

Stadens gemensamma krisplan för småbarnspedagogik, förskoleundervisning samt den grundläggande utbildningen och gymnasierna

Bilaga 2 till elev- och studerandevårdsplanen



KAUNIAISTEN KAUPUNKI – GRANKULLA STAD

Innehållsförteckning

1. Hur du agerar i en akut krissituation	2
2. Förberedelse för hantering av krissituationer samt olika aktörers roller.....	3
3. Enhetsspecifik del.....	5
4. Information om kriser och psykiskt stöd	6
5 Verktyg för samtal med barn och unga efter en kris	8

Beskrivning av innehållet:

- 1. Hur du agerar i en akut krissituation**
- 2. Förberedelser för hantering av krissituationer och olika aktörers roller.** Planen beskriver hur Grankulla stads småbarnspedagogiska tjänster, finskspråkiga utbildningstjänster och svenskspråkiga utbildningstjänster är förberedda på kriser. Enheten kompletterar enhetsspecifika kontaktuppgifter i stadens interna säkerhetsrelaterade åtgärdskort.
- 3. Enhetsspecifik del.** Enhetschefen inom småbarnspedagogik/skolans eller gymnasiets rektor (nedan enhetschefen/chefen) i samarbete med elevhälsan (ansvaret tillhör enhetschefen, inte chefen för verksamhetsstället). Enhetschefen ansvarar också för verksamheten i akuta situationer tills räddnings- eller polismyndigheten tar över ansvaret för ledningen.
- 4. Information om kriser och psykiskt stöd**
- 5. Verktyg för samtal med barn och unga efter en kris**

Stadens interna säkerhetsrelaterade **åtgärdskort** innehåller detaljerade instruktioner för olika kris-, hot- och farosituationer. *Åtgärds korten finns i stadens interna distribution.*

För anställda inom elevhälsan i Västra Nylands välfärdsområde finns även en krisarbetsplan som välfärdsområdet har utarbetat och som gäller förskoleundervisningen och den grundläggande utbildningen samt gymnasierna. Välfärdsområdets social- och krisjour stöder småbarnspedagogiken.

Planen har uppdaterats våren 2026.

1. Hur du agerar i en akut krissituation

Omedelbara åtgärder vid hot eller fara

- Rädda och varna dem som befinner sig i omedelbar fara.
- Förhindra ytterligare skador.
- Agera lugnt.
- Larma vid behov hjälp via nödnumret 112.
- Informera din egen chef om situationen.
 - **Att ringa är det snabbaste sättet att få hjälp.** Säkerställ att informationen har gått fram.
 - Informera helst redan om mindre tillbud – om du låter bli att göra det kan situationen bli värre senare.
- Följ de anvisningar som du får av myndigheterna och din chef.

Mottagande av ett krismeddelande

- Håll dig lugn.
- Lyssna noggrant och anteckna vad anmälaren sade, håll dig till fakta.
- Kontrollera att du har förstått informationen korrekt.
- Kontakta omedelbart enhetschefen eller en medlem i krisgruppen efter anmälan.

Övriga åtgärder vid hot eller fara

- I en krissituation kontaktar de anställda i en enhet i första hand enhetschefen, rektorn eller biträdande rektorn. Vid behov vem som helst i krisgruppen.
- Chefen sammankallar vid behov krisgruppen. Chefen delegerar också uppgifter relaterade till krishanteringen till andra personer.
- Krisgruppen eller personer med befogenhet kommer överens om förfaringssätt inom krisarbetet enligt stadens interna säkerhetsrelaterade åtgärdskort.
- Krisinformation och anmälningar sköts enligt anvisningarna.
- Enhetschefen informerar omedelbart sin egen chef och resultatombudschefen om den avvikande situationen.
- Enhetschefen informerar personalen och vårdnadshavarna om det inträffade, samt vid behov barnen och de unga.
- Krisgruppen deltar i planeringen och eventuellt i genomförandet av eftervård.
- Krisgruppen följer upp hur barnen, de unga och personalen mår efter händelsen och hänvisar vid behov till sakkunnig hjälp.

