

**Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde**

Plan för krisarbete för barn under förskoleåldern

**Godkänd av ledningsgruppen för
serviceområdet för barn, unga och
familjer 8/2025**



Krisarbete för familjer till barn under förskoleåldern och verksamhetsenheter inom småbarnspedagogiken

- Velfärdsområdet har inte producerat någon lagstadgad grund för generellt inriktat psykosocialt stöd inom småbarnspedagogiken i krissituationer
 - Läroanstalter har krisplaner och elevhälsa, som lagen förpliktar i fråga om generellt inriktat psykosocialt stöd, men det finns ingen motsvarande laggrund för psykosocialt stöd för barn under förskoleåldern
- Inom de riktade tjänsterna i Västra Nylands velfärdsområde erbjuds klient-/familjespecifikt psykosocialt stöd för familjer med barn under skolåldern som drabbats av en kris
- Anordnaren av småbarnspedagogik och producenten av småbarnspedagogik ansvarar för att ordna stöd för verksamhetsenheter inom småbarnspedagogiken

Krisarbete för familjer med barn under skolåldern och verksamhetsenheter inom småbarnspedagogiken – barn- och familjespecifikt arbete

- När en akut kris inträffar kommer information om detta oftast till social- och krisjouren antingen från anhöriga eller samarbetspartner
 - Social- och krisjouren kontaktar vid behov chefen vid familjerådgivningen
 - Social- och krisjouren och familjerådgivningstjänsterna kommer tillsammans överens om ett arbetspar. Familjerådgivningen tar mer ansvar för barnet och social- och krisjouren för den andra föräldern/vårdnadshavaren
 - Man kommer tillsammans överens om fortsättningen
 - Barnet flyttas enligt behov via familjerådgivningen till mentalvårdstjänsterna för barn och vid behov därifrån på remiss direkt till tjänster inom den specialiserade sjukvården om basservicen inte är tillräcklig
 - Behovet av barnskydd och behovet av handledning i hemmet beaktas alltid

Krisarbete för familjer med barn under skolåldern och verksamhetsenheter inom småbarnspedagogiken – barn- och familjespecifikt arbete

- Servicebehovet kan också komma fram genom kontakt till handledningen och rådgivningen för barnfamiljer, via vilken klientfamiljen hänvisas till familjerådgivningens tjänster
 - Kontakt från klienter med handledningen och rådgivningen för barnfamiljer: [Handledning och rådgivning för barnfamiljer | Västra Nylands välfärdsområde](#)
 - E-tjänster: [Be om hjälp-blanketten](#). Öppettider: Tjänsten är tillgänglig varje dag dygnet runt
 - Telefontjänst: Esbo och Grankulla, tfn 029 151 2360. Hangö, Ingå, Kyrkslätt, Raseborg, Sjundeå, Lojo, Högfors, Vichtis, tfn 029 151 2540. Öppettider: Öppet mån.–fre. kl. 09–14.
 - Kontakt från myndigheter i samarbete med klienten eller utan klienten:
 - [Orosanmälan](#) – på den här sidan finns de elektroniska kontaktkanaler som används och blanketter enligt kommun

Information om hur sinnet och kroppen reagerar på en chockerande händelse

Efter en chockerande händelse är det normalt att människans sinne och kroppen reagerar på det som hänt. Hur vi reagerar är individuellt, en del reagerar mer och andra mindre.

Möjliga reaktioner och känslor under de första dagarna:

- Känsla av överklighet och tvivel
- Svårt att förstå vad som hänt
- Koncentrations- och minnessvårigheter
- Starka känslor, till exempel otrygghet, sorg, hat, skam, hjälplöshet, skuld-känslor, känsla av lättnad
- Du kan också känna dig känslomässigt avtrubbad
- Du kan också få fysiska symtom, till exempel aptitlöshet, sömnlöshet, darrningar, huvudvärk, magsmärter, illamående, tryckande känsla i bröstet eller i halsen
- Ängestframkallande bilder av det som hänt

**Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde**

Möjliga reaktioner och känslor under de närmaste veckorna:

- Liknande känslor och reaktioner som under de första dagarna
- Flashbacks av händelserna som återupplevs
- Rastlöshet och oro
- Ängest
- Irritation
- Känsla av tomhet och depression
- Frågor som cirkulerar i tankarna, varför? kanske? om?
- Ett försök att förstå det som hänt, hitta en orsak eller förklaring till det

Hur kan du hjälpa dig själv:

- Var inte ensam med dina tankar och känslor
- Prata med dina närmaste om det som hänt, sök stöd bland dina närmaste
- Kom ihåg att ta hand om dina grundläggande behov, att äta och dricka
- Undvik att dricka alkohol
- Försök att vila och röra på dig, promenader är ofta psykiskt och fysiskt lugnande
- Försök hålla fast vid vardagsrutinerna

