

Når ulykken er ude: Har I en psykisk beredskabsplan?

Helle T. Niewald, Dansk Industri

Annette Riber Madsen, CO-industri

Tek•Sam

 **INDUSTRI**  Dansk Industri



Den psykiske beredskabsplan



Skal sikre, at alle i organisationen ved, hvordan de skal agere og støtte hinanden i tilfælde af psykiske krisesituationer

Fordele opgaverne, så det er klart, hvem der er udpeget til at kunne yde psykisk førstehjælp og hvordan der skal handles i en krisesituation. Det skaber tryghed.



TRAUMATISKE HÆNDELSER OG PSYKISK FØRSTEHJÆLP



Arbejdstilsynet



Tek•Sam

INDUSTRI Dansk Industri

Psykisk førstehjælp

Skabe tryghed og nærvær i
krisesituationer

- ✓ Tage svære samtaler med
empati og respekt
- ✓ Støtte en person i krise uden at
være behandler
- ✓ Skelne mellem behov for støtte
og professionel hjælp
- ✓ Handle i overensstemmelse med
en psykisk beredskabsplan

Livreddende førstehjælp

Fysiske nødsituationer
Praktisk og handlingsorienteret

- ✓ Stoppe blødninger
- ✓ Håndtere f.eks. knoglebrud
- ✓ Ringe 112
- ✓ Yde basal psykisk støtte som
en del af den fysiske indsats



Indholdet i en beredskabsplan

- ✓ Hvad skal der ske, når der opstår en krisesituation?
- ✓ Hvem har ansvar for, hvad der skal ske samt hvordan hjælpen skal foregå?
- ✓ Hvordan følges der op på såvel individ som organisationsniveau?
- ✓ Medfører hændelsen ændringer i forhold til adfærd, regler, viden?
- ✓ Hvad og hvordan informeres der om ovenstående



Når ulykken sker



Tag styringen

Identificer situationen og orienterer nærmeste leder

Tag hånd om de berørte: skab ro og giv omsorg

Tilbyd evt. professionel krisehjælp



Lige efter ulykken

Leder



Underret pårørende

Underret kolleger

Aftal forløbet for de kommende dage og uger

Sørg for, at chokerede medarbejdere ledsages hjem og ikke efterlades alene



Tiden efter ulykken



Informér kolleger

AMO behandler hændelsen

Tag hensyn til kolleger, der har et særligt forhold til den ramte

Vær særligt opmærksom på unge

Stil ikke spørgsmål om pågående krisebehandling. Det er en privat sag



Din rolle som leder/TR/AMR/kollega

Lige efter ulykken



At “være der”

Nærværet er i sig selv en hjælp

Tal med hinanden om, hvad der er sket?

Hjælp chokerede kolleger med praktiske ting

Aftal et tidspunkt, hvor du kontakter kolleger, der virker mærkede af situationen

AMO & SU's rolle



Sørge for at der findes en psykisk beredskabsplan
Kendskab

Sundhedsordninger og politikker

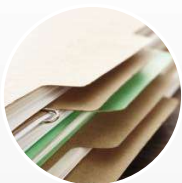
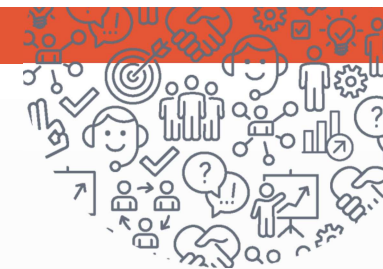
Uddannelse af psykisk-førstehjælpere – hvor mange skal
vi have?

Har vi styr på info om nærmeste pårørende?

Evt. krisestyringsteam og kommunikationsplan



Pårørende



Har vi kontaktoplysninger? Hvor?



Hvem har adgang til disse?



Hvad med dem som arbejder
aften og nat?



Er data opdaterede?



Faser i en krise

Når man har været udsat for en voldsom hændelse, vil man ofte efterfølgende reagere både fysisk og psykisk. Når du kender de typiske reaktioner, er det forhåbentligt lettere for dig at acceptere og godtage dem.