2. Förberedelse för hantering av krissituationer samt olika aktörers roller

Uppdatering av krisplanen

Denna krisplan är ett praktiskt verktyg som uppdateras vid behov. Krisplanen kompletteras med åtgärdskort som innehåller detaljerade instruktioner. Enhetsspecifika kontaktuppgifter uppdateras i åtgärds korten och hela personalen går igenom både krisplanen och åtgärds korten i början av läs- eller verksamhetsåret. Även introduktionen av nya tjänsteinnehavare/anställda i krisplanen sker omedelbart i början av tjänste- eller arbetsförhållandet. Personalen ska veta om krisplanen och åtgärds korten och de ska vara lättillgängliga för personalen.

Årlig information i arbetsenheten och till hemmen

Verksamhetsenhetens krisberedskap förutsätter att alla i personalen får introduktion i krisberedskap. Alla anställda ska ha förutsättningar att agera i en krissituation eftersom vem som helst kan råka ut för en. Krisplanen är tillgänglig för barnen, de unga och vårdnadshavarna på stadens webbplats.

Olika aktörers roller

I samarbete med polisen, de anställda i Västra Nylands välfärdsområde, räddningsverket m.m.

Verksamhetsenhetens krisgrupp

- Beredskap för kriser på enhetsnivå
- Samarbete inom enheten och med aktörer utanför enheten
- Agerande i en krissituation och efter den

Sektorns säkerhetsarbetsgrupp

- Resultatombeskedet bedömer tillsammans med sektordirektören vilket stöd enheten behöver och om det är nödvändigt att inrätta en sektorsspecifik säkerhetsarbetsgrupp eller krisgrupp
- Förbereder stödtjänster och anvisningar som rör en trygg (psykisk, fysisk och social trygghet) verksamhetsmiljö
- Går igenom verktyg för identifiering och förebyggande av risker samt observerade brister

Sektorns krisgrupp

- Resultatombeskedet bedömer tillsammans med sektordirektören om det är nödvändigt att inrätta en krisgrupp som omfattar hela sektorn eller om det räcker med en krisgrupp i varje enhet
- Sammankommer och leder krisarbetet

Stadsomfattande krisgrupp

- Resultatombeskedet bedömer tillsammans med sektordirektören och stadsdirektören om det är nödvändigt att inrätta en krisgrupp på stadsnivå eller om det räcker med en krisgrupp inom varje sektor
- Sammankommer och leder krisarbetet

Krisgrupp i ett daghem/en skola/en läroanstalt

Sammansättning:	Uppgifter:
<ul style="list-style-type: none">• Enheten ska komma överens om en kärngrupp som får namnet krisgruppen. Enhetschefen leder krisgruppen.• I förskoleenheter och skolor kan alla anställda inom elevhälsan eller en del av dem ingå i krisgruppen.• Krisgruppen kan vid behov kalla in sakkunniga från andra samarbetspartner och övrig personal.• Krisgruppen ska ha en ställföreträdande ledare och vid behov en ersättare för den ställföreträdande ledaren.• Medlemmarna i krisgruppen ska ha beredskap och vilja att delta i krisuppgifter.• Krisgruppen är insatt i planering och genomförande av psykosocialt stöd vid plötsliga kriser.• Medlemmarna i krisgruppen är inskrivna i den enhetsspecifika delen i den här planen.	<ul style="list-style-type: none">• Sammanträder åtminstone en gång på hösten och en gång på våren.• Planerar verksamheten i enhetens krisgrupp.• Dokumenterar den interna arbetsfördelningen och ansvarskedjan i gruppen.• Säkerställer att enheten har uppdaterade kontaktuppgifter till samarbetspartner.• Introducerar övrig personal i planen bland annat genom att ordna utbildning. Enhetschefen ansvarar tillsammans med krisgruppen för introduktion av personalen.• Säkerställer att alla vuxna i enheten och barn, unga och deras vårdnadshavare vet hur de ska agera i olika situationer och hur enheten ger information i olika faser av en kris.• Organiserar verksamheten i krissituationer.• Sörjer för omedelbart psykiskt stöd och eventuella fortsatta åtgärder.• Utvärderar krisåtgärderna och gör vid behov ändringar i krisplanen.

