

ENDRUPSKOLENS OMSORGSPLAN

for mødet med mennesker i sorg

Indledning

Ved en elevs død

Ved dødsfald i personalegruppen

Ved dødsfald i elevers nærmeste familie

Ved ulykker

Skolens møde med børn i sorg

Litteraturliste



Indledning

Vi kan ikke beskytte børn mod den store smerte, det er at miste noget betydningsfuldt i livet. Men vi kan hjælpe dem i den vanskelige tid, der følger, og give dem den tryghed og accept der skal til, for at udtrykke det, der smerter og gør ondt.

Statistisk set er hvert fjerde danske barn berørt af "tab" af den ene forælder i forbindelse med skilsmisse.

Ca. 4000 børn i Danmark oplever årligt at miste en forældre ved dødsfald og hvert år dør ca. 700 børn, inden de er fyldt 18 år.

Der er god grund til at vores personale er rustet til såvel at skabe rum for samtaler om følelser og hændelser i børnenes liv og omverden og behandle emner som: Godt og ondt, glæde og sorg samt at håndtere den svære opgave, der opstår, når børn rammes af sorg.

Denne omsorgsplan fastlægger procedurer, ansvarsfordeling og opgavefordeling, hvis "det værste skulle ske".

Planen er disponeret på følgende måde:

Afsnit der omhandler situationer

- ved en elevs død
- ved dødsfald i personalegruppen
- ved dødsfald i elevers nærmeste familie
- ved ulykker
- PPRs involvering og hjælp

De berørte aspekter centrerer om:

1. Information: Hvem giver information til hvem – og hvordan?
2. Intervention – Konkrete tiltag: På hvilken måde markeres dødsfaldet, så sorgen og tabet bliver synligt og på den måde legalt at tale om?
3. Opfølgning på tab: Hvorledes kan skolen hjælpe barnet/børnene og eventuelt de efterladte til at komme igennem den svære tid, der følger efter et dødsfald?

Information gives overordnet til de relevante personer eller grupper. Hvem disse er, i hvilken rækkefølge der skal informeres og hvordan informationen gives, afhænger af situationen og omstændighederne forbundet med denne

Der vil hyppigt være tale om situationer præget af forvirring og af mangel på konkret viden. Derfor må ugenomtænkte handlinger og rygtedannelse modvirkes og en klar ansvarsfordeling aftales.

Ved en elevs død

Information

- Den første der får kendskab til dødsfaldet kontakter skolelederen
- Skolelederen kontakter klasselæreren
- Skoleleder underretter skolens øvrige personale samt fritidshjem eller -klub, og organiserer flagning, når alle er informeret om det skete. Senere på dagen arrangerer skolelederen en kort mindehøjtidelighed

- Elevens klasse underrettes af klasselæreren, som resten af skoledagen tilrettelægger samværet i klassen.
- Tal åbent og konkret om det skete
- Lad eleverne tale om det, de tænker på og føler
- Klasselærer sørger for at ingen elev er alene efter skoletid
- Skolens øvrige klasser underrettes af deres lærere, som tilrettelægger samværet efter det konkrete behov (afhængigt af relationen til den pågældende elev, eventuelle søskende i klassen m.v.)
- Skoleleder og klasselærer kontakter i fællesskab forældrene i den afdøde elevs klasse og opfordrer dem til at tale åbent om det indtrufne i hjemmet.
- Det er evt. en god idé med et forældremøde en af de første dage.
- Der sendes umiddelbart en kort skriftlig meddelelse til alle hjem.

Konkrete tiltag

Det er meget vigtigt, at klasselæreren og en kollega tager initiativ til "ritualer", der markerer for børnene, hvad der er hændt.

