

När döden kommer till skolan

Att möta elever i kris och sorg

Maria Johansson
David Lundström

Luleå tekniska universitet
Lärarytning
Allmänt utbildningsområde C-nivå
Institutionen för Utbildningsvetenskap

Abstrakt

Syftet med detta arbete har varit att lägga en teoretisk grund till ämnet elever i sorg samt att med utgångspunkt från denna, jämte analyser av befintliga krishanteringsplaner och en enkät kring krisberedskap, konstruera ett förslag till en krishanteringsplan som kan fungera som ett konkret verktyg för skolans personal när deras elever drabbas av sorg. Vi kan i detta arbete konstatera att elever i sorg är i behov av att i skolan möta personal som är utbildad i krishanteringsfrågor. Detta är viktigt då elevernas naturliga och individuella sorgprocesser inte kan separeras från deras vardag i skolan. Vi har kunnat se att det bland de undersökta skolorna finns ett behov av att utbilda personalen i dessa frågor. Vi har också kunnat konstatera, utifrån en bedömning av planernas tydlighet beträffande stoff och struktur, att endast två av sex granskade krishanteringsplaner i sin helhet fungerar som konkreta arbetsverktyg samt att ytterligare förbättringar av samtliga planer, med enkla medel, är genomförbart.

Innehållsförteckning

Inledning.....	1
Syfte	1
Bakgrund	1
Metod	2
Barnet, döden och det svenska samhället.....	3
Vår syn på döden och döendet	3
Barns och ungdomars förståelse av och föreställningar om döden	4
När sorgen drabbar	6
Kris och Sorg.....	6
Sorgeprocessen.....	6
De vanligaste mötena med döden och dess följder	8
Relationen till den döde och tänkbara konsekvenser av dennes död	8
Sättet att dö.....	10
Sorgereaktioner	11
Att möta elever i sorg	14
Lärarens roll	14
Att lämna ett dödsbud	16
Den (med) sörjande klassen	16
Krishantering i Skellefteå kommun.....	18
Lokal undersökning av krisberedskap.....	18
Komparationen av de lokala planerna.....	19
Komparation mellan dokument författade av professionella krishanterare och de lokala planerna	20
Förslag till krishanteringsplan.....	21
Diskussion	24
Förslag till fortsatt forskning.....	30
Litteraturlista	31

Inledning

Det finns en sak här i livet som vi människor kan vara alldeles säkra på och det är att vi alla, förr eller senare, kommer att dö. Döden är ett ämne som för många av oss är tabu – vi vill inte tala om och än mindre tänka på den. Den är ett område som många av oss känner stor rädsla, ångest och osäkerhet inför. Likafullt är det svårt att blunda inför det faktum att vi alla, på det ena eller det andra sättet, under vår egen livstid kommer att möta döden ett flertal gånger och i ett flertal olika former. Den möter oss när vi öppnar vår dagstidning eller när vi slår på vår TV. I massmedia visas dagligen bilder på krigs- och terroroffer men här ryms också dödsrunor till minne av människor som levt i vår direkta närhet. Bland dessa runor möter vi människor som under sin livstid varit mor- och farföräldrar, syskon, föräldrar, vänner och barn.

I dödens kölvatten följer såväl kris som sorg. Dessa processer kan ta sig många olika uttryck och former bl.a. beroende på vår relation till den döde och huruvida dödsfallet var väntat eller om det kommit hastigt och oväntat. En människa som befinner sig i kris eller sorg är i stort behov av att finna stöd i sin omgivning. I vår framtida yrkesverksamhet som lärare kommer vi med högsta sannolikhet att stöta på död, sorg och krisartade situationer ett flertal gånger. Genom detta arbete vill vi skaffa oss en teoretisk kunskapsgrund kring död, sorg och krishantering för att på bästa sätt kunna möta våra blivande elever, deras anhöriga och våra framtida kollegor i den svåra stund som ett möte med döden kan innebära.

Syfte

Syftet med detta arbete kan sägas vara tvådelat i det att vi här dels strävar efter att skapa en teoretisk förståelse för den belägenhet som elever i sorg kan tänkas befinna sig i samt att vi utifrån denna förståelse syftar till att utforma ett förslag till en konkret krishanteringsplan anpassad för att möta elever i grundskolans senare år samt i gymnasiet som drabbats av kris och sorg efter en nära anhörigs eller väns hastiga och oväntade dödsfall.

Bakgrund

Under senare år har en stor mängd litteratur givits ut som behandlar såväl barns upplevelse av sorg som deras möte med döden. Bland dessa kan bland annat psykologen Atle Dyregrovs *Barn i sorg* (1990) och sjukhusprästen Steinar Ekviks *Skolan och elever i sorg* (1993) nämnas. Dessa båda herrar har gett ut praktiska och jämförelsevis kortfattade handböcker lämpade att använda som handledning för människor som arbetar med barn som drabbats av sorg inom såväl vård som skola. Göran Gyllensvärd och Lotta Polfeldt låter oss i boken *Aldrig i livet* (2001) ta del av de erfarenheter som några barn och ungdomar gjort i samband med att de mist någon av sina nära anhöriga. Författartrion Gunilla Tegern, Bengt Erik Eriksson och Jan Beskow presenterar i sin bok *Ungdomars tal och tankar om självmord* (2003) en undersökning som kastar ljus över förhållandet mellan ungdomar och suicid. Ett ämne som i dag har största aktualitet för oss pedagoger eftersom antalet suicidfall, enligt psykologen och suicidexperten Solveig Cronström-Beskows (1988) utsagor, sedan 70-talets utplanande statistik, har börjat öka igen. Ytterligare en författare som bör nämnas i detta sammanhang är Elisabet Kübler-Ross vars litterära produktion behandlar ämnet döden och vårt förhållningssätt gentemot den ur ett flertal olika perspektiv. Här kan bl.a. titlar som *Döden är livsviktig* (1999) och *Om barn och döden* (1988) nämnas.

När vi har studerat delar av den omfattande litteratur som berör vårt ämne har vi funnit att de flesta böcker mer eller mindre direkt vänder sig till människor som arbetar med yngre barn. Vi har också uppmärksammat att det i den befintliga litteraturen står väldigt lite om hur vi som pedagoger konkret ska möta och förhålla oss till våra elever då de drabbats av sorg eller kris. Eftersom vi i vår kommande yrkesverksamhet kommer att arbeta just som pedagoger bland unga vuxna och tonåringar upplever vi att det här finns en viktig kunskapslucka att

fylla. Vi anser även att det finns ett behov av ett kortfattat och överskådligt arbete som på ett kärnfullt sätt belyser de centrala delarna i detta viktiga arbete.

I *Lärarens Handbok*, i vilken såväl *Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet* (Lpo 94) som *Läroplanen för de frivilliga skolformerna* (Lpf 94) som *Skollagen* återfinns understryks upprepade gånger att alla som arbetar i skolan ska ”hjälpa elever i behov av särskilt stöd” samt ”stimulera, handleda och ge särskilt stöd till elever som har svårigheter”. Elever som drabbats av sorg eller befinner sig i en krisartad situation bör av oss som arbetar i skolan betraktas som elever i behov av särskilt stöd eftersom deras upplevelser och reaktioner under denna period med all sannolikhet även kommer att avspegla sig i deras direkta skolsituation (*Lärarens handbok*, s.17, samt s.45).

För att kunna möta dessa elever på ett professionellt sätt är det av största vikt att vi som pedagoger inskaffar den kompetens som detta arbete kräver. Vi som arbetar inom skolans väggar finns i våra elevers närhet fem av veckans sju dagar. Vi tillbringar med största sannolikhet mer tid med dem än någon annan grupp i samhället. Vikten av att vi vet hur vi på bästa sätt ska möta dessa elever finner bland annat stöd i inledningen till krishanteringsexperten Thore Perssons bok *Att möta människor i kris - om kristeori och krisbestånd* där det understryks:

Att vara i kris är inte detsamma som att befinna sig i ett sjukligt tillstånd. Det är snarare den friska människans svar på en för henne övermäktig händelse. Vad hon behöver är inte att någon terapeutiskt utbildad person tillkallas utan att de människor som finns i hennes omgivning kan möta henne på ett sådant sätt att den nödvändiga bearbetningsprocessen kommer igång och understöds (Persson, 1995, s.5).

Metod

Detta arbete tar utgångspunkt i den s.k. ”ground theory”- modellen enligt vilken fortlöpande insamling, kodning och analyserande av data har utförts parallellt. Examensarbetet utgår därför inte från en färdig teori utan syftar istället fram emot en sådan vilken här redovisas i form av ett förslag till en konkret krishanteringsplan. Arbetet har sin underbyggnad dels i litteraturstudier, dels i kvalitativa intervjuer, dels i en komparativ studie av redan befintliga krishanteringsplaner. Såväl intervjuerna som den komparativa studien har föregåtts av litterära studier i syfte att införskaffa grundläggande ämneskunskaper (Svenning, 2000, Svensson & Starrin (red.), 1996).

Intervjuer har gjorts med människor som besitter en praktisk erfarenhet av att arbeta med ungdomar i sorg och kris. Syftet med dessa intervjuer har varit att foga en verklighetsbild till den teoretiska kunskapen för att på så sätt ge arbetet bredd. Intervjuernas kvalitet har i första hand säkrats genom dess kongruens med de resultat som presenteras i ämnesrelevant litteratur. Syftet med den komparativa studien av redan befintliga krishanteringsplaner har varit att ge dig som läser detta arbete en bild av hur skolan idag hanterar mötet med elever i sorg och hur dessa planer eventuellt kan bearbetas och vidareutvecklas.

Vi har i detta arbete använt oss av sex krishanteringsplaner, tre från gymnasiet och tre från grundskolans senare år. Ett antal som har gjort det möjligt för oss att hantera såväl arbetets ringa längd som att ge bredd åt vårt undersökningsmaterial. Dessa arbeten har jämförts ur ett lokalt såväl som ett nationellt perspektiv. I det första skedet av komparationen har en inbördes jämförelse mellan de lokala planerna gjorts medan vi i det senare skedet jämfört dessa dokument med en plan som utformats av ämneskunnig, etablerad expertis. Eftersom syftet med detta arbete inte är att hänga ut de enskilda skolornas brister eller förtjänster har vi, av forskningsetiska skäl, valt att inte nämna dessa vid namn. De krishanteringsplaner som vi har undersökt har uppvisat såväl varierande längd som ett varierat innehåll. För att kunna göra en rättvis jämförelse mellan dessa planer valde vi att jämföra de delar av planerna som berör

dödsfall bland elever utanför skolan. För att ge arbetet ytterligare lokal prägel har vi även utfört en mindre undersökning bland Skellefteå kommuns grund- och gymnasieskolor i vilken skolornas krishanteringsberedskap undersökts. Dessa skolor kommer inte heller att namnges.

För att kartlägga vilka de vanligaste mötena med den onda, bråda döden som våra elever gör har vi valt att använda oss av statistik från Statistiska Centralbyrån. Då vi inriktar oss på elever i högstadie- och gymnasieåldern har vi plockat fram siffror som presenterar de vanligaste dödsorsakerna för åldersgrupperna 0-19 samt 20 -54 år eftersom det är här som vi troligtvis återfinner dessa elevers föräldrar, syskon och vänner (SCB, 1987-1996).

I detta arbete har vi valt att behandla såväl kris- som sorgbegreppet. Eftersom den traumatiska krisen och de akuta skedena i sorgprocessen ofta går hand i hand och initieras vid samma tidpunkt och eftersom krisartade situationer ofta uppkommer vid ett flertal tillfällen under själva sorgprocessen anser vi det vara viktigt att beröra båda processerna.

Eftersom vi i detta arbete inte kan sträva efter att ge en heltäckande och uttömmande beskrivning av ämnet har vi begränsat oss till följande frågeställningar; Vilka är de vanligaste mötena med döden som våra ungdomar gör och hur påverkar dessa möten dem? Hur ska vi som pedagoger arbeta gentemot dessa ungdomar och hur kan detta arbeta påverka oss? Kan de krishanteringsplaner som vi undersökt sägas fungera som konkreta arbetsverktyg i arbetet med att möta elever i sorg? För att ytterligare förtydliga ovanstående frågeställningar vill betona att detta arbete inte kommer att ta upp de kris- och sorgereaktioner samt effekter som kan drabba en elev efter mötet med den ”naturliga” döden vilken vi här vill definiera som de tillfällen döden möter eleven genom att dennes mor- eller farförälder på ålderns höst avlider. Fokus är istället riktat mot mötet med den onda, bråda döden. En död som vi förknippar med att en vän eller nära anhörig helt oväntat och utan förvarning rycks bort från oss. Vi är givetvis medvetna om att också elever som möter den naturliga döden upplever sorg. En sorg som vi på intet sätt vill förringa. Den onda, bråda döden kan dock, just genom sitt överrumplande och våldsamma intåg i människans liv, kräva ett annat bemötande än den väntade och stillsamma döden. Eftersom det är de krisartade och hastiga dödsfallen som en krishanteringsplan i huvudsak syftar till att hantera ser vi det som naturligt att i detta arbete begränsa oss just till dessa.

Enligt den översikt över väsentliga skillnader mellan kvantitativa och kvalitativa metoder som Ronny Gunnarsson (2002-12-13) presenterar bör kvaliteten på detta arbete, eftersom vi här arbetat med kvalitativa metoder, främst granskas efter huruvida våra tolkningar av data stämmer överens med den information som våra uppgiftslämnare har försett oss med. Det ska finnas en kongruens mellan informanternas uppgifter och våra data. Vidare ska också kvaliteten på våra data bedömas samt huruvida vi i vårt arbete har använt oss av rätt analysmetod. Till grund för tolkning och bearbetning av data, från såväl intervjuer som krishanteringsplaner och undersökningen av skolornas krisberedskap har den hermeneutiska tolkningsmetoden legat. Denna tolkningsmetod, som strävar efter att utifrån delarna uppnå en allomfattande och djupare förståelse av helheten, anser vi svara mycket väl mot den kvalitativa metoden och de data som utgör detta arbetes grund. Slutligen bör du som läsare, för att kvaliteten på detta arbete ska betraktas som god, också kunna följa arbetets interna logik (Gunnarsson, 2002).

Barnet, döden och det svenska samhället

Vår syn på döden och döendet

I en inte alltför avlägsen dåtid kan döden, på gott och ont och på ett helt annat sätt än idag, sägas ha varit en del av det vardagliga livet. Vi föddes, levde och dog inom hemmets fyra väggar. I vår egen tid föds och dör vi vanligtvis på sjukhus. I och med detta har döden och döendet blivit något för oss främmande och avskilt. Samtidigt som vi har avskärmat oss från den reella döden har den aldrig varit mer närvarande. Massmedia pumpar dagligen ut bilder,

av såväl global som lokal karaktär, där mord, krig, dödsolyckor och våldsbrott med dödlig utgång dominerar. För våra ungdomar är denna företeelse dessutom ett vanligt förekommande inslag i såväl data- och TV-spel som film, musik, litteratur och serietidningar. Man kan fråga sig om denna avsaknad av koppling mellan media och verklighet är av godo. I sin bok *Barnet och döden* presenterar psykologen Maare Tamm sin syn på denna fråga:

Samtidigt som barnen konfronteras med realistiska framställningar av döden genom massmedier är döden i deras egen närmiljö, paradoxalt nog, både osynlig och outtalad. Människor i barnens närmiljö dör idag på sjukhus, under för barnen obegripliga former. De försvinner i den gåtfulla tystnaden som kallas döden, utan att någon förklarar för barnet vad som har hänt, eller är villiga att diskutera omständigheterna kring dödsfallet. [...] Under sådana förhållanden blir döden en skrämmande gåta, en ovisshet och en tystnad som inger fruktan (Tamm, 1986, s. 2).

