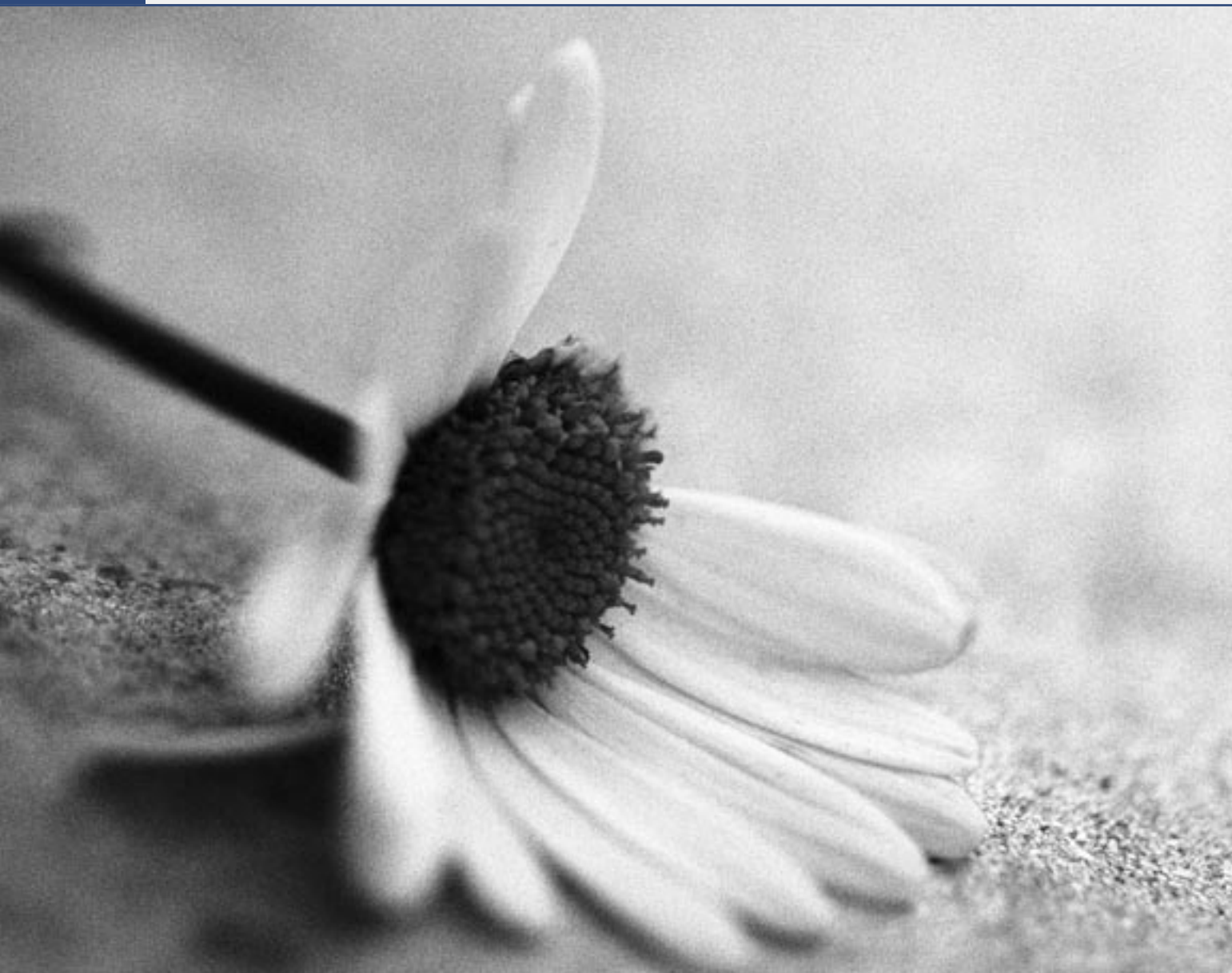


# *Handleplaner i gymnasieskolen*

*– erfaringer og anbefalinger*



Projekt og rapport er blevet til i et samarbejde mellem  
Kræftens Bekæmpelse og Center for Selvmordsforskning



