

KRISPLAN FÖR FÖRSKOLORNA

AKUTA ÅTGÄRDER

Den/de personer som är vid olycksplatsen eller får beskedet agerar enligt de beredskapsplaner som finns.

En av personalen på avdelningen för det skadade/drabbade barnet stannar hela tiden hos barnet, och följer med om barnet ska till läkare/sjukhus.

Vid olycksfall se till att barnen runt omkring tas om hand av respektive avdelningspersonal och kommer bort från olycksplatsen.

KRISGRUPPEN

Förskolechefen meddelas av den som är andre man på plats.

Förskolechefen, alternativt processledaren, sammankallar krisgruppen, antal personer utifrån uppkommit behov, som agerar enligt uppgjorda ansvarsområden.

INFORMATION TILL BARNEN

Krisgruppen kommer överens med förskolechefen vilken information som ska ges till övrig personal och barn. Personerna i krisgruppen stöttar personalen på avdelningen och är ansvariga för att överenskommen information ges till övrig personal och barn.

Krislådan används efter behov.

INFORMATION TILL VÅRDNADSHAVARNA

Vid behov av utrymning av förskolan

Förskolechefen eller någon från krisgruppen står på gatan utanför förskolan och hänvisar de föräldrar som kommer till respektive utrymningsplats. Vårdnadshavaren uppmanas att prata med ansvarig avdelningspersonal på samlingsplatsen innan man tar hand om sitt barn.

Vid övriga olyckor samlar förskolechefen de vårdnadshavare som kommer för information och för att svara på frågor. Varje förskola utser en informationsplats.

MEDIA

Förskolechefen är ansvarig för information till media.

ÖVRIGT

Dagen efter tillbudet pratar personalen på avdelningen med övriga barn om vad som hänt och svarar på deras frågor.

Litteratur från krislådan kan användas.

UPPFÖLJNING

Förskolechefen bestämmer tillsammans med personalen om vi ska bjuda in den yrkeskategori som är relevant för tillbudet i syfte att låta barnen prata om tillbudet och få svar på funderingar/frågor.

Förskolechefen samlar personalen och pratar igenom händelseförloppet, eventuellt tillsammans med experthjälp som förskolechefen kallar in.

Vi använder följande litteratur i vårt bearbetningsarbete:

Barn i sorg av Atle Dyregrov

Barn i kris av Monica Fahrman

KRISLÅDAN MED BÖCKER

Förvaringsplats:

Förskolan Högekullen	I förrådet bredvid planeringsrummet
Förskolan Skogsgläntan	I personalrummet bredvid byrån.
Förskolan Valthornet	I personalrummet ovanpå kylen.
Förskolan Skogsbrynet	I skåpet i köket.
Förskolan Rapphönan	I bokhylla i personalrummet
Förskolan Trollbacken	I hallen på Hallonet.
Förskolan Kotten	Ovanpå personalskåpen i Tallens tambur
Förskolan Solrosen	I bokhylla i planeringsrummet.
Förskolan Vitsippan	I personalrummet
Förskolan Ängstugan	I personalens arbetsrum.

Innehåll:

Litteratur som belyser olika olyckor.
2 nallar
Filt
Ljuslykta med värmeljus
Lista på bra litteratur i ämnet för barn och föräldrar.
Böcker att använda i bearbetningen.
Tändstickor
Papper, pennor, kriter
Pappersnäsdukar

Litteraturlista:

För barnen:

Min pappa ville inte leva	Margareta J Runvik	Förlaget Pärlemor
Kan du vissla Johanna	Ulf Stark	Bonniers
Min farfar och lammen	Sveriges begravningsbyråers förbund	
I mötet med livets mörka sidor	Lars Björklund, Bernt Eriksson	Verbum

För föräldern:

Små barns sorg Atle Dyregrov Rädde barnen

För personalen:

Att möta små barns sorg
Barn i sorg Rädde barnen

Telefonnummer till:

Polisen 11414

POSOM gruppens minicall **0746-214492**

Socialtjänsten dagtid 0435-55000

Kvällstid 55041

Reviderad 170613

Agneta Ekberg

Gunilla Karlsson

Caroline Wiking

VID KRIS

I förskolan uppstår oundvikligen någon gång olika krissituationer som påverkar alla. Det kan vara exempelvis ett barns eller personals dödsfall, allvarlig olycka, grovt våld, eller hot om allvarlig fysisk skada. Att behärska krissituationer förutsätter en på förhand överenskommen handlingsplan, som är enkelt konstruerad och som ger handfasta råd. En beredskapsplan finns för att skydda både barn och personal.