Sektorns säkerhetsarbetsgrupp

Sammansättning:	Uppgifter:
<ul style="list-style-type: none">• Direktör för bildning och välfärd fungerar som gruppens ordförande• Resultatområdescheferna• Kommunal säkerhetsexpert• Planerare och andra nödvändiga sakkunniga	Säkerhetsarbetsgruppen inom sektorn förbereder anvisningar som hänför sig till en trygg (psykisk, fysisk och social) verksamhetsmiljö samt går igenom verktyg för identifiering och förebyggande av risker och identifierade brister.

Social- och krisjour i Västra Nylands välfärdsområde

Kontakta koordinationsgruppen per e-post: kriisityo@luvn.fi

Så här når du hela koordinationsgruppen för krisarbetet med samma meddelande, vilket underlättar processen. Enhetens kontaktperson är enhetschefen, om inte enhetens krisgrupp kommer överens om något.

Extra stöd från välfärdsområdets stödgrupp för krisarbete behövs vanligtvis vid plötsliga dödsfall, stora olyckor samt exceptionellt allvarliga vålds- och hotsituationer. I övriga situationer kan enhetens krisgrupp och den egna elevhälsan oftast erbjuda tillräckligt stöd. Stöd från stödgruppen för krisarbete ordnas vanligtvis för en till två dagar, långvarigare stöd planeras tillsammans med personalen inom elevhälsan och deras chefer.

Mer information om social- och krisjouren finns på [LUVN:s webbplats](#).

Företagshälsovård

Grankulla stads företagshälsovård stöder personalens arbetsförmåga med krissamtal vid akuta, särskilt traumatiska erfarenheter under arbetstid som hotar upplevelsen av välbefinnande och trygghet. Exempel på sådana situationer är allvarliga olyckor, chockerande olycksfall, våld eller hot om våld i arbetet eller att en kollega plötsligt dör till exempel till följd av en olycka eller ett självmord.

Krissamtal kan ske som gruppdiskussion och/eller individuella besök hos företagspsykologen eller företagshälsovårdaren. Syftet är att stödja normal återhämtning och minska eventuella konsekvenser, och i gruppform skapa möjligheter till kamratstöd.

3. Enhetsspecifik del

Instruktioner för livräddande första hjälpen

- Instruktionerna för livräddande första hjälpen finns i en krismapp i personalrummet.
- Krismappen innehåller uppdaterade uppgifter om personer som ger första hjälpen.
- Plats: _____

Utrustning för första hjälpen

- Förvaras tillgängligt för alla.
- Plats: _____

Enhetens krisgrupp

- Medlemmar i krisgruppen och deras telefonnummer:
-

Kommunikation i krissituationer

Det finns egna anvisningar för kommunikation, se stadens anvisningar för kriskommunikation. Enhetschefen ansvarar för kommunikationen i enheten i samarbete med resultatområdeschefen. Personalen ger inga intervjuer om det inte finns någon överenskommen praxis. Medlemmarna i krisgruppen informerar sina egna chefer om det inträffade.

4. Information om kriser och psykiskt stöd

Definitioner av kris och trauma

Man talar vanligtvis om en kris när någon hamnar i en livssituation som hen inte lyckas hantera psykiskt och bearbeta med stöd av sina tidigare erfarenheter och förfaringssätt. Kriser kan delas in i utvecklingskriser och traumatiska kriser.

Normala utvecklingsrelaterade kriser kan uppstå som en följd av övergångar från ett livsskede till ett annat, till exempel puberteten, separation från en partner, flytt hemifrån eller militärtjänstgöring. De flesta människor klarar dessa händelser på egen hand, även om återhämtningen ibland kan kräva stora ansträngningar.