## **Handleplaner i gymnasieskolen – erfaringer og anbefalinger**

Udgivet af:  
Center for Selvmordsforskning  
Søndergade 17  
5000 Odense C  
Tlf.: (+45) 66 13 88 11  
Fax: (+45) 65 90 81 74  
E-mail: [info@selvmordsforskning.dk](mailto:info@selvmordsforskning.dk)  
Hjemmeside: [www.selvmordsforskning.dk](http://www.selvmordsforskning.dk)

Projekt og rapport er blevet til i et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og Center for Selvmordsforskning

Udgivelsen er støttet af Socialministeriet efter indstilling fra Referencegruppen til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord

Oplag:  
1. oplag, 1. udgave, august 2005

Ansvarshavende:  
Lilian Zøllner, centerleder,  
Center for Selvmordsforskning

Forfattere:  
Per Bøge, projektchef  
Kræftens Bekæmpelse

Inge Jacobsen, uddannelseskonsulent  
Center for Selvmordsforskning

Grafisk design:  
Helle Guldmann, [www.guldmann-design.dk](http://www.guldmann-design.dk)

Tryk:  
Narayana Press, [www.narayanapress.dk](http://www.narayanapress.dk)

ISBN: 87-90291-35-2  
Det er tilladt at citere, kopiere m.v. fra denne rapport med tydelig kildehenvisning

# Handleplaner i gymnasieskolen – erfaringer og anbefalinger

*"For at vise omsorg kræves ikke at du er overmenneske.  
Kun at du er medmenneske"*

*Jes Dige og Per Bøge  
Kræftens Bekæmpelse*

Projekt og rapport er blevet til i et samarbejde mellem  
Kræftens Bekæmpelse og Center for Selvmordsforskning





## Indledning

På baggrund af anbefalinger i Forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord i Danmark (Sundhedsstyrelsen, august 1998) indgik Kræftens Bekæmpelse og Center for Selvmordsforskning i 2001 et samarbejde med henblik på at overføre erfaringer med kriseberedskabsplaner, eller omsorgsplaner, fra grundskole- til gymnasieniveau.

Undervisningsministeriets deltager i Referencegruppen til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord indkaldte i april 2001 repræsentanter fra gymnasier, amter og Danske Gymnasieelevers Sammenslutning til mødet "Er der behov for omsorgsplaner i gymnasieområdet? – dødsfald i den nære familie, selvmordstruede unge, anoreksi, misbrug, m.m."

Efterfølgende bevilligede Socialministeriet efter indstilling fra Referencegruppen til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord midler til et projekt om handleplaner i gymnasieskolen. Projektet omfattede, at der på 6 gymnasier kunne iværksættes en proces, der skulle resultere i udarbejdelse af lokale handleplaner i forhold til sorg og krise.

Denne lille rapport videregiver erfaringerne fra projektet og har som formål at støtte det fortsatte arbejde med udvikling og implementering af handleplaner – både i gymnasieskolen og på andre institutioner.

*Per Bøge, projektchef*  
Kræftens Bekæmpelse

*Inge Jacobsen, uddannelseskonsulent*  
Center for Selvmordsforskning

*August 2005*

## For evigt borte

*Det virker som  
var det i går  
vi snakkede*

*Vi smilede til  
hinanden og  
grinede sammen*

*Du har forladt  
jorden*

*Du har forladt  
mig*

*Smerterne,  
længslerne gror  
for hvert hjerteslag*

*Når min tid  
er omme  
vil du stå og vente*

*Du vil vente  
ved porten*

*Du vil vente  
med hjerteslag*

*Smerterne,  
længslerne  
vil ende*

*Ind til da  
vil du blinke  
på min aftenhimmel*

*Du er min  
blinkende stjerne*

*Du er lyset  
for enden.*

*Gitte Hedelund, 17 år*



## Uddrag af breve fra gymnasieelever

### **“Nu må du ikke græde – du er jo altid så glad”**

*“Det jeg blev mødt med den første og eneste gang, jeg har vist over for min klasse, at jeg var ked af det, var, at “nu måtte jeg jo ikke græde, fordi jeg jo altid var så glad”. Det var selvfølgelig venligt ment, men det gør bare endnu mere ondt. Når man endelig har taget mod til sig til at fortælle om, hvordan man har det, og så får at vide, at man skal lade være.*

