



Rädda Barnen

KRISBEREDSKAP OCH AKUT BARNKRISSTÖD

Övningshäfte



Bland det viktigaste för att bli förberedd på att delta i en krisinsats är utbildning och övning. Det är också avgörande för vår förmåga att sprida kunskap och påverkansarbete inom det här området.

I det här häftet hittar du flera olika praktiska övningar i form av case och rollspel för att fördjupa kunskaperna inom krisberedskap och akut barnkrisstöd.

Övning - Skjutning

Övning - Brand i flerbostadshus

Övning - Efter ett våldsbrott

Övning - Bussolyckan



ÖVNING - SKJUTNING

Bakgrund

En vardagskväll sköts en 18-åring på parkeringen precis utanför ortens stora idrottsplats. Hen avled senare på platsen av sina skador. Hen var välkänd och omtyckt av många i närområdet. Vid den här tiden pågick idrottsträningar för flera grupper barn och unga på idrottsplatsen och såväl föräldrar som syskon rörde sig i området runtomkring. Fyra lag tränade när skjutningen inträffade. En tränare berättar att de hörde skott och alla började springa.

Flera av barnen inrymdes i omklädningsrummen och fick stanna där under flera timmar. Oroliga och upprörda föräldrar väntade utanför idrottsplatsen under många timmar innan de fick återförenas med sina barn.

Många barn och unga blev direkt drabbade då de var på plats när dödsjutningen skedde. Många som bor eller rör sig i området är oroliga och ledsna över det som har hänt och många barn och unga upplever stor otrygghet. Det framkom efter skjutningen det varit flera incidenter den senaste tiden och därav har väktare och poliser under en tid haft större närvaro kring idrottsplatsen. Dödsjutningen tros ha koppling till gängkriminalitet och den pågående våldsvågen i samhället.

Efteråt spreds filmer som visar delar av händelseförloppet i sociala medier. Dagen efter gick man även ut med att idrottsplatsen skulle vara stängd en tid framöver.

Scenario

Det är nu dagen efter, vardag eftermiddag. Krisstöd finns plats i närliggande lokal och vid minnesplats vid idrottsplatsen för personen som dog.

Skrivbordsövning

Diskutera i grupp:

1. Vilka aktörer kan vara på plats?
2. Vad kan Rädda Barnens roll vara?
3. Vad kan det finnas för utmaningar i samverkan med andra aktörer? Hur kan vi arbeta med dessa?

Instruktioner rollspel

Dela in deltagarna i grupper med 3 personer i varje. I rollspelet finns tre roller, deltagarna väljer själva vem som har vilken roll. Tanken är att man kör 3 omgångar så att alla får möjlighet att testa alla roller (drabbad, barnkrisstödjare, observatör).

Varje omgång är max 5 minuter följt av 2 minuters reflektion. Därefter roterar man rollerna.

Rollspel 1

- **Indirekt drabbad** - viktig vuxen till barn (barnet kan gå antingen på lågstadiet, högstadiet och gymnasiet, välj själv)
- **Barnkrisstödjare** från Rädda Barnen
- **Observatören** betraktar samtalet, verbal och icke-verbal kommunikation

Reflektion.

Mellan varje rollspel kort reflektion (2 min):

Den som spelar indirekt drabbad börjar med att reflektera hur det kändes att få stöd. Därefter reflekterar barnkrisstödjaren hur det kändes att ge stöd. Vad som gick bra och mindre bra. Observatören avslutar sedan reflektionsrundan med att först ge positiv feedback, så konkret som möjligt. Tar sedan upp möjlig förbättring. Avsluta med en övergripande positiv kommentar.

Därefter får den drabbade kort reflektera på samma sätt.

Rollspel 2

- **Direkt drabbad** - barn
(barnet kan gå antingen på lågstadiet, högstadiet och gymnasiet, välj själv)
- **Barnkrisstödjare** från Rädda Barnen
- **Observatören** betraktar samtalet, verbal och icke-verbal kommunikation

Reflektion.

Mellan varje rollspel kort reflektion (2 min):

Den som spelar ett drabbat barn börjar med att reflektera hur det kändes att få stöd. Därefter reflekterar barnkrisstödjaren hur det kändes att ge stöd. Vad som gick bra och mindre bra. Observatören avslutar sedan reflektionsrundan med att först ge positiv feedback, så konkret som möjligt. Tar sedan upp möjlig förbättring. Avsluta med en övergripande positiv kommentar.

Därefter får den drabbade kort reflektera på samma sätt.

