

## Rekommendation om minimikrav på larmgrupperna för psykiskt stöd

### Varför behövs det minimikrav?

Frivilliga räddningstjänstens verksamhet är utbildningsbaserad och koordinerad hjälpverksamhet under myndigheternas ledning och enligt deras anvisningar.

Att vara frivillig i en larmgrupp för psykiskt stöd är en krävande och ansvarsfylld uppgift som kräver specialkompetens. Verksamheten i en larmgrupp för psykiskt stöd ska utgöra trygg frivilligverksamhet av hög kvalitet. Verksamheten ska basera sig på överenskomna värden och verksamhetsprinciper och ha en kompetensnivå som uppnåtts genom utbildning inom ramen för Frivilliga räddningstjänsten och dess medlemsorganisationer.

Målet med att fastställa och tillämpa minimikrav på larmgrupperna för psykiskt stöd är att säkerställa tryggt frivilligarbete av hög kvalitet genom vilket man kan garantera de frivilligas kompetens, förtroendefullt myndighetssamarbete och att man ska orka. Genom att fastställa minimikrav kan gruppernas kompetens förenhetligas och kunskapsnivån säkerställas. Samtidigt stärker man gruppernas egen profilering, kännedomen om den och ett förtydligande av rollfördelningen.

### Vad baserar sig minimikraven på?

Minimikraven baserar sig på de värderingar och principer som godkänts inom Frivilliga räddningstjänstens verksamhet. I vidare utsträckning bestäms de i lagar, förordningar och myndighetsverksamhet. Tystnadsplikten är en av de viktigaste principerna för frivilligverksamheten. Också verksamhetsmodeller som noterats fungera väl och har utvecklats genom utbildning och god praxis, bidrar till definitionen av minimikraven.

## Minimikrav på larmgrupperna för psykiskt stöd

### 1. Principerna för frivilligarbete med psykiskt stöd

Larmgrupperna för psykiskt stöd består av utbildade, frivilliga lekmannahjälpare som deltar i verksamheten på sin fritid. Det professionella kunnandet kvarstår men det finns inga myndighetsrättigheter eller -skyldigheter.

En frivillig kan inte ersätta professionell hjälp. Myndigheterna ansvarar för att ordna psykiskt stöd och grupperna för psykiskt stöd verkar i huvudsak utanför tjänstetid. De kan dock också vara aktiva under tjänstetid vid behov, i fall av storolyckor och andra överenskomna situationer.

Hjälpen är huvudsakligen en engångsföreteelse eller kortvarig i akuta krissituationer. De frivilliga kan inte arbeta i situationer med risk för våld.

Larmgruppens chef ansvarar för att bedöma vem som lämpar sig bäst för vilka uppgifter. De frivilliga åtar sig alltid sina uppdrag åtminstone i par. De frivilliga har rätt att frånsäga sig en uppgift utan särskild orsak, exempelvis med beaktande av arbetssituationen eller den egna kapaciteten.

**Den frivilliga har rätten och skyldigheten att frånsäga sig en uppgift om**

- den nödställda står en själv eller ens livssituation alltför nära,
- ens egen livssituation inte är i balans
- den frivilliga upplever uppgiften som alltför krävande i förhållande till de egna färdigheterna och erfarenheterna
- är påverkad av alkohol eller droger
- man vet att det förekommer risk för våld

## 2. Psykiskt stöd och begränsningar för uppgifterna

Frivilliga räddningstjänsten erbjuder myndighetsstöd på begäran av myndigheterna. En grundläggande uppgift inom psykiskt stöd är att skapa eller återställa känslan av trygghet, sörja för basbehoven, erbjuda lugnande närvaro, lyssna, hjälpa med att få kontakt med anhöriga och hänvisa till fortsatt hjälp.

Uppgifterna inkluderar också att stödja anhöriga och att de frivilliga går igenom processen efteråt, till exempel om det psykiska stödet varit kopplat till en eftersökning. Vanlig barnskötsel ingår i det psykiska stödet. Vid barnskötsel arbetar man i par.

Att hålla avlastningssamtal för yrkesmänniskor ingår inte i frivilliguppgifterna. Avlastningssamtal kräver att den frivilliga har kunskapen och är insatt i ämnet. Inte heller debriefing/krisbearbetning hör till det psykiska stöd som de frivilliga ger. Sorgebud hör alltid till polisens uppgifter. Frivilliga kan dock erbjuda stöd till anhöriga som fått ett sorgesbud.

