



**Att involvera deltagare
med funktionsnedsättning
i krisövningar**

Att involvera deltagare med funktionsnedsättning i krisövningar

Författare:

Anna-Lisa Osvalder Chalmers tekniska högskola, Göteborg

Elin Stark Chalmers tekniska högskola och Furuboda funktionsrätt

Jonas Borell Designvetenskaper, Lunds universitet

2025

Metoden har utvecklats och testats i forskningsprojektet:

“Från passiv mottagare till aktiv resurs i krishanteringssystemet”

finansierat av Myndigheten för Samhällsskydd & Beredskap (MSB).

Projektet har genomförts i samarbete mellan Chalmers tekniska högskola och Lunds universitet under 2021-2024.



Introduktion

Denna informationsbroschyr beskriver hur man kan arbeta med krishanteringsövningar i form av motspelsövningar där individer med funktionsnedsättningar deltar och bidrar med erfarenheter. Motspelsövningar är en typ av rollspel där deltagarna får hantera en krissituation i en realistisk miljö. Informationen i broschyren tar upp vad man specifikt bör tänka på när det gäller planering, genomförande och utvärdering när deltagare med funktionsnedsättningar ingår i en övning. Informationen ska därmed ses som ett komplement till övrig planering inför en krisövning. Broschyren innehåller följande avsnitt:

- Varför inkluderande krisövningar?
- Planering är A och O
- Krisövningens syfte och mål
- Vilka ska vara med?
- Krisscenario och inspel
- Förberedelse för deltagarnas engagemang
- Förberedelse för deltagarnas behov
- Kommunikation
- Samlingsplats för krisövningen
- Uppstart av krisövningen
- Genomförande av krisövningen
- Utvärdering av krisövningen
- Avslutande ord



Varför inkluderande krisövningar?

Kriser kan drabba vem som helst. Därför ska samhällets krishantering fungera för alla, och alla ska känna sig inkluderade. När en kris börjar orsaka problem, skiljer det sig mellan personer vad som blir svårt eller utmanande. Det beror på att människor är olika. Vi har olika behov och förmågor och varierande tillgång till stöd och resurser. Därmed är våra individuella sårbarheter och styrkor olika. Till exempel kan individer med funktionsnedsättningar ibland ha särskilda behov i krissituationer, men också specifika förmågor och styrkor som är viktiga att ha kunskap om. Därför är det angeläget att personer som planerar och förbereder för samhällets krishantering även har tillgång till insikter från personer som under en kris kan behöva särskilt stöd.

Krisövningar är ett sätt att undersöka hur krissituationer kan påverka människor och samhället. De bidrar till att bygga upp förmågor att hantera kriser. En typ av krisövning är praktiska rollspel, så kallade motspelsövningar, där deltagare spelar olika roller i en realistisk miljö för att skapa en dynamisk och utmanande situation. Genom att utsättas för realistiska scenarier kan deltagarna identifiera problem och brister i samhällets eller organisationers rutiner och processer och därmed stärka beredskapen inför verkliga kriser.

Det är ovanligt att krisövningar genomförs med deltagare som har funktionsnedsättningar. Detta kan bero på svårigheter att nå dessa målgrupper och en osäkerhet om vart man ska vända sig för att rekrytera deltagare. Många inser kanske inte heller värdet av att inkludera deltagare med olika fysiska, mentala och sociala nedsättningar i en övning. Det kan också finnas en uppfattning om att det är besvärligt att öva med deltagare som har nedsatt hörsel eller syn, som har svårt att förflytta sig, eller som har problem med att förstå information och uttrycka sig tydligt.

Planering är A och O

I denna informationsbroschyr ligger störst fokus på planeringsfasen, eftersom god förberedelse är centralt för att kunna genomföra en lyckad motspelsövning med individer som har särskilda behov.

I planeringen definieras först syfte och mål med krisövningen, samt vilka roller som ska delta. Baserat på detta skapas scenarier, inspel och aktiviteter som är anpassade för deltagarnas förmågor och sårbarheter. Därefter ska lämpliga deltagare rekryteras och informeras om sina roller och ansvar. Det är också viktigt under planeringsfasen att säkerställa att alla resurser som behövs för övningen är tillgängliga. Planering behövs också för hur utvärderingen med deltagarna ska genomföras efter avslutad övning, samt hur resultaten ska analyseras och dokumenteras.



