

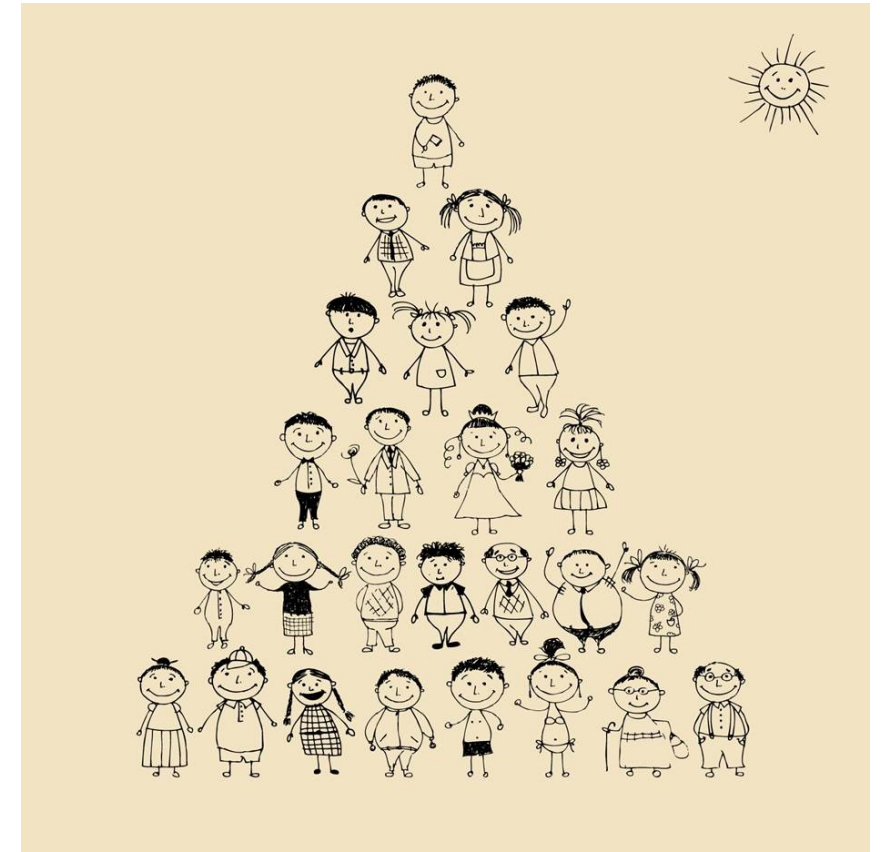
Defusing og Debriefing

- efter en ubehagelig episode på apoteket

Webinar

Torsdag den 23. marts 2023

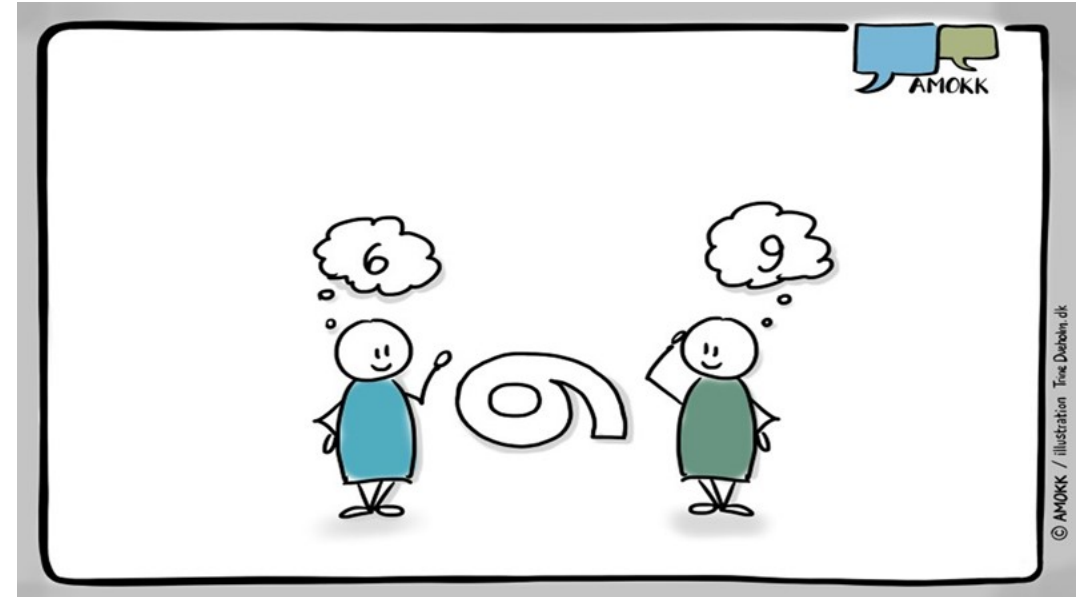
v/ Maja Frahm Oue



Defusing

Det er altid svært at vurdere voldsomheden af en situation

- vi opfatter forskelligt
- vi påvirkes forskelligt
- vi reagerer forskelligt



Hensigten med en samtale hurtigt efter en vanskelig episode, er:

- at skabe en forståelsesramme for det der er sket,
- forebygge skadevirkninger

Defusing

Formål:

- Lette trykket - skabe ro for en stund
- få filmen til at hænge sammen

