

”NÅR DET DER IKKE MÅ SKE
– SKER”

Dette er Gladsaxes skoles
retningslinier og handleplaner
for omsorg.

Kære læser

Handleplanen er udarbejdet
som en hjælp til at håndtere de
svære situationer, der opstår i
sorg og krisesituationer.

Kommentarer, forslag til
tilføjelser eller ændringer
modtages gerne og kan gives til
skolens ledelse

Med venlig hilsen

Gladsaxe Skole

Marts 2020

OmSorg

Handleplan om sorg

Indhold

Relevante telefonnumre:	3
Følelser og reaktioner når børn sørger:	4
Børns forståelse af døden:	5
Handleplan ved forældre eller søskendes død:.....	6
Handleplan ved alvorlig sygdom i familien:.....	7
Handleplan ved elevs død:	7
Handleplan ved medarbejders død:.....	8
Dødsfald eller alvorlig ulykke i skoletiden:	9
Når en elev er belastet af forældres skilsmisse:.....	9
Link:	10

Relevante telefonnumre:

Gladsaxe Skole:

- Skolepsykolog Sabine Trouman (0. til 4. årgang) 20 41 84 97
- Skolepsykolog Karen Møller Vium (5. og 6. årgang) 23 90 76 50
- Skolepsykolog Rolf Madsen (7. til 9. årgang) 23 25 44 36
- Sundhedsplejerske Fenja Lykke Heilmann 21 46 28 26
- Sundhedsplejerske Karin Michala Falk 51 59 57 59
- Forebyggelseskonsulent familieafdelingen Louise Astrup 51 60 19 49
- Faglig leder Anja Fuglsang Olsen 39 57 67 39

Eksterne ressourcer:

- Lægevagt 1813
- Hospital / Skadestue Herlev 44 88 44 88
- Psykiatrisk Akutmodtagelse Ballerup 38 64 50 03
- Ambulance 112
- Politi 43 86 14 48
- Kræftens Bekæmpelse 35 25 75 00
- Åben Anonym Rådgivning Gladsaxe Familie og Unge Center 20 49 74 16

Følelser og reaktioner når børn sørger:

Ligesom voksne er forskellige, er børn det også. Derfor er der stor forskel på, hvordan et barn reagerer, når far, mor eller en anden nærtstående dør. Nogle børn græder meget, andre græder ikke. Nogle børn bliver stille og indesluttede, andre bliver urolig og vrede. Dette gælder også ved sorgprocesser i skilsmisser.

Det er vigtigt at være opmærksom på, at et barn, som trækker sig ind i sig selv, har lige så stort behov for støtte som det barn, der giver udtryk for sine følelser på en mere direkte måde. Og at der ikke er nogle sorgreaktioner, der er mere rigtige end andre.

Når børn oplever, at sorgen bliver for stor, har de en naturlig evne til at leve sig ind i noget andet, simpelthen fordi de har mindre tolerance overfor stærke følelser end voksne har. Dette betyder dog på ingen måde, at de har glemt sorgen. Men ved at slippe sorgen gradvis hjælper det dem til bedre at kunne tale om en så stærk psykisk belastning, det at miste en mor eller far.

Et barn skal have lov til at være ked af det, men det er også vigtigt at støtte det i, at det stadig er i orden at være glad og have det sjovt – også selvom mor eller far er død. På sigt hjælper det barnet med at bearbejde sin sorg på en sund måde.

Eksempler på de almindeligste sorgreaktioner hos børn er:

- Angst for at miste den anden forældre
- Mareridt
- Søvnforstyrrelser
- Tristhed, længsel og savn
- Vrede og opmærksomhedskrævende adfærd
- Skyld, selvbebrejdelse og skam
- Koncentrationsvanskeligheder

Andre mulige sorgreaktioner:

- Regressiv adfærd
- Social tilbagetrækning
- Fantasier
- Bekymringer for fremtiden
- Spekulationer over årsag og mening
- Vækst og modning

Børns forståelse af døden:

Børns forståelse af døden hænger sammen med, hvor gamle de er. Det samme gælder for forestiller, de gør sig i forbindelse med deres fars eller mors død. I store træk kan man opdele børnene i følgende grupper fra 2-18 år:

2-4 år:

Små børn opfatter ikke døden som endelig. De kan ikke forstå, at den døde far eller mor ikke vender tilbage. De føler sig forladt. Små børn stiller ofte vanskelige spørgsmål.

Kommer mor/far ikke snart hjem igen?

