



Akut krisehjælp for medarbejdere i Aarhus Kommune



INSTITUT FOR
RELATIONS
PSYKOLOGI



Akut krisehjælp for medarbejdere i Aarhus Kommune

Kære medarbejder,

Aarhus Kommune har indgået en obligatorisk indkøbsaftale om akut krisehjælp til medarbejdere, der oplever kriser og akutte belastninger i forbindelse med arbejdets udførelse. Krisehjælpen leveres af Institut for Relationspsykologi, der med et hold af erfarne, autoriserede psykologer står klar til at hjælpe dig. I denne folder finder du de vigtigste informationer om rekvirering af krisehjælp.

Hvem er omfattet af tilbuddet?

Tilbuddet om krisehjælp omfatter medarbejdere ansat hos Aarhus Kommune. Det er medarbejderens leder, der rekvirerer krisehjælpen. Du skal derfor kontakte din leder, hvis du mener, der er behov for akut krisehjælp. Den akutte krisehjælp dækker alene selve hændelsen og en kort telefonisk opfølgning dagen efter hændelsen. Hvis der er behov for yderligere psykologbistand som følge af hændelsen, skal du kontakte din leder, hvorefter et samtaleforløb kan påbegyndes.

Hvornår kan du søge akut krisehjælp?

Akut krisehjælp omfatter:

- Arbejdsulykker, herunder trafikulykker.
- Vold og trusler om vold under udførelse af arbejdet (herunder røveri og røverforsøg).
- Pludselige dødsfald og selvmord på arbejdspladsen.
- Voldsomme arbejdsrelaterede hændelser, hvor lederen vurderer, at der er behov for akut krisehjælp.

Døgnbemandet vagttelefon

Henvendelse sker altid telefonisk til den døgnbemandede vagttelefon, der er tilgængelig året rundt: **97 52 00 95**.



Ved opkald til vagttelefonen vil du komme i kontakt med – eller blive viderestillet til – en psykolog, der kan give dig faglig rådgivning i forhold til at håndtere den akutte situation. Psykologen vil registrere dit navn og din arbejdsplads. Såfremt der er behov for akut krisehjælp på stedet, vil en psykolog hurtigst muligt møde op på den aftalte lokation.

Tilbuddet om akut krisehjælp til Aarhus Kommunes medarbejdere dækker hændelser i hele Danmark, og vi kan være til stede på hændelsesstedet inden for max 4 timer.

Hvordan foregår den akutte krisehjælp?

Krisehjælpen håndteres af autoriserede psykologer med krisepsykologisk viden og erfaring. Formålet med krisehjælpen er at sikre de implicerede medarbejdere en hurtig krisepsykologisk behandling, der reducerer risikoen for psykiske følger og skader. Dertil at hjælpe medarbejderne til at forstå – og håndtere efterfølgende krisereaktioner samt opnå kendskab til yderligere hjælpeforanstaltninger. Krisehjælpen kan tilbydes enten individuelt eller i grupper.

Psykologerne, der står for den akutte krisehjælp, har naturligvis tavshedspligt og er omfattet af Dansk Psykolog Forenings etiske retningslinjer.

Hvornår er der behov for akut krisehjælp?

Det er normalt at reagere med forskellige fysiske og psykiske reaktioner, når man oplever noget chokerende. Man kan opleve at føle sig utryk, at blive bange og at ryste og få hjertebanken. Eller man kan opleve, at det hele føles uvirkeligt.

Nogle mennesker reagerer med voldsomme følelsesmæssige reaktioner som gråd eller råb – andre bliver meget stille og siger meget lidt.

De fleste krisereaktioner kan man håndtere ved at støtte hinanden og tage sig god tid til at tale om det oplevede. Det er godt at tale det igennem flere gange.

Der er dog visse reaktioner, der kræver professionel krisehjælp: Hvis personer i længere tid går i chok og er meget usammenhængende i deres kontakt. Ligeledes hvis de første reaktioner ikke falder mere til ro efter fælles samtale. Det er også vigtigt at søge hjælp, hvis personer nægter kontakt og søger total isolation – eller hvis der reageres med en overdreven travlhed / ligegyldighed og manglende erkendelse af det oplevede.

Handleplan

I forbindelse med leveringen af akut krisehjælp udarbejder psykologen en kort handleplan, herunder anbefalinger til videre forløb og forslag til forebyggelse.

Guide til psykisk førstehjælp

1. Sørg for din egen og andres fysiske sikkerhed.
2. Forhold dig roligt og skab trygge omgivelser.
3. Imødekom umiddelbare fysiske behov for vand, varme osv.
4. Vis medfølelse og venlighed.
5. Stil spørgsmål: Hvad har du brug for? Hvad skete der?
6. Lad aldrig personen alene.

Statistik og evaluering

Institut for Relationspsykologi anvender evaluering som et naturligt redskab i kvalitetssikringen, og alle medarbejdere, der modtager akut krisehjælp, anmodes om at udfylde evalueringsskema efter endt behandlingsindsats.

Ligeledes fremsendes evalueringsskema til medarbejderens leder (efter medarbejderens accept), hvor der spørges til, om også lederen vurderer, at medarbejderen opleves at have modtaget den nødvendige krisehjælp.



Om Institut for Relationspsykologi

Institut for Relationspsykologi er et landsdækkende og privatejet psykolog- og konsulentfællesskab. Instituttet arbejder ud fra en relationel tilgang til pædagogik, psykologi og ledelse.

Institut for Relationspsykologi tilbyder privatpersoner, erhvervsvirksomheder og offentlige myndigheder psykologisk ekspertise, foredrag, organisations- og ledelsesudvikling og konsulentforløb. Vi har afdelinger i Aarhus, Odense, Roskilde, Skive og Viborg.

Institut for Relationspsykologi har sit fokus på de relationelle samspil og de mange udvik-

lingsmuligheder, den relationelle bevidsthed åbner for den enkelte og for gruppen.

Vi mener, at mennesket er relationelt, værdigt og engageret, og dette menneskesyn er både det teoretiske og praktiske fundament for vores arbejde, der omfatter krisehjælp, terapi, supervision, konsulenthjælp, kursusforløb og erhvervspsykologiske ydelser.

Vi har mange års erfaring med relationspsykologiske tilgange, og vore mange dygtige medarbejdere er parate til at yde en kvalificeret indsats for at imødekomme dit behov.

Bautavej 1A, 8210 Aarhus V, Tlf.: 97 52 00 95
kontakt@relationspsykologi.dk
relationspsykologi.dk



INSTITUT FOR
**RELATIONS
PSYKOLOGI**
