



Rädda Barnen

KRISBEREDSKAP OCH AKUT BARNKRISSTÖD

Vad gör du först när något skrämmande har hänt?



Senast uppdaterad: 2024-01-11

När något skrämmande har hänt finns det några saker som är extra bra att tänka på för att stötta barn i det akuta skedet.

LUGNA VUXNA LUGNAR BARN

Eftersom det är viktigt att du är lugn är det bra att först tänka på dig själv och din reaktion i situationen.

Fundera över:

- Behöver jag samla mig, kanske andas djupa andetag för att lugna ner mig?
- Finns det fler vuxna att kontakta så att ni kan hjälpas åt?

STANNA UPP OCH FÖRSÖK FÅ EN ÖVERBLICK AV VAD SOM HÄNT

Det här behöver du tänka på för din och barnens säkerhet:

- Finns det några andra hot?
- Var är det säkert att samlas?
- Finns det barn som behöver akut vård?
- Hur skyddar vi barnen från ytterligare faror och skrämmande intryck?
- Är något barn ensamt?

BÖRJA MED DET HÄR

Efter att eventuella barn med allvarliga skador tagits om hand behöver vi ta hand om de barn som är kvar.

- Berätta för både barn och vuxna om vem du är och vad du gör
- Tala lugnt och kortfattat. Ställ inte för många frågor på rad
- Visa till lämplig plats att sitta på
- Erbjud filter att linda in sig i för att hålla värmen
- Kom med något att dricka
- Ta försiktig fysisk kontakt på till exempel hand, underarm eller axel. Var uppmärksam på att människor är olika känsliga för beröring
- Ge barn information utifrån ålder och mognad. Upprepa viktig information
- Ge bara den information du vet stämmer. Lova inte något du inte kan hålla
- Berätta vad som kommer hända den närmsta stunden
- Berätta att många vuxna jobbar för att hjälpa till i situationen
- Försök sätta barn i kontakt med personer de känner. Lämna inget barn ensamt
- Respektera det barn och föräldrar uttrycker att de behöver och ta hänsyn till att olika seder råder i olika familjer och kulturer