

# **BEREDSKAPSPLAN**

**FÖR KRISSTUATIONER VID  
KRONOBY FOLKHÖGSKOLA**

Kronoby hösten 2022



**KVARNEN**

# INNEHÅLL:

## I Krisgruppens funktion och medlemmar

## II Åtgärder vid plötsliga döds- och olycksfall hos elev/lärare

1. Krisgruppens arbete
2. Dödsfall/svår olycka på skoltid
3. Kontakten till familjen och övriga närstående
4. Olycksfall utanför skoltid
5. Informationen
6. Övriga åtgärder

## III Att möta människor i sorg

1. Principer för hur man talar med ungdomar i kris
2. Vanliga reaktioner på sorg

## IV Arbetet med gruppen som har sorg

1. Modell för klassrumssamtal
2. Det fortsatta arbetet med klassen
3. Personalens behov av stöd
4. Utomstående hjälp, bl.a. av församlingarna

## V Självordsprocessen hos ungdomar

## VI Tänkvärt kring sorgebearbetningen i skolmiljön

## VII Oförutsedda händelser i skolmiljön

1. Brand, gasläcka, radioaktivt nedsläpp
2. Hotfulla situationer

## Bilagor: Brexempel

## Litteraturtips Viktiga telefonnummer och kontakter

# I. Krisgruppens funktion och medlemmar

FOLKHÖGSKOLANS krisgrupp består av rektor **Tom Hansén**, vicerektor **Jenny Pulkkinen**, t.f. utvecklingschef **Tony Widjeskog**, speciallärare **Barbro Sandvik**, språklärare **Helén Timgren**, kanslist **Kaisa Karlström** samt **Carl-Gustaf Gustafsson**. Beroende på situationen kan krisgruppen kalla flera att delta i det akuta arbetet, t.ex. berörda grupphandlare, psykolog, representant för Röda Korsets lokalavdelning, församlingsanställda och kommunens krisgrupp.

Målsättningen för krisgruppen är att skapa beredskap för att möta elevers reaktioner vid kriser förorsakade t.ex. av dödsfall (elev, lärare, anhörig), svårare olyckor eller självmord (-sförsök).

Gruppen skall verka som stöd för lärarna och tillsammans med berörda lärare verkställa handlingsprogram i krissituationer.

## II. Åtgärder vid plötsliga olycksfall hos elev/lärare

### 1. Krisgruppens arbete

Rektor sammankallar krisgruppen och leder arbetet. Rektor tar reda på fakta och informerar skolans personal; lärarkår, kanslist, vaktmästare, städ- och kökspersonal. Vid större olyckor bör också Kronoby kommuns telefonväxel samt hvc:s krisgrupp informeras. Rektor handhar också kontakten med massmedia och myndigheter.

### 2. Dödsfall eller svår olycka på skoltid

Ifall en svår olycka eller ett dödsfall inträffar på skoltid är den första åtgärden på skolan att tillkalla ambulans och polis. Polisen är den myndighet som sköter om kontakten till anhöriga och ansvarar för hur arbetet fortlöper från det att de kommer till platsen.

Polisens uppgifter kan sammanfattas på följande sätt:

- tillkallas alltid vid allvarig olycka eller dödsfall utanför sjukhus. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- utreder händelseförloppet och tillkallar likbil ifall det behövs. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- kontaktar anhöriga och ger dödsbudet, vilket aldrig görs per telefon! <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- kontaktar oftast kommunens egen krisgrupp och informerar om att en <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub> allvarig olycka har inträffat.

Ifall ett dödsfall eller en svår olycka inträffar på skoltid tar rektor och krisgruppen ansvar för att arbetet i skolan fungerar under resten av skoldagen. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>

Så lite information som möjligt ges i skolan innan polisen kontaktat de närmast anhöriga. När polisen kontaktat dem och gett dödsbudet ordnar skolan en minnessamling i festsalen på det sätt som beskrivs i under punkt 4 i detta kapitel. Ingen längre samling ordnas dock i grupperna den dagen, den sker tidigast följande dag.

