

Sorgplan for Karlskov Friskole

Børn i sorg

Når vi står overfor et menneske, der har lidt et alvorligt tab, føler vi os ofte utilstrækkelige. Vi kan ikke ændre på det, der er sket!

Men sorg er en ufravigelig side af vores tilværelse. Vi vil alle komme til at opleve smertelige tab og dermed sorg. Nogle gange virker tab fuldstændig meningsløs og særligt når børn mister en af deres nærtstående familiemedlemmer, kan vi som lærere og voksne medmennesker komme til at stå med en følelse af afmagt.

Vi kan ikke forhindre, at de børn og unge vi færdes iblandt på Karlskov Friskole rammes af sorg. Men som voksne har vi alle et medmenneskeligt ansvar for, at den sørgende ikke føler sig isoleret fra fællesskabet og overladt til sig selv. Det er nødvendigt, at den sorgramte møder omsorg og at sorgen får plads og sprog i fællesskab.

Når livet gør ondt, er det hos vore nærmeste, vi søger hjælp, men sådan er det ikke altid for børn der rammes af sorg. Børn og unge, der oplever svære livssituationer f.eks. dødsfald, livstruende sygdom eller skilsmisse, har langt fra altid mulighed for at hente hjælp og støtte i hjemmet.

Forældrene er måske selv i en krisetilstand og formår måske ikke at tale med børnene om den sorg og fortvivlelse eller kaos, som de alle står i. Derved bliver børn let overladt til deres egne tanker, spørgsmål og svar i en sorgsituation.

Skolen fylder en væsentlig del i børns hverdag og må derfor medvirke til at ledsage børn gennem kriser. Voksne, der har ansvar for børn i den tid, de er væk fra hjemmet, er derfor centrale personer i børnenes liv. Det medfører et stort ansvar. Vi skal være til stede omkring det sørgende barn og ledsage det gennem den svære tid. Et barn i sorg har brug for en voksen til hver hånd. (Per Schultz Jørgensen, Børnerådet)

Målet med omsorgsplanen er at undgå, at barnet føler sig alene om at tackle svære problemer. Vi skal skabe en atmosfære af åbenhed, så det svære og meningsløse bliver noget, man kan dele med andre. Vi kan ikke ændre på det der er sket, men delt smerte er halv smerte. Vi skal huske på at, sorg er kærlighed, man ikke kan komme af med (Johannes Møllehave). Derfor må man gerne tale

direkte om en evt. afdød forælder. Og sorgbearbejdning tager tid. Man må være indstillet på, at være opmærksom på et barns sorg, også efter man ikke længere kan se på barnet at det sørger.

Sorg kræver individuel behandling. Et sorgberedskab handler ikke om at professionalisere sorgen. Med sorgplanen vil vi sikre, at der bliver handlet. Den sørgende må ikke føle sig alene om svære problemer. Vi skal imødekomme den sorgramt med empati og forhindre fortielse. Det er omsorg i praksis!

Sorgplan

Denne plan skal opfattes som et ”beredskab”, der skal bruges, når det, der ikke må ske, sker.

Alvorlig sygdom, skilsmisse, kaossituationer og lignende.

Kræver handling med det samme af klasselæreren i samarbejde med en af klassens lærere/teamet. Skolelederen orienteres straks.

Når en elev eller et hjem rammes af alvorlig sygdom, skilsmisse, kaossituation og lignende, kontakter klasselæreren familien vedrørende følgende punkter om hvordan

- klassens lærere, det øvrige personale og SFO orienteres
- klassen orienteres
- klasser og hold, der har berøring med eleven, orienteres
- klassen og klasselæreren evt. i samarbejde med teamet planlægger modtagelsen af eleven eller

breve til eleven/sygebesøg

- klasselæreren har løbende kontakt til hjemmet
- klasselæreren sørger for opfølgning gennem samtaler med eleven og klassen

Det personlige tab

Kræver handling med det samme af klasselæreren i samarbejde med en anden af klassens lærere/teamet. Skolelederen orienteres straks.

Når en elev i klassen mister f.eks. forældre eller søskende, kontakter klasselæreren familien vedrørende følgende punkter

- klassens lærere, det øvrige personale og SFO orienteres
- klassen orienteres
- klasser og hold, der har berøring med eleven orienteres
- klassen og klasselæreren evt. i samarbejde med teamet planlægger modtagelsen af eleven
- klasselæreren deltager om muligt i begravelsen og skolen sender en båretasket
- klasselæreren sørger for opfølgning i klassen gennem samtaler med eleven og klassen

Det fælles tab

Kræver handling med det samme af skoleleder, klasselærer/pædagog

Når klassen/skolen mister en elev gøres følgende

- skolelederen og evt. klasselæreren kontakter familien
- skolelederen orienterer det samlede personale
- de berørte klasser orienteres af skolelederen i samarbejde med klasselæreren
- ovenstående klasser bliver i klassen sammen med klasselæreren og klassens

centrale lærere/pædagoger

- hele skolen orienteres ved fællessamling/mindehøjtidelighed af skolelederen
- der flages på halv (pedeløpgave)
- ritualer ved fællessamling/mindehøjtidelighed (f.eks. holde elevens plads fri, tænde lys,

blomster, sang, stilhed...)