Ritualerne medvirker til at:

- reducere uvirkelighedsfølelser
- hindre fantasier
- hjælpe børnene med tankemæssigt at få styr på dødsfaldet
- stimulere barnet til at give følelsesmæssigt udtryk for sit tab
- give barnet mulighed for at tage konkret afsked med den døde
- give børn og voksne en fælles oplevelse, som kan blive udgangspunkt for senere samtaler

Samvær med den/de berørte klasser

Klasselæreren (og bedst 2 lærere) beholder klassen de første par timer efter, at klassen har modtaget besked om dødsfaldet.

Indledningsvis fortæller lærerne, hvad de vil tale med eleverne om de næste timer, afpasset efter elevernes alder.

Det kan være

- fakta om dødsfaldet
- tanker og følelser
- begravelsen
- afslutning

For at undgå rygtedannelser må alle have fælles viden om, hvad der er sket.

Klasselæreren kan søge sagkyndig bistand. Det kan dreje sig om psykolog eller præst.

Skoleledelsen hjælper med til at skabe kontakten.

Det er derfor vigtigt, at der foregår et tæt samarbejde mellem klasselæreren og klassens forældre.

Det er også vigtigt at der er en direkte kontakt og samarbejde mellem klasselæreren og afdødes forældre.

Tanker og følelser: Kan evt. omhandle sorgens fire faser, skyldfølelser, om meningen med livet. Her er det vigtigt, at alt foregår i dialog med eleverne.

Passende sange kan virke stærkt og forløse følelser, tegninger ligeså. Den berørte familie vil blive glad for et brev fra klassen. Den døde elevs bord og stol står tom og kan smykkes med blomster og lys og evt. et billede af den døde kammerat. Bord og stol forbliver tomme en tid efter.

Begravelsen: Kontakt til forældrene, angående elevernes eventuelle deltagelse. Plan for deltagelsen, blomster m.v. Hvad skal der ske ved begravelsen? På selve begravelsesdagen

holder eleverne sig sammen. Elevernes forældre deltager eventuelt. På begravelsesdagen hejses skolens flag på halv stang, og der holdes en kort mindehøjtidelighed for alle på skolen. Det aftales, hvad der skal ske efter begravelsen. Hvor går man hen? Eleverne forbliver sammen en stund, ingen går alene hjem lige efter. Børnene har brug for at være sammen om dette.

Afslutning: Hvad har vi nu været igennem. Opsummering om, hvad der er normalt/eventuelt unormalt. Snak om eftervirkninger og om betydningen af at tale videre med andre om det skete, gerne forældrene om, hvordan forløbet har været.

Opfølgning på elevs dødsfald

Forandringer og tab som en naturlig proces

Det bør være naturligt at opbygge en kultur i klassen, der formidler, at her deler vi, hvad der sker med os og vore nærmeste. Det vil sige, at man er åben for spørgsmål om død og begravelse, at man står for en holdning, der viser, at livet har både lyse og mørke sider. At glæden såvel som sorgen skal have plads i et ordentligt menneskeliv. Det medfører, at vi interesserer os for hinandens liv og derfor deler op- og nedture. At vi tør vise vores følelser.

Ovenstående er i alle tilfælde et godt afsæt for efterbehandling, når sorgen indtræffer. Vær opmærksom på:

Sorgens fire stadier

- Chockfasen: Et øjeblik til et par døgn
- Reaktionsfasen: Kan være flere uger
- Bearbejdningsfasen: Kan vare over et år
- Nyorienteringsfasen: Vil altid bestå. Et år, der aldrig forsvinder

Klassesamtaler, hvor man sætter ord på tanker og følelser i forbindelse med det skete er af stor betydning. Kan eventuelt struktureres på følgende måde:

- a) Introduktion
- b) Fakta
- c) Tanker
- d) Reaktioner
- e) Information
- f) Afslutning

(se evt. Atle Dyregrov: Sorg hos børn s. 124)

Lad også på længere sigt eleverne få mulighed for at tale om dødsfaldet. De har behov for at bearbejde hændelsen i takt med deres mentale udvikling.