Krisövningens syfte och mål

För att planera och genomföra en effektiv krisövning är det viktigt att definiera ett tydligt syfte och mål. Syftet är oftast att förbereda en organisation för att hantera en specifik krissituation på ett effektivt sätt. Målet kan vara att stärka organisationens förmåga att hantera krissituationen genom att förbättra krisplaner, rutiner, stöd och kommunikation. Målet ska tydligt beskriva de förmågor som ska tränas, och utgör därmed grunden för övningens krisscenario och upplägg.

Krisövningar som inkluderar deltagare med funktionsnedsättningar kan ha samma syfte och mål som andra övningar. Poängen är dock att fånga specifika insikter och unika resultat om sårbarheter för dessa individer under en kris. Det kan vara hur deltagarna förstår och agerar vid olika skeenden under krisen, vad de tycker är viktigt och mindre viktigt, hur de kommunicerar samt hur de löser problem och uppgifter de ställs inför.

Resultatet kan till exempel ge ökad förståelse för vad som händer om livsavgörande eller stödjande hjälpmedel inte fungerar vid elbortfall. Det kan också visa på behov av hjälp för att förstå och agera korrekt på krisinformation, eller identifiera vilka kommunikationsproblem som kan uppstå. Resultaten kan vidare peka på att individer kan behöva assistans för att förflytta sig i nya miljöer eller för att evakuera till skyddsrum.



Krisscenario och inspel

Det är viktigt att krisövningen är utformad på ett sätt som inte kräver för mycket tid och energi för deltagarna, så de orkar genomföra hela övningen. Krisscenarioet bör innehålla uppgifter som är specifikt anpassade för att dra lärdomar från hur deltagarna med funktionsnedsättningar påverkas och agerar.

Se till att krisscenarioet som väljs uppfyller övningens mål samt att deltagarnas särskilda förmågor och begränsningar har möjlighet att identifieras under rollspelet.

Exempel på krisscenario kan vara:

- strömavbrott med el-bortfall som sprider sig till större områden och slår ut viktiga funktioner i samhället inklusive transporter
- tilltagande storm, snöoväder eller översvämning
- otjänligt dricksvatten
- kemikalieutsläpp i luften, som gasläcka eller radioaktiva ämnen
- evakuering eller inrymning till följd av hot
- cyberattack som slår ut viktiga system
- förflyttning till skyddsrum till följd av flyglarm
- allvarlig arbetsplatsolycka för att träna på första hjälpen

Förbered också uppstyrda aktiviteter, så kallade inspel, i form av meddelanden och uppgifter som ska utföras under övningen. Genom inspelen får deltagarna information om vad som händer under krisen och förslag på vad de ska göra, vilket leder dem vidare i övningen.

Inspel kan vara fingerade nyhetsinslag som presenterar krisen samt vad man förväntas göra i olika skeden av krisen. Dessa kan skickas ut som sms till deltagarnas mobiltelefoner, presenteras på fingerade hemsidor på nätet, skrivs på anslag eller meddelas av personer med en krisledande funktion som deltar i övningen. Övningsledningen kan också gå in och regissera spelet. Använd förutom text och tal, också bilder och föremål för att skapa en mer verklig känsla för deltagarna vad krisen innebär.

Hela upplägget av övningens krisscenario ska planeras noga i förväg, från start till avslut. För att låta deltagarna komma in i rollspelet gradvis kan scenariot börja med en lättare kris som inte direkt hotar liv och hälsa. Sedan kan eskalerande moment läggas till efter hand om syftet är att en mer allvarlig kris ska övas.

Gör en tidplan för vad som ska hända under krisscenarioet och vad deltagarna förväntas göra vid olika tidpunkter samt när rollspelet ska avslutas. Antingen kan avslut vara mitt under krisen eller så kan spelet resultera i att krisen bli avblåst. Planeringen måste lämna utrymme för deltagarna att tolka och agera i det spelade scenariot. Var medveten om att vad som helst kan hända under rollspelet och att övningsledningen kan behöva vara påhittig och flexibel för att driva spelet vidare. Alla resultat är värdefulla även om det inte går som planerat – det är ju oväntade och okända fynd som gör övningen värdefull.