Metode:

- Hvad skete der?
- Hvad gjorde størst indtryk?
- Hvordan har du det nu?
- Info om videre forløb



Professionel håndtering



Lad din omsorg være ”underlægningsmusikken”



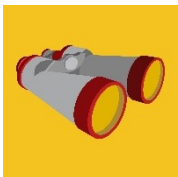
2 øre - én mund: Spørg – lyt – lyt – spørg – lyt – lyt



Lad den anden være i fokus – spar selvbiografien

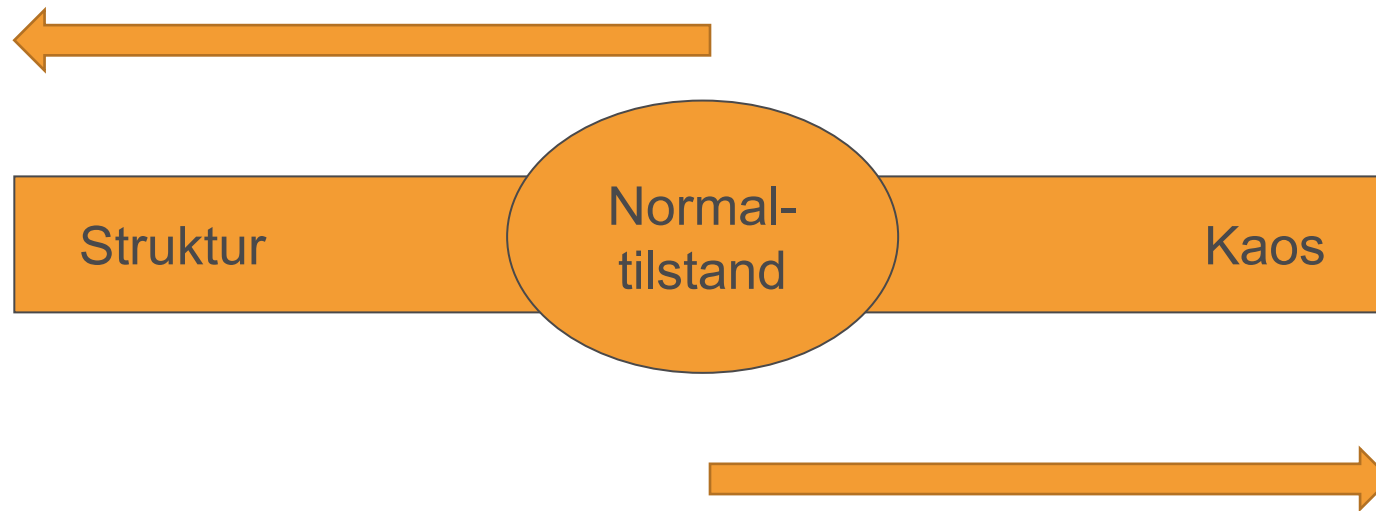


Tag imod det, som det fremtræder og giver mening for den anden - undgå dramatisering / bagatellisering



Oprethold en skelnen mellem fakta og tolkninger - og få gjort det konkret og eksemplificeret

