

Sorg og kriseplan for FC 4-Syd

Værd at vide om børn og sorg

Børns sorg er en livslang proces

Børns sorgproces er på mange måder længere og sejere end voksnes, fordi børn på hvert nyt udviklingstrin oplever og forstår tabet på en ny måde. Børns sorg er derfor på ingen måde noget forbigående, men derimod et livsvilkår, som vil følge dem resten af livet.

Et fireårigt barn, som mister sin mor eller far, forstår tabet ud fra en fireåriges forudsætninger. Men med alderen vil tabet og savnet blive nærværende i mange andre sammenhænge, hvor en mor eller en far er uundværlig. Fx når hun senere bliver konfirmeret, bliver student, selv får børn osv. I hver af disse situationer bliver hun konfronteret med, hvilken betydning relationen til den afdøde kunne have haft og må derfor forholde sig til dette.

I hverdagen vil et barn også jævnligt blive konfronteret med sit tab og sit savn. Fx når det ser, at de andre børn bliver hentet af deres mødre efter svømning, eller læreren siger: "Tag lige denne seddel med hjem til far og mor." Ja, så kan man stadig blive ked af det, fordi mor ikke længere er der, også selvom det er tre år siden, hun døde.

Som voksen i barnets omgivelser er det vigtigt, at man er opmærksom på dette og giver barnet tid til at sørge, bearbejde og forstå tabet, hver gang der opstår nye situationer, hvor den afdøde mors eller fars tilstedeværelse ville have haft betydning for barnet.

Børn holder pause fra sorgen

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 det skete ind gradvist, hjælper det dem til bedre at tåle en så stærk psykisk belastning, som det er for et barn at miste en mor eller en far.

Helt konkret betyder det, at man kan opleve et barn, som det ene øjeblik er dybt ulykkelig og det næste er ude at lege, som om det er helt upåvirket af det, der er sket. Det kan måske virke uforståeligt på en voksen, men det er helt enkelt barnets måde at beskytte sig mod at gå i stykker.

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 far eller mor lige er død. På sigt hjælper det nemlig barnet med at bearbejde sin sorg på en sund måde. Det er samtidigt vigtigt at være opmærksom på at reaktionen ikke bliver fastholdt og udvikler sig til en såkaldt patologisk reaktion – en sygelig fortrængning af sorgen.

Indledning

Formålet med denne Sorg- og kriseplan er at støtte det berørte barn og dennes familie, samt øvrige personer/personaler som bliver berørt af den aktuelle hændelse. Derudover skal planen også medvirke til, at der tales åbent om hændelsen således at mytedannelser undgås, og at der konkret gøres noget, fx i form af samtale med de berørte, højtidelighed for kammerater eller lignende. Vejledningen følger Børne og Ungdomsforvaltningens anbefaling på en sorg- og kriseplan, hvor de oplyser at det aldrig er muligt helt at forberede sig på hvordan man som professionel kan handle når det værste sker. Dog kan en sorg- og kriseplan medvirke til at der på forhånd er taget stilling til ansvarsfordeling, arbejdsopgaver og kontakt til hjemmet. Således at de berørte parter der udsættes for en stor sorg, rent faktisk tilbydes støtte og omsorg.

Der er behov for en sorg- og kriseplan i forbindelse med dødsfald eller andre traumatiserende oplevelser blandt:

- Børn i klubben, evt. på skolen, eller forældre, familie og andre pårørende til børnene
- Det pædagogiske og administrative personale eller børn, ægtefæller, familie og andre pårørende til personalet

Ved dødsfald eller andre traumatiserende oplevelser i klubben:

- Hvordan orienteres personale om dødsfaldet/oplevelsen
- Hvordan orienteres forældre om dødsfaldet/oplevelsen
- Hvordan orienteres børnene om dødsfaldet/oplevelsen
- Krisehjælp til børn og personale

Ved dødsfald eller andre traumatiserende oplevelser i barnets nære familie:

- Kontakt til familien, aftal eventuelt en kontaktperson (fra familien / fra klubben)
- Hvad kan siges til de andre børn/ forældre / til klubbens personale
- Aftale med familien hvornår der fortælles om hændelsen til børn / forældre/ personale
- Andre kontaktpersoner - bedsteforældre- naboer - andre

Ved dødsfald eller andre traumatiserende oplevelser i klubben eller på tur med klubben

Personalet yder førstehjælp

tilkalder 112 og fortsat førstehjælp til Falck når frem

Personalet sørger for samling af de øvrige børn og beroliger dem

(afsides fra ulykkesstedet hvis muligt), bliver ved børnene og forsøger at berolige dem. Hvis det er muligt tager et personale med den tilskadekommande.

