



ESPCT-modellen

Krisehåndtering i skoler og institutioner

Dette er PPR Silkeborgs danske oversættelse af store dele af ESPCT (European SCHOOL PSYCHOLOGY CENTRE FOR TRAINING) Crisis-Management-in-Schools (CMiS) Model. ESPCT er tilknyttet "the International School Psychology Association (ISPA)".

Indhold

Grafisk overblik over ESPCT-Modellen	2
Principper vedr. ESPCT-modellen	3
Forebyggelse	3
Forberedelse	3
Krisehåndtering	3
Interventionsstrategier	4
Modellens strategier	6
Forebyggelse	6
Forberedelse	7
Krisehåndtering	9
Støt og forbered folk på at hjælpe i en krisesituation	12
Modellens værktøjer	13
BASIC-Ph	13
Sårbarhedscirkler og støtte	14
Visuel Oversigt Over Aktiviteter	14
Gruppe Coaching and Coping (GCC)	15
Reaktioner og "normalisering" (kun for øjenvidner til katastrofer)	16
Det næste skridt	17
Håndterings-/Copingstrategier	17
Protokol for øjenvidner til katastrofer	18
Supervision efter en alvorlig hændelse for medhjælpere	19
Spørgsmål til brug under og efter interventionen	19
Budskaber til medierne	19
Faser af krisehåndtering (tidslinje)	20
Inter-vention	20
Post-vention	20
Pre-vention	20
Hjælpsomme hjemmesider	21
Særlige anbefalinger ved Large-Scale hændelser	21
Koordinering	21
Generelle koordineringsemner	22
Briefing	23
Støt skolens/institutionens systemer	23

Grafisk overblik over ESPCT-Modellen

Krisehåndtering i skoler og institutioner

Forebyggelse

Understøt et trygt skolemiljø

Udbred læringstrivsel

Prioriter håndtering af konflikter og mobning

Vær opmærksom på tidlige advarselstegn og
håndter eventuelle trusler

Støt lærernes trivsel

Forberedelse

Udvikle et kriseberedskab

Etabler et kriseberedskabsteam

Træn skoleledere, lærere, pædagoger og andet
personale i kriseberedskab

Forbered og aktiver samarbejde med Brand og
Redning samt andre eksterne beredskabsinstanser

Intervention

Stabiliser individer, grupper og systemer

Tilbyd forskellige niveauer af interventioner i
forskellige faser

Viderehenvi personer med særligt
behandlingsbehov

Sikre at der drages omsorg for pårørende

Principper vedr. ESPCT-modellen

Krisehåndtering på skoler og institutioner

Forebyggelse

Forebyggelse er billigere end intervention:

Fremadrettet planlægning og forberedelse af skolepersonale i forhold til krisehåndtering er væsentligt. Skoler og institutioner med en veludviklet kriseberedskabsplan er bedre i stand til at klare og forebygge yderligere kriser. Det er ideelt, når de personer, der arbejder sammen i kriseteamet, kender hinanden på forhånd.

Skab en tryk skoleatmosfære:

Krisehåndtering virker bedst i sammenhænge, hvor der er en varm, omsorgsfuld og tryk kultur. I en sådan skole/institution understøttes børnenes og personalets trivsel. Der tilstræbes gode relationer mellem skole/institution og forældre samt et godt samarbejde med eksternt beredskab.

Forberedelse

Forberedelse på alle niveauer:

Grundig forberedelse er med til at sikre et godt samarbejde.

Etabler og vedligehold skolens/institutionens krisehåndteringsteams:

Der bør udvælges en gruppe af skolens/institutionens personale til at arbejde med den igangværende forberedelsesopgave. Skolens/institutionens krisehåndteringsteam bør forberede en kriseberedskabsplan og klargøre rolle- og ansvarsfordeling imellem medlemmer af teamet.

Skab et netværk til Brand og redning og andet eksternt beredskab:

Etablering af netværk mellem forskellige beredskabsfunktioner er essentielt både på kort og på lang sigt.

Krisehåndtering

"Best praksis" og evidensbaserede tilgange:

Der er bred videnskabeligt belæg for ESPCT CMIS tilgangen. Modellen anvendes i mange forskellige sammenhænge både i Europa og på verdensplan. Krisefaglige eksperter reviderer regelmæssigt ESPCT CMIS tilgangen og udveksler resultater.

Indsatser til skoler/institutioner, grupper og enkeltpersoner:

Efter henvendelse fra skole/institutionsleder målrettes indsats og vejledning mod skolen/institutionen.

Empatisk – direktiv tilgang:

I krisesituationer skal krisepersonalet være empatiske og samtidig være mere direkte, end de normalt er ved vejledning.

Styrkelse af håndteringsstrategier er det vigtigste formål med modellen, ikke terapi:

Psykisk førstehjælp tilbydes. Dette er ikke terapi, men det kan have en terapeutisk effekt, og det forebygger behovet for terapi. Når det er tydeligt, at terapi er nødvendigt, anbefales det, at der henvises til specialister.

Enkle strukturer og værktøjer:

I krisesituationer opstår ofte usikkerhed i forhold til, hvordan man skal håndtere situationen. Simple strukturerede værktøjer er derfor nødvendige for at bringe orden i kaosset.

Psykoedukation er vigtig:

At undervise i sociale, emotionelle og fysiske krisevirkninger er essentielt for at facilitere krisehåndtering.

Interventionsstrategier

Proximity, Immediacy and Expectancy (PIE) - (Tilstedeværelse, umiddelbar opfølgning og håb):

Dette princip, der stammer tilbage fra første verdenskrig, har til formål at tilbyde støtte nær placeringen af begivenheden (tilstedeværelse), så hurtigt som muligt (umiddelbar opfølgning), og at fremme positive forventninger til fremtiden (håb).

Styrkelse af personale, forældre og andre pårørende i forhold til at kunne hjælpe de udsatte:

De, der skal yde hjælp til sårbare personer, rådgives til, hvordan støtten bedst ydes, og hvordan de bedst tager vare på sig selv.

Etabler kontakt og involver naturlige støttesystemer:

Kun en lille procentdel af mennesker, der er involveret i en kritisk hændelse, bliver traumatiseret. I forhold til sårbare personer arbejdes der på at øge støtten gennem de naturlige støttesystemer (forældre, venner, lærere osv.) med henblik på at aktivere deres ressourcer.

Inkluder lokale ressourcer:

Lokale ressourcer inddrages af krisepersonalet for at sikre, at en effektiv post-vention (intervention efter begivenheden) fortsætter, når krisepersonalet trækker sig.

Styrk mental, social og emotionel sundhed:

Når skoler/institutioner oplever en kritisk begivenhed, påvirker det ikke kun individer men også grupper f.eks. klassen som et socialt system og skolen/institutionen generelt som et andet socialt system. Skolen/institutionen

har muligvis oplevet en krise før, som påvirker systemets måde at håndtere efterfølgende kriser - enten positivt eller negativt.

