

FLIK 1

Larmkedja

Ring alltid Ingrid eller Siv

Ingrid 18013, 0975/52021, 070/6425795
Siv 50100, 50192 073/0660561

Sammanfattar krisgrupp eller delar av den och meddelar samlingsplats

	Tel arbete	Tel hem
Kurator Elevhälsan	18411/18834	
Ninna Hallberg, skolsköterska	18851/18716	
Johan Runnman, psykolog	18916	22856

Kartläggning, insatser bestäms och dimensioneras Fördelning av arbetsuppgifter

Lokalansvar, Kontakt till klass, Sambandscentral, Reception, Stödpersoner, Info. ansvarig

Förskolan	Ann-Helen	0970/50333
Förskoleklass	Nina	0970/13903
Skolår 1-2	Siv	
Skolår 3-6	Birgitta	0970/50316

Handlingsplan för krishantering

Förskolan och skolan Puoltikasvaara

Mål: Förskolan och skolans barn och personal skall vid eventuell uppkommen kris snarast komma i jämvikt. Verksamheten skall om möjligt fortgå oförändrad.

Krisgrupp: Rektor, förskollärare, samt lärare och barnskötare som är skyddsombud, en av matlagets personal som också är skyddsombud samt fastighetsskötare

Råd skall kunna begäras av Elevhälsan och/ eller kommunens POSOM-grupp.

I pärm på expeditionen och hemma hos krisgruppens medlemmar skall finnas:

Telefonnr till:	Taxi	0970-10000
	Räddningstjänsten	112 (larm), 551 65
	Polisen	112 (larm), 770 00
	Lokalradion	0920-940 30
	Exp Hakkas	0970-18012
	Kont. Pers POSOM	0970-180 00 vx
	Elevhälsan	0970-180 00 vx
	Folkets Hus	0970-500 41

Telefonkedja: Ingrid/Siv ringer till:

Birgitta	0970/50316
Eva	0970-502 21
Ann-Helen	0970/50333
Nina	0970/13903
Anette	0970/50079

FLIK 2

Vid kris och katastrof:

Ring alltid Ingrid eller Siv

	Arbetet	Hem
Rektor Ingrid Krigsman	18013	0975/52021
Skolan	0970-50100	
Siv Dyrander		0970/50192/073-0660561
Birgitta H-Landström		0970/50316/070-5740663
Ulrika Olofsson		0970/13327/070-5768779
Förskolan	0970-50309	
Ann-Helen Karlsson		0970/50333
Eva Strand		0970/50221
		073/030 39 21
Nina Kerttu		0970/13903
Marianne Nilsson		0975/22030
Fastighetsskötare Top-bostäder		
Verksamhetsvaktmästare John Grönberg	073/8025616	

FLIK 3

VIKTIGA TELEFONNUMMER

RÄDDNINGSTJÄNSTEN	112	0970-18000, (0970-55165)
BRANDKÅR	112	
AMBULANS	112	
POSOM = (psykiskt och socialt omhändertagande)	112	
POLIS	112	(0970-77000)
BUoK-kansliet	18000	
Kommunens växel	18000	
Fastighetschef TK	18000	
Matlaget AB	19000	
LASARETTET	19000	
BUP= Barn- och ungdoms- psykiatri	19000	
VUXENPSYKIATRI	19000	
KYRKAN GÄLLIVARE	75530	
Lokalradion	0920-94030	
Folkets hus	50041	
Arbetsmiljöinspektionen	0920-242260	
Bageriet i Puoltikasvaara	50070	

FLIK 4

Personallista Puoltikasvaara

Rektor

* Ingrid Krigsman	0975-52021
Skolan Dokkas	0975-20072
Mobiltelefon	070-6425795

Matlaget/Lokalvård

Anette Filipsson	0970/50079
------------------	------------

Fastighetsskötare

* Top bostäder	0970-25500
----------------	------------

Verksamhetsvaktmästare

John Grönberg	073-8025616
---------------	-------------

Förskolan

* Ann-Helen Karlsson	0970-50333
Nina Kerttu	0970-13903
Marianne Nilsson	0975-22030
* Eva Strand	0970-50221
	073-030 39 21

Skolan

* Siv Dyrander	0970-50192
	073-0660561
Birgitta H-Landström	0970/50316
	070-5740663
Ulrika Olofsson	0970-50316
	070-5768779

***Ingår i Krisgruppen.**

FLIK 6

AKUT SJUKDOM

HANDLINGSPLAN VID AKUT SJUKDOM PÅ ARBETSPLATSEN

- 1. Medicinsk första hjälp
- 2. Ambulans tillkallas - anhörig kontaktas.
- 3. Arbetet fortsätter (samtal om händelsen.)
- 4. Krisgruppen samlas
 - Förbereder ev. gemensam samling och behov av övrig information (anhöriga..)
 - emotionell första hjälp (behov av assistans utifrån)

FLIK 7

HANDLINGSPLAN VID BRAND

UNDER ARBETSTID

1. Utrymning enligt plan, där varje gruppleddare kontrollerar om någon lämnat lokalen (toabesök).
För vidare färd till bageriet i P-vaara: samlingsplats staketet mot bageriet.
2. Någon i krisgruppen larmar räddningstjänst och taxi
3. Efter kontroll skjutsas varje grupp till vår återsamlingsplats:
Bageriet i P-vaara
4. Någon i Krisgruppen ordnar hemtransporter.
5. Arbetet med att förbereda fortsatt information samt framtagande av lokalalternativ påbörjas. (krisgruppen).

UNDER NATTEN

1. Rektor kontaktar krisgruppen som först behöver komma till den förutbestämda återsamlingsplatsen.
Taxi meddelas.
2. Krisgruppens medlemmar ringer runt enligt personaltelefonlista samt enligt barn/klasslista.
Besked ges om händelsen samt att skolskjutsarna ställs in och att vidare besked avvaktas.
3. Rektor kontaktar lokalradio och överordnad chef.
4. Personalen kommer till återsamlingsplatsen senast kl.08.00.
Medtag egna mobiltelefoner.
5. Hänvisning ordnas vid skadeplatsen. (Verksamhetsvaktmästare)

FLIK 7 (B)

ÅTERSAMLINGSPLATSEN

Här måste finnas möjlighet till både in- och utgående telefon.
Här startas arbetet med den fortsatta informationen samt framtagandet av alternativa lokaler.
Nödvändig assistans inkallas. Möjlighet till förtäring ordnas.

FLIK 8 (A)

DÖDSFALL

Ett barn en elev/personal avlider under arbetstid.

1. Medicinsk "Första Hjälp".

Någon stannar hos eleven/personalen.

Ambulans tillkallas.

2. Rektor och expedition underrättas

Rektor kontaktar polis.