Det är viktigt att inga elever slutar tidigare utan skolan skall fungera inom normala tidsramar. Här bör skolan informera sig om polisens arbete och på vilket sätt polisen kontaktar de anhöriga. Skolan

skall inte sköta polisens arbete, men ett samarbete bör etableras.

### 3. Kontakten till familjen och övriga närstående

Krisgruppen utser den person som har kontakt med anhöriga. Skolans personal, gärna rektor och grupphandledare kan besöka de närmast anhöriga och ha med blommor eller annat som visar att skolan deltar i sorgen. De personer från skolan som besöker de anhöriga kan gärna diskutera med familjen hur de vill att skolan ska agera framöver, främst då det gäller hur anhöriga vill att olyckan/dödsfallet skall tas upp i skolan. Gärna kan personerna som diskuterar med anhöriga redan innan ha tänkt ut några alternativ på hur skolan kan ta upp händelsen. Anhöriga får sedan besluta hur de vill att saken uppmärksammas.

Visa omsorg, men ta inte över familjens sorg. Ritualerna i skolan får inte "överträffa" begravningen eller minnesstunden.

### 4. Olycksfall utanför skoltid

Om ett olycksfall inträffar utanför skoltid är det också mycket väsentligt att skolan kontrollerar med anhöriga hur de vill att saken skall tas upp i skolan. Ett bra samarbete gör att saken kan skötas värdigt. I samråd med anhöriga kan vi på skolan ordna informationen på följande sätt:

- Informationstillfälle vid svårare olycksfall. [SEP]Rektor sammankallar hela skolan, informerar kort om vad som hänt och berättar det man vet om de skadades tillstånd för att förhindra ryktesspridning. [SEP]
- Allmän samling vid olycka med dödlig utgång eller dödsfall. [SEP]Rektor informerar elever och personal i storleksrummet, berättar kort och sakligt vad som hänt, håller en tyst minut och tänder ett ljus. Gärna kan man ha ett fotografi av den avlidna. Skolan flaggar på halvstång. [SEP]

Efter den korta samlingen kan skolan ordna en längre samling för den grupp där eleven gick. Där borde också elevens goda vänner från övriga grupper beredas tillfälle att delta ifall de vill. I den samlingen kan grupphandledaren få hjälp och stöd från någon utomstående om han/hon så önskar. Man kan exempelvis be en församlingsanställd att delta. Hur man skall ordna denna samling tas upp i kapitel IV. [SEP]

Övriga grupper samlas med sina respektive grupphandledare. Även här har grupphandledaren hjälp av kapitel IV.

Syftet med gruppens samling och den korta allmänna samlingen är att de enkla ritualerna hjälper eleverna att få ordning i det känslomässiga kaos de eventuellt känner.

- Krisgruppen informerar syskon (även de som går i andra skolor), flick-/pojkvän och nära kamrater i mån av möjlighet.

### 5. Utgivande av information

Det är viktigt att skolan snabbt kommer ut med information om det som skett. Första informationen kan vara ett kort konstaterande om vad som hänt, man kan även nämna vad som tillsvidare är oklart. Uttömmande information ges av polismyndigheter.

## 6. Övriga åtgärder

Hälsovårdare och hvc-psykolog finns till hands för de elever som vill prata. All övrig verksamhet läggs åt sidan. Ett skilt rum ställs i ordning där elever kan komma in en stund och prata eller bara minnas den avlidna.

Kontakta ev. utomstående hjälp, t.ex. kommunens krisgrupp, för att ge skolans personal stöd. Skapa stillhet i skolan.

## III. Att möta människor i sorg

Kom ihåg att sorgearbetet är en normal och nödvändig process. Var tillsammans med den sörjande, var lyhörd men inte påträngande.

Lyssna till vad de sörjande berättar, låt dem upprepa sig gång på gång men trösta inte med tomma ord. "Jag vet hur du känner", "det blir nog bra", det är att förringa förlusten.

Människor sörjer på olika sätt, ingen sorg är riktig eller felaktig. Även skuld känslor eller vrede behöver få komma fram.