Hvor er mor/far?

Hvad laver mor/far?

Små børn kan plages af stærke skyldfølelser, som ikke altid er logiske. Et barn kan tro, at faderen eller moderen er syg, fordi de sagde "dumme far/mor".

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 man er at være død. Børn blander ofte fantasi og virkelighed sammen. Hvis de ikke får lejlighed til at se deres døde far/mor, kan de tro, at den døde ser lige så uhyggelig ud som eksempelvis døde og dræbte i en voldsfilm.

10-11 år:

Forholdet til døden begynder i denne alder at minde om de voksne. De forstår, at døden er uundgåelig. Børnene gør sig i denne alder store spekulationer over, hvad der sker efter døden. Angsten for selv at dø er stor, og børnene har ofte vanskeligt ved at falde i søvn eller 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 de voksne i deres nærhed taler om døden. Fornemmer børnene, at døden og talen om døden 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.

Reaktionerne spænder fra at spille høj musik – til den totale fornægtelse af sorgen. 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.

Handleplan ved forældre eller søskendes død:

- Får ansatte viden om et dødsfald orienteres skolelederen eller faglig leder, inden man kontakter dem, skal man sikre sig at informationen er korrekt.
- Årgangsteamet, SFO, Klub og andre relevante personer eller institutioner orienteres af skoleledelsen. Herunder skal der være fokus på søskenderelationer.
- Alle berørte lærere/pædagoger orienteres.
- Klasseteam/pædagoger og skoleledelse/institutionsledelse drøfter, hvem der kontakter hjemmet, hvem der er barnets kontaktvoksen, hvis ansvar det er at bevare den langvarige opmærksomhed på elevens sorg og krise. Situationen afgør om henvendelse til familien i første omgang foregår pr. telefon, eller om man opsøger forældrene på bopælen.
- Ved kontakten med hjemmet drøftes, hvad de andre børn i klassen og deres forældre skal vide om dødsfaldet. Fra skolens side skal det videregives, at vi har behov for at give information videre til klassens børn, der næppe kan undgå at være berørt af hændelsesforløbet.
- Bisættelsen/begravelsen.
Forældrene/børnene skal spørges om deres holdning til elevens, læreres og pædagogers deltagelse i bisættelsen/begravelsen.
- Forældrene i den/de berørte klasser skal være opmærksomme på de psykiske reaktioner hos børnene. Forældrene bør informeres om, at det er en god ide, at give sig tid til at tale om dødsfaldet med deres barn.
- Klasseteamet/pædagogerne drøfter, hvorledes barnet modtages i skolen igen. Det er vigtigt, at barnet oplever, at det bliver mødt med åbenhed. Det bør overvejes, om klassen skal skrive et brev til den pågældende klassekammerat.

- **Senere:** Det er en god ide at tale om den afdøde med børnene f.eks. ved højtider.

Handleplan ved alvorlig sygdom i familien:

- Kontaktlæreren tager løbende kontakt til familien.
- Kontaktlæreren har fokus på elevens trivsel, både på den korte og lange bane.
- Årgangen henviser familien til skolens psykolog eller faglig leder.

Handleplan ved elevs død:

- Får man viden om en elevs dødsfald orienteres skolelederen. Man skal sikre sig, at informationen er korrekt.
- Årgangsteamet, SFO, Klub og relevante personer eller institutioner orienteres af skoleledelsen. Herunder skal der være fokus på søskenderelationer.
- Resten af personalet orienteres.
- Klasseteam/pædagoger og skolelederen drøfter, hvem der kontakter hjemmet. Situationen afgør om henvendelsen i første omgang foregår pr. telefon eller om man opsøger forældrene på bopælen.
- Barnets forældre orienteres om, hvad der skal foregå på skolen næste dag, blandt andet, at der vil blive sendt et brev med alle elever hjem næste dag. Hjemmet får anledning til at sige, om der er noget de selv ønsker skal siges eller gøres. Der aftales et tidspunkt for næste kontakt.
- Bisættelsen/begravelsen. Forældre spørges om deres holdning til elevens, lærers og pædagogers deltagelse i bisættelsen/begravelsen.
- Der forberedes et brev til samtlige forældre på Gladsaxe Skole. Det er vigtigt, at forløbet forklares – med al mulig hensyntagen – så alle får den samme forklaring og ikke kun rygter. Brevet beskriver samtidig, hvordan dagen er forløbet, og hvordan de næste dage vil forløbe. Det skal også fremgå af brevet, at forældre skal være opmærksomme på psykiske reaktioner hos børnene.
- Forældre bør opfordres til, at drøfte hændelsesforløbet med deres barn.
- Hav en skærpet opmærksomhed på andre børns reaktioner, især søskendebørn. Søg vejledning hos skolens samarbejdspartnere, eksempelvis skolepsykologen.

