

Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Biersted Skoles omsorgsplan

Sorg kan udløses af mange faktorer, ikke kun ved dødsfald, skilsmisse, flytning mm. Elever i plejefamilie/opholdssted kan også være ramt af sorg, pga. manglende familietilknytning.

Sorg er en dynamisk proces, som kan være til stede i større eller mindre grad i en årrække. I gennemsnit tager en sorgproces ved dødsfald i nærmeste familie/ven 5 år at bearbejde, ved skilsmisse er det gennemsnitligt 2 år.

(Lene Metner - KRAP)

A. ELEVDØDSFALD

Lige efter dødsfaldet

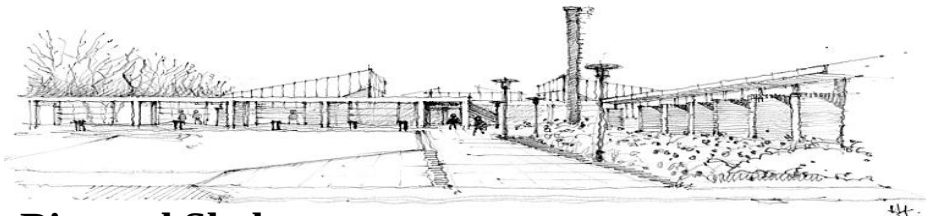
Når ovenstående erfarer, orienteres teamlærerne, der er forpligtet til at tage kontakt til hjemmet og spørge til det hændte (hvad er der sket?). Der aftales ligeledes, at teamlærerne/skolelederen besøger forældrene, når skoledagen er slut. Det er teamlærerne, der står for samtalen, hvis teamlærerne er i stand til dette. Ellers tildeles opgaven til en anden lærer, som står klassen nær.

Teamlærerne orienterer afdelingslederen. Afdelingslederen orienterer hurtigst muligt det øvrige personale.

Elevens klasse undrettes af klassens teamlærere. Begge lærere bliver i klassen resten af skoledagen:

- tal åbent og konkret om det, der er sket
- lad eleverne tale om det, de tænker og føler
- lys/blomster stilles på elevens plads. Det sker hver dag indtil begravelsen. Skolens kontor er ansvarlig for indkøb af lys og blomster - klasseteamet er ansvarlig for at sætte det på elevens plads hver dag.
- skolens kontor prøver at komme i kontakt med samtlige af klassens hjem for at orientere/sørge for, at ingen elever er alene, når han/hun kommer hjem. Så vidt det er muligt hentes eleverne direkte på skolen, når skoledagen ophører. (De små skal ikke i fritidsordning, men blive på skolen sammen med deres lærer!) SFO'en undrettes af kontoret.

Kontoret melder tilbage til teamlærerne, efter at have kontaktet hjemmene.



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Skolens øvrige klasser underrettes af deres teamlærere. Vær specielt opmærksom på nære venner og kammerater i andre klasser. Alle klasser orienteres om mindehøjtidelighed i gymnastiksal/indeophold -ansvarlig: skolens ledelse.

Flaget hejses på halv stang. Ansvarlig: Ledelsen.

Ledelsen sørger om muligt for, at skolepsykolog og præst er til stede på skolen så snart som muligt.

Skoleleder, præst og klasselærer og evt. forældre taler sammen om mindehøjtideligheden. (Her kan evt. synges afdøde elevs yndlingssalme eller sang + 1 minuts stilhed). Forældre og søskende til den afdøde kan deltage i mindehøjtideligheden, hvis de ønsker det.

Der skal gives en kort meddelelse på Aula til alle forældre.

Der skal i tiden efter dødsfaldet holdes tæt kontakt til hjemmet, så vi sikrer, at forældre og evt. søskende får den hjælp, de har behov for. Ansvarlig: Klasseteamet

Forslag til besked på Aula til alle forældre:

Skolen har i dag modtaget den triste besked, at _____ er afgået ved døden. Dette er naturligvis noget, som vi alle er stærkt berørt af. I de nærmeste dage vil vi derfor bruge megen tid på at tale om, det der er sket.