Det rekommenderas inte att man använder sin egen bil vid transport av nödställda, men om situationen kräver kan man göra det.

## 3. Utbildningsrekommendationer

Rekommendationen är att gruppmedlemmarna har det kunnande som behövs och att åtminstone en del har färdigheter och kunskap att ordna avlastningssamtal.

Utöver den organisationsspecifika utbildningen:

**Minimikrav**

Frivilliga räddningstjänstens grundkurs, 4 h

Röda Korsets Grundkurs i psykiskt stöd, 12 h

### **Fortbildning som rekommenderas bestämt**

Röda Korsets Fortsättningskurs i psykiskt stöd, 12 h

Röda Korsets Kurs i avlastningssamtal, 4 h

Psykiska första hjälpen 2 vid Föreningen för mental hälsa i Finland; 14 h

Grundkurs i första omsorgen, 8 h

### **Fortbildning som rekommenderas**

Psykiska första hjälpen 1 vid Föreningen för mental hälsa i Finland; 14 h

Första hjälpen I, 16 h

Fortsättningskurs i första omsorgen, 12 h

Grundkurs i eftersökning, 12 h

Kommunikationskurs, 8 h

+ övningar

+ regelbundna träffar

Larmgrupperna för psykiskt stöd ska träffas månatligen, med undantag för semesterperioderna. Gruppledarna rekommenderas gruppledarutbildning.

## **4. Personliga färdigheter och kunskaper**

Att verka i en larmgrupp för psykiskt stöd förutsätter att individen har de egenskaper, det kunnande och de färdigheter som krävs för verksamheten.

- **Motivation och viljan att vara frivillig hjälpare**  
En gruppmedlem ska vara motiverad att jobba som frivillig hjälpare. En gruppmedlem ska förbinda sig till att delta både i gruppens verksamhet och de regelbundna träffarna, samt i utbildningar och övningar.
- **Frivilliga räddningstjänstens och den egna organisationens värden**  
Att delta i verksamheten förutsätter att man samtycker till och iakttar Frivilliga räddningstjänstens och den egna organisationens värden samt förbinder sig att utbilda sig.
- **Sociala färdigheter och stresstålighet i utmanande situationer**  
Frivilliga som deltar i situationer där man ger psykiskt stöd kan råka ut för lägen som orsakar långvarig och kraftig stress. Att verka i en larmgrupp förutsätter grundliga sociala färdigheter och stresstålighet i utmanande situationer.

- **Ansvar och självskattning**  
Att verka i en larmgrupp kräver förmåga till självskattning, det vill säga individens förmåga att bedöma sina egna begränsningar och beakta exempelvis sin familj och sitt arbete. Individen ska ta ansvar och kunna avgöra huruvida de egna resurserna räcker till och bedöma sin stresshanteringsförmåga.
- **Samarbetsförmåga och förmåga att stå under ledning**  
Att jobba i grupp kräver samarbetsförmåga, förmåga att kunna ledas under press och att dela ansvaret när ens egen aktivitet upphör.
- **Fysisk och psykisk balans**  
Medlemmarna i larmgrupper ska sköta om sitt eget fysiska och psykiska välbefinnande och uppmärksamma sina egna begränsningar som inverkar på uppgifterna inom verksamheten.
- **Myndig ålder**  
Att ingå i en larmgrupp förutsätter att man är myndig och har de färdigheter och kunskaper som krävs. Gruppmedlemmarna ska iaktta de uppgiftsspecifika åldersrekommendationerna och vara myndiga.
- **Beredskap att ställa upp**  
Beredskapen att ställa upp ska vara enligt det som avtalats och lovats.

