

Sorg- og kriseplan

Formål med denne sorg- og kriseplan er at gøre os parate til at agere, når vi står i en uventet sorgfuld situation – alvorlig sygdom eller dødsfald.

Denne handleplan tager udgangspunkt i følgende:

- 1. alvorlig sygdom/dødsfald - elev**
- 2. alvorlig sygdom/dødsfald - elevs nære pårørende**
- 3. alvorlig sygdom/dødsfald - personale**

Inden for de tre kategorier vil der være nogle forholdsregler, som er identiske for alle tre situationer. Første afsnit er derfor mere udførligt beskrevet end de efterfølgende to. Sidste del af handleplanen beskriver børns aldersmæssige forestillinger om døden samt hvilke materialer, der er til rådighed på skolens pædagogiske læringscenter.

Selv om handleplanen tager udgangspunkt i alvorlig sygdom/dødsfald, bør man være opmærksom på, at indholdet i afsnit to: "alvorlig sygdom/dødsfald elevs nære pårørende" også kan være relevant i forhold til børn, der oplever skilsmisse eller en alvorlig ulykke.

Når børn mister, påhviler det de voksne, der har omgang med barnet, at hjælpe og støtte barnet.

Det kan være svært at forholde sig til sorg og død, men vi er nødt til at gøre det alligevel. Den eneste løsning, der ikke dur, er at lade som ingenting.

Åbenhed om det skete, uanset hvor trist og traumatisk det end måtte være, er den bedste støtte for barnet. Hvis barnet isolerer sig eller trækker sig ind i sig selv, har det allermest brug for dig.

Tal åbent og ærligt. Holdes børn udenfor, overlades de til deres egen fantasi, der ofte er værre end virkeligheden. De er dermed alene med deres angst og sorg. Spørg gerne løbende til børnene, respekter deres grænser, men undlad aldrig at spørge til dem. Det værste for barnet er at blive overset, også når det bliver hverdag for andre. Barnets hverdag bliver aldrig den samme.

PPR yder rådgivning og vejledning til hjemmet og skolen om, hvordan der reageres mest hensigtsmæssigt, og hvordan eleverne får bearbejdet oplevelsen inden for et til tre døgn efter dødsfaldet. De følger op på situationen tre til fem uger efter.

1. Dødsfald - elev

Umiddelbart efter meddelelsen om dødsfaldet:

Skolens ledelse underretter klasselærer/kontaktpædagogen og klassens øvrige lærere.

Skolens ledelse underretter PPR.



Den berørte klasse undervrettes af klasselærer/kontaktpædagogen, som tager sig af klassen resten af skoledagen.

- Tal åbent og konkret om det, der er sket. Det er vigtigt, at børnene får så mange, konkrete informationer om sygdomsforløbet/ulykken som muligt. Alle skal have den samme historie om, hvad der er foregået, så mytedannelse undgås.
- Lad eleverne tale om deres tanker og følelser. Stil spørgsmål, så hver elev får mulighed for at sætte ord på sine oplevelser. Man undgår derved også den ubehagelige situation ikke at tale om det, alle tænker.

Skolens ledelse/kontor sørger for, at ingen kommer hjem til et tomt hus.

Skolens øvrige klasser undervrettes om det skete af deres klasselærer/kontaktpædagog, som har fået besked via kontoret.

Når alle klasser er orienteret, hejsses flaget på halvt under overværelse af den berørte klasse.

Skoleledelsen kontakter psykolog og sundhedsplejersken, så de så vidt muligt er til stede på skolen hele dagen.

Skolens ledelse/kontor kontakter forældrene i klassen, og skoleledelsen undervretter skolebestyrelsens formand.

Der afholdes et forældremøde kort tid efter det skete.

En mindehøjtidelighed i elevens klasse bør afholdes dagen efter meddelelsen.

Bisættelsen:

Klasselærer/kontaktpædagog spørger de efterladte, om de ønsker, at klassekammeraterne deltager i bisættelsen.