Nedenstående kan eventuelt indgå i efterbehandlingen det første år:

- Jævnligt at tage fat i hændelsen i tiden efter. Vær opmærksom på signaler fra eleverne
- Emner om tab og døden tages op i undervisningen. Giv plads for følelser
- På efterfølgende forældremøder følges hændelsen op
- Pas særligt på elever, der for nylig har lidt et andet tab (skilsmisse eksempelvis)
- Besøg ved gravstedet
- Mindedage ved jul, fødselsdag osv.
- Husk at skabe netværk for den eller de elever, der har mistet en kammerat
- Sørg for at børnene har en fælles historie (undgå rygtedannelser)
- Vær åben og ærlig omkring dine egne følelser
- Giv alderssvarende, konkrete forklaringer
- Hjælp børnene til erindringer
- Vær opmærksom på elevernes utryghed: Det kan også ske for mig

- Tag kontakt til afdøde elevs forældre – aftal evt. besøg i hjemmet. Inviter dem i klassen og til forældremøde og lad eleverne skrive breve til dem.

Ved dødsfald i personalegruppen

Information

- Den første der får kendskab til dødsfaldet kontakter skolelederen
- Skoleleder underretter skolens personale samt fritidshjem eller -klub, og organiserer flagning, når alle er informeret om det skete. Senere på dagen arrangerer skolelederen en kort mindehøjtidelighed
- Klasserne informeres af klasselærerne, som resten af skoledagen tilrettelægger samværet i klassen
- Såfremt en klasselærer er død informeres klassen af en velkendt lærer, som tilrettelægger samværet/undervisningen af dagen. Ingen elev bør være alene efter skoletid (specielt mindre elever)
- Tal åbent og konkret om det skete
- Lad eleverne tale om deres tanker og følelser.
- Skoleleder og klasselærer kontakter i fællesskab forældrene i den/de berørte klasser og opfordrer dem til at tale åbent om det indtrufne i hjemmet.
- Eleverne i den/de berørte klasser får en kortfattet skriftlig meddelelse med hjem.
- Skolelederen informerer personalet om begravelsen og personalets evt. deltagelse
- Elevernes deltagelse drøftes
- Mindehøjtidelighed/samvær for personalet forberedes eventuelt

Konkrete tiltag i forhold til berørte elever/klasser

En lærers død vil berøre mange børn stærkt. Igen er det vigtigt, at børn og voksne er sammen og forholder sig til det skete. Det kan gøres efter en handlingsplan som følger:

Lige efter dødsfaldet:

Læreren kan tale med eleverne om:

- Fakta og om, at eleverne må give udtryk for deres følelser og tanker, og at de skal tale videre om det i hjemmet.
- Når alle skolens elever har fået besked hejses skolens flag på halv stang.
- Sagkyndig bistand kan tilkaldes. Det kan være psykolog eller præst.
- Mindehøjtidelighed afholdes i den/de berørte klasser dagen efter meddelelsen.
- Eventuelt møde i skolens pædagogiske råd om konkrete opgaver i forbindelse med dødsfaldet bl.a. kontakten til de pårørende.

Opfølgning

- I denne situation er det vigtigt med kollegial støtte.
- Vær opmærksom på forskellige sorgreaktioner hos eleverne. Drejer det sig om en kær og elsket klasselærer, kan der komme ret voldsomme reaktioner hos enkelte børn hurtigt efter, andre vil reagere efter længere tid.
- Nogle børn reagerer med skyldfølelse: Er det min skyld, han døde, fordi jeg syntes, han var dum? Hvorfor kan jeg lege og have det sjovt, når andre er kede af det?
- Samtaler i klassen – især hvis det drejer sig om en klasselærer er meget vigtige indslag for at legalisere følelsen af tab og normalisere sorgen.

Samtalerne kan eventuelt som et rammeværk indeholde følgende punkter:

- a) Fakta
- b) Tanker

- c) Reaktioner
- d) Information
- e) Afslutning

(se evt. Sorg hos børn – En håndbog for voksne)

I mindre klasser holdes klassen samlet ved disse samtaler.

I de ældste klasser kan samtaler eventuelt være givende i mindre grupper.

