

Praktiska övningar i PDV

Nedan dokument innehåller övningsmaterial som chefer ska gå igenom och öva med sina medarbetare minst 1 gång per år i samband med exempelvis APT.

Dokumentet innehåller flera olika övningar.

Innehåll

1-5 Praktisk övning PDV

8 Praktisk övning – Lås och barrikadera

10 Praktisk övning – Ljud och insyn

12 Praktisk övning – Placering och vapen

14 Praktisk övning – Sjukvård och brand

Praktisk övning PDV

Att öva praktiskt är att ytterligare skapa möjligheter att uppnå målen med er utbildningsinsats i PDV (pågående dödligt våld):

- Minimera konsekvenserna av dödligt våld i skolmiljön
- Öka medarbetarnas trygghet
- Öka medarbetarnas mentala förberedelse
- Öka förmågan till adekvat agerande för individ, grupp och verksamhet

För att utnyttja övningsdagen på bästa sätt krävs att deltagarna har rätt "mindset". En viktig uppgift för övningsledaren är därför att sätta övningsdagen i rätt kontext och påminna om varför ni övar.

Ledord: Det handlar om liv och död, att aldrig ge upp, att ta övningen på allvar, att ge dina kompisar så bra förutsättningar som möjligt för att kunna öva och därmed bli mental förberedd.

Viktigt!

- Ingen ska behöva göra något som den inte vill.
- Eget ansvar och gränssättning.
- Övningarna är lärande, inte bedömande.

Krav: Innan den praktiska övningen ska alla ha deltagit vid grundutbildningen och/eller genomfört det digitala verktyget med efterföljande workshop/diskussion i sin arbetsgrupp.

Förberedelser:

Beroende på skolans byggnad, verksamhetens omfattning och andra förutsättningar tar denna praktiska övning ca 3h (halvdagsutbildning med pauser) att genomföra.

- Meddela eventuellt lokalpolisen om er övningsdag beroende på byggnadens placering.
- Meddela eventuella grannar/ närliggande verksamheter om övningsdagen.
- Skicka ut kallelse med information till deltagarna, t ex om oöm klädsel.
- Utse övningsledare och sjukvårdare.
- Prata med skolkurator och förbered hen på att någon/några av deltagarna kan få starka reaktioner. Inled utbildningsdagen med att berätta att det är naturligt att bli berörd av övningarna och att ni ska öva lugnt och metodiskt.

Lokaler

- Tom skola. Ingen övrig aktivitet. Meddela eventuell lokalvård och annan verksamhet att övning pågår.
- Stäng av larmet i byggnaden samt skalskyddet.
- Ordna en samlingsplats där alla övande kan samlas för start och avslutning, t ex aula eller matsal.
- Ordna med korridorer/öppna ytor att öva "flymomentet" i. En fördel är om det ligger i anslutning till klassrum, toaletter, trapphus mm för att öva olika flöden.
- Ordna med klassrum för att öva "söka skyddmomentet" i. Räkna med ca 25 deltagare/ rum, dvs en ungefärlig skolklass.

Material

- Tourniqueter eller nylonstrumpor/bandage för att öva avsnörande förband.
- Anteckningsmaterial för stående skrivning (observatörer).
- Utskrift av övningsföresättningar.

Steg 1 Uppstart, tidsåtgång ca 30 min

Roller:

- Chef för dagen/skolledare
- Övningsledare

Moment:

- Samling, dagordning etc
- Inledning. Sätta övningsdagen i rätt kontext.
- Kort tillbakablick från grundutbildningen.
- Dela ut nästa uppgift (skriv på tavlan, låt folk fota eller anteckna)

Steg 2 Rundvandring i lokalerna, tidsåtgång ca 15 min

Roller:

- Alla deltar

Moment:

- I grupper om ca fyra personer undersöker man skolans lokaler utifrån följande teman (skriv på tavlan eller dela ut):
- Utrymningsvägar
- Säkra ställen
- Låssystem
- Insynsskydd
- Fönster och höjder
- Sjukvård
- Provisoriska vapen
- Särskilda utmaningar

Steg 3 Öva på att fly, tidsåtgång ca 30 min

Roller:

- Övningsledare
- 2-4 observatörer/letare

Moment:

Gå först igenom fynden efter smågruppernas rundvandring

- "Klapp i hand" med efterföljande kurragömma

Övningsledaren meddelar att när hen klappat i händerna ska samtliga övande snabbt skapa avstånd till hotet (den som klappar) och sätta sig i säkerhet. Det kan man göra genom att lämna byggnaden eller vara kvar i den. Man måste fatta eget beslut baserat på det som händer. Glöm inte att meddela att deltagarna ska komma tillbaka efter 5 minuter.

