

# Áfallaáætlun

Vatnsendaskóla



## Inngangur

Mikilvægt er að starfsfólk skóla sé vel undir það búið að takast á við hina ýmsu erfiðleika sem fylgja í kjölfar áfalla. Í meðfylgjandi áætlun má finna upplýsingar um meðlimi áfallaráðs og hlutverk þess, einnig eru settar fram skilgreiningar á áföllum ásamt verkferlum til viðmiðunar ef áföll verða. Áfallaáætlun Vatnsendaskóla var endurskoðuð fyrir skólaárið 2018-19.

### Símanúmer og netföng áfallaráðs

Guðrún Soffía Jónasdóttir, skólastjóri, sími innanh. 441-4002

[gudrunj@kopavogur.is](mailto:gudrunj@kopavogur.is)

María Jónsdóttir, aðstoðarskólastjóri, sími innanh. 441-4119

[mariaj@kopavogur.is](mailto:mariaj@kopavogur.is)

Ingunn Huld Kristófersdóttir, deildarstjóri, sími innanh. 441-4004

[ingunnhuld@kopavogur.is](mailto:ingunnhuld@kopavogur.is)

Sigrún Brynjólfsdóttir, deildarstjóri, sími innanh. 441-4005

[sigrunbrynjolfs@kopavogur.is](mailto:sigrunbrynjolfs@kopavogur.is)

Guðrún S. Prastardóttir, náms-og starfsráðgjafi, sími innanh. 441-4011

[gudrunsvava@kopavogur.is](mailto:gudrunsvava@kopavogur.is)

Auður S. Jóhannsdóttir, hjúkrunarfræðingur, sími innanh. 441-4012

[hjukrunve@kopavogur.is](mailto:hjukrunve@kopavogur.is)

Aníta Björk Helgadóttir, sérkennari, sími innanh. 441-4108

[anitab@kopavogur.is](mailto:anitab@kopavogur.is)

**Mikilvægt er að upplýsingar um áföll er tengjast skólanum berist strax til áfallaráðs.**

**Símanúmer utanaðkomandi fagaðila sem veita hjálp þegar áfall dynur yfir**

Lindakirkja	544-4477
Sr. Guðmundur Karl Brynjarsson sóknarprestur	6505006
Sr. Guðni Már Harðarson prestur	6947474
Sr. Dís Gylfadóttir prestur	8485043
Áfallahjálpi Landspítala	543-1000
Slysadeild	543-2000
Heilsugæslan Salahverfi	590-3900
Lögreglan í Kópavogi	112
Fíkniefnadeild lögreglunnar	800-5005
Barnahús	530-2500

## Hlutverk áfallaráðs

Í áfallaráði er hópur af starfsfólki skólans sem er ávallt í viðbragðsstöðu ef upp kemur áfall í skólanum. Ráðið vinnur eftir áfallaáætlun Vatnsendaskóla þar sem fjallað er um vinnuferli til að styðjast við þegar áföll verða.

Áfallaráð sér um að nemendur og starfsfólk fái viðeigandi þjónustu ef þeir verða fyrir áfalli.

Ef áfall verður í Vatnsendaskóla skal áfallaráð koma saman eins fljótt og auðið er og ákveða skipulag næstu klukkustunda og næstu daga. Ef um nemanda er að ræða skal umsjónarkennari látinn vita strax um atburðinn.

Áfallaráð skal funda að hausti til að fara yfir stöðu mála hvort breytingar hafi orðið á aðstæðum nemenda, starfsfólks eða aðstandenda.

Hlutverk áfallaráðs er fyrst og fremst að greina niður hvaða aðstæður gætu skapast hverju sinni. Einnig þarf að finna tiltekna einstaklinga til að taka að sér ýmis verkefni sem þeir sjá um eins og:

- hver aflar upplýsinga varðandi atburðinn
- hver hefur samband við aðstandendur
- hver er talsmaður skólans gagnvart utanaðkomandi einstaklingum
- hver sér um að koma upplýsingum til rétttra einstaklinga
- hver sér um að hafa samband við samstarfsfólk utan skólans s.s. prest, lækni, lögreglu.

