



KRISPLAN
UDDEVALLA
GYMNASIESKOLA

AGNEBERG



Krisplan för Uddevalla Gymnasieskola Agneberg

KRISGRUPP MED TELEFONNUMMER

Om något allvarligt händer skall alltid någon i **KRIS**-gruppen kontaktas.
KRIS-gruppen består av:

Skolledning

Teuvo Kanerva	072-207 53 05
Christina Bergstrand	070-228 41 59
Fredrik Ekstedt	070-228 71 50
Nina Södergren	070-292 56 02
Ulf Nilsson	076-945 71 87
Caroline Borg	079-061 84 63

Skolsköterska

Birgit Hansson	0522-69 68 71
Dag Jönsson	0522-69 69 94
Kate Trygg	0522-69 68 70
Naomi Makita	0522-69 69 16

Kurator

Ellinor Berglund	0522-69 68 74
Linda Sköld	0522-69 68 89
Katarina Björketun	0522-69 58 36
Cecilia Bäck	0522-69 72 11

Resurser för krisgruppen:

Kristina Hilmersson	0522-69 72 50
Martin Front	0522-69 69 33
Lena Eriksson	0522-69 68 68
Thord Magnusson	0522-69 69 32
Marina Näverå	0522-69 68 67

- **Kontaktpersonen i KRIS-gruppen samlar övriga i gruppen genom telefon till var och en (EJ genom allanrop). Konferensrummet på andra våningen mellan personalrummet och biblioteket är samlingsplats. (Om inte annan anges.)**
- **KRIS-gruppen planerar och fördelar arbetsuppgifter.**
- **Personalen informeras av rektor så snart som möjligt.**
- **All kontakt med massmedia sker genom rektorerna, gäller händelsen flera skolhus ges information av VC.**



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Krisplan för Uddevalla Gymnasieskola Agneberg.....	2
Krisgrupp med telefonnummer	2
Innehållsförteckning.....	3
Viktigt att veta.....	4
Instruktion för allanropsanläggningen	4
Första förband	4
Viktiga telefonnummer	5
Checklista för rektor.....	6
När elev har avlidit.....	6
När personal har avlidit.....	6
Beredskapsplan för olika händelser.....	7
Elev avlider eller blir svårt skadad.....	7
Omedelbar aktivitetsplan	7
Uppföljning under de närmast följande dagarna	8
Personal avlider hastigt eller blir svårt skadad.....	9
Klassrumssamtal	10
Ritualer.....	11
Reaktioner vid chock och kris.....	12
Att tänka på om Du själv kommer i situationen att ge känslomässig första hjälp.....	13



VIKTIGT ATT VETA

En märkt KRISLÅDA förvaras på expeditionen rum 418 i A-huset.

KRISLÅDAN INNEHÅLLER

- **KRISPÄRM**
- **Utrymningspärm, finns i receptionen samt på expeditionen med telefonnummer till samtliga elevers och anställdas anhöriga**

INSTRUKTION FÖR ALLANROPSANLÄGGNINGEN

Interntelefon som fungerar för allanrop finns i receptionen, slå 905

FÖRSTA FÖRBAND

Finns i receptionen

**VIKTIGA TELEFONNUMMER**

NÄL och Uddevalla sjukhus, växel	010-435 00 00
Ambulans	112, nödsituation 031-703 13 00, Ej brådskande
Polis	112, nödsituation 114 14 Ej nödsituation
Brandkår	112, nödsituation 031-703 13 63, Ej nödsituation
Präst Anders Josephsson mail: anders.josephsson@svenskakyrkan.se	070-727 11 41
Kommunens krisgrupp	0522-69 60 00 vx
Landstingets krisgrupp	010-473 81 00
Socialförvaltningen	0522-69 68 00
Tolkförmedlingen i Väst	0770-81 30 00
Björn Segelod	0522-69 64 01
Säkerhetschef i Uddevalla kommun	
Giftinformationscentralen	112, i brådskande ärende 08-33 12 31, icke brådskande fall kontorstid
Gymnasiekontoret:	
Marie Pettersson Högesjö	0522-69 68 50
Stefan Einarsson	0522-69 68 53



CHECKLISTA FÖR REKTOR

När elev har avlidit

- Om skolan fått dödsbud t.ex. via telefonsamtal eller mail så vidta åtgärder för att få det säkerställt att beskedet är sant innan vidare information sker.
- Om berörd rektor inte är på plats utses en annan person ur Krisgruppen att informera eleverna.
Övriga arbetsuppgifter fördelas i Krisgruppen.
- Ring klassföreståndare/personal.
- Meddela elevvårdspersonal och berörd personal så fort som möjligt.
- Rektor eller personal kontaktar föräldrar.
- Rektor ombesörjer att flaggan hissas på halv stång.
- Frigöra klassföreståndare från undervisning i annan klass.
- Rektor och berörd personal beslutar och anordnar ev. minnesstund och minnesbord
- Ombesörja att blommor beställs till familjen, minnesbordet och begravning.
- Rektor skall delta vid begravning.
- Hålla kontinuerlig kontakt med berörd personal.
- Samla berörda elever/personal före och efter begravningen för att ge tillfälle till frågor, bearbetning m.m.

