

Så stöttar du som behandlare vid ekonomiska bekymmer



1. Våga ta upp ekonomin

- ☐ Normalisera samtalet: *Många upplever att ekonomin påverkar måendet – hur ser det ut för dig?*
- ☐ Var lyhörd för tecken på oro kring pengar, skulder eller betalningssvårigheter.

2. Utforska kopplingen till psykisk hälsa

- ☐ Bekräfta sambandet: ekonomisk stress kan förstärka ångest, depression och suicidtankar.
- ☐ Fråga om hur ekonomin påverkar vardagen och känslorna.

3. Avlasta skuld och skam

- ☐ Betona att ekonomiska problem är vanliga och inte ett personligt misslyckande.
- ☐ Undvik moraliserande – fokusera på lösningar och stöd.

4. Hjälp personen vidare

- ☐ Informera om kostnadsfri kommunal budget- och skuldrådgivning.
- ☐ Ge kontaktuppgifter till Kronofogden och Konsumentverket.
- ☐ Vid akut psykisk ohälsa: lotsa till vård eller stödlinjer.

5. Stöd i att ta första steget

- ☐ Erbjud hjälp att boka tid hos rådgivning eller fylla i en skuldkartläggning.
- ☐ Följ upp vid nästa samtal – hur gick det, behöver personen mer stöd?



Ett samarbete mellan Region Örebro län, länets tolv kommuner, civilsamhälle, statliga aktörer och näringsliv.