



Barn- och utbildningsnämnden

KRISPLAN

**OM DET INTRÄFFAR EN SVÅR OLYCKA, DÖDSFALL
ELLER ANNAN STÖRRE AKUT HÄNDELSE INOM SKOLA
OCH BARNOMSORG I MÖNSTERÅS KOMMUN**

Reviderad version. Fastställd av BUN 2011-02-09, § 20

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

| | SID |
|--|------------|
| 1. Inledning, bakgrund och syfte | 3 |
| 2. Uppgifter att arbeta vidare med inom respektive område | 4 |
| 3. Definitioner av centrala begrepp | 4 |
| 4. Bild av krisplan | 5 |
| 5. Telefonlista | 6 |
| 6. Sammanfattning av krisplan samt åtgärdsscheman över olika scenarier nr 1-4 | 7-11 |
| 7. Förebyggande åtgärder | 12 |
| 8. Direktiv till personal | 12 |
| 9. Direktiv till föräldrar och anhöriga | 12 |
| 10. Krisgruppens arbetsuppgifter | 13 |
| 11. Områdets förberedelser | 14 |
| 12. Personal som resurs | 14 |
| 13. Hur man berättar om ett dödsfall | 14 |
| 14. Markering i förskolan eller skolan | 15 |
| 15. Samtal i barngrupp eller klassrum | 16 |
| 16. Sammanfattande råd | 18 |
| 17. Uppföljning | 19 |
| 18. Barns förståelse av döden i olika åldrar | 20 |
| 19. Krisers förlopp | 22 |
| 20. Litteraturförteckning | 23 |

INLEDNING

Skolan och barnomsorgen berörs av olyckor och dödsfall. Barn, föräldrar och personal kan allvarligt skadas eller avlida. Situationerna kan vara plötsliga och smärtsamma. Vi vill här ge ett material som innehåller en krisplan och en del kunskap som gör att ni kan möta dessa händelser.

Vid större olyckor och katastrofer träder den kommuncentrala beredskapsplanen in.

BAKGRUND OCH SYFTE

Att möta människor som drabbats av olyckor och kriser hör inte till de vardagliga arbetsuppgifterna. Trots detta är det angeläget att ha en beredskap för att möta människor som blivit drabbade. Vid dessa situationer krävs en förberedd och utvecklad organisation, som har kunskap att hantera olyckor och krissituationer.

Syftet med detta material är att varje område utvecklar sin egen modell för beredskap vid olyckor och kriser. Vad ska man göra? Vem gör vad och när? Hur ska dessa uppgifter utföras?

Ett annat syfte är att öka kunskapen och därmed ge insikt och förståelse som ger möjligheter att möta människor i kris. Vi har i detta hänseende bifogat material och litteraturförteckning.

Kunskap, förebyggande insatser samt en utvecklad organisation ökar möjligheterna för att på en arbetsplats kunna möta katastrofsituationer och människor i kris.

UPPGIFTER ATT ARBETA VIDARE MED

INOM RESPEKTIVE OMRÅDE

Detta material måste bearbetas vidare inom respektive område. Se översiktsbild - "sammanfattning av krisplan" - "inledande insatser" samt de "förebyggande direktiven". Varje område måste lokalt organisera och utbilda en krisgrupp. Återkommande utbildning för denna grupp är viktigt. Hela arbetsplatsen behöver dessutom en genomgång varje termin av krisplanen för att hålla denna aktuell.

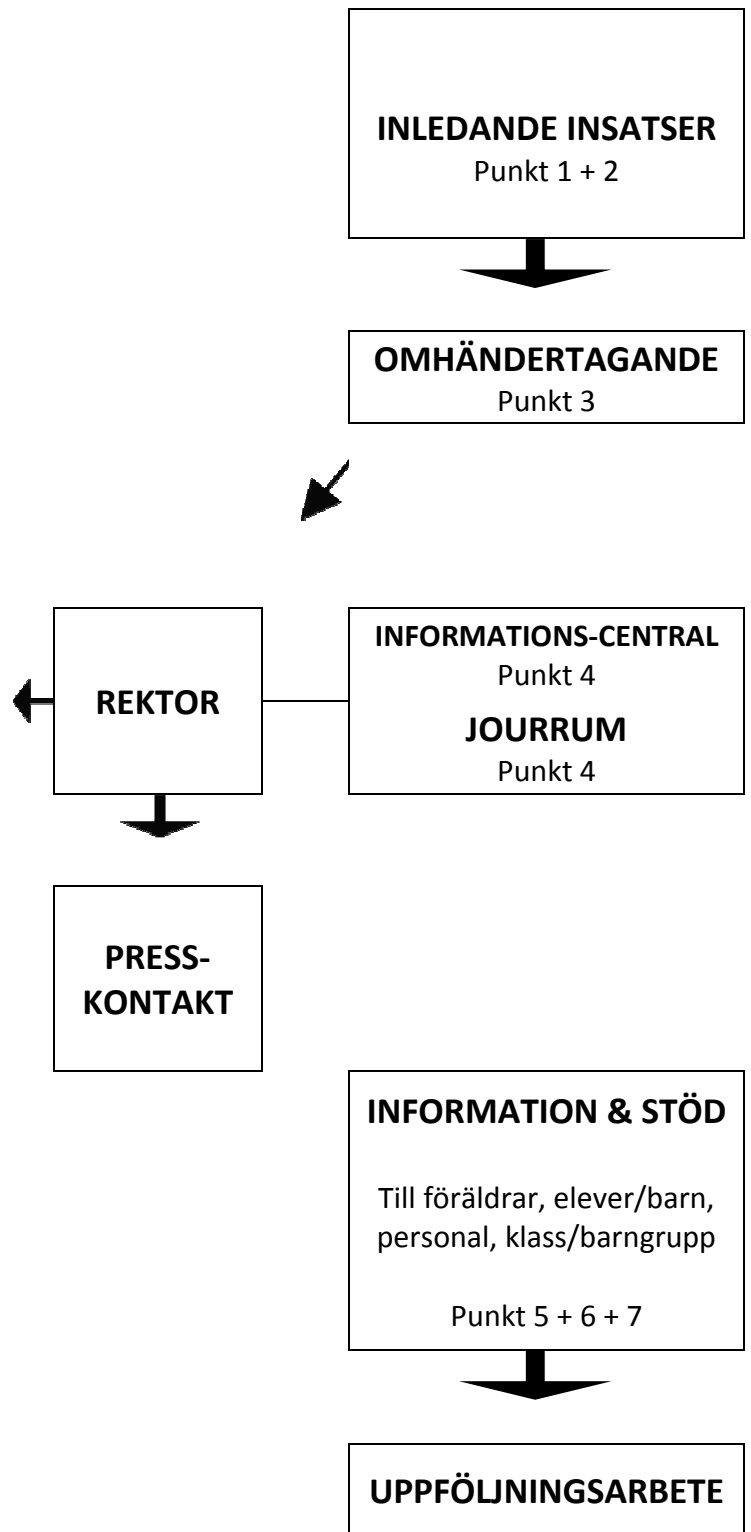
När ni är klara med er organisation ska samtlig personal lätt kunna finna krisplanen och kunskapsmaterialet. Material och utrustning skall finnas till hands.