*For mit vedkommende har det været rigtig svært at fortælle folk, hvad jeg føler. Rationelt kan man jo godt forklare folk, hvad der skete. Hvordan han kørte galt, hvordan han døde, osv. Men det er svært for mig at skulle fortælle, at man rent faktisk har hadet sig selv for at være i live, fordi han ikke var det. At man ville ønske, det var én selv i stedet for ham. Dét er svært at forstå for folk der ikke selv har prøvet det. Og den slags kan man heller ikke sige til sine forældre, når de selv står begravet til halsen i problemer.”*

*(Pige, der har mistet sin bror ved trafikuheld)*

### **Da rektor uforventet dukkede op i klassen**

*“... Jeg husker, at det var midt i en dansktime, at rektor pludselig, uforventet, dukkede op i klassen... Jeg synes, at rektor fortalte det på en utrolig professionel og passende måde. Han startede med at forklare, hvad baggrunden var for, at du ikke havde været i skole osv. Jeg kan huske, at han ikke bare slyngede det ud...*

*Det var som om, at tiden omkring én gik i stå, men pludselig blev den brudt af vores lærer, der lidt kynisk og koldt vendte tilbage til sin undervisning. Jeg kan huske, at hun i starten også virkede ked af det, men pludselig reagerede hun meget umenneskeligt ved at fortsætte undervisningen, som om intet var sket. Jeg tror på en måde, at det var en reaktion, fordi hun ikke vidste, hvad hun ellers skulle gøre eller for den skyld sige.*

*Hele dagen var meget mærkelig, og folk var ligesom ikke sig selv, og jeg kan huske, at jeg sådan ønskede, at jeg kunne hjælpe dig på en eller anden måde eller bare gøre et eller andet. I skolen havde alle talt om, hvor meget de følte med dig, men også hvor svært det var, da man ikke vidste, hvordan man skulle udtrykke sin sorg over for dig...”*

*(Veninde til pige, der har mistet sin mor)*

### En handleplan skal indarbejdes

Disse to uddrag giver et ganske godt billede af, hvordan gymnasieelever har oplevet at blive mødt i forbindelse med sorg. I det første eksempel føler pigen, at der ikke er plads til hendes sorg, at kammeraterne frygter hendes tårer. I det andet eksempel har en fagligt engageret lærer travlt med at vende tilbage til undervisningen, efter at rektor med stor indføling har informeret klassen om en forælders død. Vi véd ikke, om de pågældende gymnasier havde en handleplan; hvis det var tilfældet, ville der på begge skoler fortsat skulle arbejdes med at få udbredt kendskabet til handleplanen og ikke mindst: at få den indarbejdet i skolens rutiner.

Det er ikke tilstrækkeligt, at rektor og ledelse kender handleplanens indhold. Alle andre: undervisere, øvrigt personale, elever og forældre bør kende rammerne og vide, at der skal være plads til at tage hånd om sorg og krise, når det er nødvendigt.

#### Fakta om at miste

- Hvert år dør omkring 60.000 mennesker i Danmark
- Hvert år mister 4.000 børn deres far eller mor
- Omkring 4% af alle danske børn oplever at miste deres far eller mor i barndommen
- Over 380.000 børn lever adskilt fra den ene eller begge forældre

### Projektbeskrivelse

Projektet "Handleplaner i gymnasieskolen" bygger på erfaringer der viser, at ubearbejdede oplevelser af tab, for såvel børn som voksne, på sigt kan føre til selvmordsadfærd. Derfor er det nødvendigt, at ledelse, administration – og ikke mindst undervisere – i gymnasiet bliver bedre til specifikt at tage hånd om både elever og kolleger i sorg og krise, og mere generelt at være opmærksomme på elever, som mistrives.