När personal har avlidit

- Meddela berörda kollegor snarast.
- Ombesörja att flaggan hissas på halv stång.
- Meddela alla berörda elever i samband med första lektionen.
- Gå ev. tillsammans med klassföreståndaren i berörd klass in på den lektion som läraren skulle ha haft.
- Anordna minnesstund.
- Ombesörja att blommor beställs till familjen, minnesbord och begravning.
- Delta vid begravningen.
- Samla arbetskamrater före och efter begravningen för att ge tillfälle till frågor och bearbetning.



Beredskapsplan för olika händelser

ELEV AVLIDER ELLER BLIR SVÅRT SKADAD.

Omedelbar aktivitetsplan

1) Medicinsk förstahjälp

2) Ambulans och Polis tillkallas. KRIS-gruppen underrättas. Lärare stannar hos eleven.

3) Rektor samlar KRIS-gruppen.

4) KRIS-gruppen underrättar:

- **Familjen om olyckan (vid dödsfall krävs tillstånd från Polisen) om skolans vidare åtgärder**
- **Verksamhetschef på gymnasiekontoret**
- **Mentor**
- **Klassen och andra elever (tillsammans med klassföreståndaren)**
 - **om olyckan/dödsfallet**
 - **om skolans vidare åtgärder**
 - **om klassrumssamtal påföljande dag**
 - **om jordfästning**
 - **om besök på sjukhuset (vid olycksfall)**
- **Övriga lärare/övrig personal:**
 - **om fakta kring händelsen**
 - **om vilka stödåtgärder som satts in**
 - **om planer för vidare åtgärder**
 - **om hantering av massmedia**
- **Personalen på gymnasiekontoret**

5) KRIS-gruppen gör en bedömning av:

- **händelsens omedelbara effekt på elever, personal och övriga**
- **vilka elever och personal som har behov av särskild uppföljning och behovet av hjälp utifrån**

6) Plan för återstoden av dagen:

- **stöd i klassrummet**
- **skriftlig utformas till eleverna och föräldrarna**

7) Stöd till berörd personal (ett första samtal om det som hänt)

8) Skydda elever, ev. även familj och personal från massmedia. Hänvisa massmedia till rektor.

9) Bestäm ett möte med skolans personal för att diskutera planerna för påföljande dag. Alla lärare i berörda klasser deltar i mötet.

10) Om eleven tillhör en organisation eller liknande:



- **kontakta föreningen för ev. samordning av uppföljningen**
- **inställ inte träningspass eller andra aktiviteter, men markera med en information, minnesstund/minnesord och ev. tyst minut.**
- **ha ett samtal med elevens närmaste vänner (se bilaga 1)**

Uppföljning under de närmast följande dagarna

KRISGRUPPEN

- 1. Inleder påföljande dag med en utvärdering av den föregående och går igenom planerna för dagen.**
- 2. Anordnar klassrumssamtal för att gå igenom det inträffade (se bilaga 1).**
- 3. Anordnar gruppsammankomster för särskilt starkt berörda elever.**
- 4. Håll ett personalmöte vid dagens slut:**
 - **förmedla aktuell information och redogör för den vidare planeringen.**
 - **hjälp lärarna att uttrycka sina egna tankar och reaktioner.**
- 5. Kontakta familjen för att uttrycka skolans medkänsla och erbjuda stöd:**
 - **rektor eller annan utsedd person besöker familjen.**
- 6. Hjälp ev. syskon och nära vänner att återgå till normala rutiner.**
 - **Lärare gör hembesök och planerar återkomsten till skolan.**
- 7. Vid olycksfall utan dödlig utgång**
 - **Planera elevens återkomst till skolan, diskutera hur kontakten mellan elev och skola kan upprätthållas under sjukhusvistelse och konvalescenstid.**
- 8. Låt eleverna delta vid ev. begravning med lärare och/eller föräldrar i samråd med familjen.**



PERSONAL AVLIDER HASTIGT ELLER BLIR SVÅRT SKADAD

Följ i stort de instruktioner som givits vid *Elev avlider hastigt eller blir svårt skadad*. Komplettera dock med följande:

- Sammankalla personalen där möjlighet ges att tala ut om det som hänt.
- Anordna klassrumssamtal för att hjälpa de närmast berörda klasserna.
- Låt eleverna delta vid begravningen i sällskap med vuxna i samråd med familjen.
- Försök så snabbt som möjligt återföra klassen till normala rutiner.