ÖVNING – BRAND I FLERBOSTADSHUS

Vi kommer använda samma händelse för att öva på krisberedskap och barnkrisstöd på olika sätt.

Bakgrund

En kväll cirka kl 18.30 bryter det ut en brand i ett flerbostadshus i er stad/ort. Räddningstjänsten anländer snabbt, får kontroll över branden och evakuerar alla boende. Många lägenheter är rök-och brandskadade eller har vattenskador från släckningsarbetet.

Inga människor dog. Några har förts till sjukhus med skador men de flesta har bedömts att de inte behöver vård på sjukhus. De är oskadade eller lätt skadade. Även boende i porten bredvid har fått evakuera tills vidare. De flesta fick lämna lägenheten hals över huvud och fick inte med sig så mycket.

Kommunens POSOM-grupp/Krisstödsgrupp* bedömer att de inte har tillräckligt med personal för att hantera detta själva. De kontaktar Rädda Barnens lokalförening och ber om hjälp med barnkrisstödjare. Många av de drabbade kommer inte kunna återvända till sina lägenheter samma kväll. En samlingslokal för de drabbade öppnas i den intilliggande skolans matsal.

Scenario

Du som barnkrisstödjare i Rädda Barnen har blivit utlarmad av den ansvarige i lokalföreningen. Du har tackat ja och precis anlärt till samlingslokalen där du möter upp de andra från din lokalförening.

Uppgift 1: diskutera i grupp - krisberedskap och samverkan

- Gör en aktörsanalys - alltså vilka andra kan vara på plats i lokalen och vem gör vad?
- Vad finns det för fördelar med att samverka med andra aktörer? (5 st)
- Vad finns det för utmaningar med att samverka med andra aktörer? (5st)

Med aktörer menar vi andra som har ett uppdrag i att hantera krisen och stötta de drabbade. Det kan vara kommunen eller räddningstjänst för att nämna några. Använd gärna Handbok för krisberedskap och akut barnkrisstöd 1.0 som hjälp här.

Uppgift 2: diskutera i grupp - barnkrisstöd

Du som barnkrisstödjare har blivit utlarmad av den ansvarige i lokalföreningen. Du har tackat ja och precis anlärt till samlingslokalen. Här finns både äldre, barn i olika åldrar, familjer, ensamma personer och husdjur.

- Vilka behov tror ni att ni kan möta hos de drabbade?
- Utifrån principerna i psykologisk första hjälp för barn, vad gör du?

Uppgift 3: rollspel - barnkrisstöd

För att lära sig barnkrisstöd på bästa sätt är det viktigt att öva praktiskt. Nu ska ni genomföra ett rollspel för att träna på detta.

Rollspelet börjar när ni som barnkrisstödjare anländer till samlingslokalen.

Före rollspelet

Dela in er i två ungefär lika stora grupper. Hälften av er kommer att spela barnkrisstödjare och den andra hälften figuranter (de drabbade personerna). Några kan även vara observatörer som står vid sidan av och reflekterar över vad som händer. Ni kan sedan byta och göra om samma rollspel, så att alla får testa på att spela barnkrisstödjare.

Rollspelet börjar när ni som barnkrisstödjare anländer till lokalen.

Efter rollspelet

Efter ni har genomfört rollspelen samlas ni och diskuterar:

- Vad gick bra?
- Vad var svårt?
- Vad skulle vi kunna göra annorlunda för att det ska bli bättre?
- Finns det något vi behöver lära oss mer om utifrån dessa lärdomar?

Vad är en Posom-grupp?

Kommunen har ofta en grupp som vid större kriser har i uppgift att ge krisstöd. De kallas ofta POSOM-grupp, vilket står för psykiskt och socialt omhändertagande. De kan också kallas krisstödsgrupp. Vilka som ingår i gruppen är olika i olika kommuner. Från kommunen är det ofta personer från socialtjänst, räddningstjänst och polis. Ofta finns även personer från föreningar med, exempelvis från Svenska Kyrkan, Röda Korset och vi i Rädda Barnen.

ROLLBESKRIVNINGAR BRAND

Skriv ut rollkortet och dela ut till de som ska spela drabbade.

Ni behöver inte använda alla och om ni är många kan ni hitta på egna.

All information finns inte på kortet. Uppmuntra de som spelar att själva fylla ut på med information och improvisera. Det finns inget rätt eller fel. Det viktigaste är att de som spelar barnkrisstödjare får möjlighet att öva.