Når eleverne fortsætter i gymnasiet, vil de i langt de fleste tilfælde opleve, at der ikke ydes den omsorg for dem, som de har været vant til i folkeskolen, derfor er det vigtigt, at også underviserne har en grundlæggende forståelse for elevens problemer. At vi ikke handler ud fra, at vi tror, vi véd. Vi véd det først, når vi har spurgt. Det er vigtigt, at eleverne får mulighed for at give sig til kende, og at det står lysende klart for dem, hvor de kan henvende sig med deres problemer. Det bør ikke kun være hos studievejlederen.

Mange gymnasielærere vil muligvis føle, at elevernes personlige problemer ikke vedkommer dem, at de er ansat til at undervise i deres fag, ikke til at yde omsorg. Der hersker dog næppe tvivl om, at elever, der tumler med store problemer eksempelvis i forbindelse med forældres eller søskendes alvorlige sygdom og død, spiseforstyrrelser, misbrug,



grov mobning eller andet, ikke vil være i stand til at lære optimalt eller indgå i en klassesammenhæng. Derfor bliver det i sidste ende også underviserens problem, hvis elever mistrives. Derfor er det vigtigt, at også underviserne deltager i projektet.

### **Målsætning**

1. At undersøge, om det er muligt at overføre de indhøstede erfaringer fra folkeskolen til gymnasiet ved gennemførelse af prætest på 6 udvalgte gymnasier
2. At indsamle erfaringer fra temamøder på de 6 gymnasier
3. Udarbejdelse af en evalueringsrapport på 5-10 sider med anbefalinger til det videre arbejde

### **Målgrupper**

- gymnasielærere
- studievejledere
- rektor
- administrativt personale
- kantinepersonale
- repræsentanter fra elevråd
- eventuelle samarbejdspartnere
- gymnasieeleverne selv
- forældre til gymnasieeleverne

### **Midler**

4 timers temamøde om sorg og død mellem en konsulent fra Kræftens Bekæmpelse og det pågældende

gymnasiums lærere, studievejledere, rektor, administrativt personale, kantinepersonale, repræsentanter fra elevråd og eventuelle samarbejdspartnere (f. eks. præst, psykolog, forvaltning). Temamødet danner udgangspunkt for igangsættelse af en proces, der i sidste ende skal udmønte sig i udarbejdelse af en lokal handleplan. Temamødet udgøres blandt andet af oplæg, cases, gruppearbejde, fælles diskussion og forslag til retningslinier for det videre arbejde.

### **Strategi**

Der afvikles prætest på 6 udvalgte gymnasier. Evalueringerne herfra beskrives i en rapport, som på sigt kan danne grundlag for udarbejdelse af skriftligt materiale og manual, der kan benyttes ved iværksættelse af handleplaner på alle gymnasier.

### **Fremtidsperspektiver**

At alle gymnasier igangsætter en proces, der skal lede frem til udarbejdelse af en lokal handleplan og at alle gymnasier udarbejder en brugbar handleplan.

### **Resultater**

Projektgruppen var bekendt med en række gymnasier, som på forhånd havde vist interesse for området. I praksis viste det sig dog vanskeligt at rekruttere de 6 ønskede gymnasier til afprøvning af den beskrevne model. Årsagerne var mange: økonomi, timeforbrug/ny løn, årsnorm, allerede planlagte temaer på

## Tårer

*Kaminilden blafrer i dit øje  
langsomt bliver det fugtigt  
og en tåre løsnes og løber  
over kinden til din mund  
der vibrerer i lydløs krampe.  
Tåren løber hurtigt om din hage  
slipper, falder og strejfer kun lige dit bryst.  
Der ser jeg den ikke mere  
Sådan en tåre...*