Støt skolen/institutionen som et system:

Man ved, at den sociale struktur på en skole/institution i større eller mindre grad vil blive destabiliseret af kritiske hændelser. Graden afhænger af alvorligheden og skolens/institutionens forudgående arbejde med at forberede dets personale. Systemet vil derfor nødvendigvis have brug for støtte.

Vejled skole/institutionsmyndigheder:

Skolens/institutionens ressourcer kan bedst aktiveres ved at støtte ledelsen. Jo bedre ledelsen fungerer, jo bedre kan hele systemet fungere efter den kritiske hændelse.

Langtidspåvirkede kræver langsigtet støtte:

Skolepsykologer, lærere, pædagoger og andre specifikke fagfolk kan overvåge og støtte de personer, der viser tegn på behov for yderligere støtte eller terapeutisk indgriben i månederne efter en hændelse.

Medier

Vær opmærksom på mediernes indflydelse:

Det kan være vanskeligt at håndtere mediernes nysgerrighed midt i en traumatisk hændelse, især når det er uvant for de berørte personer.

Medier bør gives relevante og nøjagtige oplysninger:

Det er nyttigt for offentligheden at modtage klare oplysninger om, hvad der er sket. Der bør informeres om krisereaktioner, nyttige copingstrategier samt oplyses om, hvordan yderligere information og hjælp kan findes.

Krav til krisepersonalet

Krisepersonalet skal være kompetente, selvsikre og rolige:

Krisepersonalet skal være kompetente i forberedelserne. Derefter kan de føle sig rolige og sikre på, at deres arbejde er hjælpsomt.

Forbered forskellige roller:

Teams har brug for ledere og andre udspecificerede roller for at arbejde effektivt. Ledere tager sig af deres team og bør være accepteret og støttet af teamets medlemmer. I forbindelse med en krise benyttes en mere direktiv ledelsesstil end normalt.

Andre vigtige roller er: nogen til at organisere logistik, nogen til at håndtere papirarbejde og dokumentation samt en medietalsmand.

Krisepersonalet skal altid arbejde i par eller i en støttegruppe:

Krisepersonalet har brug for på forhånd at føle sig sikre på, at de har de nødvendige kvalifikationer til jobbet. De står sandsynligvis over for mange vanskelige udfordringer, og derfor er det afgørende, at de får støtte fra deres

kollegaer under krisen. Denne støtte vil styrke deres udholdenhed, modstandsdygtighed/resiliens og personlige trivsel – således bliver de også gode rollemodeller for andre.

Samarbejde med andet krisepersonale:

Når forskelligt krisepersonel arbejder på samme sag, er det vigtigt, at de arbejder sammen og koordinerer deres indsatser.

Sørg for supervision:

Regelmæssig supervision og støtte til krisepersonalet bør være indbygget i krisehåndteringsplanen, da det er afgørende for deres trivsel og evne til at håndtere svære situationer. Under en krise bør denne støtte tilbydes i slutningen af hver arbejdsdag.

Strukturelle krav

- Vurder situationen fra begyndelsen.
- Vær opmærksom på og noter de forskellige faser af krisen.
- Husk at forskellige opgaver skal udføres i forskellige faser af krisen.
- Evaluer og vurder interventionen og ledelsen heraf i slutningen af hver fase.

Modellens strategier

Forebyggelse

Efter en kritisk hændelse er skoler/institutioner generelt mere åbne over for tanken om, at forberedelse og forebyggelse er afgørende.

Etabler en "sikkerhedsplan" for skolen samt et "krisehåndteringsteam":

Forberedelse er nøglen til effektiv håndtering af kriser. Det at udvikle en "sikkerhedsplan" og et "krisehåndteringsteam" er nødvendigt for at kunne kommunikere med forældre, børn og andre eksterne støtteparter på den bedst mulige måde.

Skab en tilgang for skolen/institutionen som helhed, der fremmer trivsel og socio-emotionel læring:

Skoler/institutioner, der generelt arbejder med at fremme trivsel for personale og børn, vil være mere effektive i krisehåndteringsøjemed, ligesom det vil være langt nemmere for eksterne parter at yde en effektiv indsats i et sådan miljø.

Derudover vil denne fremgangsmåde føre til et positivt klima og følelsesmæssig robusthed i skolen/på institutionen. Læreplaner, værdigrundlag mv. kan bidrage til at fremme kommunikation og positiv social interaktion. Det anbefales, at skolen/institutionen har en anti-mobbepolitik.

Konfliktløsning:

En systematisk tilgang til konfliktløsning, som en tidlig intervention, er et vigtigt middel til at minimere frustrationer og vold på skolen/institutionen.

Anti-mobning:

Forebyggelse af mobning og interventionsordninger skal være på plads på alle skoler/institutioner.

Forberedelse

Forberedelse er den bedste intervention:

At vide, hvad der skal gøres i tilfælde af en krise, er den bedste copingstrategi.

Forbered skolepsykologer og skolens/institutionens personale:

Jo flere skolepsykologer, der er forberedt på at tilbyde støtte i forskellige scenarier, jo nemmere har de ved at bidrage med støtte til skolen.

Skoler/institutioner, der er velforberedte, vil få brug for mindre hjælp fra eksperter. Dog kan det alligevel være hjælpsomt for skoler/institutioner at få forstærkning udefra. Dette er specielt anbefalet i mere alvorlige situationer, da skolens/institutionens medarbejdere hurtigt kan blive overvældet eller blive kraftigt påvirket af situationens alvorlighed.

Evakuering eller forbud mod at forlade stedet?:

Hvis en bevæbnet ubuden person trænger ind på skolens/institutionens område, er det bedst at låse alle døre til klasseværelserne indefra, så personen ikke får adgang til disse. I sådanne situationer er det vigtigt at sørge for, at rummene på stueetagen er indrettet sådan, at børn og personale vil kunne beskyttes mod skud udefra.

Vejledningen ift. potentielle skudepisoder er derfor forskellige fra andre scenarier, såsom brand, hvor skolen skal evakueres med det samme.

Elever og lærer bør kende proceduren i begge situationer, og det bør trænes ved hjælp af simulerede øvelser. Det kan også være hjælpsomt at informere forældrene omkring disse rutiner.

Forbered en procedure hvormed elever og lærere kan låse sig inde i sikkerhed:

Alle klasseværelser og andre rum beregnet til undervisning bør blive inspiceret med henblik på at gøre dem sikre ift. krisesituationer.

Forbered sikre steder på skolen/institutionen:

Skolens/institutionens personale bør vide, hvor på skolen de er bedst beskyttede i disse tilfælde, og hvordan klasseværelserne kan gøres sikre at opholde sig i.

Aftal mødesteder udenfor skolen/institutionen til forældre og børn (hvis muligt skal de have forskellige mødeområder):

Mødesteder skal vælges omhyggeligt af skolens administration og skolens kriseteam. Alle skolens undervisere og personale skal vide, hvor disse mødesteder er lokaliseret. De bør markeres på et kort og hænges op i klasselokalerne.

Alarmsignaler skal være tydelige:

Alle skolens medarbejdere skal vide, hvad signalerne betyder. Det er bedst at have elektronisk kommunikationsmulighed mellem alle klasselokaler og skolens kontor.