Defusing - Psykisk førstehjælp - En aflastningssamtale



Psykisk førstehjælp er at være stedfortrædende "struktur" for mennesket i kaos

Psykisk førstehjælp

- Tilbyd en stol i rolige omgivelser evt. på dit kontor, et glas vand og et tæppe
- Lad de/den kriseramte tale efter eget behov om situationen
Undgå at kritisere og kommentere
- Vær lyttende og omsorgsfuld
- Orienter pårørende om det skete og hjælp de/den kriseramte med at afklare eventuelle praktiske forpligtigelser/aftaler
- Vurder om der er brug for akut krisehjælp eller ved vold et lægebesøg
- Organiser den ”praktiske” hjælp - hjemtransport, børn i daginstitution osv.



Hvad skal I gøre ved behov for Akut Krisehjælp?

Har du behov for AKUT krisehjælp kan du ringe til TRYG på telefon 44 20 26 00

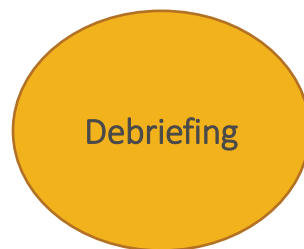
Anmeldelsen skal ske indenfor 72 timer fra krisen er opstået.

Du har mulighed for at få krisehjælp i op til 5 timer.

Årsager der kan udløse krisehjælp:

- Hvis du bliver udsat for røveri eller overfald
- Hvis du bliver udsat for en pludselig hændelse, hvor du har været i fare for alvorlig fysisk personskade
- Trusler
- Ved brand, eksplosion eller indbrud i din private bolig eller egen virksomhed
- Ved diagnosticering med en alvorlig sygdom
- Dødsfald hos nærtstående person. (Ved nærtstående forstås din ægtefælle/samlever/kæreste, børn, svigerbørn, børnebørn, forældre, svigerforældre, bedsteforældre, søskende, svogre eller svigerinder)
- I bør overveje om hændelsen skal indberettes som en arbejdsulykke.