*Endnu en tåre  
og et lydløst suk,  
dine øjne skinner  
som var det en stenbro i regn.  
Først nu er du ulykkelig  
som et såret dyr.  
Du ser mig gennem vand, du er svag.  
Vi be'r en bøn i gråd, for vi ved at det er nu du skal bort.  
Du frygter smerten og det er det billede jeg vil se af dig,  
altid et vådt billede af dig i smerte.  
Vores farvel i smerte er vådt, i vand, vædet i mine tårer...*

*Anna Schack, 16 år*

pædagogiske rådsmøder – eller “Vi har allerede en handleplan!”. Det lykkedes dog at finde to meget engagerede gymnasier, Odsherred og Esbjerg, der inviterede en konsulent fra Kræftens Bekæmpelse til at sætte processen i gang.

### **Tilbagemeldinger fra gymnasierne**

På Odsherred Gymnasium, hvor deltagelse i mødet var frivilligt, deltog 2/3 af lærerstaben. Blandt de positive tilbagemeldinger var bl.a.:

- at kollegerne hørte hinandens tilkendegivelser om elevernes sorg
- fælles snak om, hvordan resten af klassen drages ind i en elevs sorg, før han/hun kommer tilbage
- indsigt i, hvordan eleven og forældrene har det
- opfordringerne om “at handle på bekymringen” og “give sig selv til kende”
- at alle har en rolle at spille
- at huske, “at vi ikke véd, hvordan det er”

Til de negative udsagn hørte,

- at der blev brugt for megen tid på overflødige eksempler
- at kontakten mellem skole og hjem (som er meget indarbejdet i folkeskolen) falder unaturligt både i forhold til forældre og gymnasium – og endelig –
- at der var for lidt vægt på konkrete forslag til en handleplan

I Odsherred var lærerstaben med andre ord klar til at handle og procesmødet resulterede efterfølgende i udarbejdelse af “Beredskabsplan – vejledende retningslinier ved dødsfald, ulykker og andre traumatiske hændelser”. På Esbjerg Gymnasium er der ligeledes udarbejdet en handleplan: “Ulykker! Dødsfald! Sygdom! Kriser! Hvad gør vi på EG?” og der har været pressedækning i de lokale medier. Handleplanerne kan ses på de pågældende gymnasiers hjemmesider.

### **Elevmøder**

På begge gymnasier blev der på opfordring fra eleverne efterfølgende afholdt et temamøde om sorg og krise. Møder som oplægsholderen fra Kræftens Bekæmpelse har fået meget positive tilbagemeldinger på.

### **En tankevækkende erfaring**

Sammenfattende må det konstateres, at motivationen til at indgå i projektet har været skuffende lille. Ud af 27 adspurgte gymnasier har kun to taget imod tilbudet. En senere henvendelse gennem Gymnasieskolernes Rektorforening var uden effekt.

Set i denne kontekst er det både glædeligt og overraskende samtidig at kunne konstatere, at den positive proces som grundskoler og daginstitutioner i disse år gennemlever i forhold til at etablere Om-Sorg-handleplaner, i høj grad også er slået igennem på gymnasierne.

Kræftens Bekæmpelse gennemførte i januar 2005 en

landsdækkende undersøgelse af, hvor mange gymnasier der havde en nedskrevet OmSorg-handleplan. Det viste sig, at hele 68% af gymnasierne havde en plan. Andre 13% svarede, at de var i gang med at etablere én og kun 19% svarede, at de ingen plan havde.

Måske skyldes denne hurtige udvikling:

- at vi i projektet massivt har gjort opmærksom på problematikken?
- at erfaringerne fra grundskolerne har "smittet af" på gymnasierne?
- et udtryk for en generel samfundsudvikling imod større engagement i mental sundhed?

Forklaringen på denne positive problemstilling ligger uden for dette projekts rammer. Vi må blot konstatere fakta og være godt tilfredse med disse.

