsøke å beholde roen, og ikke la nervøsiteten ta overhånd. Mange av testene krever mye konsentrasjon, og det er vanskelig å utføre oppgavene dersom man er veldig urolig. Under undersøkelsen vurderes også evnen til stresshåndtering, og det er derfor ikke noen fordel for deg å være sterkt preget av stress og uro under helseundersøkelsen. Vi vil anbefale deg å være godt uthvilt på selve testdagen. Det er en lang og krevende dag med mye innhold.

### **Vurdering av restresultater**

Dine testresultater vil vurderes til å falle innenfor en av tre kategorier: «egnet», «særlig egnet» eller «uegnet». «Egnet» betyr at man presterer rundt gjennomsnittet, og ikke så veldig mye under gjennomsnittet på alle oppgaver. «Særlig egnet» vil si at man skårer over gjennomsnittet på alle oppgavene. «Uegnet» vil si at man skårer ganske mye under gjennomsnittet på en eller flere av oppgavene, eller dersom du har andre helseutfordringer som ikke er forenlig med arbeid som lokomotivfører. Dersom du gjør det svært godt på den yrkespsykologiske testen, i tillegg til ellers å være helsemessig egnet, og får vurderingen «særlig egnet», kan du bli tilbudt plass på utdanningen før andre kandidater, dersom du stiller likt med rangeringspoeng. Det er midlertidig ikke noe krav om å være «særlig egnet» for å få begynne på Norsk fagskole for lokomotivførerutdanning. Det holder å være «egnet».

### **Helseattest**

Dersom du består alle deler av helseundersøkelsen, vil du få en helseattest, som sendes elektronisk til Statens Jernbanetilsyn. Kort tid etter undersøkelsen vil også Norsk fagskole for lokomotivførerutdanning få beskjed om at du er «egnet», «særlig egnet» eller «uegnet». Det er viktig å understreke at dersom du ikke består kravene, vil ikke skolen få informasjon om hvilken del av undersøkelsen dette gjelder eller hva som er årsaken til at du ikke er godkjent. Denne informasjonen er helt konfidensiell.

Hvis du får opptak til skolen, gjennomfører studiet og begynner å jobbe som lokomotivfører vil det komme periodiske kontroller hvert tredje år hvor din helse blir vurdert på nytt. Førerforskriften krever dessuten at togfører som er involvert i en ulykke eller et avvik, eller i tilfeller der det er mistanke om rus- eller helseproblemer, må gjennomføre ny helseundersøkelse for å utrede helsemessig og yrkespsykologisk egnethet. Dette gjelder også andre ansatte i jernbanesektoren, som for eksempel hovedsikkerhetsvakter og sluttkontrollører.

Dersom du søker Norsk fagskole for lokomotivførerutdanning og ikke består helseundersøkelsen, kan du søke opptak til skolen på nytt om 18 måneder. Du har to forsøk til å bestå helseundersøkelsen. Skolen kan kreve ny testing dersom vi mottar bekymringsmeldinger.