

Krisplan

Parkskolan 2020-2021



Innehållsförteckning

Viktiga telefonnummer	1
Krisgruppen på Parkskolan	2
Krislåda	2
Brand	3
Allvarlig olycka	4
Allvarlig skada eller sjukdom	5
Allvarligt hot	6
Allvarligt våld	7
Dödsfall under skoltid	8
Dödsfall utanför skoltid	9
Dödsfall av anhörig	10
Självordsförsök	11
Självord	12
Att ta reda på vid kris	13
Att möta en krisdrabbad	13
Samtal med klass efter en krissituation	14
Krisens faser	15
Plan för att förebygga hot och våld	16
Plan för att förebygga självordsförsök och självord	17
Källor	18

Viktiga telefonnummer

Ambulans – Brandkår - Polis

112

Polis kontorstid

114 14

Påskyndande av telefonsamtal

90 130

Sjukvård och tandvård

Hälsocentral 8:00-17:00

0929-170 00

BUP Piteå (akut)

0911-750 60

Giftinformation (112 akut)

08-33 12 31

Tandvård

0929-168 80

Sociala frågor

Socialtjänsten

0929-170 00

Stöd till individ och familj

0929-171 38, 070-672 67 56

Pastorsexpeditionen

0929-149 07

Parkskolan

Rektor

070-617 72 47

Expedition

0929-172 62

Skolsköterska

Ann-Britt Lindström 0929-172 61

Kurator

Petra Mattsson 070-672 67 56

Kurator

Maria Tjärnberg 070-571 72 57

Psykolog

Anders Fredriksson 070-256 34 76

Övrigt

Taxi

0929-102 75

Skolchef

Jan-Erik Backman 0929-171 52

POSOM (kommunens krisstöd)

Margareta Lundberg 076-774 90 69

Krisgruppen på Parkskolan

Anna-Karin Sandström (rektor)	Lämnar information, har <u>all</u> kontakt med media och leder krisgruppen.
Agneta Eriksson	Leder krisgruppen vid rektors frånvaro.
Tim Berggren	Samordnar uppgifter.
Ann-Britt Lindström	Medicinsk kompetens.
Ingela Engman	Ledare för stödjarna.
Karin Lindberg-Näslund	Stödjare.
Ajmal Karimi	Stödjare.
Emil Nilsson	Inkommande och utgående samtal.
Desirée Öhman	Inkommande och utgående samtal.
Maria Tjärnberg	Kurator
Petra Mattson	Kurator

Krisgruppens uppgifter

- Hålla träffar 1 gång/termin
- Revidera krisplanen årligen.
- Organisera och leda verksamheten i en krissituation.
- Ge stöd till personal, elever och vårdnadshavare i en krissituation.
- Utvärdera verksamheten efter en krissituation.
- Kontinuerligt uppdatera personalen om krisplanen.

Kontaktkedja

I händelse av en kris ringer personerna i krisgruppen upp varandra i enlighet med de telefonkort som krisgruppens representanter har erhållit.

Krislåda

Finns på postfacken på rektorsexpeditionen och innehåller:

Checklistor

Ljus, ljusstakar, tändstickor

Vit duk, vas

Skiva med lugn musik

Krisplan för Parkskolan

Böcker och kondoleansbok

Filtar, näsdukar

Brand

Rädda, larma, släck!

1. Utrym lokalerna genom markerade nödutgångar. Lämna ytterkläder. Ta med klasslista, karta och penna som hänger på dörren. Kontrollera att inga fler personer finns i lokalen eller på toaletter.
2. På samlingsplatsen ska eleverna ställa sig i led. Håll upprop med eleverna.
3. Ring 112. Uppge ditt namn och skolans adress Idrottsstigen 2. Beskriv vad som har hänt.
4. Kontakta rektor och någon i krisgruppen. Invänta instruktioner.
5. Kontakta personal från Älvsbyns Fastigheter AB (Johan Larsson 070-205 09 72, Thomas Magnusson 070-345 53 50)
6. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om branden samt vilken information som ska lämnas till elever. Informationen lämnas i konferensrummet eller annan angiven lokal.
7. Klasslärare och någon i krisgruppen håller samling med respektive klass. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud elever i behov av stöd uppföljande samtal med skolkurator.
8. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar berörda vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.