Hav et kort over skolen parat til politiet, eller endnu bedre opbevar et hos politiet:

Politiet kan reagere mere effektivt i krisesituationer, hvis de har en opdateret plan over skolen til rådighed.

Kriseteams er anbefalet:

Hver skole/institution bør have deres eget krisehåndteringsteam. I alvorlige situationer er det vigtigt at få eksperthjælp udefra, men i mindre alvorlige situationer kan skolen/institutionen vælge, om de vil modtage hjælp udefra eller forsøge at håndtere krisen selv.

I situationer, hvor længerevarende støtte er nødvendig, er det nyttigt at skolens/institutionens kriseteam kan arbejde hånd-i-hånd med udefrakommende eksperter.

Bygningen skal være let tilgængelig for udefrakommende fagfolk:

I alvorlige krisesituationer skal der, så hurtigt som muligt, stilles et rum til rådighed for de understøttende professionelle.

Forbered skolen på at seksuelle overgreb kan finde sted under en kritisk hændelse:

Skoler bør på forhånd være forberedt på, hvordan de vil gribe en sådan situation an.

Lande har individuelle lovgivninger i forhold til behandlingsprocedurer af seksuelt overgreb. Det er vigtigt at tale med eleverne om, hvordan de skal forholde sig til hinanden, hvis de bliver bekendt med en sådan sag.

Øvelser kan være nyttige under alle forberedelser:

Skoler/institutioner bør overveje at udføre øvelser med børn og personale, sådan at de ved, hvordan de skal forholde sig i krisesituationer. Specielt er det vigtigt, at børnene udfører øvelser, hvorved de lærer, hvad de skal gøre, hvis en bevæbnet person trænger ind på skolen/institutionen. Der bør være fokus på ikke at forurolige børnene unødigt under sådanne øvelser.

Undervisere og forældre bør informeres om disse øvelser og de mulige problemer, der kan opstå ved at børnene foruroliges under træningen.

Øvelser kan involvere alt personale og ingen børn:

Nogle øvelser skal kun involvere skolens/institutionens personale. De vigtigste emner kan senere diskuteres med børnene.

Krisehåndtering

Det grundlæggende

Hurtig støtte, men systematiske møder senere:

I nogle lande er det muligt for skolepsykologer at ankomme til skolen inden for få timer. I sådanne situationer er det vigtigt, at deres sikkerhed er garanteret af politiet. Derefter er det muligt for skolepsykologerne at imødekomme ofrenes umiddelbare behov i forhold til at få konkret information, opfyldt fysiske behov og etablering af social støtte (bemærk disse behov er defineret som 'Cognition', 'Physical', 'Social' - SCPH afsnittet i BASIC-PH interventionsmodellen, der er beskrevet nedenfor). Grupperådgivning kan tilbydes efter ca. 36-48 timer fra hændelsestidspunktet. Grupperådgivning er en systematisk tilgang til psykisk førstehjælp til mennesker ramt af kritiske hændelser, der sigter mod at aktivere deres ressourcer.

Anbefal en hurtig tilbagevenden til stedet, hvor krisen foregik og genoptag daglige rutiner:

Det anbefales, at skoler/institutioner holdes åbne, hvis det er muligt, eller genåbnes snarest muligt for at opretholde den daglige rutine. Dette vil give børnene og deres familier en følelse af sikkerhed. Der vil være behov for støtte til de børn og ansatte, der er tøvende i forhold til at vende tilbage.

Genåben skolen/institutionen så hurtigt som muligt:

Hvis skolen har været lukket f.eks. på grund af kriminaltekniske årsager eller på grund af skader forårsaget under den kritiske hændelse, bør den genåbnes hurtigst muligt. Hvis dette ikke er muligt, bør alternative placeringer i området bruges til undervisning.

Støtte skal tilbydes til elever og ansatte efter en hurtig tilbagevenden til skolen:

Støtten kan omfatte at holde et møde med en bestemt klasse eller gruppe af elever, for at finde ud af, hvad der kan være nyttigt for dem. Venner, forældre og andre støttende voksne kan indgå i denne gruppe. Teknikker, der kan anvendes under mødet, kan være: gå langsomt ind i skolebygningen sammen i gruppen; stands cirka hvert andet minut og tal med eleven om, hvordan han/hun har det; lad de mere selvsikre børn gå først; brug billedsprog, visualisering og åndedrætsøvelser mv. for at berolige eleverne.

Interventioner

Inviter de sårbare personer til et møde på skolen eller på et nærliggende sted:

I de første dage efter en large-scale begivenhed anbefales det at invitere personer, der søger støtte, til et rådgivende møde.

Giv psykoedukation til personale, forældre, børn og offentligheden:

Oplysninger om stressreaktioner er vigtige for at kunne hjælpe personer til at forstå, at de usædvanlige reaktioner, de oplever, er almindelige reaktioner

for mennesker, der har været involveret i en traumatisk situation. De skal beroliges med, at disse stressreaktioner gradvist vil fortage sig. Den hastighed, hvormed reaktionerne fortager sig, afhænger af forskellige faktorer såsom selve begivenheden, håndteringsstil, personens psykologiske og biologiske reaktioner, køn, mv.

Coping, aktiver ressourcer, planlæg aktiviteter:

Gennemgå de begivenheder, de vil komme til at stå overfor i løbet af de næste timer og dage, og tal om, hvordan de kan håndtere dem. Det vil aktivere deres coping-ressourcer samt tilskynde dem til at bruge dem klogt.

Hold møde mere end én gang:

Møder med de mest sårbare grupper og individer skal tilbydes flere gange alt efter behov, indtil hverdagen er genetableret.

Støt sørgeritualer:

Sørgeritualer er hjælpsomme – som BASIC-Ph indikerer. Der vil ofte være folk til rådighed, der er specialiseret indenfor dette område – fx repræsentanter fra trosretninger. Det er vigtigt at være opmærksom på og vise respekt og omsorg for de kulturelle og religiøse forskelle, der kan være, når mennesker har forskellig kulturel baggrund.

Når selvmord er involveret forsøg da at mindske eventuelle efterligninger eller "copy-cat" situationer:

Et selvmord kan få andre til at planlægge det samme. Enhver form for forherligelse af selvmord bør undgås.

Planlæg med familiemedlemmer, hvordan man kan forklare en sådan tragisk død:

Der kan være modvilje ift. at fortælle sandheden om et selvmord. Skolemyndighederne skal blive enige med familiemedlemmerne om, hvad der bliver sagt. Forældre bør gøres opmærksomme på den mulige risiko ved ikke at fortælle sandheden. Rygter kan ikke forhindres og troværdighed kan gå tabt, hvis sandheden ikke bliver fortalt. Detaljer om hvordan en person sluttede hans/hendes liv, bør ikke deles. Klassekammerater og dem, der er berørt af situationen (f.eks. venner i andre skoler/institutioner, relationer mv.), får brug for støtte og information om vigtigheden af at søge hjælp, når de er i vanskeligheder, og hvor de kan finde det.