Der afholdes en fælles mindehøjtidelighed på skolen den _____.

Det er af stor betydning for børnene, at I også i hjemmet taler åbent om det indtrufne.

Hvis der er brug for det, kan I naturligvis kontakte os.

Ledelsen

Begravelsen

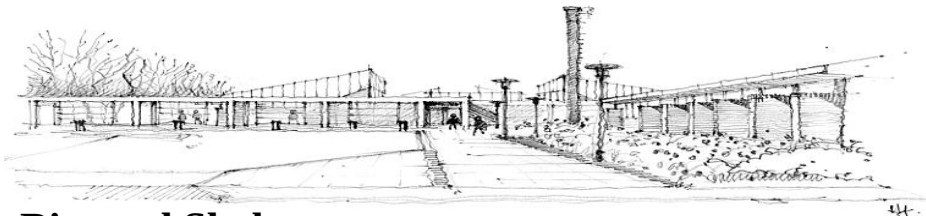
Teamlærerne spørger de pårørende ved en senere samtale, om de ønsker at lade elevens klassekammerater deltage i begravelsen.

(Kræver positivt svar på ovenstående).

Når dagen for begravelsen er fastsat, får elevens klasse besked på Aula om deltagelse i begravelsen. Det bør i beskeden nævnes, at det er vigtigt, at eleverne - især yngre - har voksne at være sammen med ved begravelsen. Det er teamlærerne, som sender beskeden på Aula.

Det vil være godt, at så mange af eleverne som muligt kan være med ved begravelsen, da det kan være af stor betydning for bearbejdningen af sorgen i nærmeste tid, men deltagelse er selvfølgelig frivillig.

Forslag til orienteringstekst:



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

(Men det anbefales, at teamlærerne skriver et mere personligt brev. Heri kan fx nævnes, hvad klassen har lavet i dagene op til begravelsen).

*Det er bestemt, at _____ s begravelse finder sted _____ dag, den
kl. _____ fra _____ kirke.*

Deltagelsen er naturligvis frivillig, men det ville være godt, hvis så mange som muligt deltager. Dette kan være af stor betydning for bearbejdningen af sorgen i den nærmest følgende tid. Skolelederen og teamlærerne vil også deltage, men det er vigtigt, at børnene også har en anden voksen med sig.

Teamlærerne

Det er vigtigt, at teamlærerne taler med klassen om, hvad der skal ske ved begravelsen. Tal evt. med præsten eller forældrene om forløbet.

Det er vigtigt, hvad enten børnene skal deltage i begravelsen eller ej.

På begravelsesdagen holder teamlærerne klassen samlet, uanset om alle i klassen skal deltage i begravelsen eller ej. Børn, som har brug for og mulighed for at være sammen med deres forældre, skal have lov til det. Hvis nogle elever ikke deltager ved begravelsen, kan de blive på skolen sammen med en lærer til skoletids ophør.

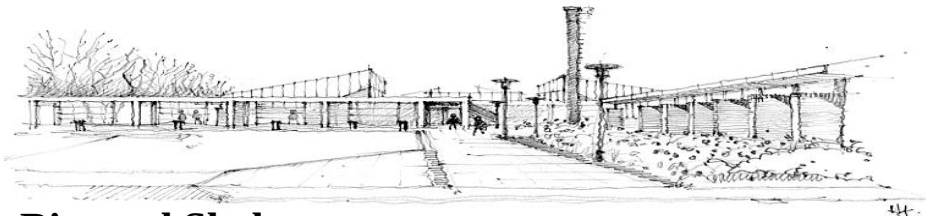
Hvis klassen ikke deltager i begravelsen, holdes der alligevel en teamlærerdag med klassen. En af de nærmeste dage besøges graven.

På begravelsesdagen hejses skolens flag på halv stang fra morgenstunden. Alle klasser orienteres om begravelsen. Efter begravelsen hejses flaget på hel stang.