Allvarlig olycka

1. Kontakta Rektor och Skoladministratör.
 2. Vid olycka med **skolskjutsbuss**, kontakta skolskjutshandläggare 0929-171 99 för lista på elever som åker skolskjuts. Vid olycka med annan buss i skolans regi hämtar klasslärare närvarolista hos Tim. Observera personal som är på bussen.
 3. Rektor och någon i krisgruppen samlas i speciallärares rum som är krisgruppens samlingsplats.
 4. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om olyckan samt vilken information som ska lämnas till elever. Informationen lämnas i konferensrummet.
 5. Klasskamrater, syskon på skolan och andra vuxna som söker sig till skolan hänvisas till matsalen där krisgruppens stödjare tar hand om dem.
 6. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.
 7. Rektor, någon i krisgruppen och klasslärare informerar klassen om olyckan. Informationen lämnas i konferensrummet.
 8. Klasslärare och någon i krisgruppen håller samling med klassen. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator.
 9. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
 10. Dagen efter kontaktar rektor eller klasslärare berörda vårdnadshavare för uppföljning.
- Rektor kan kontakta räddningstjänst, polis och sjukhus för korrekt information.
 - Någon i krisgruppen meddelar kommunens växel om att koppla alla frågor till krisgruppen 0929-174 95

Om en olycka inträffar utanför skoltid öppnar rektorn skolan för alla som vill samlas.

Allvarlig skada eller sjukdom

1. Kontakta skolsköterska om elev eller personal blir allvarligt skadad eller sjuk. Ring 112. Uppge ditt namn och skolans adress Idrottsstigen 2. Beskriv vad som har hänt.
2. Kontakta rektor och någon i krisgruppen.
3. Rektor och någon i krisgruppen samlas i speciallärares rum som är krisgruppens samlingsplats.
4. Personal följer med eleven i ambulans. Personal bör inte köra eleven i egen bil utan vårdnadshavares medgivande.
5. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.
6. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om det inträffade samt vilken information som ska lämnas till elever. Informationen lämnas i konferensrummet.
7. Rektor, någon i krisgruppen och klasslärare informerar klassen om det inträffade. Informationen lämnas i konferensrummet.
8. Klasslärare och någon i krisgruppen håller samling med klassen. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator.
9. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
10. Dagen efter kontaktar rektor eller klasslärare berörda vårdnadshavare för uppföljning.

Allvarligt hot (via telefon)

1. Lägg inte på luren. Försök behålla lugnet. Ta den som ringer på allvar. Försök avgöra ålder och kön på rösten.
2. Påkalla någons uppmärksamhet som kan sätta eleverna i säkerhet och ringa 112.
3. Sätt eleverna i säkerhet genom **utrymning** eller **instängning**, se nedan. Rektor förmedlar
4. Ring 112. Uppge ditt namn och skolans adress Idrottsstigen 2. Beskriv vad som har hänt och begär att få samtalet sparat.
5. Informera rektor och någon i krisgruppen.
6. Rektor och någon i krisgruppen samlas i speciallärares rum som är krisgruppens samlingsplats
7. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.
8. Rektor, någon i krisgruppen och klasslärare informerar klassen om hotet. Informationen lämnas i konferensrummet.
9. Klasslärare och någon i krisgruppen håller samling med klassen. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator.
10. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
11. Dagen efter kontaktar rektor eller klasslärare berörda vårdnadshavare för uppföljning.

Utrymning

1. Utrym lokalerna genom markerade nödutgångar. Lämna ytterkläder. Ta med klasslista, karta och penna som hänger på dörren. Kontrollera att inga fler personer finns i lokalen eller på toaletter.
2. På samlingsplatsen ska eleverna ställa sig i led. Håll upprop med eleverna. Stå kvar och invänta instruktioner.