Tamm får i sitt uttalande stöd av Atle Dyregrov som menar att det i vår tid inte längre är självklart att barn och ungdomar tillåts delta i de olika ritualerna kring ett dödsfall och att de därmed också stängs ute från ett aktivt deltagande i sorgen. Tanken bakom detta handlande grundar sig förmodligen på att vi vuxna, i det längsta, vill skydda och skona våra barn och ungdomar från sorg och smärta. Vi bör dock vara medvetna om att vi genom detta förfaringssätt oftast gör barnen en björntjänst. Genom att vi utestänger dem från mötet med döden menar Dyregrov att vi därmed också berövar dem dels en plats i en känslomässig gemenskap med andra sörjande, dels förståelsen av vad döden innebär och sist men inte minst kan detta förfarande även leda till att barnen berövas möjligheten att starta den egna nödvändiga sorgprocess (Dyregrov, 1999).

Idag tycks, framförallt forskare, sjukvårdspersonal, psykologer och de professionella själasörjarna, ha insett vikten av att inte längre sopa döden och döendet under mattan. Istället uppmuntras och uppmanas nu anhöriga och vänner, såväl barn som vuxna, till att ta aktiv del i sina nära och käras död. Dessa grupper är rörande överens om att det finns en absolut nödvändighet i att låta döden bli en del av vardagen igen. Vi kan inte längre tillåta detta ämne att vara tabu eftersom människor i sorg och kris är i behov av att möta personer i sin omgivning som inte är rädda för att ta del av deras sorg och smärta. Detta är ett behov som i lika hög grad återfinns hos oss vuxna som hos våra barn och ungdomar. För att den yngre generationen ska kunna förstå vad döden innebär och bättre kunna ikläda sina tankar och känslor inför döden i ord, men också för att de ska kunna sörja, är det viktigt att de inte undanhålls mötet med denna realitet.

Barns och ungdomars förståelse av och föreställningar om döden

Vår uppfattning och förståelse av döden utvecklas parallellt med vår tankemässiga mognad. Det bör dock understrykas att även faktorer som personliga erfarenheter, social kontext och de primära socialisatorernas livsåskådning och förhållningssätt till det aktuella ämnet kan ha en avgörande betydelse för individens förståelse och uppfattning av döden. Under vår uppväxt utvecklas vi generellt från ett självcentrerat konkret tänkande mot en allt mer generaliserande och abstrakt tankevärld. I våra tankar förändras synen på döden från att vara ett reversibelt till ett slutgiltigt tillstånd (Dyregrov, 1990, Tamm, 1986 m.fl.).

Maare Tamm skriver vidare att barnet, under sin intellektuella mognad, är ivrigt sysselsatt med att bearbeta sin rädsla och ångest för döden och dess slutgiltighet med hjälp av en mängd olika strategier. Exempel på sådana strategier kan vi, enligt Tamm, till exempel se då förskolebarnets låter sina nära och kära svära på att de inte ska dö eller i mellanstadiebarnets krigs- och polislekar. Under denna period är det även vanligt förekommande att barnen testar sin egen dödlighet genom att utsätta sig för diverse riskabla lekar som att klättra på farliga platser eller utföra avancerade cykelstunts på en hårt trafikerad gata.

Det mycket unga förskolebarnet har ännu inte insett att de själva en dag kommer att dö. Deras fruktan för döden bottenar främst i rädslan för att deras föräldrar ska dö eftersom detta skulle leda till att de blir lämnade ensamma. Hos många barn i denna ålder återfinns tanken på reinkarnation vilket betyder att människan föds, dör och föds på nytt. En annan central föreställning hos just denna åldersgrupp utgörs av det så kallade magiska tänkandet vilket innebär att barnen, med hjälp av sina tankar, tror sig kunna påverka det som händer runt omkring dem. Denna föreställning kan ställa till med mycket elände eftersom barnet kan tro att de, genom sina tankar, har orsakat någon närståendes död. I ungefär 8-9-års ålder börjar barnet inse att döden är en universell företeelse vilken även kommer att drabba dem själva. Barn i denna ålder kan vara ivrigt sysselsatta med att kartlägga vad som händer med kroppen efter det att den dött ur såväl ett biologiskt naturvetenskapligt- som ur ett mer teologiskt/filosofiskt perspektiv. Föreställningar om himlen och helvetet och vem och vad som hamnar på respektive ställe är vanligt förekommande funderingar (Tamm, 1986).

För många människor är tonårsperioden en omvälvande och känslomässigt påfrestande period. Det är då som vi med näbbar och klor försöker slita oss loss från våra föräldrars grepp för att skaffa oss en bild av vem vi egentligen är och vad meningen med just våra liv kan tänkas vara. I denna ålder är vi, enligt Tamm, kapabla att utföra avancerade tankeoperationer där bl.a. frågor kring döden och vad som händer därefter kan behandla ur såväl metafysiska som psykologiska, filosofiska, religiösa och sociologiska perspektiv.

Det kan tyckas som att de föreställningar om döden som tonåringen har i mycket liknar dem som återfinns hos vuxna människor. I sin bok *Möt mej!* pekar psykologen och tillika suicidexperten Solveig Cronström-Beskow på ett flertal, hos tonåringar, vanligt förekommande föreställningar om döden som skiljer sig markant från den vuxnes. Cronström - Beskow skriver:

När man är ung är tanken att livet - som man ju har framför sig – plötsligt och oåterkalleligen ska ta slut mycket svårt att ta till sig. Också om man är nedstämd och tycker att livet inte är värt att leva. Ett fullbordat självmord, som ter sig som om den unge avsiktligt har berövat sig livet, kan istället vara uttryck för en önskan att komma bort bara för en tid, en önskan att resa till en annan och förhoppningsvis spännande plats, en annan dimension som vi ännu inte vet något om. Under tiden kommer deras problem här på jorden att lösas sig, på något sätt. [...] Döden är tillfällig. Ett tillstånd jämförbart med sömnen. Något som man kan fly till ibland men ingenting som man behöver vara rädd för (Cronström-Beskow, 1988, s. 75).

Föreställningar om reinkarnation tycks vara vanlig även i denna period. Enligt Cronström - Beskow finns det även föreställningar om att man efter döden kan återvända till livet när man själv vill. Andra föreställer sig att det endast är det onda i människan som dör medan de goda sidorna får leva vidare.

Cronström-Beskow menar vidare att såväl vi vuxna som det samhälle vi lever i tillsammans bidrar till att förstärka våra barns och ungdomars uppfattningar om döden som ett reversibelt tillstånd. I filmer, dataspel och på TV är döden sällan slutgiltig. Dataspelens hjältar väcks med en enkel manöver till liv och hjältarna i filmens värld återuppstår alltid i tid för att göra sin nästa produktion. I filmens värld finns otaliga exempel på ärofulla och romantiserade dödsscener. Vårt eget bidrag till dessa föreställningar kan t.ex. ses i vår ovilja att tala med våra barn och ungdomar om döden som ett reellt faktum och i konkreta ordalag. Vi förskönar och gör omskrivningar istället för faktiska beskrivningar. Hur ofta har inte vi i vår barndom fått höra uttryck som att den döde har somnat in eller gått till vila?

I vilken ålder vi än befinner oss i när döden kommer oss nära innebär detta möte en för oss omvälvande upplevelse. Under vår tonårstid, då våra känslor och hormoner åker berg och dalbana inom oss, kan ett möte med döden, enligt Dyregrov, bl.a. leda till att vår frigörelseprocess avstannar. Det kan även leda till att ungdomarna hamnar i konflikt med sin

närmaste omgivning, att de blir utåtagerande i skolan eller att de blir sexuellt aktiva. Det magiska tänkandet, som är karaktäristiskt för förskolebarnet, kan lätt väckas till liv igen vilket kan orsaka att tonåringen anklagar sig själv för det inträffade dödsfallet. Enligt Dyregrovs utsagor kan man hos just denna grupp återfinna ett extra stort behov av känslokontroll vilket kan leda till att de undertrycker sina sorgereaktioner samt förnekar döden (Dyregrov, 1990).

Detta kapitel har utforskat några av de föreställningar om döden som ungdomar i högstadiesamt gymnasieåldern kan tänkas vara i besittning av samt hur dessa generellt utvecklas under elevernas mentala mognad. För att kunna möta dessa elever på ett adekvat sätt är det dock viktigt att vi även har kännedom om de fysiska och psykiska processer som startar inom oss när döden kommer oss nära. Det är också viktigt att vi känner till vilka uttryck sorgen kan ta sig samt vilka uttryck som kan tyda på att eleven är i behov av professionell hjälp för att komma vidare i sitt sorgearbete. I de följande kapitlen är det framförallt dessa punkter som närmare kommer att belysas.

När sorgen drabbar

Kris och Sorg

Döden är sällan en välkommen gäst. Oavsett om den kommer oss nära genom våra mor- eller farföräldrars, naturliga och kanske väntade, bortgång eller om den möter oss i form av en nära väns eller anhörigs, hastiga och oväntade, död startar den en mängd olika psykiska- och fysiska reaktioner inom oss. När döden möter oss hastigt och oväntat upplever vi det oftast som att hela vår värld slås i spillror. I situationer som dessa hamnar vi för det mesta i en traumatisk psykologisk kris vilket enligt psykologen Johan Cullenberg, i Gurli Fyhrs bok *Hur man möter människor i sorg*, definieras som då en människa "råkat in i en sådan livssituation att ens tidigare erfarenheter och inlärd reaktionssätt inte är tillräckliga för att man skall förstå och psykiskt bemästra den aktuella situationen" (Fyhr, 2003, s.28).

Det är viktigt att vi skiljer på kris och sorg. Dessa två begrepp blandas, enligt psykologen Gurli Fyhrs utsagor, många gånger ihop vilket kan få ödesdigra konsekvenser. Den traumatiska krisen och de akuta skedena i sorgprocessen går ofta hand i hand och initieras ofta vid samma tidpunkt. Det är dock, menar Fyhr, framförallt tidsperspektivet som skiljer de båda företeelser åt. Det går oftast betydligt fortare för en individ att ta sig ur en krissituation än en sorgereaktion. Om vi förväntar oss att en sorg ska vara bearbetad under samma tidsramar som krisen kan detta få ödesdigra konsekvenser för den sörjande. Fyhr påpekar även att krissituationer, liksom tillfälliga lågtryck kan slå ner på individen vid ett flertal separata tillfällen under dennes sorgprocess.

En sorgprocess startar, enligt Fyhr, efter att en individ upplever en förlust av något eller någon som har betingat ett högt värde för denne. Som vi tidigare sett upplever man då man drabbats av en kris att man inte kan bemästra den uppkomna situationen medan man i sorgen mycket väl kan förstå och hantera sin situation. Om vi sticker oss på ett vasst föremål så uppstår ett sår. Såret i sig är här en representant för den traumatiska krisen medan själva såråkningsprocessen får representera sorgen. Det bör dock betonas att en människa kan initiera en sorgprocess utan att först ha gått igenom eller under själva processen befinna sig i kris.

Sorgprocessen

Såväl Fyhr som Ekvik, Dyregrov och Cronström-Beskow betonar att sorgprocessen är en naturlig del av livet. Solveig Cronström-Beskows ger i sin bok *Sorgens många ansikten* uttryck för detta påstående med orden: "Att sörja är psykologiskt reparationsarbete efter förluster!" (Cronström-Beskow, 1982, s.10). Sorgens uppgift är att läka det sår som uppkommer då en människa upplever att hon lidit en förlust. Om nu sorgen är en naturlig del av livet hur kan det då komma sig att vi som står bredvid den sörjande många gånger blir så

illa berörda av den? Kan det vara så att svaret på denna fråga delvis står att finna i vår bristande kunskap kring hur vi ska bemöta människor i sorg? Eller kan det vara så att vi i dagens samhälle, genom dödens privatisering och institutionalisering, har glömt bort vad det innebär att vara en medmänniska?

Trots att sorgen är en naturlig del av livet är den i sig en högst individuell upplevelse. Alla människor reagerar på ett för dem unikt sätt vid en kris. Kriskonsulten Regina Birkehorn presenterar i sin bok *Brännande sorg* (2001) fyra bakgrundsfaktorer som har betydelse för vårt sätt att reagera. Dessa faktorer ska, menar Birkehorn, ses som en helhet och deras uppgift är att konkretisera det faktum att varje individ är unik eftersom ingen människa har exakt samma innehåll med sig i sitt livsbagage. De fyra faktorerna, som enligt Birkehorn är avgörande för sättet på vilket vi upplever, hanterar och bearbetar vår sorg på, betingas dels av våra personliga egenskaper (toleransnivå, temperament), dels av våra psykosociala hemförhållanden (barndomsupplevelser, det sociala arvet), dels av vår materiell och fysisk kapacitet (kön, hälsa) samt av vår aktuella livssituation (nygift/nyskild, frisk/sjuk) (Birkehorn, 2001).

Trots att alla människor är unika och upplever sorg och kris på olika sätt har våra forskare visat att vi i vår sorgprocess går igenom vissa generella faser och symtom. Mannen bakom en av dessa teorier hette Erich Lindemann. I sin bok *Att möta människor i kris* (1995) låter Thore Persson oss ta del av Lindemanns iakttagelser. Enligt Perssons utsago arbetade Lindemann 1941 på ett sjukhus i Boston, USA. När staden drabbades av en stor brandkatastrof tog Lindemann tillfället i akt och lät utföra psykiatriska intervjuer med 101 människor som förlorat sina anhöriga i branden. Dessa intervjuer kom sedan att ligga till grund för en teori kallad "Lindemanns sorgesyndrom". I denna teori redovisar Lindemann fem symtom på sorg som han, i varierad grad, beroende på intervjupersonernas individuella förutsättningar, återfann hos samtliga av intervjuens deltagare:

- 1) *Somatiska symtom* vilka t.ex. kan visa sig genom att den sörjandes suckande andning, upplevelse av torra i svalget, massivt upplevd trötthet och genom störningar i matsmältningsprocessen,
- 2) *Ivrigt sysslande med föreställningar om den döde*. Den sörjande kan ha ett behov av att ständigt tala med andra om den avlidne eller att idealisera denne,
- 3) *Skuld känslor* vilka ofta kan visa sig genom självförelser där den sörjande analyserar vad denne borde och inte borde ha gjort i sin relation till den avlidne,
- 4) *Fientliga reaktioner* kan komma till uttryck genom att den sörjande visar ilska vilken ibland riktas mot den döde,
- 5) *Förlust av tidigare beteendemönster* kan visa sig genom att den sörjande drar sig undan andra människor eller passiviserar.

Lindemann fortsatte sin studie genom att vid upprepade tillfällen intervjua de sörjande undersökningspersonerna i syfte att kartlägga hur de hanterade sin sorg över en längre tidsperiod. Med utgångspunkt i denna studie redovisade Lindemann sedan två förutsättningar som han anser måste uppfyllas för att en sörjande människa på ett konstruktivt sätt ska kunna bearbeta sin sorg. Komponenterna för detta sorgearbete utgörs enligt Lindemann av att den sörjande dels "både förståndsmässigt och känslomässigt kan bejaka dödsbudets innehåll, " dels " att man tillåter sig, och/eller omgivningen tillåtes att ge adekvata uttryck för de känslor förlusten väcker" (Persson, 1995, s.20).