Vilka ska vara med?

Krisövningar i form av motspelsövningar bygger på uppstyrda aktiviteter och olika roller hos deltagarna. Deltagarna känner ofta inte i förväg till innehållet i övningen, utan agerar utifrån sin egen personliga förmåga eller roll under ett spelat krisscenario i en realistisk miljö.

Övningsledning

Vanligen planeras, förbereds, leds och utvärderas övningen av en grupp. Denna grupp kallas övningsledningen. Vilka som ingår här kan variera beroende på övningens tema. Övningsledningen innehåller ofta personer som arbetar med krishantering i kommuner, regioner, länsstyrelser eller i andra organisationer och företag. För övningar som inkluderar deltagare med funktionsnedsättningar bör övningsledningen ha kunskap om de specifika krav och möjligheter som denna målgrupp medför. Därför kan exempelvis representanter från funktionshindersorganisationer ingå, personer från olika kommunala förvaltningar som arbetar med personer med funktionsnedsättningar samt personer från frivilliga resursgruppen i kommunen (FRG). Endast övningsledningen, som också bör ha olika aktiva roller i övningen, känner till övningens upplägg och innehåll. Genom sina roller ser de till att leda övningen framåt, från början till slut.



Deltagare med funktionsnedsättningar

Individer som har olika typer av funktionsnedsättningar kan ingå som deltagare i övningen. Det kan vara individer med nedsatt syn- och hörsel förmåga, individer som är rullstolsburna eller individer som har olika kognitiva funktionsnedsättningar som påverkar till exempel förståelse, beslutsfattande och kommunikation.

De kan ha rollen som medlemmar av allmänheten, eller ha andra roller beroende på målet med övningen och valt krisscenario. Deltagarna kan rekryteras genom kommunala instanser, såsom dagliga verksamheter eller särskilda boenden, genom lokala föreningar som parasportföreningar eller strokeföreningar samt via intresseorganisationer för synskadade (SRF), hörselnedsatta (SDR), personer med intellektuella nedsättningar (FUB) eller personer med språkstörningar (Afasiförbundet).



Yrkesverksamma deltagare

Yrkesverksamma med olika funktioner från förvaltningar och verksamheter i en kommun eller annan organisation bör vanligtvis också ingå som deltagare, eftersom syftet med övningen är att förbättra beredskapen för det aktuella scenariot inom organisationen. Dessa deltagare kan vara personer med eller utan särskild krishanteringsexpertis.

De yrkesverksamma bör ha rollen som sig själva i sin verkliga yrkesutövning eller roll under krisövningen. Vilka yrkesverksamma personer som deltar kan påverka vad som händer under övningen, till exempel om de kommer agera i någon form av stabsfunktion eller mer direkt interagera med deltagarna med funktionsnedsättning.

Många yrkesverksamma kan sakna tidigare erfarenhet av att kommunicera med personer med funktionsnedsättningar. Övningen kan därför både skapa ett realistiskt första möte som liknar vad som kan ske under en kris, samt ge nya insikter av värde för den dagliga yrkesverksamheten.

Övriga deltagare

Äldre personer har med ökad ålder naturligt vissa funktionella nedsättningar, men har också mycket erfarenhet och kunskap som kan ge värdefulla bidrag i en krisövning. Äldre kan till exempel rekryteras genom organisationerna som PRO, SPF, SKPF och RPG, som finns i hela landet i regionala och lokala föreningar. Även individer utan nedsättningar kan ingå i krisövningen för att studera hur en blandning av deltagare kommunicerar och agerar med varandra under en kris.



Förberedelse för deltagarnas engagemang

Planera för att deltagarna ska känna sig välkomna och uppskattade, samt peka på att deras erfarenhet och kunskap är ett värdefullt bidrag till samhällets förberedelser inför kriser. Poängtera också att de genom att delta även kan öka sin egen kunskap och insikt om kriser.

Fråga i förväg om det finns särskilda behov som påverkar kommunikationen. Vissa kanske använder hörselhjälpmedel, andra kan behöva tekniska hjälpmedel, bilder eller anteckningspapper för att uttrycka sig. Några kanske kan behöva en stödperson för att kommunicera eller för att klara övningen praktiskt.