När de sprungit iväg kommer 2-4 observatörer/letare (beroende på hur stor gruppen är) att ge sig ut för att försöka lokalisera de övande deltagarna.

OBS! INGEN konfrontation ska ske utan letaren säger endast "hittad" utan någon form av kroppskontakt. Letarna kan rycka lite i dörrhandtag för att se om någon låst samt för att ge ett stresspåslag. Letarna jagar inte utan går lugnt genom byggnaden.

Efter fem minuter när alla är tillbaka tar övningsledaren över och håller i en snabb repetition av "best practise" vid momentet att fly.

Observatörerna/letarna kommer med sina "fynd" samtidigt som gruppen reflekterar:

- Kom alla med?
- Onödigt flåsande? Dvs adrenalinpåslag trots rörelse endast kort sträcka.
- Reflektion att bli hittad? Läskigt?
- Klungbildning?
- Hastigheten och avståndet? Kunde det gå lite snabbare?
- Begrepp av tid? Svårt att hålla koll på fem minuter när man är stressad?

Sedan gör ni om exakt samma övning igen. Denna gång får deltagarna inte välja samma flyktväg eller gömställe som första gången. Man kan här byta så några nya får leta.

Steg 4 Öva på att söka skydd, tidsåtgång ca 30 min

Roller:

- Övningsledare
- Fyra observatörer i varje rum

Moment:

- Max 25 övande/klassrum
- Varje observatör får sin uppgift tilldelad
- Lås och barrikad
- Ljud, ljus och insyn
- Sjukvård och brand
- Vapen och placering i rummet

Deltagarna ska lugnt och metodiskt diskutera och ordna rummet så att det är en säker plats enligt ovan lista till dess polisen anländer eller händelseförloppet leder till att de ändå måste lämna platsen.

Därefter reflektion och feedback för de fyra observatörerna utifrån ovan teman. Den som har tema "vapen och placering i rummet avslutar". Det går in i steg 5.

Steg 5 Självskydd, tidsåtgång ca 15 min

Roller:

- Övningsledaren
- Utsedd att repetera självskydd

Moment:

- Repetition grundförutsättningar, endast teoretisk genomgång
- Sista utväg
- Nödvärnsrätten
- Provisoriska vapen
- Övrraskningsmoment, samarbete
- Höga ljud
- Brainsstorma tillsammans olika framgångsfaktorer och konfrontation sker med gärningspersonen.

Steg 6 Sjukvård- stoppa blödning, tidsåtgång ca 30 min

Roller:

- Övningsledare
- Utsedd att repetera sjukvård (grundförutsättningar, tamponering och avsnörande förband.)

Moment:

- Öva avsnörande förband med tourniquet och/eller t ex nylonstrumpa/bandage och penna
- Bära bort skadad några meter för att känna på hur tungt det är.
- Öva 4 och 4, turas om.

Steg 7 Återsamling, tidsåtgång ca 15 min

Roller:

- Övningsledaren/skolledare

Moment:

- Reflektion och frågor
- Nästa steg i det systematiska säkerhetsarbetet gällande PDV

Praktisk övning PDV

Du har blivit tilldelad en viktig uppgift i dagens övningar. Dina kollegor och kompisar kommer snart att börja öva på olika moment inne i ett rum/klassrum.

Din uppgift är att passivt titta på och kika på följande frågeställningar, för att sedan tillsammans med de övande diskutera utförandet, samt eventuella förbättringsåtgärder gällande just ditt tema.

Tänk på att varje byggnad och situation erbjuder olika utmaningar och möjligheter. Utforska dessa nyfiket tillsammans.

Övningen är lärande och inte bedömande. Du behöver inte själv ha alla svar. Lycka till!

Lås och barrikad

- Är det ett säkert utrymme att stanna kvar i?
- Finns det någonstans att fly till om situationen ändras och kräver det?
- Har någon låst dörren/dörrarna?
- Vad krävs för att låsa dörren/dörrarna?
- Har man barrikaderat dörren/dörrarna?
- Har man manipulerat handtaget så att det är svårt att öppna även om gärningspersonen lyckats låsa upp?
- Är barrikaden robust? Har man på alla sätt försvårat för gärningspersonen även om hen lyckas låsa upp dörren/dörrarna?
- Vad hade man kunnat göra ytterligare för att försvåra för gärningspersonen?
- Vad skulle gärningspersonen behöva göra för att lyckas ta sig in? Hur lång tid skulle det ta?
- Vad skulle öka incitamentet för gärningspersonen att försöka ta sig in?