KLASSRUMSSAMTAL

Ett strukturerat klassrumssamtal (psykologisk debriefing) för att klarlägga vad som hänt, dela reaktioner och stötta varandra.

Två lärare bör leda samtalet tillsammans.

Samtalet struktureras enligt följande:

- **Introduktion:** Informera om att vid kriser som t.ex. dödsfall drabbas efterlevande av många tankar, intryck och reaktioner som är viktiga att tala om.
- **Fakta:** Eleverna berättar hur de fick höra talas om dödsfallet, var, när och av vem. Läraren kan upplysa med sin information. Ge konkret information.
- **Tankar/reaktioner:** Eleverna berättar om alla sina tankar och reaktioner efter att de hade fått veta vad som hänt. Fråga t.ex. eleverna *vilken var din första tanke när du hörde om händelsen? Vad var det värsta med det du var med om?*
- **Information:** Informera om normala reaktioner så som rädsla och ångest, vrede, hämndkänslor, skuld-känslor, sorg och koncentrationssvårigheter.
- **Avslutning:** Sammanfatta samtalet och gör upp planer för den närmaste framtiden. Var observant på om någon elev behöver enskilt stöd.

Bilaga 2



RITUALER

- **Hissa flaggan på halv stång.**
- **Minnesstund**
- **Delta vid begravningen: viktigt att informera sig om familjens önskemål.**
- **Besök på olycks- eller katastrofplatsen.**

Uppmärksamma födelsedag och dödsdag, 1 år



REAKTIONER VID CHOCK OCH KRIS

En psykisk krisreaktion inleds ofta med en chock. Detta är en övergående process som kan ta olika lång tid.

Processen inleds i fyra faser;

- Chockfasen
 - Reaktionsfasen
 - Bearbetningsfasen
 - Nyorienteringsfasen
- **Chockfasen:** inleder krisförloppet. Vid kraftig chock pågår chockfasen från ett kort ögonblick till några dygn. Under denna fas försöker man med all kraft att hålla verkligheten ifrån sig. Man har svårt att förstå vad som hänt. En del råkar i affekt och skriker. Andra blir tysta och paralyserade. Några gråter eller pratar forcerat. Då behöver man omvårdnad och kroppskontakt. Man är inte mottaglig för information och goda råd. Man skall heller inte lämnas ensam. En människa kan vara chockad utan att det märks något utåt. Andra personer i närheten måste därför utifrån det som inträffat, räkna med att personen kan vara chockad. I sitt handlande måste de agera som om hon vore chockad.
 - **Reaktionsfasen:** inträffar när den drabbade inte längre kan hålla verkligheten i från sig eller inte kan förneka det som hänt. Hon börjar förstå innebörden av det som inträffat och förtvivlan är total. Hon ser inte hur hon skall kunna uthärda och är rädd för att *bli galen*. Hon ältar problem och frågor. *Varför, varför skulle det här hända?* Detta är ett led i att närma sig det som känns svårt. Inslag av ångest, nedstämdhet och sömnsvårigheter förekommer.
 - **Bearbetningsfasen:** innebär att den akuta delen av krissituationen är över. Man börjar känna att man är på väg att klara svårigheterna. Vid akut kris infaller bearbetningsfasen efter 4-6 veckor. Den innebär att man på ett djupt plan lyckas acceptera det inträffade. Fasen kan pågå under ett halvt till ett år.
 - **Nyorienteringsfasen:** man har kommit långt i krisförloppet och kan börja se hoppfullt på framtiden.

Faserna är tydligast i större krissituationer, vilka sammanlagt varar ett år eller längre. Vid smärre chocker kan chockfasen, reaktionsfasen och delvis bearbetningsfasen gå in i varandra och nästan sammanfalla till en fas, som kan vara över inom några dygn.



ATT TÄNKA PÅ OM DU SJÄLV KOMMER I SITUATIONEN ATT GE KÄNSLOMÄSSIG FÖRSTA HJÄLP.

1. Tillrättalägg klimatet runt den hjälpbehövande så gott det går:

- Omsorg
- Värme
- Lugn
- Trygghet
- Förståelse
- Accepterande

2. Ge saklig information:

- Vad har hänt och när
- Var beredd på chockreaktioner
- Låt informationen vara kort, precis och taktfull

3. Ge Dig tid att:

- Lyssna
- Lugna
- Trösta
- Verkliggöra det överkliga

4. Undvik tomma fraser (det kunde varit värre.....etc).

För ytterligare information se "när det krisar i skolan" denna ligger i krislådan.