Instängning

- Lås alla dörrar till skolans lokaler. Om det inte finns lås, ställ stolar eller annat som hindrar handtaget från att tryckas ned. Blockera dörrar med till exempel möbler.
- Dra för gardiner och täck för fönster. Släck lampor.
- Ta skydd på golvet, i hörn, bakom saker.
- Sätt mobiltelefoner på ljudlöst och vibrationslöst läge.
- Stanna där tills Polisen ger vidare instruktioner och titta inte ut.

Allvarligt våld

1. Sätt eleverna i säkerhet genom **utrymning** eller **instängning**, se nedan. Rektor förmedlar
2. Ring 112. Uppge ditt namn och skolans adress Idrottsstigen 2. Beskriv vad som har hänt och antal skadade personer. Ge information om signalement på gärningsperson, vilken typ av vapen som används, var i skolan våldet sker. Lagg inte på luren förrän Polisen kommer.

När Polisen kommer - Håll inget i händerna och se till att dina händer är synliga.

3. Informera rektor och någon i krisgruppen.
4. Rektor och någon i krisgruppen samlas i speciallärares rum som är krisgruppens samlingsplats
5. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om det inträffade samt vilken information som ska lämnas till elever. Informationen lämnas i konferensrummet.
6. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.
7. Rektor, någon i krisgruppen och klasslärare informerar klassen om det inträffade. Informationen lämnas i konferensrummet.
8. Klasslärare och någon i krisgruppen håller samling med klassen. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator.
9. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
10. Dagen efter kontaktar rektor eller klasslärare berörda vårdnadshavare för uppföljning.

Utrymning

1. Aktivera brandlarmet
2. Utrym lokalerna genom markerade nödutgångar. Ytterkläder lämnas. Ta med klasslista, karta och penna som hänger på dörren. Kontrollera att inga fler personer finns i lokalen eller på toaletter.
3. På samlingsplatsen ska eleverna ställa sig i led. Håll upprop med eleverna. Stå kvar och invänta instruktioner.

Instängning

- Lås alla dörrar till skolans lokaler. Om det inte finns lås, ställ stolar eller annat som hindrar handtaget från att tryckas ned. Blockera dörrar med till exempel möbler.
- Dra för gardiner och täck för fönster. Släck lampor.
- Ta skydd på golvet, i hörn, bakom saker.
- Sätt mobiltelefoner på ljudlöst och vibrationslöst läge.
- Stanna där tills Polisen ger vidare instruktioner och titta inte ut.

Dödsfall under skoltid

1. Gör hjärt- och lungräddning.
2. Påkalla någons uppmärksamhet som kan ringa 112. Uppge ditt namn och skolans adress Idrottsstigen 2. Beskriv vad som har hänt.
3. Samla eventuella vittnen och för bort dem från platsen. De kan vara chockade och behöver få stöd.
4. Informera rektor och någon i krisgruppen.
5. **Skolan informerar aldrig anhöriga om ett dödsfall, det gör polis, brandkår eller sjukvård.**
6. Rektor och någon i krisgruppen samlas i speciallärares rum som är krisgruppens samlingsplats.
7. Kontrollera om eleven har syskon på skolan.
4. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om dödsfallet samt vilken information som ska lämnas till elever. Informationen lämnas i konferensrummet.
5. Någon i krisgruppen kontaktar skolpsykolog och skolpräst inför samling i klassen.
6. Rektor, någon i krisgruppen, skolpsykolog och skolpräst informerar klassen om dödsfallet.
7. Rektor, någon i krisgruppen, skolpsykolog, skolpräst och respektive klasslärare informerar övriga klasser om dödsfallet. Informationen lämnas i konferensrummet.
8. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar klassens vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.
9. Klasslärare följer respektive klass ut till gemensam samling på skolgården.
10. Vaktmästare hissar flaggan på halv stång.
11. Någon i krisgruppen håller samling med den drabbade klassen. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator.
12. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
13. Skolan håller öppet hus efter skolans slut för alla som vill samlas.
14. Rektor skickar kondoleanser till elevens vårdnadshavare.