Opfølgning

Det er meget vigtigt, at teamlærerne får megen støtte og hjælp af kollegerne. Der skal være stort fokus på de berørte teamlærere, så de ikke bliver omsorgstrætte i processen. Som en del af den kollegiale omsorgsplan (omsorgsdokument) hjælper de tætteste kolleger med strukturering, aflastning ift. andre opgaver mm. I det omfang der er behov for det, kan der tilbydes psykologhjælp til teamlærerne. Den enkelte medarbejders omsorgsdokument skal opdateres hvert andet år ved skoleårets start. Ansvarlig: Skolens kontor.

Vær opmærksom på elevernes forskellige sorgreaktioner. Nogle bearbejder hurtigt sorgen, efter at dødsfaldet er blevet kendt. Andre vil først få mærkbare reaktioner noget tid efter. Skyldfølelser er typiske udslag af sorgreaktioner hos børn og unge mennesker. Hos børn forbindes skyldfølelsen ofte med, om de fortsat kan lege og have det sjovt. Både hos børn og teenagere forbindes den tit med "magisk tænkning": Døde hun, fordi jeg sagde, hun var



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

dum? Døde han, fordi jeg sparkede ham engang? I denne sammenhæng er rådgivning og vejledning meget vigtig.

Ved enhver sorg er der en *bearbejdningsproces*, som skal gennemleves.

Sorgarbejdet består af 4 opgaver:

1. Erkendelse af tab
2. At gennemleve følelser (vrede, skam og skyld)
3. At erhverve nye færdigheder
4. At ny orientere sig

Når sorgen er bearbejdet, er der plads til en videre udvikling. Men fastlåses en sorg i et af stadierne, kan der opstå patologisk sorg, som kan vise sig som undgået sorg, forsinket sorg eller kronisk sorg. Dette ses ofte hos voksne, som har haft en sorg som barn, hvor barnets reaktioner ikke er blevet forstået. Det er meget vigtigt at være opmærksom på et barn eller ungt menneskes normale sorgarbejde, således at barnet styrkes i at reaktionerne er tilladt og naturlige.

I en sorg kan opstå en krise.

Dette kræver, at nogle bestemte faktorer er tilstede:

1. Tab eller trussel om tab
2. Følelsesoversvømmelse
3. Handlingslammelse, med manglende evne til at problemløse

Ved sorg: faktor 1+2

Ved krise: faktor 1+2+3

Husk: Ved en krise er der altid en sorg, men i sorg er der ikke altid krise!

Ved et pludseligt opstået traume, bør der gå 48 timer, inden man begynder at tale om det. Hjernen befinder sig stadig i en traumetilstand.

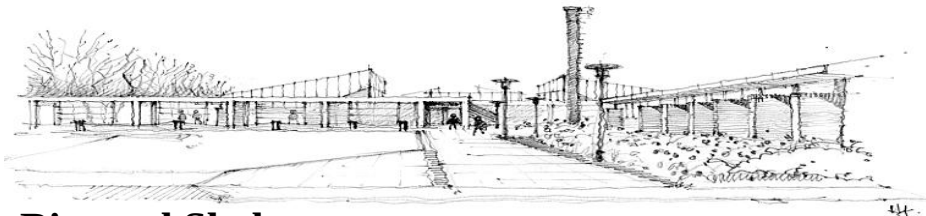
Det første døgn bør man kun tale om fakta og fælles fortælling om det skete - vent med uddybning af følelser til 2.-3. dagen.

Er der indtrådt en krise ses faserne:

1. Chokfasen
2. Reaktionsfasen
3. Bearbejdningsfasen
4. Ny orienteringsfasen

Samtaler i klassen, hvor man sætter ord på tanker og følelser i forbindelse med det skete, vil fortsat have stor betydning.

Klassesamtalen kan struktureres på følgende måde:



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

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

Detaljeret beskrivelse af denne samtalestruktur kan læses i Atle Dyregrovs bog: "Sorg hos børn - en håndbog for voksne".