Sorgprocessen brukar generellt delas in i fyra faser: chock-, reaktions-, bearbetnings- och nyorienteringsfasen. Chockfasen kännetecknas av att den sörjande upplever det inträffade som överkligt. Denne kan inte ta till sig och förstå det som har hänt. Denna fas varar vanligtvis i några dygn. Nästkommande fas, reaktionsfasen, varar vanligtvis i några månader. Under denna tid använder sig den sörjande av en mängd psykiska försvarsmekanismer för att dämpa den hemska sanningen. Enligt Lena Arvidsson-Artman (2002) m.fl. hjälper

försvarsmekanismerna oss att gradvis närma oss det som har hänt. De fungerar som en slags säkerhetsventil och släpper inte igenom mer information än den sörjande psykiskt klarar av att bearbeta. Den tredje fasen, bearbetningsfasen, inträder oftast cirka 6-12 månader efter dödsfallet. Oftast kan den sörjande nu se tillbaka på det inträffade med viss distans och denne kan till och med börja se ljus på framtiden igen. Periodvis, t.ex. på den dödes födelsedag eller vid stora högtider, kan den sörjande åter igen tillfälligt gå tillbaka till den föregående fasen. Den sista fasen, nyorienteringsfasen, beskriver Birkehorn enligt följande:

Först i den här fasen kan du se på ditt liv i backspegeln och plocka fram det goda. Du minns din man, dina barn, din vän eller din fru med stor glädje och lycka [---] I slutet av denna fas känner du dig helad och hel (Birkehorn, 2001, s.24).

Det bör dock påpekas att det inte finns några klara gränser mellan dessa fyra faser. En sörjande individ kan ömsom befinna sig i chockfas/reaktionsfas eller reaktionsfas/bearbetningsfas. Tidsangivelserna som här anges ska inte heller ses som fasta. Det är olika från individ till individ samt till viss del beroende av relationen mellan den avlidne och den sörjande (Arvidsson-Artman, 2002, Fyhr, 2003, Persson, 1995, Birkehorn, 2001 m.fl.).

De vanligaste mötena med döden och dess följder

Enligt Statistiska centralbyråns tabeller (1987-1996) är de sex vanligaste dödsorsakerna bland åldersgruppen 0-19 år; medfödda missbildningar (23,82 %) samt perinatal sjuklighet (20,57 %). Dessa dödsorsaker är vanligast bland barn under ett år. Därefter följer motorfordonsolyckor på allmän väg (10,45 %), plötslig död (8,54 %), andra olyckshändelser (5,58 %) samt självmord (3,74 %). För åldrarna 20-54 år ser siffrorna något annorlunda ut. Här toppas listan av självmord (12,75 %) följt av ischemisk hjärtsjukdom (11,04 %), malign tumör (8,37 %), motorfordonsolyckor på allmän väg (4,76 %), skada genom ovisst uppsåt (4,61 %) samt andra olyckshändelser (4,48 %). Totalt täcker dessa siffror 72,69 % respektive 46,01 % av rikets totala mortalitet. Det finns dock anledning att tro att procenttalet för självmord troligtvis ska vara högre än vad som här anges eftersom denna grupp mycket väl kan tänkas återfinnas bland flera av de andra dödsorsakskategorierna (SCB, 1987-1996).

Bland dessa siffror återfinns vi en grupp människor som under sin livstid var föräldrar, syskon och vänner till barn och ungdomar i högstadiet- och gymnasieåldern. När någon som står oss nära dör erfar vi många gånger en stor sorg och smärta. Psykologen Verena Kast skriver:

Vid en närståendes bortgång ”erfar” vi vad döden är. Denna dödsupplevelse drabbar oss, träffar oss, gör oss osäkra på allt som vi hittills hållit för självklart. Den skakar inte bara om vår världs- och självbild, utan tvingar oss också till förvandling – antingen vi vill det eller inte. Om en närstående dör, är hans död inte bara ett förebud om vår egen död, utan vi själva dör också i viss mening med honom (Kast, 1994, s.2).

Om dödsfallet sedan drabbar oss hastigt, oväntat och våldsamt, genom mord, självmord eller olyckor, så drabbas vi än hårdare än vid ett dödsfall där en nära anhörig eller vän, på sin ålders höst, stilla somnar in. Hur vi reagerar på ett dödsfall är som vi tidigare sett beroende av en mängd faktorer (se s.7). Sättet på vilket den avlidne dog och vår relation till denne är ytterligare två faktorer som är av betydelse för hur vår sorg kommer att ta sig uttryck.

Relationen till den döde och tänkbara konsekvenser av dennes död

Atle Dyregrov konstaterar i sin bok *Barn i sorg* (1990) att ”av alla tänkbara dödsfall är det föräldrarnas död som får de största konsekvenserna för barn” (Dyregrov, 1990, s.29). Oavsett om barnets förälder dör hastigt och oväntat eller efter en längre tids sjukdom kommer det att

få följer för barnet. Maare Tamm framhäver att skillnaden mellan ett hastigt, oväntat- och ett väntat dödsfall ligger i att barnet, i det senare fallet, redan innan föräldern avlider kan ha hunnit påbörja sitt sorgearbete. Tamm skriver vidare:

När den långsamt framskridande sjukdomen hos en av föräldrarna utsätter den övriga familjen för upprepade och skenbart ändlösa ångestskapande situationer och förväntningar ligger det fruktansvärda i det oväntade och hastiga dödsfallet i den chock som det bereder de drabbade (Tamm, 1986, s. 37).

Eftersom detta arbete har fokus riktat mot det sistnämnda kommer vi, trots det förstnämnda ämnets relevans, inte att vidare beröra konsekvenserna av och reaktionerna på en nära anhörigs frånfälle efter en längre tids sjukdom.

Oavsett om de elever vi arbetar med är 6 eller 19 år när deras förälder dör innebär detta dödsfall att elevens vardag plötsligt blir utsatt för stora omvälvningar och instabilitet. Medan det lilla barnet förlorar sin primära socialisator kan det äldre barnet ”tvingas in i en vuxenroll där de måste ta ett ansvar som inte står i proportion till deras ålder” (Dyregrov, 1990, s.32). Det har konstaterats att närmare hälften av alla barn vars förälder avlidit uppvisar störande psykiska symtom ett år efter dödstillfället och att 30 % av dem fortfarande gör det efter två år. Det finns även studier som visar att 50 av 100 studenter, som förlorat sina föräldrar före 16 års ålder, hyser allvarliga suicidtankar.

Till skillnad från det yngre barnet är tonåringen, enligt Tamm, bättre rustad att förstå och komma tillrätta med en förälders död eftersom de hunnit längre i sin frigörelseprocess från föräldrarna medan det lilla barnet fortfarande kan betrakta sig som en del av den avlidne föräldern, framförallt modern. Det äldre barnet har även hunnit skaffa sig bättre inre resurser och strategier för att hantera och bearbeta dödsfallet. Tamm understryker dock att det äldre barnets känsla av förlust, sorg och smärta på intet sätt är mindre än det lilla barnets. Tamm menar att det snarare kan förhålla sig precis tvärtom eftersom de äldre barnens känslor kan vara mer intensiva och medvetna än det yngre barnets (Tamm, 1986).

Förlusten av ett syskon väcker, enligt såväl Dyregrov som Tamm, ofta skuld-känslor till liv hos de kvarvarande syskonen. Detta förklarar duon genom att lyfta fram det klivna förhållande som ofta råder mellan syskon. Tamm skriver:

Bandet mellan två syskon är alltid ambivalent. Man tycker om varandra samtidigt som man är rivaler i förhållande till sina föräldrar. Avund, rivalitet, mindervärdeskänslor och antagonism vägs upp av kärlek, ömhet, hängivenhet och samhörighet. När en kris drabbar familjen aktualiseras båda slagen av känslor (Tamm, 1986, s. 57).

Det kvarvarande syskonet påverkas, enligt Dyregrov, även av att det känslomässiga klimatet i hemmet förändras. Föräldrarna har ofta nog med sin egen sorg och orkar inte alltid möta syskonens sorg. Av naturliga skäl orkar de kanske inte heller alltid hålla på de regler och gränser som tidigare gällt. De kan också drabbas av ett behov att överbeskydda de kvarvarande barnen eftersom de nu är rädda att förlora också dem. Sannolikheten att det uppstår konflikter och slitningar mellan föräldrarna, efter förlusten av ett barn, kan skapa ett otrevligt klimat för de efterlevande syskonen (Dyregrov, 1990).

Dyregrov menar dessutom att det också är av avgörande betydelse för de kvarvarande syskonens sorgereaktioner vilken plats i syskonskaran det avlidna barnet innehade. Om det är ett yngre syskon som dött kan det äldre syskonet ta på sig skulden för detta eftersom det, någon gång i sitt liv, kanske har haft en hemlig önskan om att det yngre syskonet ska försvinna (se s.5, magiskt tänkande). Om syskonet som avlidit är äldre än de kvarvarande syskonen kan de, omedvetet, känna sig tvingade att överta den avlidne broderns eller systemens roll och personlighet. Dyregrov lyfter i detta sammanhang även fram begreppet ”efterlevandeskuld”. Med detta avses en företeelse som innebär att ett kvarvarande syskon ger

uttryck för ett resonemang enligt vilket det skulle ha varit bättre om det själv hade dött istället för det avlidna syskonet eftersom denne var så mycket bättre än vad efterlevande syskonet själv anser sig vara.

Om det efterlevande syskonet var närvarande vid den händelse som orsakade syskonets död kan det, enligt Dyregrovs utsagor, leda till att föräldrarna direkt eller indirekt anklagar denne för det inträffade. Även om detta inte sker kan det överlevande syskonet fungera som sin egen åklagare och därmed åsamka sig själv stor skada. Maare Tamm ger uttryck för detta fenomen med orden:

Speciellt skuldbelagt kan det syskonet känna sig som var med om olyckan. Han eller hon kan få för sig att olyckan kunde ha hindrats, om det efterlevande syskonet hade varit mer uppmärksam, inte bråkat med sitt syskon före olyckshändelsen eller varnat sitt syskon för fara. Självklart är sådana tankar efterhandskonstruktioner, men inte desto mindre svåra att komma tillrätta med (Tamm, 1986, s.58).

Enligt Maare Tamm är tonåringen bättre rustad än det yngre barnet vad gäller att hantera sitt syskons död. I denna ålder är konkurrensen och rivaliteten om föräldrarnas gunst syskonen emellan oftast inte lika stark som hos de yngre. Saknaden, tomheten och längtan efter det döda syskonet existerar och känns naturligtvis svår. Den är dock, jämfört med de yngre barnens sorg, oftast inte lika komplicerad och skuldbelagd.

En annan viktig plats i våra liv intar våra vänner. Riktiga vänskapsrelationer börjar barnet knyta redan i mycket unga år. Med dessa vänner har vi ofta en väldigt nära och intensiv relation. Vi utbyter förtroenden, skrattar, gråter, grälar och försonas. Många gånger kanske det känns som vi har ett bättre förhållande till våra vänner än till föräldrar och syskon. Om en av våra vänner hastigt och oväntat avlider sätter detta givetvis djupa spår inom oss. Enligt Dyregrov utgör barns och ungdomars sorgereaktioner efter en nära väns frånfälle ett svart hål inom forskningen. Utifrån sin mångåriga praktiska erfarenhet av arbete med barn i sorg vill Dyregrov dock understryka att samtliga av de sorgereaktioner som människan upplever vid sina föräldrars, syskons och mor- och farföräldrars bortgång också kan uppträda vid en nära väns död (Dyregrov, 1990).

Sättet att dö

Av alla hastiga, våldsamma och oväntade dödsfall som finns i vår närhet är kanske, en nära anhörigs eller väns suicid, det vi har svårast för att ta till oss och förstå. Ett självmord för nästan alltid med sig att de efterlevande plågas av svåra skuldkänslor gentemot den döde. Det är vanligt att de anhöriga tolkar självmordet som en hämndaktion riktad mot dem själva. En annan företeelse som också är vanligt förekommande i samband med händelser som dessa är de efterlevande plågas av skamkänslor. De efterlevande kanske skäms för att de inte varit en nog bra vän eller förälder, för att de inte upptäckt att ens nära och kära mår dåligt och de efterlevande kanske ser sig själv och sina handlingar som en direkt eller indirekt orsak till att den avlidne inte längre orkat fortsätta sitt liv.

Suicidiet betraktades, i en inte alltför avlägsen dåtid, vilket till viss del kan skönjas i ordet *själv*mord, som en allvarlig synd och ett brott mot Guds lagar. De som tog sitt liv fick därmed inte begravas i vigd jord utan begravdes istället, tillsammans med exempelvis brottslingar och prostituerade, utanför kyrkans murar. Det har också, fram till alldeles nyligt, enligt Svensk lag, varit olagligt att begå suicid.

En annan anledning till att vi värjer oss mot att tala om suicid lyfter Cronström-Beskow fram med orden:

Många av oss har den föreställningen att om man talar om självmord med någon som har det svårt så riskerar man ”att väck den björn som sover”. I dag vet vi att det inte är så: Den som funderar över att ta sitt liv kan uppleva frågan som en framsträckt hand och en

möjlighet att få tala om sin situation med någon som inte är rädd. [- - -] Genom att inte tala med unga människor om det man tror att de funderar över så hindrar man dem från att hjälpa sig själva och varandra. Vi hindrar dem från att få den kunskap de behöver för att växa och ta ansvar för sina liv (Cronström-Beskow, 1988, s.49).

Självmod är enligt Statistiska centralbyrån (1987-1996) den vanligaste dödsorsaken bland åldrarna 20-54 år. Sannolikheten att en gymnasieelev eller en elev i grundskolans senare år ska möta döden i form av att en nära anhörig eller vän begår suicid måste därför betraktas som ganska stor. Enligt såväl Dyregrov som Tamm är det viktigt att inte undanhålla fakta runt suicidiet för de efterlevande. Dyregrov skriver:

Tyvärr är det så att vuxna efter ett självmord i högre grad än vanligt utestänger barnen från vetskap om vad som skett. All vår erfarenhet pekar på att barn vet och förstår mer än de berättar för vuxna. Ofta är detta kunskaper som de måste kämpa sig till genom att höra folk prata i affären eller fråga vänner som hört något av sina föräldrar. Barn måste få reda på det hemska som har hänt *med en gång*, annars slutar de tro på de vuxna (Dyregrov, 1990, s.39).

Om våra ungdomar inte tillåts få information om suicidiet kan detta leda till att deras sorgprocess låser sig, att de fyller sin vardag med fantasier om vad som har hänt, att de går omkring och grubblar på om de också kommer att ta sitt liv. Rykten och spekulationer om orsaken bakom och kring själva händelsen kommer med all sannolikhet att uppta en stor del av deras vakna tid.

Bland åldersgruppen 0-19 år är, enligt Statistiska centralbyråns siffror, motorfordonsolyckor på allmän väg, om vi här bortser från medfödda missbildningar och perinatal sjuklighet, den vanligaste hastiga och oväntade dödsorsaken (SCB, 1987-1996). Även dödsfall av denna typ kan, enligt Tamm, orsaka att de efterlevande drabbas av självföreläsa. Vänner och anhöriga som träffat den omkomne strax innan den gav sig iväg på denna sista resa kan anklaga sig själva för att de inte uppehöll honom eller henne fem minuter till för att på så sätt ha undvikit det olyckliga ögonblicket. Som medpassagerare kan man fråga sig varför man själv skonades. Dessa känslor och reaktioner ska, enligt Tamm, tas på allvar trots att de kan tyckas vara irrationella. Tamm säger:

Det är just den irrationella karaktären i sådana känslor som gör dem så svåra att komma tillrätta med. Känslor som har en rationell grund kan mötas med rationella förklaringar och mått, medan de irrationella känslorna finns på en djup känslomässig nivå där de är nästan oåtkomliga (Tamm, 1986, s.39).

