

SORG- OG KRISE HANDLEPLAN FOR LØJTEGÅRDSSKOLEN

INDHOLD

Indledning.....	3
Del 1 - Om sorg og krise.....	4
Definition.....	4
Reaktioner.....	4
Sorg er et voksenansvar.....	5
Vejledning til samtalen med.....	6
...den sorgramte.....	6
...klassekammeraterne.....	6
...de pårørende.....	6
...Andre berørte.....	6
Støtte til kontaktlæreren og andre berørte.....	6
Sorghandleplan – Det akutte beredskab.....	7
Del 2 – Den langsigtede støtte.....	8
Samtalen med eleven og hjemmet.....	8
Ressourcepersoner.....	8
Model til at forstå sorgprocessen.....	9
Strukturering af elevhandleplaner.....	9
Ventede dødsfald.....	9
Akutte dødsfald.....	10
Opfølgingsark.....	12
Skilsmisse, psykisk sygdom og andre udfordringer.....	13
Sorg-/ og skilsmissegrupper.....	13
Hjælp fra andre professionelle.....	13

INDLEDNING

Løjtegårdsskolens sorgberedskab består efter anbefaling fra Kræftens bekæmpelse af to dele med samme mål:

- At give den eller de sorgramte både den indledende og den langsigtede støtte.

Del 1 af sorghandleplanen består af to afsnit. Det første afsnit handler 'Om sorg og krise' som begreb og har til formål at klæde de professionelle på til sorg- og krisesituationer. Andet afsnit indeholder en plan over det akutte beredskab. Planen er udformet sådan, at den kan læses som en trin-for-trin i en akut situation, og den er udstyret med beskrivelser og detaljer for det enkelte trin.

Del 2 af sorghandleplanen beskæftiger sig med den langsigtede støtte af den sorgramte. Del 2 er ligeledes delt i to afsnit. Første afsnit behandler forløbet ved alvorlig sygdom og/eller et ventet dødsfald, dvs. støtten til den eller de sorgramte i tiden under alvorlig sygdom og/eller frem mod et ventet dødsfald. Andet afsnit beskæftiger sig med forløbet efter et akut eller ventet dødsfald og giver støtte og vejledning til tiden herefter.

Begge de to dele bygger på kortfattede informationer og anvisninger samt konkrete værktøjer, så man nemt og overskueligt kan afklare, hvordan man bedst muligt støtter den sorgramte og tilrettelægge processen herfor.

DEL 1 - OM SORG OG KRISE

DEFINITION

På Løjtegårdsskolen definerer vi sorg og krise ud fra Kræftens Bekæmpelses definition, som lyder¹:

- Sorg er fysiske og psykiske reaktioner på tab. Reaktionen er kompleks med en lang række følelsesmæssige, tankemæssige, sociale og fysiologiske symptomer.
- Sorgen vil i nogen grad føles forskellig afhængig af, hvad det er, man mister, og hvor man befinder sig i livet, samt hvilke erfaringer man har med at miste. Men de basale reaktioner er ret ens på tværs af tab og omstændigheder.

REAKTIONER

I nedenstående tabel kan ses eksempler på reaktioner hos børn og unge i sorg:

Følelsesmæssige reaktioner	Adfærdsmæssige reaktioner	Fysiske reaktioner	Kognitive reaktioner	Eksistentielle reaktioner
Ensomhed og forladthed	Trækker sig tilbage fx fra venner	Hovedpine, mavepine og hjertebanken	Nedsat koncentration	Oplevelse af uretfærdighed og meningsløshed
Angst, utryghed og bekymring	Større sårbarhed	Svimmelhed og kvalme	Fald i karakterer i skolen	Overbevisninger udfordres og ændres
Tristhed	Regressiv adfærd dvs. barnet falder tilbage til tidligere udviklingstrin og opfører sig, som om det er yngre	Søvnproblemer		
Længsel og savn	Græder hyppigere, er mere irriteret	Manglende energi		
Vrede og aggression		Appetitændringer		
Lettelse				
Skyld	Ekstra hensynstagen til forældre			
Håb og fortvivlelse	Forceret udvikling/modning			
	Afhængighed af fx alkohol, stoffer o.l.			

Ingen børn er ens, og derfor er deres reaktioner også meget forskellige. Ovenstående skal derfor ikke ses som en udtømmende liste, men som eksempler på reaktioner.