Fokus mig



*Psykisk førstehjælp,
kollega, leder*

*Bearbejdende samtale, jf.
beredskabsplan, evt. flere samtaler*

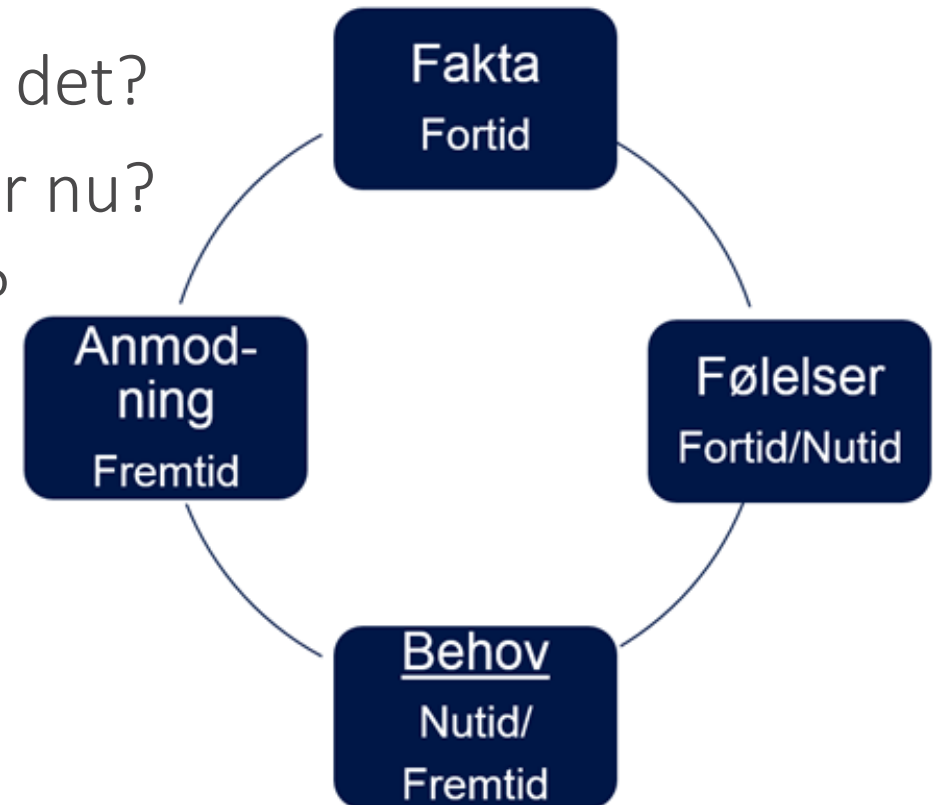
Leder / Kollegerne



På opgaven, kollega, leder

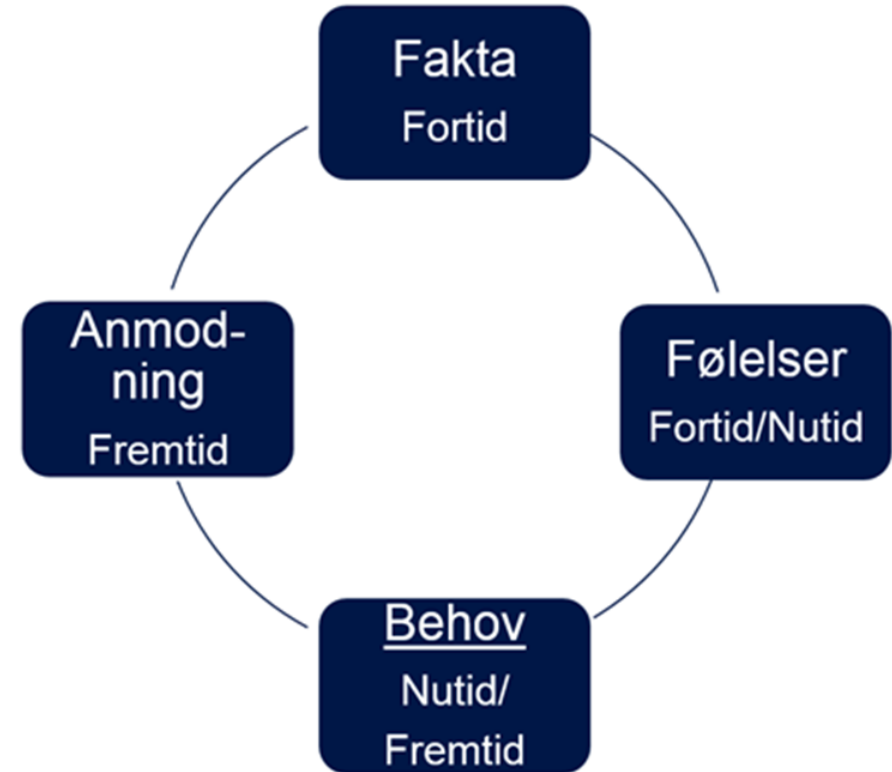
Debriefing efter nogle dage - alle involverede