Dödsfall utanför skoltid

1. Kontakta rektor och någon i krisgruppen.
 2. Rektor och någon i krisgruppen samlas i speciallärares rum som är krisgruppens samlingsplats.
 3. Kontrollera om eleven har syskon på skolan.
 4. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare för att få information om dödsfallet samt hur vårdnadshavare vill att man agerar i skolan.
 5. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om dödsfallet samt vilken information som ska lämnas till elever. Informationen lämnas i konferensrummet.
 6. Någon i krisgruppen kontaktar skolpsykolog och skolpräst inför samling i klassen.
 7. Rektor, någon i krisgruppen, klasslärare, skolpsykolog och skolpräst informerar klassen om dödsfallet. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator. Informera om vart de kan vända sig om de behöver ytterligare någon att tala med. Informationen lämnas i konferensrummet.
 8. Rektor, någon i krisgruppen, klasslärare och skolpräst informerar övriga elever. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator. Informera om vart de kan vända sig om de behöver ytterligare någon att tala med. Informationen lämnas i konferensrummet.
 9. Klasslärare följer respektive klass ut till gemensam samling på skolgården.
 10. Vaktmästare hissar flaggan på halv stång.
 11. Klasslärare, någon i krisgruppen och skolpräst håller samling med klassen. Tala om det inträffade. Tala om sorg och krisens faser. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15
 12. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar klassens vårdnadshavare. Var noga med att ge korrekt information.
 13. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
 14. Skolan håller öppet hus efter skolans slut för alla som vill samlas.
 15. Rektor skickar kondoleanser till elevens vårdnadshavare.
- Ett minnesrum upprättas dit elever i skolan kan komma för att vara stilla, skriva en dikt, rita en bild och minnas den bortgångna. Använd krislådan. Spela lugn musik. Någon vuxen finns till hands. Rummet finns i 1-2 veckor.
 - Minnesstund hålls i samråd med elevens vårdnadshavare.

Dödsfall av anhörig

1. Kontakta rektor och någon i krisgruppen.
2. Kontrollera om eleven har syskon på skolan.
3. Om eleven är i skolan när skolan får beskedet bör vårdnadshavare eller anhörig komma och berätta om dödsfallet.
4. Rektor, någon i krisgruppen och klasslärare informerar klassen efter samråd med vårdnadshavare och den drabbade eleven. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud den drabbade eleven uppföljande samtal med skolkurator.
5. Rektor skickar kondoleanser till elevens vårdnadshavare.

Lämna dödsbud

I absoluta undantagsfall kan det bli nödvändigt att personal på skolan måste lämna dödsbud till eleven som drabbats. Den som underrättar eleven bör vara någon som eleven har förtroende för, gärna klassläraren.

Obs! Kontrollera noga att uppgifterna är korrekta. Ta reda på var och hur dödsfallet ägde rum.

Gå till ett avskilt rum. Ge eleven tid för mental förberedelse, säg ”*Jag har något mycket allvarligt att berätta*”. Berätta så konkret du kan. Berätta så mycket som du orkar. Släta inte över, bagatellisera inte. Hjälプ eleven att så snabbt som möjligt få komma till sin familj. Följ eleven till den plats där familjen är. Lämna inte eleven ensam.