På de ældste klassetrin vil det også være givende med sådanne samtaler i mindre grupper. Vær opmærksom på, at der findes en del skønlitteratur beregnet for forskellige alderstrin.

De kan være af stor betydning for klassen, at:

- den afdøde elevs stol og bord bliver stående tom i klasseværelset et stykke tid. Det kan også være andre konkrete ting, der minder om vedkommende, som man kan tage vare på.
- den afdøde elevs grav besøges af den samlede klasse ved bestemte lejligheder.

Skolesundhedsplejersken, skolepsykologen, skolens præst og skolens trivselspersoner kan være vigtige ressourcepersoner i opfølgingsarbejdet.

B. PERSONALEDØDSFALD

Lige efter dødsfaldet

Skolelederen underretter personalet. Det er ønskeligt, at lærerne er underrettet så tidligt som muligt. Det tilstræbes, at alle lærere møder kl. 7.30.

Klasserne informeres af teamlærerne i eget lokale, hvis teamlærerne er i stand til dette. Ellers tildeles opgaven en anden lærer, som klassen kender godt.

Hvis det er en teamlærer, der er død, må klassen informeres af skoleleder og en lærer, klassen kender godt. Denne og en teamlærer bør derefter beholde klassen resten af skoledagen. Man bør endvidere sørge for, at ingen elever kommer hjem til et tomt hus. (Gælder i særlig grad for børn i de små klasser. Dette sørger kontoret for).

Tal konkret om det, der er sket. Lad eleverne tale om deres følelser og tanker.

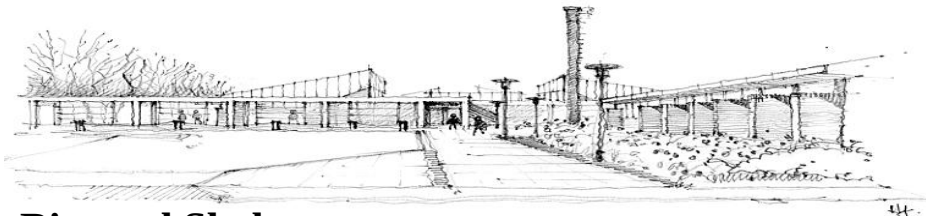
Mindehøjtidelighed

Inden mindehøjtideligheden hejses flaget på halv stang.

Hele skolen samles til mindehøjtidelighed ved ledelsen/præsten.

Der synges en salme/sang.

1 minuts stilhed.



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Der skal gives en kort meddelelse på Aula til alle forældre.

Forslag til tekst:

Skolen har i dag modtaget det tragiske budskab, at _____ er afgået ved døden. Dette er naturligvis noget, vi alle er stærkt berørte af. I de nærmeste dage kommer vi nok til at bruge megen tid på at tale om, hvad der er sket. Der har i dag været en kort mindehøjtidelighed på skolen.

Det er af stor betydning for børnene, hvis I i hjemmet taler åbent om det, der er sket.

Skolelederen

Hvis det er muligt aflyses alle planlagte møder/aktiviteter efter skoledagens ophør, og i stedet samles lærerne i afdelingens forberedelseslokale kl. 14.30. Her drøftes bl.a. praktiske opgaver i forbindelse med dødsfaldet (blomster, kontakten til pårørende - opgaverne uddelegeres mellem skolens kontor og skolens øvrige personale). Der skal bl.a. undersøges, om de pårørende ønsker elev- og/eller lærerdeltagelse ved begravelsen.

C. EN ELEV MISTER EN AF SINE NÆRMESTE (FORÆLDRE el. SØSKENDE)

Tiden lige efter dødsfaldet

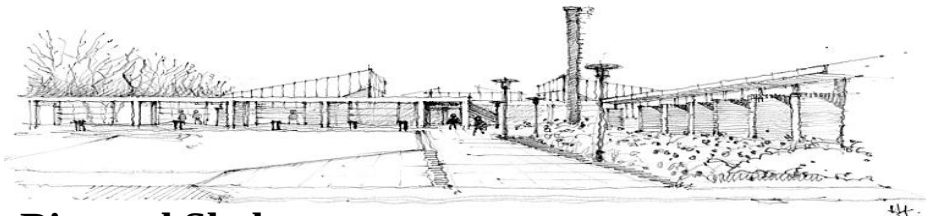
Ved forældrehenvendelse vedr. begivenheden må teamlæreren eller den kontaktperson, forældrene har udvalgt, finde ud af følgende:

- Hvordan er "historien"?
- Hvornår skete det?
- Hvor skete det?
- Hvordan foregik det (ulykke)?
- evt. tidspunkt for begravelse

Hvad med børnene?