Traumatiska händelser kan orsaka betydande lidande hos vem som helst. En närstående dör, personen råkar ut för en olycka eller hemmet brinner ner. En traumatisk kris delar livet i två delar – livet före och livet efter händelsen.

Med trauma avses inte bara den traumatiska händelsen i sig utan också den skadliga inverkan som händelsen har på personens psykiska funktionsförmåga. Trauma kan även uppstå som följd av skadliga erfarenheter under en längre tid (till exempel sexuella övergrepp eller våld inom familjen).

Faser i en traumatisk kris och återhämtning

Varje person upplever en traumatisk situation individuellt. I de psykiska reaktionerna vid en traumatisk kris kan man ändå urskilja olika faser med gemensamma drag oberoende av vad som orsakat krisen och vem som drabbats. Det är viktigt att veta att krisreaktioner är normala reaktioner hos människor i mycket svåra livssituationer.

Faser i en traumatisk kris:

1. **Chockfasen** kan pågå från några timmar till några dygn. Då kan personen inte förstå det som hänt, hen kan till och med förneka det. Personen kan bete sig på ett avvikande eller olämpligt sätt, till exempel vara iskallt lugn eller rasande, förvirrad. Efteråt minns hen kanske inte vad som hänt eller hurdana instruktioner hen fått.
2. **Reaktionsfasen** kan pågå i några veckor eller månader. Personen försöker förstå det som hänt: varför och hur allt inträffade. De psykiska försvarsmekanismerna börjar fungera bättre och personen förnekar inte längre händelsen i lika stor grad som tidigare. I den här

fasen kan olika kroppsliga symptom, ångest, depressionssymptom, sömnsvårigheter, ilska (personen kan till exempel skylla på andra), dolda känslor eller skenbar kontroll över situationen förekomma.

3. **Bearbetningsfasen** pågår från några månader till ett år. Då accepterar personen det som hänt, fokus på händelsen och den tidigare livssituationen minskar, och symptomen och de obehagliga känslorna minskar. I takt med återhämtningen försvinner psykiska och fysiska symptom och sinnesstämningen blir bättre. Om personen inte får det stöd hen behöver för att bearbeta traumat kan följden bli så kallat posttraumatiskt stressyndrom som försämrar funktionsförmågan och livskvaliteten. Det kan visa sig som sömnlöshet, mardrömmar, depression, psykosomatiska symptom, inlärningssvårigheter, till och med arbetsoförmåga. Då behöver personen professionell hjälp.
4. **I omorienteringsfasen** sker den slutliga återhämtningen. Personen har lyckats bearbeta händelsen på ett sådant sätt att den inte längre begränsar livet. Ingen är densamma efter en kris, men i bästa fall är personen starkare och bättre förberedd på att möta motgångar.

Omedelbart stöd för att klara sig

Följande faktorer hjälper att klara av en traumatisk situation:

- lugnande stämning som skapar trygghet
- medkänsla och omsorg
- förståelse och acceptans för reaktioner
- att lyssna på den drabbades berättelse
- att undvika tomma ord och löften
- lugn närvaro, att man inte lämnas ensam
- öppen och ärlig information om det som hänt
- aktuell information

Ritualer har stor betydelse i bearbetningen av sorg. En minnesstund, en begravning, bilder, ljus, att skriva ett brev eller rita hjälper i sorgearbetet.

- möjlighet att prata i barngruppen eller klassen
- möjlighet att vid behov prata på tumanhand med en vuxen
- stöd från elevhälsan
- akut hjälp från social- och krisjouren

Efter första fasen i krisen ett krissamtal för personalen som agerat i krissituationen

Ordnas för dem som hjälpt i traumatiska situationer. Krissamtalet ger möjlighet att omedelbart diskutera det som hänt och bearbeta upplevelsena. Krisgruppen kan ordna ett krissamtal för sig själva utan extern ledare.