Træning i forebyggelse af mobning:

Mobning er en af hovedårsagerne til, at børn og unge oplever vanskeligheder i skolen.

Forebyggelse og en vellykket anti-mobbepolitik er afgørende.

Konfliktløsning blandt skolens/institutionernes personale og forældre:

Konflikter kan være skadelige for både helbred og trivsel. Løsning af problemer/konflikter bør være et af de vigtigste mål for skolerne/institutionerne.

Alle er ansvarlige for at skabe en positiv skolekultur og et positivt miljø:
Alt skolens personale og særligt skoleledere er sammen med elever og forældre ansvarlige for udviklingen og gennemførelsen af pro-sociale skoleretningslinjer.

Støt skolesystemet

Tilbyd rådgivnings- og støttemøder til individer, grupper, klasser, personale og forældre:

Informér om muligheden for at mødes og tale ved at bruge medierne: internettet, telefonen, og de sociale medier.

Følg udviklingen på den lange bane:

Stressreaktioner kan forekomme efter noget tid, og derfor er der behov for at overvåge de berørte personers reaktioner over en længere periode. Pårørende bør informeres om, hvad de skal være opmærksomme på.

Lær skolens traumehistorie at kende:

Tidligere traumatiske hændelser, som skolen har oplevet, kan påvirke ofrenes reaktioner i den aktuelle situation.

Henvi videre til evt. behandling hvis nødvendigt:

Når alvorligt ramte ofre er ude af stand til at vende tilbage til deres normale rutiner, kan det være nødvendigt at henvise dem til behandling. I de fleste tilfælde vil dette ikke være tydeligt før efter 4 - 6 uger. Screeninger ift. angst og PTSD kan være en hjælp ift. at afgøre, hvornår det er nødvendigt med en henvisning til behandling.

Tilbyd supervision og rådgivning til ansvarlige voksne:

Der skal tilbydes så meget støtte som muligt til direkte berørte personer og grupper. Derfor skal voksne (lærere, forældre, venner, trænere osv.), som er tæt på ofre, opfordres til at tilbyde deres støtte. Hvis de er i tvivl om, hvad de kan gøre, og hvordan de kan være til nytte, tilbydes rådgivning om dette.

Tilbyd håb for fremtiden:

Dødsfald og pludselige tab kan "ryste og knuse" den grundliggende optimisme og tro på en lovende fremtid. Der skal arbejdes med genetablering af håb og tro på en lys fremtid.

Opmærksomhed på faren for 'copy-cat' selvmord:

Når selvmord forekommer, er der risiko for at nogen kan finde på at efterligne. Andre udsatte unge kan blive draget af tanken om også at dræbe sig selv.

Sikkerhedsanalyse:

Hvis der er overhængende trussel/fare, må skolen/institutionen beslutte, hvornår politiet skal involveres for at øge sikkerheden. Når sikkerheden er etableret af politiet, er det skolens/institutionens medarbejdere, der skal arbejde på at skabe et socialt miljø, som mindsker trusselniveauet.

Medierne

Brug medierne til vigtig information og beskeder men afgræns deres tilstedeværelse:

Medierepræsentanter bør holdes væk fra områder, hvor ofrene opholder sig. De bør gives præcise faktuelle oplysninger omkring, hvad der er sket, og hvad der bliver gjort for at hjælpe ofrene, så snart det er muligt. Pressekonferencer og pressemeddelelser er nyttige til at formidle oplysninger om fx psykoedukation. Brug medier til at formidle information om håndterings/coping-aktiviteter samt den frivillig støtte, der må være til rådighed.

Informér berørte grupper og individer om, hvordan man håndterer medierne:

Personerne bør informeres om, hvordan de kan undgå uønskede interviews, og hvad de risikerer, hvis de deltager i interviews.

Sociale medier:

Brugen af sociale medier iblandt unge fremskynder udveksling af information. I krisetider skal dette håndteres med omhu. Ofte har de unge fået fat i oplysninger om hændelsen inden skolens personale. Der skal reageres hurtigt, hvis upassende oplysninger bliver delt på sociale medier. Det er vigtigt, at der er en person iblandt skolens personale, som har en god forståelse for brugen af de sociale medier.

Støt og forbered folk på at hjælpe i en krisesituation

Supervision skal tilbydes til medhjælpere:

Hjælpere kan blive påvirket af ofrenes traumer og lidelser. De skal være opmærksomme på stress og "medfølelsestræthed", og på hvordan man kan undgå det. Daglig supervision er nødvendig og bør altid være tilgængeligt for dem.

Undersøgelse af tidligere personlige traumer:

En del af forberedelserne for alle hjælpere, er at give dem mulighed for at reflektere over deres egne tidligere traumer og over, hvordan de har klaret disse tidligere begivenheder.

Bevidsthed om hjælpernes motiver:

Hjælpere skal hjælpes til at blive bevidste om deres egen motivation for at tilbyde hjælp, da dette kan have indflydelse på deres måde at arbejde på og på deres effektivitet. Det er vigtigt at undersøge dette, både skriftligt og ved at tale om det, som en del af forberedelserne.

Understøt hjælpernes behov:

Det er vigtigt at sikre, at hjælpernes fysiske og følelsesmæssige behov imødekommes. Det er vigtigt, de føler, at de er en del af et støttende team. De har desuden brug for regelmæssige pauser. Derudover skal der sørges for, at de med jævne mellemrum spiser og drikker. Deres følelsesmæssige tilstand og behov bør endvidere vurderes i den daglige supervision.

Sørg for at have et tilstrækkeligt stort team inkl. ekstra hjælpere:

For at hjælpere kan arbejde professionelt og effektivt, kræves et team bestående af mange hjælpere. Dette vil give mulighed for at tilbyde kontinuerlig hjælp og give tid til omhyggelig planlægning.

Strukturelle krav

Afsluttende møder i slutningen af en fase:

Hjælpere mødes med ledelsen for at evaluere: hvad gik godt, og hvad skal forbedres? Beslutninger skal træffes omkring, hvorvidt yderligere langsigtet hjælp skal tilbydes. Refleksion og øget bevidsthed i forhold til forberedelse og forebyggelse fremmer udviklingen af krisehåndteringskompetencer. Der udveksles taknemmelighed for samarbejdet/hjælpen.

Evaluering af processen efter hver fase:

Strukturerede evalueringer fremmer læringsprocessen, især når hjælpernes oplevelser bringes i spil.

