



## Áfallaáætlun

Fólk getur orðið fyrir áföllum af ýmsum orsökum t.d. vegna sjúkdóma, slysa, andláts, skilnaðar eða náttúruhamfara. Bæði börn og fullorðnir geta upplifað andlega og líkamlega vanlíðan í kjölfar atburðarins auk sjúkdóma og langvarandi sálrænna áhrifa. Það er mjög mismunandi hvernig fólk bregst við áfalli, sumir vilja fá að vera í friði með tilfinningar sínar á meðan aðrir þurfa að tjá sig á einhvern máta.

Allir starfsmenn leikskólans eiga að sýna viðkomandi nærgætni og tillitsemi og bera virðingu fyrir tilfinningum hvers og eins hvernig sem þær brjótast út.

Oft ímynda börn sér að þau eigi einhverja sök á veikindum foreldra eða systkina sinna. Þau eiga ekki alltaf auðvelt með að skilja á milli raunveruleika og ímyndunar. Þau halda stundum að verið sé að refsa þeim fyrir eitthvað sem þau hafa einhvern tíman sagt eða hugsað og fá þá mikla sektarkennd sem getur orðið mjög þungbær. Það er mjög mikilvægt að vera ávalt í góðu samstarfi við foreldra/nákomna ættingja.

Munum alltaf máltækið góða: Aðgát skal höfð í nærveru sálar.

Leikskólinn á bækur um sorg og sorgarviðbrögð sem gott er að lesa bæði fyrir starfsmenn og börn.

### Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli

Leikskólastjóri fær staðfestingu hjá foreldrum, ættingjum, lögreglu eða sjúkrastofnun á því sem gerst hefur. Þar sem leikskólinn er rekinn á tveimur stöðum þá kallar leikskólastjóri deildarstjóra á viðkomandi deild á fund þar sem fyrstu viðbrögð leikskólans eru ákveðin.

- Hver á að tilkynna það sem gerst hefur.
- Hvernig, hvar og hverjum á að tilkynna það.
- Hver er kallaður í leikskólann til að aðstoða við áfallahjálp, ef þörf krefur.

Athugið að bera verður allar ráðagerðir leikskólans undir aðstandendur til samþykkis og hafa þá með í ráðum frá upphafi.



- Í samræmi við ofangreindar ákvarðanir er starfsfólki greint frá atburðum og hver viðbrögð leikskólans eru.
- Deildarstjóri tilkynnir börnum á sinni deild um það sem gerst hefur. Best er að gera það sem fyrst því mikilvægt er að allir fái fregnina samtímis.
- Hlúð er að börnunum á sem bestan hátt og þeim gefinn kostur á að ræða atburðinn með sínum félögum undir leiðsögn kennara.

### **Andlát barns**

Ef barn sem dvelur í leikskólanum deyr fer í gang aðgerðaráætlunin um „Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli“. Eftir að henni er lokið fer eftirfarandi aðgerð í gang:

- Höfð er kyrrðarstund þar sem kveikt er ákerti og e.t.v. óskað eftir nærveru prests.
- Fulltrúar frá leikskólanum fara heim til aðstandenda með samúðarkveðjur frá leikskólanum.
- Við jarðaförina sér leikskólastjóri til þess að kveðja komi frá leikskólanum.
- Leikskólatjóri ákveður hver/hverjir skrifa minningargrein fyrir hönd leikskólans.
- Starfsfólk metur sjálft hvort það vill fara á jarðarförinni.

Mikilvægt er að börnin fái tækifæri til að vinna úr tilfinningum sínum í leik og starfi. Kennarar eiga að vera tilbúnir til að ræða atburðinn og svara spurningum barnanna og gefa þeim kost á að safna minningum í formi ljósmynda, teikninga, frásagna eða á annan hátt sem þeim hentar.

Athugið samt að venjubundnar athafnir hins daglega lífs þar sem fastir liðir breytast ekki er það besta fyrir barn í sorg.



## Slys á barni

Ef barn sem dvelur í leikskólanum slasast fer í gang aðgerðaráætlunin um „Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli“. Eftir að henni er lokið fer eftirfarandi aðgerð í gang:

- Börnin teikna kort, mynd eða hvað annað sem þeim dettur í hug og senda vini sínum.
- Þegar barn kemur aftur heim af spítalnum er hægt að hafa samband við foreldra þess um að nánustu vinir barnsins fái að heimsækja það.
- Mikilvægt er að hlúa vel að barninu þegar það kemur aftur í leikskólann

## Andlát foreldris barns

Ef foreldri barns sem dvelur í leikskólanum deyr fer í gang aðgerðaráætlunin um „Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli“. Eftir að henni er lokið fer eftirfarandi aðgerð í gang:

- Höfð er kyrrðarstund þar sem kveikt er á kerti.
- Börnin búa til samúðarkort fyrir skólasystkini sitt og senda heim til barnsins eða afhenda barninu kortið þegar það kemur aftur í leikskólann.
- Við jarðaförina sér leikskólastjóri til þess að kveðja komi frá leikskólanum.
- Mikilvægt er að hlúa vel að barninu þegar það kemur aftur í leikskólann

## Alvarlegt slys á foreldri barns

Þegar um alvarleg slys er að ræða fer í gang hjá fólki sorgarferli og það er ekki síður mikilvægt að bregðast við því jafnt og andláti.