Der findes megen god skønlitteratur, som med fordel kan være opfølgning på sorgen.

Ved dødsfald i elevers nærmeste familie

Information

- Skoleleder/klasselærer underretter de berørte lærere (specielt klasselærer) samt fritidshjem eller -klub.
- Den berørte klasse og eksempelvis parallelklasser orienteres, så vidt det er muligt, efter aftale med hjemmet og det berørte barn af klasselærer, som resten af dagen tilrettelægger samvær/undervisning i klassen.
- Tal konkret om det, der er sket
- Lad eleverne tale om deres tanker og følelser
- Klasselærer orienterer forældrene i den/de berørte klasser efter aftale med den pågældende elevs hjem
- Eleverne i den/de berørte klasser får eventuelt en kortfattet skriftlig meddelelse med hjem
- Sorg-krise-hjælpen er et kommunalt tilbud til børn og unge, der har mistet et nærtstående familiemedlem ved død eller oplevet trussel om død i form af livstruende sygdom i den nære familie. Sorg-krise-hjælpen består af et tværfagligt team – psykologer, lærer og sundhedsplejerske med særlig uddannelse i at tage vare på børn og unge i krise. Pjecen udleveres af ledelsen

Konkrete tiltag når elev mister et nærtstående familiemedlem

- Straks skolen får oplysning om dødsfald eller livstruende sygdom hos en familie underrettes Sorg-krise-hjælpen og samtidig udleveres folderen.
Familien vil blive kontaktet hurtigst muligt og få tilbud om støtte og hjælp til barnet. Ved dødsfald er det væsentligt, at familien bliver kontaktet inden begravelsen.
- Sorg-krise-hjælpen tilbyder:
 - At børn i sorgramte familier krisesamtaler inden begravelsen. Hjælp til afskedsbrev/tegning og information om begravelsen.
 - At gå med i skolen og informere klassen om, hvad det vil sige at miste, og hvilke almindelige sorgreaktioner der kan komme.
 - Efter begravelsen at gå på kirkegårdsbesøg, og desuden følger sorg-krise-hjælpen barnet med samtaler efter behov.
- Sorg-krise-hjælpen er individuelt tilrettelagt og tager udgangspunkt i det enkelte barns situation. Samtalerne foregår oftest i barnet hjem, men kan også foregå på barnets skole efter aftale.
- Et samarbejde med lærerne / pædagogerne i forbindelse med barnets sorg.
- Vagttelefonen: 2080 2864
- Klasselæreren taler med eleverne om det passerede, mens eleven ikke er til stede
- Klasselæreren forbereder eleverne på, at den berørte kammerat kan være mere sårbar end ellers, og at de derfor bør vise ekstra omtanke
- Skolen kontakter psykolog, og klasselæreren og psykologen vurderer i fællesskab situationen. Der kan også ske henvendelse til præst.

- Ved elevens tilbagekomst i klassen
- Klasselæreren tager sig særligt af eleven den følgende tid. Daglig personlig kontakt er nødvendig
- Hele klassen forberedes på modtagelsen af den berørte elev. Det er vigtigt, at han/hun ikke føler sig overset. Eleven vil gerne kontaktes af kammeraterne og få lov til at fortælle om det skete.
- Der kan eventuelt sættes en blomst på elevens bord for at markere omsorg.
- Tænd eventuelt et lys på katederet. "Vi tænder et lys og tænker på Andreas' mor/bror".

Opfølgning

- Vær opmærksom på elevens sorgreaktioner. Nogle bearbejder hurtigt sorgen efter dødsfaldet, andre får mærkbare reaktioner noget efter.
- Skyldfølelse af forskellig art, alt efter barnets alder er typisk udslag af sorgreaktioner. "Var det min skyld han/hun døde?"

Det er godt at normalisere sorgprocessen.

Tal først med familien om, hvorvidt de ønsker, at eleverne deltager i begravelsen og derefter med eleverne om begravelsen og deres eventuelle deltagelse.