Modellens værktøjer

BASIC-Ph

Den multimodale model

- Mooli Lahad

OVERBEVIS- NING	FØLELSER	SOCIAL KONTAKT	FANTASI/ INTUITION	FAKTA	FYSISK AKTIVI- TET
B	A	S	I	C	Ph
Belief	Affect	Social	Imagination	Cognition	Physical
Frankl, Maslow	Freud, Rogers	Erikson, Adler	De Bono, Jung	Ellis, Lazarus	Watson, Pavlov
Holdninger Overbevisninger Livsperspektiv Mening Tro Værdier Håb	Lytte Udtrykke sig Favne følelser Nærvær i nuet	Rolleafklaring (hvem gør hvad ?) Sociale færdigheder Social position Give omsorg Tryghed Samhørighed Venner	Kreativitet Leg Rollespil Symbolise- ring Intuition	Information Viden Kommunikation Skabe struktur Logik Hændelsesforløb (rækkefølge) Analyse Refleksion Problemløsning	Aktiviteter Lege Krop Motion Afslapning Spise Arbejde

Sårbarhedscirkler og støtte

ESPCT sårbarhedscirkler og støtte – Screeningsværktøj

Klasse: _____

Klasselærer: _____

	Navn	Fysisk eksponering		Psykologisk eksponering			Udsatte			Eksisterende støtte		
		Direkte	Indirekte	Familie	Social	Lignende	Personligt rettet	Lignende problem	Andet problem	Familie	Social	Professionel
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												

Visuel Oversigt Over Aktiviteter

Det er nyttigt at bruge en visuel plan, så alle deltagere kan se, hvad der er blevet besluttet. Der kan refereres til oversigten, når gruppen mødes. Tabellen nedenfor har vist sig at være nyttig, når den har været skrevet ned på nogle kort i kolonner og hængt op på en opslagstavle.

Personer	Behov	Hjælper/ansvarlig
Gøremål		

Gruppe Coaching and Coping (GCC)

Baseret på Group Crisis Intervention (GCI) (National Organization of Victim Assistance - NOVA)

Sikkerhed og tryghed efter en krise kan frembringes via velforberedte GCC-møder. Der gives klare oplysninger om formålet med mødet, og en forklaring på hvorfor tingene bliver gjort på denne særlige måde.

Erfaring viser, at det er nyttigt at følge nedenstående protokol.

De berørte personer støttes ved at bekræfte de håndterings/copingstrategier, de bringer i spil under mødet eller har brugt tidligere. Deres forsøg på at opnå indsigt i og overblik over deres situation roses. Det forsøges at styrke deres indre ressourcer, ved at de foreslås at udføre visse aktiviteter.

Forberedelser:

- Mødelokale lokalt eller nær hændelsesstedet.
- Mødet arrangeres på et for alle passende tidspunkt.
- Det tilrådes at mødet højst tager to timer.
- Logistik:
 - Komfortable siddepladser og omgivelser, hvis det er muligt.
 - Psykologer/hjælpere sidder sammen med de andre i gruppen.
 - Hesteko eller cirkulær siddeordning.
 - Brug gerne tavle eller flipover og aftal brugen med gruppen.
 - To facilitatorer: en facilitator og en skriver.
 - Kopier til uddeling i slutningen af sessionen, hvis det er muligt.
 - Vand at drikke og servietter til rådighed.
 - Toiletfaciliteter i nærheden.

Roller:

Facilitator

- Begynder med "Jeg er ked af, at denne begivenhed har ramt jer....", "Det må være hårdt for jer..." el. lign.
- Introducer dig selv og dit kriseteam.
- Introducer lokalt hjælpepersonale.
- Introducer formålet for mødet/samtalen.
- Tillad gruppen at sige alt, hvad de føler for, og at komme og gå, når de har lyst. Sig: "I skal ikke bekymre jer, hvis der er nogen der forlader lokalet under mødet. Vi forventer, at de kommer tilbage. Nogen vil følge efter dem, for at sikre, at de er okay."
- Definer rollerne i gruppen.
- Faciliter mødet/sessionen.
- Forbered mødet sammen med skriveren.
- Opsummer og konkluder ved slutningen af mødet.

Skriveren

- Giv emotionel og praktisk support til facilitatoren.
- Assister personer, der forlader lokalet, hvis ingen andre medhjælpere har mulighed for det.
- Tag noter på tavlen.
 - Understreg nøgleord, men ingen hele sætninger.
 - Noter selektivt og nænsomt.
 - Noter navne når det er passende.
 - Stil dig sådan, at de deltagende kan se, hvad der bliver skrevet.
- Tag over, hvis facilitatoren ikke kan forsætte.
- Bidrag når facilitatoren beder om det.
- Skriveren byder ind, når han/hun har noget vigtigt at bidrage med.

Grundlæggende regler

- Bed alle deltagere om at introducere sig, når det bliver deres tur.
- Nævn og introducer fortrolighed.
- Lav en dagsorden:
 - Hvordan reagerede de deltagende under og efter hændelsen?
 - Hvordan reagerede eller reagerer deres familier og venner?
 - Forventninger til den nære fremtid.
 - Hvordan håndterer de situationen?
- Udtryk tanker og reaktioner.
- Tanker, som involverer fysisk vold eller verbale overgreb, skal ikke deles i gruppen.
- Ikke en kritik af, hvad der skete, men reaktion på hændelsen.

Hovedformålet med dette møde er at hjælpe deltagerne med at håndtere situationen

Reaktioner og "normalisering" (kun for øjenvidner til katastrofer)

Faktuelle og dokumenterede oplysninger om hændelsen gives på dette tidspunkt (f.eks. hvem er såret, hvor alvorligt mv.)

"Alle reagerer forskelligt på traumatiske, livstruende situationer. Chokket vil også udtrykke sig på forskellige måder. Normalt er det meget stærkt i starten, og det vil fortage sig gradvist, efter timer, dage eller uger.

Det er derfor nyttigt at finde ud af, hvilke forskellige reaktioner øjenvidnerne har oplevet, og også hvordan disse reaktioner har udviklet sig i perioden efter hændelsen."

- Bed deltagerne om at beskrive, hvad de har oplevet under hændelsen
 - Hvor var de, da det skete?
 - Hvem var de sammen med?
 - Hvad gjorde de? Hvad tænkte de, og hvordan reagerede de?
 - Hvad var meningsfuldt for dem?

Fortæl deltagerne at usædvanlige reaktioner er normale i usædvanlige situationer.

Det næste skridt

"Efter en traumatiserende hændelse er det svært at gennemskue, hvad der er det næste, der kommer til at ske. Hvordan kan udfordringerne håndteres, f.eks. begravelser, at komme 'tilbage til ens normale tilstand', eksaminer osv.?"

"Det er vigtigt at hjælpe dem med at finde måder, hvorpå de kan håndtere disse situationer og guide dem til at aktivere nyttige strategier for sig selv og andre."

- Få de deltagende til at overveje, hvad der skete. Spørg: "Hvad tror du, der kommer til at ske i løbet af de næste dage og uger?"
- Få dem til at overveje deres reaktion ved at spørge:
 - Efter alt det du har gået igennem, hvad tror du der kommer til at ske i din hverdag nu?
 - Tror du, at din familie / venner / lærere har været eller fortsat vil være påvirket?
 - Har du nogen bekymringer omkring, hvad der praktisk kommer til at ske nu?
- Hvordan vil deltagerne håndtere de problemer eller spørgsmål, som de har rejst?
- Besvar spørgsmål om eventuelle problemer; eller fortæl dem om den skriftlige information, der måtte være til rådighed.
- Lov at hjælpe med at finde vigtige oplysninger, eller henvis dem til nyttige materialer eller websteder.
- Undgå at afgive løfter, der ikke kan holdes.