Alice, 13 år. Dotter till Lena. Hon gillar att spela fotboll och rita. När branden bryter ut är Alice hemma ensam. Hon lyckas öppna ett fönster och ta sig ut. Alice är väldigt ledsen och kan inte sluta gråta.

Lena, 45 år. Mamma till Alice. Hon är på jobbet när branden bryter ut. Hon skyndar hem och återförenas med Alice utanför bostadshuset. Lena blev rädd och kände sig maktlös över att inte vara hemma. Hon visar det genom att vara arg på allt och alla.

Alex, 12 år. Son till Peter. Han gillar lego och hundar. Alex är mycket uppvarvad och kan inte sitta still. Han kollar mycket på sin telefon och sociala medier och börjar prata högt om de rykten som sprids där om vad som hänt.

Sebastian, 16 år. Son till Peter och bror till Alex. Irriterad på sin lillebror, surfar på sin mobil men den har lågt batteri och han har ingen laddare.

Peter, 50 år. Pappa till Alex och Sebastian. Han jobbar som lärare på högstadiet. Trött och uppgiven och orkar inte riktigt med att hantera sina barns tjafs utan checkar mest ut och är passiv.

Fatima, 7 år. Hon ställer mycket frågor om vad som hände och vad som händer nu. Hon växlar mellan att vara väldigt orolig och klängig för att nästa stund verka rätt oberörd och vilja leka.

Warda, 38 år. Mamma till Fatima och gift med Ahmed. Jobbar som förskollärare. Hon har astma och fick inte med sig sin inhalator från lägenheten. Warda hostar lite efteråt med bedöms inte behöva åka in till sjukhus av vårdpersonal. Hennes astma försämras under kvällen.

Ahmed, 41 år. Pappa till Fatima och gift med Warda. Jobbar på kommunen. Ahmed har svårt att bara vänta och vill försöka lösa saker.

Bengt, 76 år. Gift med Gunilla. Han hör lite dåligt. I övrigt verkar han lugn.

Gunilla, 77 år. Gift med Bengt. Verkar förvirrad och har svårt att komma ihåg information.

Tomas. Sambo med Carlos. Tomas verkar lugn och samlad. Han försöker få kontakt med Carlos men får ingen respons.

Carlos. Sambo med Tomas. Han sitter tyst, är inbunden och verkar inte reagera så mycket på sin omgivning.

Sofia, 25 år. Bor ensam med sin hund som är med i lokalen. Sofia är väldigt ledsen, gråter och darrar.

Daniel, 28 år. Bor ensam. Är väldigt upprymd, filmar och tar bilder på sig själv och runt i lokalen och lägger upp på sociala medier och pratar högt i telefonen.

ÖVNING - EFTER ETT VÅLDSBROTT

Bakgrund

Det har inträffat en skjutning i ert närområde. En person blev allvarligt skadad. Polisen har en pågående utredning kring händelsen. De säger inte mycket, förutom att det troligen har koppling till lokal brottslighet/gäng. Skjutningen skedde i ett lugnt bostadsområde där det bor mycket familjer med barn i alla åldrar. Det är dagen efter skjutningen och både vuxna och barn upplever en oro och rädsla över händelsen och många känner sig inte längre trygga.

Scenario

Ni samlas snabbt i Lokalföreningen och pratar om vad ni kan göra för att stötta barnen i området att må bättre och känna sig tryggare.

Uppgift: diskutera vad ni kan göra som lokalförening

- Vad skulle ni kunna göra för att stötta barnen att må bättre efter händelsen?
- Vilka skulle ni kunna samarbeta med?
- Vad blir ert nästa steg?

Utgå från de 5 principerna för krisstöd som handlar om att:

- Stärka känslan av trygghet
- Stärka känslan av lugn
- Stärka känslan av samhörighet
- Stärka tillit till själv och samhället
- Stärka känslan av hopp

TYCKER NI DET ÄR SVÅRT ATT KOMMA PÅ NÅGOT? - VÄND PÅ SIDAN/SKROLLA NED

TIPS

Ett enkelt sätt att göra en insats med barnkrisstöd är att trygghetsvandra. Gå ut (minst två och två) i området där det rör sig barn och vuxna i Rädda Barnen väst/tröja. Var tillgängliga för samtal för de barn och föräldrar/vuxna som önskar. Ta med er vårt informationsmaterial och dela ut till de ni möter. Bara att synas och finnas tillgänglig bidrar till alla 5 principerna för barnkrisstöd.

filmen.