- Hvis beskeden om dødsfaldet kommer i skoletiden, hejses flaget på halv stang inden mindehøjtidelighed i Læringscentret. Klasse teamet er ansvarlig for at informere om og drøfte dødsfaldet i klassen. Så vidt muligt deltager SFO/Klub i denne information-/drøftelse. Under alle omstændigheder skal klasse teamet orientere SFO om forløbet af orienteringen/drøftelsen. Efterfølgende er der mindehøjtidelighed i Læringscentret med mindeord, 1 minuts stilhed og sang/salme (en som alle kan syng. Eks. "Om lidt bliver her stille"). Læringscentret skal være udsmykket til lejligheden. Eks. med levende lys og blomster.
- Kommer meddelelsen uden for skoletiden, anvendes planen den følgende dag.
- Resten af dagen er klasse team dag.
- Sker der et dødsfald i en skoleferie afvikler SFO/Klub en lignende handleplan. Umiddelbart efter ferie sker der en samlet orientering af skolen.
- **Senere:** Det er vigtigt, at alle i de berørte klasser, med jævne mellemrum husker, at tale om barnet f.eks. ved højtider og mærkedage.

Handleplan ved medarbejders død:

- Får man viden om et dødsfald orienteres skoleledelsen.
- Personalet orienteres. Mindehøjtidelighed. Evt. sang.
- Familien kontaktes af skoleleder/nærtstående kollega. Situationen afgør om henvendelsen i første omgang foregår pr. telefon, eller om man opsøger familien på bopælen.
- Familien orienteres om, hvad der skal foregå næste dag på skolen.
- Flaget hejses på halv stang.
- Mindehøjtidelighed i de berørte klasser forestået af klasselærere/team samt repræsentant fra ledelsen.
- De øvrige klasser orienteres af lærerne eller pædagogerne.
- Skolen tilbyder eventuelt krisehjælp til berørte medarbejdere.
- De berørte elevers forældre orienteres ved brev.
- Bisættelsen/begravelsen. Familien skal spørges om deres holdning til elevers og kollegers deltagelse.

- Mindeord på skolens Intra/Aula og hjemmeside.

Dødsfald eller alvorlig ulykke i skoletiden:

- Stop ulykken, de resterende børn sikres og holdes samlet.
- Livreddende førstehjælp.
- Kontakt alarmcentral 112.
- Kontakt skolens kontor – 39 57 67 39.
- Ledelsen kontakter de implicerede forældre.

Når en elev er belastet af forældres skilsmisse:

- Årgangsteamet indkalder forældrene til dialog, hvis der opstår bekymringer for eleven.
- Elevens kontaktvoksen er opmærksom på elevens trivsel og udvikling.
- Forældrene henvises til rådgivning i Familieafdelingen, skolepsykolog eller Statsforvaltningen.

Link:

- Emnearbejde om sorg, tab og livsmod. Brug biblioteket, Kræftens Bekæmpelse og Børns Vilkår.
- Kender du et barn som har mistet? 25 tekster om at miste skrevet til børn og deres pårørende. Jonathan Low (redaktør), illustrationer Martin Schwartz – Odense, Mellempgaard, 2006.
- Ung og forladt – Når forældre dør for tidligt. Helle Vincentz og Preben Engelbrekt; redaktion: Birgit Madsen. Vejle: Kroghs Forlag 2005.
- Sorgens ansigt – Den nødvendige samtale med børn i sorg. Jes Dige ... (et al.); fotos: Michael Bo Rasmussen – Kbh.: Kræftens Bekæmpelse, 2004.
- Når børn mister – en guide for ansatte i institution og skole. Christina Grønbeck og Klavs Holm. Børns Vilkår 2003.
- At bliver anderledes – når børn mister (citater fra børn). Karen Nielsen. Børns Vilkår 2003.
- Min søster døde – min bror døde – 25 børn og voksne skriver om at miste en søster eller bror. Anneli sejer Iversen og Peter Olesen. Kroghs Forlag i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse 2003.

Gladsaxe Skoles handleplan for omsorg er revideret i marts 2020.