Lykilatriði er að í hverju tilviki sé mótuð skýr og afdráttarlaus vinnuáætlun um hver sinni hvaða hlutverki, í hvaða röð og hvernig beri að bregðast við. Mikilvægt er að huga vandlega að óskum fjölskyldna þeirra sem hlut eiga að máli hverju sinni.

Áföll sem þessi áætlun nær til eru helst:

- alvarleg slys (nemanda, aðstandenda þeirra eða starfsfólks).
- alvarleg veikindi (nemanda, aðstandenda þeirra eða starfsfólks).
- langvinnir sjúkdómar (nemanda, aðstandenda þeirra eða starfsfólks).
- andlát (nemanda, aðstandenda þeirra, starfsfólks eða maka starfsfólks).

## Hvað er áfall?

Áfall er oft skilgreint sem sálaræn þjáning sem verður vegna atburðar sem er svo mikill að hann heltekur sálarlífið og veldur oft mikilli truflun á daglegu lífi. Áföll eru mismunandi. Sum þeirra er hægt að segja nokkurn veginn fyrir um meðan önnur gerast skyndilega og oft við ofsafengnar og yfirþyrmandi kringumstæður. Áföll hafa varanleg áhrif á fólk. Hversu mikil eða alvarleg þessi áhrif verða er afar

einstaklingsbundið. Sumir breyta viðhorfum sínum til lífsins og segjast hafa öðlast aukinn þroska í gegnum áfallið. Fyrir aðra getur áfallið verið upphafið af ævilöngum andlegum erfiðleikum.

### **Skilgreiningar á áföllum í skóla**

Áfall er atburður sem ber brátt að og ætla má að veki kvíða, ótta, sorg eða áfallastreitu hjá nemanda og/eða starfsmanni skólans.

Alvarleg áföll í garð nemanda, aðstandenda þeirra eða starfsfólks geta verið af völdum:

- Dauðsfalla
- Slys
- Alvarlegra og/eða langvarandi veikinda
- Líkamsárása
- Náttúruhamfara
- Ofbeldis
- Kynferðislegrar misnotkunar
- Annað sem skv. mati áfallaráðs veldur áfalli hjá nemanda eða starfsmanni

Áfallahjálpi er ekki sorgarúrvinnsla, handleiðsla, sálgæsla, eða meðferð heldur stuðningur við nemendur og starfsfólk. Mikilvægt er að afla upplýsinga um það sem gerst hefur áður en aðgerðir eru hafnar.

## Andlát starfsmanns/nemanda/aðstandanda

### Andlát starfsmanns

- Skólastjórnendur fá staðfestar upplýsingar um andlátíð.
- Skólastjórnendur upplýsa allt starfsfólk skólans um andlátíð og hvernig það bar að.
- Samverustund með öllu starfsfólki skólans samdægurs eða eins fljótt og unnt er. Athuga að fá prest í samverustundina.
- Gæta þarf að nán skyldmenni hins látna, sem eru við nám eða störf við skólann fái fregnina sérstaklega.
- Áfallateymi fundar um hvernig tilkynna eigi nemendum andlátíð.
- Ef umsjónarkennari fellur frá tilkynnir skólastjóri/prestur ásamt aðila úr áfallaráði umsjónarbekk andlátíð.
- Áfallateymi tekur ákvörðun um hvernig upplýsingum skuli komið til forráðamanna.
- Meta skal í hverju tilviki fyrir sig hvort kennslu sé haldið áfram þennan dag
- Aðilar úr áfallaráði veita umsjónarbekk stuðning og vinna með bekkinn næstu daga.
- Skólastjóri fer heim til nánustu aðstandenda starfsmanna
- Skólinn sendir samúðarkveðju til nánustu aðstandenda.
- Skrifuð verði minningargrein fyrir hönd skólans.
- Flaggað í hálfu stöng þegar andlát hefur verið tilkynnt og á útfarardegi

### Andlát nemanda

- Skólastjóri leitar eftir staðfestingu á andláti hjá foreldrum, lögreglu eða sjúkrastofnun.
- Stjórnandi kallar á umsjónarkennara og áfallaráð á fund þar sem fólk skiptir með sér verkum og ákveður fyrstu viðbrögð skólans.
- Hafa skal samband við prest sem fenginn er í skólann.
- Ákveða skal hvernig andlátíð skuli tilkynnt og hver geri það. Ef foreldrar tilkynna andlát nemenda er gott að hafa samráð við þau um tilkynningu til samnemenda.
- Nauðsynlegt er að tilkynnandi hafi aðstoð prests eða annars aðila.
- Starfsfólki skólans tilkynnt um andlátíð.
- Skrifa skal póst og haft samband við foreldra samnemenda til að tilkynna þeim andlátíð.