I vissa fall måste Arbetsmiljöinspektionen(Luleå 0920-242260) kontaktas.

3. Krisgrupp/rektor underrättar :

- familj om dödsfallet. **OBS! Polisen** måste först ge tillstånd och informerar om hur skolan kommer att handla. Kontrollera med hemmet hur mycket som man har tillåtelse att meddela de övriga barnen och personalen.

■ klasskamrater och andra elever och barn om dödsfallet tillsammans med för eleverna/barnen välkänd person.

■ Övrig personal/lärare om fakta kring händelsen samt vilka åtgärder som kommer att vidtas.

■ Övrig personal/lärare om hanteringen av massmedia.
Om massmedia kommer till platsen skall skolans elever, elevens familj, förskolans barn och personal skyddas.

Flik 8 (B)

4. Krisgruppen gör en bedömning av vilka åtgärder som behöver göras.

■ med avseende på händelsens omedelbara effekter på kamrater, övriga elever/barn, personal och anhöriga.

■ för elever/barn, lärare och övrig personal som har behov av särskild uppföljning och emotionellt stöd och hjälp.

5. När alla berörda informerats hissas flaggan på halv stång.
(Förutsatt att inte de anhöriga är av annan åsikt).

6. Minnesstund. Se flik.19

Samma arbetsgång fr.o.m. punkt 3 gäller om barn/elev eller personal avlider utanför arbetstid.

Krisgruppen bör samlas även under helger eller lov om elev/personal avlider

All kontakt med berörd familj bör ske av en för familjen välkänd person.

All kontakt med massmedia sköts av rektor.

Flik 8 (c)

- Om dödsfallet i ett barns/elevs familj inträffar förväntas det att rektor eller klassföreståndare underrättas. Båda bör få information om det inträffade.
- Inträffar dödsfallet medan barnet /eleven är i skolan bör någon familjemedlem, helst en förälder komma till skolan och underrätta barnet/eleven personligen.
- Före meddelande till klasskamrater bör klassföreståndare, personal höra sig för hos det drabbade barnet/eleven vilka uppgifter som får lämnas ut till klassen samt hur dessa kan presenteras. Fråga om eleven/barnet vill vara närvarande vid informationen.
- Det är av stor betydelse att kamraterna får veta hur de skall förhålla sig till det som har hänt. Kan de själva ta initiativ till att prata om vad som hänt eller skall det drabbade barnet/eleven själv bestämma när hon/han vill prata om händelsen.
- Prata gärna om sorg och sorgereaktioner med barnen/eleverna, men försäkra dig först om att det berörda barnet/eleven godkänner detta.
- Vid en anhörigs död måste man visa förståelse för att det drabbade barnet/elevens arbetskapacitet sätts ned under längre tid.
- Låt barnet /eleven själv bestämma hur mycket han /hon vill tala om det som har hänt. Låt barnet/eleven veta att du finns där och är beredd att lyssna om han/ hon behöver någon att tala med.

Flik 8

DÖDSFALL

Handlingsplan vid dödsfall

- På arbetsplatsen:**
1. Medicinsk första hjälp
 2. Ambulans och polis tillkallas
 3. Arbetet fortsätter (samtal om händelsen)
 4. Krisgruppen samlas:
 - Förbereder ev. gemensam samling och behov av övrig information.
 - Krislåda/flagga
 - emotionell förstahjälpen (behov av assistans utifrån)

Ej på arbetsplatsen:

- Krisgruppen samlas: - Förbereder ev. gemensam samling
- och behov av övrig information
 - emotionell första hjälp (behov av assistans utifrån)

I vissa fall skall även arbetsmiljöinspektionen (0920-242260) informeras

Flik 8

Beredskapsplan vid dödsfall och olyckor.

Död och sorg är ett tema som vi ofta har svårt för att tala om. Samhället och familjestrukturen har gradvis förändrats och därmed också vårt sätt att se på döden. Levnadsvillkoren har förändrats och därmed har viktiga traditioner och ritualer i samband med sjukdom och död försvunnit. Vi har tappat det nätverk som tidigare existerade i familjen och samhället. Det har inte ersatts med något annat.

Skolan är en viktig institution för elever och personal, eftersom vi här tillbringar en stor del av vårt liv. Skolan måste ta sitt ansvar när det blir krissituationer. Det är viktigt att ha en helhetssyn på människan och inte bara se till det som har med kunskapsförmedling att göra.

Obearbetad sorg kan skada personlighetsutvecklingen. Det kan resultera i att ungdomarna får en dålig självbild, blir osäkra eller får koncentrationssvårigheter.

Om vi har en beredskapsplan kan vi hjälpa dem att komma ur krisen på ett bra sätt.

Det handlar inte om att vara expert på området utan det viktigaste är **medmänsklighet**. Det är viktigt att på ett respektfullt sätt hjälpa ungdomarna med det som är svårt.

Ingen situation eller händelse är den andra lik och därför kan man inte sätta upp exakta rutiner för vad som bör göras i alla situationer. Denna plan är en vägvisare med förslag till hur man kan gå tillväga vid dödsfall och olyckor.

Flik 8

Förmedling av dödsbudskap i skolan

- 1.** Låt den som den som förmedlar dödsbudskapet vara en som eleven litar på eller har tillit till, förslagsvis klassföreståndaren.Handledning kan begäras av elevvården. Klassföreståndaren/läraren behöver ej göra det ensam.
- 2.** När skolledningen får veta att ett dödsfall (eller olycka) har inträffat, skall besked till berörd elev ske via rektor eller klassföreståndare.
- 3.** Innan budskapet ges till eleven bör riktigheten kontrolleras och samtidigt inhämtas information om när det har hänt och hur det gått till.
- 4.** Läraren bör lämna besked på ett lugnt, enskilt ställe.
- 5.** Beskedet bör ges öppet och direkt, men med någon tid till mental förberedelse. Man bör inte vänta med besked till skoldagens slut.
- 6.** Efter att eleven fått budskapet, måste det finnas tid till att sitta ned med eleven. Reaktionen som kommer måste få utlopp.
- 7.** Fraser som: "Det skall nog gå bra"- "Tiden läker alla sår" bör undvikas.
- 8.** Låt inte eleven vara ensam. Ge tröst som känns naturlig. Fysisk kontakt kan ha en lugnande effekt, men det bör respekteras om personen inte vill ha sådan närhet.
- 9.** Läraren bör följa eleven hem eller till det ställe där familjen uppehåller sig. Det kan också vara någon från familjen som hämtar eleven.
- 10.** I samråd med eleven bör de andra eleverna - ev bara de som eleven själv anser - informeras snarast om det som hänt.