Håndterings-/Copingstrategier

(Nogle gange vil nyttige håndteringsstrategier allerede være afdækket i den foregående serie af spørgsmål)

"Forskellige mennesker udviser forskellige reaktioner på chok, og de vil også have forskellige håndteringsstrategier. Formålet med det næste afsnit er at fremme aktiveringen af de individuelle copingstrategier. Der vil være fokus på coping-aktiviteter, der tidligere har hjulpet deltagere til at håndtere stress. Deltagere vil blive opmuntret til at lære fra hinandens erfaringer."

- Spørg deltagerne, hvordan de har klaret stress tidligere i deres liv:
 - Hvad hjalp dig til at overkomme den stress?
 - Identificer positive håndterings/copingstrategier.
 - Gør brug af BASIC-Ph modellen.
 - Vent tålmodigt, hvis personen bliver stille eller oplever meget stærke følelser.
 - Omdiriger negative kommentarer såsom "intet vil hjælpe" ved at fokusere på tidligere succeser. For eksempel kan vi spørge: "Hvad har hjulpet dig i før i tiden, når du har haft en meget dårlig oplevelse?"

Opsummering

- Koordinator eller skriveren går igennem noterne (inkluder navne hvis muligt) sammen med gruppen. Tilbyd feedback på det følgende:
 - Beskrivelse af reaktion.
 - Bekymringer for fremtiden, og hvad de eventuelt kan opleve i løbet af det næste dage.
 - Håndterings/copingstrategier der kan være nyttige.
- Deltagernes reaktioner bliver normaliseret.
- Forventninger til fremtiden og handlinger skal noteres.
- Bekræft håndterings/copingstrategier.
- Facilitatoren takker derefter alle for at komme.
- Gentag den beroligende sætning, der blev brugt i indledningen, såsom "Jeg er ked af, at dette er sket for jer."
- Giv deltagerne et "sikkerhedsnet" for fremtiden.
- Henvi til andre, der kan hjælpe, hvis muligt. Fortæl personerne, hvornår og hvordan de relevante kriseteammedlemmer kan kontaktes.
- Aftal en dato for næste møde.

Protokol for øjenvidner til katastrofer

(de andre dele af GCC er det samme)

Vi afholder "øjenvidne til katastrofe"- sessioner adskilt fra øvrige GCC sessioner. Denne gruppe bliver ifølge sårbarhedsmodellen generelt mere påvirket af katastrofen. Samtalen kan foregå individuelt eller i små grupper.

Funktionen af trigger er som følger:

"Vi ved, at øjenvidner, der har oplevet forfærdelige og traumatiske hændelser, nogle gange oplever den samme ekstreme fysiske og emotionelle reaktion på, hvad der er sket i den kritiske hændelse, når de er i en helt anden situation. Dette "flashback" af deres følelser ligner det, de oplevede under den oprindelige hændelse.

Teorien er den, at hvis de bliver guidet til at huske sig selv på disse detaljer under en GCC session, vil det være hjælpsomt for dem, fordi de så kan være opmærksomme på mulige senere reaktioner, og hvis disse opstår, vil de forhåbentlig ikke blive så chokerede over deres reaktion, som de ville være blevet, hvis de ikke forstod årsagen."

Vi er forberedte på, at deltagerne vil rapportere sanseindtryk, som fx synsindtryk, lyde og lugte, der fandt sted under den kritiske hændelse. Vi forsøger at normalisere disse reaktioner, og vi forklarer, hvilke trigger, der muligvis kan bevirke at disse sensoriske reaktioner dukker op i fremtiden på en uønsket måde.

Supervision efter en alvorlig hændelse for medhjælpere

Spørgsmål til brug under og efter interventionen

1. Hvor var du, og hvad lavede du, da du første gang blev tilkaldt?
2. Hvilken situation blev du konfronteret med?
3. Hvordan reagerede du? Hvordan havde du det under interventionen? Hvad synes du, der betød noget for dig?
4. Hvad var hjælpsomt? Hvad hjalp dig med at håndtere situationen? Hvad var stressende?
5. Hvad har du brug for nu? Er der noget, der specielt fanger din opmærksomhed (f.eks. billeder og traumatiske detaljer)? Hvad hjalp dig til at håndtere situationen? Er der noget, der ellers kan hjælpe dig?
6. Hvordan har du oplevet teamsamarbejdet? Hvad var godt, hvad var tilfredsstillende, og hvad var problematisk?
7. Hvad kan forbedres til næste gang?
8. Hvilke arbejdsbetingelser bør ændres?
9. Er der nogen ting, du synes, dine ledere kunne have gjort anderledes? Var rollerne tydeliggjorte?
10. Tænker du, der kommer nogle konsekvenser efter at have arbejdet med denne krise?
11. Hvilket teammedlem vil tage kontakt til særligt udsatte/sårbare som fx skolelederen – eller er dette noget, der overlades til lokale kræfter?
12. Har du nogle personlige ønsker til, hvordan andre skal imødekomme dine behov fremover. (F.eks. ikke blive spurgt om hændelsen for ofte)? Hvordan kan du sørge for at fx familiemedlemmer, venner og kollegaer forstår dig og dine behov?

Budskaber til medierne

- Vi bør gøre op med ”tavshedskonspiration” blandt teenagere.
- Vi bør lære vores børn at løse konflikter uden anvendelse af vold.
- Forældre bør tage sig tid til at kommunikere med deres børn.
- Vi bliver alle nødt til at lytte til de unges bekymringer.
- Undervisningsprogrammer, der fokuserer på effektiv problemløsning, vredeshåndtering og konfliktløsning, bør have fast plads i vores skoler/institutioner.
- Der bør være effektive 'efterbehandlings'-skoleprogrammer, der giver beskyttelse, supervision, instruktion og berigelse for vores unge.
- Vi er nødt til at overvåge og vejlede vores ungdom - alle børn har brug for mindst én ”omsorgsfuld voksen”.
- Vi har et dokument kaldet ”Tidlig Varsling: Rettidig Respons”, der diskuterer, hvordan man identificerer og håndterer børn i problemer, og vi har brug for at øge antallet af medarbejdere og forældre, der kan gøre dette.
- Vi har brug for mere uddannet personale på skoler/institutioner, såsom skolepsykologer, skolerådgivere og skolesocialrådgivere, der kan reagere på og hjælpe unge i problemer.
- Vi er nødt til at holde våben utilgængelige for fortvivlede og sårbare unge.

- Børn, der er isolerede, afviste, mobbede og fremmedgjorte er i høj-risiko og kræver at der interverneres.
- Alle skoler/institutioner skal have indført programmer, der lægger vægt på forebyggelse.
- Skoler/institutioner skal have et hold af medarbejdere, som kan gribe ind for at forhindre, at en krise opstår.
- Skolerne/institutionerne er det naturlige støttende miljø efter en krise i lokalsamfundet.
- De fleste børn kan med succes håndtere eftervirkningerne af katastrofer.
- Pårørende voksne (lærere, pædagoger og forældre) kan vejledes til, hvordan man styrker børns håndterings/coping-færdigheder.