Personalet kontakter lederen af institutionen

der efterfølgende kontakter hjemmet til den person der er kommet til skade.

Ingen af de øvrige børn forlader gruppen og ulykken bearbejdes

Alle følger med personalet tilbage til institutionen, hvilket skal ske så hurtigt som muligt. Hvis ulykken/dødsfaldet sker i institutionen må ingen forlade institutionen før personalet har givet tilladelse til det. Børnene samles med personalet og der snakkes om ulykken, tanker, bekymringer osv. Ved alvorlige ulykker vurderer personalet hvorvidt alle børnenes hjem skal kontaktes før børnene sendes hjem fra institutionen, så forældrene er orienterede om ulykken og derved bedre kan modtage deres barn.

Pædagogisk konsulent kontaktes med henblik på etablering af krisehjælp/efterbearbejdelse ved psykologhjælp. Det er enten pædagogisk leder, eller klyngeleder som kontakter pædagogisk konsulent. Hvis hverken pædagogisk leder eller klyngeleder har mulighed for at kontakte pædagogisk konsulent, er det en medarbejder som kontakter, med henblik på at blive guidet igennem situationen og få videreformidlet information til medarbejdere.

Pædagogisk konsulent Mathilde: 2382 6301

Der følges op på ulykken hos barnets familie

Personalet, gerne to hvoraf den ene ikke har været med på turen, tager på hospitalet eller tager på anden måde kontakt til familien til den forulykkede og følger op på ulykken og besvarer eventuelle spørgsmål.

Forsættes: De efterfølgende dage til ulykken...

De efterfølgende dage til ulykken

Personalet samles efterfølgende dag og orienteres om ulykken

Personalet informeres og der aftales hvem der deltager i et eventuelt efterfølgende møde med børnene og hvilke informationer der skal videregives.

Møder sammen med børnene

Børnene samles og der snakkes om, og følges op på ulykken. Børnene skal have mulighed for at stille spørgsmål og give udtryk for deres tanker og bekymringer osv.

Personalet tager kontakt til familien

Familien til den forulykkede kontaktes og der spørges ind til den til skadekommandes velbefindende osv. Rammerne for fremtidens kontakt til personen og familien, informationsniveau i forhold til den øvrige børnegruppe og deres forældre osv. aftales med familien. Evt. hospitalsbesøg eller hjemmebesøg aftales.

Kontakt til pressen

Der henvises altid til pædagogisk leder eller klyngeleder. Som medarbejder udtaler man sig aldrig direkte til pressen.

Hvis den tilskadekommande dør

Følges som udgangspunkt ovenstående og institutionen deltager, så vidt det er muligt og ønsket af familien, i det efterfølgende "sorgarbejde", herunder begravelsen. Institutionen (gerne ledelsen) tilbyder familien at sørge for det praktiske i forhold til udmeldelse, kontakt til skolen og information til de øvrige børn på institutionen og deres familier osv.

Efter bearbejdelse af sorg blandt børnene

Ved dødsfald samles børnene løbende og der snakkes om deres oplevelser, bekymringer og tanker omkring døden.

Efter bearbejdelsen af ulykkes i personalegruppen

Det er vigtigt at der tages hånd om personalet, især personalet der var til stede da ulykken fandt sted. Personalet skal tilbydes samtaler med ekstern psykolog i det omfang der er nødvendigt.

SOS International tlf. 38 48 92 93

Ved dødsfald eller andre traumatiserende oplevelser i barnets nære familie

Afklaring af hændelsen hos familien

Ved henvendelse fra en familie ang. ændringer i familien, der har stor betydning for barnets hverdag og trivsel vurderer personalet om der er behov for en yderligere samtale med familien, hvor det skete uddybes og der aftales en handleplan i forhold til barnet. Kommer det oplyste fra barnet selv tages der hurtigt kontakt til familien.

Information til hele personalegruppen

Personalet orienterer resten af personalegruppen, så alle ved besked og kan støtte op om barnet og familien.

Information til barnets omgangskreds

Personalet vurderer om der er behov for at holde samling i børnegruppen for at orienter om det skete eller følger op på om dette er blevet gjort i skolen.

Det videre forløb og bearbejdelsen af hændelsen hos barnet

I tiden efter det skete tildeles barnet en "primær- voksen" som barnet ved at det altid kan kommet til med sine tanker og sorg. Barnet kan vælge sin primær voksen selv. Andre fra personalet skal informere den "primær voksne" om ændringer eller episoder med barnet. Den "primær voksne" holder resten af personalegruppen opdateret med udviklingen hos barnet og barnets særlige behov, som fx tid ud af huset, aktiviteter med få børn og lignede.