Före övningen bör alla deltagare få lättläst och anpassad information om övningen. Denna kan innehålla:

- Tid och plats för övningen
- Syftet med att delta
- Möjlighet till stöd under övningen
- Information om eventuella transporter och måltider
- Att deltagandet är frivilligt och kan avbrytas när som helst, utan att tala om varför
- Eventuellt något om försäkringar
- Eventuellt samtyckesformulär för underskrift före eller på plats

Samtyckesformulärets innehåll beror på övningens syfte och innehåll, samt hur och till vad resultatet ska användas. Övningsledningen får själv bedöma om det behövs. Via formuläret kan deltagarna till exempel godkänna att de tagit del av skriftlig eller muntlig information om övningen och att de vet vad det innebär att delta. Det kan också handla om att de accepterar att delta frivilligt, samt att de vet att de kan avbryta när som helst utan förklaring. Samtyckesformuläret kan också innehålla ett godkännande av att övningen dokumenteras med anteckningar eller inspelningar av ljud och bild. När övningsledningen träffar deltagarna vid krisövningens början är det bra att kort nämna innehållet i samtyckesformuläret igen.

Förberedelser för deltagarnas behov

Beroende på vilka deltagare som rekryteras kan det vara bra att ta hänsyn till olika faktorer i förväg. Exempel på detta kan vara:

- Boka transport till och från övningen i god tid om deltagarna inte kan ta sig dit själva.
- Se till att bokade lokaler är tillgängliga, till exempel att hiss finns om lokalen innehåller trappor och att det finns en tillgänglighetsanpassad toalett.
- Säkerställ att området där övningen genomförs är tillgängligt och framkomligt, såvida det inte bryter mot övningens syfte.
- Ordna markörer som visar vilka som ingår i övningen och om deltagarna har olika roller. Detta kan göras genom reflexvästar eller axelband.
- Sätt upp informationsskyltar till allmänheten som visar mellan vilka tider det kommer pågå en krisövning. Ange också vem som är arrangör.
- Notera eventuella allergier, samt om det behövs adaptiva hjälpmedel, om det ska bjudas på något att äta och dricka.

ÖVNING PÅGÅR

Under förmiddagen den 9 juni pågår en
simulerad övning i krisberedskap.
Övningen arrangeras av Edenbyns
kommun.

Kommunikation

Att kunna kommunicera väl med deltagarna är avgörande för att de ska kunna agera naturligt och bidra med värdefulla resultat. Övningsledningen bör alltid eftersträva att uttrycka sig enkelt i tal och skrift. Det är viktigt att budskap förmedlas med korrekt terminologi, men utan överdrivet fackspråk om det inte är nödvändigt för övningen. Budskap bör hållas enkla utan att bli barnsliga eller förlora sitt innehåll.

För vissa funktionsnedsättningar, som syn-, hörsel- eller intellektuella nedsättningar, kan särskilda behov finnas för kommunikation under övningen. Välj därför flera olika kommunikationskanaler. Det kan till exempel vara fysiska anslag eller lappar, meddelanden via deltagarnas telefoner eller en fiktiv hemsida på nätet med möjlighet till ljuduppläsning.

Det kan att flera personer från övningsledningen deltar och har olika roller under övningen, så de kan kommunicera med deltagarna på olika sätt. Någon kan vid behov hjälpa till med att förtydliga krismeddelanden, förklara vad en deltagare ska göra eller dela ut nya uppdrag. Någon annan kan vara observatör eller ta anteckningar, filma eller fotografera. Ytterligare någon kan ha rollen som journalist och ställa frågor till deltagarna under övningens gång.



Samlingsplats för krisövningen

För att skapa en trovärdig startsituation för övningen kan den börja med att deltagarna samlas någonstans av en rimlig anledning, utomhus eller i en lokal. Till exempel kan deltagarna tillhöra en förening som ska åka till ett studiebesök, föredrag eller sportevenemang. De kan också vara besökare på ett bibliotek eller i en park, eller deltagare på någon aktivitet för allmänheten i staden.

