



Skien
kommune

Psykososialt kriseteam

Ved alvorlige livshendelser som for eksempel ulykker, voldshandlinger, uventede dødsfall og trusselsituasjoner, kan man få hjelp fra det kommunale kriseteamet.

Henvendelser til kriseteamet går via Legevakta:
Tlf: 35 52 22 23 (døgnvakt)

Psykososialt kriseteam skal ha kompetanse til å bistå og utfylle det ordinære hjelpeapparatet.



Hvem er vi?

Teamet har medlemmer fra:

Prestetjenesten, helsesøstertjenesten, pedagogisk-psykologisk rådgivningstjeneste (PPT), legevakta, pleie og omsorg, barnverntjenesten, mottak/avklaring og sosialmedisinsk senter.

Hvem kan vi hjelpe?

- Rammede
- Pårørende
- Hjelpepersonell
- Berørte institusjoner/organisasjoner

Hva kan vi hjelpe til med?

- Gi og koordinere psykososial førstehjelp
- Vurdere behov for oppfølging
(av rammede/pårørende/hjelpepersonell)

Hvordan vi mestrer de vanskeligste situasjonene i livet er også et viktig utgangspunkt for videre utvikling. For noen mennesker som har opplevd spesielt sterke og dramatiske hendelser, kan det være nødvendig med mer profesjonell hjelp.

Kriterier for når psykososialt kriseteam utkalles:

- Der hvor sjokket og følelsen av kaos er så stor hos de berørte at hjelp fra nettverket rundt ikke vil være nok.
- Der arbeidsplasser/institusjoner (eks: skole) trenger umiddelbar oppfølging og bistand.
- Der det kan være behov for oppfølging av vitner og hjelpere i situasjonen for å hindre negative senvirkninger.



Hvordan/hvem kan hjelpe mennesker i krise?

Familie, venner og det øvrige nettverket er det viktigste grunnlaget for at mennesker skal komme seg gjennom kriser på best mulig måte.

Det er viktig å snakke med andre om det som har skjedd selv om det synes vanskelig å dele tanker og følelser. Det kan være nødvendig å repetere hendelsesforløpet, eller deler av det sammen med andre. Fysisk aktivitet og gjenopptagelse av tidligere virksomhet er viktig.

Kjennskap til normale krisereaksjoner og hvordan disse skal møtes, øker sjansen for at en skal komme gjennom en krise uten for store psykiske ettervirkninger.

