

12.4.2022

Beredskapskunskaper, gemenskap och tydliga handlingsrekommendationer ökar krisberedskapen

Coronaepidemin, kriget i Ukraina och andra samhällseliga och världspolitiska kris- och störningssituationer har ökat behovet av att förstå finländarnas mentala kristålighet, beredskap, aktörskap och gemenskap i olika kris- och störningssituationer. I denna promemoria presenteras information kring dessa ämnen. Informationen har samlats in genom enkäten Medborgarpulsen som beställts av statsrådets kansli och genom medborgarintervjuer i mars–april 2022.

Praktiska rekommendationer:

- 1. Det är viktigt att minska rädslan för stämpling i samband med beredskap.** Säkerhetssituationen har förändrats plötsligt och man förstår att det finns ett behov av beredskap, men många är också rädda för att bli stämplade som överreagerande i sina sociala nätverk. Hos många finns också en tanke om att jodtabletterna tar slut på apoteken och toalettpappret i butiken om man satsar på beredskap. Det är viktigt att signalera att beredskap är en medborgarfärdighet som gäller alla och som görs eftersom det är bra att vara beredd också på mer sällsynta situationer.
- 2. Förståelsen för de olika dimensionerna av beredskap bör stärkas.** Vikten av att lagra mat är uppenbar för de flesta, men till exempel vatten kan glömmas bort och medvetenheten om behovet av andra tillbehör (såsom första hjälpen-utrustning och släckningsutrustning) varierar. Ett delområde i beredskapen som också är viktigt att beakta är identifiering av bristfällig och avsiktligt delad felaktig information samt personlig informationssäkerhet. Eftersom utgångspunkterna som hänför sig till bostadsort och boendeform är olika, bör olika orter få olika anvisningar och kommunikation och skillnader i fråga om ålder och bakgrund bör beaktas i beredskapserfarenheten, beredskapen och motivationen.
- 3. Myndighetskommunikationen bör innehålla tydliga handlingsrekommendationer – medborgarna agerar i vilket fall som helst.** Delaktighet och gemenskap har en framträdande betydelse i kris- och störningssituationer. I kris- och störningssituationer vill man få stöd av andra och också hjälpa enligt egen förmåga. Hjälpen ökar den mentala kriståligheten när människor upplever att de kan vara till hjälp i kris- och störningssituationer – det är bra att stödja och rikta denna verksamhet på ett ändamålsenligt sätt även från myndigheternas sida.

Enkäten *Medborgarpulsen* (9.3–14.3.2022) besvarades av 1 131 personer och temana fördjupades med hjälp av kvalitativa intervjuer. Dessa *medborgarintervjuer* (26 personer) genomfördes i samarbete med planeringsbyrån Kuudes och i intervjuerna deltog personer i åldern 16–74 år, personer med familj och personer utan familj, finländare med olika utbildningsnivå och yrke i Fastlandsfinland med finska eller ett minoritetsspråk (4 personer) som modersmål.

TRYGGHETSKÄNSLA: Kriget påverkade finländarnas känsla av säkerhet i samhället

I *medborgarintervjun* konstaterades att många genast efter att kriget inleddes främst var rädda för ett eventuellt angrepp på Finland (särskilt personer som bor nära östgränsen). De yngre personer som intervjuades var dock mindre oroade över olika kris- och störningssituationer. Denna observation stöds också av enkäten *Medborgarpulsen*, där 5 procent av 15–29-åringarna och 31 procent av 60–74-åringarna upplevde att de var mycket oroade över situationen i Ukraina.

I enkäten *Medborgarpulsen* i början av mars var nästan hälften av medborgarna oroade över de konsekvenser krisen i Ukraina eventuellt medför för Finlands säkerhet och en ännu större del var oroade över konsekvenserna för Finlands ekonomi. Hållbarheten vad gäller samhällets ekonomi och säkerhet orsakade mer oro än det egna psykiska välbefinnandet eller den egna ekonomiska situationen, och nästan fyra av fem anser ändå att den egna personliga säkerheten är god (77 %). Enligt enkäten var också 59 procent av respondenterna oroliga för myndigheternas beredskap för allvarliga störningssituationer som krisen i Ukraina. Som jämförelse kan konstateras att andelen personer som är oroliga för/missnöjda med myndigheternas coronaberedskap enligt *Medborgarpulsen* har varierat mellan 24 och 41 procent 2020–2021. Det verkar som om det behövs tydlig kommunikation om hur den samhällsliga säkerheten, riskhanteringen och beredskapen förverkligas i Finland.

BEREDSKAP: Beredskap uppfattas på många olika sätt, beroende på personens egna utgångspunkter.