Der kan være brug for ekstra hjælp ved

- tydelige og længerevarende adfærdsændringer
- alvorlige problemer med skolearbejdet
- vedblivende og stærke minder, der plager
- psykosomatiske gener: mave- og hovedpine

Klasselæreren indtager en central position såvel med kontakt til det/de berørte hjem, som til den elev/de elever, der har mistet – hvis det er en hel klasse, da gerne med støtte fra kollega.

Sorgen over at have mistet en forælder overstås ikke i løbet af nogen måneder. Det er hårdt og bevirker oftest, at barnet har svært ved at lære – svært ved at koncentrere sig.

Børn, der er anderledes, risikerer at blive drillet – også hvis det anderledes består i, at deres far eller mor er døde.

Giv barnet ekstra tryghed ved at se, høre på det, forstå det, spørge til dets velbefindende.

Regelmæssig kontakt til den/de efterladte forældre.

Ved ulykker

Skolen er en stor arbejdsplads med mangfoldige aktiviteter både udenfor og indenfor skolens rammer. Ofte vil enkeltelever eller grupper af elever færdes på steder, hvor en ulykke kan indtræffe. Afhængig af ulykken eller voldsepisodens omfang vil børn blive meget berørte af det oplevede og have brug for at tale om det.

Skoleleder indkalder til formøde med deltagelse af relevante lærere. Mødets formål er at

- få overblik om hvem, der er berørt
- indsamle information
- diskutere og aftale forholdsregler

Information til lærerkollegiet

- Skoleleder underretter klasselærer og øvrige lærere før børnene samt fritidshjem eller -klub
- Opslag på lærerværelse om situationen (hændelsesforløb)

Information til den/de berørte klasser

- Klasselærer underretter og tager sig af klassen resten af dagen (holder om muligt klassen samlet)

- Vær om muligt to lærere sammen under informationsforløbet
- Giv elev/forældre mulighed for selv at informere
- Giv børnene mulighed for dagen igennem at spørge og fortælle om, hvordan de har det. Børnene skal konkret have mulighed for at drage omsorg for hinanden. Alle børn bør forlade skolen med tilnærmelsesvis samme forståelse af det skete.
- Al information bygger på kontakten til det berørte hjem, som to lærere bør dele med henblik på gensidig støtte.
- Ansvar for kontakten til hjemmet påhviler lærerne, da hjemmet sjældent har ressourcer til udadvendt kontakt.

Der bør ved kontakten:

- Samles information om situationen/hændelsen
- Afklares hvorledes barnet/hjemmet vil have budskabet formidlet ud i klassen, og på hvilken måde
- Informeres om hvad der foregår i klassen/på skolen
- Afklares praktiske ting i forbindelse med forløbet (sygebesøg, begravelse m.v.)

Der er tekstforslag vedr. brev til hjemmene, dagsorden til forældremøde m.v. i "OMSORG"

Opfølgning

- Tag kontakt til hjemmet, hvis en elev ikke møder i skolen efter en ulykke – især hvis det drejer sig om vidner til ulykken.
- Tal ærligt med eleverne om, hvad der rent faktisk skete ved ulykken. Alle skal have samme forståelsesramme.
- Elevernes reaktionsmønstre er ikke ens. En del elever ser ud til ikke umiddelbart at reagere, men kan få reaktioner senere. Eventuelt efterbehandling til særligt sårbare elever.
- Er en elev indlagt på sygehus som følge af ulykken, holder klasselæreren kontakt med hjemmet.
- Hvis en elev får varige men efter ulykken forestår en særlig opgave ved genforeningen med klassen.

Skolens møde med børn i sorg

PPR ser det som en opgave at tilbyde rådgivning og vejledning samt at være samarbejdspartnere i forbindelse med skolernes tilbud om hjælp til elever og familier i sorg. Det kan dreje sig om nedenstående situationer.