Vidare kan den omkomnes medpassagerare chockas svårt och därigenom ha svårt att släppa fram de nödvändiga sorgereaktionerna. De kan plågas av oklara och förvirrande minnesbilder från själva olyckan. Vissa detaljer kan framträda tydligt medan andra tycks dimmiga och en del minnen kan till och med vara felaktiga.

Sorgereaktioner

I detta arbete har vi talat mycket om sorg och vilka reaktioner och konsekvenser ett dödsfall i vår närhet kan få för den sörjande. Vi har också sett att sorgen är individuell beroende på att varje människa är unik. Trots detta går vi, när vi sörjer, genom liknande sorgprocesser och det sätt som vår sorg kommer till uttryck på kan också sägas uppvisa vissa generella drag. Dyregrov har i sin bok *Barn i sorg* (1990) delat in barns och ungdomars sorgereaktioner i tre grupper vilka han betecknar som *direkta reaktioner*, *vanliga reaktioner* samt *andra möjliga reaktioner*.

Enligt Dyregrov kan barn och ungdomar, men även vuxna, vid beskedet om ett inträffat dödsfall, reagera genom att ge uttryck för chock och tvivel, fruktan och protest, uppvisa ett apatiskt och förlamande tillstånd eller helt enkelt fortsätta med det de höll på med innan

beskedet gavs. Vare sig vi reagerar direkt genom att ge uttryck för fruktan och protest eller om vi försöker skjuta informationen ifrån oss genom att inte reagera alls är detta, enligt Dyregrov, helt normalt. I en situation som denna, när vi hamnar i chock kan den psykiska försvarsmekanism som hindrar vårt psyke från att överbelastas slå in med full kraft vilket i sin tur gör att vi bitvis kan ta till oss det som har hänt (Dyregrov, 1990).

Några av de vanligaste sorgereaktionerna hos barn och ungdomar är, enligt Dyregrovs kategorisering, ångest, starka minnen, sömnrubbingar, ledsenhet, längtan och saknad, vrede och beteende som kräver uppmärksamhet, skuld, självförebåelse och skam, skolsvårigheter och kroppsliga smärtor. Ångesten kan ta sig uttryck i rädsla för att barnet själv eller någon annan som står det nära också ska dö. Om barnet var närvarande vid dödsolyckan eller kanske var den som fann den avlidne kan dessa ögonblick ha ristat djupa spår i barnets medvetande. Minnena kan likt ett videoband ständigt rulla innanför barnets ögonlock. Om barnet undanhållits information kring en nära väns eller anhörigs bortgång kan barnet, med hjälp av de informationsfragment som de fått ta del av, såväl direkt som indirekt, med hjälp av sin fantasi själva skapa sig egna minnen av det inträffade. Dessa minnen kan dyka upp när som helst vare sig den sörjande är vaken eller sover. Rastlöshet, oro, sömnsvårigheter och somatiska symtom kan ha sin orsak i att barnet aktivt söker driva ovälkomna tankar och minnesbilder på flykten.

Ledsnad, längtan och saknad samt ilska och utåtagerande beteende är kanske de reaktioner som den utanförstående lättast kan iakttä och förstå. Men att vara ledsen behöver inte innebära att den sörjande gråter öppet och ogenerat - det kan även innebära att denne drar sig undan, isolerar sig och blir allt mer sluten. Ilskan kan precis som ledsenheten visa sig på ett direkt och öppet sätt genom att den sörjande med ord ger uttryck för sin sorg över att den döde lämnat dem. Ilskan kan också vara ett sätt för barnet att dra uppmärksamheten till sig för att på så sätt bli sedd i sin sorg. Dyregrov menar att ilskan och det utåtagerande beteendet också kan vara ett sätt för barnet att försöka väcka sina föräldrar ur deras sorg.

Bakom begreppen regressivt beteende, undvikande av kontakt med andra, fantasier, personlighetsförändringar, framtidspessimism, existentiella grubblerier och slutligen utveckling och mognad döljer sig några mindre vanliga, med dock förekommande, sorgereaktioner. Med ett regressivt beteende menar Dyregrov att den sörjande "går tillbaka" i sin utveckling. Små barn kan t.ex. börja kissa ner sig igen medan äldre barn kan kräva större närhet till vuxna. Dyregrov pekar på att en del barn, framförallt tonåringar, vars nära och kära har avlidit, drar sig undan såväl sina jämnåriga som vuxna. Genom att undvika andra garderar ungdomarna sig mot att måsta samtala om det som har hänt. Somliga barn upplever det som mycket jobbigt att svara på sina klasskamraters frågor vad gäller dödsfallet och undviker därför att överhuvudtaget gå till skolan. Framtidspessimism och existentiella frågor kan drabba barn och ungdomar som förlorat en nära vän eller släkting. De grunnar på huruvida det som hänt är rätt eller fel, gott eller ont och varför döden drabbar just dem. Mötet med döden kan, enligt Dyregrov, också innebära att barnets empatiska förmåga mognar och att barnet känner stolthet över att kunna hjälpa och stödja andra sörjande (Dyregrov, 1990).

Dyregrov lyfter i samma bok också fram skillnader mellan pojkars och flickors sorg. Enligt de iakttagelser som Dyregrov gjort har pojkar många gånger svårare än flickor att prata med andra om det som hänt samt att visa sina känslor. Denna skillnad tycks vara särskilt påtaglig bland tonåringar. Det har också visat sig att de båda könen skiljer sig åt vad gäller stöd från omgivningen. Flickor har ofta en utvecklad och nära relation med en vän som de kan anförtro sig åt medan mer än 60 % av killarna saknar detta. Dyregrov skriver:

... pojkar och flickor har olika erfarenheter när det gäller lek och vänskapsrelationer. Flickorna leker oftare två och två, leken är ofta expressiv och rör personliga och mellanmännsliga aspekter av tillvaron. Genom leken får de ett språk som rör känslor. Pojkarnas lek gäller mer att man ska lära sig att inordna sig i gruppen, hålla sig till regler

och inte visa känslor. Även utanför lekens område skiljer sig social inläring och uppfostran mellan könen så att pojkar i flera avseenden blir hjälplösa inför sina känslor (Dyregrov, 1990, s. 52).

Som vi tidigare sett är sorgen en naturlig del av livet (se s.6). Sorgens funktion kan, enligt prästen Stig Jonsson i boken *En bro över mörka vatten* (1990), sägas vara att hjälpa den sörjande människa att komma ur det vakuum som chocken efter en tragisk förlust åstadkommit och att göra förlusten verklig. Såväl Jonsson som Dyregrov (1990), Tamm (1986) och Cronström-Beskow (1985) menar att sorgen i sig inte är en sjukdom men att den, om den inte tillåts få fritt spelrum, mycket väl kan leda till detta om den sörjande inte får möjlighet att bearbeta den. Orsakerna till att en sorg inte blir bearbetad kan vara många. Cronström-Beskow säger i sin bok *Sorgens många ansikten*:

När någonting - inom oss själva eller i kontakten mellan oss och andra människor - hindrar oss från att erkänna och uppleva vår sorg eller då vi av andra själ inte kan visa eller bearbeta den på ett 'normalt' sätt, då fryser vår sorg (Cronström-Beskow, 1985, s.130).

Den frusna, eller onormala, sorgen kan, enligt Cronström-Beskow, delas in i fyra grupper: fördröjd-, oavslutad-, överförd- och förvrängd sorg. Med fördröjd sorg avses en sorgprocess som varken upplevs eller bearbetas av den sörjande. Sorgearbetet kommer aldrig i gång eller går så långsamt att endast vissa delar av sorgen bearbetas. En oavslutad sorg har stannat av innan den sörjande har hunnit bearbeta den klart. Den överförda sorgen tar sig uttryck i att den sörjande, istället för att bearbeta sin egen sorg, engagerar sig i andra människors förluster medan den förvrängda sorgen kan sägas ta sig andra "onormala" uttryck. Här kan exempelvis en onormal vrede hos den sörjande, riktad mot den döde, mot den sörjande själv eller mot andra i dennes omgivning nämnas. Den människa som drabbas av den förvrängda sorgen kan även hysa och plågas av extrema skuld känslor. För att vi, när döden möter oss, ska kunna ta del av den naturliga och helande process som sorgearbetet utgör är det viktigt att vi tillåter oss att känna sorg och att det tillåts oss att sörja. Cronström-Beskow säger:

Om vi tvingas - eller tvingar oss själva - att ta så stor hänsyn till vår omgivning att vi måste hålla tillbaka och dölja våra känslor eller om vi inte har någon att vända oss till när vi som bäst behöver det, då hindras sorgens naturliga förlopp (Cronström-Beskow, 1985, s.130).

I nästa kapitel ska vi titta närmare på hur vi som arbetar inom skolans väggar på bästa sätt kan möta våra elever när de drabbats av sorg. Vikten av att skolans personal har en beredskap för detta kan vi inte nog understryka. Regina Birkehorn har intervjuat ett flertal av de ungdomar som överlevde brandkatastrofen i Göteborg. De ungdomar som kommer till tals i hennes intervjuer vittnar många gånger om att de av skolan mötts av total oförståelse och okunskap vad gäller deras sorg. En av ungdomarna berättar:

Jag missade skolan hela första året efter branden. Jag försökte verkligen, men inget funkade. I skolan sa man till mig, att jag måste sluta sörja. Då hade det gått tre veckor efter branden. De sa att jag störde den vanliga skolundervisningen genom att sörja så mycket. Det bästa vore om jag kom över det som hade hänt och istället var tacksam över att jag hade överlevt (Birkehorn, s.54).

Några rader längre ner i intervjun fortsätter samma elev sin berättelse:

Jag fick byta skola, till en skola där fler var drabbade. Den nya skolan bemötte mig på ett annorlunda sätt och de hade en större förståelse för att jag mådde som jag gjorde. Jag tror att det var en viktig bit för mig. Den första skolan jag gick i, vill jag aldrig tillbaka till. Jag tror inte att de har en aning om hur illa de gjorde mig. Jag vill verkligen att de ska få veta

hur man ska bemöta ungdomar i sorg. För de borde veta, tycker i alla fall jag (Birkehorn, 2001, s.55).

I våra läroplaner, såväl Lpo, som Lpf 94, som i Skollagen understryks upprepade gånger att alla som arbetar i skolan ska ”hjälpa elever som har behov av särskilt stöd” (Lpf 94) samt ”stimulera, handleda och ge särskilt stöd till elever som har svårigheter”(Lpo 94). Elever som drabbats av sorg eller befinner sig i en krisartad situation bör av oss som arbetar i skolan betraktas som elever i behov av särskilt stöd eftersom deras upplevelser och reaktioner under denna period med all sannolikhet även kommer att avspegla sig i deras direkta skolsituation. Vi anser att ingen elev i sorg ska behöva mötas av en skola som inte har förståelse för dem och deras situation. Ett sådant bemötande strider mot alla värderingar som finns stipulerade i skolans styrdokument. Skolan är ålagd att förmedla attityder och värderingar som har sin grund i kristen tradition och humanistiska värderingar. Ekvik framhåller att också bemötandet av elever i sorg tjänar som en förmedlare av värden och attityder vilket han kommenterar med orden:

Det sorgearbete som utförs i skolan förmedlar attityder till eleverna. Det bidrar till att skapa mönster för hur de senare i livet kommer att uppträda i samband med sorg. Går man förbi sorgen, tystar ner känslouttryck och skyndar vidare utan att bearbeta smärtan, kan eleverna lätt ta detta som en förebild i mötet med framtida livskriser (Ekvik, 1993, s.95).

Att möta elever i sorg

Lärarens roll

Våra svenska ungdomar tillbringar en stor del av sin vakna tid inom skolans väggar. Där bedrivs en verksamhet som i huvudsak är uppbyggd kring mötet med, och relationen mellan, elever och pedagoger där pedagogen intar rollen som elevens arbetsledare och mentor. När döden knackar på skolporten gäller det att såväl pedagogerna som skolans övriga personal inte viker undan från sitt ansvar som ledare. För att klara av detta ledarskap, i den svåra och påfrestande tid som ett möte med döden ofta innebär, krävs det att pedagogerna, redan innan döden aktualiserats, har bearbetat sin egen rädsla för och tankar kring döden.

Den egna rädslan för döden, rädslan för att göra fel i mötet med de sörjande eleverna och rädslan för den psykiska påfrestning som ett arbete med elever i sorg kan innebära är, enligt skolprästen Torbjörn Degerström, några av orsakerna till att pedagogisk personal ibland värjer sig från att möta elever i sorg (samtal med skolprästen Torbjörn Degerström och kurator Tomas van der Kwast, 2004-11-05). För många människor, även pedagogiskt utbildad personal, är döden ett skrämmande ämne. Vi vill inte tänka på det faktum att döden, förr eller senare, kommer att drabba oss alla. Steinar Ekvik betonar dock i sin bok *Skolan och elever i sorg* (1993) att vi som pedagoger inte kan vara våra elever behjälpliga då döden drabbar dem så länge vi själva har ett obearbetat förhållande till ämnet. En lärare som inte kan tala med sin klass om sorg, död och känslor kan inte vara denna klass behjälplig i en sorgesituation. Problemet kvarstår dock. Hur ska vi, som anförtrotts, av såväl stat som föräldrar, att möta skolans ungdomar efter vars och ens behov kunna komma tillrätta med att människor inom den egna organisationen inte klarar av att möta elever i sorg?

För att komma tillrätta med detta problem föreslår Ekvik att den pedagogiska personalen ska erbjudas ämnesrelevanta kurser och litteratur samt ämnesviktiga planeringsdagar. Ekvik menar också att sorg- och krishantering borde ingå som en självklar del av lärarstudentens utbildning. Dyregrov lyfter fram iakttagelser som visar på att mentalt förberedda och för eventuella krissituationer och dödsfall välplanerade skolor hanterar uppkomna situationer åtskilligt bättre än skolor som inte har någon beredskap för detta. Dyregrov framhåller också att det på varje skola borde finnas en färdig krishanteringsplan något som de flesta svenska

skolor idag har. En annan viktig förberedelse inför en presumtiv kris kan vara att skolan etablerar ett externt samarbets- och kontaktnät med professionella krishanterare. I detta forum kan skolan söka nyttja de olika professionernas kompetenser på ett sätt som i slutändan gynnar både lärare och elever. Om den externa gruppen ges möjlighet att verka inom skolans väggar innan den presumtiva krisen ägt rum är de inte främmande för elever och personal när krisen och sorgen kommer. (Dyregrov, 1990), (Ekvik, 1993).

Vi kan dock inte komma ifrån det faktum att vi, för att på bästa sätt kunna möta elever i sorg, måste börja detta arbete med att granska vårt eget förhållande till döden. Vi måste också fråga oss vad det egentligen innebär att möta elever i sorg. I sin bok *Tröst i praktiken* (2002) betonar Lena Arvidsson-Artman ordet ”bemöta”. Denna författare menar att vi, när vi bemöter en annan människa, ser henne som den hon är. Problemet är att vi många gånger, istället för att bemöta, bedömer. När vi bedömer andra låter vi dem inte vara just som de är. Istället värderar vi dem efter hur bra eller dåligt de lever upp till den mall som vi själva har satt upp för hur en människa i en viss situation ska se ut eller bete sig. När vi möter elever i sorg ska vi möta dem precis som de är. Ingen sorg är den andre lik och om vi försöker kategorisera och gradera elevernas upplevelser, uttryckssätt och smärta har vi bedömt och inte bemött (Arvidsson-Artman, 2002).