I räddningsväsendets befolkningsenkät¹ har medborgarprofiler med anknytning till säkerhetsteman identifierats i större utsträckning och det konstateras också att man med enkla åtskillnader (såsom stad–glesbygdsområde) inte tillräckligt väl kommer åt skillnaderna i beteendet mellan olika profiler. Vad gäller beredskapen kan det dock hända att förhållandena har en betydande inverkan på de praktiska frågorna kring och erfarenheterna av beredskapen. I *Medborgarintervjun* framkom att man som medborgarfärdigheter i kris- och störningssituationer uppfattade såväl konkreta färdigheter (första hjälpen) som mentala färdigheter (stresstålighet, rationellt agerande). I samband med beredskapen nämndes reservförråd, beredskapskunskap, psykisk beredskap, gemenskap och samhällets beredskap. Människor tänker oftast inte på informationssäkerhetsfärdigheter och identifiering av mis- eller desinformation som medborgarfärdigheter – förutom personer som är insatta i ämnet på grund av sitt arbete. Det rekommenderade 72 timmars minimireservförrådet kändes för en del till och med som en kort tid, och en del kom ihåg att man enligt beredskapsanvisningarna bör ha en reserv som räcker flera veckor². Beredskap förknippas också med negativ

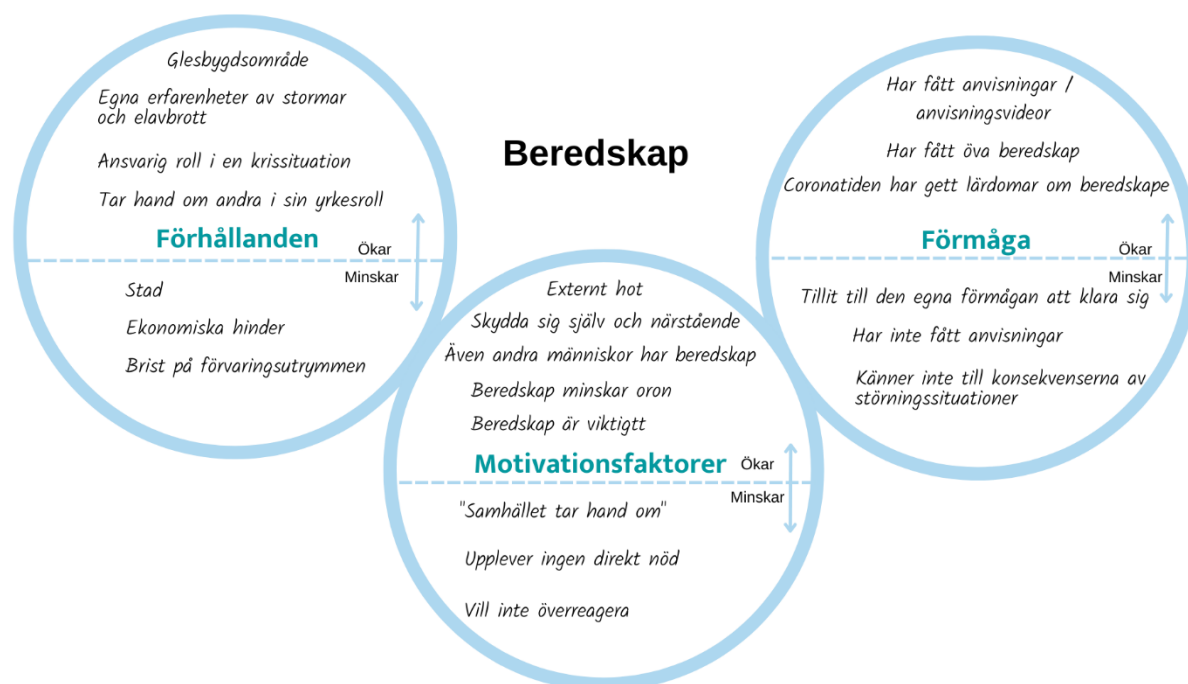
¹ [Räddningsväsendets undersökning och segmentering av befolkningen \(valtioneuvosto.fi\)](#) ² Anvisningen om minimiberedskap har under årens lopp ändrat från två veckor till kortare tider för att den ska vara tillgänglig särskilt för unga stadsbor; se SPEK:s [kolumn i Maaseudun Tulevaisuus](#) 12/2021 (på finska).

stämpling; människor är försiktiga med att framstå som överreagerande eller ”i panik” i sin egen sociala miljö. Många är också måna om att butikslagren ska vara tillräckliga.