Ef foreldri barns sem dvelur í leikskólanum slasast alvarlega fer í gang aðgerðaráætlunin um „Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli“. Eftir að henni er lokið fer eftirfarandi aðgerð í gang:

- Börnin teikna kort, mynd eða hvað annað sem þeim dettur í hug og senda vini sínum.



- Mikilvægt er að hlúa vel að barninu þegar það kemur aftur í leikskólann.

### **Langvarandi veikindi á heimili barns**

Þegar alvarleg veikindi koma upp á heimili verður barnið oft fyrir áfalli sem brýst út í alls konar viðbrögðum. Oft ímynda börn sér að þau eigi einhverja sök á veikindum foreldra eða systkina sinna. Þau eiga ekki alltaf auðvelt með að skilja á milli raunveruleika og ímyndunar. Þau halda stundum að verið sé að refsa þeim fyrir eitthvað sem þau hafa einhvern tíman sagt eða hugsað og fá þá mikla sektarkennd sem getur orðið mjög þungbær. Mikilvægt er að barnið fái tækifæri til að virkja sköpunarhæfileika sína meðan foreldrar eru veikir. Teikningar þeirra eða leikur geta t.d. verið góður umræðugrundvöllur. Í hlutverkaleik leika börnin oft áfallið sem þau verða fyrir og er nauðsynlegt að gefa þeim rúm til þess.

Það sem við þurfum alltaf að hafa í huga er að:

- Eiga gott samstarf við foreldra barnsins.
- Deildarstjóri þarf að ráðgast við foreldra um hversu mikið barnið veit
- Barn getur orðið óöruggt, hrætt og reitt.
- Mikilvægt er að tala um vandann við barnið og svara spurningum þess
- Vera á varðbergi gangvart breytingum á hegðun barnsins

### **Andlát starfsmanns við leikskólann**

Ef starfsmaður við leikskólanum deyr fer í gang aðgerðaráætlunin um „Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli“. Eftir að henni er lokið fer eftirfarandi aðgerð í gang:

- Höfð er kyrrðarstund þar sem kveikt er á kerti.
- Mynd af starfsmanninum er sett á vegg.
- Börnin teikna myndir sem hengdar eru á vegginn í kringum myndina.



## **Andlát nákomins ættingja starfsmanns við leikskólann**

Ef nákominn ættingi starfsmanns við leikskólanum deyr fer í gang aðgerðaráætlunin um „Fyrstu viðbrögð við alvarlegu áfalli“. Eftir að henni er lokið fer eftirfarandi aðgerð í gang:

- Börnin teikna mynd sem þau færa starfsmanninum þegar hann kemur aftur til vinnu.
- Starfsmenn senda starfsmanninum samúðarkveðju.

## **Hlutverk starfsmanns sem stuðningsaðila í sorg**

Hlutverk starfsmanns sem stuðningsaðila í sorg er bæði mikilvægt og krefjandi. Leikskólastjóri þarf að styðja vel við starfsmanninn og fá utanaðkomandi aðila til stuðnings ef þörf er á.

Hlutverk starfsmanns er að:

- Sýna barni í sorg umburðarlyndi.
- Viðurkenna breytta hegðun barnsins og vita að breytingin getur varað í langan tíma.
- Skilja að barn afneitar oft tilfinningum og líður oft langur tími áður en barn fær útrás fyrir þær.
- Vita að eitt af einkennum sorgarinnar eru einbeitingarörðugleikar.
- Styðja barnið innan hópsins .
- Varast að ofvernda barnið þannig að það einangrist ekki frá félögum sínum.
- Styðja einnig vini og félagu syrgjandans.
- Aðstoða barnið og vini þess við að vinna úr tilfinningum sínum t.d. með sameiginlegu verkefni hópsins.
- Eiga gott samstarf við foreldra barnsins.

Athugið samt að venjubundnar athafnir hins daglega lífs þar sem fastir liðir breytast ekki er það besta fyrir barn í sorg.



**Bækur og greinar** um sorg og sorgarferli í eigu leikskólans.

1. Það má ekki vera satt höf: Guðrún Alda Harðardóttir
2. Börn og sorg – höf: Sigurður Pálsson
3. Bræður og systur – ráð og sögur handa systkinum barna með sérþarfir eða alvarlega sjúkdóma – ritstýrt af: Annette Hames og Monicu McCaffrey