



Rutin för efterlevandestöd vid suicid – Förskola/skola

Samordning efterlevandestöd - Sammanfattande översikt

- Rektor kontaktar omgående vårdnadshavare som i samråd med den efterlevande eleven utser lämplig efterlevandelots till barnet som drabbats av närståendes suicid.
- Efterlevandelotsen tar omgående kontakt med vårdnadshavaren och påbörjar därefter kontakter med eleven.
- Efterlevandelotsen genomför regelbundna, individuellt anpassade avstämningar med eleven under minst ett års tid (längre om behov kvarstår). Dessa kontakter sker **företrädesvis fysiskt** men vid kortare avstämningar kan sms eller andra digitala kanaler vara ett komplement/alternativ.

Att tänka på inför kontakterna:

- Din uppgift är **inte** att terapeutiskt (eller medicinskt) behandla.
- Det primära syftet med kontakterna är att lyssna in elevens situation och mående, stötta och vid behov vägleda till stödresurser. Du är framför allt en stabil och viktig vuxenkontakt för barnet.
- Lämna utrymme för barnet att få prata om det som hänt och den avlidna personen om hen vill.
- Använd empatiskt lyssnande (med öron, ögon och hjärta).
- Respektera barnets handlingar och reaktioner. **Ta inte reaktioner personligt!**
- Normalisera de känslor som barnet upplever. Inget är onormalt.
- Om du känner osäkerhet över något som uppkommit i samtal med barnet kan du alltid kontakta elevhälsan för stöd och rådgivning.
- Exempel på vanliga känslor hos barn i samband med närståendes suicid finns att läsa [här](#).
- BRIS har [stödhelger](#) för barn som drabbats av en förälders suicid. Där får barn och familjer möjlighet att prata och träffa andra som varit med om samma sak. Denna information kan du med fördel förmedla till barnet.
- Information till efterlevande finns på 1177 (för [barn](#) och [vuxna](#)).

Första samtalet (med vårdnadshavare)

- Bekräfta det inträffade och beklaga sorgen.
- Berätta att du är skolans efterlevandelots, att du under en tid framöver kommer att höra av dig till barnet regelbundet samt vad syftet med dessa kontakter är.
- Samtala utifrån nedanstående områden:



Barnet och dess relationer på skolan

- Vem har eleven förtroende för?
- Finns någon kamrat som kan vara ett stöd?
- Viktiga aktiviteter för barnet?
- Andra på skolan med nära relationer till den avlidne som kan behöva fångas upp?

Information från skolan om det inträffade

- Vilka önskar du ska få information?
 - Vad ska informationen innehålla?
 - Önskar du se informationen innan den skickas ut?
- Fråga om det finns något annat skolan kan göra för dig som vårdnadshavare.
 - Uppmana till försiktighet på sociala medier!
 - Lämna dina kontaktuppgifter. Skicka även dessa i ett sms efter avslutat samtal.

Första samtalet (med barnet)

- Bekräfta det inträffade och beklaga sorgen.
- Berätta för barnet att du under en tid framöver kommer att höra av dig samt vad syftet med dessa kontakter är.
- Lyssna in barnets situation och eventuella behov.
- Fråga om det finns något du som vuxen kan hjälpa barnet med just nu.
- Uppmana till försiktighet på sociala medier! (Det är lätt att felaktig information sprids eller att information misstolkas. Bättre att under en tid avstå från att lägga ut något).
- Berätta att barnet alltid kan kontakta dig och lämna dina kontaktuppgifter.
- Informera om stödverksamheter som finns tillgängliga efter skoltid:
 - BRIS (116 111, dygnet runt)
 - SPES stömlinje för efterlevande (020-18 18 00, alla dagar 19-22)

Efter samtal med barnet

- Efter första samtalet är det viktigt att du fyller i en kort [enkät](#). Detta är för att få veta hur många barn i Kalmar län som har erbjudits efterlevandestöd.
- Har barnet tillgång till egen mobil skickar du ett sms med dina kontaktuppgifter samt kontaktuppgifter till BRIS och SPES.
- Ta nödvändiga kontakter utifrån de behov som framkommit i samtalet.
- Planera när nästa kontakt med barnet skall ske (individuellt och behovsstyrt). För barn är det dock viktigt med täta kontakter i början.

Fortsatta kontakter

- Följ upp föregående kontakter (till exempel):
 - Hur har det varit sen sist?
 - Situationen i skolan? Hemma?
 - Stödinsatser som påbörjats (eller avslutats)?



- Är dessa hjälpsamma?
- Har nya behov av stöd/hjälp uppkommit?
- Behov av tätare kontakter med mig?
- Samtala gärna om, och uppmuntra till att fortsätta med, sådant som ger glädje och är positivt för barnet (föreningsliv, kompisar, fritidsintressen etc.)

Avslutande av efterlevandestöd

- När behovet hos barnet bedöms ha blivit mindre kan mötestätheten glesas ut för att till slut upphöra. Kontakterna bör dock pågå under **minst ett år**.
- Genom barnets vårdnadshavares efterlevandelots på hälsocentralen får barnet tillgång till en enkät om hur hen har upplevt stödet.
Kan barnet själv fylla i [enkäten](#) (utifrån mognad/ålder) ska du erbjuda hen denna i samband med att stödet avslutas. Har barnet redan fyllt i den via sin vårdnadshavare ska den inte fyllas i igen.

Övrigt

- En fullständig redogörelse för efterlevandestöd vid suicid (för barn och vuxna) i Kalmar län finns att läsa [här](#). Där finns även översiktliga processbeskrivningar, broschyren "Till dig som har mist en närstående" m.m.