Praktisk övning PDV

Du har blivit tilldelad en viktig uppgift i dagens övningar. Dina kollegor och kompisar kommer snart att börja öva på olika moment inne i ett rum/klassrum.

Din uppgift är att passivt titta på och kika på följande frågeställningar, för att sedan tillsammans med de övande diskutera utförandet, samt eventuella förbättringsåtgärder gällande just ditt tema.

Tänk på att varje byggnad och situation erbjuder olika utmaningar och möjligheter. Utforska dessa nyfiket tillsammans.

Övningen är lärande och inte bedömande. Du behöver inte själv ha alla svar. Lycka till!

Ljud och insyn

- Har man släckt alla lampor? Om det inte går, hur kan man göra då för att få det mörkt?
- Har man förhindrat insyn inifrån byggnaden?
- Har man förhindrat insyn utifrån?
- Har alla personer i rummet tystat sin digitala utrustning som telefoner, klockor och datorer?
Hur? Finns det något annat som låter? Hur kan man göra för att tysta varandra?
- Kan gärningspersonen se, höra, lokalisera några personer i rummet från korridor, intilliggande rum eller utifrån?
- Vad hade man mer kunnat göra för att förhindra/försvåra/fördröja händelseförloppet gällande ljud, ljud och synintryck?

Praktisk övning PDV

Du har blivit tilldelad en viktig uppgift i dagens övningar. Dina kollegor och kompisar kommer snart att börja öva på olika moment inne i ett rum/klassrum.

Din uppgift är att passivt titta på och kika på följande frågeställningar, för att sedan tillsammans med de övande diskutera utförandet, samt eventuella förbättringsåtgärder gällande just ditt tema.

Tänk på att varje byggnad och situation erbjuder olika utmaningar och möjligheter. Utforska dessa nyfiken tillsammans.

Övningen är lärande och inte bedömande. Du behöver inte själv ha alla svar. Lycka till!

Vapen och placering i rummet

- Har man placerat sig längs väggarna och undvikit ytan rakt framför dörren?
- Har man lagt sig ned på golvet eller satt sig lågt för att undvika skottlinjen samt eventuellt glassplitter?
- Har man skaffat sig ett provisoriskt vapen för att i värsta fall kunna försvara sig mot ett fysiskt angrepp?
- Vad finns det för saker i rummet som kan användas som provisoriska vapen? T ex sax, stol eller brandsläckare eller andra hårda, tunga och vassa saker.
- Är någon placerad vid dörren och beredd för konfrontation? Vart i så fall? Vid vilken sida av dörren står personen och varför? Vilka för- och nackdelar har de olika placeringarna?
- Är personerna mentalt förberedda för konfrontation?
- Minns alla att höga skrik är väldigt bra om en gärningsperson tagit sig in i rummet?
- På vilket sätt kan man samarbeta om gärningspersonen lyckas ta sig in?

Praktisk övning PDV

Du har blivit tilldelad en viktig uppgift i dagens övningar. Dina kollegor och kompisar kommer snart att börja öva på olika moment inne i ett rum/klassrum.

Din uppgift är att passivt titta på och kika på följande frågeställningar, för att sedan tillsammans med de övande diskutera utförandet, samt eventuella förbättringsåtgärder gällande just ditt tema.

Tänk på att varje byggnad och situation erbjuder olika utmaningar och möjligheter. Utforska dessa nyfiken tillsammans.

Övningen är lärande och inte bedömande. Du behöver inte själv ha alla svar. Lycka till!

Sjukvård och brand

- Har någon inventerat skador på sig själv eller någon annan? Hur gör man det?
- Vilken utrustning finns i rummet att använda för att stoppa blödningar eller ge annan adekvat sjukvård?
- Går det att få ut en skadad person genom fönstret för att snabbt föra hen till sjukvård, vid t ex massiva skador i huvud eller torso?
- Hur länge skulle ni klara av att hålla en blödande person vid liv inne i rummet?
- Finns det utrustning för att kunna släcka en eventuell brand?
- Finns det möjlighet att utrymma utan att öppna den barrikaderade dörren?