Hvis de efterladte siger ja:

Nogle dage før bisættelsen sendes en besked, hvori hjemmene informeres om, at der er mulighed for at deltage i bisættelsen. Hvis det er muligt, bør yngre elever være ledsaget af en anden voksen.

Det vil være godt, at så mange som muligt af klassekammeraterne er til stede ved bisættelsen, da det kan være af stor betydning ved bearbejdningen af den fælles sorg i den nærmeste tid efter bisættelsen.

Diskuter meget omhyggeligt i klassen, hvad der sker ved en bisættelse. Dette er meget vigtigt, uanset om alle elever deltager.

Ved selve bisættelsen holder klasselærer/kontaktpædagog eleverne samlet. Der kan dog være elever, som har et stort behov for at være sammen med deres forældre/værger. Det bør man naturligvis respektere.

På selve bisættelsesdagen holdes en kort mindehøjtidelighed for alle skolens elever. Flaget hejsses på halv. Efter bisættelsen hejsses flaget på hel.



Efterfølgende:

Det er meget vigtigt, at klasselærer/kontaktpædagog og andre voksne, der har været tæt tilknyttet den pågældende elev, får så megen kollegial støtte som muligt.

Vær opmærksom på elevernes forskellige måder at reagere på overfor sorg. Nogle kommer meget hurtigt i gang med bearbejdningen af sorgen, ofte umiddelbart efter dødsfaldet er blevet kendt. Hos andre sker der ingen mærkbare reaktioner før længe efter. Skyldfølelse er et typisk element i sorgreaktionerne hos børn og unge.

Hos både børn og unge kan skyldfølelse hænge sammen med magitænkning: *'Døde hun, fordi jeg sagde, at hun var dum?'* *'Døde han, fordi jeg sparkede ham engang?'*

I denne sammenhæng er rådgivning og vejledning af største betydning.

Det er derfor meget vigtigt, at hver gang en elev kommer i krise, så sørger klasselærer/kontaktpædagog for, at alle lærere i teamet bliver orienteret om elevens tilstand.

Sorgens fire faser:

1. Chokfasen: varer fra et øjeblik til nogle døgn.
2. Reaktionsfasen: kan vare i flere uger.
3. Bearbejdningsfasen: kan vare i over et år.
4. Nyorienteringsfasen: vedvarende. Personen lever med et ar på sjælen, som aldrig forsvinder.

Det er normalt for den, der er dybt berørt af dødsfaldet, at skulle igennem et sådant sorgforløb. Hvis lærerne har indtryk af, at en elev over længere tid bliver i sine sorgreaktioner, kan skolepsykologen inddrages i samarbejdet omkring eleven.

Klassesamtaler, hvor man sætter ord, tanker og følelser i relation til det skete, vil være af stor betydning. Klassesamtalen kan struktureres på følgende måde:

1. Introduktion
2. Fakta
3. Tanker
4. Reaktioner
5. Informationer
6. Afslutning

Det kan ofte være af stor betydning for klassen:

- At den afdødes plads står tom et stykke tid efter. Der kan også være andre konkrete minder om eleven, som man bør værne om.



- At man evt. tænder et lys på elevens bord i en periode, eller sammen finder en anden måde at mindes eleven på.

- At klassen efter aftale sammen besøger elevens grav.

Skolepsykolog, sundhedsplejerske eller andre med kompetence på området kan være vigtige ressourcepersoner i opfølgingsarbejdet.

2. Alvorlig sygdom/dødsfald - elevs nære pårørende

Umiddelbart efter meddelelsen om dødsfaldet:

Når skolen (evt. klasselærer/ kontaktpædagog) underrettes om dødsfaldet, spørger man familien, om elevens klasse må få det at vide.

Skolens ledelse underretter evt. PPR.

Tal åbent i klassen mens eleven er borte. Giv eleverne nogle metoder til hvordan de kan tale med kammeraten, og hvordan han/hun kan reagere. Fortæl om muligt hvad der er sket. Forbered kammeraterne på, at eleven kan være sartere end ellers, og at de bør udvise ekstra omtanke.

