



Rädda Barnen

KRISBEREDSKAP OCH AKUT BARNKRISSTÖD

Vårt interna utbildningspaket



Senast uppdaterad: 2024-01-10

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. Därför har vi tagit fram ett antal utbildningar som tillhandahålls av riksorganisationen.

Vårt grundpaket består idag av följande kurser:

- *Webbutbildningen "Krisstöd till barn", ca 40 min, alla kan gå när det passar en själv*
- *"Lugna, lyssna, stärk - psykologisk första hjälp för barn i akut kris", 3 h*
- *"Från reaktiva till förberedda- om krisberedskap och akut barnkrisstöd i Rädda Barnen", 3 h*
- *En version av "Från reaktiva till förberedda - om krisberedskap och akut barnkrisstöd" för en extern eller blandad intern och extern målgrupp. Längd kan anpassas från ca 1-2 h och passar exempelvis för barnrättsfrukostar*

De tre första kurserna kompletterar varandra och man behöver gå samtliga för att vara förberedd. Det finns dock vissa överlappningar mellan webbkursen och Lugna, Lyssna, Stärk. Webbutbildningen kan vem som helst gå när som helst, därför är den ofta ett bra första steg. De övriga två erbjuds som digitala nationella träffar ungefär en gång per termin vardera. Aktuella tillfällen finns i vår öppna kalender på hemsidan.

Lokala och regionala utbildningar utifrån era behov

Vi kan hålla "*Lugna, lyssna, stärk*" och "*Från reaktiva till förberedda*" för vissa grupper eller delar av organisationen utifrån behov eller på inbjudan. Vi kan då anpassa utifrån de aktuella behoven i den grupp eller del av organisationen vi träffar.

De kan vara både kortare och längre. De skulle kunna hållas tillsammans som en helhet under en dag och vi lägga till praktiska övningsmoment som case och rollspel, vilket är lättare vid fysiska utbildningar.

Att samla ihop så många som möjligt i ett område och gå de här utbildningarna tillsammans och anpassade för er är förmodligen det bästa sättet att verkligen komma framåt i ert arbete med krisberedskap och akut barnkrisstöd. Det är också lättare för oss att prioritera den typen av tillfällen vid många förfrågningar.

Fler utbildningar?

Våra interna utbildningar ger en bra grund, men det kan finnas behov och önskemål om fördjupning inom vissa områden där vi idag inte har egna utbildningar. Men i dokumentet "*Tips på utbildningar, material och verktyg inom krisberedskap och akut barnkrisstöd*" har vi samlat tips på utbildningar och övningsstöd inom exempelvis samhällets krisberedskap, totalförsvaret och samverkan i kris. Vi ska använda våra resurser klokt och inte göra samma sak någon annan redan har gjort bra. Dessa är öppna för alla och är gratis.

Förfrågningar och bokningar av utbildningar

Kontakta Mikaela Wikström, Rådgivare krisberedskap och barnkrisstöd på mikaela.wikstrom@rb.se för frågor och önskemål om bokning av utbildningar. Från februari 2024 och cirka ett år fram är Mikaela föräldraledig. Under tiden kan ni kontakta hennes vikarie Camilla Nygren på camilla.nygren@rb.se.

WEBBUTBILDNINGEN KRISSTÖD TILL BARN

Kursen utgår från vårt material **Lugna, Lyssna, Stärk – psykologisk första hjälp för barn i akut kris. “Krisstöd till barn”** har som mål att vara **grundläggande, enkel och ge konkreta exempel.**

Den är öppen för alla att gå, internt som externt, och beräknas ta cirka 40 minuter att genomföra. Kursen är framtagen i samarbete med Röda Korset.

Efter kursen kommer du att:

- Känna till hur psykologisk första hjälpen har som mål att stärka känslan av lugn, trygghet, tillit till sig själv och samhället, samhörighet och hopp för barn i akut kris
- Ha kunskap om hur barn kan reagera under kriser
- Känna till hur du kan ge stöd till barn i olika åldrar, och till viktiga vuxna när det uppstår en kris
- Få konkreta exempel på vad du kan göra och säga för att stötta barn i akut kris

Genom att veta vad du gör först, hur du stöttar viktiga vuxna och lyssnar på barnen själva, kan du lättare hjälpa barn och unga som är med om svåra händelser. Precis som vid första hjälpen vid akuta kroppsliga skador kräver detta ingen omfattande utbildning. Att bidra med tid, engagemang och lugn räcker långt. Alla kan ge psykologisk första hjälp!