- Ritari kemur skilaboðum til þeirra nemenda sem ekki voru í skólanum þegar atburðurinn átti sér stað
- Ákveða þarf skipulag næstu klukkustunda og daga.
- Flaggað skal í hálfra stöng um leið og andlát hefur verið tilkynnt og á útfarardegi.
- Tilkynna skal skólaskrifstofu um andlátið.

#### Vinna sama dag í bekk viðkomandi nemanda

- Ef mögulegt er sér umsjónarkennari um bekkinn það sem eftir er dagsins.
- Andrúmsloft kennslustofu haft eins rólegt og notalegt og mögulegt er, t.d. með því að kveikja á kerti.
- Börn fá tækifæri til að ræða um atburðinn.
- Ef þörf krefur er haft samband við prest eða áfallaráð um aðstoð
- Haft er samband við foreldra og þeim boðið uppá að sækja börnin í skólann ef vilji er fyrir því.
- Bréf er sent heim með öllum nemendum þar sem skýrt er frá atburðinum og sagt frá hvernig næstu dagar verða í skólanum.

Mikilvægt er að ritari athugi hvaða nemendur voru ekki í skólanum þennan dag svo hægt sé að koma skilaboðum um atburðinn til þeirra. Í lok dags skal áfallaráð koma saman með umsjónarkennara svo hægt sé að fara yfir stöðuna og fyrirkomulag næstu daga.

#### Vinna í viðkomandi bekk næstu daga

- Umsjónarkennari taki á móti bekknum næstu daga.
- Ef vilji er fyrir því hjá nemendum er gott að leyfa þeim að skrifa samúðarkveðju eða minningargrein um þann sem féll frá.
- Kveikt er daglega á kerti og það látið loga fram yfir útför. Þess sé áfram gætt að andrúmsloftið sé notalegt og nemendum gefið tækifæri til að ræða saman og tjá sig.
- Útskýrt fyrir nemendum hvað gerist næstu daga eins og t.d. kistulagning og útför.
- Eigur nemandans eru fjarlægðar úr skólastofunni smám saman. Ekki skal fjarlægja allt samtímis, viðeigandi er að sæti viðkomandi fái að vera autt í einhvern tíma.

- Ef samnemendur sækjast eftir því að vera við útförina þarf að undirbúa það vel í samráði við forráðamenn viðkomandi barna. Forráðamenn fylgja barni sínu í útförinni.

Næstu daga er gott að sjá svo um að nemendur og starfsfólk hafi aðgang að fagaðilum s.s. presti, sálfræðingi, hjúkrunarfræðingi eða náms-og starfsráðgjafa.

**Fulltrúar skólans fara í heimsókn til aðstandanda viðkomandi með samúðarkveðju næstu daga á eftir eða eftir atvikum.**

### Andlát aðstandanda nemenda

- Skólastjóri leitar staðfestingar á andláti hjá forráðamönnum.
- Áfallaráð boðað til fundar og fyrstu viðbrögð ákveðin. Ráðið skiptir með sér verkum.
- Andlát tilkynnt umsjónarkennara viðkomandi nemanda.
- Umsjónarkennari tilkynnir nemendum bekkjarins um andlátið að nemanda fjarstöddum.
- Allir kennarar bekkjarins og starfsmenn sem tengjast þjónustu við bekkinn látnir vita um hvað gerst hefur.
- Skólastjóri og umsjónarkennari fari heim til nemanda.
- Umsjónarkennari láti bekkjarfulltrúa vita um andlátið.
- Endurkoma nemanda í bekk undirbúin. Nemendur hvattir til að umgangast viðkomandi á sem eðlilegastan hátt, sýni virðingu, tillitssemi og hlýju.
- Bekkurinn útbýr samúðarkveðju
- Hlúð að nemendum og starfsfólki. Gefið gaum að áfallastreitu meðal nemenda og kennara. Boðið upp á hópvinnu og einstaklingsviðtöl eftir þörfum.
- Utanaðkomandi aðstoð kölluð til eftir þörfum.