För att deltagarna ska komma in i rätt tankesätt och för att övningen ska bli mer realistisk kan den också starta med ett tema som är kopplat till kris.

Till exempel kan deltagarna vara frivilliga som vill lära sig mer om egenberedskap eller första hjälpen, eller ingå i en grupp som ska hitta till skyddsrum, träna evakuering eller inrymning. Rollspelet kan också handla om att en trygghetspunkt har öppnat och att man går dit för att få information om krisen. Vid dessa aktiviteter är det också naturligt att personer som arbetar med krisberedskap i en kommun eller i andra organisationer samt frivilligorganisationer är på plats.



Uppstart av krisövningen

Vid uppstart av själva rollspelet är det viktigt att alla deltagare får träffas tillsammans med övningsledningen. Övningsledningen börjar med att hälsa alla välkomna. Nämn kort något om samtyckesformuläret och försäkring om det är aktuellt. Tala om hur länge rollspelet håller på och att det efteråt blir en gemensam uppsummering och utvärdering. Berätta var toaletter finns och om det kommer finnas något att äta och dricka.

Beskriv sedan kortfattat krisövningens spelregler, vilka också kan finnas tydligt presenterade i textmaterial. Beskriv också vilka roller de olika deltagarna har, vilka som agerar samhällsmedborgare, vilka som agerar i olika yrkesroller och vilka som tillhör övningsledningen. För att skilja på olika roller kan reflexvästar i olika färger eller andra markörer användas. Eventuellt kan också namnlappar eller vilken roll deltagaren har användas.

Tydliggör för deltagarna att allt som sker under övningen är påhittat och inte händer på riktigt. Poängtera igen att alla kan avbryta sin medverkan när som helst utan att ange orsak.

Förklara också för eventuella stödpersoner till deltagare med funktionsnedsättningar att de inte omedelbart bör föreslå lösningar eller på annat sätt påverka övningen. Det viktiga är att deltagarna med olika roller under övningen ska försöka agera tillsammans.



Genomförande av krisövningen

Klargör tydligt när själva övningen börjar. Inled med att deltagarna får något inspel om vad som är på gång att hända. Om deltagarna fastnar eller inte förstår - kom med tips och nya inspel! Se till att deltagarna får mer och mer information så de själva sedan kan hitta ytterligare information och agera. Alla deltagare bör ges uppgifter att utföra.

Se till att någon från övningsledningen alltid följer deltagarna och är redo att påminna eller på annat sätt stötta om de fastnar i ett uppdrag. Vissa deltagare kan behöva hjälp med engagemanget. Detta kan lösas genom att dela ut lappar med specifika uppdrag eller få tips på frågor de ska ställa. Frågorna kan till exempel handla om att deltagaren:

- är orolig för sin hund eller andra husdjur
- är rädd för mörka utrymmen och vågar inte gå in i ett skyddsrum
- behöver ladda sin mobil eller permobil
- behöver nya batterier till sin hörapparat
- är orolig för sin familj och vänner
- vill kontakta sin familj och berätta var hen är
- är orolig och rädd och vill åka hem nu
- behöver sin medicin
- är allergisk och behöver sin specialkost
- har svårt att prata och ingen förstår vad hen vill säga

Din permobil måste laddas!
(be kommunpersonal om hjälp)

Får jag ta med min hund hit
till trygghetspunkten?

Du vill se hur vattenrening fungerar.
(be kommunpersonal om hjälp)

Behöver vi stanna här, eller
kommer vi hem snart? Jag
behöver mina mediciner som
är hemma.

Resultatet av övningen beror på vilka personer som deltar, deras engagemang, vilja och möjlighet att agera. Oväntade saker kan hända under övningen och det är inte säkert att allt går enligt plan. Dock kan deltagarnas oväntade agerande och reaktioner ge viktiga resultat. Övningsledningen kan behöva vara flexibel och påhittig om man märker att övningen inte fungerar. Därför är det viktigt att ha förberett olika sätt att driva övningen vidare om inspelen eller tidsplanen inte håller.

Klargör även tydligt när själva rollspelet avslutas. Det är viktigt att inte dra över tiden även om alla inspel inte hunnits med. Likaså bör övningen avslutas när alla inspel har genomförts även om tid finns kvar. Se det som lärdomar för övningsledningen om tidsplaneringen inte håller.

