



FREDERICIAKOMMUNE

# Akut Psykologhjælp



## **Akut psykologhjælp**

En del af Fredericia Kommunes mange ansatte kan risikere at komme ud for traumatiserende hændelser. Derfor tilbyder kommunen akut psykologhjælp i samarbejde med psykologpraksissen Psykologerne ved Slotssøen i Kolding. Praksissen består af 5 psykologer, som alle har grundig efteruddannelse og erfaring inden for akut krisehjælp i forbindelse med vold, ulykker, katastrofer og traumatiske oplevelser.

## **At modtage hjælp**

Det er vigtigt at få hjælp til at håndtere akutte kriser, som kan have stor betydning for tryghed, trivsel og effektivitet både på og udenfor arbejdspladsen. Hurtig og professionel hjælp er en væsentlig del af at begrænse negative psykiske påvirkninger.

Som medarbejderne i Fredericia Kommune har du adgang til akut psykologisk krisehjælp, hvis du har været direkte eller indirekte involveret i voldsomme hændelser.

## **Hvilke hændelser?**

Hændelser, der kan kræve akut krisehjælp, kan for eksempel være vold eller trusler om vold, en kollegas dødsfald, alvorlige ulykker, røveri eller seksuelle krænkelser. Den rigtige og hurtige hjælp vil være med til at skabe tryghed og sikre færre sygedage og en hurtigere tilbagevenden på arbejdspladsen og til hverdagen.

## Hvordan er forløbet?

- Det er din leder, som henvender sig til psykologerne via Vagtcentralen og aftaler indsatsen ud fra den konkrete situation.
- Efter samtale med lederen afgør psykologen, hvor og hvornår samtalen kan gennemføres. Efter første eller anden samtale meddeler psykologen afdelingslederen / rekvirenten, hvor mange konsultationer, der er behov for.
- Din leder og psykologen aftaler, hvor mange samtaler, der er behov for. Du bliver informeret og skal selv acceptere den indsats, som psykologen foreslår.

## Hvor?

Samtalen kan foregå på arbejdspladsen eller i psykologernes konsultation i Kolding, hvis psykologen skønner det hensigtsmæssigt.

## Anonym rådgivning

Rådgivningen foregår anonymt. Psykologen vil starte med at bede om nogle faktuelle oplysninger, fx dit navn, men registreringen er anonym, og oplysningerne slettes efter 3 år. Din chef kan heller ikke gennem psykologen få noget at vide om dig og dine samtaler med psykologen.





### **Cand.pæd. psych. Anette Dam Lorentzen**

Anette har efteruddannelse i tab, traumer, sorg og krise, og hendes specialeområder er kriseintervention, herunder akut indsats. Hun har erfaring med en bred vifte af psykologiske problemstillinger, som sorg og krise, tab og traumer.

### **Cand.pæd. psych. Steen Schiøller**

Steen har stor erfaring med kriseintervention, stresshåndtering og kommunikation og konfliktløsning. Han har arbejdet med supervision i døgninstitutioner og plejefamilier samt øvrigt pædagogisk personale.



### **Cand.psych. Berit Lyhne**

Berit er specialist i psykotraumatologi (et psykologisk fagområde, der beskæftiger sig med forebyggelse og behandling i forbindelse med vold, ulykker og katastrofer). Hun har 20 års erfaring med sorg og krise, tab og traumer, reaktioner ved alvorlig sygdom, akut krisehjælp og hjælp til krisestyring ved voldsomme hændelser i familier og på arbejdspladser.



### **Cand.psych. Winnie Braarup**

Winnie er specialist i psykotraumatologi (et psykologisk fagområde, der beskæftiger sig med forebyggelse og behandling i forbindelse med vold, ulykker og katastrofer). Hun har 8 års erfaring med akut krisehjælp i forbindelse med for eksempel trafik- og arbejdsulykker, selvmord, røveri, overfald, trusler og voldtægt.



### **Cand.Psych. Søren Dam Andersen**

Søren er specialist i psykoterapi og har 6 års erfaring med kriseberedskab. Han er videreuddannet i kognitive behandlingsformer, hvor tanker, der medfører belastende følelser og dysfunktionelle handlinger modificeres eller ændres. Derudover har Søren en uddannelse som Mindfulness-træner, hvor man lærer at håndtere negative tankebaner – bruges bl.a. til behandling af angst og forebyggelse af depression.