- der deltages så vidt muligt i begravelsen (klassen, klasselærer, skoleleder)

- skolen sender en bårbuket
- klasselæreren sørger i samarbejde med teamet for opfølgning i klassen gennem samtaler, emnearbejde om sorg, besøg på gravstedet, skrive/tegne til familien, besøg af familien, markering af mindedag.....

Det kollegiale tab

Kræver handling med det samme af skolelederen

Når skolen mister en medarbejder

- skolelederen tager kontakt til familien
- skolelederen orienterer skolens ansatte
- hele skolen orienteres ved fællessamling/mindehøjtidelighed af skolelederen
- ritualer ved fællessamling/mindehøjtidelighed (f.eks. holde medarbejderens plads fri, tænde lys, blomster, sang, stilhed...)
- der flages på halv (pedelopgave)
- medarbejdere samles til en kort mindehøjtidelighed
- der gives mulighed for deltagelse i begravelse

Generelt

Vær en god lytter

Spørg evt.:

- hvordan barnet har det
- hvordan det går
- hvad barnet tænker, osv.

Vær også opmærksom på sene reaktioner.

Sorgbearbejdelsen er ikke overstået på en måned. Det er meget vigtigt at tage dødsfaldet – sorgen – savnet op, når lejlighed byder sig og ligeledes give eleverne en forståelse af, at man gerne må græde sammen.

Efter ca. et halvt år må det overvejes, om det vil være formålstjenligt at lave et forløb om sorg/det at miste i relation til det oplevede.

Det er helt legalt, hvis en lærer ikke magter at følge sorgplanen og derfor siger fra. I så fald må en anden træde til og overtage. Klasselæreren må henvende sig til en relevant lærer eller til skolelederen vedr. dette.

Børn og voksne reagerer ikke på samme måde. Der er stor variation i måden børn reagerer på ved nyheden om, at nogen er død.

De almindeligste umiddelbare reaktioner hos børn er:

- Chok og vantro
- Forfærdelse og protest
- Apati og lammelse
- Fortsættelse af sædvanlig aktivitet

Husk - glem ikke det vigtigste, når et barn skal have hjælp til at bearbejde sorgen efter fars/mors død.

- Lad barnet se den døde
- Lad barnet deltage i begravelsen
- Tag også barnet med på kirkegården
- Gør det klart, at den døde ikke kommer tilbage
- Tag den nødvendige tid til hyggestunder og kropskontakt
- Forklar sammenhængen i "små bidder"
- Forklar kort og præcist - ikke lange forklaringer
- Forklar, at du selv er ked af det og måske mere pirrelig end ellers
- Fortæl igen og igen, at barnet er elsket og uden skyld i dødsfaldet
- Lad barnet udtrykke både positive og negative følelser for den døde
- Hjælp barnet med at bevare minderne om den døde

Nogle af de almindeligste sorgreaktioner hos børn er:

- Angst
- Stærke minder
- Søvnforstyrrelser

- Tristhed, længsel og savn
- Vrede og opmærksomhedskrævende adfærd
- Skyld, selvbekendelse og skam
- Skolevanskeligheder
- Psykiske gener
- Ensomhed

Andre mulige sorgreaktioner

- Regressiv adfærd
- Social tilbagetrækning
- Fantasier
- Personlighedsforandringer
- Fremtidspessimisme
- Spekulationer over årsag og mening
- Vækst og modning

Børns forståelse af døden hænger nøje sammen med, hvor gamle de er. Det samme gælder for de forestillinger, 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 som:

- Kommer far/mor ikke snart hjem igen?
- Hvor er far/mor henne?
- Hvad laver far/mor der?

Små børn kan plages af stærke skyldfølelser, som ikke altid er logiske. Et barn kan eksempelvis 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 mon 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 at minde om de voksnes. De forstår, at døden er uundgåelig. Børnene gør sig i den 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 at 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 den afdøde 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. Reaktionen 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 dybtfølt skyldfølelse. Tanker om selvmord for at genforenes med den døde kan forekomme.

Følgende salmer fra Den Danske Salmebog foreslåes:

Se, nu stiger solen af havets skød

Hil dig frelser og forsoner

Ingen er så tryk i fare

Befal du dine veje

Til himlene rækker din miskundhed Gud

Sorrig og glæde de vandre til hobe

Nærmere Gud til dig

November 2005/JK