



© 2015 Camilla Ahrensbach, Region Hovedstaden, CAMES.

### **Indledning**

- *Jeg har samlet jer her til defusing fordi ...*
- *Jeg styrer denne defusing, som kommer til at vare ca. ... (husk, at den må ikke vare for længe, afstem ud fra antal deltagere og alvorsgrad).*
- *Alt, I siger i dette rum, bliver her – rummet er fortroligt.*
- *Om lidt vil jeg bede jer om på skift at fortælle, hvad der skete i situationen, og hvad I følte, da det skete.*
- *Jeg kan godt finde på at afbryde, hvis I evt. begynder at bebrejde hinanden eller komme med forslag til, hvad der ville have været bedre at gøre. Det tilhører en debriefing.*
- *Jeg kunne godt tænke mig, hvis X vil begynde.*

### **Samtalen**

- *Hvad skete der i situationen – helt kort? (Fakta)*
- *Hvordan har du det nu? (Følelser)*

### **Afslutning**

- *Hvad skal du videre til? – Kan du det, eller skal en anden overtage?*
- *Har du brug for at tale mere om situationen?*
- *Det vil ikke være så mærkeligt, hvis du senere i dag føler dig ...*