- Er jeres børn orienteret?
- Kan de tale om det?
- I elevens klasse vil vi tale om det, der er sket, samt sørge for en besked på Aula til klassens forældre.

Under samtalen i klassen fortælles om muligt, hvad der er sket. Forbered kammeraterne på, at eleven kan være mere sårbar end ellers, og at de derfor bør vise hensyn. Skolens trivselspersoner kan inddrages i nødvendigt omfang.



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Ledelsen orienterer hurtigst muligt alle lærere og pædagoger via Aula

Begravelse

- Teamlærerne finder ud af, hvornår begravelsen foregår.
- Teamlærerne tager initiativ til, at der på vegne af klassens elever sendes en opmærksomhed til begravelsen.
- Skolen sender ligeledes blomster.
- Skolen flager på halv.

Opfølgning

Det er teamlærerne, der har ansvaret for, at eleven bliver modtaget godt (når eleven - helst så hurtigt som muligt efter dødsfaldet/begravelsen - kommer tilbage til skolen). Det er teamlærernes opgave at sørge for, at klassen får en ordentlig samtale om det, der er sket. Hvis eleven har brug for en/ flere samtaler med klassens teamlærere, inden han/hun er klar til at komme i skole igen, er det teamets opgave at aftale dette med hjemmet. Formålet med den/disse samtale(r) er at forventningsafstemme opstarten i skolen.

Teamlærerne holder tæt kontakt til hjemmet, så vi sikrer, at familien og andre pårørende får den hjælp, de har behov for.

Teamlærerne orienterer skolens sundhedsplejerske, der efterfølgende tager kontakt til familien med henblik på at tilbyde familien sorggruppeforløb

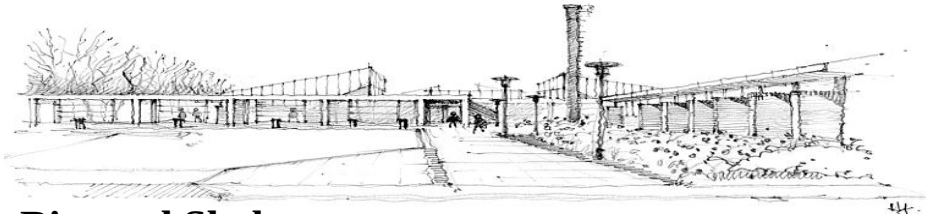
Vær opmærksom på elevens sorgreaktioner.

Nogle bearbejder hurtigt sorgen, efter dødsfaldet er blevet kendt. Andre vil først få mærkbare reaktioner noget efter.

Skyldfølelser er typiske udslag af sorgreaktioner hos børn og unge mennesker. Hos børn forbindes skyldfølelsen ofte med, om de fortsat kan lege og have det sjovt. Hos teenagere forbindes den tit med "magisk tænkning": Døde hun, fordi jeg sagde, at hun var dum? Døde han, fordi jeg sparkede ham engang? I denne sammenhæng er rådgivning og vejledning meget vigtig.

Da eleven er fyldt af en masse tanker, kan der komme andre reaktioner som f.eks.:

- faglige problemer
- indadvendthed
- aggressivitet
- holder op med at lege
- overdreven ængstelse eller pessimisme



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

I den følgende tid er det væsentligt, at teamlærerne snakker åbent med eleven om sorgen. Det kan der være særligt behov for op til højtider, mærkedage, fødselsdage etc.

