

Handleplan for sorg og krise i Markuskolens Børnehave

At være i sorg og at være i krise kan være forårsaget af mange ting:

- Alvorlig fysisk og psykisk sygdom
- Dødsfald
- Skilsmisse
- Omsorgssvigt
- Overgreb
- Mistrivsel i familien

Alle disse områder kræver forskellige tiltag og samtidig må man huske på at børn er forskellige, dvs. at to børn der har oplevet det samme, ikke nødvendigvis reagerer på samme måde og de skal derfor heller ikke behandles ens.

Små børn oplever kriser og hændelser lige så intenst som voksne, også selvom de ikke umiddelbart giver udtryk for det. Små børn kan mangle sprog til at beskrive hvad de oplever, og både små og store børn kan beskytte sig ved at benægte hvad der er sket.

Det er ikke sikkert vi som personale i børnehaven får at vide, hvis der er vanskeligheder eller problemer i hjemmet. Måske opdager vi først, at der er noget galt, når barnet begynder at opføre sig anderledes end normalt. Børn der oplever kriser i deres liv, reagerer på forskellig vis. Vi mener det er vigtigt, at vi har en viden om, hvilke reaktioner man ofte møder fra disse børn, så vi ser de signaler vi skal være opmærksomme på. Nogle børn reagerer først meget sent på en krise. Dette kan skyldes at barnet beskytter sig selv ved at fornægte hvad der er sket. Først senere bliver de i stand til gradvis at lukke oplevelsen ind og tale om den. Dette kan resultere i at barnet i kortere eller længere tid efter oplevelsen kan reagere med blandt andet angst, vrede, søvnløshed, mareridt, mave – og hovedpine.

At tale om oplevelsen betyder som regel, at man igen og igen snakker om hvad der skete, og hvordan barnet oplevede det. Nogle børn taler ikke, men viser fx i leg og tegning, hvad de er optaget af. Barnet har brug for, at nogen lytter, er deltagende og forstår, hvad det har oplevet.

Mulige reaktioner hos barnet i krise:

Angst

Hurtig følelsesmæssige skift

Irritabilitet og voldsomme vredesudbrud

Mismod og indelukthed

Søvnforstyrrelser

Rastløshed og koncentrationsproblemer

Fysiske klager som hoved – og mavepine

Regressiv adfærd, barnet går tilbage i udvikling / opfører sig som et yngre barn

Støtte til børn i krise:

Indirekte støttes børn i krise ved, at der drages omsorg for forældrene og familien. Forældrene skal orienteres om børns reaktioner og behov for hjælp, og de skal have personlig støtte, så de har flest mulige ressourcer til børnene.

Det hjælper børn at være i kendte omgivelser og i kendte daglige rutiner som måltider, sengetider mm.

Hvornår har barnet brug for yderligere hjælp?

Det er normalt at reagere med krise på voldsomme hændelser, men det skal fortage sig over tid. Det anbefales at søge professionel hjælp i følgende tilfælde :

Hvis barnet i flere dage virker forstenet og uinteressert og man ikke kan komme til at tale med det eller få følelsesmæssig kontakt.

Hvis barnet i mere end få timer virker ”ude af sig selv”, ikke har styr på, hvor det er, og hvad det gør, ikke kan trøstes eller bringes til fornuft.

Hvis barnet over længere tid har vedvarende høj puls og ikke sover.

Hvis man har mistanke om, at barnets reaktion kan være skadelig for barnet.

Hvis et barn har brug for yderligere hjælp kan vi kontakte PPR for psykologisk krisehjælp 76168850.

Plan for alvorlig sygdom

Afdelingsleder / leder orienteres.

Plan ved alvorlig sygdom i familien

Vær opmærksom på de beskrevne signaler

Tal med barnet om sygdomsforløbet

Tal med familien om hvor stor åbenhed de ønsker der skal være omkring det i børnehaven. Kan man fx snakke om det til samling?

En ansat spørger jævnligt til hvordan det går med den syge.

Plan ved alvorlig sygdom ved et barn i børnehaven

Tal med børnene om barnet, ud fra den åbenhed forældrene ønsker der skal være omkring sygdommen.

Send fx tegninger fra de andre børn til den syge.

Besøg barnet hvis familien ønsker det, evt. sammen med nogle børn fra børnehaven.

En ansat kontakter jævnligt familien og spørger til hvordan det går.