Efter avslutat rollspel berättar ni för alla deltagare vad de ska göra nu. Vanligtvis samlas alla deltagare med övningsledningen på en förutbestämd plats för en utvärdering av hur genomförandet av övningen fungerade.



Utvärdering av krisövningen

Hur utvärderingen ska genomföras och vilka frågor som ska diskuteras måste ha förberetts noga i förväg av övningsledningen. Flera olika metoder och kommunikationssätt kan användas så att det är möjligt att samla in synpunkter från alla deltagare. Om några av deltagarna med funktionsnedsättning har med sig stödpersoner kanske dessa också kan hjälpa till med kommunikationen vid utvärderingen.

Muntlig återkoppling kan göras i storgrupp med alla deltagare. Då ger deltagarna feedback, reflekterar och diskuterar med övningsledningen. Välj någon person från övningsledningen som är bra på att kommunicera som ledare för utvärderingen. Se till att alla deltagare känner sig trygga med att komma med synpunkter. Informera om att alla svar är värdefulla och ge gott om tid för deltagare att fundera över frågorna och formulera sina svar. Erbjud alla deltagare att kommentera, men acceptera om de avböjer att tala inför gruppen.

Är det en stor grupp kanske en diskussion i mindre grupper vara lämpligt. Återkoppling via frågor på papper eller digitalt kan också användas. Alternativa kommunikationssätt som visuella skalor med enkel text eller bilder för olika svarsalternativ kan också användas.



Vissa deltagare kan behöva mer tid på sig för att bearbeta sina upplevelser och komma med insikter. Därför kan deltagarna få möjlighet att komma med ytterligare synpunkter efter några dagar via e-post eller telefon.

Följande områden kan vara lämpliga att analysera vid utvärderingen:

1. **Måluppfyllnad:** Uppfylldes övningen de uppsatta målen? Framkom möjligheter, sårbarheter och behov hos deltagare med funktionsnedsättningar? Fick yrkesverksamma deltagare som arbetar med krisberedskap möjlighet att kommunicera och agera med deltagare med funktionsnedsättningar samt hantera specifika problem?
2. **Genomförandet av övningen:** Var scenarierna realistiska? Fungerade kommunikationen effektivt eller fanns det kommunikationsproblem? Var deltagarna engagerade och följde de sina tilldelade roller?
3. **Lärdomar och förbättringar:** Vad fungerade bra eller mindre bra under övningen? Finns det förslag till förbättringar?
4. **Reaktioner och beslut:** Hur snabbt och effektivt reagerade deltagarna på de olika inspelen? Var deras beslut förväntade eller överraskande?

Dokumentera vad som sägs under utvärderingen. Efter utvärderingen är det viktigt att sammanfatta alla insikter och lärdomar från utvärderingen så de kan användas dels för att stärka organisationens krisberedskap, dels för förbättringar inför framtida krisövningar som inkluderar deltagare från olika sårbara grupper i samhället.



Avslutande ord

Krisberedskap är en gemensam angelägenhet. Genom att arbeta inkluderande lämnas ingen utanför när den verkliga krisen uppstår.

Att skapa inkluderande krisövningar visar att alla medborgare, oavsett funktionsförmåga, är viktiga och har en roll att spela i krisberedskapen. Detta bidrar till en känsla av delaktighet. När fler får möjlighet att delta, bidra och påverka blir krishanteringen mer robust och realistisk, och stärker hela samhällets beredskap genom att mångfald och inkludering kan beaktas.

Att genomföra krishanteringsövningar med deltagare som har funktionsnedsättningar går till som andra övningar. Genom att denna grupp ses som en självklar del i planering, genomförande och utvärdering av en krisövning kan brister identifieras, kommunikationen förbättras och lösningar hittas som gynnar alla medborgare.





Att involvera deltagare med funktionsnedsättning i krisövningar

Författare:

Anna-Lisa Osvalder, Chalmers tekniska högskola, Göteborg

Elin Stark, Chalmers tekniska högskola och Furuboda funktionsrätt, Yngsjö

Jonas Borell, Lunds universitet

2025