### Anbefalinger

På baggrund af erfaringer fra dette projekt og Kræftens Bekæmpelses projekt OmSorg (se omtale s. 15) anbefales alle institutioner:

- At udarbejde en handleplan (se eks. s. 16)
- At informere om planen og indarbejde den i skolens rutiner
- Løbende at evaluere og – senest hvert andet år – at revidere planen og tilføje nye erfaringer
- At lægge omtale af handleplanen på den enkelte skoles hjemmeside (hvis den fuldstændige plan er offentlig tilgængelig – og ikke følges – kan det give anledning til kritik)

### Fakta om selvmord

- I 2001 tog 725 mennesker over 15 år deres eget liv
- Samme år blev 490 personer dræbt i trafikken
- Hvert år i perioden 1990 – 2001 døde mellem 14 og 27 danske unge i alderen 15 – 19 år p. g. a. selvmord – Det vil sige, at tusindvis af leveår gik tabt
- Hver gang et menneske dør p. g. a. selvmord berøres gennemsnitligt 5 personer dybt

### Fakta om selvmordsforsøg

- Hvert år i perioden 1990 – 2003 blev der i Fyns Amt registreret mellem 43 og 82 selvmordsforsøg blandt de 15 – 19-årige
- Det anslås, at der forekommer ca. 10 gange så mange selvmordsforsøg på landsplan
- Det vil sige, at anslået omkring 600 unge hvert år forsøger at begå selvmord

### Fakta om selvmordstanker

- Mange unge plages af selvmordstanker
- Ubearbejdet sorg efter dødsfald blandt nære pårørende øger risikoen for selvmordstanker og selvmordsadfærd senere i livet
- I undersøgelser angiver de unge, at de ikke har nogen voksne at dele deres problemer med
- Selvmordsadfærd hos danske unge må betegnes som et betydeligt problem, der kræver iværksættelse af konkrete tiltag, f.eks. udarbejdelse af handleplaner

## Uddrag af national handlingsplan

### Om selvmordsproblematik og forebyggelse

Selvordsproblematikken omhandler de mest grundlæggende sider af den måde, vi lever sammen på. Nogle lever i gode fællesskaber og andre marginaliseres og lever dybt ensomme midt iblandt os. Selvmordsforsøg og selvmord skal således ikke bare betragtes som et individuelt, men også som et socialt såvel som et kulturelt problem, både i forhold til de bagvedliggende forklaringer og til konsekvenser af handlingerne. Forebyggelsen må derfor inkorporere kulturelle og sociale tiltag.

### Om livskvalitet og livsmod

Ved et godt liv forstås foruden sundhed, tilstedeværelsen af livskvalitet og livsmod. Ved livskvalitet forstås graden af, hvor spændende, nyttigt, aktivt og rigt et liv, man har – og hvor tilfreds man er med det. Livsmod kan beskrives som en elementær oplevelse af tilværelsens meningsfuldhed.

### Om generel forebyggelse

Generel forebyggelse omhandler også forskellige støttende psykologiske, pædagogiske og sociale tiltag, hvis formål er at øge menneskers muligheder for selvbestemmelse og indflydelse på eget liv samt evne til at håndtere livskriser og belastninger.

Generel forebyggelse retter sig bredt mod samtlige tegn på mistriksel og sygdom i samfundet og ikke mod forekomsten af et særligt symptom eller problem, såsom selvmordsadfærd eller misbrug.

Generel forebyggelse kan således (bl.a.) omsættes igennem målrettet indsats på skoler, fritidsinstitutioner og arbejdspladser.

Den generelle forebyggelse over for børn og unge bør koordineres med andre forebyggelsesgrene, fx mod misbrug, spiseforstyrrelser, osv., idet mange observationer og strategier for forebyggelse er de samme, og strategierne sigter bredt.