Efter bearbejdelse af sorg i børnegruppen

Det er vigtigt at personalet og især den "primære voksen" løbende søger råd og vejledning hos professionelle, samt hjælper med at istandsætte eventuelle krisegrupper mm. til barnet.

Se de andre afsnit *Vigtig information til personalet – støtte på kort og lang sigt, Værd at vide om børn og sorg*, samt vejledningen fra Københavns kommune: *Vejledning og støtte til institutioner og forældre i forbindelse med dødsfald*.

Vigtig information til personalet – støtte på kort og lang sigt

Hvad har barnet/kollega brug for: En voksen der er primærperson for barnet og en der sekundært tager sig af barnet/ Hvem er særligt opmærksom på den kriseramte kollega?

På kort sigt: Snakke med en voksen/kollega. Være med til at fortælle de andre børn/kollegaer om dødsfaldet/oplevelsen. En rolig dag tæt på en voksen/kollega. At kunne snakke med sin familie i løbet af dagen.

På længere sigt: Undersøge om der adgang til sorggrupper i området. Fortsat kunne snakke med en voksen/kollega.

Hvad skal klubben være opmærksom på?

Det er vigtigt af hensyn til barnet/ familien / personalet at være opmærksom på: Normer, Religion Flerfamilie /involvering, Begravelsesdag, Praktiske gøremål evt. værktøjskasse.

Hvor kan man henvende sig for at få hjælp:

- Børne- og Ungdomsforvaltningen: **Hjælp til barnet:** PPR / Rigshospitalets Krisecenter
- **Hjælp til familien:** Sct. Stefans Rådgivningscenter tilbyder:
 - Telefonisk rådgivning til familier
 - Rådgivning, undersøgelser og behandling til familier med børn, som har været udsat for seksuelle overgreb
 - Hjælp til familier i alvorlig krise som følge af traumatiske hændelser

Egen læge kan henvise til psykolog eller psykiater

- **Hjælp til personalet i skoler/institutioner:** En pædagogisk konsulent i distriktet som etablerer en krisegruppe: Krisegruppen består af en psykolog/PPR og den pædagogiske konsulent. Det er denne gruppe, der står for information til forvaltningen og eventuelle henvendelser fra pressen.
- **Hjælp til alle medarbejdere i BUF:** SOS International 38 48 92 93

Andre instanser:

- Kræftens Bekæmpelse: sorggrupper/ telefonrådgivning
- Børns Vilkår: sorggrupper/telefonrådgivning (både fag og familierådgivning)

Københavns Kommune Børne- og Ungdomsforvaltningen

Vejledning og støtte til institutioner og forældre i forbindelse med dødsfald

Du kan ikke hindre sorgens fugle i at flyve over dit hoved, men du kan hindre dem i at bygge rede i dit hår. (Gl. kinesisk ordsprog)

Hvordan kan du hjælpe barnet?

Det er vigtigt, at dagplejen, institutionen og hjemmet er opmærksomme på behovet for støtte til børn, der har været udsat for en voldsom hændelse. Disse børn har allermost brug for nærhed og kontakt med nære voksne der kan rumme børnenes reaktioner. Som en voksen, der kender barnet, kan du hjælpe ved at:

- Skabe ro omkring barnet og vise barnet omsorg.
- Være parat til at lytte til barnet
- Være klar over, at barnet ind imellem leger og virker upåvirket af situationen.
- Være opmærksom på at børn ikke spontant fortæller om det svære, det kræver at den voksne er opsøgende.
- Turde være ked af det sammen med barnet.
- Være ærlig over for barnet og give forklaringer tilpasset barnets alder.
- Tage hånd om praktiske forhold.

Hvilke reaktioner kan forekomme?

Børn påvirkes af en voldsom hændelse og deres reaktioner kan være:

- **Fysiske reaktioner** såsom mavepine, kvalme, svimmelhed, hovedpine og hjertebanken.
- **Følelsesmæssige reaktioner** såsom angst, vrede, frygt for at være alene, mareridt, isolation og tristhed.

Børn reagerer forskelligt på en voldsom hændelse og har behov for to typer støtte:

Engagement hvor de får lov til at være i de svære følelser. Og **undgåelse** hvor de får hjælp til at tænke på noget andet.

Om børn fra 6 år og opefter kan det generelt siges at: De yngste skolebørn forstår gradvist at døden er permanent, at der er tale om en universalitet i og med alle dør. De ældre skolebørn er i højere grad optaget af emner som livets cyklus, det at miste, sorg, døden og dødsbegrebet, begravelse og tro, samt behovet for at støtte hinanden i sorgen.

Sorg og kriseplan for FC 4-Syd er sidst revideret 07.04.2020