

KOLLEGIAL STØTTE EFTER UDFORDRENDE BORGERKONTAKT



- en vejledning

Filmen viser, hvordan man kan give psykisk førstehjælp til en kollega ved en voldsom hændelse, og fremgangen i en individuel defusing 1:1 efter udfordrende oplevelser.

[Hent og print defusing 1:1](#)

Defusing 1:1



Illustration: Tankestreg

Sådan kan I bruge filmen

Varighed ca. 50 min ved 15 deltagere

Vis filmen på personalemøder eller temadage, når I vil arbejde med hvordan man kan yde kollegial støtte efter en udfordrende borgerkontakt, i form af psykisk førstehjælp og defusing 1:1 umiddelbart efter hændelsen.

1. Se filmen Kollegial støtte efter udfordrende borgerkontakt (10 minutter)

2. Udlever fremgangen for defusing 1:1, og gå sammen 2 og 2 (25 min)

- Aftal hvem af jer der styrer defusingen (A). Den anden (B) tænker på en udfordrende situation, som I kan øve jer på.
- A styrer B igennem defusingen, trin for trin – blot 5-10 min varighed.
- Byt nu roller og gennemgå defusingen på en ny situation.

3. Opsamling i plenum på deltagernes træning af defusing 1:1 (15 min)

- Hvad var let? Hvad var svært?
- Hvilke aftaler kan vi lave for brug af metoden i det daglige? Skal ledelsen orienteres, når man har haft en defusing 1:1?
- Aftal hvornår I følger op på brug af metoden, fx næste personalemøde.

[Se filmen og hent defusing 1:1 her](#)