¹ Sorghandleplan 2,0, Kræftens Bekæmpelse, 2018

SORG ER ET VOKSENANSVAR

Mange børn kan ikke overskue konsekvenserne af begivenheden på én gang, og de skifter derfor mellem tilstande, hvor de forekommer stærkt oprevde, og tilstande af tilsyneladende ligegyldighed. Den tilsyneladende ligegyldighed skyldes barnets konkrete måde at forstå sin omverden på, men den skal også forstås som barnets beskyttelse mod at blive tanke- og følelsesmæssigt overvældet. Derfor siges det, at børn "går ud og ind af deres sorg".

Dette gælder også for ældre børn, som ofte bruger skolen som en slags "frirum". Det giver mening, at den unge gerne vil slippe væk fra hjemmet og bare være sammen med vennerne, men det skal sikres, at den unge rent faktisk taler om dødsfaldet – både i skolen og derhjemme.

Der skal derfor være en ekstra opmærksomhed på, at bare fordi et barn ikke selv siger noget eller viser tydelige tegn på at være i sorg, så betyder det på ingen måde, at barnet "er kommet videre" – tværtimod kan det være en forsvarsmekanisme og et tegn på stilstand i sorgprocessen.

Det er altid de voksnes ansvar at tale med et barn/en ung i sorg!

Her kan det være en fordel at have et lille indblik i barnets/den unges forståelse, hvilket nedenstående kan hjælpe til:

INFO - Børns forståelse af døden	
Klassetrin	Forståelse
0.-1. klasse	<ul style="list-style-type: none">- Børn har i denne alder opnået generel forståelse af, at når nogen er døde, så kan de ikke blive levende igen.- Barnet forstår yderligere at kropslige funktioner stopper med at virke, når nogen dør. Mor eller far i graven har altså ikke behov for at spise aftensmad og kan ikke dufte blomster, man lægger ved graven.
2.-3. klasse	<ul style="list-style-type: none">- Barnet har generelt en forståelse af, at alt, hvad der er levende, både dyr og planter, kan dø.- Barnet forstår samtidig, at når alt levende kan dø, så varer livet ikke evigt, og så kommer alle på et tidspunkt til at dø.
4.-5. klasse	<ul style="list-style-type: none">- Barnet har generelt opnået en forståelse af, at døden indtræffer, fordi kropslige funktioner bryder sammen. Far døde ikke bare; han døde, fordi hans hjerte holdt op med at fungere.
6.-10. klasse	<ul style="list-style-type: none">- Fra 6. klasse har børn på samme måde som en voksen en kognitiv forståelse af, hvad det vil sige at dø.

VEJLDNING TIL SAMTALEN MED...

...DEN SORGRAMTE

Spørgsmål, der inviterer eleven til at sætte ord på følelser og oplevelser:

- Ved du, hvem du kan tale med, når du er ked af det?
- Hvad gør du, når du er ked af det?
- Hvem passer på dig derhjemme?
- Hvad ville du ønske, dine venner ved om, hvordan du har det lige nu?
- Hvem på din skole går du til, når du bliver ked af det?
- Hvem i din omgangskreds kan du tale med, når noget er svært?

...KLASSEKAMMETERNE

Sig tingene, som de er...

Når I taler med de yngste børn, giver det ikke mening at bruge vendinger som:

- Han er gået bort.
- Der står altid en dør på klem, hvis du vil tale.
- Hun er sovet stille in.
- Gud har taget ham til sig.
- Han har stillet træskoene.

Selvom det måske lyder smukkere, giver det sjældent mening for de mindste børn. Sig i stedet tingene, som de er, f.eks.: 'Han er død'. Det er langt nemmere at forstå.

...DE PÅRØRENDE

Det er vigtigt at stille sig til rådighed og invitere til et tættere samarbejde i en krise- eller sorgsituation. I den forbindelse er det en fordel at vide, at barnets forståelse af døden eller den svære situation i høj grad skabes af den familie, det vokser op i. Det er centralt, at I bruger jeres erfaring med den sorgramte familie til at forstå eventuelle særlige udfordringer. Den sorgramte familie er på mange måder den samme som den, I kendte tidligere – fx, hvis familien ikke var aktiv i skolen før, så bliver den det heller ikke på grund af et dødsfald.