DEFINITIONER AV CENTRALA BEGREPP

| | |
|----------------------------|--|
| Rektorsexpedition | På skolan där rektor arbetar. |
| Jourrum | Rum med telefon som upprättas i anslutning till olycksplatsen eller arbetsplatsen i syfte att ta hand om barn och vuxna som behöver stöd i ett akut skede eller i den uppföljande krisbearbetningen. |
| Informationscentral | Vid en olycka eller krissituation ordnas denna arbetsplats där information kan tas emot och spridas. Förslagsvis i anslutning till rektorsexpedition. |
| Krisgrupp | I varje område utses lämplig personal med kunskap att arbeta med människor i kris. Krisgruppens medlemmar finns bland annat på informationscentralen och i jourrum. |
| Resursgrupp | Personer inom barnomsorg och skola med fördjupade kunskaper om kriser, katastrofer och sorgereaktioner, som kan kallas för att ingå i krisgruppen. |
| Katastrofsituation | Händelse som gör att skolan/barnomsorgen inte längre klarar av att bedriva sin verksamhet. |
| Krissituation | En händelse som för den enskilde eller för en verksamhet medför att man inte kan möta eller bemästra en situation utifrån normala erfarenheter, organisation och resurser. |

BILD AV KRISPLAN

| STÖD-/KRISGRUPP | |
|--|---------------|
| Finns på varje skola/förskola. Vilka som ingår se separat blad. | |
| Namn | Tel |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| Resurspersoner: | Tel |
| <i>Befattning/Namn</i> | |
| Skolpsykolog | 171 08 |
| Kurator Helen Hallberg | 172 40 |
| Kurator Catharina Lundin | 176 16 |
| Kurator Charlotte Holti | 175 27 |
| Skolsk Mona Bäckström | 176 14 |
| Skolsk Eva-Britt Winnsäter | 172 60 |
| Skolsk Ethel Boman | 178 72 |
| Skolsk Mari Adolfsson | 175 21 |
| Skolsk Anette Arvidsson | 177 04 |
| Friskvårdsansv Åsa Ek | 171 71 |



TELEFONLISTA:

(sidan uppdaterad 2011-01-13)

| | |
|---|--------------------------------|
| SOS-centralen i Växjö | 112 |
| Mönsterås kommun, växel | 0499-170 00 |
| Räddningstjänst-Brandkår (Alt.jourhavande chef i beredskap, RC) | 0499-173 10 0470-160 73 |
| Polis - Gemensamt nummer för hela polisväsendet | 114 14 |
| Oskarshamns sjukhus | 0491-78 20 00 |
| Länssjukhuset Kalmar | 0480-810 00 |
| Mönsterås hälsocentral | 0499-489 30 |
| Blomstermåla hälsocentral | 0499-209 30 |
| Skolläkare | 0733-20 56 02 0480-47 70 33 |
| Råd om vård på webb och telefon | 1177 |
| Mönsterås och Fliseryds församling: | 0499-491 90 |
| - Kyrkoherde Alf Johansson | 0499-491 95 |
| - Komminister Lina Grimhammar | 0499-491 97 |
| - Komminister Annette Öderwall | 0499-491 82 |
| Ålems Församling: | 0499-79 90 00 |
| - Kyrkoherde Gustav Lundborg | 0499-79 90 01 |
| - Komminister Peter Wärnlund | 0499-79 90 14 |
| Central krisgrupp i Mönsterås kommun (POSOM) | |
| - Barn- och utbildningsförvaltningens representant | |
| Rektor Anita Törnkvist | 0499-17 862, 070-321 78 62 |
| Skolsköterskan Ethel Bohman | 0499-17 872, 070-381 72 26 |

SAMMANFATTANDE KRISPLAN VID KRISER, OLYCKOR OCH DÖDSFALL INOM FÖRSKOLA OCH SKOLA.