Flik 8

Hur man berättar om ett dödsfall

Det faller på polisens ansvar att underrätta de anhöriga när någon omkommit i en olycka. Underrättelsen kan delegeras till andra, vanligtvis prästen i den församling dit familjen hör. Ibland kan dock situationer uppstå vid oväntade dödsfall som medför att skolpersonal måste underrätta elever om föräldrar eller syskon dött.

Viktiga saker att tänka på när budskap om döden förmedlas.

Polisen skall godkänna att någon från skolan framför budskapet.

Den som utses att förmedla budskapet skall vara någon som eleven känner tillit för eller har en bra relation med.

Ordentlig information om vad som skett skall ha inhämtats (ev. från polis eller andra myndigheter) innan budskapet lämnas.

Välj platsen för samtalet med omsorg så att man kan samtala utan att bli störd eller avbruten. Berätta rakt och öppet.

Tid skall finnas för att stanna kvar hos eleven efteråt för att följa upp eventuella reaktioner. Använd inte fraser som ” det kommer nog att ordna sig” eller ” Tiden läker alla sår.”

Låt **inte** eleven vara ensam . Kroppskontakt kan för vissa ha en lugnande verkan.

Någon som eleven kan ty sig till, gärna den som överfört budskapet, skall följa eleven hem.

Om inte eleven misstycker skall kamrater så snart som möjligt informeras för att undvika ryktesspridning.

Flik 8

HANDLINGSPLAN

Dödsfall elev

1. Omedelbart efter dödsfallet

- Rektor sammankallar krisgruppen
- Krisgruppen samlas på rektorsexpeditionen:
 - faktainformation till alla i gruppen
 - gruppen fördelar uppgifterna mellan sig
 - eventuellt resurspersoner kontaktas
- Rektor informerar krisgruppen och ger instruktioner om hur de skall förhålla sig vid förfrågningar.
Rektor är den enda som ger extern information.
- Rektor ombesörjer att all personal informeras.
Det är viktigt att nå samtliga (bl a lokalvårdare och bespisingpersonal)
- Rektor ansvarar för att klassföreståndaren ger eleverna i berörd klass information.
Klassföreståndaren ska få hjälp av krisgruppen .
- Klassföreståndaren för berörd klass samlar eleverna i klassrummet.
Klassföreståndaren är ansvarig för att elever - som är utanför skolan får veta vad som hänt (idrott, exkursioner, praktik, sjukdom osv)
 - Konkret information om det som har skett
 - Eleverna får prata om det som de tänker och känner.
 - Ge tröst som känns naturlig
 - Närhet är viktigare än tröst
 - Kom ihåg positiva episoder, fina minnen av den avlidne
 - Läraren organiserar så att eleverna kan vara samlade på skolan
 - Låt eleverna ev. vara tillsammans med vänner från andra klasser
- Rektor ansvarar för att eleverna i andra klasser får information.
- Det är viktigt att samla kamrater som finns i andra klasser.

- Ev. flagghissning när informationen nått fram till alla.

Flik 8 (2)

2. De följande dagarna

- Minnesstund i lämplig lokal för alla som vill, även föräldrarna.
 - Eleverna tillsammans med krisgruppen ansvarar för arrangemanget
 - Ljusstakar, dukar fotoram finn på rektorsexpeditionen
 - Rektor ansvarar för att någon skriver ner minnesstunden för att lämna till föräldrarna
- Kontakt med anhöriga.
 - Rektor och / eller klassföreståndare i samarbete med elevvården kontaktar föräldrarna/familjen om minnesstund och avtalar praktiska saker i samband med begravningen (krans/skolkör m.m.). Detta kan ev. ske i samarbete med klassen.
 - Ev. besök hos de anhöriga av klassföreståndare, lärare, elever.
- Samtal i den berörda klassen. Klassföreståndaren tillsammans med elevvårdspersonal:
 - Om begravning. Eleverna bör förberedas på att en begravning kan vara psykiskt arbetsam.
 - om praktiska saker
 - om minnesord i tidningen
 - om besök hos de anhöriga

3. Begravningsdagen

- Flagghissning
- Klassen träffas tidigt i Kyrkan för att få sitta tillsammans
- Organisering av transport
- Klassen samlas efter begravningen - ev efter familjens arrangemang
- Om den avlidne kommer från en annan kommun/ort kan man hålla en kort minnesstund med skolans alla elever i samband med flagghissningen. Ev representerar någon i klassen och skolan på begravningen.

Flik 8 (3)

4. Efterarbete

- Viktigt med stöd och hjälp i kollegiet.
 - Kollegor som inte berörs så mycket, bör visa omsorg för en lärare som är mitt i sorgearbetet. Krisgruppen bör vara central i detta arbete.
- Var uppmärksam på elevers olika sorgereaktioner.
 - Någon kommer snabbt igång med sorgearbetet efter ett dödsfall. Någon får märkbar reaktion efter en tid.
 - skuld känslor är ett typiskt tecken i sorgereaktionen hos unga människor. Det kan ofta förbindas med ”magiska tankar”. Dog han för att han blev mobbad ? Dog han för att vi sa att han var dum? Här är handledning mycket viktig.

Sorgens fyra faser:

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. Chockfasen: | Varar från ett ögonblick till någon dag |
| 2. Reaktionsfasen: | Kan vara i flera veckor |
| 3. Bearbetningsfasen: | Kan vara i över ett år |
| 4. Nyorienteringsfasen: | Framtiden |

- Samtal i klassen, där man sätter namn på tankar och frågor i anknytning till det som har skett. Kommer att ha stor betydelse i fortsättningen.
Modellen för ett sådant klassmöte kan vara följande: a) Introduktion, b) Fakta, c) Tankar, d) Reaktionen, e) Information, f) Avslutning
Det finns en del litteratur, som på ett fint sätt fångar upp reaktioner, tankar och frågor i samband med sorg och död för olika åldrar.
- Det kan ha stor betydelse för klassen att
 - den avlidnes bänk blir stående tom en tid
 - foto av eleven finns i klassrummet
 - sända blommor eller göra besök vid graven vid speciella tillfällen, eller tända ljus på graven eller i klassrummet.Ovannämnda förslag bör diskuteras i klassen.
- Ev resursperson utan och innanför skolan kan vara viktig i efterarbetet.
- Föräldrarna erbjuds att komma till skolan för att se elevernas arbetsplats
 - Återsändande av böcker/saker
 - Blommor till de anhöriga eller ett besök från skolan vid skolårets avslutning

Flik 8 (4)