Det kan være, at eleven gerne vil have, at der bliver talt om det skete i klassen, men har brug for voksenhjælp hertil.

Efterfølgende:

Klassens lærere og pædagoger følger eleven tæt.

Vær opmærksom på børns forskellige måder at reagere overfor sorg på:

Nogle kommer hurtigt i gang med bearbejdningen af sorgen. Hos andre sker der ingen mærkbare reaktioner før længe efter.

Skyldfølelse er et typisk udslag af sorgreaktionerne hos børn og unge.

Se i øvrigt første afsnit: Alvorlig sygdom/dødsfald - elev.

Elever kan også komme ud for, at en nær pårørende bliver alvorligt syg. Her gælder det om at få talt med familien om situationen: Skal der tales om det i klassen? Har barnet og/eller familien brug for hjælp til at få talt om det?

Under alle omstændigheder skal der holdes godt øje med barnets reaktioner. Det er vigtigt, at klasseteamet og skolens ledelse orienteres.

3. Dødsfald - personale

Umiddelbart efter meddelelsen om dødsfaldet:

Skolens ledelse underretter personalet.

Skolens ledelse underretter evt. PPR.

Skolens ledelse kontakter formanden for skolebestyrelsen.



Hvis vedkommende har været klasselærer/kontaktpædagog, underrettes klassen af skolens ledelse sammen med andre af klassens lærere. En af disse bør tage sig af klassen resten af dagen.

Skolens kontor sørger for, at ingen elever kommer hjem til et tomt hus.

Skolens øvrige klasser underrettes om det skete af deres klasselærer/kontaktpædagog. Når alle klasser er underrettet, hejses flaget på halv.

Skoleledelsen sørger for, at der sendes besked til forældrene i den/de berørte klasser.

Mindehøjtideligheden i den/de berørte klasser bør afholdes dagen efter meddelelsen om dødsfaldet.

Ved et personalemøde diskuterer lærerne konkrete opgaver i forbindelse med dødsfaldet, bl.a. kontakten til de efterladte.

Bisættelsen

Skoleledelsen informerer personalet om bisættelsen, elevernes eventuelle deltagelse heri drøftes.

Mindehøjtidelighed for personalet forberedes.

Der sendes evt. en meddelelse til den berørte klasse/de berørte klasser om elevernes deltagelse i bisættelsen. I denne meddelelse er det vigtigt at pointere, at eleven bør have en forælder med til bisættelsen.

Se i øvrigt første afsnit: Alvorlig sygdom/dødsfald - elev.

Børns forståelse af døden:

Børns opfattelse af døden hænger nøje sammen med, hvor gamle de er. Det samme gælder de forestillinger, de gør sig i forbindelse med deres fars eller mors død.

I store træk kan man opdele børnene i følgende grupper:

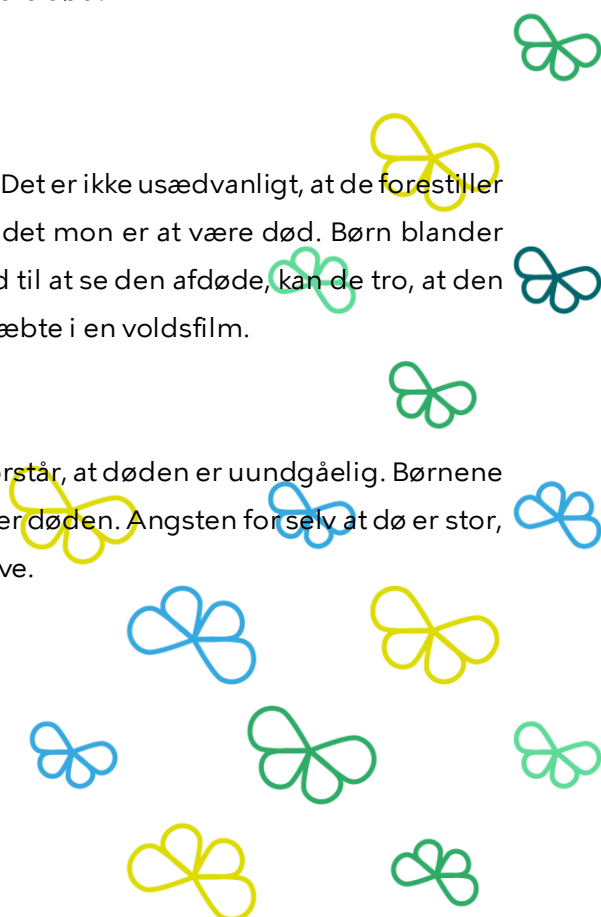
5-9 år:

Børn i denne alder forstår gradvis, at døden er uigenkaldelig. Det er ikke usædvanligt, at de forestiller sig døden som en person. De tænker intenst over, hvordan det mon er at være død. Børn blander ofte fantasi og virkelighed sammen. Hvis de ikke får lejlighed til at se den afdøde, kan de tro, at den døde ser lige så uhyggeligt ud som eksempelvis døde og dræbte i en voldsfilm.

10-11 år:

Forholdet til døden begynder at minde om de voksnes. De forstår, at døden er uundgåelig. Børnene gør sig i den alder store spekulationer over, hvad der sker efter døden. Angsten for selv at dø er stor, og børnene kan have vanskeligt ved at falde i søvn eller at sove.

12-13 år:



Børnene er ofte i stand til at beherske eller fortrænge deres angst, modsat mindre børn. Det er ikke usædvanligt, at børn i denne aldersgruppe siger, at de ikke er bange for døden. Børnene er meget påvirkede af, hvordan voksne i deres nærhed taler om døden. Fornemmer de, at døden og talen om den afdøde er tabu, holder de deres tanker for sig selv.

14-18 år:

Børnene er i en fase af livet, hvor de frigør sig fra hjemmet. Det gør det ofte ekstra svært at bearbejde tabet og sorgen. Mange føler, at dødsfaldet forhindrer dem i at leve og more sig som andre unge. De får dårlig samvittighed og undertrykker deres behov.

Har der været mange konflikter mellem barnet og den døde, kan det fremkalde stærke minder, som giver en dybfølt skyldfølelse. Tanker om selvmord for at genforenes med den døde kan forekomme.

Børn og sorg - litteraturliste

Kræftens bekæmpelse, undervisningsmateriale (2019) Hvordan er man en god ven, når klassekammeraten mister sin mor, far, søster eller bror? Et nyt undervisningssite skal lære skoleelever i 3.-6.klasse, hvordan man kan støtte en ven, der mister.

<https://www.cancer.dk/omsorg/til-fagfolk/vejledning-til-laerere-om-boern-i-sorg/>

Kræftens bekæmpelse - vejledning til lærere om børn i sorg Her kan du læse mere om, hvad skoler, herunder dig som lærer, kan gøre for at sikre den nødvendige støtte til børn i sorg.

Det nationale sorgcenter - Børn, unge og sorg [Udgivelser - Det Nationale Sorgcenter](#)

Faglitteratur for voksne

Kræftens bekæmpelse (2017) **Håndbog for sorggruppeledere i skoler**

Håndbog for sorggruppeledere i skoler er et inspirationsmateriale til dit sorggruppearbejde - med konkrete cases, øvelser og praksislitteratur.

Dyregrov, Atle mf (2017) **Jeg vil gerne tale om min sorg**

Akselsen, Käte et al (2007) **Tag fat - og hold fast. Sundhed i skolen. (Afsnit om børn og sorg)**

Kræftens Bekæmpelse

Bugge, Kari E. og Eline G. Røkholt, (2011) **Børn og unge i sorg: Faglig støtte til børn og unge som oplever alvorlig sygdom eller dødsfald i nærmeste familie**