Att stöda ett barn i kris:

Barn reagerar individuellt och åldersenligt på traumatiska händelser
Det är bra att prata med barnet öppet och sanningsenligt om det som hänt och ta i beaktande barnets ålder.
De egna föräldrarna och andra nära anhöriga till barnet är det bästa stödet och den bästa tryggheten för barnet när något traumatiskt har hänt.
Upprätthåll de dagliga rutinerna, det ger barnet trygghet.
Berätta på barnets daghem eller skola om det som hänt.
Berätta också för barnet om dina egna känslor, dölj inte dina egna känslor för mycket.

Vanliga reaktioner hos barn:

- Oro
- Irritation
- Klängighet
- Sömnsvårigheter och mardrömmar
- Fysiska symtom som huvudvärk och magont

Att hjälpa ett barn i en krissituation – i första hand via stöd som erbjuds den vuxna och stöd som den vuxna erbjuder

- Ett barn behöver mer omsorg och skydd än en vuxen för att klara sig. Barn och unga har ännu inte den tillförsikt som livserfarenhet ger om att man klarar sig genom svårigheterna. Därför är de närstående vuxnas sätt att reagera på en chockerande händelse och erbjuda sitt stöd särskilt viktigt för barnet
- Källa: [Att hjälpa barn eller unga i krissituationer](#)

Hur ett barn reagerar på en kris

- Barnet förstår situationen enligt sin egen utvecklingsnivå.
- Ju mindre barnet är, desto starkare reagerar barnet på reaktioner från närstående vuxna, inte på själva händelsen.
- Förmågan att förstå även andra människors upplevelser utvecklas efter hand.
- Ett litet barn kompletterar luckor i sin förståelse med sin fantasi.
- Barnets förmåga att identifiera och sätta ord på sina behov är begränsad.
- Därför kan barnets sätt att reagera och uttrycka sina känslor vara förvirrande för den vuxna. Barnet kan till exempel börja bete sig på ett sätt som är barnsligt för åldern, bli aggressiv eller klamra sig fast vid sin förälder.
- Krisen kan påverka bland annat barnets lek, skolgång och hobbyer, sömn- och matvanor, aktivitet, koncentrationsförmåga eller vilja att vara tillsammans med andra.
- Barnet kan å andra sidan också fortsätta med sina sysslor på normalt sätt och ge utlopp för sin nöd till exempel genom att rita.
- Källa: [Att hjälpa barn eller unga i krissituationer](#)

Att stödja ett litet barn i en kris – i första hand via stöd som erbjuds den vuxna och stöd som den vuxna erbjuder

- Fysisk närhet ger trygghet.
- Ge närhet och krama barnet.
- Håll fast vid en regelbunden måltids- och sömnrytm.
- Tala med lugn och mjuk röst.
- Skydda barnet från höga ljud och kaotiska situationer.
- Källa: [Att hjälpa barn eller unga i krissituationer](#)

Att stödja ett barn i lekåldern eller ett litet skolbarn i en kris – i första hand via stöd som erbjuds den vuxna och stöd som den vuxna erbjuder

- Ge barnet mer tid och uppmärksamhet än vanligt.
- Håll fast vid regelbundna rutiner och tidtabeller.
- Barn i lekåldern och även äldre barn kan komplettera det som har hänt med hjälp av sin fantasi.
- Förklara vid behov för barnet att det hemska som hänt inte är barnets fel.
- Ge barnet möjlighet att leka och koppla av.
- Ge barnet information om händelsen utifrån barnets utvecklingsnivå, men undvik detaljer som skrämmar barnet.
- Låt barnet vara nära dig om barnet är rädd eller vill klänga sig fast vid dig.
- Påminn ofta barnet om att hen är trygg.
- Var tålmodig om barnet börjar uppföra sig som ett yngre barn och exempelvis suger på tummen eller kissar i sängen.

Källa: [Att hjälpa barn eller unga i krissituationer](#)

Mer information och stöd

- [Vad är en traumatisk kris? | Psykporten.fi](#)
- [Miten voin tukea oireilevaa lastani? \(Hur kan jag stödja ett barn med symtom, på finska\) | Psykporten.fi](#)
- [Familjetjänster vid psykiska störningar | Psykporten.fi](#)
- [Miten autat lasta kriisitilanteessa \(Hur hjälpa ett barn i en krissituation, på finska\) – Traumaterapiakeskus](#)

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

Västra Nylands välfärdsområde

Seuraa meitä sosiaalisessa mediassa:



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue



@luhyvinvointialue



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue



@LUhyvinvointi @LUpelastus



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