Låt inte ett avvisande hindra dig från att återkomma med nya erbjudanden om hjälp. Var lyhörd för reaktioner och för behoven att prata, vilka kommer vid en senare tidpunkt (inför eller efter en annan begravning, vid årsdagen av en större katastrof).

### 1. Principer för hur man talar med ungdomar i kris

Ifall något svårt hänt i en ung människas liv är det viktigt att vi vuxna i hennes omgivning klarar av att signalera att det finns personer som hon/han kan prata med. Ifall nära anhörig till en elev dött kan vi inom kollegiet komma överens om vem av oss som pratar med eleven och beklagar sorgen. Gärna kan grupphandledaren ta den uppgiften, om det inte går får rektor bestämma vem som sköter det.

Ifall situationen är akut är det viktigt att vi lärare ger tillräckligt med tid åt människan som sörjer.

Samtalet bör öppnas försiktigt, var sensitiv, inte påträngande:

- hör hur eleven vill ha det. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- undvik oförberett offentliggörande. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- säj inte: "Jag vet hur du har det"! <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub> "Tiden läker alla sår" <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub> "Det kunde ha varit värre" <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub> "Du ska vara glad för att du lever". <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub> Några kan reagera så att de inte vill tala om det som har hänt. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- den unga väljer själv samtalspartner, sådan hon/han litar på. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- ha tålmod, hitta rätt tidpunkt. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- någon annan kan kanske hjälpa, ifall det inte fungerar. Det är viktigt att <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub> det finns en vuxen (mogen) person som eleven kan samtala med. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- var närvarande fastän människan inte vill prata. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>

- mobilisera vänstöd. Planera skolsituationen en tid efter dödsfallet. Skolarbetet kan kännas väldigt överkligt och avlägset. Det är därför bra att vara lyhörd från skolans sida.
- försök att anpassa läroplanen; inlärnings- och koncentrations-svårigheter är ofta en följd av kris.
- ge extra tid vid prov.
- ritualer hjälper i svåra situationer.
- rutiner är viktiga efter kriser.
- skolproblemen kan hålla i över en mycket lång tid.

## 2. Vanliga reaktioner på sorg

Kom ihåg att sorgen och sorgprocessen är normala mänskliga reaktioner på en svårgräplig och ovan situation. De vanligaste reaktionerna:

- ångest
- starka minnen
- sömnrubbningar
- ledsamhet, längtan och saknad
- vrede, beteende som kräver uppmärksamhet
- skuld, självförelåelse och skam
- skolsvårigheter
- kroppsliga smärtor

Andra eventuella reaktioner:

- aggressivt beteende
- undvikande av kontakt.
- fantasier
- personlighetsförändringar
- pessimism inför framtiden
- grubblerier över orsak och mening
- eventuell inverkan på utveckling och mognad

## IV. Arbetet med gruppen som har sorg

Ifall det hänt en olycka eller ett dödsfall under skoltid är det viktigt för elevernas sorgearbete att skolan kan erbjuda rätt stöd för att eleverna skall klara av att hantera situationen. Skolan bör därför ha beredskap att klara av klassrumssamtal på ett bra sätt. Krisgruppen besluter från fall till fall om klassrumssamtal skall genomföras och vilka vuxna personer som skall leda dessa samtal.

### 1. Modell för klassrumssamtal

Klassrumssamtalet bör ske tidigast följande dag då eleverna lite har hunnit smälta och ta in det som inträffat.

Grupphandledaren samlar klassen och berättar vad som hänt. Det bör vara ytterligare en vuxen med, t.ex. från krisgruppen, som känner eleverna i klassrummet. Om någon elev lämnar klassrummet kan en vuxen gärna följa med och ta hand om eleven.

Tänd ljus, sätt blommor på bänken eller lägg en personlig tillhörighet bredvid.

Ta god tid för reaktioner och frågor. Våga visa din egen sorg, men förlora inte kontrollen.