DEFINITION AV BEGREPPET KRISITUATION

En plötslig allvarlig krissituation är en sådan situation som man inte upplevt tidigare och som man därmed inte vet hur man ska förhålla sig vid. Händelserna följs av ett känslotillstånd som man kommer över endast genom att bearbeta.

En kris uppstår när vi ställs inför sådana händelser och problem, som vi inte på ett naturligt sätt kan lösa med våra inre resurser. Det uppstår en obalans mellan problemets svårighetsgrad och vår förmåga att nå fram till en lösning. Vi blir pressade, upprörda, känner ångest eller blir förvirrade. Det måste understrykas att det inte rör sig om psykiska sjukdomstillstånd utan om naturliga mänskliga reaktioner. Det har uppstått en livssituation då inlärda reaktionssätt inte räcker till för att man ska förstå och bemästra den aktuella situation.

KRISITUATIONER

Man bör komma ihåg att varje traumatisk kris är individuell och att den nödvändigtvis inte följer någon viss modell. I en traumatisk kris ingår fyra olika faser:

Chockfasen

Chockfasen följer endast efter ett trauma. Offret är bestört, förvirrat och reagerar ofta på det normala på ett avvikande sätt. Denna fas kan vara från ett kort ögonblick upp till några dygn.

Reaktionsfasen

I reaktionsfasen börjar offret förstå vad som hänt. Han är inte längre förvirrad utan reagerar på det som sker. Detta kan vara smärtsamt och under lång tid. Reaktionerna kan ta sig olika uttryck hos olika människor. Överaktiva, passiva, ilska, skratta, skuldbelägga omgivningen.

Bearbetningsfasen

Bearbetningsfasen börjar då offret så småningom vänjer sig vid situationen. Han börjar koncentrera sig på vardagliga sysslor och intressera sig för framtiden. Han kan alltmer hantera situationen. Bearbetningsfasen kan ta upp till ett år.

Nyorienteringsfasen

Nyorienteringsfasen inleds då man har kommit över krisen. Genom sina erfarenheter skapar människa en ny grund i sitt liv. Han kan efter sin kris vara psykiskt starkare än tidigare, men saknaden och minnena finns kvar.

VANLIGA KRISREAKTIONER HOS BARN

Omedelbara reaktioner kan vara:

Chock eller tvivel, förnekande av det inträffade, rädsla och motstånd, förfäran, starka protester, apati och lamslagenhet, springer och gömmer sig eller fortsätter sina vanliga sysslor som om inget har hänt.

ANDRA VANLIGA KRISREAKTIONER

Ångest, rädsla att något mer ska hända, starka minnesbilder, sömnsvårigheter, depression, längtan och saknad, ilska, uppförande som kräver uppmärksamhet, skuldkänslor, självföreläelser och skam, koncentrationssvårigheter, psykosomatiska symtom som huvudvärk, magbesvär och oftare sjuk.

DÖDSFALL

PERSONAL

Om något allvarligt händer under arbetsdagen

Tillkalla ambulans vid behov

Ge första hjälpen

Kontakta förskolechefen

Sammankalla krisgruppen

Krisgruppen meddelar anhörig på lämpligt sätt

Allmän kortfattad information om det inträffade ges till övriga på förskolan

Om dödsfall skulle bli följden av det inträffade

Flaggning

Minnesstund arrangeras

Eventuella symbolhandlingar, t.ex. tyst minut

Kondoleanser

Samtal i barngrupperna

Dödsfall efter långvarig sjukdom

Flaggning

Kondoleanser/representation vid begravning

Samtal i barngrupperna

Dödsfall kort efter pensionsavgång

Representation vid begravning

Flaggning

Samtal i barngruppen

EMOTIONELL FÖRSTA HJÄLP

Vanlig hederlig medmänsklighet

Försök inte att trösta

Ord som ”det är inte så farligt” blir lätt till hån i en svår händelse. Hjälp istället till med medmänskligt stöd istället för att trösta.