### Om mestring af kriser

Mennesker er forskelligt rustet til at mestre en krisesituation. Under ufavorable omstændigheder kan enhver krise blive uoverskuelig. Kriser får nogle gange mennesker til at foretage overilede handlinger, og mennesker i krise skal derfor have mulighed for hjælp og støtte. Udvalget (bag Forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord) anbefaler: At der på uddannelses-, døgn- og fritidsinstitutioner udvikles et kriseberedskab til børn, unge og voksne, som udsættes for traumatiserende hændelser. Muligheder for rådgivning og behandling bør kunne iværksættes.

## *Kun tomheden er tilbage*

---

*Jeg fornemmer hullet i mig,  
et dybt krater af sorg.  
Smerten over ensomheden  
gnaver sig vej ind og ud.*

*Ensomheden er farlig,  
angsten truer igen.  
Kulden kommer krybende,  
mørket føles klamt.*

*At miste er at tabe,  
at tabe er at blive slået.  
Jeg føler mig gennembanket,  
og sårene er dybe.*

*Men gennem mørket og kulden  
vil lyset engang skinne frem.  
Jeg ved det, og jeg håber,  
men såret er så stort.*

*Med tiden vil en skorpe  
langsomt bryde frem.  
Sårene vil heles,  
mens arrene aldrig forgår.*

*Lærke Molbech, 15 år*



## Projekt OmSorg

Hvert år mister ca. 4.000 danske børn (0-18 år) deres far eller mor på grund af et dødsfald. Hvert eneste af disse børn og unge har behov for – og krav på – voksen hjælp til at bearbejde sorgen. Men skræmmende ofte møder de ligegyldighed, afvisning og rådvildhed, i stedet for opmærksomhed, imødekommenthed og rådgivning. Det er en stor misforståelse at tro, at børn kan beskyttes fra følelsen af sorg, ved at vi skjuler vores egne følelser for dem. Den eneste beskyttelse børnene har i disse situationer, er netop fællesskabet med deres forældre, nære pårørende, lærere, pædagoger og kammerater.

### Det handler om at turde

Det er ikke så svært at hjælpe en ung i sorg, som mange voksne tror. Det handler grundlæggende om at turde. Turde vise nærvær og turde give rum til at børn og unge kan tale om og arbejde med deres følelser og forhold til livets store spørgsmål, herunder det at miste, sorg og død.

### Undervisere – en vigtig ressource

Børn og unge der oplever langvarig, livstruende sygdom eller tabet af en far, mor eller en søskende har langt fra altid mulighed for at finde den hjælp, de har behov for, inden for hjemmets fire vægge.

Tiden med langvarig sygdom og død er voldsomt

belastende for den eller de efterladte forældre, og meget ofte formår de ikke at dele deres sorg og fortvivelse med børnene. I disse tilfælde har børnene i meget høj grad brug for et fællesskab med andre ansvarlige voksne. Forudsætningen for at såvel undervisere som kammerater tør tale åbent og ærligt om problemerne med den sorgramte er, at man overordnet på gymnasiet har forholdt sig hertil.

Når man sammen forholder sig til problemstillingerne og efterfølgende forpligter hinanden til at handle, har man de bedste forudsætninger for, at den direkte implicerede unge undgår at blive mødt af en mur af tavshed. I stedet bliver vedkommende set, hørt og forstået på et tidspunkt, hvor omgivelsernes medvirken er helt afgørende for, at den unge kommer igennem sorgen som et helt menneske.

### OmSorg-handleplaner

Igennem de seneste 10 år har skoler og daginstitutioner gjort et stort arbejde for at blive bedre rustet til at hjælpe børn i sorg. Det har bl.a. udmøntet sig i at man har etableret OmSorg-handleplaner for skolens og institutionens møde med børn i sorg, og ved at man på såvel kommunalt som på privat, frivillig basis har etableret samtalegrupper for børn og unge, der har mistet forældre eller søskende. I dag har således 96% af samtlige landets skoler og 48% af daginstitutionerne etableret handleplaner. For gymnasierne drejer det sig som tidligere nævnt om 68%.

