

Sjekkliste for kollegastøttesamtale



Kristiansand
kommune

Kollegastøttesamtalen gjennomføres optimalt rett etter, eller så fort som mulig etter en hendelse. Samtalen hjelper din kollega til å få en bedre forståelse av hendelsen, og gir en opplevelse av oversikt og kontroll. Da blir det litt enklere å takle det følelsesmessige kaoset som kan oppstå etter en hendelse. Spørsmålet «Hva skjedde?» gir oversikt over fakta og det objektive i hendelsen. Spørsmålet «Hvordan har du det nå?» hjelper din kollega til å fokusere litt mer på egne reaksjoner og følelser, knyttet til det som har skjedd. Under hvert spørsmål er det hjelpespørsmål som kan benyttes, men som ikke må være med i samtalen.

OBS! Samtalen kan fort gå i retning av å bli evaluerende og til å lete etter årsaker. Det må vente til senere, hold fokus på beskrivelse og opplevelse av situasjon.

Hvem leder samtalen: _____

Hvem deltar i samtalen: _____

Hendelsen skjedde: ukedag: _____ dato: ____ / ____ klokka: ____ : ____

Tidspunkt for samtale: ukedag: _____ dato: ____ / ____ klokka: ____ : ____

Hva skjedde? – Objektiv beskrivelse av situasjon (hjelpespørsmål under benyttes ved behov)

Hvem var involvert?

Hvor skjedde det?

Når skjedde det?

Hva skjedde før hendelsen?

Kan du beskrive selve hendelsen?

Hva skjedde etter hendelsen?

Hvordan har du det nå? – Subjektiv opplevelse av situasjonen (hjelpespørsmål under benyttes ved behov)

Hvilke følelser kjenner du på knyttet til det du har opplevd (hendelsesforløp)?

Kan du sette ord på det du føler?

Du nevnte at ... skjedde, hvordan opplevde du det?

Hva tenker du om situasjonen nå?

Hva skjer videre? – oppfølging etter hendelsen (hjelpespørsmål under benyttes ved behov)

Har du noen å snakke med når du kommer hjem?

Er det noe jeg kan gjøre for å hjelpe?

Trenger du videre oppfølging umiddelbart?

Hva er det første du vil gjøre når du kommer hjem for å håndtere det du har opplevd?

Det er ført avvik i kvalitetssystemet (JA/NEI)

Ferdig utfylt skjema legges i nærmeste leders posthylle, benytt konvolutt.

Sjekkliste for kollegastøttesamtale		Utviklet for Kristiansand kommune, alle enheter	
Versjon: 1	Utarbeidet av: USHT Agder Vest (Stian Brødsjø)	Godkj. av: [Skriv inn navn]	Dato: 11.03.2024 Side 1 av 1