ÖVNING- BUSSOLYCKAN

Bakgrund

En grupp tonåringar och deras ledare är på väg hem från ett föreningsläger i mitten av september. Deltagarna är i åldern 13-16 år och kommer från olika bakgrunder. Ledarna är mellan 19-24 år gamla och har alla lång erfarenhet i föreningen. För vissa var detta första lägret medan andra har varit iväg på många läger. Det är höst och vädret har blivit lite kyligare, det är regnigt och rätt kallt. Bussen de åker med vattenplanar och åker av vägen. Några har förts till sjukhus men många har bedömts som oskadade/lätt skadade och behöver inte sjukhusvård. Svenska Kyrkan på orten har öppnat upp sitt närliggande församlingshem och tar emot dem som är kvar där.

Scenario

Du som barnkrisstödjare i Rädda Barnen har blivit utlarmad av den ansvarige i lokalföreningen. Du har tackat ja och precis anlänt till församlingshemmet.

Uppgift 1: diskutera i grupp - krisberedskap och samverkan

- Gör en aktörsanalys - alltså vilka kan vara på plats och vem gör vad?
- Vad finns det för fördelar med att samverka med andra aktörer? (5 st)
- Vad finns det för utmaningar med att samverka med andra aktörer? (5st)

Med aktörer menar vi andra som har ett uppdrag i att hantera krisen och stötta de drabbade. Det kan vara kommunen eller räddningstjänst för att nämna några. Använd gärna Handbok för krisberedskap och akut barnkrisstöd 1.0 som hjälp här.

Uppgift 2: diskutera i grupp - barnkrisstöd

Du som barnkrisstödjare har blivit utlarmad av den ansvarige i lokalföreningen. Du har tackat ja och precis anlänt till samlingslokalen. Här finns både äldre, barn i olika åldrar, familjer och ensamma personer med husdjur.

- Vilka behov ser du hos de du möter?
- Utifrån principerna i psykologisk första hjälp för barn, vad gör du?

Uppgift 3: rollspel - barnkrisstöd

För att lära sig barnkrisstöd på bästa sätt är det viktigt att öva praktiskt. Nu ska ni genomföra ett rollspel för att träna på detta.

Rollspelet börjar när ni som barnkrisstödjare anländer till samlingslokalen.

Före rollspelet

Dela in er i två ungefär lika stora grupper. Hälften av er kommer att spela barnkrisstödjare och den andra hälften figuranter (de drabbade personerna). Några kan även vara observatörer som står vid sidan av och reflekterar över vad som händer. Ni kan sedan byta och göra om samma rollspel, så att alla får testa på att spela barnkrisstödjare.

Rollspelet börjar när ni som barnkrisstödjare anländer till lokalen.

Efter rollspelet

Efter ni har genomfört rollspelen samlas ni och diskuterar:

- Vad gick bra?
- Vad var svårt?
- Vad skulle vi kunna göra annorlunda för att det ska bli bättre?
- Finns det något vi behöver lära oss mer om utifrån dessa lärdomar?

ROLLBESKRIVNINGAR OLYCKA

Skriv ut rollkortet och dela ut till de som ska spela drabbade.

Ni behöver inte använda alla och om ni är många kan ni hitta på egna.

All information finns inte på kortet. Uppmuntra de som spelar att själva fylla ut på med information och improvisera. Det finns inget rätt eller fel. Det viktigaste är att de som spelar barnkrisstödjare får möjlighet att öva.

Lisa, 15 år, har fått mindre skador i olyckan. Hon är i chock och förmår inte riktigt att förstå vad som har hänt. Hon är tyst och tillbakadragen, sitter och tittar ner i marken.

Ahmed, 14 år, har också fått mindre skador i olyckan. Han är chockad och omtumlad, men han försöker hålla sitt lugn och försöker hjälpa de andra tonåringarna så gott han kan.

Anna, 16 år, har inte blivit skadad i olyckan, men hon är fortfarande rädd och chockad. Hon försöker förtränga vad som har hänt och låtsas som om allt är som vanligt, men hennes oro och rädsla bryter ibland igenom.

Emil, 15 år, är en av de tonåringar som inte har blivit skadad i olyckan. Han är en stark och självsäker person, och han försöker ta kommandot i situationen och hjälpa de andra tonåringarna. Han verkar lugn och sansad,

Fatima, 13 år, är den yngsta och nyaste i gruppen. Hon gråter mycket. Hon kan vara svår att få att öppna sig och prata om sina känslor, så det kommer att krävas tålmod och omtanke för att hjälpa henne att hantera situationen.

2 ledare som är 22 respektive 28 år gamla

Busschauffören - förd till sjukhus