Faser af krisehåndtering (tidslinje)

Inter-vention

Lige efter hændelsen indtil skolen kan vende tilbage til hverdagsrutiner. Udefrakommende eksperter forlader skolen efter et afsluttende evalueringsmøde med lokale medhjælpere og myndighederne.

Post-vention

Lokale medhjælpere overvåger trivsel og symptomer ved de mest berørte personer og grupper. De giver individuel støtte, når det er nødvendigt, eller henviser til nogen, der kan hjælpe. Ved alvorlige begivenheder kan denne fase vare i uger, måneder eller endda år med løbende støtte fra fagfolk.

Pre-vention

Skolen forbereder sig på tilfælde af fremtidige krisesituationer. Der laves planer for krisehåndtering, og der laves krisehåndteringsteams. Der bør også etableres et sikkerhedsteam af medarbejdere, der kan overvåge og pleje den sociale og følelsesmæssige atmosfære for at forebygge vold.

Hjælpsomme hjemmesider

- www.naspweb.org/crisis (National Association of School Psychologists)
- US Department of Education www.ed.gov/emergencyplan
- Federal Emergency Management www.fema.gov
- Kentucky Safe Schools www.kysafeschools.org
- American Society for Suicide Prevention www.afsp.org
- Center for Effective Collaboration & Practice <http://www.air-dc.org/cecp>
- Center for Mental Health in the Schools <http://smph.psych.ucla.edu>
- Safe Students/Healthy Students Action Center www.sshs.samhsa.gov
- Surgeon General www.surgeongeneral.gov
- US Government site www.safeyouth.org
- www.seedsofhopechildrensgarden.co.uk : material for working with bereaved children
- http://rems.ed.gov/index.php?page=publications_Helpful_Hints
- http://rems.ed.gov/index.php?page=publications_Lessons_Learned

Særlige anbefalinger ved Large-Scale hændelser

”Konklusioner fra Winnenden Coordination” - baseret på Baden-Württemberg task-force ledet af Peter Heinrich.

Koordinering

- Koordinatorers opgaver defineres på forhånd i skriftlige dokumenter, der kan præsenteres i tilfælde af en hændelse.
- Koordineringsteamet består af en gruppe på 5 - 6 personer, hvorved antallet tillader pauser for koordinаторerne samt skaber kontinuitet.
- Roller og opgaver tydeliggøres før enhver intervention.
- Den primære koordinator er ansvarlig for den officielle start af interventionen.
- Beslutninger skal tages omkring specifikke roller: Hvem skal side ved telefonen, hvem skal være ansvarlig for logistikken, dokumentation, osv.
- Beslutninger skal på forhånd tages omkring, hvem der kommunikerer med hvem, og hvilke midler der kan gøres brug af.
- Effektive måder at tage beslutninger på skal defineres før intervention.
- Dokumentation og journalføring bør startes ligeså snart interventionen starter.
- Kontorudstyr og sekretariatspersonale skal være tilgængeligt fra start af.
- Fra den første uge af interventionen bør der være kontinuitet imellem koordineringsteamet og medhjælperne.
- Lokalefaciliteter til koordineringen (et stort mødelokale kun til dette formål, mindre lokaler til rådgivning) skal være tilgængelig under hele forløbet.

- Koordineringsmøder med grupper af mentalsundheds-hjælpere fra forskellige lande og stater er nyttige.
- Skolepsykologer må først starte deres arbejde, når området er blevet erklæret sikkert.
- Skolepsykologer, der ikke føler sig i stand til at hjælpe, må ikke tvinges.
- Skolepsykologer skal bære et officielt emblem eller uniform, så de kan blive identificeret.
- Den primære koordinator skal tilbyde støtte til alle skolepsykologer.
- Udefrakommende hold skal tildeles specifikke opgaver der er tydeligt definerede.
- De mest sårbare klasser skal hjælpes af lokale skolepsykologer eller lærere.
- Nærliggende skoler/institutioner kan blive hjulpet af udefrakommende skolepsykologer.
- Oplysninger om de faktiske omstændigheder vedrørende hændelsen skal være tydelige og tilgængelige for alle medhjælpere: Hvad skete der? En liste over døde og sårede, juridiske spørgsmål. Hvem får lov til at få oplysningerne?
- Dette hjælper, når støtteperioden er længere end 4 uger.
- Skolepsykologer, der skal arbejde i længere perioder, skal frigøres fra deres sædvanlige arbejdsopgaver. Dette er beskrevet i dokumenter udarbejdet og gjort til rådighed før interventionen sker.
- Det er bedst at bibeholde det samme team, der arbejder på skolen, hvis det er muligt.

Generelle koordineringsemner

- Planer over, hvordan skolepsykologerne skal forholde sig i forskellige faser af interventionen, er klargjort.
- Konflikter iblandt indsatshold og deres partnere såsom politiet, læger mv. skal løses så hurtigt som muligt, ellers vil det forstyrre effektiviteten af interventionen.
- Det har vist sig nyttigt at have en stor hal/gymnastiksal tilgængelig for alle dem, der søger information eller rådgivning (være opmærksom på kulturelle forskelle). Dog kan sådanne lokaler også give risiko for smitsomt hysteri.
- Der er måske flere medhjælpere til rådighed end der er behov for.
- At være tilstede under en sådan hændelse kan i sig selv være vigtigt (solidaritet).
- Den vigtigste opgave for alle medhjælpere er at styrke de berørte personers evne til at aktivere deres håndterings/coping-færdigheder.
- Koordineringsteamet kan få brug for udefrakommende medhjælpere og udveksle ideer med andre professionelle.
- Det kunne være nyttigt at samle en gruppe medarbejdere, der kan lave konceptuelle/visuelle planer: udviklingen fra reaktionen til handling.
- Interventioner, der skal hjælpe skolens/institutionens personale, børn og forældre, skal planlægges sammen med skole/institutionsmyndighederne.
- En grundlæggende plan lægges for den overordnede intervention. Denne proces bør inkludere alle interesserede grupper.
- Uddelingskopier er forberedt til alle grupper med rådgivning omkring, hvordan de kan håndtere situationen.

- Eksisterende partnerskaber skal helst arbejde sammen.
- Medhjælpere må ikke alene beskæftige sig med svært berørte personer.

Briefing

- Daglige briefinger er nødvendige, i hvert fald i de første to uger.
- I starten er det muligvis nødvendigt at gøre det to gange om dagen, pga. skiftende information.
- Det er vigtigt at have tid til at gå grundigt igennem alle informationer.
- Senere bør en briefing om aftenen være tilstrækkelig.
- Der skal snakkes omkring opgavedetaljer.
- Der skal produceres foldere og plakater med så meget information på som overhovedet muligt. Det er også muligt at bruge e-mails, SMS eller sociale medier.
- Briefings bør ikke vare mere end 30 minutter.
- Der skal være en stol til rådighed til alle medarbejdere.
- Grupper kan inden briefing hold et kort møde, hvor der snakkes om, hvad der blev gjort den dag, og hvordan man kan øge effektiviteten.
- Der skal også planlægges, hvad der skal gøres dagen efter.
- Medhjælpere, der ankommer til området for første gang, bør introduceres til situationen af en person, der specielt har fået tildelt den opgave.
- Denne introduktion skal involvere et generelt overblik over situationen, logistik og organisatoriske oplysninger.