En del av de intervjuade upplevde att de saknade kunskaper om hur man ska agera i kris- och störningssituationer. Särskilt personer som bor i städer har sällan erfarenhet av eller kunskaper om störningssituationer. Många tror till exempel att det inte är nödvändigt att förbereda sig eftersom man vid elavbrott kan handla eller beställa hemlevererad mat nästan som normalt och att man om situationen pågår längre kan ta emot mat från myndigheternas säkerhetsupplag. Det lönar sig därför att öppna upp arbetsfördelningen mellan individen och samhället i en krissituation för medborgarna och i mån av möjlighet förmedla en lägesbild av hur samhället är förberett – till exempel vad säkerhetsupplagen täcker. För dem som bor i en stad skulle det vara bra att klargöra orsakerna till varför också människor som bor i städer borde förbereda sig. I glesbygden har man däremot mer erfarenhet av störningssituationer, men det är viktigt att upprätthålla information om ett reservförråd som räcker *minst 72 timmar*. En person kan få motivation till detta till exempel genom vetskapen om att en tillräckligt förberedd person kan hjälpa en närstående eller en granne som inte är förberedd sig.

Även åldern påverkar beredskapen: de unga som intervjuades upplevde sig vara sämre förberedda. Detta syns också i *Medborgarpulsen*, där var femte respondent i åldern 15–29 år upplevde sig ha en dålig beredskap. De som upplevde sig vara bäst förberedda var 45–59-åringar, av vilka 59 procent upplevde att deras beredskapsnivå var god. Det är också bra att beakta att en del av befolkningen med ett främmande språk som modersmål (ca 8 % av finländarna³) har mycket olika erfarenheter av beredskap utifrån sina egna erfarenheter av krissituationer. Dessa erfarenheter kan leda till en ökad oro, men också till att beredskapen endast kopplas till allvarliga krissituationer.

Bild nedan: *Faktorer som påverkar beredskapen kan indelas i förhållanden, förmåga (kunskaper och färdigheter) och motivation (värderingar, attityder, föreställningar).*



³ Statistikcentralen, [statistik 2020 \(på finska\)](#).

GEMENSKAP OCH VERKSAMHET: Gemenskapens och den närmaste kretsens betydelse framhävs i kris- och störningssituationer.

Enligt *Medborgarpulsen* kan 92 procent av finländarna prata och dela erfarenheter med sin närmaste krets och gemenskap. Ungefär hälften av medborgarna följer med eller deltar i diskussioner i sociala medier, och majoriteten (63 %) är medvetna om vem det lönar sig att kontakta om man behöver samtalshjälp för att hantera en krissituation. I *medborgarintervjuerna* betraktades de närstående som en viktig resurs – finländarna vill få trygghet av andra och också själva stöda andra. Även när det gäller den egna psykiska orken upplevdes den närmaste kretsen som en viktig källa för diskussion och stöd, även om man också identifierade att skillnader i tankevärldar kan orsaka konflikter. För många är det överlag viktigt att ha en bredare gemenskap och arbeta mot gemensamma mål. Tudelning i samhället ansågs vara särskilt skadlig.

Man har beredskap att hjälpa och delta i kris- och störningssituationer, bara man vet hur man kan hjälpa

Man förhöll sig positivt till att hjälpa i kris- och störningssituationer. Resultaten från *Medborgarpulsen* visar att majoriteten av finländarna (60–64 %) är beredda att under kristider hjälpa till med pengar, donera saker eller utföra volontärarbete i en krissituation och var femte skulle vara beredd att erbjuda inkvartering för personer som flyr från krisområdet. Upp till 86 procent skulle vara beredda att utföra frivilligarbete på myndighetens begäran. Andelen är något större än i Räddningsbranschens Centralorganisation i Finlands (SPEK) enkätundersökning sommaren 2021 (77 %). Över hälften av finländarna (54 %) efterlyser anvisningar om hur man bäst kan hjälpa personer som lider av en krissituation.

Även de som intervjuades i *medborgarintervjun* berättade att de mycket väl skulle kunna hjälpa till i kris- och störningssituationer enligt sina egna förmågor, särskilt om begäran kom från myndigheterna. En del av de intervjuade lyfte också fram att de skulle kunna ge psykiskt stöd, till exempel genom att trösta och fungera som samtalshjälp för andra. Man upplevde också att man hade motivation och förmåga att hjälpa andra, men man visste inte nödvändigtvis hur man skulle kunna hjälpa till. Vad gäller kriget i Ukraina kände en del sig också otillräckliga, eftersom de inte kände till via vilka kanaler de skulle kunna hjälpa. Därför ansåg man det viktigt att myndigheterna ger tydliga anvisningar om hurdan hjälp som behövs och hur människor kan vara till hjälp i situationen. De konkreta åtgärder som hjälpanDET innebär kan också bidra med lugn och lindring i den osäkerhet som krissituationen medför. Enligt undersökningar har möjligheten att hjälpa andra varit en av de faktorer som skyddar ungdomarnas psykiska hälsa även under coronaepidemin.⁴