***Bera skal allar aðgerðir undir forráðamenn nemandans til samþykkis og mikilvægt er að hafa þá með í ráðum frá upphafi***

### Andlát náins aðstandanda starfsmanns

- Skólastjóri leitar staðfesta upplýsinga um andlátið
- Skólastjóri upplýsir allt samstarfsfólk um andlátið
- Ritari sér um að tilkynna þeim sem fjarri eru um andlátið

- Ef náinn aðstandandi umsjónarkennara fellur frá tilkynnir skólustjóri ásamt aðila úr áfallaráði umsjónarþekk andlátíð.
- Áfallaráð tekur ákvörðun hvernig upplýsingum skuli komið til foreldra/forráðamanna nemenda.
- Aðilar úr áfallaráði veita umsjónarþekk stuðning og vinna með forfallakennara næstu daga.
- Skólustjóri fer heim til starfsmanns.
- Skólinn sendir samúðarkveðju til starfsmanns.

## Alvarleg veikindi/langvinnir sjúkdómar

### Starfsmenn skólans

Skólustjóri/áfallaráð ákveður í samráði við viðkomandi starfsmann hvernig tilkynna skuli nemendum og starfsfólki skólans um veikindin.

### Nemendur skólans

Viðkomandi starfsfólki og bekkjarfélögum er greint frá því í samráði við foreldra/forráðamenn ef nemandi þarf að vera langdvölum burt frá skóla vegna alvarlegra veikinda. Áfallaráð ákveður hvernig taka skuli á málinu og metur hve mikið vinna skal með viðkomandi bekki.

Aðilar úr áfallaráði ásamt umsjónarkennara ræða við og vinnur með nemendum í einstaka bekkjum sem tengjast málinu eftir aðstæðum.

Athuga skal hvort heimsóknir séu mögulegar eða heppilegar.

Sýna atburðinum virðingu án þess að velta sér upp úr honum, m.a. getur bekkurinn sent kveðju.

### Þegar nemandi kemur aftur í skólann:

- Undirbúa þarf bekkjarfélaga undir það hvernig taka skuli á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann, en það getur auðveldað nemandanum endurkomuna.
- Umsjónarkennari ásamt aðila úr áfallaráði ræða við nemandann áður en hann kemur í skólann og hlusta eftir því hvernig honum líður og hverju hann kvíðir.
- Umsjónarkennari veitir viðkomandi nemanda sérstaka athygli næstu vikur.



## Alvarleg veikindi aðstandenda nemanda

- Skólastjórnendur eða umsjónarkennari fær staðfestingu á veikindunum hjá forráðamanni nemandans.
- Upplýsingum komið til umsjónarkennara auk annarra sem málið varða.
- Áfallaráð kemur saman og ákveður í samráði við forráðamenn hvernig unnið skuli að málinu.

## Alvarleg slys

### Starfsmaður skóla

Áfallaráð ákveður í samráði við viðkomandi starfsmann eða aðstandendur hvernig tilkynna skuli nemendum slysið.

### Nemandi skóla

Slys sem verða í skólanum:

Verði alvarlegt slys á nemanda á skólatíma skal hafa samband við forráðamenn og lögreglu sem allra fyrst.

- Áfallaráð fundar og ákveður hvernig bregðast skuli við.
- Aðilar úr áfallaráði ásamt umsjónarkennara ræða við nemendur í einstaka bekkjum sem tengjast málinu.
- Starfsfólki og nemendum er greint frá slysinu.
- Skólastjórnendur gæta þess að enginn fari heim úr skólanum með rangar eða misvísandi upplýsingar um neinn þátt málsins. Í því sambandi gæti þurft að senda bréf með helstu upplýsingum heim með nemendum eða hringja.
- Ef um alvarlegt slys er að ræða er haldinn fundur með kennurum og starfsfólki skóla þar sem farið er yfir staðreyndir málsins.
- Sýni fjölmiðlar áhuga, er skólastjóri eða staðgengill hans eini tengiliður skólans við þá. Allir aðrir skulu vísa á hann varðandi allar upplýsingar sem gefa á.