Støt skolens/institutionens systemer

Ledelsen

- Styrk lederskabet.
- Vælg en person fra dit hold til at være den primære professionelle supportperson.
- Denne person vil yde support gennem hele forløbet.
- Det er vigtigt, at der er en udefrakommende professionel, som tager sig af personalets trivsel. Alt personale skal vide, at de kan få hjælp, hvis de får brug for det.
- Der bør evalueres en gang i begyndelsen af hver uge.

Personalet

- Opfordre dem til at vende tilbage til undervisningen eller andre arbejdsmæssige pligter så snart de kan.
- Det kan ikke anbefales, at skolepsykologer begynder at undervise elever.
- Medhjælpere bør ikke overtage for meget ansvar fra skolens/institutionens personale. Medhjælpere skal opretholde distance til sådanne opgaver.
- Hvis en skole/institution vælger at gøre brug af vikarer, skal de være opmærksomme på, at der både er fordele og ulemper ved at tage dette.

Fordele:

- De tager noget af belastningen bort fra det berørte personale.
- De kan hjælpe personalet til gradvist at genoptage deres ansvar.
- Vikarer skal være erfarne og i stand til at tage denne potentielt vanskelige opgave på sig.

Ulemper:

- Konflikter kan opstå imellem vikar og personalet.
 - Vikarer kan muligvis komme til at overtage en for stor del af personalets rolle.
 - Vikarer kan komme til at tage magten fra personalet.
 - De bliver måske ikke accepteret af børnene.
-
- Generelt er personalet børnenes rollemodeller i disse situationer. Sørg for at personalet påvirker børnene i en positiv retning.
 - Deres hjælperrolle kan hjælpe børnene med at håndtere situationen.
 - Det er vigtigt, at de gøres opmærksomme på, at de skal forsøge at identificere og gøre brug af deres egen håndterings-/copingstrategi.
 - De skal tage sig af sig selv ved at blive ved med arbejde og holde deres personlige trivsel i balance.
 - De bør ikke dele deres traumatiske oplevelser med børnene.
 - De bør ikke udtrykke kritik, af den måde børnene håndterede krisen på.

Støtte til de mest sårbare grupper og individer

- Anbefal dem at vende tilbage til "normale" timer/aktiviteter med det samme.
- Flere lærere skal være ude og blande sig med børnene i pauserne.
- Skolepsykologer bør arbejde i par, og hvert par bør tildeles to grupper eller individer.
- De, der arbejder med grupper, bør frigøres fra andre arbejdsmæssige pligter.
- Forsæt samarbejdet mellem gruppen og skolepsykologen, så længe det er nødvendigt og muligt. Undgå at skifte psykolog undervejs.
- Skolepsykologer skal være opmærksomme på, at deres tilstedeværelse er vigtig, da det viser solidaritet.
- Konsultationer bør holdes i klasseværelset, hvis muligt.
- Henimod enden af mødet skal gruppen og skolepsykologen blive enige om varigheden af forløbet.
- Elever skal informeres om, hvordan skolepsykologen kan kontaktes efter forløbet er slut.
- Skolepsykologen skal samarbejde med gruppens primære voksne, hvis der opstår problemer i gruppen.

Forberedelse

- Forbered materialer til rådgivning (BASIC-Ph aktiviteter, stabiliseringsteknikker) i klassen (puslespil, undervisningsmateriale, osv.)
- Forbered nedskrevne historier, digte, Dvd'er, mv. der handler om tab, smerte og dødsfald.
- Skolepsykologer forberedes til langvarige behandlingsforløb ved at deltage i et udvidet kursus.

Yd støtte til forældre

- De skal informeres omkring stressreaktioner, og hvordan de skal håndtere deres egne og deres børns reaktioner.
- De væsentligste stressreaktioner omfatter: undgåelse, overvældelse, ophidselse.
- De bør indse vigtigheden i at hjælpe familien tilbage til normale rutiner.
- De skal gives oplysninger om, hvad der kan gøres i skolen/institutionen og derhjemme for at hjælpe deres børn.
- De bør opfordres til at tænke over, hvad børnene kan gøre for dem selv og for deres venner.
- Uddelingskopier er nyttige.
- Der bør arrangeres møder for forældre til sårbare børn.
- De har brug for støtte til at reflektere over deres egne behov.
- De skal gøres opmærksomme på vigtigheden i at være en god rollemodel.
- Nogle forældre får muligvis brug for vedvarende rådgivning og støtte fra den samme medhjælper.
- Forældre til børn på nærtliggende skoler/institutioner skal også informeres.
- Medierne og internettet må tages i brug.

Medier

- Hold medierepræsentanter på afstand af området.
- Gør brug af politiet til denne opgave.
- Forbered elever (måske via lærerne) og lærere på, hvordan de skal håndtere medierne. Dette kan øves.
- Vær sikker på, at medierne modtager passende information omkring, hvad der er sket.
- Pressemeddelelser og pressekonferencer er nødvendige.
- Der bør blive identificeret en medietalsmand, som pressen kan indhente den nødvendige information fra. Denne person skal hele tiden holde kontakt til skolen/institutionen og psykologerne.
- Alle medieforespørgsler går igennem medietalsmanden.
- Vær opmærksom på, at krisekoordinatorerne måske ikke har de nødvendige færdigheder til at være i direkte kontakt med medierne.

Krav til medhjælpere

Supervision til medhjælpere:

- Det skal begynde ligeså snart interventionen begynder. Det kan finde sted i forskellige omgivelser.
- Individuel supervision, gruppe supervision, team supervision af interne eller eksterne vejledere.
- Grupper/teams skal evaluere deres arbejdsindsats hver aften.
- Supervision bruges også i koordineringsteams.
- Emner, der skal overvejes er: emotionel stress og andre stressreaktioner, tilfredsstillende eller utilfredsstillende arbejdsindsats, forbered håndteringsstrategier i tilfælde af svære situationer, føler alle, at de kan håndtere deres tildelte opgaver.
- Hjælp krisepersonalet med at skabe afstand imellem dem selv og hændelsen.
- Supervision er specielt anbefalet før pauser.
- Passende rolige omgivelser er nødvendige

Pauser

- Krisepersonale skal opfordres til at være opmærksomme på deres evner og grænser i løbet af interventionen.
- Alle medhjælpere har brug for regelmæssige pauser.
- Afhængig af graden af stress, bør der efter et 3-5 dags forløb være en pause på 1-2 dage.
- De medhjælpere, der var involveret i de tidlige og mest kritiske faser, har højst sandsynligt oftere brug for pauser.
- Pauser skal være planlagt på forhånd.