-
1. Första hjälpen
 2. Ring 112. Informera rektor
 3. Personal stannar hos barnet/barnen/elev/er
 4. Rektor/förskolechef sammankallar krisgrupp, ger aktuell information samt upprättar informationscentral och jourrum.
 5. Underrätta familj, personal och elever. Informera kommunens växel samt egen växel (där det finns). Lämna bara fakta om vad som hänt, var hjälp finns och vidare åtgärder.
 6. Krisgruppen utvärderar:
 - omedelbara affekter på barn/elever, personal och övriga
 - vilken personal och elever har behov av särskild hjälp
 - behov av hjälp utifrån
 - plan för dagen upprättas

 - * skriftlig information till hemmen
 - * stöd/krissamtal med personal
 - * stöd/krissamtal med barn/en, elev/er
 - * stöd i klassrummet
 - * stöd till föräldrar
 7. Möte med samtliga berörda i skolan/förskolan. Informera om fakta och plan för följande dag.

Detaljerad krisplan för förskola och skola i Mönsterås kommun

| ORSAK | ÅTGÄRD | VEM | NÄR | HUR |
|--|---|--|-----------------------------------|--|
| Dödsfall - sjukdom - olycka utanför förskole- och skoltid, som berör barn och personal | Informera rektor/förskolechef | Personal som får information t ex klasslärare, förskolepersonal, mentorer, klassföreståndare | Omgående | |
| | Krisgrupp samlas hos rektor | Rektor/förskolechef | Före skoltid eller snarast | Telefonkedja |
| | Information till klassen/barngruppen | Klasslärare, rektor och resursperson ur krisgruppen | Första lektionen eller samling | Fakta - känslor- tyst minut |
| | Information till klassens/barngruppens lärare | Rektor/förskolechef | Snarast möjligt | Viktigt att <u>all</u> berörd personal samlas för information |
| | Flaggning på halv stång | Vaktmästaren | Omgående | Även i samband med begravningen |
| | Uppföljning i klassen/barngruppen | Klasslärare och resursperson från krisgruppen | Fortlöpande | Håll kontakt. Var uppmärksam på stämningen i klassen/barngruppen. Tala om att krisgruppens medlemmar finns att tala med. |
| | Ceremoni | Präst | T ex i samband med jordfästningen | I samråd med klassen, familjen, barngruppen |
| Uppföljning | Krisgrupp | Efter någon vecka | Gå igenom vidtagna Åtgärder | |

| ORSAK | ÅTGÄRD | VEM | NÄR | HUR |
|---|---|---|---|--|
| Svår olycka med personskador/dödsfall under skoltid | Larma 112 | Personal på olycksplatsen | Omgående | Telefonkedja |
| | Meddela rektor/förskolechef | Personal på olycksplatsen | Omgående | |
| | Krisgruppen samlas hos rektor/förskolechef | Rektor/förskolechef | Omgående | Samla berörd personal för rapportering om skadade, saknade osv. |
| | Undersök olyckans omfattning | Rektor/förskolechef | Omgående | |
| | Meddela växeln | Rektor/förskolechef | Omgående | |
| | Upprätta jourrum | Krisgruppen | Snarast | I anslutning till olycksplatsen. Tillgång till telefonanknytning. |
| | Ta hand om chockade barn/ elever, lärare och personal | Krisgruppen | Snarast | Tillgång till filter mm. Inga som uppvisar chocktillstånd släpps hem ensamma. |
| | Kontakta hemmet | Krisgrupp, resursperson | Snarast | Kontrollera först om polis/sjukhus gör detta |
| | Ta emot frågor från anhöriga | Rektor | Fortlöpande | Anhöriga kopplas till rektors exp. |
| | Ta emot frågor från journalister | Rektor/förskolechef alt. utsedd talesperson | Bestämda tider | Pressrum upprättas. Information t ex varje dag |
| | Samling av de klasser som berörts av olyckan | Klasslärare + repr. från krisgruppen | Dagen efter olyckan | Samling klassvis/gruppvis. Genomgång av vad som hänt. Reaktionen. |
| | Information till personalen | Rektor | Snarast | Berörd personal kallas. |
| | Flaggning på halv stång | Vaktmästaren | Omgående | Även i samband med begravning. |
| | Stöd till elever/barn och anhöriga. Information | Krisgruppen | Några dagar efter olyckan | Jourrum hålls bemannat så att elever och anhöriga kan prata med någon i gruppen. |
| | Ceremoni | Präst | Några dagar efter olyckan | I kyrkan eller församlingshemmet |
| | Uppföljning | Krisgruppen | Efter någon vecka | I samråd med klassen/barnen. Gå igenom vidtagna åtgärder |
| Anmälan till arbetsmiljöverket | Rektor/förskolechef | Snarast | Via telefon eller hemsida www.av.se | |

| ORSAK | ÅTGÄRD | VEM | NÄR | HUR |
|---|---|---|--|---|
| Olycka med person- skador/dödsfall i samband med resa | Meddela rektor/förskolechef | Ansvarig lärare eller annan personal | Omgående | Meddela vad som hänt. Lämna uppgift om hur vi kan hålla oss informerade - namn, telefonnr |
| | Krisgruppen samlas hos rektor/förskolechef | Rektor/förskolechef | Omgående | Telefonkedja |
| | Meddela växeln | Rektor/förskolechef | Omgående | |
| | Kontakt med hemmet | Krisgruppen, resursperson | Snarast | |
| | Ta hand om övriga elever/barn från resan | Krisgruppen | Vid hemkomsten | Jourrum upprättas |
| | Kontakt med hemmet | Resursperson i krisgruppen | Snarast | Kontrollera först om polis/sjukhus gjort detta |
| | Ta emot frågor från anhöriga | Rektor/förskolechef | Fortlöpande | Anhöriga kopplas till krisgruppens anknytning |
| | Ta emot frågor från pressen | Rektor/förskolechef alt. utsedd talesperson | Bestämda tider | Pressrum upprättas. Information t ex en gång per dag |
| | Samling av de klasser som berörts av olyckan | Klasslärare, klassföreståndare, mentorer + repr. från krisgruppen | Dagen efter olyckan | Samling klassvis/gruppvis. Genomgång av vad som hänt. Barnens reaktioner. |
| | Information till personal | Rektor/förskolechef | Snarast | Berörd personal kallas omgående. |
| | Flaggning på halv stång | Vaktmästaren | Omgående | Även i samband med begravningen |
| | Stöd till elever, anhöriga och övrig personal | Krisgruppen | Under några dagar efter olyckan | Jourrum hålls bemannat så att elever och anhöriga kan prata med någon i gruppen |
| | Ceremoni | Präst | Några dagar efter olyckan | Kyrkan, skolan, församlingshem. |
| | Uppföljning | Krisgruppen | Efter någon vecka | Gå igenom vidtagna åtgärder |
| Meddela arbetsmiljöverket | Rektor/förskolechef | Snarast | Per telefon eller via hemsida www.av.se | |