HANDLINGSPLAN

Dödsfall personal

1. Omedelbart efter dödsfallet

- Rektor sammankallar krisgruppen
- Krisgruppen samlas på rektorsexpeditionen
 - Faktainformation till alla i gruppen
 - Gruppen fördelar uppgifterna mellan sig
 - Ev resurspersoner kontaktas
- Rektor informerar krisgruppen och ger instruktioner om hur de skall förhålla sig vid förfrågningar. **Rektor är den ende som ger extern information.**
- Rektor ombesörjer att all övrig personal informeras. Det är viktigt att nå samtliga, ev gemensam information i lämplig lokal.
- Berörda klasser informeras.
 - Om det är klassföreståndaren som är död, bör en lärare som de känner informera klassen och ”behålla” dem över dagen
 - Prata öppet om det som har skett
 - Låt eleverna prata om vad de känner och tänker
- Ev flagghissning när informationen nått till alla

2 De följande dagarna

- Minnesstund i aulan för alla som vill
 - Rektor ansvarar för arrangemanget
- Vid ett personalmöte diskuteras praktiska saker i samband med dödsfallet, bl a kontakten med anhöriga

3 Begravningsdagen

- Flagghissning

- Alla elever och anställda bör få delta i begravningen
- Organisering av transport

Flik 8 (5)

4 Efterarbete

- Viktigt med stöd och hjälp i kollegiet
 - Krisgruppen är central i detta arbete
- Var uppmärksam på olika sorgereaktioner.
 - Någon kommer snabbt igång med sorgearbetet efter ett dödsfall. Någon får märkbar reaktion efter en tid.
 - Skuld känslor är ett typiskt tecken i sorgereaktionen.
Här är handledning mycket viktig både för elever och personal.

Sorgens fyra faser:

1. Chockfasen:	Varar från ett ögonblick till någon dag
2. Reaktionsfasen:	Kan vara i flera veckor
3. Bearbetningsfasen:	Kan vara i över ett år
4. Nyorienteringsfasen:	Framtiden

- Om det är en lärare som har avlidit, är det naturligt med samtal i klassen där man sätter namn på tankar och frågor till det som har skett.
 - Modellen för ett sådant klassmöte kan vara följande:
 - a) Introduktion
 - b) Fakta
 - c) Tankar
 - d) Reaktion
 - e) Information
 - f) Avslutning

Det finns en del litteratur för de olika åldrarna, som på ett fint sätt fångar upp reaktioner, tankar och frågor i samband med sorg och död.

- Ev resurspersoner utan och innanför skolan kan vara viktiga i detta efterarbete.

Flik 8 (6)

HANDLINGSPLAN

En elev mister en av sina närmaste

1 Tiden efter dödsfallet

- När en elev mister en nära anhörig, bör klassföreståndaren informera elevens övriga lärare och klassen om detta.
Klassföreståndaren kan kontakta elevvården för handledning.
- Prata med eleven eller med målsman om han/hon vill att hennes/hans situation diskuteras i klassen.
 - komma överens med eleven om han/hon skall vara närvarande i klassen när händelsen tas upp.
- Klassföreståndaren bör i samråd med klassen sörja för ev kondoleanser från klassen i form av besök, blommor, brev eller liknande.
 - De elever som önskar bör få delta i begravningen.

2 Efterarbete

- Klassföreståndaren följer upp eleven.
- Var uppmärksam på olika sorgereaktioner.
 - Någon kommer snabbt igång med sorgearbetet efter dödsfallet. Någon får märkbar reaktion efter en tid.
 - Skuldkänslor är ett typiskt tecken på sorgereaktion.
Här är handledning mycket viktig.

Sorgens fyra faser:

- | | |
|-----------------------|--|
| 1. Chockfasen: | Varar från ett ögonblick till några dagar. |
| 2. Reaktionsfasen: | Kan vara i flera veckor |
| 3. Bearbetningsfasen: | Kan vara över ett år |
| 4. Nyordningsfasen: | Framtiden |

- Undersökningar har visat att elever i sorg vill ha en vuxenkontakt som bara är deras. Elever som inte får hjälp eller stöd, kan lätt komma in i en ny kris. Med tanke på detta bör klassföreståndaren i samråd med eleven/föräldrarna prata om elevens fortsatta behov av en fast vuxenkontakt i eller utanför skolan som kan iaktta eleven en tid framöver.

Flik 8 (7)

MINNESSTUND

Ofta finns behov av den stillhet och inre samling som en minnesstund ger. Den är ett bra sätt att manifesteras och uttrycka sorgen.

Exempel på utformning:

- Minnesord av rektor.
- Liten andakt som förrättas av en präst.
- Sång eller musikstycken.
- En tyst minut.
- Någon läser en passande dikt.

Efter minnesstunden låter man eleverna samlas i mindre grupper under ledning av lärare. Eleverna måste få möjlighet att visa sina känslor exempelvis gråta, visa rädsla och ha skuld-känslor. Sorgearbetet är en process som måste få ta sin tid.

Efter den gemensamma samlingen hissas flaggan till halv stång (förutsatt att inte de anhöriga är av annan åsikt).

Samtal med anhöriga ger besked om hur dessa ställer sig till skolans medverkan vid jordfästningen. Eleverna bör informeras om vad som kommer att ske under denna.

Flik 9

EPIDEMI

Flik 10

HOT, VÅLD OCH MISSHANDEL

- Tala personen tillrätta
- Tag hjälp av kollegor
- Larma
- Undvik konfrontation

■ **RETIRERA**

- * 1. Medicinsk första hjälp
- 2. Ambulans och ev polis tillkallas
- 3. Krisgruppen samlas:
förbereder ev gemensam samling
och behov av övrig information
(anhöriga)

Informera rektor omgående:

- emotionell första hjälp
- assistans utifrån
- polisanmälan

Flik 11

KIDNAPPNING

- Polisanmälan
- Krisgruppen samlas:
förbereder ev gemensam samling och behov av övrig information (anhöriga)
- emotionell första hjälpen (behov av assistans utifrån)