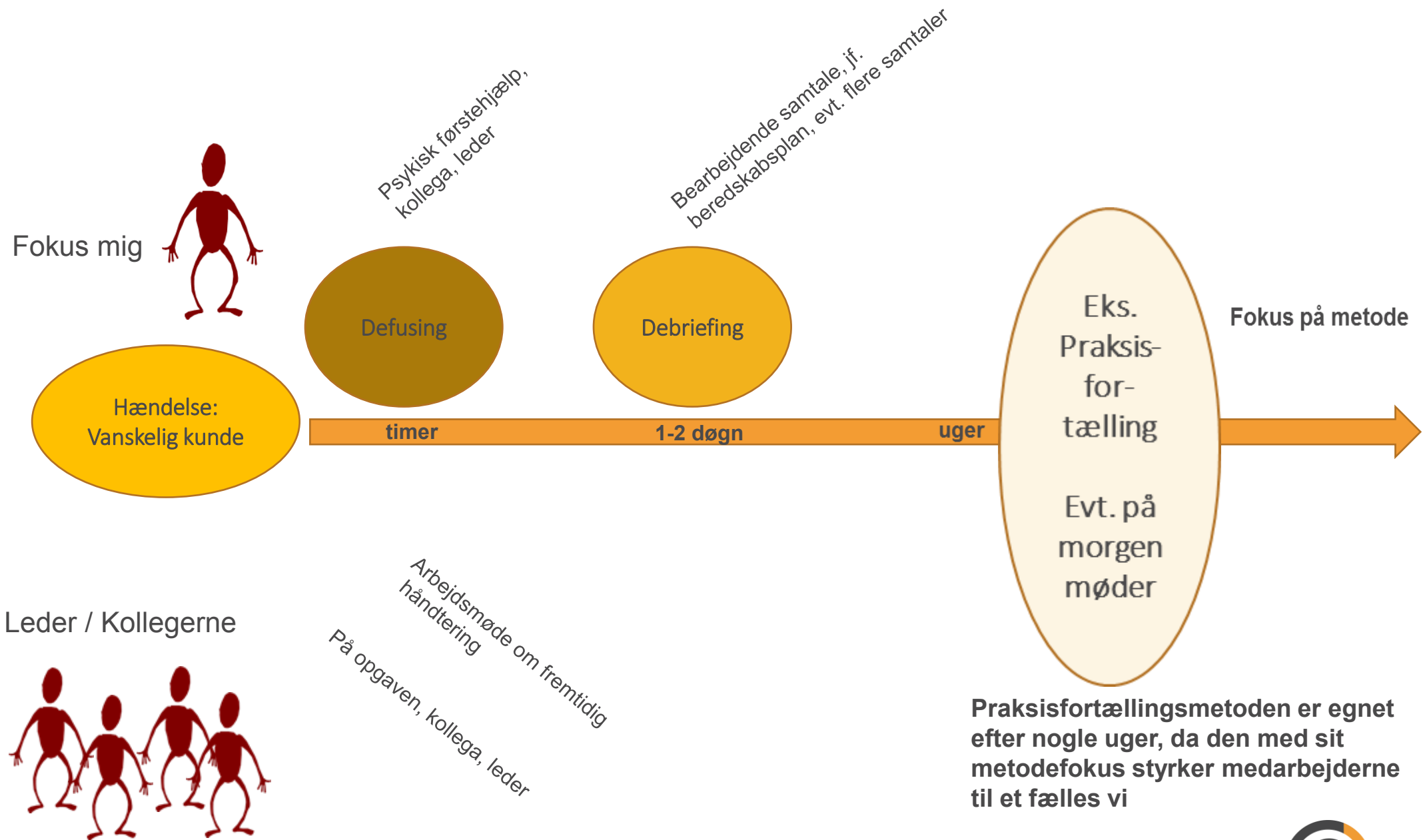
- Fakta - hvad er der sket?
- Følelser - hvordan har du haft det/ har du det?
- Behov - Hvad har du haft brug for/brug for nu?
- Anmodning - hvad skal der ske fremover?



Debriefing - opfølgning

- Her er det en vurdering:
Hvem - hvor mange - hvor ofte
- Lige få det talt igennem endnu engang og mærk efter, om der stadig er noget, der hænger ved fra oplevelsen
- Endnu engang, husk vi er forskellige
- så giv plads til forskelligheden





Praxisfortællingsmetoden er egnet efter nogle uger, da den med sit metodefokus styrker medarbejderne til et fælles vi

Defusing - Debriefing - læring i organisationen

- Hvordan samler vi læring op i AMG
 - Har vi en nedskreven praksis/politik på dette felt
 - Hvordan skaber vi en følelse af tryghed

- Hvordan deler vi læring på apoteket
 - Praksisfortællingsmetoden er egnet efter nogle uger, da den med sit metodefokus styrker medarbejderne til et fælles vi

Daglig ventilering - modeller

- To simple modeller
- Lad jer inspirere, byg videre

Model 1

Afslutning eller opstart på dagen:

