

# Psykologisk rådgivning og krisehjælp

Ind imellem opstår der situationer, hvor der er brug for at gøre mere end at yde god kollegial førstehjælp.

Her kan du læse om mulighederne for at få hjælp i situationer, hvor en eller flere medarbejdere har brug for psykolog eller krisehjælp. Oplysningerne er primært rettet til dig, der som leder eller arbejdsmiljørepræsentant bl.a. skal tage hånd om det psykiske arbejdsmiljø.

Muligheden for at rekvirere psykologhjælp kan inddeles i a) situationer, hvor der er brug for hjælp til en enkelt eller få medarbejdere, der mistrives og b) situationer med behov for akuthjælp og krisestyring.

Hjørring Kommune samarbejder med to firmaer, der begge bruger psykologer med speciale i arbejds- og organisationspsykologi. Begge firmaer har døgn-dækning og ydelsen er i stor udstrækning den samme.

**Falck Healthcare**  
70 10 20 12

**Nordisk Krisekorps**  
60 11 11 44

## Psykologisk rådgivning

Hvis en medarbejder mistrives i sit arbejde, kan du tilbyde psykologisk rådgivning. Du kan f.eks. hente hjælp, hvis en medarbejder:

- får stress, depression eller angst i forbindelse med arbejdet
- har været udsat for alvorlige psykiske voldelige hændelser
- bliver udsat for mobning eller chikane
- får uventede psykiske reaktioner (f.eks. i forbindelse med samarbejdsforhold, konflikter, omstrukturering, afskedigelser)

Det er lederens opgave at kontakte Nordisk Krisekorps eller Falck. Andre kan også gøre det, men det skal ske med lederens viden og accept.

Når lederen har rekvireret hjælp, kontakter psykologen medarbejderen og aftaler tid, sted og dato for evt. første samtale. Samtaler mellem psykologen og medarbejderen er fortrolige.

Samtaleforløbet vil afhænge af den aktuelle problematik og medarbejderens situation og består typisk af 3 til 4 samtaler. Du vil som leder blive kontaktet, hvis det vurderes, at medarbejderen har behov for flere samtaler.

Samtalerne drejer sig om de arbejdsrelaterede forhold. Psykologen kan rådgive, hvis der er behov for yderligere hjælp for eksempel via egen læge eller privatpraktiserende psykolog.

De 3-4 samtaler kan i visse tilfælde blive fulgt op af et arbejdspladsmøde. Et arbejdspladsmøde er et møde mellem den ansvarlige leder, medarbejderen og psykologen og iværksættes af de to sidstnævnte. Her handler det om at sikre en fælles forståelse af den aktuelle problematik og planlægge en hensigtsmæssig og realistisk tilbagevendende til arbejdet for medarbejderen.

## Akuthjælp og krisestyring

Ved voldsomme hændelser eller akutte krisesituationer kan der fås hjælp hos Nordisk Krisekorps eller Falck. Det er i situationer med

- behov for støtte ved voldsomme hændelser i form af krisestyring
- arbejdsrelateret vold og trusler om vold herunder røveri og røveriforsøg
- arbejdsulykker, herunder trafikulykker under udførelse af arbejdet
- arbejdsrelateret pludselige dødsfald (også afdødes nærmeste pårørende, dvs. husstanden, forældre og udeboende børn)

Du kan få hjælp til medarbejdere, der har været direkte eller indirekte impliceret og er påvirket psykisk eller fysisk. Hvis der er tale om et dødsfald, kan Nordisk Krisekorps eller Falck også yde hjælp til de pårørende.

Ifølge aftalen med Nordisk Krisekorps og Falck kan du som leder tage kontakt efter en ulykke eller krisesituation. Hvis du eller andre ledelsesansvarlige ikke er til stede, må en medarbejder tage kontakt.

Ved akut assistance på arbejdspladsen ved større hændelser er det akutvagthavende Nordisk Krisekorps eller Falck-leder, der kommer. Akutvagthavende hjælper med organisering, rådgivning ift. afvikling af situationen og håndtering af omgivelserne, psykisk førstehjælp til den eller de ramte medarbejdere.

Krav om akuthjælp medfører efterfølgende fakturering af akut- eller hastetillæg.

## Gratis psykologisk hot-line

Alle medarbejdere og ledere kan benytte sig af et tilbud om at bruge firmaernes hotline, som er gratis rådgivning om psykologiske spørgsmål og problemer. Det kan f.eks. være mobning, stress eller samarbejdsproblemer. Ledere kan f.eks. også henvende sig med særlige psykologiske problemstillinger indenfor ledelse.

Der er tale om kortevarende telefonisk rådgivning og er ikke en erstatning for længerevarende psykologiske sagsforløb.

**Nordisk Krisekorps Hotline**  
hele døgnet  
alle dage  
60 11 11 44

**Falck Healthcare Hotline**  
hverdage kl. 8.00 – 16.00  
70 10 20 12

## Økonomi

Bortset fra den psykologiske hotline er ingen af de nævnte muligheder gratis. Regningen skal derfor betales af den arbejdsplads, der henter hjælpen. Rekvirerende leder skal derfor oplyse EAN-nr., når firmaerne kontaktes.