Läraren eller den andra vuxna förmedlar regler som ska följas i samtalet:

A. Ingen får efteråt kritiseras eller retas för vad man sagt eller hur man reagerat. Att någon gråter eller blir arg är helt tillåtet och man ska inte klandras för det.

B. Alla kan tala för sig, men ingen kan tala för någon annan. Detta gäller också senare. Det som sägs stannar inom klassens väggar. Vill man berätta vad man själv sagt åt andra är det ok. Men ingen skall berätta vad någon annan har sagt åt någon som inte var närvarande i klassrummet.

C. För att förhindra ryktesspridning bör var och en berätta VAD de fått veta av VEM och NÄR. Detta ger en gemensam plattform ifrån vilken man kan förstå det inträffade. Genom denna faktagenomgång får man klart för sig om någon elev drabbats mera än andra.

Det är viktigt att alla säger något först. Låt sedan den som vill sitta tyst göra det. Om inte eleverna spontant berättar om sina intryck kan man med ex. följande frågor öppna slussarna:

"Hur fick du reda på vad som hänt och hur reagerade/tänkte du då?"

"Var det någon som hörde honom skrika när han förstod att han skulle bli påkörd?" eller

"Vad var svårt för dig?"

Det är viktigt att eleverna i detalj får ge uttryck för sina känslor. Detta gäller alla sinnesintryck - LUKT - KÄNSEL - SYN - HÖRSEL. Läraren kan uppmuntra elever att uttrycka sig, t.ex. "Är det någon som reagerat på samma sätt?"

Ta upp olika tankar och reaktioner hos eleverna:

- direkta reaktioner vid olyckan
- reaktioner senare på dagen
- hur natten varit (drömmar bl.a.)
- hur det är ställt just nu
- minnen

Tala om att dödsfall kan påverka minnet och koncentrationen i flera månader.<sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>Lärare kan ge eleverna råd om vad de kan göra för att få bättre grepp om vad som hänt.<sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

- prata med föräldrarna <sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>
- prata med vänner och kamrater <sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>
- skriva dikter, föra dagbok och liknande <sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>
- göra något tillsammans <sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

Försök att vara flera vuxna med i klassrumssamtalet. Flera kan bättre ge akt på elevernas reaktioner och samtidigt kan de vuxna stöda varandra.<sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

Ifall någon elev reagerat speciellt starkt under samlingen, bör man ta kontakt med den eleven efteråt.

Berätta vad som kommer att hända den närmaste tiden.<sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

## **2. Det fortsatta arbetet med klassen** <sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

Avsätt efterföljande lektioner för att prata och göra något tillsammans om behov finns. Rita ett minne eller ge uppsatsrubriker som direkt eller indirekt berör händelsen eller gör något annat som du tycker att känns rätt.<sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

Lektioner den närmaste tiden måste få brytas om frågor kommer upp eller andra reaktioner som visar elevernas sorg, vrede, förtvivlan eller skuld.<sup>[L]</sup><sup>[SEP]</sup>

Klassen kan ta avsked genom att gå och se den döda. Om klassen skall vara med vid begravningen så skall de förberedas på det. Prästen kan komma till klassen och berätta hur begravningsritualen går till.

## **3. Personalens behov av stöd**

**Se till att du själv får stöd och hjälp!** Att vara stark, lugn och samlad i den här situationen kräver oerhört mycket. Tala med någon på skolan om hur dagen har varit. Avtala tid för dessa samtal, de bör inte ske vid kaffet på en rast. Ingen, allra minst eleverna är betjänt av att skolans personal inte orkar.

De här dagarna är kanske de viktigaste dagarna under hela skoltiden för en enskild elev. Låt sorgen få ta tid.

## **4. Utomstående hjälp, bl.a. av församlingarna**

Skolan kan kalla på församlingsanställda i situationer där elever och personal är i behov av samtalshjälp och stöd. Församlingens tjänsteinnehavare har beredskap att sköta samtalen och som utomstående (dvs inte skolans lärare) kan upplevas som en naturlig samtalspart.