Många lärare ger uttryck för att de är rädda för att göra fel i sitt möte med sörjande elever. De anser sig inte ha rätt kompetens för att arbeta med dessa frågor. Gurli Fyhr säger dock: ”Den viktigaste hjälpen kommer ofta från människor som i vanliga fall finns kring den drabbade” (Fyhr, 2003, s.156) Är det inte så att vi alla, oavsett utbildning och yrkestitel, först och främst är medmänniskor? Såväl Ekvik (1993) som Dyregrov (1990) vill dock särskilt betona att vi som lärare har en mycket speciell utgångspunkt vad gäller att möta elever i sorg. Ekvik skriver:

I en svår sorgesituation i klassen kan det vara frestande att kalla in experthjälp [...] Det kan vara ett bra stöd för dig att ha en präst, psykiater, skolpsykolog eller någon annan resursperson med i sorgearbetet. Ändå är det viktigt att understryka att ingen av dessa som regel bör ersätta läraren som den mest centrala ledaren av klassens sorgearbete (Ekvik, 1993 s.75).

Ekvik och Dyregrov framhåller vidare att den externa expertisen inte har samma kännedom om eleverna och dess sociala kontext som läraren har. Läraren och eleverna är sedan tidigare bekanta med varandra medan den externa hjälpen kan ges av individer som är helt främmande för eleverna. Dyregrov pekar också på att läraren genom sin yrkeserfarenhet och sin didaktiska kompetens är den som bäst vet hur man kan engagera eleverna i sorgearbetet och vilka uttrycksformer som är användbara i detta sammanhang.

På den skola där Torbjörn Degerström och Tomas van der Kwast är verksamma intar läraren, vid en elevs dödsfall, en något mer tillbakadragen roll än vad Ekvik och Dyregrov förordar. När skolan fått kännedom om ett dödsfall bland sina elever sammankallas skolans fasta krisgrupp. De lärare, vars klasser är direkt berörda av det aktuella dödsfallet, tas omedelbart med i krisgruppen. Gruppen säkerställer information och kontrollerar med de anhöriga vad man får berätta för eleverna. När de berörda lärarna sedan går ut för att ge dödsbudet till sin klass går de alltid parvis. Med sig har de även ett papper där det klart och tydligt står vad de ska säga till eleverna. Efter det att lärarna informerat sin klass slussas lärare och elever vidare till ett upprättat kriscentrum. Läraren har också till uppgift att via telefon, eller personliga besök, meddela de elever som är frånvarande vad som har skett. Degerström berättar att läraren, sedan denne och eleverna anlänt till kriscentrum, har till uppgift:

... att bara vara, för då finns det kyrklig personal som kliver in och jobbar med samtalsarbetet. Så att du som lärare också ska ha chans att sörja [...] För vi räknar inte med

att du ska vara pedagogisk det första dygnet därför att då måste du ta hand om din egen sorg (samtal med Degerström och van der Kwast, 2004-11-05).

Oavsett vilket arbetssätt man tillämpar är det viktigt att alla, såväl lärare som krisgrupp och skolledning, ges tillfälle till att tala med andra människor om sina upplevelser, känslor och reflektioner. På den skola där Degerström och van der Kwast arbetar finns det inskrivet i krisplanen att rektor ska erbjuda individuell debriefing, dvs. uppföljnings- och stödsamtal, till de av personalen som önskar det. Prästen Stig Jonsson, som själv arbetat som hjälpare vid många katastrofer, hör till en av dem som talar varmt för detta arbetssätt. Syftet med debriefing är att lindra uppkomsten av eventuella psykiska stressreaktioner hos hjälparna.

Att lämna ett dödsbud

Tanken på att vara den som förväntas lämna ett dödsbud till en eller flera elever kan vara svår nog för den mest styvnackade. Som verksam pedagog måste du dock vara medveten om att detta faktiskt kan bli en realitet. Enligt Dyregrov är det polisens ansvar att se till att de anhöriga till en hastigt avliden person underrättas. Denna uppgift delegeras vanligtvis ut till den präst vars församling den avlidnes familj tillhör. Situationer kan dock uppstå då även lärare kan åläggas denna uppgift. I stunder som denna kan det kännas tryggt att veta hur man på ett bra sätt kan förmedla detta budskap (Dyregrov, 1990).

Atle Dyregrov rekommenderar i sin bok *Barn i sorg* (1990) att det i första hand bör vara en lärare med en god och nära relation till den drabbade eleven som lämnar beskedet. Det är viktigt att läraren vid detta tillfälle har tillgång till säkerställd information om när, var och hur dödsfallet inträffade. Beskedet ska lämnas på en avskild plats där läraren och eleven får vara ostörda. Läraren bör inledningsvis förbereda eleven på att denne kommer med ett tråkigt besked för att sedan så öppet och direkt som det bara går berätta vad som skett. Dyregrov betonar att detta samtal bör äga rum så snart säkerställd information om vad som egentligen hänt har sammanställts. Det är inte lämpligt att vänta med ett besked som detta tills skolan är slut för dagen eftersom ett sådant förfaringssätt kan leda till att den sörjande eleven börjar misstro skolans personal. Dyregrov påminner om att budbäraren ska vara beredd på att upprepa samma information om och om igen eftersom eleven befinner sig i chock. Han framhåller vidare att läraren ska vara noga med att inte förringa elevens sorg genom att säga saker som ”det kommer att ordna sig”. Istället ska läraren trösta på det sätt som faller sig naturligt för honom/henne men respektera ifall eleven inte vill ha kroppskontakt. Dyregrov påminner slutligen om att eleven aldrig ska lämnas ensam. Han säger vidare att det är bra om läraren kan följa eleven till den övriga familjen för att därefter återvända till de övriga i klassen och informera om vad som skett. Detta sker givetvis efter godkännande från eleven och dennes familj (Dyregrov, 1990).

Den (med) sörjande klassen

När en elev i klassen har förlorat en nära anhörig är det, enligt Ekvik, viktigt att klassen ger den sörjande eleven sin omsorg och sitt stöd. En blomma eller ett personligt brev från klasskamraterna kan få stor betydelse för den sörjande. Det är också av betydelse att såväl läraren som klasskamraterna känner till och respekterar den sörjande elevens önskemål vad gäller dennes vilja till att tala om det som har hänt. Det kan vara mycket ångestladdande att ständigt mötas av nyfikna och ibland påträngande frågor kring sin nära och käras död när man egentligen inte vill tala om det annat än med några få utvalda. Ekvik betonar också vikten av att läraren inte glömmer att sorg tar tid. Många elever kan uppleva det som att deras sorg, efter ett par intensiva veckor, glöms bort av klasskamraterna och läraren. Genom att ägna den sörjande eleven ett par extra minuter då och då, kan läraren signalera att denne är medveten om att eleven fortfarande har det jobbigt och att läraren står till dennes förfogande om eleven så önskar (Ekvik, 1993).

Om en av klassens elever dör påverkas hela klassen och oftast även andra klasser och skolor av detta. Den klass som har förlorat en klasskamrat men även andra utanför klassen berörda elever bör då snabbt tas omhand på ett adekvat sätt av skolans personal. Dyregrov och Ekvik anser, som tidigare nämnts, att det är klassens lärare som ska vara den centrala ledaren under denna tid. Dyregrov påpekar att det kan kännas bra för läraren att vid sitt första möte och samtal med klassen följa en på förhand given mall för vad som ska ske under den närmaste tiden.

Enligt denna mall bör läraren, efter det att en elevs dödsfall blivit känt av skolan, inledningsvis redogöra för klassen vad som kommer att ske under de närmaste timmarna och motivera detta genom att betona vikten av att de samtalar om och försöker förstå det tragiska som har hänt. Läraren kan sedan låta eleverna redogöra för hur de har fått reda på det inträffade. Detta blir också ett tillfälle för läraren att lämna ut den information som skolan fått ta del av. Informationen ska vara tydlig, enkel och konkret för att stävja uppkomsten av missförstånd och falska rykten. Efter informationen delgivits eleverna ska utrymme ges eleverna att tala om sina tankar och känslor kring det inträffade. Det är viktigt att läraren delar med sig av de kunskaper som denne har om sorgprocessen och de olika sorgereaktionerna samt betonar sorgens individualitet (Dyregrov, 1990).

Ekviks förslag till hur skolan kan genomföra en dags sorgearbete skiljer sig något från Dyregrovs. I det första skedet av sorgearbetet, menar Ekvik, att hela skolan, vid skoldagens början, ska samlas på ett gemensamt ställe där skolans rektor håller ett kort minnestal. Förutom detta ska även information om vad som hänt, vem som drabbats och fakta kring själva händelsen ges till eleverna. Detta förfaringssätt är dock inte lämpligt, enligt Ekviks utsago, om skolan fått beskedet om en elevs död strax innan skoldagen börjar. Informationen om dödsfallet bör i sådana fall delges eleverna i klassrummet eftersom många av eleverna förmodligen inte har kännedom om det inträffade (Ekvik, 1993).

Efter den gemensamma samlingen kan skolan ordna en gemensam samling för den dödes klass samt för andra elever som stått den döde nära. Klasser som inte är direkt berörda av dödsfallet får återgå till sina klassrum där berörda lärare vidtar lämpliga åtgärder efter de behov som där finns. De berörda eleverna informeras i sin tur om sorgprocessen, fysiska och psykiska reaktioner på sorg samt vikten av att respektera att människor sörjer på olika sätt. De uppmanas till att delge varandra sina tankar och känslor kring det inträffade. Här ska även information om upplägget av återstoden av skoldagen samt de närmast kommande dagarna delges eleverna samt att det ska finnas utrymme för eleverna att ställa frågor. I det tredje och sista steget samlas den döde elevens klass samt eventuella nära vänner från andra klasser för fortsatt sorgbearbetning. Ekvik föreslår att lärare och elever sätter sig i en ring och delger varandra sina upplevelser och känslor kring det inträffade. Ekvik nämner vidare att det hos många elever, i stunder som denna, finns ett stort behov av att vara tillsammans. Många vill inte gå hem när skoldagen är slut och det kan därför vara bra att ordna en lokal där eleverna kan vara tillsammans även efter skoldagens slut (Ekvik, 1993).

Både Ekvik och Dyregrov anser det vara viktigt att eleverna ges möjlighet att delta i sin klasskamrats begravning och andra ceremonier som anordnas i anslutning till att någon avlidit. De anser att vi alla, oavsett ålder och kön, är i behov av ritualer. Dyregrov definierar i sin bok *Att ta avsked* (1999) ritualer som:

... speciella handlingar som vi genomför tillsammans med andra för att markera att människor övergår från ett stadium i livet till ett annat. De flesta ritualer är därför knutna till födelse, konfirmation, äktenskap och död (Dyregrov, 1999, s. 15f).

Dyregrov menar att ritualerna, som i detta fall kan utgöras av klassens iordningställande av ett minnesbord, deltagande i minnesstunden för den avlidne samt vid begravningen, bidrar till att skapa form och ge trygga ramar för de sörjande i en situation som kan kännas kaotisk.

Dyregrov pekar på det faktum, att ritualerna i samband med ett dödsfall, fyller flera för de sörjande viktiga psykologiska funktioner av betydelse för sorgeprocessen. Detta gör de dels genom att reducera de sörjandes känslor av överklighet, dels genom att stävja uppkomsten av otäcka fantasier hos de sörjande. Ritualerna kan även hjälpa de sörjande att få grepp om dödsfallet samt stimulera dessa till att ge känslomässiga uttryck åt sin sorg. Slutligen ger dessa ritualer de sörjande en möjlighet att, på ett konkret sätt, ta farväl av den döde. Deltagandet i dessa ritualer ger även de sörjande en gemensam grund som i ett senare skede, med fördel, kan användas i samtal för vidare bearbetning av sorgen (Dyregrov, 1999).

I detta kapitel har vi tittat lite närmare på hur krishanteringsexperter, av såväl internationell som lokal karaktär, anser att vi som arbetar inom skolans väggar ska agera i mötet med elever i sorg. Vi har också lyft fram några vanligt förekommande anledningar till att pedagogisk personal värjer sig för att möta elever i sorg samt hur skolan aktivt kan arbeta för att stödja lärarna i denna roll. I de nästkommande kapitlen kommer vi att redovisa resultatet från vår komparation av sex krishanteringsplaner. Vi kommer här även att redovisa hur den aktuella krishanteringsberedskapen bland skolorna i Skellefteå kommun i stort ser ut. Slutligen kommer vi också att redovisa vårt förslag till en krishanteringsplan.

Krishantering i Skellefteå kommun

Lokal undersökning av krisberedskap

För att kunna kartlägga hur den allmänna krisberedskapen bland skolorna i Skellefteå kommun ser ut lät vi skicka ut en enkät till rektorerna vid tio av kommunens grund- och gymnasieskolor. Frågorna som ställdes var:

- 1) Har Din skola en befintlig krishanteringsplan? Om ja, sedan när? Har denna plan reviderats? Varför det? Varför har den inte det?
- 2) Har Din skola tillgång till kurator? Om ja, hur ofta?
- 3) Har skolans personal, eller en viss arbetsgrupp vid Er skola, fått utbildning i krishanteringsfrågor?
- 4) Har Din skola en redan i förväg etablerad kontakt med externa specialister som kan vara Er behjälpliga då ett dödsfall inträffar?

Av de 10 tillfrågade rektorerna svarade sju. Av deras svar kan vi utläsa att:

Samtliga av de svarande skolorna har en krishanteringsplan. Dessa har tillkommit mellan åren 1996 och 2001. Ungefär hälften av skolorna uppger att de endast uppdaterar telefonnummer och namn regelbundet. Två av de tillfrågade skolorna anger att de under detta läsår arbetar med omfattande revideringar av sina planer. En skola anger att de uppdaterar sin plan kontinuerligt både vad gäller innehåll och adress- och telefonlistor. En skola anger att de överhuvudtaget inte ansett sin plan vara i behov av revidering. Påtryckningar från arbetsmiljöinspektionen samt ett upplevt behov av att förtydliga och förbättra planen så att den omfattar fler krisområden anges som bakomliggande orsak till att skolorna reviderar sina planer.

Fyra av de sju svarande skolorna anger att de har tillgång till kurator. En av skolorna uppger att de har tillgång till psykolog medan två av skolorna uppger att de varken har tillgång till psykolog eller kurator. De skolor som har tillgång till kurator/psykolog kan nyttja dessa under en till fyra dagar per vecka. Två av de sju tillfrågade rektorerna uppger att de inte tillhandahållit sin personal utbildning i kris- och sorghantering. På tre av skolorna har all personal fått utbildning medan man på de två sistnämnda skolorna uppger att man endast utbildar den del av personalen som ingår i skolans krisgrupp. Alla skolor uppger att de har tillgång till kommunens krisgrupp POSOM. Fyra av skolorna uppger att de också har ett på

förhand etablerat samarbete med kyrkan. En av skolorna uppger att de är anslutna till ett lokalt nätverk och en lokal stödgrupp.

Komparationen av de lokala planerna

För att få kunskap om hur några av skolorna i Skellefteå kommun idag möter elever i sorg lät vi samla in sex krishanteringsplaner från tre gymnasieskolor och tre grundskolor. Dessa skolor deltog inte i den ovan redovisade krisberedskapsundersökningen. Denna del av undersökningen har gjorts i två etapper. I den första etappen, som här redovisas, jämfördes de sex krisplanerna internt medan de i den andra etappen, vars redovisning följer i nästkommande kapitel, jämfördes med en krishanteringsplan författad av etablerad nationell expertis.