...ANDRE BERØRTE

Sørg for at holde lærere, ledelse o.l. orienterede. Et tæt samarbejde og en god kommunikation er helt afgørende både ift. elevens sorgproces, men også ift. andre berørte personers støtte og involvering.

STØTTE TIL KONTAKTLÆREREN OG ANDRE BERØRTE

Når du skal støtte et barn/ung i sorg, kan du opleve, at det kræver rigtig meget af dig. Derfor er det vigtigt, at du løbende støtter dig op af de ressourcepersoner, vi har på skolen. Både ledelse, ALT, AKT og sorgambassadør står til rådighed for sparring, vejledning og ventilering.

*At støtte en i sorg kræver ikke at du er overmenneske,
blot at du er medmenneske.*

SORGHANDLEPLAN – DET AKUTTE BEREDSKAB

Procedure	Beskrivelse	Detaljer/kontaktinformationer
112	Ring 112	Ifør dig en gul vest og vink ambulancen ind.
Ledelsen	Kontakt ledelsen/administrationen og orientér om hændelsen.	Administrationen 32 50 75 03
Ulykkesstedet	Ledelsen tager ud til ulykkesstedet.	Medbring altid: Telefon, jakke og stamkort
Pårørende	Nærmeste pårørende orienteres.	Ledelsen står for kontakten.
Krisehjælp	Børne- og Kulturforvaltningen orienteres, og der bedes om krisehjælp.	Børne- og Kulturforvaltningen 32 47 14 01
Trekanten	O&P orienteres, og der arrangeres hjælp til medarbejdere i Trekanten.	O&P 32 47 12 61
Ressourcepersoner	Klasselærer(e), team, sorgambassadør og ALT-koordinator orienteres.	Sorgambassadør
Reaktioner	Alle følelser og reaktioner er ok og skal håndteres derefter.	Se oversigter i del 1 i sorghandleplanen.
Forældre	Forældre til klassekammerater og andre berørte ringes ind.	
Personalet	Personalet orienteret på personalerummet og herefter via AULA.	Skabelon ligger i Acadre.
Breve	Breve med orientering om episoden og den videre håndtering sendes til hjemmene.	Brev sendes via E-boks og AULA. Skabelon ligger i Acadre.
Pressen	Pressen afvises altid med besked om, at de kan henvende sig til Tårnby kommune.	
Videre håndtering	Den videre håndtering planlægges i et tæt samarbejde mellem skole- og hjem.	Se del 2 i sorghandleplanen.

DEL 2 – DEN LANGSIGTEDE STØTTE

SAMTALEN MED ELEVEN OG HJEMMET

Når en elev eller en elevs pårørende bliver alvorligt syg eller går bort, er det helt afgørende, at der etableres et tæt samarbejde mellem skolen og hjemmet, og det er i en sådan situation hensigtsmæssigt, at skolen inviterer hjemmet over til en samtale.

Forinden samtalen kan det være en god ide at have overvejet, hvem i lærerteamet eller på skolen, der tager sig af den primære kontakt til både eleven og hjemmet. Det vil give bedst mening, at det er den med den tætteste relation, der bliver kontaktperson. Her er det dog vigtigt, at denne også har mod på opgaven, da det er en hård opgave at tage på sig. Det er helt ok at sige nej.

Ved en samtale mellem skole og hjem er det vigtigt at forventningsafstemme. Dette kan fx gøres vha. nedenstående spørgsmål:

- Hvordan er situationen? Afdæk denne. Stil uddybende spørgsmål, hvis du har brug for det.
- Hvad må vi sige til klassen/eleven/forældrene/lærerne?
- Hvad melder vi ud til lærerteamet, forældrene, eleverne? Og hvem melder hvad ud?
- Er der andre ressourcepersoner, som vi skal sætte i spil? Er der søskende, vi skal være opmærksomme på?
- Hvornår mødes vi næste gang? Og hvordan og hvor meget kommunikerer vi i mellemtiden?
- Hvordan støtter vi bedst muligt eleven? Lav evt. aftaler om faste samtaler, kommunikationsformer osv.
- Brug ledelsen – fx til at vurdere, hvem der skal være kontaktlærer.