D. SKILSMISSE, ALVORLIG SYGDOM, KAOSSITUATIONER O.L.:

Når ovenstående erfarer, orienteres teamlærerne. Teamlærerne er forpligtet på, at alle omkring klassen, afdelingsleder og evt. SFO orienteres. Det kan være nyttigt at søge råd og vejledning hos skolens trivselspersoner.

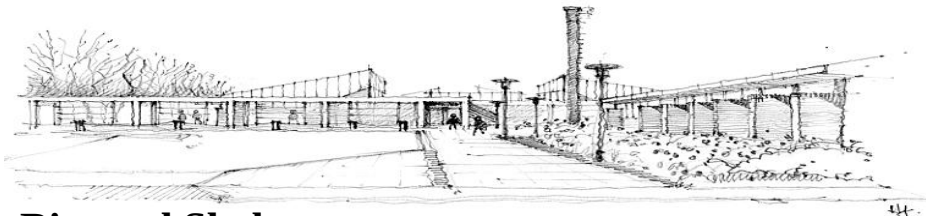
Også her gælder det:

Vær opmærksom på elevens sorgreaktion!

Afrunding

Hele omsorgsplanen skal betragtes som vejledning og støtte. Det, der er væsentligt, er, at du som medarbejder føler dig forpligtet til at handle.

Hvis du følelsesmæssigt ikke synes, du magter opgaven - sørg da for, at en anden tager over!



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Litteraturliste:

Billedbøger

Kim Fupz: **Heks**

- Billedbog. Hvad gør man, når man skal møde fars nye kæreste, og det viser sig, at hun er en vaskeægte heks ved navn Marion van der Wandale?

Hanne Kvist: **To af alting**

- Billedbog. En dreng har en hund, der hedder Uffe. Han har også en mor og en far, der skal skilles og fra nu af synes, at han skal have to af alting

Kim Fupz: **Farmanden**

- Billedbog. Birgers far er flyttet, og nu mangler Birger en far. Men så er der butikken Farmanden, som sælger nye fædre!

Victoria Drejer Sørensen: **Et billede af min mor**

- En pige har mistet sin mor. Nu rydder hun op på loftet og blandt fotografier og moderens personlige gemmer, får hun et nyt syn på den afdøde mor. Billedbog om sorg for børn og unge i alderen 12-14 år

Kim Fupz: **Pigen, der havde en klovn på slæb**

- Billedbog. Historie om en pige, der sammen med sin lillebror forsøger at finde ud af, hvor deres "gamle" familie er blevet af. De forsøger at finde hjem igen, men det er ikke nemt, når ingenting er, som det plejer

Stian Hole: **Annas himmel**

- Billedbog. Lille Anna har mistet sin mor og livet gør ondt. Så Anna vender sin verden på hovedet og tager far med ud på en fantasifuld og eventyrlig rejse, helt ud til bunden af himlen

Kim Fupz: **Det satans ukrudt**

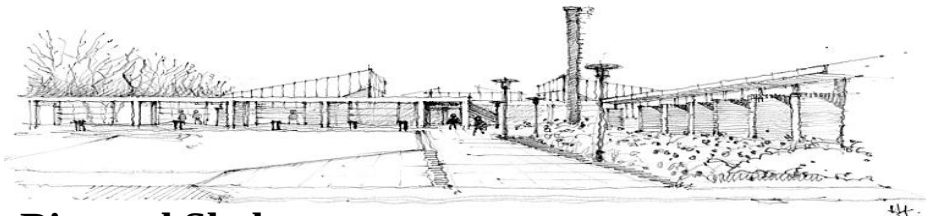
- Billedbog. Drengen Alvin har mistet sin far. Gud flytter ind ved siden af, men han kan desværre ikke hjælpe Alvin med hans problemer. En dag flytter han igen, men inden da når han at lave manden Knud, der bliver et lyspunkt for Alvin og mor

Kim Fupz: **Så blev farfar et spøgelse**

- Billedbog. Mor siger, at man bliver en engel, når man dør. Far siger, man bliver til jord. Men Esbens farfar bliver altså til et spøgelse, og så må han og Esben lige ordne noget sammen, før farfar kan få fred

Kim Fupz: **Drengen, der lå i sin seng mens hans far og damefrisøren så på**

- Billedbog. Werners mor er død, og nu bor han sammen med sin far og sin fars nye kone. Men er det bedre at bo sammen med mor i drømmeland?