## V. Självmordsprocessen hos ungdomar

Ungdomars självmord utlöses ibland av det vi vuxna anser vara en bagatell. T.ex. att ett sällskapsförhållande tar slut, konflikter, upplevelse av att ha "gjort bort sig".

OFTA HAR PROBLEMEN REDAN HOPAT SIG:

- depression: hyser du som lärare i skolan en rädsla för att någon elev är deprimerad så prata om din oro med skolhälsovårdaren eller kuratorn. De kan sedan bedöma vilka åtgärder som borde vidtas.
- självdestruktivitet: eleven kan prata mycket om självmord och hota att skada sig själv.
- asocialt leverne: ändras elevens situation drastiskt och vi får indikationer på det i skolan är det viktigt att reagera. Vill du inte tala själv med eleven om vad som oroar dig vänd dig till rektor eller elevvårdspersonal.
- personlighetsstörningar.
- alkohol- och drogproblem.
- problem i närmiljön.
- svårigheter i familjen, ensamhet.

VÅGA INGRIPA SOM VUXEN, SJÄLVMORDSRISKEN ÖKAR INTE FAST MAN DISKUTERAR SAKEN. HÄNVISA VEDERBÖRANDE TILL SKOLAD PERSONAL.

Efter självmord, följ krisplanen, men:

- utred om det finns andra ungdomar i samma situation.
- prata med ungdomar om självmordet, fundera på andra alternativ i problemsituationer.
- i "ritualerna" i skolan är det viktigt att hålla låg profil för att undvika onödigt kraftiga känslouttryck

## VI. Tänkvärt kring sorgbearbetning i skolmiljö

1. Skicka aldrig hem elever tidigare från skolan med anledning av ett dödsfall. Följ eleven hem om du upplever att han/hon behöver ditt stöd.
2. Ge elever möjlighet att ringa hem om de har behov av det. Men ifall en allvarig olycka skett och polisen ännu inte underrättat de anhöriga så får inte elever per telefon berätta vilka elever som drabbats.
3. Försök få en sorgedrabbad elev så snabbt som möjligt tillbaka till skolan. Vardagsrutiner är bra. Kontakten mellan hemmet och skolan underlättar återkomsten till skolan. Det är bra att först prata med klassföreståndaren om hur eleven skall möta klassen. Den drabbade eleven eller familjen skall själv berätta hur hon/han vill att händelsen skall tas upp i klassen.
4. Vänta aldrig med att ge besked i skolan då en olycka skett. Reservera åtminstone ett pass för samtal.
5. När det hänt något allvarligt uppstår det lätt rykten, som ofta är värre än verkligheten. Ev. kan skolan via brev informera alla hem. En modell av hur brevet kan se ut finns som bilaga 1.
6. Om en elev dött behövs det ofta flera samtal i klassen under en längre tid.
7. Glöm inte bästa vännen, iakttag dennes reaktioner.

8. Klassen kan göra någonting tillsammans: ex. plantera ett träd, göra något för föräldrarna, initiativ till förbättrande av trafiktryggheten osv. Gruppen kan även besöka olycksplatsen. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
9. Om en elev avlider under ett lov kan man samla klassen under första skoldagen.
10. Den som hjälper behöver också själv hjälp. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
11. Vid behov ordnar rektor föräldramöte. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
12. Uppmärksamma årsdagen efter olyckan. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>

## VII Oförutsedda händelser i skolmiljön

### 1. Brand, gasläcka, radioaktivt nedfall

Vid brand i skolhusen söker sig elever och lärare ut ur byggnaden. Eleverna med lärare bör bekanta sig med utrymningsvägarna i förväg. Samlingspunkt efter utrymningen är flaggplan.

Vid gasläckor i skolans närhet (väg- eller järnvägstransporter), bränder utanför skolan eller vid radioaktivt nedfall stannar elever och lärare i skolbyggnaden. Man kollar upp att alla fönster är stängda och att ventilationen är avstängd.

Det är viktigt att via radio, telefon, dator eller övriga medier invänta instruktioner för fortsatta åtgärder.