Skolorna har valt att utforma sina planer på fem olika sätt. Skola A och C har en kronologisk disposition medan skola B har organiserat sin plan efter ett antal huvudrubriker under vilka de olika åtgärder som ska vidtas är kronologiskt ordnade. Skola F har ett liknande upplägg som skola B. Här har skola F dock valt att dela upp och rubricerat sin plan med rektors respektive klassföreståndarens uppgifter. Skola D har ingen kronologisk struktur utan använder sig enbart av huvudrubriker medan skola E:s krishanteringsplan är konstruerad som en mind-map. Skola E:s krishanteringsplan utmärker sig dessutom genom att vara den enda plan som är skriven för hand med en text som delvis är mer eller mindre bortnött.

Alla skolor, utom skola D, presenterar i sina planer en adresslista med namn och telefonnummer till arbetet, hemmet och mobilen till krisgruppens fasta representanter. Anledningen till att denna lista inte återfinns i skola D:s dokument beror troligtvis på att det på denna skola inte finns någon på förhand bestämd krisgrupp.

Skola A uppger att de har en redan på förhand ordnad lokal där klasskamrater och vänner till den avlidne eleven kan samlas efter det att de fått information om dödsfallet. Skola B uppger att de vid behov tar kontakt med kyrkan för att rekvirera en samlingslokal. Skola C har ingen på förhand fastställd lokal utan uppger att de sörjande eleverna samlas på "lämpligt ställe". Skolorna D-F nämner över huvud taget ingenting om detta.

Rutinerna för informationsutbyte mellan skolorna ser olika ut. Mellan skola A, B och C finns ett etablerat kontaktnät medan skola D, E och F enligt krishanteringsplanernas utsagor inte utbyter information med någon annan skola. Skola A och B uppger att de även skickar information beträffande en elevs dödsfall vidare till berörda grundskolor. Skola A informerar även Komvux.

I 5 av 6 krishanteringsplaner återfinns tydlig information om vem som ska ansvara för kontakten med massmedia. I samtliga dokument, förutom skola D som inte nämner den eventuella kontakten med massmedia över huvud taget, kan utläsas att det är rektors eller biträdande rektors ansvar att sköta den massmediala kontakten. I dokument C uppges även krisgruppen kunna sköta kontakten med massmedia.

Skola B och E är de enda skolor som i sin krisplan uppger att det finns en så kallad "krislåda", en låda vars innehåll exempelvis kan bestå av ljus, en vit duk, en liten anteckningsbok och ett band med vacker musik. Denna låda kan nyttjas av lärare och krisgrupp vid arbetet med de sörjande klasskamraterna och vännerna. I skola B:s dokument uppges var på skolan detta material finns att hämta. Denna uppgift saknas dock i dokument E. I de övriga skolornas planer nämns ingenting om krislådan.

När ett dödsfall bland skolans elever har inträffat uppger skolorna A-C samt F att eleverna inte ska tillåtas sluta tidigare eftersom de då kan komma hem till ett tomt hus där de kanske blir sittande ensamma med sin sorg och sina tankar. Skola D och E nämner ingenting om detta.

Vad gäller upprättandet av ett minnesbord till minne av den avlidne stipulerar skola A, B och F att ett sådant ska upprättas. Hur detta ska gå till skiljer sig dock något skolorna emellan.

Skolorna A och B uppger att det är den sörjande klassens uppgift, om de så önskar, att iordningställa detta minnesbord. Skola A anger en bestämd placering för detta bord medan skola B uppger att klassen bestämmer var på skolan detta ska placeras. Enligt Skola F:s dokument är det lärarens ansvar att upprätta ett minnesbord. Här föreslås att den avlidne elevens bänk smyckas på ett lämpligt sätt. I skolorna C, D och E: s dokument nämns ingenting vare sig om förekomsten eller upprättandet av ett minnesbord.

Samtliga skolor uppger att det ordnas en minnesstund för den avlidne eleven. På skolorna A och B är det skolprästen tillsammans med den sörjande klassen som arrangerar minnesstunden. Dessa skolor bjuder också in den avlidnes anhöriga och de anger även att minnesstunden kan videofilmas om de anhöriga inte kan/vill/orkar delta i minnesstunden. Det nämns också att deltagandet i minnesstunden är frivilligt samt att de deltagande eleverna är befriade från lektionerna efter minnesstunden. I skola C: s dokument finns väldigt lite att läsa om minnesstunden samt rutinerna kring dess arrangerande. Det framkommer inte vem som ska ansvara för planeringen av den. Skola D uppger att minnesstunden ska hållas i skolans matsal och att den är obligatorisk för alla elever. Även denna skola bjuder in den avlidnes anhöriga till minnesstunden. Enligt skola E: s dokument arrangeras minnesstunden genom en gemensam insats från skolan och kyrkan. Det finns också tydliga direktiv om att de anhörigas önskemål vad gäller minnesstundens innehåll och utformning ska respekteras. Minnesstunden tycks vara obligatorisk för berörda elever vilket också gäller för skola F: s elever. Denna skola nämner också att minnesgudstjänstens innehåll ska anpassas efter den avlidnes personlighet.

Det är endast skola B som i sin krishanteringsplan nämner något om införandet av en eventuell dödsannons och det är endast skola A och B som stipulerar att krisgruppen ska erbjudas debriefing senast 48 timmar efter sorgearbetet med eleverna har inletts.

Komparation mellan dokument författade av professionella krishanterare och de lokala planerna

För att kunna göra en bedömning av de lokala krisplanernas innehållsmässiga kvalitet har vi jämfört dessa med en krisplan författad av nationellt erkänd expertis. Vid denna jämförelse har vi använt oss av den krishanteringsplan som behandlar dödsfall bland ungdomar utanför skolan som författarduon Karin Nordblom och Ulla Magnusson Rahm presenterar i sitt kompendium *När det krisar i skolan* (2002).

Fem av de sex undersökta skolorna anger att rektor är ansvarig för att sammankalla skolans krisgrupp. Tre av dessa uppger även att biträdande rektor, vid rektors frånvaro, övertar det sammankallande ansvaret. Efter det att rektor sammankallat krisgruppen uppger samtliga sex skolor att de underrättar den avlidne elevens klassföreståndare. En av skolorna uppger att berörda klassföreståndare automatiskt blir en aktiv del av krisgruppen. Tre av skolorna uppger att de efter detta kontrollerar ifall att den avlidne eleven har syskon på den aktuella skolan eller på andra skolor. Om så är fallet meddelas även deras klassföreståndare. Samtliga skolor uppger att de inom krisgruppen bestämmer vem av dem som ska sköta kontakten med hemmet. Samtliga skolor rekommenderar att denna kontakt sköts av klassföreståndaren eftersom denne redan är bekant med de anhöriga. Endast en av skolorna stipulerar att den avlidnes anhöriga ska godkänna den information som skolan tänker delge sina elever. Tre av skolorna nämner dock att den information som ska delges eleverna ska vara säkerställd helst av så nära anhörig som möjligt.

Fyra av sex skolor anger rektor som huvudansvarig för kontakten med massmedia. De övriga två skolorna nämner ingenting om detta. Samtliga skolor uppger att klassföreståndaren är den person som har till uppgift att lämna dödsbudet till den avlidnes klasskamrater. Tre av sex skolor uppger att de övriga klasserna, som inte är direkt berörda av dödsfallet, också underrättas av sina klassföreståndare. Samtliga skolor uppger att de, sedan eleverna delgivits

dödsbudet, hissar skolans flagga på halv stång. Fem av sex skolor deklarerar att de även pålyser en tyst minut till den avlidnes minne. I hälften av krishanteringsplanerna nämns att skolans rektor ska se till att samtliga föräldrar/vårdnadshavare i den drabbade klassen ges besked om vad som har hänt. Fyra av skolorna uppger att klassföreståndaren ska se till att ingen elev behöver komma hem till ett tomt hus.

Samtliga skolor uppger att de håller en minnesstund över den avlidne eleven. Tre av skolorna uppger att de tillfrågar de anhöriga om de önskar låta elevens kamrater delta i begravningen. Enligt Nordblom och Magnusson-Rahm bör skolans rektor även skicka ut en skriftlig inbjudan till eleverna vad gäller deltagande i den avlidnes begravning. Ingen av de lokala skolorna nämner dock någonting om detta. Fem av sex skolor uppger att de hissar flaggan på halv stång på begravningsdagen. Endast två av skolorna uppger dock att de, inför elevernas begravningsövervarande, ingående berättar om vad som kommer att ske och hur begravningsritualen kommer att ta sig ut. Ingen av skolorna uppger att de håller eleverna samlade under begravningsdagen. Endast en av skolorna nämner betydelsen av att låta elevens plats/bänk få stå tom en tid. Ingen av skolorna nämner heller något om att låta eleverna, om de så önskar, ges möjligheten att tillbringa begravningsdagen i samvaro med sina föräldrar. Alla utom en skola är på det klara med att personerna i skolans krisgrupp kan vara viktiga vid uppföljningsarbetet efter ett dödsfall bland en av skolans elever. I uppföljningsarbetet ingår att krisgruppen träffas flera gånger efter det inträffade för att analysera och diskutera elevernas behov samt att om situationen så kräver tillkalla extern hjälp.

Förslag till krishanteringsplan

Genom att kombinera de fakta som vårt litteraturstudium givit med material från vår intervju med skolprästen Torbjörn Degerström och Tomas van der Kwast samt med de brister och förtjänster som den lokala krishanteringsberedskapsundersökningen och de komparativa krishanteringsplansundersökningarna pekat på har vi sammanställt en krishanteringsplan som vi anser ska kunna fungera som ett konkret verktyg i arbetet med att möta elever som drabbats av sorg efter en nära väns eller anhörigs dödsfall.

Förberedande åtgärder:

- Rektor ansvarar för att en krisgrupp upprättas. Krisgruppen ska minst bestå av rektor, kurator, skolsköterska, skolpräst samt berörda lärare.
- Rektor ansvarar, efter kännedom om elevs dödsfall, för att krisgruppen sammankallas. Vid rektors frånvaro ansvarar biträdande rektor eller motsvarande för detta. Krisgruppen sammankallas även under helger och lov.
- Krisgruppen ansvarar för att krishanteringsplanens innehåll kontinuerligt uppdateras. Detta gäller även för adresser och telefonnummer till eleverna och deras anhörig samt till ambulans, polis, brandkår, akutmottagning, vårdcentral, kommunens krisgrupp och Arbetsmiljöverket, vilka kontaktas vid allvarliga olyckor eller dödsfall på skolan. De sistnämnda telefon- och adressuppgifterna samt adress- och telefonuppgifter över skolans krisgrupp ska finnas placerad på väggen vid telefon i personalrummet.
- Krisgruppen ansvarar för att skapa rutiner som säkrar att skolans ledning informeras av ortens polis, sjukhus och dylikt när allvarliga olyckor som berör skolans elever inträffar.
- Krisgruppen ansvarar också för att etablera ett samarbete med extern psykosocial expertis t.ex. BUP, psykolog eller präst. Den externa resursen ska integreras i skolans verksamhet så att dessa personer inte är främmande för skolans personal och elever när en kris inträffar.

- Krisgruppen ansvarar också för att utbildning för skolans personal anordnas. Utbildningen bör bl.a. behandla sorgereaktioner och processer samt ge personalen möjlighet att bearbeta sina tankar och känslor till död och sorg.
- Krisgruppen ska se till att all skolpersonal känner till krisplanens innehåll samt var de kan finna den.
- Krisgruppen ansvarar för att upprätta kanaler och rutiner för informationsspridning så att information snabbt kan nå ut till alla berörda skolor på såväl grund- som gymnasienivå.

Handlingsförfarande:

- När rektor får kännedom om ett dödsfall bland skolans elever sammankallar denne den fasta krisgruppen samt elevens klassföreståndare/mentor.
- Säkerställd information införskaffas av krisgruppen.
- Elevens vårdnadshavare eller annan nära anhörig kontaktas av någon i krisgruppen. Om/När hembesök görs bör detta utföras av två personer förslagsvis skolpräst/kurator och klassföreståndare. Dessa två ansvarar för den fortlöpande kontakten med de anhöriga. Kontrollera med de anhöriga vad skolan får meddela angående dödsfallet. Påtala vikten av att skolan tillåts lämna ut så mycket information som möjligt om det inträffade. Särskilt viktigt är detta om den avlidne eleven varit suicid.
- Krisgruppen fyller, efter det att fakta säkerställts, i ett dokument där det tydligt framgår vad som hänt, när, var och hur det hände samt vem/vilka som drabbats. Dokumentet ska även tala om när och var skolans elever ska informeras samt var den drabbade klassen samlas för fortsatt bearbetning.
- Krisgrupper sammankallar och informerar all personal om det inträffade. Gå tillsammans igenom det skriftliga dokumentet för att förhindra eventuella missförstånd. Dokumentet ska sedan användas av lärarna då de i sin tur ska informera sina elever om dödsfallet. Krisgruppen kontrollerar att alla klasser har minst en klassföreståndare närvarande. Om inte ordnar de detta på lämpligt sätt.
- Information till övriga skolor lämnas via fax och e-post. Försändelsen ska kvitteras av den mottagande skolan. Elever från dessa skolor ska erbjudas möjlighet att delta i den efterföljande krisbehandlingen. Krisgruppen ansvarar.
- Rektor ansvarar för all kontakt med massmedia. Var noga med att skydda eleverna så att massmedia inte får möjlighet att kontakta elever i skolan.
- Krisgruppen sammanställer ett brev som går ut till alla föräldrar vars barn går på skolan. Föräldrar till berörda elever informeras via telefon. Rektor ansvarar.
- Skolans elever uppmanas via anslag på entrédörrar och via allanrop att gå till sina hemklassrum eller motsvarande. Där meddelar klassföreståndaren eleverna om vad som skett. Berörda elever erbjuds att delta i de aktiviteter som skolan erbjuder. Läraren ansvarar för att frånvarande elever får kännedom om det inträffade.
- Skolteknikern ansvarar för att flaggan hissas i topp för att sedan halas ner till 2/3 höjd efter information har delgivits eleverna.
- Krisgrupp och berörda lärare träffas efter dagens slut för att tillsammans gå igenom händelser, tankar och känslor. Finns det ett behov av debriefing? Planering för de närmaste dagarna görs.

Berörd klass:

- Läraren i den berörda klassen samt personal ur krisgruppen informerar den berörda klassen om vad som skett. Klassen informeras om hur återstoden av dagen kommer att ta sig ut. Läraren och eleverna, samt övriga berörda elever ur andra klasser och från

andra skolor, går till den i förväg ordnade och kända lokalen där eventuella externa resurser samt krisgrupp finns tillgänglig.

- Berörda lärare ska under denna dag vara tillsammans med sin klass men inte behöva ansvara för den akuta krisinsatsen om dessa så inte vill. Huvudansvaret för den akuta insatsen ska ligga på den övriga krisgruppen och de externa resurserna.
- Var beredd på att upprepa informationen om det inträffade flera gånger. Informera kort eleverna om sorgereaktioner och sorgprocessen. Betona det individuella i känsla och uttryck. Var inte rädd för att visa känslor. Var öppen och ärlig.
- Krisgrupp, berörda lärare och elever äter lunch tillsammans i avskild miljö (skolans personalmatsal görs tillgänglig endast för dessa).
- Eleverna ska inte skickas hem tidigare. Kontrollera att ingen elev kommer hem till ett tomt hem, detta gäller speciellt inackorderade elever. Krisgrupp och klassföreståndare ansvarar.
- Om intresse finns bland berörda elever ska de ges möjlighet att iordningställa ett minnesbord.
- Eleverna ska ges möjlighet att aktivt delta i planeringen av minnesstunden. Om eleverna önskar ska de ges möjlighet att själva få delta med programpunkter. Minnesstunden bör hållas i så nära anknytning till dödsfallet som möjligt, på en tid då så många som möjligt kan delta. Minnesstunden är frivillig.
- Den avlidnes föräldrar inbjuds till minnesstunden. Elever från övriga skolor ska också inbjudas. Minnesstunden filmas så att de som inte kan eller orkar kan ta del av den vid ett senare tillfälle. Ingen undervisning efteråt.
- Om klassen önskar sätta in en egen dödsannons, samtala med anhöriga om detta. Använd samma symbol som i de anhörigas annons samt ordna så att den införs samma dag som denna. Krisgruppen ansvarar.