| ORSAK | ÅTGÄRD | VEM | NÄR | HUR |
|--|---|---|---|--|
| <p>Svår psykiskt påfrestande situation som gör att personal eller arbetslag hamnar i kris Ex konflikter, polisanmälningar, misstroende gentemot enskild eller arbetslag. Hot – och våldsituationer</p> | <p>Informera rektor/förskolechef</p> <p>Lugna ner akut situation.</p> <p>Krisgruppen samlas</p> <p>Ev samtal enligt trygghetsplan/annan plan</p> <p>Kontakt med hemmen</p> <p>Åtgärder enligt trygghetsplan/annan plan</p> <p>Information till personal</p> <p>Ev föräldramöte vid behov</p> <p>Information till barn/elevgrupp vid behov</p> <p>Ta emot frågor från pressen vid behov</p> <p>Anmäla till arbetsmiljöverket</p> | <p>Ansvarig personal</p> <p>Närvarande personal</p> <p>Rektor/förskolechef</p> <p>Resursperson i krisgrupp/trygghetsteam</p> <p>Resurspersoner i krisgruppen</p> <p>Rektor/förskolechef</p> <p>Rektor/förskolechef</p> <p>Rektor/förskolechef</p> <p>Ansvarig lärare</p> <p>Rektor/förskolechef alt utsedd talesperson</p> <p>Rektor/förskolechef</p> | <p>Omgående</p> <p>Omgående</p> <p>Snarast</p> <p>Snarast</p> <p>Snarast</p> <p>Kontinuerligt</p> <p>Snarast</p> <p>Snarast möjligt</p> <p>Vid behov</p> <p>Bestämda tider</p> <p>Snarast</p> | <p>Meddela vad som hänt. Lämna uppgift om hur vi kan hålla oss informerade.</p> <p>Telefonkedja</p> <p>Krisgruppen bedömer och agerar</p> <p>”</p> <p>”</p> <p>”</p> <p>Skriftlig inbjudan</p> <p>Per telefon eller via hemsida www.av.se</p> |

FÖREBYGGANDE ÅTGÄRDER

1. Klassföreståndaren/mentorer/barnomsorgspersonal ombeds i början av varje läsår att inlämna aktuella uppgifter om föräldrarnas arbetsplatstelefonnummer.
2. Lista på aktuella medföljande resenärer skall lämnas enligt uppgjorda rutiner strax före avresan.
Listan skall förutom närvarande elever även omfatta föräldrars och personals namn. Färdväg och övernattningsställen skall också redovisas.
Ange adress och telefonnummer!!
3. OBS! Se till att elevförteckningen alltid är aktuell!!!

DIREKTIV TILL PERSONAL

1. Ta hand om dina ordinarie elevgrupper/barngrupp! Följ tiderna! Avvakta information!
2. Övrig personal tar hand om elever/barn som ej har ordinarie schema. Inga elever/barn skall "flyta" omkring.
3. All tillgänglig personal ställer upp för att hjälpa till med elever/barn, som behöver stöd av olika slag, t ex att meddela sig med hemmet eller föräldrars arbetsplats. Varje område planerar var varje telefon finns.
4. Gemensamma samlingar med information i ej allt för stora grupper genomförs då respektive rektor kallar.
5. Håll dig väl informerad! Tala inte om sådant man inte har kännedom om. Överlåt åt krisgruppen att lämna ut information!!

DIREKTIV TILL FÖRÄLDRAR OCH ANHÖRIGA

1. Håll er informerade via lokalradion.
2. Eventuell samlingsplats på skolan anvisas av personal.
3. Undvik ryktesspridning! Krisgruppen avgör när information skall ges. Information skall överhuvud taget inte ges till obehöriga, dvs alla utom anhöriga och krisgruppen.

KRISGRUPPENS ARBETSUPPGIFTER

- Rektor/förskolechef**
- * Sammankalla krisgruppen samt fördela arbetsuppgifter och utse ansvariga
 - * Upprättar informationscentral för hänvisning av ankommande telefonsamtal och besök
 - * Upprätta/ställa i ordning jourrum med telefon
 - * Informera personal och barn
 - * Kontakta räddningstjänst och sjukhus fortlöpande
 - * Kontakter med press och övriga utåt
 - * Utvärdering av insatserna görs
- Arbetsuppgifter att fördela**
- * Ordna med filter och dryck
 - * Se till att ingen som uppvisar chocktillstånd släpps hem ensam
 - * Ordna så att elever/barn kan kontakta föräldrarna
 - * Ta hand om elever/barn tillsammans med övrig personal
 - * Utse stödperson till rektor
 - * Ta hand om elever/barn/vuxna i jourrum, ev. kontakta sjukvården
 - * Kontakta hemmet/arbetsplatsen. Kontrollera först om polis/sjukhus gör detta
 - * Utvärdera omedelbara effekter, behov av stöd hos elever/barn/vuxna, behov av hjälp utifrån
 - * Kontinuerligt dokumentera skeendet
 - * Upprätta plan för dagen och de närmaste dagarna
 - * Bemanna jourrum några dagar för barns/elevs/vuxnas behov av stöd
 - * Ansvara för uppföljning av vidtagna åtgärder inom en vecka
- Övrigt**
- * Bärbar telefon/mobiltelefon skall finnas
 - * Krisgruppens medlemmar förses med namnskyltar, som skall finnas klara
 - * Skyltning till samlingsplats/jourrum

| |
|---|
| <p>Genom hela förloppet * <i>Hålla kontinuerlig kontakt med nämndens ordförande och förvaltningschef</i></p> |
|---|