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Faglitteratur

30.1752 Jeg er også skilsmissebarn: bogen til unge af Anna Louise Stevnhøj

- Indhold: Skilsmissen : verden bryder sammen ; Du har ikke ansvar for dine forældre ; De taler grimt om hinanden ; At leve i en kuffert ; Den onde stedmor og stedfar ; Du står i loven

16.8 De Store Fagbøger: Døden af Christian Hall

- Indhold: Døden ; Hvornår er man død? ; Hvad sker der efter døden? ; Døden på skrift ; Begravelse og bisættelse ; Døden i oldtiden ; Døden i kristendommen ; Døden i andre religioner ; Døds synde ; Den sorte død ; Dødens natur ; Døden i kunsten ; Et liv efter døden? ; Det evige liv ; Aktiv dødshjælp ; Døden som forbrydelse ; Dødsstraf ; Selvmord ; Når et barn dør ; Når en forælder dør ; Tab og sorg ; Liv og død

13 De Store Fagbøger: Psykologi af Christian Hall

- Indhold: Psykologi ; Hvad er psykologi? ; Psykologien bliver til ; Drømmetydning ; Tanker og følelser ; Kroppen ; Barndom ; Familie ; Personlighed ; Behov ; Udvikling ; Læring ; Adfærd ; Grupper ; Hjernen ; Fobi ; Angst ; Stress ; Depression ; Sorg ; Glæde ; Med psykologen på arbejde

13.17 Maria Farm: Sorgbogen

- Om hvad der sker, når et familiemedlem eller en ven dør. Om de svære følelser, om magtesløsheden og om sorgens faser: chok, reaktion, bearbejdning og nyorientering, og med vejledning i, hvordan man kan håndtere sin situation og omverdenens reaktioner.

13.17 En smuk bog: Unge der har mistet af Michelle Dettmer

- 20 unge fortæller om deres erfaringer med døden på nært hold og deres sorgbearbejdning. Gennemgår faserne fra selve dødsfaldet til den sørgende er kommet videre i livet. De unges tanker og overvejelser i de forskellige faser beskrives

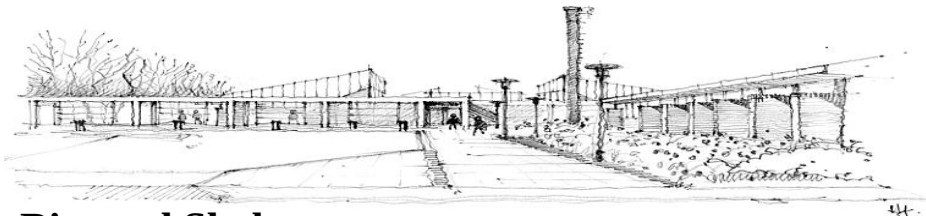
37.31 Mistrivsel i skolen: der er hjælp at hente

- Om at hjælpe børn der ikke trives i skolen af forskellige årsager. Det kan f.eks. være at de har psykisk syge forældre, er i sorg, er skilsmissebørn, har afføringsproblemer, har sproglige problemer eller bliver mobbet

61.648 Børn af alkoholikere:

- 25 danskere skriver om at være vokset op i en alkoholisk familie

13.43 Børn om mors og fars død: 32 børn skriver om at miste mor eller far



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

13.43 Når hjertet gør ondt:

- undervisningsmateriale til bh.kl., 1. kl. og 2. kl. af Per Bøge og Jes Dige
Temaet er behandlet gennem følgende emner: Livets cyklus, følelser, at miste, sorg, døden, begravelse og tro samt at tage vare på hinanden. De enkelte emner består bl.a. af en lærervejledning, elevark, øvelser, cases samt tegnede episoder fra børns møde med livets alvor