Begravning:

- Före begravningen ges de elever som önskar närvara vid begravningen information av skolprästen eller annan från kyrkan lämplig person om hur den kommer att gå till, klädsel m.m.
- Klassen ges möjlighet att närvara vid begravningen. Personal från krisgruppen deltar också. Prata med föräldrarna om vad som är bestämt beträffande deltagande på minnesstunden efteråt. På begravningsdagen hissas flaggan i topp, för att sedan halas till 2/3. Efter begravningen hissas den i topp. Rektor ansvarar för att informera skoltekniker.

Efterarbete:

- Krisgruppen ska erbjudas debriefing inom 48 timmar. Rektor ansvarar.
- Krisgruppen träffas regelbundet under den första tiden efter en elevs dödsfall för att kartlägga vilka behov som finns hos elever och personal (t.ex. upprättande av sorgegrupper, personliga samtal med kurator, psykolog eller präst).
- Kom ihåg att sorgen är långvarig. Var även observant på att vissa elever inte reagerar direkt utan att sorgereaktioner kan komma efter en längre tid. Var också observant på elever vars sorg kan ha frusit.
- Var beredd på att eleverna kan ha behov av att tala om det som hänt trots att ordinarie lektioner återupptagits. Beredskap måste finnas för att möta detta behov. Krisgruppen tillsammans med klassföreståndare ansvarar för att möjliggöra detta.
- Expeditionen ansvarar för nödvändiga administrativa rutiner. Den avlidne stryks dock inte från klasslistor m.m. förrän vid t.ex. terminsskiftet.

- En månad efter dödsfallet träffas krisgruppen för att utvärdera arbetet. Krisgruppen ska vid detta tillfälle även göra en kartläggning över nuläget. Vilka behov finns? Hur ska dessa åtgärdas? Vad har fungerat bra/dåligt?

Då en elevs nära anhörig avlider:

- Rektor kallar klassföreståndaren och krisgrupp.
- Klassföreståndare samt någon ur krisgruppen tar genom hembesök kontakt med den sörjande eleven och dennes familj.
- Kontrollera med eleven och dennes familj vad klassföreståndaren får meddela elevens klasskamrater. Betona vikten av att skolan får lämna information.
- Undersök hur den sörjande eleven vill bli bemött av sina klasskamrater. Är det okej att de ställer frågor om den avlidne? etc.
- Om medgivande ges av eleven och dennes familj meddelar klassföreståndaren elevens klasskamrater.
- Skriv gärna ett gemensamt brev från klassen eller skicka en blomma till den sörjande klasskamraten för att visa ert deltagande i dennes sorg. Samtala med klassen om vikten av att respektera den sörjande elevens önskemål vad gäller hur denne vill bli bemött.
- Alla lärare som undervisar den sörjande eleven ska informeras om dennes situation eftersom dennes skolprestationer med all sannolikhet kommer att påverkas av dennes sorg.
- Kom ihåg att sorgen tar tid. Var noga med att visa eleven att du som lärare är medveten om detta. Visa att du står till elevens förfogande om denne så önskar.

Diskussion

Syftet med detta arbete har varit att skapa en teoretisk förståelse för den situation som elever i sorg kan tänkas befinna sig i samt att utifrån denna förståelse utforma ett förslag till en konkret krishanteringsplan anpassad för att möta elever i grundskolans senare år samt i gymnasiet som drabbats av kris och sorg efter en nära anhörigs eller väns hastiga och oväntade dödsfall.

För att uppnå första delen av detta arbetes syfte har vi sökt kartlägga vilka de vanligaste möten med döden som våra ungdomar gör är samt hur dessa möten kan påverka dem. Vi har här tagit vår utgångspunkt i den generella syn på död och döende som upprätthålls av vår kulturella kontext. Vi har bland annat pekat på att vår egen tids bristande beredskap för att möta människor som drabbats av sorg eftersom döden i vår egen tid blivit alltmer institutionaliserad och privatiserad. Vi har också lyft fram inkongruensen mellan bilden av död och sorg som framhävs av media, Tv- och dataspel och den reella döden.

I den inledande delen betonas också vikten av att göra barn och ungdomar delaktiga i sorgen. När en kär vän eller anhörig avlider är det viktigt att alla sörjande ges möjlighet att bearbeta detta. Genom att göra barn och ungdomar delaktiga i sorgen ger vi dem inte bara en plats i en känslomässig gemenskap med andra sörjande och en chans att skaffa sig en bild av vad döden egentligen innebär, utan vi ger dem också tillfälle att starta upp det egna nödvändiga sorgearbetet. Vidare har vi ansett det vara av avgörande betydelse för vår förståelse av sörjande elevers situation att vi också har teoretisk kännedom om hur barn och ungdomar förstår döden, hur sorgprocessen generellt tar sig ut, vilka sorgereaktioner som kan förekomma, huruvida sättet som den avlidne dör på samt om förhållandet mellan den döde och den sörjande har betydelse för den efterföljande sorgereaktionen. Dessa kunskaper är absolut nödvändiga för att vi som pedagoger ska kunna möta och tillfredsställa våra sörjande elevers behov på ett konstruktivt sätt.

I arbetet med elever i sorg intar pedagogen en central roll dels genom sin medmänskliga relation till eleven, dels genom läroplanens och skollagens förordningar i vilka det tydligt framgår att pedagogen är skyldig att möta eleven efter dennes behov. För att kunna göra detta behöver vi som arbetar inom skolans väggar känna till hur vi ska arbeta med elever i sorg. Vi behöver också känna till hur detta arbete kan påverka oss. Pedagogens roll, uppgifter och behov har i huvudsak behandlats i uppsatsens senare del. Här har vi också lyft fram rekommendationer från den etablerade krishanteringsexpertisen vad gäller att lämna dödsbud samt hur vi som pedagoger ska arbeta i en klass som sörjer eller med enstaka elever i sorg.

Ett av de redskap som vi som pedagoger har att tillgå vid de tillfällen då skolan drabbas av ett dödsfall bland en av sina elever eller då en enstaka elev på skolan drabbas av sorg är skolans krishanteringsplan. För att detta dokument ska fungera som ett konkret redskap i arbetet med sörjande elever anser vi det vara av yttersta vikt att planen är väl förankrad i såväl teoretisk- som praktisk kunskap kring arbetet med elever i sorg samt att detta dokument även är välkänt för all personal på skolan. Vid vår komparation av de lokala krishanteringsplanerna har vi funnit brister vad gäller huruvida krishanteringsplanen faktiskt kan användas som ett konkret verktyg. Enligt vår bedömning är det endast två av de sex skolor vars krishanteringsplaner vi granskat som helt uppfyller detta kriterium. Dessa skolor återfinns under beteckningen A och B under rubriken *Komparationen av de lokala planerna*.

För att förstå kvalitetsskillnaderna mellan de lokala skolornas planer måste vi titta närmare på planernas innehåll. Vid vår jämförelse med de nationella dokumenten framkommer att samtliga lokala skolor i sina planer berör huvuddelen av de punkter som den nationella planen behandlar. Den innehållsmässiga kvalitetsskillnaden planerna emellan återfinns sålunda inte i den del av innehållet som beskriver *vad* skolan ska göra i en krissituation. I de dokument som uppvisar en hög kvalité kan vi dock inte bara utläsa vad som ska göras utan även *när* det ska göras, *vem* som ska göra det och *hur* det ska göras. Här betonas också vad du som pedagog ska *tänka på* i ditt möte med de sörjande eleverna. I dessa dokument framkommer det att skolorna redan innan en kris sker har planerat hur skoldagen, vid en elevs dödsfall, ska fortlöpa, var de sörjande ska samlas, att berörda elever, personal och krisgrupp åter lunch tillsammans i enskild matsal etc. Rutiner för att införskaffa säkerställd information är redan etablerade. Här finns också tydligt angivet att berörd personal ska erbjudas professionell hjälp om de så önskar. I dokumenten med en lägre kvalité sägs litet eller inget om vem som ska göra vad och hur det ska göras. I dessa dokument framkommer inte heller något, eller väldigt lite om, hur du som pedagog ska möta dina elever.

I en krisartad situation är tydlighet A och O. Det är därför viktigt att krishanteringsplanen är kortfattad och koncentrerad. De krishanteringsplaner som uppvisar en lägre kvalité är över lag väldigt kortfattade och koncentrerade vilket troligtvis kan förklaras med att skolan önskar vara distinkt. Paradoxalt nog blir följden av dessa dokumenters knapphet och koncentration att de blir otydliga eftersom det här saknas relevant information som kan vara avgörande för att krishanteringsarbetet ska löpa smidigt.

En annan faktor som är avgörande för krishanteringsplanens användbarhet som ett konkret arbetsverktyg är sättet på vilket dess innehåll är disponerat. Vi har tidigare nämnt att planernas innehållsliga kvalité i huvudsak bedömts efter dess tydlighet. När detta kriterium appliceras på planernas disposition uppdragas att endast fyra av sex planer uppvisar en hög dispositions-kvalitet. De fyra skolorna som uppvisar en högre kvalité har valt att disponera innehållet i sina planer antingen i kronologisk ordning eller med huvudrubriker under vilka krishanteringens förlopp presenteras i kronologisk ordning. Strukturen på dessa planer gör att det är lätt för planens läsare att, utifrån den aktuella krissituationen, snabbt sätta sig in i vad som redan har gjorts, vad som görs just nu samt vilka åtgärder som kommer att vidtas. Detta är något som vi också tagit fasta på i utformandet av vår krishanteringsplans disposition. När det gäller tydlighet är det mindre lyckat att, som de två skolor som uppvisar en lägre kvalité,

disponera sin plan i form av en handskriven, mind-map med delvis bortnött text eller i punktform utan kronologisk ordning.

Den lokala jämförelsen visar också att de undersökta skolorna innehållsmässigt sökt begränsa sina krishanteringsplaner till det akuta krisskedet vilket här avser tiden från det att skolan erhåller dödsbudet till dess att begravningsgudstjänsten för den avlidne har hållits. Vi upplever att det här finns utrymme för förbättring både för skolor vars planer är av hög som låg kvalitet. Vi har i vår plan valt att utvidga såväl de förberedande åtgärderna som det avsnitt som berör efterarbetet. De förberedande delarna är viktiga då skolorna här kan nedteckna vilka åtgärder som ska vara vidtagna innan skolan drabbas av en kris. Här bör alla praktiska detaljer som kan komma till pass vid en krissituation finnas nedtecknade. Det bör också tydligt framgå vem som ansvarar för att initiera krisarbetet samt vem som ansvarar för att punkterna i förarbetet verkställs. Bland efterarbetets punkter bör frågor som berör tiden efter begravningen och framåt finnas inskrivna. Dessa frågor kan exempelvis gälla när, var och hur debriefing av skolans personal och krisgrupp ska ske. En utvärdering och eventuell revidering av den befintliga krisplanen utifrån de erfarenheter som skolan gjort under den aktuella krissituationen kan också vara aktuell i detta skede. Här kan skolan också göra en utvärdering av nuläget i syfte att bedöma elevernas behov för att på så sätt kunna bedöma vilka vidare åtgärder som skolan ska vidta. Vi anser att det är viktigt att alla delar som berör krisarbetet finns nedtecknade i krishanteringsplanen eftersom det gör det lättare för såväl pedagogisk personal som skolledning och krisgrupp att kontrollerar att dessa punkter verkligen har vidtagits och uppfyllts.

Vad gäller de förberedande delarna av krisplanen har vi valt att tillföra utbildningen av skolans personal som en viktig punkt i planen. Vi har tidigare i detta arbete pekat på tre vanligt förekommande rädslor bland den pedagogiska personalen (se s.14). För att stävja dessa rädslor och för att den pedagogiska personalen ska kunna tjäna som hjälpare åt sina elever är det viktigt att de själva har hunnit bearbeta sina egna tankar och känslor inför död och sorg. Det är också viktigt att de har kännedom om såväl sorgprocessen som sorgereaktioner samt om vikten av att *bemöta* och inte *bedöma* människor i sorg. Andra viktiga kunskaper som läraren med fördel kan ta till sig kan gälla hur de ska gå till väga för att lämna ett dödsbud och saker som de absolut aldrig ska säga till en elev i sorg. Sammantaget bidrar dessa faktorer till att den pedagogiska personalen kan känna sig trygga i sig själva och i sin roll som hjälpare. All personal som arbetar på skolan bör också, innan krisen inträffar, ha kännedom om vad som står i skolans krishanteringsplan samt vilka rutiner som gäller vid en elevs dödsfall eller då en av skolans elever mist en nära anhörig. Detta medför att personalen istället för att, då krisen redan inträffat, ägna tid och energi åt att ta reda på vad de ska göra, redan i inledningskedet kan ägna sin tid och kraft till att möta de sörjande eleverna och varandra.

Enkätsvaren från skolorna i Skellefteå kommun visar på att det inte är gängse bruk bland skolans rektorer att utbilda sin personal i sorg och krishantering. Av de sju svarande skolorna är det endast två rektorer som uppger att all personal har fått denna utbildning. Tre av skolorna meddelar att de endast låtit utbilda de lärare som ingår i skolans krisgrupp. Eftersom ett dödsfall bland en av skolans elever med största sannolikhet kommer att påverka hela skolan anser vi det vara viktigt att all personal utbildas i sorg- och krishanteringens grunder. Det är trots allt lärarna som tillbringar störst tid med de sörjande eleverna och det är troligtvis också de som har störst möjlighet att upptäcka och bemöta de enskilda elevernas behov. Krisgruppens personal, som oftast består av ett begränsat antal individer, har liten möjlighet att upptäcka och nå ut och till de elever som behöver dem. Vi får inte heller glömma bort att sorgen är en process som sträcker sig över ett mycket långt tidsspänn och att den tar sig olika uttryck hos olika individer. Krisgruppen kan därför ha svårt att upptäcka och möta en elev

vars sorg är dold eller fördröjd. Läraren, som möter denna elev dagligen, har däremot större möjligheter att göra detta.

En annan viktig punkt i vår plans förberedande åtgärder, till gagn för såväl elever som personal, utgörs av skolans arbete med att etablera och integrera extern psykosocial krishanteringsexpertis i sin vardag. Anledningen till att detta bör göras redan i förarbetsstadiet är att skolan genom detta förfaringssätt kan undvika att elever och personal, som redan befinner sig i en krisartad situation, ställs inför helt främmande personer. Enkätundersökningen bland Skellefteå kommuns skolor visar att fem av sju skolor redan har ett sådant arbete. Fyra av fem skolor uppger här kyrkan som sin samarbetspartner. Kyrkan kan i detta sammanhang vara en tacksam partner att etablera kontakt med och integrera i skolans vardag. Många elever har sedan sin konfirmation och genom olika samarbetsprojekt från sina tidigare skolår redan en etablerad kontakt med kyrkan. Kyrkan har dessutom personal med stor erfarenhet och rutin både vad gäller att möta människor i sorg som att föra samtal om existentiella frågor.