FÖRSKOLANS/SKOLANS FÖRBEREDELSE

- * Tema för studiedagar eller personalkonferenser om hur man handskas med dödsfall i förskolan/skolan och i barngrupp/klassen
- * Kurser för personal om "barn och död"
- * En grupp av personal fördjupar sina kunskaper och fungerar som resurspersoner i en krisgrupp
- * Området skall ha böcker som kan användas som fördjupningslitteratur
- * Dokument med den lokala krisgruppens deltagare och telefonnummer ska finnas
- * Ta fram dokument och rutiner för t ex utflykter och studieresor

PERSONAL SOM RESURS

Personal har stor betydelse för att tillgodose barnens behov när olyckor, sjukdom eller dödsfall drabbar enskilda barn eller hela grupper.

- * Personalen känner varje enskilt barn och deras personlighet.
- * Personal känner till "kultur" och "klimat" i de enskilda barngrupperna och klasserna.
- * Personal är experter på att förmedla kunskap till barn.
- * Personal känner till hur man engagerar barn och vilka uttrycksformer man kan använda sig av i samband med olyckor och dödsfall.

HUR MAN BERÄTTAR OM ETT DÖDSFALL

Polisen har ansvar att underrätta anhöriga när någon omkommit i en olycka. De kan delegera detta till andra, vanligtvis en präst. Det kan dock uppstå situationer där det blir personalens uppgift att underrätta barn/elever om dödsfall. Detta bör ske efter vissa riktlinjer.

1. Den som berättar ska vara någon som barnet/eleven känner tillit för och har en bra relation till.
2. Man skall skaffa sig ordentlig information från polis och andra myndigheter innan man berättar något. Detta för att kunna svara på frågor om, när och hur det hela skedde.
3. Välj en lämplig plats där man är ostörd.
4. Berätta direkt och öppet, men med en viss mental förberedelse.
5. Man ska ha tid att vara med barnet/eleven en stund efter det man berättat, så att de reaktioner som kommer kan få sitt utlopp.

6. Ta inte till fraser som "det kommer nog att ordna sig" eller "tiden läker alla sår".
7. Låt inte eleven vara ensam. Trösta gärna på ett sätt som faller sig naturligt. Kroppskontakt kan ha lugnande effekt, men man ska respektera om barnet inte vill ha en sådan närhet.
8. Efter ett sådant budskap är det viktigt att den vuxne också kan följa barnet/eleven hem eller till den plats där familjen är.
9. I samråd med barnet/eleven bör de andra barnen så snart som möjligt informeras om vad som hänt.

MARKERING I FÖRSKOLAN ELLER SKOLAN

När döden drabbar barn/elever och personal/lärare ska det markeras på något sätt i förskolan eller skolan. En minnesstund där barn/elever och personal samlas, är ett sätt. Innehållet i denna bör utformas av personalgruppen eller skollädaingen tillsammans med klassföreståndare. Förslagsvis kan minnestunden innehålla:

- * Minnesord från rektor/förskolechef
- * Några ord från klassföreståndare/personal
- * En passande dikt eller saga kan läsas
- * Prästen kan medverka och säga några ord
- * Sång och/eller ett musikstycke
- * Om man får besked om dödsfall under skoltid kan eleverna tillsammans sänka flaggan på halv stång.

Efter minnesstunden går barngrupperna/klasserna till sitt och personal/lärare ger tid att prata vidare. (Se barngrupps-/klassrumssamtal)

Beroende på vilken händelse det gäller, bör hela förskolan/skolan eller bara de berörda förskolegrupperna/klasserna få möjlighet att delta i begravningen.

SAMTAL I BARNGRUPP ELLER KLASSRUM

När man ska tala om ett dödsfall i förskolan/klassrummet, kan det vara bra att följa en mall som, för samtal i samband med svåra händelser, har visat sig fungera bra. Mallen kan även användas vid andra händelser som gjort starkt intryck på en barngrupp/klass. Det är bra att vara två vuxna, gärna någon från krisgruppen eller resursgruppen, tillsammans med klassläraren/läraren.

- 1. Inledning**
- 2. Fakta**
- 3. Tankar**
- 4. Reaktionen**
- 5. Information**
- 6. Avslutning**

Inledning

Läraren eller någon av förskolepersonalen redogör för vad som ska hända de närmaste timmarna och varför det sker. Betona att det kommer många reaktioner och intryck när någon dör och att det är viktigt att prata om det. Berätta att det är vanligt att man får tankar och känslor som kan göra oss ledsna, rädda och arga. Förklara att ni skall prata med varandra för att försöka förstå vad som hänt och för att klara ut missförstånd.

Det är viktigt att man har en del regler för samtal i grupp som skall klargöras innan.

- * Ingen berättar utanför gruppen vad kamraterna har tänkt, känt och upplevt.
- * Man får inte efteråt kritisera någon för vad de sagt eller reagerat på. Det är tillåtet att gråta eller bli arg.
- * Vem som helst kan tala för sig själv, men ingen kan tala för någon annan.
- * Ingen måste säga något högt, bortsett från att man måste berätta om hur man fick veta vad som hänt.