1. Deltage i forberedelser af forventet dødsfald sammen med lærere og forældre

I tilfælde af svær sygdom i en elevs nærmeste familie vil der i de fleste tilfælde opstå et ønske om at afholde et eller flere møder mellem hjemmet og lærerne til den berørte elev. Hvis det ønskes deltager PPR gerne i tilrettelæggelse og afholdelse af disse møder. Der er stort behov hos familien for tryghed og bekræftelse af, at skolen, lærerne og psykologen, som "de professionelle" yder deres barn størst mulig omsorg og stabilitet i en følelsesmæssig svær og kaotisk situation.

2. Deltage som samarbejdspartnere for ledelse og lærere i forbindelse med børns og forældres død

Indtræffer et dødsfald – uventet, ved ulykke eller mere forventet i forbindelse med sygdom står PPR gerne bi med råd og vejledning i samarbejde med skolens ledelse og de implicerede lærere, evt. den lærergruppe, der har ansvaret for skolens omsorgsplan.

3. Tilrettelægge efterbehandling af sorg-/krisereaktion i forhold til børn og forældre eller klasser. Herunder evt. iværksætte sorggrupper for børn, der har mistet nærtstående

Et barns sorg og bearbejdningen af denne er hårdt arbejde, som kan være langvarigt, meget energikrævende og et af og til ensomt arbejde, især et stykke tid efter at den første chockfase har fortaget sig. Bearbejdningsfasen kan forløbe særdeles forskelligt fra barn til barn – alt efter de familiære omstændigheder. Kommer barnet igennem denne fase, som et helt menneske med sine livsværdier og tro på sig selv i behold, eller

får det voldsomme tab for barnet varige følger for dets udvikling i form af ensomhed og isolation?

Det kan undertiden være en støtte for barnet at være sammen med andre børn i samme situation.

PPR vil tilbyde at lave grupper for børn, der har mistet, i form af et antal gruppemøder, alt efter behov, hvor bearbejdningen af sorgen og adskillelsen fra den afdøde er temaerne.

4. Vejlede i forbindelse med komplicerede senvirkninger efter dødsfald – henlede opmærksomheden hos lærere på usædvanlig sorgreaktion

Bearbejdelsen af dyb sorg hos børn forløber yderst forskelligt. I enkelte tilfælde kan sorgen nærme sig et patologisk stadium, hvis barnet (af en eller anden grund) ikke får bearbejdet sine følelser på en naturlig måde. Det kan f.eks. skyldes misforstået hensyntagen til den/de berørte forældre, som bevirker, at barnet "tager sig sammen", ikke tør vise sine følelser eller ikke bliver set, hørt og forstået i sine omgivelser. I disse situationer bør læreren være ekstra opmærksom på senvirkninger af sorgen hos barnet og kan have brug for PPR som samarbejdspartner i tacklingen og foregribelsen af uheldige følgevirkninger.

Der kan naturligvis komme andre situationer på tale, selvom ikke alt kan planlægges i detaljer.

Litteraturliste

Daidsen-Nielsen, Marianne og

Leick, Nini:

Den nødvendige smerte

Dyregrov, Atle:

Sorg hos børn

At tage afsked. Ritualer, der hjælper barnet gennem sorgen

Sorg og omsorg i skolen

Katastrofepsykologi

Jacobsen, Anne:

Børn og sorg

Kan man dø om natten

Kast, Verena:

Den største sorg i verden

Kræftens bekæmpelse:

OMSORG 3.-5. klasse og 6.-8. klasse (med forslag til skriftlige meddelelser)

OMSORG HANDLEPLAN

Materiale som oplæg til samtaler

Kræftens bekæmpelse:

Video: Når livet går sin vej

Kassette: Med sorgen som blind passager

Martin, Guni:

Det er ok at være ked af det. (5-8 år)

O´Toole, Donna:

Marvi Myrebjørn fatter håb (fra 5 år og opefter)

Smith, Doris B.:

Husker du smagen af brombær? (Fra 3. – 5. kl.)

Revideret januar 2010