

|                                                                                       |                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Kategori: Ledelse og styringssystem/HMS Helse, miljø og sikkerhet                     | Gyldig fra/til:13.09.2023/13.09.2024 |
| Organisatorisk plassering: Helse Bergen HF/Fellesdokumenter/Ledelse og styringssystem | Versjon: 1.00                        |
| Godkjenner: Johnsen, Leif                                                             | Prosedyre                            |
| Dok. ansvarlig: Trude Duelien Skorge                                                  | Dok.id: D76346                       |

## Innhold

|     |                                                               |   |
|-----|---------------------------------------------------------------|---|
| 1   | Hensikt .....                                                 | 1 |
| 2   | Målgruppe og avgrensning .....                                | 1 |
| 3   | Definisjoner .....                                            | 1 |
| 4   | Ansvar .....                                                  | 1 |
| 5   | Gjennomføring .....                                           | 1 |
| 5.1 | Kontakt og avtale .....                                       | 1 |
| 5.2 | Samtale og oppfølging .....                                   | 2 |
| 5.3 | Hjelpetilbud til ansatte/personer som har det vanskelig ..... | 2 |
| 6   | Referanser .....                                              | 2 |
| 7   | Forankring .....                                              | 3 |
| 8   | Endringer siden forrige versjon .....                         | 3 |

## 1 Hensikt

Støtte og ivaretagelse av ansatte med psykiske helseplager relatert til arbeid, enten på grunn av akutte belastninger eller akkumulert belastning over tid. Mange ansatte står i svært tøffe situasjonene på jobb for Helse Bergen, og en del av de ansatte vil på et eller annet tidspunkt i sin karriere trenge hjelp til å håndtere egne reaksjoner. Det vil kunne ha både en indirekte og direkte positiv effekt på sykefraværet i Helse Bergen.

## 2 Målgruppe og avgrensning

Alle ansatte i Helse Bergen som opplever arbeidsrelaterte psykiske plager.

## 3 Definisjoner

Støttesamtale: En samtale som skal gi støtte. Målet med samtalene kan være å finne mestringsstrategier, styrke selvfølelsen og å øke aktivitetsnivået. En målsetting kan også være å vedlikeholde funksjonsnivået.

Arbeidsrelaterte psykiske plager: Psykiske helseplager som mistenkes å være relatert til/forårsaket av forhold på arbeidsplassen.

## 4 Ansvar

Bedriftshelsetjenesten har ansvar for å ta imot, vurdere og gi tilbud til ansatte som opplever arbeidsrelaterte psykiske plager og som kontakter BHT med ønske/ behov for støttesamtale.

Bedriftshelsetjenesten har ansvar for å oppdatere og vedlikeholde denne rutine.

## 5 Gjennomføring

### 5.1 Kontakt og avtale

- Alle ansatte i Helse Bergen kan ta kontakt enten pr epost eller telefon med ønske om støttesamtale hos BHT

- Den i BHT som tar imot henvendelsen skal sørge for at ansatt får time til støttesamtale så snart det lar seg gjøre
- Bedriftssykepleiere, leder BHT og bedriftslege har satt opp faste tider for støttesamtaler i sin kalender

## 5.2 Samtale og oppfølging

- Samtalens varighet er på 1 time.
- Dersom ansatt ønsker/trenger mer tid kan det gis tilbud om ny samtale.
- Dersom ansatt trenger mer/noe annet enn det BHT kan bistå med finnes flere ulike hjelpetilbud i kommunen og spesialisthelsetjenesten (se linker lenger ned i denne rutinen).
- Dersom BHT-personell som utfører støttesamtalen mener at den ansatte trenger henvisning videre til psykologoppfølging/annen type oppfølging, skal den ansatte få tilbud om samtale med bedriftslege i BHT, dersom det ikke er bedriftslegen som har samtalen.
  - Dersom bedriftslegen ikke er tilgjengelig/er fraværende og det ikke kan vente til legen er tilbake vil den ansatte bli rådet til å kontakte sin fastlege for vurdering av indikasjon for slik henvisning.
- Bedriftslegen vil vurdere indikasjon og evt. sende henvisning til annen oppfølging/behandling i spesialisthelsetjenesten eller privat.
  - Henvisning fra bedriftslege går til spesialisthelsetjenesten slik som for alle andre pasienter. Helse Bergen har pr i dag ingen avtale om psykologoppfølging for sine ansatte.

## 5.3 Hjelpetilbud til ansatte/personer som har det vanskelig

[Hjelp deg selv - Helse Bergen \(helse-bergen.no\)](https://helse-bergen.no)

[Arbeidsrettet behandling for angst og depresjon i samarbeid med Helse Vest | Terapi - IPR](#)

[Helse og arbeid - Helse Bergen \(helse-bergen.no\)](https://helse-bergen.no)

[eMeistring - Helse Bergen \(helse-bergen.no\)](https://helse-bergen.no)

[Bergen kommune - Livskrisehjelpen](#)

[Bergen kommune - Rask psykisk helsehjelp](#)

[Rask psykisk helsehjelp - NAPHA Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid](#)

[Veiledet selvhjelp - NAPHA Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid](#)

[Veiledet selvhjelp | Norsk forening for kognitiv terapi](#)

[Hjem - Link Bergen og omegn](#)

[Hjelpetelefonen - Mental Helse](#)

[Kirkens SOS \(kirkens-sos.no\)](https://kirkens-sos.no)

[Familie og samliv | Bufdir](#)

[HelseArbeid – tjenestesamhandling mellom Helsetjenesten og NAV - nav.no](https://nav.no)

[Psykiske helseproblemer - nav.no](https://nav.no)

[Hva er en arbeidsgiverløs - nav.no](https://nav.no)

## 6 Referanser

Interne referanser

[1.1.5-7-01](#)

[Hvordan melde arbeidsrelatert skade eller arbeidsrelatert sykdom](#)

[2.4.2.2.1-03](#)

[Arbeidsmedisinsk poliklinikk ved Bedriftshelsetjenesten](#)

[2.4.2.2.1-04](#)      [Melding fra bedriftslege om arbeidsrelatert sykdom til  
Arbeidstilsynet](#)

[2.4.2.2.1-08](#)      [Gjennomføring av støttesamtaler ved Bedriftshelsetjenesten](#)

Eksterne referanser

[3.1.3.2.24 Forebygging og oppfølging - to sider av samme sak. Om forebygging av  
helseproblemer og oppfølging av sykefravær på arbeidsplassen](#)

[3.1.3.1.14.1 Yrkesskade og yrkessjukdom - NAV](#)

[Sykehus - STAMI NOA](#)

[Motiverende intervju \(MI\) - Helsedirektoratet](#)

## 7 Forankring

Forankret i ledergruppen i Personal- og organisasjonsavdelingen.

## 8 Endringer siden forrige versjon

[]