Plan ved alvorlig sygdom ved en personale i børnehaven

Tal med børnene om personen, ud fra den åbenhed som den syge personale ønsker.

Lav evt. et opslag til døren.

Børnene kan lave tegninger til den syge.

Man kan evt. besøge den syge med nogle børn.

En personale fra børnehaven besøger den syge.

Afdelingslederen holder sig løbende orienteret omkring sygeforløbet.

Plan ved dødsfald

Afdelingsleder / leder orienteres.

Dødsfald i den nærmeste familie

Tal med familien om hvor stor åbenhed, de ønsker der skal være omkring det i børnehaven. Kan man fx snakke om det til samling?

Lyt til børnene og besvar spørgsmål.

Tal om død og begravelse.

Giv en buket fra børnehaven til familien.

En ansat fra børnehaven deltager i begravelsen, hvis familien ønsker det.

Brug af sorgkuffert.

Et barn i børnehaven dør

Tal med familien om hvor stor åbenhed, de ønsker der skal være omkring det i børnehaven. Må vi hænge et opslag op på døren?

Lyt til børnene og besvar spørgsmål.

Tal om død og begravelse.

En ansat fra børnehaven besøger familien hvis de ønsker det.

Giv en buket fra børnehaven til familien.

En ansat fra børnehaven deltager i begravelsen.

Børnehaven giver en krans til begravelsen.

Flaget sættes på halv når vi får beskeden – vi holder en mindestund på stuen. Får vi beskeden om eftermiddagen, ventes til dagen efter.

Brug af sorgkuffert.

En personale i børnehaven dør

Tal med familien om hvor stor åbenhed, de ønsker der skal være omkring det i børnehaven. Må vi fx hænge et opslag op på døren.

Lyt til børnene og besvar spørgsmål.

Tal om død og begravelse med børnene.

En ansat besøger familien hvis de ønsker det.

Giv en buket til familien.

De ansatte der har mulighed for det, deltager i begravelsen.

Giv en krans fra børnehaven til begravelsen.

Flaget sættes på halv når vi får beskeden – vi holder mindestund på stuen. Får vi beskeden om eftermiddagen, ventes til dagen efter.

Brug af sorgkuffert.

Efterbehandling

Vi må også kende til en form for efterbehandling – en slags sjælesorg. En naturlig omsorg for de berørte, med særlig opmærksomhed på:

At der kan opstå problemer lang tid efter hændelsen.

At holde kontakten med familien, og samtidig være opmærksom på om de har brug for fortsat at tale om sorgen eller de ikke ønsker at snakke om det.

At barnet kan have brug for ekstra støtte og professionel hjælp også lang tid efter hændelsen.

At være ekstra nærværende for barnet.

Lad barnet fortælle og stille spørgsmål.

Spørg selv til hvordan det går.

Snak om gode minder.

Hjælp evt. barnet til at få et billede af den savnede

Tag fx en gruppe børn med på besøg til gravstedet.

HUSK

Intet der har med følelser at gøre kan indrettes i en plan med punkter.

Pas på med ikke at tale for meget om sorg og død – det skal være ud fra barnets behov.

I en kristen børnehave må vi trøste med evighedsperspektivet.

Krisen og dens faser

En krise opdeles i fire faser:

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

1. Chokfasen

Indebærer ændringer i:

- Kropsfunktioner, psykosomatiske reaktioner. Forhøjet puls, forøget vejrtrækning, ufrivillig vandladning eller afføring.
- Virkelighedsopfattelsen. Hændelsen opfattes som uvirkelig, ”dette angår ikke mig”, magisk tænkning.
- Evnen til at registrere følelser. Oplevelsen af tomhed.
- Evnen til at tænke. Tankegangen kan blive infantil, barnet falder tilbage til et tidlig stadium, bliver pylret, klæbende mm.
- Tidsopfattelsen. Tiden kan opfattes forskelligt fra den faktiske tid.

I chokfasen støtter man bedst barnet ved:

- Ikke at lade det være for meget alene
- At lytte og tillade gentagelser
- At give fysisk kontakt
- At tale kort og præcist

2. Reaktionsfasen

- Følelser slippes fri. Sorg, vrede, skyld, skam, aggressioner
- Kroppen reagerer. Søvnforstyrrelser – for lidt søvn/ for meget søvn, spiseforstyrrelser, fordøjelsesproblemer, hovedpine.
- Psykiske reaktioner. Uro/rastløshed, nedsat hukommelse og koncentration, svingende humør.