Fakta

Eleverna/barnen får berätta hur, vad, av vem och när de fick reda på vad som hänt. Detta skapar en helhet av händelsen och ger tillfälle att rätta till missförstånd. Man får klart för sig om något barn drabbats mer än andra. Den vuxne förmedlar sin information. Behovet av konkret information är mycket stor hos barn.

Tankar och reaktioner

Frågar man vilka tankar barnet hade då de fick höra talas om det inträffade får man ofta automatiskt en berättelse om barnens reaktioner och intryck. Frågan "Vad var värst för dig?" ger som resultat att barnen berättat sina reaktioner och intryck, samtidigt som det visar att man förstår vad som är viktigt för barnen.

När barn bevittnat dödsfall eller en olycka är det särskilt viktigt att de i detalj får sätta ord på sina tankar. Det gäller alla sinnesintryck; syn, hörsel, lukt, känsel. Ta reda på hur barnen reagerade kroppsligt; skakningar, kväljningar, andnöd osv. När barnen sätter ord på sina intryck kan den vuxne fråga "Är det någon annan som

reagerat på samma sätt?"

Det är viktigt att i reaktionsfasen ta upp olika reaktioner och tankar som uppstått när de fått reda på att någon dött eller i samband med olycka. Alltså direkta reaktioner, men det är lika viktigt att tala om upplevelsena senare samma dag, hur natten har varit, hur det är just nu. Här kan känslor av sorg – saknad - hjälplöshet - ångest tas upp och sättas ord på.

I förskolan och de första årskurserna kan man använda teckningar. "Nu delar jag ut papper till er allihop som ni kan använda för att beskriva tankar och känslor ni har. Var och en bestämmer själv vad ni ritar." Teckningarna kan återspegla vrede och fruktan men också visa på en önskvärd, som helt saknar samband med det som hänt.

Äldre elever kan fullborda meningar som:

- Det första jag tänkte på när jag fick höra vad som hänt var.....
- Det värsta med det som hänt är att.....
- Det intryck som är starkast är
- Det som gör mig mest ledsen är.....

Man kan också låta eleverna tänka, säga eller skriva det de aldrig fick sagt till sin döde kamrat.

Tanke - och reaktionsfasen tar längst tid och det kan komma starka känsloreaktioner. Det är viktigt att de vuxna mobiliserar omsorg och stöd mellan barnen. Genom att be den som sitter bredvid att lägga armen om den som berättar eller fråga vad de andra upplever när någon gråter, skapas gemenskap och sammanhållning.

Informationsfasen

Under informationsfasen samlar den vuxne (förskolepersonal/lärare) upp de trådar som eleverna kommit med och visar på de likheterna i tankar och reaktioner samt betonar det normala i detta. Dessutom bör den vuxne informera om hur man brukar reagera efter sådana händelser, förbereda på reaktioner som kan uppstå efter en tid.

Den vuxne kan ge barnen råd, som till exempel:

- Prata med föräldrar och vänner om det som hänt
- Besök kyrkogården
- Skaffa mer information om händelsen
- Gör något tillsammans för de efterlevande

Avslutningsfasen

I denna fas sammanfattar man vad som tagits upp och planerar vad som ska hända efteråt, till exempel begravningen eller fler samtal. Till sist frågar man om det finns några oklarheter och vad barnen tyckte om samtalet/samlingen.

SAMMANFATTANDE RÅD

Öppen och ärlig kommunikation

- * Ge förklaringar som passar för olika åldrar
- * Undvik abstrakta förklaringar
- * Minska förvirring och oklarheter
- * Använd inte omskrivningar som "resa" eller "sömn" för döden

Ge tid för tankemässig hantering av problemen

- * Tillåt frågor och samtal
- * Var beredd på att samtalen kan bli korta
- * Titta på fotografier, album mm
- * Besök kyrkogården
- * Acceptera barnens lek

Gör förlusten verklig

- * Visa egna känslor
- * Låt barnen vara med vid begravningen
- * Låt minnen av den döde få vara framme

Uppmuntra känslomässig bearbetning

- * Bevara kontinuiteten i hem och förskola/skola
- * Undvik onödiga separationer
- * Prata med barnen om rädslan för att de själva eller föräldrarna ska dö
- * Prata med barnen om deras eventuella skuld-känslor

Mellan ett du och ett jag

Jag tänker inte vara död för dig
när jag är död
Med dina ljusaste minnen av mig
hoppas jag kunna tona ner din sorg
Jag tillåter dig inte att sörja
mer än nödvändigt
Jag tror inte på den fullkomliga glömskan
men jag ska lära dig urvalets konst:
lära dig skilja de ljusa minnena
från den sista efterhängsna smärtan
för att med dess återspeglade glädje
jaga bort din känsla av övergivenhet
och få dig att känna att du ännu lever
mellan ett DU och ett JAG

(Maria Wine, f. 1912)

UPPFÖLJNING

Under de närmast följande dagarna:

1. Inled påföljande dag med en utvärdering av den föregående och gå igenom planerna för dagen
2. Anordna klassrumssamtal/barngruppssamtal för att gå igenom det inträffade
3. Anordna gruppsammankomster för särskilt starkt berörda barn
4. Vid olycksfall utan dödlig utgång: låt klassen besöka sjukhuset
5. Håll ett personalmöte vid dagens slut:
 - förmedla aktuell information och redogör för den vidare planeringen
 - hjälp lärarna att uttrycka sina egna tankar och reaktioner
 - informera om möjligheter att följa upp det som hänt
6. Kontakta familjen för att uttrycka skolans medkänsla och erbjuda stöd:
 - Rektor/förskolechef eller nyckelperson besöker familjen
7. Genomför ritualer i klassrummet eller med hela skolan samlad
8. Hjälpsyskon och nära vänner att återgå till normala rutiner
9. Låt lärare besöka eventuella syskon i hemmet:
 - planera återkomsten till förskola/skolan och diskutera sådant som barnen oroar sig särskilt för
 - diskutera kontakten mellan barngrupp/förskola - klass/skola och föräldrarna
 - vid olycksfall utan dödlig utgång: planera elevens återkomst till skolan, diskutera hur kontakten mellan barn/elev - förskola/skola kan upprätthållas under sjukhusvistelse och konvalescenstid.
10. Låt eleverna delta i jordfästningen med lärare och/eller föräldrar
11. I de fall där syskonen eller nära vänner får problem i skolan: överväg att reducera skolarbetets omfattning och erbjud barnen extra hjälp.
12. Se till att lärarna inhämtar sådan information som säkrar att elever med särskilda behov får den hjälp de behöver (t ex den döda elevens nära vänner, barn som tidigare upplevt traumatiska förluster, barn med speciellt känslig personlighet, barn som känner ansvar för det inträffade samt barn som uppvisar påfallande starka reaktioner).
13. Låt klassen skriva brev eller rita teckningar till den döda elevens syskon

eller föräldrar.

14. För särskilt drabbade elever bör kraven på ämnesprestationer anpassas till deras nedsatta koncentrationsförmåga.

Organisatoriska synpunkter:

- Kontakta familjen eller berörd präst för att resonera om hur skolan bör förhålla sig vid jordfästningen
- Planera hur skola/lärare kan hjälpa eleverna att förbereda sig för att eventuellt se den döde
- Informera om ritualer i samband med jordfästningen
- Håll information tillgänglig för andra berörda skolor i grannskapet (te x skolor där syskon går; skolor dit eleverna ska gå vidare)
- Klassföreståndaren/personal upprätthåller kontakten med familjen för att stötta den
- Låt skolbänken och andra föremål som påminner om den döde bli kvar i klassrummet/daghemmet till årets slut
- Låt kamraterna besöka graven

Långtidsuppföljning:

- Bedöm om något av barnen/eleverna är i behov av långsiktig hjälp.
- Markera speciella märkesdagar som det döda barnets/elevens födelsedag och årsdag för dödsfallet. Se till att vederbörandes namn blir nämnt vid varje högtidsdag under det första året efter hans eller hennes död (jul, påsk, skolavslutning etc.).
- Låt kamraterna hjälpa till med att bära ut den döda elevens skolbänk ur klassrummet.

BARNS FÖRSTÅELSE OM DÖDEN I OLIKA ÅLDRAR

Barns förståelse av döden utvecklas parallellt med barnens tankemässiga mognad.

Barn under fem år uppfattar inte döden som något stadigvarande eller att den kan drabba alla. Döden går att ta tillbaka. I förskoleåldern har barn ett cirkulärt tidsbegrepp. Det gäller även döden: vi lever, sedan dör vi och så lever vi igen. Det visar sig i deras frågor:

- * Kan vi inte hjälpa pappa att komma upp ur graven?
- * När kommer mormor tillbaka?
- * Vem ger bebisen mat i himlen?
- * Kan vi inte ta med saft till mamma i graven?
- * Kan pojkbarn också dö?

Att barn inte förstår dödens innebörd på längre sikt kan göra, att barnen inte uppvisar några starka reaktioner när de första gången får höra vad som hänt. De kan omedelbart efter ett besked om dödsfall fråga om de får gå ut och leka. Även om dödsbegreppet inte är fullt utvecklat, är det utan tvivel så att barnen kan reagera

starkt på dödsfall i den åldern.

Barnens begrepp är i denna ålder mycket konkreta och det är därför bra om man kan undvika abstrakta förklaringar eller förskönande omskrivningar som barnet kan ta mycket bokstavligt. Använder man omskrivningar som att den döde sover eller åkt iväg på en lång resa kan det leda till att barnet blir rädd när föräldern sover middag, för att gå och lägga sig på kvällen eller reagerar starkt när någon skall resa bort.

De yngsta barnen kan genom sin för-logiska tankegång ha en felaktig uppfattning om vad som orsakat dödsfallet. "Om du inte åkt till sjukhuset så skulle inte bebisen behövt dö." Barn är också präglade av ett "magiskt tänkande" där de uppfattar sig själva stå i centrum för det mesta som händer. Ett sådant tänkesätt kan göra att barnet tror att det kan vara orsaken till ett dödsfall.

I åldrarna fem till tio år utvecklar barn gradvis en förståelse av att döden är oåterkallelig. Vid sju år får barnen en bättre förståelse av att döden är oundviklig och universell. Liksom de yngre barnen är de fortfarande konkreta i sina tankar och de behöver konkreta uttryck (ritualer, bilder, gravstenar osv) som stöd i sitt sorgearbete. Deras förståelse av orsakerna är också konkreta. De kan förstå att döden är ett resultat av både yttre händelser, som olyckor och inre processer, som sjukdom. Barnet tänker allt mindre på sig själv som världens centrum och de blir bättre på att se saker i andras perspektiv. De får därför lättare att förstå vänner som mister anhörig, att visa medkänsla och empati.

Efterhand som barnen blir större, förstår de mer av orsak och verkan bakom händelser och de kan bli mycket upptagna av rättvisan i det som sker - att det händer "onda" saker med "goda" människor.

I den tidiga skolåldern verkar det ske en förändring i barnens villighet att visa känslor. Framförallt är det pojkar som börjar undertrycka sina känslor. Det är många föräldrar som upplever att deras barn stänger inne sin sorg och inte vill prata om det som hänt.