Flik 11b

FÖRSVINNANDE

Flik 12—13

OLYCKOR OCH KATASTROFER I STÖRRE OMFATTNING

1. Räddningstjänsten larmas (om möjligt av någon i krisgruppen som vet vad som har hänt, antal skadade samt typ av skador).
Räddningsledaren avgör vidare åtgärder.
2. Medicinsk ”Första Hjälp” ges.
3. Rektor informeras snarast av vittnen. Vidare planering sker i samråd med polis och räddningsledare
4. Personalen tar hand om oskadade barn/elever. **OBS! Se till att ingen avviker eller lämnas ensam (risk för psykisk chock).**
5. Rektor samlar krisgruppen, ledningsgruppen ev stödpersoner för vidare planering.
Kriscentrum upprättas.
Rektor fördelar ansvar och ordnar med vidare information till all personal, BUoK-kansliet och kommunens växel. Informationen ska vara fortlöpande. Var observant på den egna personalens reaktioner. Påfrestningarna kan bli stora.
6. Det är viktigt att personalen **inte** uttalar sig angående några inblandade i olyckan.
Anhöriga till barn/elever och personal samt andra, hänvisas **till Rektor** om inte några andra direktiv givits.
7. Alla telefonsamtal kopplas till expeditionen som måste vara informerad om vad som ska sägas. Eftersom många oroliga personer ringer måste det finnas tillgång till flera anknnytningar. Även kommunens växel måste få information.
Exp.personalen upprättar telefonlista som registrerar namn och ärende på de som har ringt.
OBS! Endast polisen får meddela något ang. Vem eller vilka som på olik sätt drabbats.
8. En person från krisgruppen bör så fort som möjligt ta reda på namn på de skadade, skadans art och ev. dödade personer. **Obs! Polisen informerar alltid anhöriga. Det gäller all information . Ingen annan gör detta.**
9. Skolsköterskan håller kontakt med sjukhuset.
10. Alla barn/elever måste hämtas från skolan av en vuxen.
Krisledningen ansvarar för att någon tar emot oroliga föräldrar och anhöriga som kommer till skolan samt hjälper dem att träffa sitt barn. Informera om POSOM och vilken hjälp som kan fås där.

10. Krisledningen samlas efter det akuta skedet för vidare planering.

OBS! Rädda barn elever oavsett ålder får inte skickas hem utan kontakt med ansvarig vuxen.

OBS! Rektor är alltid mediaansvarig.

Flik 14

HANDLINGSPLAN

Olyckor i skolan

1 Olycksplatsen

Den som kommer först till platsen, ordnar så att

- förstahjälp blir igångsatt
- ambulans tillkallas
- rektor informeras
- de övriga eleverna håller sig ifrån olycksplatsen

Rektor ser till att

- föräldrarna får information
- vid arbetsolyckor kontaktas skyddsombud

Rektor tillkallar polis

- vid trafikolyckor
- vid allvarlig personskada
- vid olyckor där straffrättsligt ansvar kan göras gällande
- i tvivelaktiga fall: ring alltid polisen

Närvarande personal ansvarar för att registrera närvaron och ta speciellt hand om den /de som har varit vittnen till olyckan.

2 Information

- Rektor informerar de anställda och eleverna
- Rektor informerar krisgruppen och ger instruktioner om hur de skall förhålla sig vid förfrågningar. Rektor är den enda som ger extern information.
- Rektor informerar övriga skolor och förvaltningschefen.

Eleverna som varit vittnen till olyckor bör samlas. Gå till angivet klassrum. Låt eleverna prata om händelsen.

Elever som har hört, men inte sett, vad som skett, kan samlas i lämplig lokal för att få korrekt information. Meningen med det är att stoppa rykten, anklagelser och fantasier.

Eleverna i chocktillstånd eller som har extra behov av stöd och uppmärksamhet, måste få särskild hjälp och bli extra omhändertagna.

Om den skadade eleven måste stanna länge på sjukhus efter olyckan, bör klassföreståndaren hålla kontakt med hemmet och sjukhuset.

Om eleven kommer tillbaka med bestående skador efter olyckan, följs det upp av klassföreståndaren som anmäler till elevvården för att anpassa skolsituationen.

Flik 14

HANDLINGSPLAN VID OLYCKSHÄNDELSE

- På arbetsplatsen:**
1. Medicinsk första hjälp
 2. Ambulans och polis tillkallas av någon i krisgruppen
 3. Ring föräldrarna/vårdnadshavarna
 4. Arbetet fortsätter (samtal om händelsen)
 5. Krisgruppen samlas:
 - förbereder ev. gemensam samling och behov av övrig information (anhöriga)
 - emotionell första hjälp (behov av assistans utifrån)

Skolskjuts

1. Förskolan/skolan tar emot inkommande samtal
2. Informationen till drabbade anhöriga
Personalen informeras om det inträffade och mottagandet av barnen förbereds.
3. Alla barn/elever samlas i/hämtas till skolan och tas emot för information och planering av det fortsatta arbetet under dagen.
4. Krisgruppen samlas för bearbetning av:
 - övrig information (övriga, föräldrar/vårdnadshavare, press)
 - emotionell första hjälp
 - assistans utifrån
5. Löpande information ges under dagen.

FLIK 15

SEXUELLA ÖVERGREPP

- Ev. konsultation med PRC
- Anmälan till Soc.

OBS! Vår skyldighet redan vid misstanke!

FLIK 16

HANDLINGSPROGRAM FÖR ATT HJÄLPA NÄRSTÅENDE VARS ANHÖRIGA OMKOMMIT I SUICID ELLER ANNAN SVÅR OLYCKA

FÖRORD

Sorg och kris är något som drabbar oss alla. Likväl har död och sorg blivit något som vi inte pratar om. Från att tidigare ha funnits i människors vardag har döden och sorgen allt mer förflyttats till sjukhus och annan offentlig sektor. Vårt samhälle står i stadig förvandling och tidigare ritualer faller bort, och då är det viktigt att bygga upp nya sådana.

Ingen situation är den andra lik och det är vanskligt att sätta upp exakta rutiner varför denna plan bara är en vägvisare. Vi har olika kompetens inom detta område, men att var medmänniska och icke likgiltiga betyder mest. Då detta arbete är tungt behöver vi samarbeta och avlasta oss oberoende av profession.

Vi vet att förstenad sorg kan leda till mental ohälsa men att ett bra sorgearbete kan leda till utveckling flera generationer framåt.

Tidigare har sorgearbete varit allas angelägenhet men har nu alltmer kommit att läggas på professionella. Det är viktigt att vi åter försöker göra detta till allas egendom.

Bland det värsta som kan drabba en människa är när ett barn väljer att inte vilja leva längre, och vi är alla någons barn. Därför kan detta skapa en oerhörd skam och ångest som isolerar de drabbade. Det gäller då för oss alla att våga bryta denna isolering och samtala om vad som hänt.

SUICID I HEMMET DAGTID OCH JOURTID.

- Polis, ambulans eller anhöriga kallar distriktläkare till den dödes hem. Om inte distriktläkare kan komma inom några minuter så åker distriktssköterska ut direkt. Om inte ordinarie distriktläkare finns tillhands, överförs de anhöriga snarast till den ordinarie läkaren.
- Ordinarie distriktläkare, helst husläkare och distriktssköterska som arbetar tillsammans åker hem till de anhöriga.
- Berätta för den anhörige att enligt svensk lag ska distriktläkare göra en medicinsk undersökning av den avlidne. Detta enligt normal praxis.