Den sista punkten under förberedande åtgärder i vår plan tar upp kanaler och rutiner för informationsspridning mellan skolorna. Vid vår lokala komparation uppdagades att endast tre av sex skolor, om ett dödsfall bland deras elever inträffar, meddelar andra berörda skolor. Det är viktigt att komma ihåg att ett dödsfall på en grundskola kan påverka och få följder även för gymnasiets elever och vice versa. Särskilt viktigt är detta om dödsfallet inträffar i början av höstterminen och rör en elev i årskurs nio eller gymnasiets årskurs ett eftersom eleven då kan ha många vänner och bekanta på såväl grund- som gymnasieskolan.

Vad gäller de delar av vår plan som behandlar handlingsförfarandet vid en kris samt arbetet med berörda eleverna liknar vår plan i mångt och mycket de krishanteringsplaner av god kvalitet, d.v.s. plan A och B, som vi tagit del av i den lokala jämförelsen. Eftersom det också är dessa planer, som har flest berörningspunkter med det nationella dokumentets rekommendationer bedömer vi detta som ett välgrundat val. Vi vet också att skolorna bakom dessa dokument har praktisk erfarenhet av att arbeta med elever i sorg vilket i sig visar på att dessa delar av planen också fungerar i praktiken. I vårt dokument har vi dock valt att ytterligare förtydliga och utveckla några av dessa punkter.

En av de punkter som vi valt att förtydliga gäller att skolan vid sin kontakt med de anhöriga särskilt betonar vikten av att skolan av dem får tillåtelse att låta sina elever få så mycket information kring dödsfallet som möjligt. Särskilt viktigt, men också alldeles särskilt känsligt, kan detta vara då en elev begått självmord. Vi har tidigare i detta arbete berört det faktum att våra ungdomar, om de inte tillåts få information om suicidiet, kan låsa sig i sin sorg eller att de i brist på fakta fyller sina huvuden med fantasier om den avlidnes suicid. Det kan också förekomma att eleverna börjar fundera på om de själva också kommer att ta sitt liv (se s.11).

Vi tycker också att det är angeläget att krisgruppen tillsammans med skolans personal går igenom vad som ska sägas till eleverna för att på så sätt undvika att missförstånd uppstår och falsk information sprids. När den krisdrabbade skolan i sin tur ska meddela andra skolor om det inträffade dödsfallet är det bra om den mottagande skolan kvitterar att de mottagit beskedet. På så sätt kan skolan säkerställa att informationen verkligen nått ut till alla skolor.

Vi har i vår krisplans handlingsförfarande också tillfört att skolans krisgrupp samt berörda lärare, redan samma dag som dödsbudet lämnats, ska träffas vid dagens slut för att delge varandra sina tankar och känslor kring dagen som gått. Under detta möte kan personalen också planera för nästa dags sorgearbete. En del elever kanske önskar återgå till vanliga lektioner medan andra behöver mer tid. Här finns tillfälle att praktiskt ordna detta.

Beträffande arbetet i den berörda klassen har vi i vår krishanteringsplan inte valt att följa Dyregrovs och Ekviks rekommendationer (se s.15). Här har vi istället valt att lyfta fram det arbetssätt som praktiseras på den skola där Torbjörn Degerström och Tomas van der Kwast är verksamma där extern personal tar hand om det akuta sorgearbetet, eftersom vi menar att det

är viktigt att den avlidne elevens lärare, tillsammans med sin klass, ges möjlighet att bearbeta sin egen sorg och förlust. Detta är en absolut nödvändighet eftersom läraren sedan förväntas vara den som ska leda sina elever vidare i sorgearbetet. Det kan också vara viktigt för det kommande sorgearbetet i klassen att eleverna tydligt kan se att läraren också berörs av det inträffade och att de därmed tillhör samma sorgesgemenskap.

Vi har tidigare i detta arbete sett att såväl Dyregrov som Ekvik betonar vikten av att låta eleverna delta i den avlidnes begravning (se s.17). Vid jämförelsen mellan de lokala skolornas tillvägagångssätt gällande elevernas deltagande i begravningsritualen kan vi tydligt se två olika alternativ framträda. Enligt det första alternativet tillåts eleverna närvara vid begravningen endast om den avlidnes anhöriga har gett sitt medgivande till detta medan skolorna som representerar det andra alternativet inte nämner någonting om de anhörigas medgivande vid deltagande i själva begravningsritualen. Anledningen till denna skillnad kan bero på att skolorna inte har gjort åtskillnad mellan själva begravningsritualen, som är en offentlig ceremoni och den efterföljande minnesstunden som är privat. Om eleverna ska delta i begravningen är det viktigt att skolan informerar eleverna om hur en sådan ritual går till, hur de ska klä sig och vad de förväntas göra.

Efter det att en elev dött står skolan inför ett långt och krävande arbete bland sina sörjande elever. Sorgearbetet kan ta lång tid och det kan också ta sig varierande uttryck. För att kunna möta skolans elever på ett konstruktivt sätt är det viktigt att skolan har en väl förberedd beredskap för detta. Sorgen tar inte automatiskt slut för att begravningen är över. För att skolans personal och krisgrupp ska kunna bedriva ett gott arbete bland skolans elever är det viktigt att berörd personal erbjuds debriefing. Eftersom personalen under sorgearbetet kommer att erfar mycket sorg och smärta både hos sig själv och bland sina elever är det viktigt att de ges tillfälle att bearbeta detta. Enligt våra observationer är det dock endast två av de lokala skolorna som i sin krisplan tydligt stipulerar att debriefing ska erbjudas deltagarna i krisgruppen inom 48 timmar.

I vårt efterarbete har vi också betonat vikten av att krisgruppen fortsätter att träffas regelbundet en tid efter dödsbudet. I detta forum kan personalen söka kartlägga vilka fortsatta behov skolans elever har. Det måste även finnas möjlighet för elever som så önskar att få tala med någon om sin sorg fastän skolan har återupptagit den ordinarie undervisningen. Eftersom sorgen och sorgprocessen i sig är individuell måste skolan ha beredskap för att möta de elever vars sorg kommer igång sent eller de elever vars sorg tar lång tid att bearbeta. Skolan bör också ha kontakt med externa resurser så att de kan hjälpa eleverna att finna extra hjälp om så skulle behövas.

I nyss nämnda forum ska ytterligare en kritisk granskning av skolans krishanteringsplan äga rum. Krisgruppen bör inför denna granskning samla in underlag från alla berörda lärare och elever för att få ett ordentligt underlag för sin utvärdering. Om behov finns genomför krisgruppen en revidering av skolans plan. Vad gäller skolans plan bör denna kontinuerligt, även då en kris inte föreligger, ses över. Telefon – och adresslistor ska ses över minst en gång per termin. Planens innehåll bör också ses över med jämna mellanrum då det alltid finns utrymme för förbättring. Av vår enkätundersökning bland skolorna i Skellefteå kommun framkommer att endast en av sju skolor kontinuerligt uppdaterar sin plan både vad gäller adress- och telefonnummer som innehåll. Det är vår bestämda uppfattning att skolan, för att kunna använda sig av krishanteringsplanen som ett konkret arbetsverktyg, ständigt måste hålla detta dokument aktuellt. När krisen väl står för dörren finns varken tid eller möjlighet att vidta nödvändiga åtgärder.

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att det bland de enkätsvarande skolorna i Skellefteå kommun finns ett behov av att ge den pedagogiska personalen adekvat utbildning vad gäller sorg och krishantering. För att skolans personal på ett konstruktivt sätt ska kunna bemöta sina sörjande elever är det viktigt att de också ges kunskaper om hur detta ska göras samt att de

också ges möjlighet att bearbeta sina egna känslor inför död och sorg. Den pedagogiska personalen som arbetar med elever i sorg har dessutom ett behov av att få tala med någon om sina erfarenheter. Vår granskning av de lokala skolornas krishanteringsplaner visar att debriefing endast finns inskrivet i två av sex krishanteringsplaner. För att de lokala skolornas krishanteringsplaner ska kunna fungera som konkreta arbetsverktyg vid mötet med elever i sorg finns, bland majoriteten av dessa skolor, ett behov av att skapa rutiner för översyn och revidering av de befintliga krishanteringsplanerna. Det vore önskvärt att de lokala skolorna, i frågor som berör sorg och krishantering, kunde etablera ett forum för samverkan där skolor med praktisk erfarenhet av detta arbete kunde dela med sig av sina erfarenheter till skolor som hitintills inte behövt axla detta ansvar. Det är dock angeläget att betona att varje skola i huvudsak bör författa sitt eget dokument. Detta är viktigt eftersom varje skola i sig kan sägas utgöra en egen unik kultur. I arbetet med krishanteringsplanen anser vi det därför vara betydelsefullt att varje skola hittar en arbetsform och ett arbetssätt som passar just för deras kontext. Arbetet med att framställa krishanteringsplanen kan i sig ses som ett led i skolledningens och personalens bearbetning av dess eget förhållningssätt gentemot död och sorg. Den nationella jämförelsen mellan krishanteringsplanen författad av etablerad expertis och de krishanteringsplaner som författats av de lokala skolorna visar att de lokala skolorna i mångt och mycket följer de punkter som gäller akut krishanteringsförfarande som återfinns i det nationella dokumentet. Av detta drar vi slutsatsen att de kvalitetsskillnader som vi funnit vid jämförelsen mellan de lokala dokumenten inte explicit står att finna i de punkter som beskriver vilka åtgärder som skolorna ämnar vidta vid en elevs dödsfall. Kvalitetsskillnaderna återfinns dock i hur väl skolorna beskriver sina åtgärder. Skolor med en lägre kvalitet beskriver i huvudsak bara vad de ska göra medan skolor med hög kvalitet även beskriver när, var, vad, hur och av vem det ska göras. Ytterligare en kvalitetsskillnad står att finna i hur skolorna valt att disponera krishanteringens innehåll. Skolor med hög kvalitet uppvisar här en disposition som gör det lätt för krishanteringsplanens läsare att på ett ögonblick sätta sig in i vad som gjorts, vad som görs just nu, och vad som kommer att göras inom en snar framtid. För att skolans dokument i sig ska kunna användas som ett konkret arbetsverktyg i en krissituation anser vi det vara viktigt att dokumentet är tydligt vad gäller innehåll och struktur. Vid vår jämförelse mellan de lokala planerna har vi också funnit att såväl skolor vars planer uppvisar en hög som en låg kvalitet ytterligare kan förbättra sina planer genom att vidga dess innehåll till att också beskriva såväl förberedande som efterarbetande åtgärder.

Det finns en sak här i livet som vi människor kan vara alldeles säkra på och det är att vi alla, förr eller senare, kommer att dö. Döden är ett ämne som för många av oss är tabu – vi vill inte tala om och än mindre tänka på den. Den är ett område som många av oss känner stor rädsla, ångest och osäkerhet inför. Likafullt är det svårt att blunda inför det faktum att vi alla, på det ena eller det andra sättet, under vår egen livstid kommer att möta döden ett flertal gånger och i ett flertal olika former. Den möter oss när vi öppnar vår dagstidning eller när vi slår på vår TV. I massmedia visas dagligen bilder på krigs- och terroroffer men här ryms också dödsrunor till minne av människor som levt i vår direkta närhet. Bland dessa runor möter vi människor som under sin livstid varit mor- och farföräldrar, syskon, föräldrar, vänner och barn.

Ovanstående ord, som återfinns i inledningen till detta arbete, har genom de senaste dagarnas tragiska händelser i Asien aldrig känts mer aktuella. Vikten av att vi som arbetar inom skolans väggar har en teoretisk kunskap om elevers sorgprocesser och sorgereaktioner samt ett konkret arbetsverktyg, kanske i form av en väl genomarbetad krishanteringsplan, för att möta dem med kan inte nog betonas. Vår förhoppning är att du som tar del av detta arbete dels ska få nya kunskaper kring ämnet i fråga men också att du ska uppmärksamma vikten av att möta elever i sorg på ett sätt som kan verka positivt både för dem du möter och för dig själv i den svåra stund som ett möte med döden kan innebära.

Förslag till fortsatt forskning

Med tanke på de senaste dagarnas tragiska händelser i Asien där hundratusentals människor, däribland många svenskar, mist sitt liv, har krishantering blivit ett ämne som dagligen debatteras i media. Ur forskningssynpunkt skulle det vara intressant att studera hur de svenska skolorna har hanterat mötet med de elever som drabbats av katastrofen i Asien. Det skulle också vara givande att undersöka hur skolorna upplever att deras krishanteringsplaner och krisberedskap fungerar i en reell situation. Vilka brister och behov som skolorna upplever sig ha haft i detta arbete samt vilka åtgärder de planerar att vidta. Vidare skulle det också vara av intresse att undersöka hur eleverna som drabbats av sorg i samband med denna katastrof har upplevt att skolan har bemött dem.

Litteraturlista

Tryckta källor

- Arvidsson-Artman, Lena (2002). *Tröst- i praktiken*. Varberg: Argument.
- Birkehorn, Regina (2001). *Brännande sorg: om livet efter*. Vänge: Naudiz.
- Cronström-Beskow, Solveig (1988). *Möt mej! Samtal mellan ungdomar och vuxna när livet känns svårt*. Stockholm: Verbum Gothia .
- Cronström-Beskow, Solveig (1985). *Sorgens många ansikten*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Dyregrov, Atle (1990). *Barn i sorg*. Lund: Studentlitteratur.
- Dyregrov, Atle (1993). *Beredskapsplan för skolan*. Stockholm: Rädda Barnen.
- Dyregrov, Atle (1999). *Att ta avsked - Ritualer som hjälper barnet genom sorgen*. Stockholm: Rädda Barnen.
- Ekvik, Steinar (1993). *Skolan och elever i sorg*. Lund: Studentlitteratur.
- Fyhr, Gurli (2003). *Hur man möter människor i sorg*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Gyllensvärd, Göran & Polfeldt, Lotta (2001). *Aldrig i livet. När någon i familjen har tagit sitt liv. Ungdomar berättar*. Stockholm: Rädda Barnen.
- Jonsson, Stig, Hagström, Annika (1990). *En bro över mörka vatten. Om människorna bakom rubrikerna*. Cordia.
- Kast, Verena (1994). *Att sörja*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Kübler-Ross, Elisabeth (1999). *Döden är livsviktig*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Kübler-Ross, Elisabeth (1988). *Om barn och döden*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Lärarens handbok: Skollag, läroplaner, yrkesetiska principer* (2001). Stockholm: Lärarförbundet.
- Nordblom, Karin, Magnusson, Ulla (2002). *När det krisar i skolan*. Stockholm: Gothia.
- Persson, Thore (1995). *Att möta människor i kris - om kristeori och krisbestånd*. Lund: Studentlitteratur.
- Svenning, Conny (2000). *Metodboken- samhällsvetenskaplig metod och metodutveckling: klassiska och nya metoder i IT-samhället*. Eslöv: Lorentz.
- Svensson, P-G., & Starrin, B. (red.) (1996). *Kvalitativa studier i teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Tamm, Maare (1986). *Barnet och döden*. Esselte Studium AB.
- Tegern, Gunilla, Eriksson, Bengt-Erik & Beskow, Jan (2003). *Ungdomars tal och tankar om självmord*. Lund: Studentlitteratur.

Dokument i författarnas ägo

Utskrift av samtal med skolpräst Torbjörn Degerström och kurator Tomas van der Kwast, 2004-11-04.

Elektroniska källor

- Gunnarsson, Ronny (2002-12-13), "Forskningsansats - kvalitativa eller kvantitativa perspektiv"? <http://infovoice.se/fou/bok/10000002.htm>
- Statistiska Centralbyrån (1987-1996). "Dödsorsaksregistret". <http://www.ssd.scb.se/databaser/makro/MainTable.asp?yp=tansss&xu=C9233001&omradekod=HS&omradetext=H%E4lso%2D+och+sjukev%2D&lang=1>