### Larmgruppmedlemmarnas rättigheter

- **Rätten att få utbildning och stöd**  
Medlemmarna i larmgrupper har rätt att få introduktion, utbildning och gruppens stöd i enlighet med vad uppgiften kräver. Vid larmuppdrag har man rätt att få ett arbetspar.
- **Rätten till handledning och eftervård i samband med uppdrag**  
Gruppmedlemmarna har rätt att få handledning i verksamheten och att ges möjlighet till avlastning och eftervård i samband med uppdrag.
- **Rätten till överenskommen ersättning för omkostnader och försäkring**  
Gruppmedlemmarna har rätt till överenskommen ersättning för omkostnader och försäkring

### Larmgruppmedlemmarnas skyldigheter

- **Tystnadsplikt**  
Det finns inga direkta bestämmelser om en frivillig hjälparens tystnadsplikt. Däremot finns det i lagstiftningen många bestämmelser som kan läggas till grund för de principer de frivilliga ska iaktta.

Larmgruppmedlemmarna agerar strikt enligt den begärande myndighetens anvisningar och de omfattas av samma tystnadsplikt som myndigheterna. Larmgruppmedlemmarna undertecknar ett avtal om tystnadsplikt när de ansluter sig till gruppen.

- **Plikten att utbilda sig och upprätthålla kompetensen**  
Larmgruppmedlemmarna är skyldiga att utbilda sig för den uppgift de avtalat om att utföra och att därefter upprätthålla sina kunskaper och färdigheter.
- **Plikten att lyda order**  
Medlemmarna är förpliktade att lyda order.
- **Rapporteringsplikt**  
Medlemmarna är skyldiga att enligt överenskommelse rapportera till ledaren för Frivilliga räddningstjänsten eller gruppledaren.
- **Respekt för privatlivet**  
Gruppmedlemmarna ska respektera individers privatliv.

## 5. Grupp-specifika minimikrav

- **Regelbundna träffar och verksamhetsledning**  
Larmgrupperna för psykiskt stöd förbinder sig till att ordna och delta i regelbundna gruppträffar samt eventuella verksamhetsledningsträffar cirka en gång i månaden.
- **Utbildningsrekommendationer**  
Gruppen ska försäkra sig om att rekommendationerna ovan om utbildning tas i bruk och sörja för att de genomförs. Gruppen förbinder sig att kontinuerligt underhålla sina färdigheter och kunskaper genom att utbilda sig och delta i beredskapsövningar.
- **Plikt att informera och rapportera**  
Gruppen förbinder sig att informera om sin verksamhet och rapportera hur agerandet förlopt vid ett larmuppdrag. Larm till Frivilliga räddningstjänsten registreras i beredskapsdatabasen OHTO av den person som beredskapschefen befullmäktigar. Larmgrupperna utarbetar en verksamhetsplan och verksamhetsberättelse i enlighet med avdelningens tidtabell.
- **Utrustning**  
När gruppen är verksam ska man vara synligt identifierbara och använda överenskomna typer av märkning. Varje gruppmedlem ska ha med sig ett ID-kort som anger den instans som personen företräder. Gruppmedlemmarna ska använda den officiella identifikationsvästen för medlemsorganisationen i Frivilliga räddningstjänsten, alternativt Frivilliga räddningstjänstens identifikationsväst. På västens rygg ska ryggmärket Henkinen tuki (Psykiskt stöd) finnas.



## 6. Utvärdering – hur utvärderar man att minimikraven uppfylls?

Att möta och iaktta minimikraven på larmgrupperna för psykiskt stöd förutsätter regelbunden och mångsidig utvärdering av verksamheten.

När man grundar en larmgrupp för psykiskt stöd eller väljer in nya gruppmedlemmar kan man använda ansöknings- och intervjuförfaranden där man använder sina egna blanketter. (Se malldokumenten)

Man kan tillämpa en provotid på nya medlemmar. I det här sammanhanget ska man även kontrollera att utbildningsrekommendationerna efterföljs, det vill säga att de kurser som ingår i rekommendationerna avläggs.

Utvärderingen av larmgruppens verksamhet ska vara regelbunden och man ska ingripa i fall av problem. Utvärderingen kan basera sig på olika former av rapporteringsförfaranden och återkopplingssamtal till exempel i samband med verksamhetsledningsträffar.

Myndighetssamarbetet och respons från myndigheterna är en metod för att utvärdera verksamheten vid larmuppdrag. Larmgruppernas beredskap testas under beredskapsövningar.

Ansvariga för utvärderingen: Distriktets beredskapschef ansvarar för att utvärderingen genomförs. Beredskapschefen kan utse någon annan kompetent person (t.ex. en socialplanerare) till att genomföra utvärderingen.