Var nära och var närvarande

Visa att du finns – att du ställer upp och att du deltar. Våga visa dina känslor och bestörtning, men låt det inte ta överhand.

Lyssna aktivt

Det finns inga, aldrig så välmående råd som hjälper. Men lyssna, ta in och bekräfta känslan. Var delaktig.

Sök gärna kroppskontakt

När du inget kan säga, räcker det långt med att hålla en hand och kramas.

Var inte rädd för gråten

Det är kroppens eget sätt att uttrycka en egen känsla. Håller du tillbaka den stoppar du upp känslan, och den dyker upp senare – ibland efter många år.

Ge hjälp med orden

Fråga försiktigt hur det var, vad som hände, hur det kändes. Ett sätt att få ur sig något av det är att klä det i ord. Samtidigt är det första steget till en bearbetning, som senare hjälper en vidare.

Svik inte

Se till att du finns tillgänglig. Lämna ditt telefonnummer och visa att du är beredd att fortsätta samtalet.

Kom igen

Ta ansvar för att höra efter hur det är om det inte går att träffas, skriv gärna ett litet kort ”tack för samtalet senast. Jag tänker på dig”. I och med att du skriver finns tanken där – i konkret form.

Var dig själv

Försök inte vara psykolog, sjuksköterska eller kurator – om du inte är det. Vi gömmer oss ofta bakom våra yrkesroller. Här är det bara medmänsklighet, medkänsla och inlevelseförmåga som gäller.

HANTERING AV EGNA REAKTIONER

Vid svåra eller oväntade situationer

- sök fakta för att få ett bra tankemässigt grepp om händelsen.
- försök bibehålla rutiner och vanor, att gå till jobbet kan vara bra men vara medveten om att du kan ha sämre ork och ha svårare att koncentrera dig.
- se till att få vila, ta tid för återhämtning.
- aktiv avslappning med hjälp av avspänningsband, musik och meditation är bra och dämpar oro.
- använd sätt att hantera som hjälpt dig tidigare.
- skriv gärna ner dina tankar och känslor eller måla.
- undvik alkohol och lugnande mediciner, de förlänger oftast besvären även om det känns som om det lindrar för tillfället.
- undvik för mycket av kaffe, te och annan dryck med koffein närmast efter, de ökar rastlöshet och oron i nervsystemet.
- ät gärna frukt och grönsaker.
- motion och träning är bra, ger utlopp för kroppslig spänning och avspänning. Motionera på det sätt du är van att motionera.
- tillåt dig att må dåligt det är inget sjukligt eller farligt i det.
- om din reaktioner fortfarande är starka och upprepas många gånger varje dag efter månader bör du inte tveka för att söka hjälp för att bearbeta dem.
Det är inte heller något ovanligt att för några av oss klingar reaktioner av snabbt, och för andra kan hjälp behövas för lindring.

KRISBEREDSKAP

Nyckelord vid oväntade händelser

Initiativ

Vi tar initiativ när vi ser något som inte är som det ska vara.

Larm och kontakt

Vi larmar eller kontaktar för hjälp och information.

Information och kommunikation

Vi informerar berörda.

Krisplanen

Vi följer arbetsplatsens krisplan.

VIKTIGA KONTAKTER

i Örkelljunga Kommun

SOS Alarm

112

www.112.se

Akuta nödsituationer

Polisen

114 14

www.polisen.se

114 14 är numret för ärenden till polisen som inte är akuta. T.ex för att göra en anmälan, tipsa eller få upplysningar.

Råd om vård

1177

www.1177.se

Ring 1177 om du eller någon annan blivit sjuk och behöver rådgöra med sjuksköterskan. Besök www.1177.se för att få information om hälsa och sjukvård och själv läsa om t.ex sjukdomar, läkemedel och behandlingar.

Vid akuta, livshotande tillstånd ska du alltid ringa 112.

113 13

Information vid olyckor och kriser.

Sveriges internationella informationsnummer. Information vid allvarliga olyckor och kriser.

Sveriges nationella krisportal

www.krisinformation.se

Din säkerhet

www.dinsakerhet.se

Örkelljunga Kommun

0435-55000

www.orkelljunga.se

Posumgruppen

0746-214492

Socialtjänsten

Dagtid 0435-55000

Övrig tid 114 14 begär socialjouren

Hero tolk

Telefon tolk 010-550 97 15