Vid självmordsförsök

1. Klasslärare eller annan personal måste först fråga eleven ifråga med familj om man kan tala om självmordsförsöket i klassen. Sekretessen är viktig och den som har gjort ett självmordsförsök får inte känna sig utlämnad.
2. Kontakta rektor och någon i krisgruppen.
3. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare för att få information om självmordsförsöket samt hur vårdnadshavare vill att man agerar i skolan.
3. Klasslärare och någon i krisgruppen håller samling med klassen. Tala om det inträffade. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator.
4. Försök identifiera och fånga upp elever som känner sig särskilt berörda av självmordsförsöket. Elever med egna problem kan uppleva stor maktlöshet. Det kan finnas elever som visste att deras skolkamrat ville ta sitt liv, vilket kan ge starka skuld känslor. Det kan finnas elever i andra klasser som också är påverkade av det inträffade. Det kan därför finnas skäl att informera andra lärare så att dessa kan fånga upp reaktioner från eleverna, fråga först om elevens medgivande.
5. För att hjälpa en elev tillbaka till klassen och skolarbetet efter ett självmordsförsök är klasslärarens samtal med eleven av stor vikt. Om klassläraren känner till elevens svårigheter kan det kännas lättare för eleven.

Själv mord

1. Kontakta rektor och någon i krisgruppen.
2. Rektor och någon i krisgruppen samlas i textilslöjdsalen som är krisgruppens samlingsplats.
3. Kontrollera om eleven har syskon på skolan.
4. Rektor eller någon i krisgruppen kontaktar vårdnadshavare för att få information om självmordet och hur de vill att man agerar i skolan.
5. Någon i krisgruppen kontaktar skolpsykolog och skolpräst inför samling i klassen.
6. Rektor och någon i krisgruppen informerar personal om självmordet samt vilken information som ska lämnas till elever och vårdnadshavare. Informationen lämnas i konferensrummet.
7. Rektor, någon i krisgruppen, klasslärare, skolpsykolog och skolpräst informerar klassen om självmordet. Beskriv inte detaljer i hur självmordet gick till då detta kan influera vissa elever. Betona att eleven som tagit sitt liv hade det mycket svårt. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator. Informera om vart de kan vända sig om de behöver ytterligare någon att tala med. Informationen lämnas i konferensrummet.
8. Rektor, någon i krisgruppen, klasslärare, skolpsykolog och skolpräst informerar övriga klasser. Beskriv inte detaljer i hur självmordet gick till då detta kan influera vissa elever. Betona att eleven som tagit sitt liv hade det mycket svårt. Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator. Informera om vart de kan vända sig om de behöver ytterligare någon att tala med. Informationen lämnas i konferensrummet.
9. Klasslärare följer respektive klass ut till gemensam samling på skolgården.
10. Vaktmästare hissar flaggan på halv stång.
11. Klasslärare, krisgruppen, skolpsykolog och skolpräst håller samling med klassen. Tala om sorgen och dess reaktioner. Låt eleverna få tala om sina reaktioner. Se *Samtal med klass efter krissituation*, sida 15. Elevernas, personalens och vårdnadshavares känslomässiga reaktioner måste ges tid och utrymme för bearbetning. Krisgruppen ansvarar för att detta kan ske i klasserna och i kollegiet, men även i form av enskilda samtal med skolkurator eller skolpsykolog vid behov.
12. Skolverksamheten behöver komma igång så snart som möjligt så att eleverna känner sig trygga.
13. Skolan håller öppet hus efter skolans slut för alla som vill samlas.
14. Rektor skickar kondoleanser till elevens vårdnadshavare och informationsbrev till alla vårdnadshavare i klassen.

Att ta reda på vid kris

1. Vad har hänt?
2. Behöver vi extern hjälp?
3. Vilka ska informeras?
4. Vem ansvarar för vad?

Att möta en krisdrabbad

Försök att uppträda lugnt och vänligt.

Tala om vem du är och erbjud din hjälp.

Ge den drabbade vila, värme och dryck.

Lämna inte den drabbade ensam.

Lyssna mer än du talar själv.

Försök inte trösta med kommentarer som *"Det är inte så farligt"*, *"Det kunde vara värre"*, *"Du mår snart bättre"*.

Ge korrekt information. Dementera rykten. Var ärlig.

