

Psykisk helsehjelp?



Ikke hast med å tilby direkte psykologiske intervensjoner.

Selv om intensjonen er god, kan det å forstyrre individers naturlige mestringsstrategier være uheldig.



Ikke tilby psykologisk debrief

Eller annen oppfølging som pålegger ansatte å snakke om sine følelser eller tanker.

Forskning tyder på det er ineffektivt og til og med kan øke sannsynligheten for utvikling av vansker.



Ikke tilby noen form for ikke-evidensbaserte psykologiske behandlingsmetoder.

Alle psykologiske intervensjoner bør utføres av en kvalifisert kliniker, og bare når det er behov.



Følg aktivt med også etter krisen. Henvis eventuelt ansatte som trenger helsehjelp til relevant helsetjeneste.