Akutfasen: Chok. Kan vare fra minutter til en uge

Reaktionsfasen: Bearbejdelse af følelser som chok og sorg

Bearbejdningsfasen: Refleksion og accept

Nyorienteringsfasen: At finde en ny balance og se fremad

Naturlige reaktioner på chok



Fysiske reaktioner

- Ildebefindende (rystelser, hjertebanken)
- Søvnproblemer
- Appetitændring
- Smerter
- Muskelspænding / træthed
- Sansepåvirkning

Psyriske reaktioner

- Gråd
- Irritabilitet / vrede
- Mareridt / flashbacks
- Tomhed
- Manglende socialt overskud
- Uvirkelighed

Tilbagevenden til arbejde

Hold løbende kontakt med den sygemeldte
vis støtte og del nyt fra arbejdspladsen

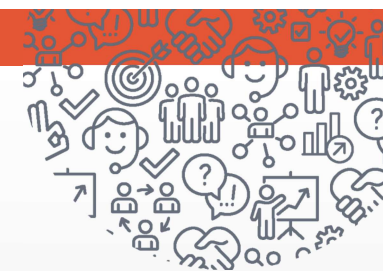
Aftal kommunikation til kolleger
så der skabes forståelse og støtte

Lav en tilbagevendingsplan sammen
med gradvis optrapning af timer og opgaver

Tilbyd fleksibilitet og nødvendige tilpasninger i arbejde



Tak for deltagelse



Helle Torsbjerg Niewald

Chefkonsulent

Dansk Industri



Psykisk
beredskabsplan

Annette Riber Madsen

Samarbejdskonsulent

CO-industri



Tek•Sam

INDUSTRI Dansk Industri

Kurser i Psyisk førstehjælp

Psyisk førstehjælp 1

Psyisk førstehjælp kan redde liv! Efter kurset er du bedre rustet til at spotte faresignaler på psykiske krisetilstande og at assistere i at finde vejen ud af den nedadgående spiral.

På kurset beskæftiger vi os med:

- Psykologiske reaktionsmønstre
- Faresignaler og krisesymptomer
- Psyisk førstehjælpskommunikation
- Handleplaner.

PSYISK FØRSTEHJÆLP 2

ARBEJDSMILJØ

Har du efterhånden brug for at få genopfrisket de vigtigste kompetencer og viden fra 1'eren? Og kan du se fornuften i at fordybe dig yderligere i de sociale og samtalemæssige værktøjers verden? Så lad os sammen blive endnu dygtigere til at hjælpe kolleger i kriser!

Deltagelse forudsætter, at du har gennemført kurset "Psyisk førstehjælp 1".

FIU.dk



FIU

FORSIDE FIU KATALOG FIU MA

FIU KATALOG

**FIND DIT NÆSTE KURSUS
I FIU KATALOGET HER**

FIU kataloget giver dig en enestående mulighed for at efteruddanne dig og
kontinuerligt at få styrket dit faglige grundlag.

Søg både i alle tilgængelige fælleskurser samt de kurser, dit forbund
specifikt tilbyder dig som medlem.

SE KATALOG → ANDRE FIU APPS →

Tek•Sam
INDUSTRI Dansk Industri

Pårørende - Må vi registrere medarbejdernes nærmeste pårørende?



Oftest registrerer virksomheden

- Navn
- Relation
- Tlf. nr.

på nærmeste pårørende til brug for nødstilfælde, hvor der opstår et behov for at kontakte medarbejderens pårørende.

Registrering af kontaktoplysningerne for en medarbejders nærmeste pårørende er en almindelig oplysning, og i denne situation vil det som udgangspunkt være muligt at behandle oplysningerne på baggrund af interesseafvejningsreglen.

Pårørende

Databeskyttelsesforordningen skelner mellem almindelige og særlige personoplysninger.

Særlige personoplysninger er oplysninger om:

- race eller etnisk oprindelse,
- politisk, religiøs eller filosofisk overbevisning,
- fagforeningsmæssigt tilhørsforhold,
- genetiske data, biometrisk data,
- helbredsoplysninger
- samt en persons seksuelle forhold eller seksuelle orientering.

Alle andre oplysninger er almindelige personoplysninger.



<https://www.danskindustri.dk/vi-radgiver-dig/personale/personalepolitik-persondata-og-kontrolforanstaltninger/i-dybden-med-persondata-i-hr/>