Hjälプ den drabbade att förstå situationen. Korrigera missuppfattningar.

Förklara att det är naturligt att känna olika slags känslor och inga känslor är "fel".

Inse din begränsning som stödjare. Sök stöd hos rektor och krisgruppen om du känner att du börjar få svårt att orka med stödarbetet

Håll om - Håll i - Håll tyst - Håll ut

Samtal med klass efter en krissituation

- Var två personer, en bör vara känd för eleverna.
- Ta hjälp av skolsköterska, skolkurator eller skolpsykolog.
- Samtalet ska hjälpa eleverna att hantera och begripa det som har inträffat.
- Inled med förhållningsregler "*Det som sägs här stannar mellan oss i klassen.*" "*Alla olika reaktioner är tillåtna.*" "*Ingen är tvingad att prata.*" "*Var och en skall tala för sig och få prata till punkt.*"
- Berätta så konkret som möjligt om vad som har inträffat.
- Ge eleverna möjlighet att prata om sina känslor och tankar i små grupper. Tänk på att de kan vara chockade.
- Rekommendera eleverna att fortsätta samtala med varandra. Förbered eleverna på att det kan komma olika reaktioner efter en tid och att det normalt.
- Erbjud dig att finnas till hands när så behövs.
- Erbjud eleverna uppföljande samtal med skolkurator eller skolsköterska.
- Var under en tid observant på olika reaktioner hos eleverna.

Krisens faser

Denna information är värdefull för alla som har drabbats av en krissituation. Genom att vara medveten om vanliga krisreaktioner kan rädsla för de egna reaktionerna förebyggas. Informera den krisdrabbade om följande faser. Anpassa informationen efter ålder, situation och mottaglighet.

Man brukar dela in krisförloppet i *chockfas*, *reaktionsfas*, *bearbetningsfas* och *nyorienteringsfas*. Den som drabbats av kris växlar ofta fram och tillbaka mellan dessa faser. Faserna kan överlappa varandra.

Chockfasen varar alltifrån en kort stund upp till en vecka, ibland mycket längre. Under chockfasen kan man ha svårt att ta till sig det som hänt. Det är överlevnadsstrategi som bidrar till att man klarar av att hantera den svåra situation man befinner sig i. Att direkt acceptera verkligheten skulle kunna leda till att man som drabbad blir överväldigad av sin psykiska smärta och ångest. Ofta kan den drabbade verka samlad, men under ytan kan det råda totalt kaos. I chockfasen har man svårt att ta emot och minnas ny information. En del reagera starkt och avvikande, någon drabbas av panik eller blir paralyserad. Det är viktigt att komma ihåg att ingen reaktion är rätt eller fel, det är olika hur man reagerar.

Reaktionsfasen kan pågå i månader och inleds med att man gradvis släpper in verkligheten och inser vad som har hänt. Ofta blir man då överväldigad av starka känslor som ångest, rädsla, skuld, skam och sorg. Frågan ”varför” och tankar om hur ”orättvist det är att det hände just mig” är vanliga. Man försöker förstå och finna mening med det som hänt. Tankar blir ibland ologiska, t ex ”det var för att min bror slog mig i magen när jag var liten som jag fick cancer i tarmen”. Chockfas och reaktionsfas brukar tillsammans kallas den akuta fasen.

Bearbetningsfasen kännetecknas av att den drabbade på allvar börja inse verkligheten och sakta vänder sig mot framtiden igen. De starka reaktionerna avtar, gamla aktiviteter återupptas och det kan åter kännas viktigt att göra nya erfarenheter. Man lär sig leva med det som hänt. Det går att skratta igen och ett samtal, arbetet eller ett biobesök kanske får en att glömma det som hänt för en stund.

Nyorienteringsfasen har inget egentligt slut. Det som har hänt blir ett minne bland andra minnen och man återvänder till ett mer normalt liv. Man ser det som hänt som en erfarenhet som trots allt gett en ny insikt som förändrat livet. När något inträffar som påminner om det som utlöste krisreaktionen kan dock starka känslor fortfarande aktiveras.