### 2. Hotfulla situationer

Vid hotfulla situationer (t.ex. att någon våldsam eller oberäknelig person befinner sig i skolbyggnaden eller i skolans närhet) låser undervisningsgruppen in sig i klassrummet och inväntar vidare instruktioner t.ex. sms eller mobilsamtal.

## Bilaga 1

### Till hemmen

En tragisk olycka/ett tragiskt dödsfall har inträffat och en av familjerna vid vår skola har drabbats.

N N omkom/dog (datum och plats).

Vi har idag tillsammans med (nämna andra personer än lärare som har deltagit) talat med eleverna om olyckan.

I varje enskild grupp har vi försökt sätta ord på det ofattbara som har hänt och vi har försökt formulera några tankar kring vad det innebär att mista en vän.

Jag känner att det är viktigt att ni får veta vad vi har gjort så att ni kan hjälpa oss med det sorgearbete vi har påbörjat.

Vår skola kommer att präglas av tragedin en tid framöver. De föräldrar som så önskar kan kontakta oss på skolan.

Vänliga hälsningar: (rektor)

## Bilaga 2

### Litteraturtips

**Andersson** Marianne; Ingemarsson Kristina. Kris och katastrof. En handbok för skolan. 1994 Liber utbildning. En alldeles ny bok som tar upp krisberedskap i skolan på ett praktiskt sätt med konkreta förslag för hur skolan kan ge möjligheter till bearbetning av sorg. Den beskriver också på ett lättbegripligt sätt krisens förlopp och hur barn reagerar. Förutom dödsfall tar boken även upp andra kriser: mobbning självmord, missbruk, incest och främlingsfientlighet.

**Dyregrov** Atle. Barn i sorg. 1990 Studentlitteratur. Nyupplaga 2007

**Dyregrov** Atle. Katastrofpsykologi. 1992 Studentlitteratur. Atle Dyregrov, Norge är en av världens främsta kris och katastrofexperter. Hans böcker tar upp grunderna i krispsykologin och hur stödet bäst kan ordnas till de drabbade och till dem som möter drabbade människor i sitt arbete.

**Dyregrov** Atle; Raundalen Magne. Sorg och omsorg. 1995 Studentlitteratur. En bok som är till stor hjälp för personal i skolan då oväntade krissituationer uppstår. Behandlar lättfattligt och sakligt barns reaktioner i sorg och kris och hur familjen reagerar. Tar upp hur lärare och skolan kan stötta barn i deras sorg.

**Dyregrov** Atle; Beredningsplan för skolan – vid kriser och katastrofer (2006) **Gyllensvärd** Göran; Stöd för barn i sorg (1997)

**Jonsson** Stig; Hagström Annika. En bro över mörka vatten. 1990 Cordia. En lättläst och mycket intressant bok som handlar om en tragisk bussolycka där en halv skolklass från Kista i Sverige omkom. "Kistaprästen" Stig Jonsson och journalisten Annika Hagström berättar om vad som hände efter olyckan och hur de bemötte den krissituation som drabbade lokalsamhället. Boken ger många tänkvärda tips om hur man kan hjälpa och stödja anhöriga som drabbats av plötslig sorg.

## Bilaga 3

# Viktiga telefonnummer:

### Ambulans/Polis/Brandkår 112

Telefonnummer för krisgruppen:

Tom Hansén 050-550 7722

Jenny Pulkkinen 040-553 7618

Barbro Sandvik 040-552 8836

Helén Timgren 040-556 3979

Martin Näse 044-294 1114

Kaisa Karlström 040-777 6471

Carl-Gustaf Gustafsson 050-016 7554

Kristina Slotte 050-543 7907

Skolhälsovårdare Peggy Ljungberg 040-489 2307

Läkarmottagningen i Kronoby 040-806 5700

Tandläkarmottagningen i Kronoby 040-806 5750 / 040-806 5751 / 040-806 5850

Skolpsykologen i Kronoby Erica Ivars 050-313 5458

Skolkurator Sonja Enkvist-Nyman 050-303 0529