- Distriktsläkare skriver dödsbevis och ser till att den döde identifieras. Om identifieringen inte kan göras genast, är det polisens uppgift att göra detta samt spåra anhöriga.
- Be polisen berätta om sin uppgift, om den rättsmedicinska utredningen och att det är en normal process. Be polisen använda privata bilar.
- Det är läkarens uppgift att se till att de anhöriga blir informerade med det är bäst om de anhöriga själva förmedlar dödsbudet till varandra. **Det kan ge sorgen fritt utlopp och sorgearbetet kan börja.**
- Gå igenom med de anhöriga, utförligt och detaljerat vad som hänt.
- Alla anhöriga ska få uttrycka sina känslor/tankar; vrede, ångest, skuld, lättnad, tomhet, våldsamt –stilla gråt osv. **Glöm ej barnen – måste också få uttrycka sig.**
- **När ord inte finns – Håll hand – om –Var nära.**
- Se till att det finns någon hos den anhörige under natten; släkt, vänner, grannar, arbetskamrat.
- Om det ej finns någon anhörig; Wassarahem (för äldre), Socialjouren, Kyrkan.
- Undvik att ge sömnmedel till första natten, då sorgearbetet kan försvåras. Om någon ej sovit på 2-3 nätter ge 3 st sömntabletter.
- Ge inga Benzodiazepiner, ej heller över begravningen – det tar bort minnena.
- Kom överens med de anhöriga när begravningsentreprenören ska kallas för att föra den döde till bårhuset.
- Vem ska tala med arbetet, skolan/dagis, vänner och bekanta. Om den omkomne är skolbarn tas kontakt med skolans rektor som sedan ordnar krisbearbetning med klasskamrater.
- Gör upp om ett nytt möte med familjen och ev. vänner och eller med annan professionell, se lista.
- Följ upp familjen efter 6, 12 och 24 månader.
- Kontakta omedelbart Socialjouren som i sin tur kallar till ett möte med t ex polis, Psykiatrin, BUP, Ungdomsmottagningen och ev. Posom för att inventera vilka människor som finns omkring den döde som behöver stöd och tröst, d v s krisarbete. Denna grupp bestämmer omfattningen och vilka som kan kallas in och kan påbörja krisarbetet runt den döde. Detta kan förhindra ytterligare självmord och underlättar sorgearbetet.
- Kompisar och vänner till en ungdom som avlidit bör/ska samlas via Ungdomsmottagningen för gemensam genomgång av det inträffade helst inom 2 dygn. Om den avlidne har vårdats på IVA, akuten eller annan vårdenhet är det bra om någon därifrån är med.
- Tänk på att hjälparna också behöver avlasta sig, ta därför kontakt m delar av POSOM eller psykiatrin för debriefing.

Några meningar att använda av den som tar hand om den anhörige:

”Vid sådana här katastrofer behöver man mycket stöd och hjälp av sin omgivning. Våra rutiner är att distriktsläkare och annan professionell t ex distriktssköterska kommer till er 2 ggr. Om barn finns med är personal från PRC eller BUP med. Därefter kan ni själva välja om ni vill ha vårt stöd i fortsättningen. Vi vet att när man är i djup sorg orkar man inte själv söka hjälp utan hjälpen måste komma till den som sörjer.”



PÅ AKUTMOTTAGNINGEN JOURTID

- Anhöriga tas omhand av sjuksköterska som befrias från andra arbetsuppgifter.
- Läkare på akuten konstaterar döden och skriver dödsbevis.

- Läkare och akutsköterska samtalar tillsammans med anhöriga och går igenom vad som hänt.
- Det är läkarens uppgift att se till att de anhöriga blir informerade med det är bäst om de anhöriga själva förmedlar dödsbudet till varandra. **Det ger sorgen fritt utlopp och sorgearbetet börjar med en gång.**
- Alla anhöriga ska få uttrycka sina känslor/tankar; vrede, ångest, skuld, lättnad, tomhet, våldsam –stilla gråt osv. **Glöm ej barnen –måste också få uttrycka sig.**
- **När ord inte finns – Håll hand –Håll om –Var nära.**
- Se till att det finns någon hos den anhörige under natten; släkt, vänner, grannar, arbetskamrat.
- Om det ej finns någon anhörig; Wassarahem (för äldre), Hjälp via Socialjouren, Kyrkan.
- Ge inga sömmedel första natten, sorgearbetet underlättas. Om någon ej sovit på 2-3 nätter ge **3 st** sömntabletter.
- Ge inga Benzodiazepiner, ej heller över begravningen – det tar bort minnena.
- Akutens sjuksköterska som tagit hand om de anhöriga berättar att hon tar kontakt med ordinarie distriktsläkare eller den läkare som familjen vill ha som nästa dag kommer att göra hembesök tillsammans med distriktsköterska eller annan professionell.
- Akutsjuksköterska kontaktar primärvården nästa vardag för ovanstående och berättar vilka läkare som skrivit dödsbeviset, var han/hon finns, vidare vilka andra professionella som påbörjat sorgearbetet med de anhöriga; diakon, diakonissa etc.

Vårdcentralen Forsen –Telefonsköterska

Vårdcentralen Malmberget – Telefonsköterska

Tänk på att hjälparna också behöver avlasta sig, ta därför kontakt med delar av POSOM eller psykiatrin för debriefing.

- Kompisar och vänner till en ungdom som avlidit bör/ska samlas via Ungdomsmottagningen för gemensam genomgång av det inträffade helst inom 2 dygn. Om den avlidne har vårdats på IVA, akuten eller annan vårdenheter är det bra om någon därifrån är med.
- För stöd av anhöriga och berörda kan POSOM-gruppen kallas. POSOM-gruppen är en organisation för psykiskt omhändertagande av anhöriga vid större katastrofer men kan även inkallas vid ”små katastrofer”. Räddningschef är sammankallande.
- Vid behov kan den sjuksköterska som varit med från början ordna med en ny träff på akuten, om man senare önskar träffa henne som fortsatt led i sorgearbetet.

Kom ihåg!

Varje trauma är unikt och unikt för varje familj. Följ därför familjen taktfullt och kärleksfullt.

Ofta får familjen mycket stöd före och omkring begravningen men mindre efteråt. Det tar flera år innan sorgen läker, kanske aldrig.

Det värsta som kan hända är att ingen bryr sig!

Var medmänniska!