## Eksempel på disposition af handleplan

### ■ En elev mister en af sine nærmeste

- 1.0 Tiden lige efter dødsfaldet
- 2.0 Opfølgning

### ■ Dødsfald (elev)

- 1.0 Lige efter dødsfaldet
- 2.0 Markering i klassen – markering på skolen
- 3.0 Om begravelsen
- 4.0 Opfølgning
- 5.0 Hvis eleven dør i ferien

### ■ Dødsfald (personale)

- 1.0 Lige efter dødsfaldet
- 2.0 Om begravelsen
- 3.0 Markering i klassen – markering på skolen
- 4.0 Opfølgning
- 5.0 Hvis medarbejderen dør i ferien

### ■ Ulykker i skolen

- 1.0 Forholdsregler på ulykkesstedet
- 2.0 Underretning
- 3.0 Markering i klassen – markering på skolen
- 4.0 Opfølgning

### ■ Alvorlig sygdom hos elev

### ■ Alvorlig sygdom hos elevs forældre

### ■ Alvorlig sygdom hos lærer

### ■ Aktuelle telefonnumre

- Skole:
- Lærerværelse:
- Studievejleder:
- Lægevagt:
- Sygehus/skadestue:
- Alarmcentralen (Falck/ambulance, Politi, Brandvæsen):
- Giftinformationscentral:
- Ressourceperson/gruppe (lærere):
- Præst:
- Gymnasiopsykolog:
- Egen læge:

### ■ Udkast til breve til forældre

### ■ Opsamling af erfaringer på skolen

### ■ Baggrundsartikler

### ■ Litteraturliste



En checkliste som denne rummer altid den risiko, at den bliver brugt som facitliste – det endelige mål for skolens handleplan. Det er IKKE tanken med denne liste. Checklisten er derimod tænkt som et supplement til skolens egen proces – en inspiration – både under og efter udarbejdelsen af skolens handleplan.

Checklisten rummer mange af de situationer og problemstillinger, vi gennem vores arbejde er stødt på. Men den rummer langt fra alle de situationer, som kan og vil opstå, og som på trods af god, grundig planlægning uundgåeligt vil "komme bag på os".

Vigtigst er, at I på skolen, via den fælles erkendelse af problemets vigtighed og udarbejdelsen af en fælles strategi, har forberedt jer, så godt I kan. På den måde sikrer I, at I har et fælles grundlag at handle ud fra – hvis "det værste" skulle ske. Og det er langt at foretrække, frem for at lade tilfældighederne råde i en kritisk situation.

(med afsæt i OmSorg Handleplan – et idékatalog for skolens møde med børn i sorg, Kræftens Bekæmpelse, 1998)



## Links og litteratur

For info om sorg, selvmordsadfærd og -forebyggelse, undervisningsmateriale samt links til eksempelvis telefonrådgivninger, henvises til:

**[www.cancer.dk](http://www.cancer.dk)**

**[www.selvmordsforskning.dk](http://www.selvmordsforskning.dk)**

Forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord i Danmark, Sundhedsstyrelsen, 1998

OmSorg Handleplan – et idékatalog for skolens møde med børn i sorg, Kræftens Bekæmpelse, 1998

For Evigt Borte – 126 digte om at miste skrevet af børn og unge, Kræftens Bekæmpelse, 2002



- Uddrag af breve fra gymnasieelever
- Fakta om at miste
- Projektbeskrivelse
- Resultater
- Anbefalinger
- Fakta om selvmord, selvmordsforsøg og selvmordstanker
- Uddrag af national handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord
- Kræftens Bekæmpelses Projekt OmSorg
- Eksempel på disposition af handleplan
- Links og litteratur



**Kræftens Bekæmpelse**  
Strandboulevarden 49  
2100 København Ø  
Tlf. 35 25 75 00



**Center for Selvmordsforskning**  
Søndergade 17  
5000 Odense C  
Tlf. 66 13 88 11