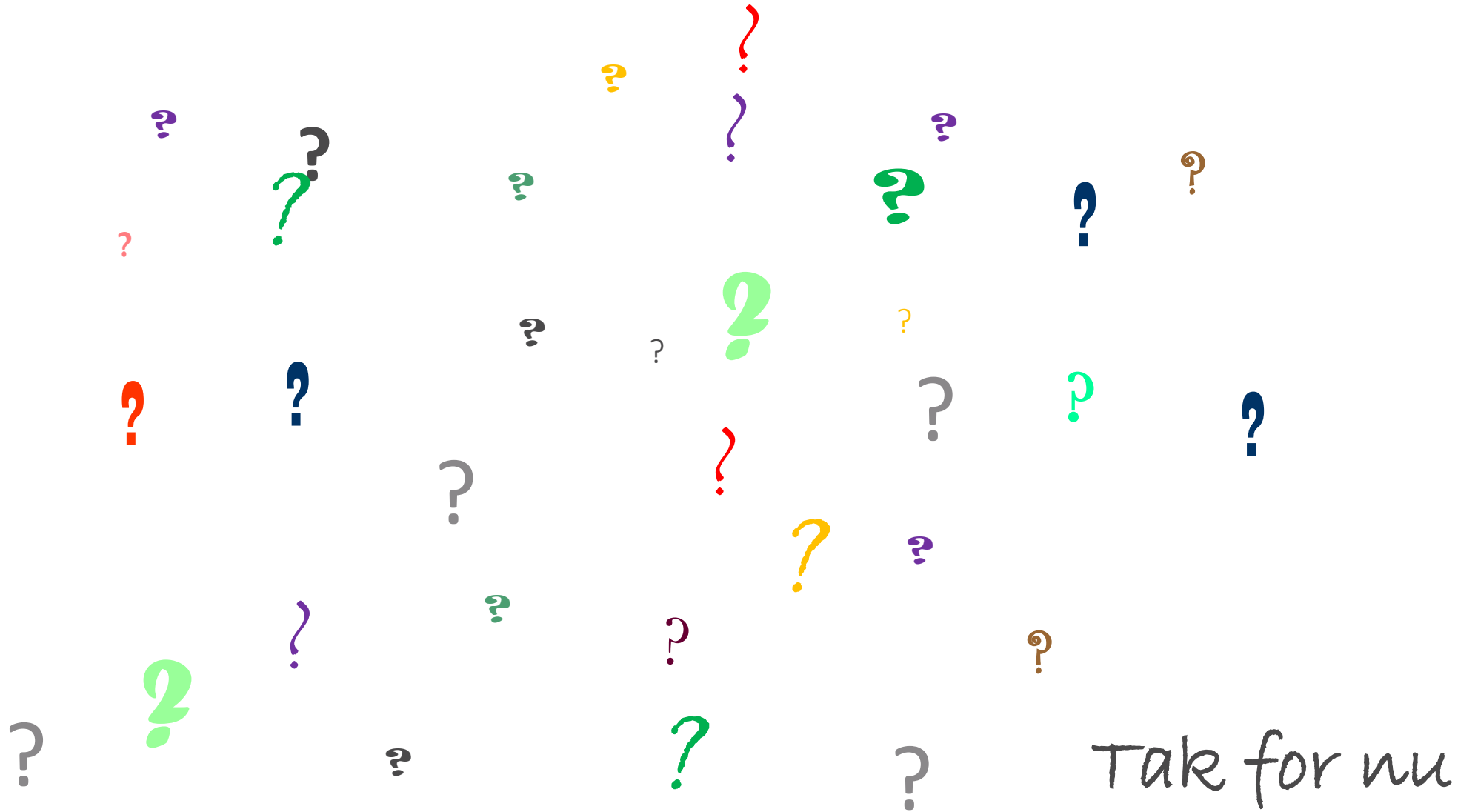
- Hvad har gjort indtryk i dag/ i går?
- 2 min. - fortæl og lyt

(Leder/AMiR deltager og tager ansvar for det der evt. skal arbejdsvidere med)

Model 2

- Dagens positive - hvilke positive historier har jeg oplevet i forhold til kunderne i dag? - og hvordan reagerede jeg/vi ...
- Hvilke udfordringer har der været ift. kunder i dag? - hvordan reagerede jeg/vi på det...
- Hvordan har vi løst dem?
- Var der noget vi kunne have gjort bedre/anderledes?
- Er der nogen der har spørgsmål til dagen eller til en kollega?

Spørsmål ?



Tak for nu