ANDRA PROFESSIONELLA PÅ JOURTID

Diakon	Tel: 19144
Sjukhuspräst	Tel: 19144
Socialjouren	Tel: Kommun vx, 18000
Psykiatriska kristeamet	Tel: Psyk IVA 19388
Distriktsläkare jourtid, 17.00-8.00	Tel: 19201

ANDRA PROFESSIONELLA DAGTID

Primärvården Forsen	Tel: 10688
Primärvården Malmberget	Tel: 10466
BUP (barn- och ungdomspsykiatri)	Tel: 19447
POSOM-gruppen	Tel: 18719, 55165
SPES anhörigförening för Suicidprevention och efterlevandes stöd. Telefonjour 18.00-22.00	Tel: 08-345873
Socialtjänsten	Tel: vx 18000
Sektionsledare individ- och familjeomsorg inom socialtjänsten	Tel: 18832
Samtalsbyrån Socialtjänsten	Tel: 18934
Lasarettets kuratorer	Tel: vx 19000
Skolsköterska, skolkuratorer, rektorer	Tel: Kommun vx 18000
Ungdomsmottagningen	Tel: 10445
Kyrkan Gällivare	Tel: vx 75530
Kyrkan Malmberget	Tel: vx 24030
Lapplandshälsan	Tel: 24880
Företagshälsovården	Tel: 19366

LITTERATUR

Kris och utveckling av Johan Kullberg.

Sorg och kris av Lis Hillgar, Lis Keiser, Lise Ravn.

SAMTAL OCH DISKUSSION MED:

Anna Eriksson, avdelningsföreståndare Gällivare sjukhus akutmottagning
Tomas Öberg, för Gällivare sjukhus kuratorer

Göran Löwenborn, projektledare Hälsorådets projekt Prevention mot suicid Gällivare Kommun.

Malmbergets Vårdcentral: Flyktingsjukvårdens erfarenheter
Annika Stenman 1996-04-20 Chefläkare för vuxenpsykiatri

Reviderat 1997-04-27, 1999-04-06 och 2001-09-26 efter samtal med Primärvården Gällivare vuxenpsykiatri, POSOM och Socialtjänsten Gällivare Kommun.

*Ann-Christine Wikström,
Distriktsläkare Malmbergets Vårdcentral/Hälsorådets kansli*

KRISENS OLIKA FASER

FRAMTIDEN NYORIENTERING

NUTIDEN, KAOS

DET FÖRGÅNGNA

DET FÖRGÅNGNA

Försök fatta att den döde är borta för alltid.

Man söker efter den döde och man kan då mitt emellan sömn och vakenhet se den döde, det är normalt.

Hat mot den döde och andra människor, ofta tabubelagt.

Skuld mot den döde, alla dessa försummelse som gör sig påminda och är synnerligen plågsamma.

Ofta känns en diffus skuld.

NUTIDEN, KAOS

Katastrofen måste meddelas, viktigast att den anhörige själv formulerar orden.

Sanningen måste sägas taktfullt och kärleksfullt tillsammans med de efterlevande.

Verkligheten är bättre än fantasin, det gäller även barn.

Nutiden är kaos och framtiden existerar ej, man blir en ny människa. Varje nytt möte är en nyetablering av kontakt.

Man pendlar mellan kontaktförsök och avvisande, ofta orkar man själv ej ta kontakt.

Skuggor, dvs gamla minnen och händelser kommer upp i medvetandet och kan vara mycket svåra att känna.

Man måste få känna både sorg och glädje.

FRAMTIDEN, NYORIENTERING

Ett nytt ömtåligt spirande liv.

Omvärdering och uppgörelse av livet, smärtsamt.

Allt som man gjort tillsammans med den döde måste man nu göra ensam och det är mycket ensam och väcker både bra och obehagliga minnen.

Känslornas uttryck

Djup förtvivlan.
Intensiv ångest.
Övergivenhetskänsla.
Djup ensamhet.
Våldsamt raseri mot den döde – ”utom sig”.
Betraktar världen genom en glasruta.
Känsla av överklighet.
Mardrömmar, men även tröstande drömmar.

Sorgens kroppsliga uttryck.

Dålig aptit.
Viktminskning.
Svårt att somna på kvällarna.
Magbesvär.
Hjärtklappning.
Huvudvärk.
Ont i musklerna.
Diffusa smärtor.
Torr i munnen.
Klump i magen.
Klump i halsen.
Svårt att få luft, tvungen ta djupa suckar.
Sting av smärta – bröstkorgen drar ihop sig.
Överväldigad trötthet.
Fysiska obehag som kommer i vågor om 20 min- 1 timme när någon talar om den döde, man tänker på den döde eller någon visar omsorg och empati – vilket leder till att många försöker hålla tillbaka känslor och tankar.
- Kan man dö av sorg? –

Den uppskjutna sorgen.

Magsår.
Hjärtsjukdomar.
Astma.
Huvudvärk.
Värk i nacke och rygg.
Oro och ångest.
Depression.
Alkohol- och tablettmissbruk.
Undviker sociala kontakter.
Vrede och fientlighet – risk för permanent isolering.
Bristande initiativförmåga och handlingskraft.
Rastlöshet som övergår i hyperaktivitet.

*Bortse ej från de små sorgerna.
Viktigt med avskedsprocesser.*

Sorgearbete, några praktiska råd.

- ❑ Bra att bara finnas i närheten.
- ❑ Kroppslig kontakt bra.
- ❑ Genom att alla detaljerat får berätta hur det hela gick till gång på gång får sorgprocessen komma igång.
- ❑ Att få ta farväl av den döde och se den döde, gäller både barn och vuxna.
- ❑ Professionella bör varsamt uppmana de sörjande att se sina döda –detta är för många ofta en lättnad och fylld med frid.
- ❑ Våga stanna i olyckan tillsammans.
- ❑ Dagliga livet måste dock levas, matlagning, barn ska till skolan och dagis.
- ❑ ”Minns du” –berättelser kan lindra.
- ❑ När en person i sorg uttrycker friska symtom är det viktigt att tolka detta också som att signaler att hon behöver få tala om sina känslor.

FLIK 17

TEKNISKA OLYCKOR; SKADOR VATTEN – AVLOPP, EL-AVBROTT

- Om lokalerna måste utrymmas
- Använd samma lokaler som vid BRAND

FLIK 18

CHECKLISTA

KRIS OCH KATASTROF

1.Larmkedja

Rektor eller ställföreträdare sammankallar krisgrupp

|

Meddelar samlingsplats

|

Kartläggning, insatser bestäms och dimensioneras

|

Fördelning av arbetsuppgifter

| | | | | |

Lokalansvar, Sambandscentral, Reception, Stödpersoner, Kontakt till klass,
info.ansvarig

2.Efterarbete

- ◆ Debriefing
- ◆ Utvärdering

3. Revidering av personal-klass och barnomsorgslistor skall ske vid varje läsårsstart.

Genomgång av handlingsplan med all personal vid terminsstart

Informera ny personal om pärmen

Rektor skickar reviderade krisgruppslistor till
POSOM, Margaretha Edwardsson, samtalsbyrån

Kansliet

Växeln

Räddningstjänsten

PRC

Information och förtydliganden till CHECKLISTAN

- **Kris eller katastrof?**

Kris: Rektor eller ställföreträdare kontaktar krisgruppen eller delar av den och meddelar samlingsplats på skolan ev. på annan plats.