13.43 Min mor døde - min far døde:

- 25 danskere fortæller om at miste en mor eller far som barn

13.43 Om Sorg

- Et undervisningsmateriale, som behandler temaet: børns følelser og reaktioner i forbindelse med pludselig død blandt de nærmeste. Bl.a. arbejdes med emner som: livets cyklus, det at miste, døden og dødsbegrebet, begravelse og tro samt behovet for at støtte hinanden i sorgen

Skønlitteratur

Anne-Mette Brandt: Vigga forsvinder

- Vigga bliver usynlig og kun hendes to bedste venner kan se hende, men kan de nu rigtigt se hende?

Kåre Bluitgen: Så dø dog, morfar!

- Williams morfar er blevet syg og ligger for døden. William kan slet ikke kende morfar og ville ønske at han bare ville dø - men kan man tillade sig det?

Inge Duelund Nielsen: I vores familie cykler vi ikke

- Hannah og vennen Bob skal undersøge hvad der er bag den blå dør i Hannahs hus - det er dog slet ikke hvad hun havde regnet med

Patrick Ness: Monster

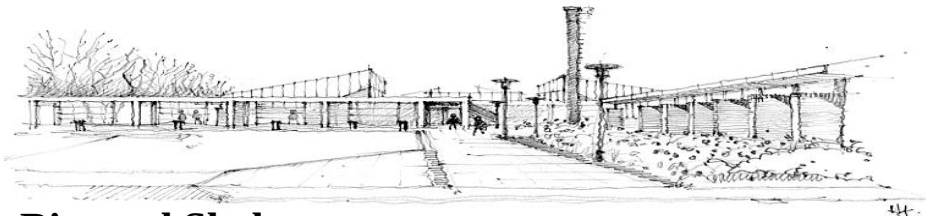
- Monsteret udenfor vinduet skræmmer ikke Conor, for han frygter en helt anden slags uhyre. Men monsteret udenfor er noget andet, noget vildt. Og det ønsker det farligste af alt: Det vil have sandheden

Ida-Marie Rendtorff: Lige nu er allerede i morgen

- Felicia har mistet sin mor og søster. Hun er i dyb sorg og drømmer om dengang, da mor og Cille stadig var hos dem. Men en dag møder Felicia Peter, der ikke lader sig skræmme af Felicias sorg

Mette Vedsø: Død og citronmåne

- Mattis gider ikke hente mælk og toiletpapir hos købmanden, så faren må af sted efter varerne. Han kommer bare ikke tilbage, for på vejen bliver han kørt ned og dræbt. Er det på en måde Mattis skyld, at faren dør? Det synes Mattis.



Biersted Skole

Jammerbugt Kommune

Tina Sakura Bestle: Lortehjorte

- 30 korte historier om mobning, sorg, hævn og lakrids mellem tæerne

Rebecca Bach-Lauritsen: Ellens ark

- Ellen mister sin lillebror, der dør ved en ulykke. Familien er hårdt ramt af sorgen. Vi følger Ellens tanker og følelser, indtil hun til slut opnår en slags erkendelse

Samtalebøger

Anne Vibeke Fleischer: Væk og borte: Clara og Oskar sørger

- Clara, Oskar og deres venner møder forskellige former for sorg, f.eks. i forbindelse med dødsfald i familien, alvorlig sygdom, kærestesorg, venner der rejser eller kæledyr der dør. Med oplæg til samtale og et efterord henvendt til de voksne.

Beregnet til samtale mellem børn og voksne om tab og sorg

Anne Vibeke Fleischer: For altid og aldrig mere: William og Anna sørger

- William, Anna og deres venner møder forskellige former for sorg, f.eks. i forbindelse med dødsfald i familien, alvorlig sygdom, kærestesorg, venner der rejser eller kæledyr der dør. Med oplæg til samtale og et efterord henvendt til de voksne

Beregnet til samtale mellem børn og voksne om tab og sorg