Några röster från de som gått kursen: *”Mycket bra”, ”Enkel, viktig, lärorik”, ”Lättillgänglig kurs”, ”Informativ, tydlig och användbara verktyg”*

Här kommer du till kursen

Kursen ligger på Röda Korsets läroplattform Learnster. Du får tillgång genom att skapa ett kostnadsfritt konto här >>



Fotograf Marie Sparréus/Röda Korset

LUGNA, LYSSNA, STÄRK – PSYKOLOGISK FÖRSTA HJÄLP FÖR BARN I AKUT KRIS



Lugna, lyssna, stärk – psykologisk första hjälp för barn i akut kris är en 3 timmars workshop om psykosocialt krisstöd för barn.

Innehåll i workshopen:

- Händelser i samhället som kan utlösa krisreaktioner hos barn
- Vanliga krisreaktioner hos barn
- Principer för akut barnkrisstöd, så kallad psykologisk första hjälp
- Vad är viktigt att tänka på i akut skede?
- Hur ger jag psykologisk första hjälpen i praktiken?

Utbildningen kommer ge möjlighet att diskutera och träna på förhållningssätt och verktyg som vi kan använda oss av i möte med barn och viktiga vuxna i akut kris.

Utbildningen är ett bra tillfälle att fördjupa sig i innehållet i vår vägledning **Lugna, lyssna, stärk – psykologisk första hjälp för barn**

Utbildningen riktar sig i till medlemmar/volontärer och anställda som är involverade eller intresserade av engagemang i Rädda Barnens arbete med akut barnkrisstöd och som vill lära sig ge initialt psykosocialt krisstöd till barn och viktiga vuxna.

Ingen tidigare erfarenhet eller kunskap krävs.

Utbildningen hålls av personal från Rädda Barnens Centrum för stöd och behandling.

TIPS!. Den här utbildningen passar lika bra för våra medlemmar och personal som en extern målgrupp. Det går alltså bra att gå den tillsammans med samarbetspartners såsom en annan ideell förening. Den kan även köpas in av exempelvis kommuner, myndigheter och företag via Rädda Barnen Välfärd.

FRÅN REAKTIVA TILL FÖRBEREDDA – OM KRISBEREDSKAP OCH AKUT BARNKRISSTÖD I RÄDDA BARNEN

Välkommen till en interaktiv utbildning på cirka 3 timmar där ni får introduktion och grundläggande kunskap inom området krisberedskap och akut barnkrisstöd och inspiration hur ni kan komma igång med arbetet.

Kriser som drabbar samhället drabbar också barn. Det kan vara våld i form av skjutningar eller naturkatastrofer som bränder. Men det är inte alltid barn får det stöd dom behöver i samband med en skrämmande händelse. Rädda Barnen kan vara ett stöd när samhällets övriga resurser inte räcker till. Därför satsar vi nu på att utveckla arbetet med krisberedskap och akut barnkrisstöd.



Vi ska gå från att vara reaktiva till att vara förberedda för att kunna stötta barn och viktiga vuxna innan, under och efter akuta kriser lokalt, regionalt och nationellt.

Men hur gör vi det? Det är inte så svårt som man kan tro och många gör redan mycket som faller inom detta. Här får du veta mer om krisberedskap, akut barnkrisstöd och Rädda Barnens roll i detta. Du får också konkreta exempel och verktyg, diskutera med andra och förhoppningsvis massor med inspiration att fortsätta arbetet hemma i din lokalförening eller distrikt.

Utbildningen riktar sig i till medlemmar/volontärer och anställda som är involverade eller intresserade av engagemang i Rädda Barnens arbete med krisberedskap och akut barnkrisstöd. Ingen tidigare erfarenhet eller kunskap krävs.

Utbildningen hålls av Mikaela Wikström, rådgivare krisberedskap och barnkrisstöd på Medlem- Metod-och Kunskapssektionen på Sverigeprogrammet.

TIPS! Den här utbildningen finns också i en version som riktar sig till en extern eller blandad målgrupp med både interna och externa deltagare. Tiden kan anpassas men cirka 1-2 timmar är en bra längd. Perfekt för en barnrättsfrukost exempelvis.