Ef kalla þarf sjúkrabíl að skólanum

- Sá sem kallar til sjúkrabíl lætur ritara vita.
- Ritari kallar til húsvörð og skólastjórnendur.
- Húsvörður og skólastjórnendur skipuleggja aðkomu sjúkrabílsins, reyna að afmarka svæðið og huga að gæslu fyrir utan skólann ef þörf krefur.
- Ef frímínútur eru, er skólabjöllu hringt og nemendur kallaðir inn í skólann.

### Slys sem verða utan skólatíma:

- Áfallaráð fundar og ákveður hvernig bregðast skuli við
- Viðkomandi starfsfólki og bekkjarfélögum er tilkynnt um slysið eins fljótt og auðið er.

### Næstu dagar:

- Ört upplýsingastreymi til skólans er mikilvægt.
- Bekkjarkennari komi upplýsingum til nemenda.
- Athuga skal hvort heimsóknir séu mögulegar eða heppilegar.
- Sýna atburðinum virðingu án þess að velta sér upp úr honum, m.a. getur bekkurinn sent kveðju.

### Þegar nemandi kemur aftur í skólann:

- Undirbúa þarf bekkjarfélaga undir það hvernig taka skuli á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann, en það getur auðveldað nemandanum endurkomuna.
- Kennari ásamt aðila úr áfallaráði, ræða við nemandann áður en hann kemur í skólann og hlustar eftir því hvernig honum líður og hverju hann kvíðir.
- Umsjónarkennari veitir viðkomandi nemanda sérstaka athygli næstu vikur.

**Mikilvægt er að umsjónarkennari geti leitað eftir stuðningi og hjálp varðandi eigin líðan.**

### Slys hjá aðstandenda nemanda

#### Fyrstu viðbrögð í skólanum:

- Skólastjórnendur eða umsjónarkennari fá staðfestingu á slysinu hjá forráðamanni nemandans.
- Upplýsingum komið til umsjónarkennara auk annara sem málið varðar.
- Áfallaráð fundar um málið og ákveður í samráði við forráðamenn hvernig unnið skuli að málinu.
- Aðilar úr áfallaráði aðstoða umsjónarkennara við að undirbúa bekkinn undir það hvernig bekkurinn tekur á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann. Það auðveldar nemandanum endurkomuna.

## Skilnaður

Mikilvægt er að foreldrar geri skólanum viðvart ef um skilnað er að ræða. Börn verða alltaf fyrir sorg og aðskilnaði við skilnað foreldra. Eigi nemandi í tilfinningalegum erfiðleikum vegna skilnaðar foreldra getur hann leitað stuðnings m.a hjá náms-og starfsráðgjafa, hjúkrunarfræðingi, deildarstjóra, umsjónarkennara eða sérkennara. Meta þarf hvort leita skuli frekari aðstoðar hjá fagaðila utan skólans.

## Kynferðislegt ofbeldi tengt nemanda

Tilkynna skal strax til barnaverndar ef grunur vaknar um kynferðislega misnotkun. Það er þeirra að skera úr um hvort sá grunur sé á rökum reistur.

Skólastjórnendur tilkynna til barnaverndar fyrir hönd kennara.

## Eftirfylgni

Einstaklingar sem orðið hafa fyrir áfalli sýna mismunandi einkenni streitu og í mismiklum mæli. Mikilvægt er að viðkomandi sé sýnd nærgætni og tillitssemi. Hafa ber í huga að ákveðnir tímar eru oft viðkvæmir s.s jól, páskar og afmæli.

## Lesefni um sorg og áföll

Trevor Romain. (2010). *Hvað í veröldinni gerir maður þegar einhver deyr?* Skálholtsútgáfa.

Jónína Lía Þorsteinsdóttir. (2004). *Mig mun ekkert bresta.* Skálholtsútgáfan.

Sigurður Pálsson. (1998). *Börn og sorg.* Skálholtsútgáfan.

## Heimasíður

[www.missir.is](http://www.missir.is)

[www.sorg.is](http://www.sorg.is)

[www.ljonshjarta.is](http://www.ljonshjarta.is)

[www.barn.is](http://www.barn.is)