Från och med tioårsåldern blir barnens föreställningar om döden mer abstrakta och de kan förstå de mera långtgående konsekvenserna av ett dödsfall. Man tänker ännu mer på rättvisa och orättvisa, ödet och det övernaturliga. Tillsammans med de förändringar som sker på det biologiska, psykologiska och sociala området, kan ett dödsfall leda till mycket starka reaktioner från ungdomarnas sida. Man uppfattar döden som oundviklig och universell och det innebär att den är personlig, vilket kan medföra att man försöker undvika tanken på den.

Under ungdomsåren utvecklas förmågan att resonera hypotetiskt, barnen kan därför ta ställning till flera olika aspekter av en händelse. De kan lättare dra paralleller och de kan mer kritiskt se att det saknas information i det de får höra om en händelse.

KRISERS FÖRLOPP

Reaktionssättet vid kriser följer ett visst förlopp, oavsett vad som utlöst dem. I mötet med människor i kris är det viktigt att ha kunskap om de olika faserna.

Chockfasen

Denna fas varar från ett kort ögonblick till några dygn. Människan kan ännu inte riktigt fatta vad som inträffat. Reaktionerna kan vara allt från ett yttre uppvisat lugn till förvirring och hysteriska reaktioner.

Reaktionsfasen

Den pågår oftast någon eller några månader. Chockfasen och reaktionsfasen brukar tillsammans kallas den akuta krisen. Den drabbade har nu uppfattat vad som hänt. Nu kommer sorgereaktionen. De vanligaste reaktionerna hos barn är följande:

- * Ångest
- * Starka minnen
- * Sömnrubbingar
- * Ledsenhet, längtan och saknad
- * Vrede och beteende som kräver uppmärksamhet
- * Skuld, självförelser och skam
- * Skolsvårigheter
- * Kroppsliga smärtor

Att i denna fas förneka verkligheten är vanligt. När inre och yttre påfrestningar blir så svåra för en människa att hennes erfarenheter och förmåga att hantera situationen inte räcker till, tar det som kallas försvarsmekanismer vid.

Försvarsmekaniserna tjänar till att lindra upplevelsen av att mitt jag är i stor fara. De hjälper oss att stegvis ta till oss den smärtsamma verkligheten i den takt som är möjligt för mig.

Bearbetningsfasen

Den pågår från någon eller några månader efter det akuta skedet till kanske ett halvår eller ett år senare. Nu börjar man på nytt vända sig utåt och blicka framåt. Man har accepterat det inträffade och börjar se nya möjligheter i sitt liv. De psykiska försvaren börjar släppa, och nya vägar kan väljas utifrån den erfarenhet händelsen givit. Förmår en människa inte själv av olika anledningar att bearbeta krisen och gå vidare måste hon/han ha sakkunnig hjälp.

Nyorienteringsfasen

Denna fas har ingen avslutning. Det som försatte människan i kris har bearbetats och finns inom henne som en smärtsam erfarenhet, men den hindrar henne inte längre från att nyorientera sig och se möjligheter i det fortsatta livet. Fortfarande kan det gamla ibland känslomässigt upplevas som korta perioder av smärta.

LITTERATURFÖRTECKNING

Det finns en mängd av facklitteratur, skönlitteratur, barn- och ungdomsböcker i ämnet. Biblioteken i Mönsterås kommun har en del och hjälper gärna till att välja ut. Här kommer några tips. En del är lite äldre, men fortfarande relevant litteratur. Andra är av senare datum. I de allra flesta av de nedanstående böckerna, finns fler litteraturtips, för den som behöver ytterligare stödmaterial.

För vuxna:

| | |
|--|--|
| När det värsta händer | Myndigheten för skolutveckling, 2006 |
| Beredskapsplan för skolan* - vid kriser och katastrofer | Atle Dyregrov, Rädda Barnen, 2006 |
| En tryggare skola* | Agneta Herlin, Bo Munthe, Nordstedts juridik 2008 |
| När det krisar i skolan* | Karin Nordblom, Ulla Magnusson Rahm (Gothia) Gleerups, 2002 |
| Krishantering | Kjell R. Nilzon, Kommunlitteratur, 2004 |
| Att vara ledare vid krissituation | Marie Rehnstam, Vad gör vi - serien Argument, 2003 |
| När klassen berörs av dödsfall | Marie Rehnstam, Vad gör vi - serien Argument, 2001 |
| Barn i sorg | Atle Dyregrov, Studentlitteratur 1990 |
| Kris och utveckling | Johan Cullberg, Natur och Kultur 1994, 2005 |
| När livet går sönder | Cecilia Wikström, Uppsala Publishing House, 2004 |
| Tysta tårar- när barn sörjer | Steinar Ekvik, Verbum, 2005 |
| Medan sorgen läker | Kerstin Propper, Propper Förlag, 2003 |

För barn/ungdomar:

| | |
|--|--|
| Allis med is | Gunilla Linn Persson |
| Jag saknar dig, jag saknar dig | Peter Pohl/Kinna Gieth |
| Max - hunden som inte ville dö | Kyra Petrovskaya - Wayne |
| Birgit | Gudrun Mebs |
| Du är hos mig ändå | Suzanne Sjöqvist, W&W, 2005 |
| Aldrig i livet - när någon i familjen tagit sitt liv - Ungdomar berättar | Göran Gyllenswärd, Lotta Polfelt Rädda Barnen, 2002 |
| Min farfar och lammen | Ulf Nilsson, Sveriges Begravningsbyråersförb. 1999 |
| Kompisboken | Lotta Polfelt, Rädda Barnen |

* Finns i alla ledningsteam