KOMMUNIKATION: I störnings- och krissituationer önskas saklig och neutral kommunikation om situationen i sin helhet samt tydliga anvisningar

De intervjuade önskade i huvudsak en så öppen kommunikation som möjligt, men i viss mån upplevde man oro över andras "panik". I detta avseende återspeglades i talet den så kallade *myten om panik*; den överbetonade bild som skapats i populärkulturen om att människor lamslås eller förlorar sin självbehärskning i en krissituation, när det agerandet i en krissituation i verkligheten, förutom i sällsynta undantag, är rationellt och syftar till att hjälpa andra.

⁴ Preston, A. & Rew, L.(2022). Connectedness, self-esteem and prosocial behaviors protect adolescent mental health following social isolation: a systematic review. *Issues in Mental Health Nursing*, 43: 1, 3

⁵. Man kan kommunicera också om frågor som kan skapa oro hos medborgarna, i synnerhet om budskapet innehåller ett konkret och genomförbart handlingsförslag för individen. Tydligare kommunikation stärker uppföljningen av myndighetskommunikationen som en kanal för kriskommunikation. Om myndighetskanalerna upplevs vara oklara informationskällor flyttas uppmärksamheten lätt till medierna (t.ex. Yle). Personer med ett främmande språk som modersmål sökte information i finländska och internationella medier samt i den egna gemenskapen (sociala medier). Det behövs mer information om beredskap också på andra språk än finska och det skulle vara bra att publicera information om rekommendationen om 72 timmar på fler minoritetsspråk än i nuläget. I tabellen nedan har sammanställts de intervjuades tankar om hurdan kommunikation som behövs i kris- och störningssituationer.

Medborgarnas önskemål om myndighetskommunikation

Var	Vad	Hur
Snabb kommunikation via textmeddelanden eller WhatsApp-meddelanden.	Övergripande information om situationen och krisens förlopp (allvar och uppskattad varaktighet).	Tydlig, informativ och konsekvent kommunikation som inte lämnar utrymme för tolkning.
Yles krismeddelanden och 112-applikationen fungerande informationskanaler som ger lokal information.	Tydliga och lokala handlingsanvisningar, om situationen kräver ett avvikande agerande. Vilken hjälp som fås och var.	Effektiv, snabb kommunikation som uppdateras aktivt.
Batteriradio (under elavbrott) för äldre, sociala medier för yngre.	Mihin suomalainen yhteiskunta on varautunut ja minkäläinen on huoltovarmuus.	Kommunikationen håller en neutral och saklig ton, som myndighetskommunikation.

SAMMANFATTNING

Medborgarna är oroligare än tidigare för samhällets beredskap, ekonomi och säkerhet. Genom en positiv och tydlig kommunikation om mångsidig beredskap och hjälp kan man påverka medborgarnas krisberedskap och mentala kristålighet. Genom att beakta finländarnas olika verkligheter, bostadsorter, gemenskaper och vanor vad gäller att söka information kan man också nå olika människogrupper bättre.

Mer information: specialsakkunnig Maarit Lassander, arbetsgruppen KETTU, statsrådets kansli (maarit.lassander@gov.fi)

Vi tackar följande aktörer för deras hjälp och samarbete: Tuula Kekki och Sanna Räsänen (Räddningsbranschens Centralorganisation i Finland), Ilona Hatakka (Säkerhetskommittén), Teemu Tallberg (Försvvarshögskolan), Sini Erholtz (Inrikesministeriet)

⁵ Se även *Kriittisen infrastruktuurin haavoittuvuus ja viranomaisten toimintakyky (Den kritiska infrastrukturens sårbarhet och myndigheternas funktionsförmåga, på finska)* – [slutrapport för projektet KIVI](#) (s. 16), samt *Koronatorjunnan vahvistaminen käyttäytymisymmärryksellä (Att stärka bekämpningen av coronaviruset med beteendeförståelse, på finska): Omaehtoisen suojautumisen valmiudet ja mahdollisuudet (Möjligheter till och färdigheter för eget skydd, på finska)* – [KETTU-rapport 12/21](#) (s. 6).

Materialet finns tillgängligt på:

Medborgarpulsen <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta/kansalaispulssi>

Intervjumaterialet sparas i det samhällsvetenskapliga dataarkivet <https://www.fsd.tuni.fi/fi>