Plan för att förebygga hot och våld

Lärarrummet ligger lättillgängligt så att eleverna alltid känner att det finns vuxna till hands.

Tryggheten på Parkskolan bygger på goda relationer mellan hem och skola, goda relationer mellan elever och personal, lättillgänglig personal, personal ute som rastvänner, aktivt trygghetsteam och elevhälsoteam samt fortlöpande värdegrundsarbete. Vår skolgård med god överblick bidrar till trygghet för eleverna. Klassrummen går att låsa inifrån som en säkerhetsåtgärd.

Konsekvenstrappan är förankrad hos all personal för att åtgärda fall av diskriminering, trakasserier och kränkande behandling. Vårdnadshavare kontaktas i ett tidigt skede vid upptäckt av kränkningar. Plan mot diskriminering, trakasserier och kränkande behandling är förankrad hos personal, elever och vårdnadshavare och denna plan är förankrad hos all personal. Detta innebär att alla som arbetar på Parkskolan har en medvetenhet kring våldsförebyggande insatser. Genom att vi arbetar förebyggande mot diskriminering, trakasserier och kränkande behandling arbetar vi förebyggande mot våld i alla former.

Plan för att förebygga självmordsförsök och självmord

Identifiera riskbeteende

Personalen på Parkskolan är observant på om en elev plötsligt ändrar sitt beteende dramatiskt, t.ex. sänkning av skolprestationen, hög frånvaro eller aggressivitet. Om klasslärare misstänker depression hos en elev kan de ta hjälp av skolsköterska eller skolkurator efter inledande samtal med eleven och vårdnadshavare. Personalen är medveten om att tidigare självmordsförsök är en av de mest betydande riskfaktorerna för självmordsförsök eller självmord, samt att depression är en annan betydande riskfaktor. Personalen är uppmärksam på om en elev visar symtom på depression, så som t.ex. irritabilitet, förlust av glädje och initiativ, aptitstörning, energibrist, förändrad motorik, låg självkänsla och skuld känslor.

Personalen är införstådd i allvaret om en elev pratar om att begå självmord och tillkallar genast skolkurator eller skolpsykolog samt informerar vårdnadshavare. Skolkurator och skolpsykolog kan hjälpa till att stärka elevens självkänsla vilket kan bidra till att de bättre kan hantera svåra och stressfyllda situationer. Personalen tar elevernas känslor på allvar och eleverna uppmuntras till att uttrycka känslor och anförtro sig åt vuxna.

Om självmordsrisk är identifierad

Personalen är medveten om att de flesta elever som uppvisar självmordsbeteende har kommunikationsproblem. Därför försöker personalen snabbt få igång en dialog med eleven. Personalen är uppmärksam på om en självmordsbenägen elev börjar ge bort/sälja sina saker, har skrivit testamente, säger *”jag ska resa långt bort (ej faktisk resa), vi får se om vi träffas igen, ni kommer att slippa mig, jag kommer att sakna er”* och dylikt. Det kan röra sig om medvetet eller omedvetet yppad självmordstanke. Personalen pratar då med eleven, tillkallar skolkurator eller skolpsykolog och informerar vårdnadshavare.

Källor

Att förebygga självmord och självmordsförsök hos skolelever, Världshälsoorganisationens stödmaterial för lärare och annan skolpersonal. Karolinska Institutet 2010.

Beredd på det ofattbara – om krisberedskap och krishantering i skolor. Skolverket 2000.

Grövre våld i skolan – vad man vet och vad man kan göra. Skolverket 2009.

Handlingsplan för POSUM-verksamheten i Älvsbyns kommun. Styrdokument Älvsbyns kommun 2014.

Kris- och traumacentrum.

När det värsta händer – om krishantering i förskola och skola. Myndigheten för skolutveckling 2006.

Väpnat våld i skolan – hur skolor kan agera om det händer. Skolverket 2014.