I reaktionsfasen støtter man bedst barnet ved:

- At tilbyde sig til samvær/snak
- At acceptere stærke følelser
- Ikke at forsøge at skabe mening i det, der er sket
- Ikke at give falske forhåbninger

3. Bearbejdningsfasen

- Begynder at se fremad
- Er åben overfor nye og ukendte muligheder
- Har genvundet sin tidligere intellektuelle kapacitet. Hukommelse, koncentration, tænkeevne.
- Kan fortsat have humør svingninger
- Kan være meget angst

I bearbejdningsfasen støtte man bedst barnet ved:

- At tilbyde sig til samvær/snak
- At acceptere humørsvingninger
- At støtte konstruktive initiativer

4. Ny - orienteringsfasen

Barnet er ikke længere i krise og kan tænke på og tale om sorgen uden at komme i følelsesmæssig affekt. Ved et barns sorg bør man dog altid have for øje, at barnet ved hvert nyt udviklingstrin oplever og forstår sorgen på en ny måde.

HUSK:

Børns evne til at bearbejde og forstå, hvad, deres tab kommer til at betyde for dem, afhænger blandt andet af deres alder og modenhed.

Børns sorg er på ingen måde noget forbigående, men derimod et livsvilkår, som vil følge dem resten af livet. Børn erkender løbende, hvilke muligheder de ikke har og ikke får. De vil gang på gang blive konfronteret med de 'tabte' muligheder i deres omgivelser, fx efter tab af en forælder når de ser andre børn og unge i samspil med forældre.

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 barnet senere bliver konfirmeret, bliver student eller selv får børn. I hver af disse situationer bliver barnet konfronteret med, hvilken betydning relationen kunne have

haft og må derfor forholde sig til dette.

Også i hverdagen vil børn jævnligt blive konfronteret med deres tab og deres savn. Fx når de ser, at deres venner bliver hentet af deres mødre i børnehaven, eller når vennernes fædre står på fodboldbanen og hepper. Når man er med vennerne hjemme og spiser sammen med en hel familie. Det kan godt gøre lidt ondt, og så kan man stadig blive ked af det, fordi mor eller far ikke længere er der – også selvom det er tre år siden, han eller hun døde.

Børns sorg tager tid. Derfor er det så vigtigt, at alle voksne omkring barnet forstår, hvor vigtigt det er at være opmærksom på barnet, så det får tid til at sørge, bearbejde og forstå tabet, hver gang der opstår nye situationer, hvor fx den afdødes tilstedeværelse ville have haft betydning for barnet.

Også selv om man kan være tilbøjelig til at mene, at når nu er der gået tre år, og så må barnet da være kommet sig over det. Man kan nemlig ikke sætte tid på sorg!

I vores kultur er det en almindelig antagelse, at sorg er noget forbigående, noget der forsvinder efter et stykke tid. Men det er meget vigtigt, at vi anerkender, at børns sorg ikke er forbigående. Det er tværtimod et livsvilkår, der vil følge barnet resten af livet.

Sorg tager den tid, sorg skal tage og er et uundgåeligt livsvilkår, som vi alle vil møde på et tidspunkt i vores liv, og som vi alle skal lære at leve med.

Kilde: Sundhedsstyrelsen.dk, Bornsvilkar.dk

Bilag 1

Udkast til forældrebreve ved forældres, børns eller personales dødsfald

Kære forældre

I dag har vi i børnehaven desværre fået den sørgelige besked at X er død.

Hvornår?

Hvorfor?

Vi har snakket med børnene om det, og det vil vi også gøre i tiden fremover.

Små børn oplever kriser og hændelser ligeså intenst som voksne, også selvom de ikke umiddelbart giver udtryk for det. Små børn kan mangle sprog til at beskrive hvad de oplever, og både små og store børn kan beskytte sig ved at fornægte hvad der er sket.

Børn kan være påvirket af det i lang tid efter dødsfaldet. Nogle børn græder meget, bliver angst, er rastløse og urolige, bliver indelukkede, har hurtige følelsesmæssige skift og andre får ondt i maven og hovedpine.

Vi vil være ekstra opmærksomme på børnenes reaktioner og signaler, og det vil vi også bede jer om at være.

I er som altid velkommen til at kontakte personalet, hvis I har brug for at snakke.

Med venlig hilsen

afdelingsleder

Betina Skovsgaard