

Kategori: Ledelse og styringssystem/HMS Helse, miljø og sikkerhet	Gyldig fra/til: 07.01.2025/07.01.2027
Organisatorisk plassering: Helse Bergen HF/Fellesdokumenter/Ledelse og styringssystem	Versjon: 1.02
Godkjenner: Johnsen, Leif	Prosedyre
Dok. ansvarlig: Leif Johnsen	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

Hjelpetilbud til deg som har det vanskelig

[Arbeidsrettet behandling for angst og depresjon i samarbeid med Helse Vest | Terapi - IPR](#)
[Helse og arbeid - Helse Bergen \(helse-bergen.no\)](#)
[eMeistring - Helse Bergen \(helse-bergen.no\)](#)

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)

Familie og samliv | Bufdir

HelseArbeid – tjenestesamhandling mellom Helsetjenesten og NAV - nav.no

Psykiske helseproblemer - nav.no

Hva er en arbeidsgiverløs - nav.no

6 Referanser

Interne referanser

[1.1.9-7-01](#)

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

[2.4.2.2.1-03](#)

[Arbeidsmedisinsk poliklinikk ved Bedriftshelsetjenesten](#)

Støttesamtaler for ansatte hos Bedriftshelsetjenesten	Versjon: 1.02
--	------------------

- [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

Forlenget gyldighet til 07.01.2027