Rektor, krisgrupp och närmast berörd personal gör en bedömning och fördelar ansvarsuppgifter.

Ersättare för rektor skall finnas på angiven på varje enhet.

Rektor eller den rektor utser ansvarar för informationen.

Rektor kan kontakta ledningsgruppen för att få stöd och rådgivning.

Katastrof: Större olycka så normal verksamhet ej går att bedriva.

Rektor eller ställföreträdare kontaktar krisgruppen och meddelar samlingsplats. Gruppen gör en bedömning av den uppkomna situationen och avgör insatsens storlek.

Gruppen fördelar ansvarsuppgifter:

- Meddelande om kansli och infocentral till Räddningstjänsten, kommunens växel och BoUK-kansliet.
- Informationsansvarig: Internt och externt
- Utringning av personal

Ersättare för rektor skall finnas angiven på varje enhet. Rektor eller dennes ersättare är ansvarig för krisgruppen och kontaktperson till Räddningstjänsten.

Typ av händelse: Handlingsschema se flik

Kris- och katastrofpärm: Fullständig pärm finns på expeditionen, i personalrummet och hemma hos krisgruppens medlemmar.

Flik 18b

OLYCKOR OCH KATASTROFER AV STÖRRE OMFATTNING

1. Rektor, som har det övergripande ansvaret, sammankallar krisgruppen.
2. Läkare, polis och präst tillkallas.
3. Polis och räddningspersonal informerar föräldrarna.
4. Krisgruppen måste informeras om vem som kontaktas vid samtal med anhöriga.
5. Extra telefonlinjer inrättas vid behov.
6. Personal utses att besvara förfrågningar i telefon. **Samtalen skall registreras.**
7. Personalen förbereder mottagandet av övriga elever.
8. Var observanta på den egna personalens reaktioner. Påfrestningarna kan bli stora.
9. Tag hjälp utifrån.
10. Förbered ett rum att ta emot föräldrar som kommer till skolan i.
11. Rektor ansvarar för kontakten med massmedia.
12. Rektor håller presskonferenser vid behov.
13. Rektor håller personalen kontinuerligt informerad om situationen.

Flik 18 c

OLIKA FASER VID KRISER

CHOCKFASEN (närmaste dygnet)

Exempel på vanliga reaktioner:

- Overklighetskänsla –som på film.
- Emotionell okänslighet –som bedövd.
- Handlar som en robot.
- Förtvivlan –skrik, gråt.
- Dålig tidsuppfattning.
- Apati –förlamning, vill inget.

KROPPSLIGA SYMTOM

- Hjärtklappning
- Hög puls
- Svetteningar
- Illamående
- Yrsel
- Magont

Den drabbade bör ej lämnas ensam. Han/hon behöver omvårdnad och eventuellt kroppskontakt. Information och råd brukar inte fungera, eftersom mottaglighet för detta inte finns.

OBS! En människa kan vara chockad utan att det märks utåt.

REAKTIONSFASEN

Den drabbade tvingas inse det inträffade (några månader).

VANLIGA REAKTIONER

- Börjar ta in verkligheten.
- Ältar problemet om och om igen.
- Barnslighet –överlåter ansvar på andra.
- Förnekelse –vill inte inse det inträffade.
- Skuld känslor.
- Aggressioner.
- Isolering.
- Sömnsvårigheter.

KROPPSLIGA SYMTOM

- Nedsatt immunförsvar.
- Psykosomatiska reaktioner –värk i kroppen.

Låt det ta tid för den drabbade att ta in verkligheten. Barn kan berätta, rita och skriva ned sina tankar och drömmar. Vuxna behöver ett nätverk som orkar lyssna och ge den drabbade utlopp för sin sorg.

BEARBETNINGSFASEN (upp till ett år)

VANLIGA REAKTIONER

- Accepterar det som har hänt.
- Vill ha hjälp med att se klart på det som hänt.
- Ältar ibland fortfarande det inträffade.

Det är fortfarande värdefullt att den drabbade har någon att anförtro sig åt.

Flik 19

DEBRIEFING

Ett gruppmöte organiseras för att gå igenom de intryck och reaktioner som upplevdes vid den kritiska händelsen eller vid katastrofsituationen.

Debriefing hålls första gången **1-3 dygn efter händelsen.**

Medverkande är endast **de** som var **direkt berörda** av händelsen.

Genomförs på ett **naturligt** sätt.

Skapa **trygghet** och **samhörighet**.

”**Psykologisera**” inte.

1. **Introduktion.**

2. **Fakta –fas.**

Vad hände?

Tidsföljd.

3. **Reaktionsfas.**

Vad tänkte du?

Vilka var dina reaktioner?

4. **Symtom –fas.**

Hur är det nu?

5. **Information.**

6. **Avslutning.**

Andra former av hjälp: Självhjälp, familje-kamratstöd, kris-psykoterapi.

FLIK 20

UTVÄRDERING

- Ska alltid göras
- Slutsatser dras: Vad har fungerat bra, mindre bra?
Vad behöver vi förändra?
- Förebyggande åtgärder
- Ev. behov av att revidera handlingsplanen

FLIK 21

LITTERATURLISTA

Författare

Stig Jonsson, Annika Hagström

Per Eriksson

Solveig Cronström-Beskov

Inga Sylvander

Sis Foster

Karsten Holm

Lilian Hellgren

Atle Dyregrov

Titel

”En bro över mörka vatten”. En dokumentär om människor i små och stora katastrofer.

”När en älskad dör”. Hur reagerar de efterlevande när en älskad dör? Hur tar de emot dödsbudskapet, hur arbetar de med sorgen, vad gör vännerna?

”Sorgens många ansikten”
Denna bok handlar om olika reaktioner inför död och svåra förluster av andra slag, också om sorgprocesser som stannat upp eller gått vilse.

”Barn och separationer”
Händelser inträffar i livet som bryter sammanhållning och splittrar familjer för kortare eller längre tid –eller för alltid. Dessa separationer kan skada eller var till nytta –det beror helt på omständigheterna.

”Barn, död och sorg”. En bok som ger kunskap och tröst när barn drabbas av sorg. Om hur barn i olika åldrar reagerar. Om hur man kan hjälpa ett barn genom en svår tid tillbaka till livet.

”Julie är död”. En bok om en familjs kris och sorg då deras lilla dotter blir påkörd och dödad.

”Döden tillhör livet”. En artikelserie.

”Beredskapsplan för skolan”

Mariann Andersson
Kristina Ingemarsson

”Kris och katastrof”
En handbok för skolan.

Johan Cullberg

”Kris och utveckling”