

Debriefing etter en kritisk hendelse - trinn 2

Gjelder for: []
Dokumenttype: Retningslinje
Sist endret: 28.09.2021

1. HENSIKT

Å bidra til at personell som har vært utsatt for en større kritisk hendelse får bearbeidet følelsesmessige belastninger og reaksjoner på både kort og lang sikt. En større kritisk hendelse kan være f.eks. uventet dødsfall, ulykke, eller skade på personell. Alle forhold rundt hendelsen blir belyst og avklart og ingen utpekes til syndebukk.

2. ANSVAR

Nærmeste leder med personalansvar

3. BESKRIVELSE

Retningslinjen iverksettes etter større kritiske hendelser der trinn I har avdekket behov for videre oppfølging. Nærmeste leder innkaller alt personell som har vært berørt av hendelsen så fort som mulig, eller første virkedag etter hendelsen. Dersom det er behov for en gjennomgang av hendelsen med andre eksterne samarbeidspartnere som f.eks. politi og brannvesen, bør de inviteres med. Alle som deltar på debriefing har taushetsplikt.

Personen som leder debriefingen bør være en som ikke selv har tatt del i hendelsen, og som har kunnskap om metoden. Bedriftshelsetjenesten gir slik bistand og bør kontaktes. En person som ikke skal delta direkte i debriefingen (f.eks. nærmeste leder, dersom en annen leder selve debriefingen) bør være referent og ta notater underveis. Spesielt i større personalgrupper er det viktig å holde oversikt, slik at det er mulig for den som leder debriefingen å oppsummere i normaliseringsfasen (se under). Nærmeste leder bør også være oppmerksom på forbedringspunkter basert på det som kommer frem under debriefingen.

Sted: Egnert rom med trygg og uformell atmosfære, hvor debriefingen kan foregå uforstyrret, og det er plass til at deltakerne kan sitte i ring så alle ser hverandre

Varighet: Max 2 timer – avhenger av antall deltakere

Gjennomføringsplan:

Introduksjon: presentasjon av leder for debriefing og gjennomgang av regler (leders bakgrunn/kompetanse, formål med debriefingen, en av gangen/tar runden, alle tilstede har taushetsplikt om det som blir sagt, deltagelse er frivillig). Deretter skal hendelsen gradvis gjennomgås etter følgende oppbygning:

Runde 1: Hver og en gjennomgår fakta og hendelsen sett fra sitt ståsted, slik at det kan skapes en helhet og alle brikkene kommer på plass for de involverte. I denne runden kan også ytterligere informasjon om hendelsen deles, f.eks. informasjon som nærmeste leder eller andre har samlet inn fra andre involverte aktører.

Runde 2: Gjennomgang av hva hver enkelt tenkte i situasjonen. Denne fasen stimulerer til sammenhengende forståelse og hjelper til med å forstå bakgrunnen for avgjørelser som ble tatt og for reaksjoner underveis.

Runde 3: Der gruppens medlemmer har blitt eksponert for sterke inntrykk, gjennomføres en gjennomgang av sanseintrykk. En detaljert gjennomgang kan hjelpe til med å sette ord på ulike dimensjoner ved inntrykkene og gjøre minnene om disse mer håndterbare. Dersom

noen sitter igjen med veldig sterke sanseinntrykk, bør man være varsom for å unngå ny traumatisering av de som har vært minst eksponert.

Runde 4: Gjennomgang av reaksjoner deltakerne har hatt på hendelsen. Formålet med denne fasen er å hjelpe deltakerne til å gjenkjenne og forstå de følelsesmessige og kroppslige reaksjonene de har etter hendelsen.

Neste steg er å sammenfatte det deltakerne har fortalt og bidra med erfaringer om vanlige reaksjoner. Her gis også deltakerne råd om måter å takle reaksjoner på. Konkret rådgivning knyttet til evt. praktisk psykososial støtte, bruk av medikamenter og alkohol, hensiktsmessige aktiviteter og evt. henvisning til annen behandling kan også tas opp her.

Avslutning og evt avtale om oppfølging (dersom gruppen som helhet er preget, bør oppfølgingsmøte etter 3-6 uker vurderes). Leder bør følge nøye med på de ansatte, være tilgjengelig for samtale og være rask med å henvise dem som trenger det til videre hjelp.

4. REFERANSER

[1.4.7.2](#)

[1.4.7.5](#)

[Defusing / avlastningssamtale etter en kritisk hendelse - trinn 1](#)

[Oppfølging av ansatte etter kritisk hendelse og/eller alvorlig pasientrelatert hendelse](#)