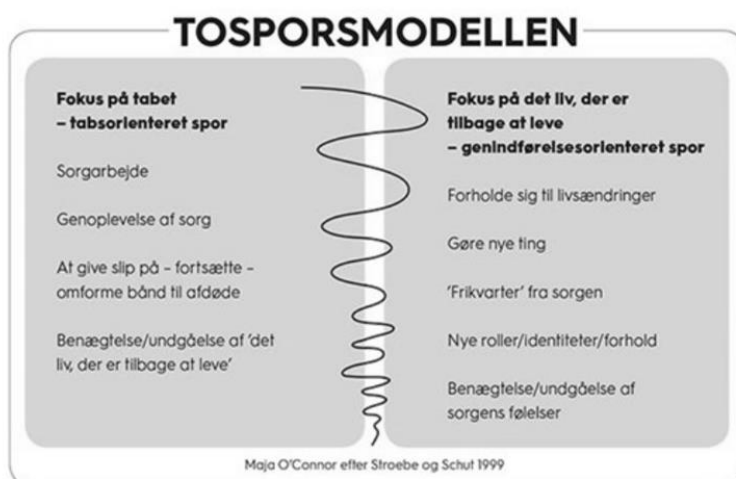
RESSOURCEPERSONER

Når man skal støtte en elev i sorg, kan det være en rigtig god ide at hente støtte og sparring i de ressourcepersoner, som er til rådighed:

- Ledelsen
- Chefspsykologen fra Rådgivning og Forebyggelse (ROF)
- Sognepræsten
- Sorgambassadøren
- ALT-koordinator
- AKT-lærerne
- Kollegaerne
- Forældrene
- Familieafdelingen

MODEL TIL AT FORSTÅ SORGPREECEN

Tosporsmodellen er et opgør med ideen om, at alle mennesker går igennem sorgen på stort set samme måde. Menneskers sorg er lige så unik, som de personer, der oplever den.



STRUKTURERING AF ELEVHANDLEPLANER

Til arbejdet med den sorgramte er en elevhandleplan et helt afgørende værktøj, som sætter den sorgramte og dennes følelser og behov i centrum samt tager højde for, at situationen og oplevelsen af sorgen kan ændre sig gennem processen. Derfor er det en fordel at udfylde en elevhandleplan jævnlige i en sorgproces samt at bruge denne til at følge op på forgangne samtaler og nye behov.

Elevhandleplanen er desuden et redskab, som kan tjene et kommunikativt formål ift. orientering af hjemmet eller lærerteamet, hvis eleven er indforstået hermed, samt bruges som overleveringspapirer, hvis eleven skifter skole.

VENTEDE DØDSFALD

Før dødsfaldet

- **Udpeg en primærperson**, som har ansvaret for det kommende forløb.
- **Kortlæg situationen** og særlige udfordringer i hjemmet.
- **Diskuter med familien**, hvordan skolen kan holdes opdateret om sygdomsforløbet. Skab kontinuerlighed ved at have en primærperson, som holder kontakt til familien.
- **Kortlæg særlige udfordringer** og ressourcer i forhold til barnet. Hvordan håndterer I øget fravær og koncentrationsbesvær? Er der særlige ressourcer i familien, som kan aktiveres?
- **Koordiner skolens hjælpemidler**, hvis der er søskende.
- **Diskuter situationen med eleven**. Hvilke udfordringer, ønsker og behov har eleven? Hold regelmæssige planlagte møder med eleven, hvor der følges op på situationen.

- **Afklar**, hvordan I håndterer dødsfaldet, når det er nærtstående? Tilbyd at mødes med familien og diskutere dette.

Ved dødsfaldet

- **Aktiver grundberedskabet**

Efter dødsfaldet

- **Opdater jer** på familiens situation og nyopståede udfordringer.
- **Aftal sammen** med eleven og familien rammerne for, hvordan klassen håndterer elevens tilbagevenden til skolen og tiden derefter.
- **Afsøg**, om der er behov for ekstra støtte, såsom sorggruppe eller samtaler med en skolepsykolog.
- **Nedskriv ovenstående** beslutninger i elevhandleplanen, og afhold et møde med eleven, hvor planen godkendes af denne.
- **Hold et evalueringsmøde** med eleven tre måneder senere.