Behov av stöd senare

Det senare behovet av stöd är individuellt och påverkas av hurdan den traumatiska händelsen är. Sorgen efter en närståendes död försvinner inte på några månader, kanske aldrig, därför måste vi ge tid för sorg och återhämtning. Ibland behöver barn eller unga prata och bearbeta saker flera gånger, och då ordnar de anställda inom elevhälsan eller hälso- och sjukvården individuella träffar

eller gruppträffar. Efter en särskilt traumatisk situation kan ett barn eller en ung person även behöva traumaterapi, och då hänvisas hen till fortsatt vård. Även anställda vid enheten kan ha behov av stöd senare.

5 Verktyg för samtal med barn och unga efter en kris

Följande verktyg kan användas för krisbearbetning med barn och unga med hänsyn till åldersnivå.

Efter en traumatisk händelse som berört hela enheten är det bra att tala om saken i gruppen/klassen **dagen efter händelsen eller senast inom ett par dagar**.

Den anställda/läraren genomför samtalet vid behov tillsammans med en kollega. Den anställda/läraren/kollegan ska skaffa faktiska uppgifter om krisen hos krisgruppen. Syftet med samtalet är att gå igenom fakta och känslor och tankar kring händelsen. Vanligtvis är det lättare för barn och unga att komma tillbaka till småbarnspedagogiken/förskolan/skolan när de fått prata om det som hänt. Det är viktigt att reservera tillräckligt med tid och att vara flexibel.

1. Inledning

Berätta vad som kommer att ske under samtalet, eftersom det hjälper att förstå det som hänt.

Gå igenom principerna för samtalet:

- Rekommendera att deltagarna inte berättar för utomstående eller delar det som andra sagt och att ingen får håna någon för deras ord eller reaktioner i efterhand.
- Det är tillåtet men inte obligatoriskt att yttra sina känslor.
- Var och en talar endast för sig själv och ingen måste tala.

2. Fastställande av fakta

Gå igenom de faktiska uppgifterna. Försök få en helhetsbild av vad som faktiskt hänt. Ingrip i felaktiga rykten och rätta till missuppfattningar.

Barn och unga får om de vill berätta hur, av vem och var de fick veta om händelsen.

3. Genomgång av tankar och känslor

Fråga barnen/de unga vad de tänkte och kände när de hörde om händelsen och vad de tänker och känner nu. De får höra att alla känslor, tankar och svar är rätta och tillåtna efter en sådan händelse. Exempel på frågor:

- Vilka tankar har fastnat i minnet? Vilka tankar har du just nu?
- Känner någon annan likadant?
- Hur reagerade du i situationen?
- Hur känner du dig just nu?

Den anställda/läraren betonar att reaktionerna är normala. Det är bra att säga att ingen behöver reagera på ett visst sätt.

Efteråt kan den anställda/läraren med hänsyn till barnens och de ungas ålder berätta hurdana reaktioner som är normala och möjliga, men vanligtvis övergående (till exempel minnesbilder, sömnsvårigheter, olika känslor, sorg, saknad, längtan, ilska, rädsla, behov av uppmärksamhet, skuld, självanklagelser, skam, skolsvårigheter, kroppslig smärta, vilja att undvika kontakter).

Den vuxna kan också uppmuntra barnen och de unga att:

- tala om det som hänt med föräldrarna
- tala med vänner och kompisar
- tala med en psykolog, en kurator eller en hälsovårdare
- besöka olycksplatsen
- uttrycka sina känslor genom aktiviteter som känns naturliga för dem (till exempel genom att motionera, skriva, rita, lyssna på musik, spela).

4. Avsluta samtalet

Avsluta situationen: gör en sammanfattning. I slutet av samtalet kan du fråga barnen och de unga:

- Undrar du över något eller blev något oklart?
- Var det något särskilt som du funderat på?
- Hur kändes det för dig att bearbeta saker tillsammans?

Vid behov hänvisa barn eller unga som behöver stöd till individuellt inriktad elevhälsa enligt lagen om elev- och studerandevård.