På længere sigt

- **Kortlæg** den faglige, sociale og familiære situation. Diskuter med eleven, om der er udfordringer, der kræver særlig støtte.
- **Hold kontakt** til familien, og forbliv opdateret på dens situation.
- **Aftal og nedskriv** en ny dato for næste møde mellem den sorgramte elev og lærer. Dette kan være 3-12 måneder senere, alt efter hvor mange udfordringer der er. Gentag dette, til barnet går ud af skolen.
- **Skifter barnet** skole undervejs, så husk at videregive elevhandleplanen til den nye skole.

AKUTTE DØDSFALD

Ved dødsfaldet

- **Aktiver grundberedskabet**

Efter dødsfaldet

- **Udpeg en primærperson** for barnet. Dette bør være en person, som har daglig kontakt med barnet og ydermere har en god relation til det.
- **Kortlæg situationen** og særlige udfordringer i hjemmet, samt særlige udfordringer og ressourcer for barnet.
- **Opsæt sammen med eleven** og familien rammerne for, hvordan klassen håndterer elevens tilbagevenden til klassen og tiden derefter. Vær opmærksom på, at familien i tiden efter kan være præget af chok og derfor kan have brug for tid, før den har mod på denne opgave.
- **Afsøg**, om der er behov for ekstra støtte, såsom en sorggruppe eller samtaler med en skolepsykolog.

- **Nedskriv ovenstående** beslutninger i elevhandleplanen, og afhold et møde med eleven, hvor planen godkendes.
- **Hold et evalueringsmøde** med eleven tre måneder senere.

På længere sigt

- **Kortlæg** den faglige, sociale og familiære situation. Diskuter med eleven, om der er udfordringer, der kræver særlig støtte.
- **Hold kontakt** til familien, og forbliv opdateret om familiens situation.
- **Aftal og nedskriv** en ny dato for næste møde mellem den sorgramte elev og lærer. Dette kan være 3-12 måneder senere, alt efter hvor mange udfordringer der er. Gentag dette, til barnet går ud af skolen.
- **Skifter barnet** skole undervejs, så husk at videregive elevhandleplanen til den nye skole.

OPFØLGNINGSSARK

Dato:

Til stede:

Ændringer i mit liv

Ændringer i klassen:

Faglige ændringer:

Ændringer derhjemme:

Ændringer, som vi fokuserer på:

Dato for næste møde:

SKILSMISSE, PSYKISK SYGDOM OG ANDRE UDFORDRINGER

Dødsfald er kun en af mange udfordringer, børn kan blive udsat for igennem skoletiden. Udfordringer såsom skilsmisser, psykisk sygdom og andre livsændrende begivenheder kræver alle en lærer, der er villig til at yde en ekstra indsats over for det ramte barn.

Den hjælp, barnet har brug for, er ofte grundlæggende den samme. Nemlig at læreren er nærværende, tilgængelig og lyttende- og at læreren desuden er villig til at indgå i et samarbejde med barnet om de udfordringer, der opstår i kølvandet af hændelsen, og ser barnet som en værdifuld samarbejdspartner såvel som ekspert på egne følelser. Selv om anbefalingerne i denne vejledning er rettet mod at hjælpe sorgramte børn, er de også anvendelige som inspiration til svære samtaler.

Ud over at give den grundlæggende og nærværende støtte kan det dog være en fordel at kende til nogle specifikke problematikker, børn med forskellige udfordringer oplever.

På omsorg.dk/hjaelp kan du finde en liste over samarbejdspartnere, der tilbyder støtte inden for områder såsom skilsmisse, psykisk sygdom, handicap, seksuelle overgreb og alkoholisme.

SORG-/ OG SKILSMISSEGRUPPER

Det er til enhver tid muligt at oprette en sorggruppe på skolen. Foruden denne har Tårnby Kommune forskellige sorgtilbud, som alle borgere har adgang til.

HJÆLP FRA ANDRE PROFESSIONELLE

- Ved spørgsmål relateret til sorg og skolestøtte kan OmSorg kontaktes i tidsrummet 9-16 på tlf.: 35 25 75 00.
- Hos Børn, Unge & Sorg kan man få vejledning fra en psykolog i tidsrummet 10-14 på hverdage på tlf.: 70 266 766.
- Ved spørgsmål relateret til kræft kan Kræftlinjen kontaktes i tidsrummet 9-21 på tlf.: 80 30 10 30.