

MALGOMAJSKOLANs
KRISHANTERINGSPLAN
reviderad 2020-12-08

SNABB "LATHUND" SID 1-3**Krisgruppen**

Namn	Telefon arbetet	Telefon hem
tf Rektor Helena Renman	0940-142 38	070 – 323 78 25
tf Rektor Carola Bergh	0940-142 56	070- 240 64 56
Skolsköterska Solveig Malmbo	0940-142 59	070-693 88 86
Kurator Petra Eliasson	0940-142 30	0703-674393
Kanslist Kerstin Olofsson	0940-142 24	
Bitr rektor Eva Flodin	se mobilnummer	070 – 301 97 29
Skolpräst,	0940-37228	

Telefonlista

- AMBULANS 112
- BRANDKÅR 112
- POLIS 112
- Polis Vilhelmina direkt 0940 – 114 14
- Taxi Vilhelmina 0940 – 104 00
- Vilhelmina Vårdcentral (receptionen) 0940 – 155 01
- Lycksele lasarett 0950 - 390 00
- Norrlands universitetssjukhus 090 - 785 00 00
- Giftcentralen 112 / 08-33 12 31 – icke brådskande fall
- Barnpsykiatriska kliniken (Umeå) 090 - 785 66 05
- Barnpsykiatriska kliniken (Lycksele) 0950-393 97
- Malgomajskolan exp 0940 – 142 22/142 24
- Rektor 0940 – 142 56
- Skolkurator 0940 – 142 30, 070-280 29 23
- Skolsköterska 0940 – 142 01, 073-043 42 01
- Skolpräst 0940 – 372 06, 372 00
- Hembergskolans exp. 0940 – 141 90
- Volgsjöskolans exp. 0940 – 141 71
- Socialkontoret 0940 – 140 21, 070-248 71 12

AKUT KRIS

DU SOM TAR EMOT OLYCKSMEDDELANDET

Klarlägg skadebilden och anteckna.

Vem lämnar uppgiften?

Vad har hänt?

Olyckans omfattning?

Vilka är drabbade?

- Elever
- Lärare
- Övrig personal
- Föräldrar/vårdnadshavare

Hur och var skedde den?

Meddela rektor.

Rektor eller ställföreträdande

- Sammankallar krisgruppen som bestämmer hur situationen ska hanteras
- Leder och fördelar arbetet i skolan i samarbete med krisgruppen
- Bestämmer tid för gemensam samling för personal
- Är pressansvarig. Anhöriga får första uppgifterna
- Ansvarar för att skolans expedition hela tiden har adekvat information att ge
- Lokal för samlingen bestäms. Pressrum och skyltar ordnas

Kanslist

- Tar fram personuppgifter om elever, personal, anhöriga

Skolsköterska

- ansvarar för kontakten med lasarettet

Klassföreståndare

- tar hand om den egna gruppen och ansvarar för att tillfälle till samtal och bearbetning av händelsen sker
- tar hjälp av elevvårdspersonal och krisgrupp vid behov

Morgonen efter olyckan

rektor samlar personal berörd av gårdagens händelser

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<u>SVÅR OLYCKA</u>	5
<u>KRISGRUPP</u>	5
<u>KLASSFÖRESTÅNDARE/MENTORER</u>	5
<u>SKOLSKÖTERSKA</u>	5
<u>TE-CENTRALEN / FÖRSAMLINGSHEMMET</u>	5
<u>MORGONEN EFTER OLYCKAN</u>	5
<u>SVÅR OLYCKA SOM DRABBAR ELEV I SKOLAN</u>	6
<u>OM ELEVEN DÖR</u>	6
<u>ATT UNDERRÄTTA OM DÖDSFALL TILL EN ENSKILD ELEV</u>	6
<u>DÖDSFALL BLAND ELEVERNA</u>	7
<u>DÖDSFALL HOS ELEVS NÄRA ANHÖRIG</u>	8
<u>EN KOLLEGA OCH ARBETSKAMRAT DÖR</u>	8
<u>ÅTGÄRDSPROGRAM VID DÖDSFALL HOS SKOLPERSONALS NÄRA ANHÖRIG</u>	8
<u>BRAND</u>	9
<u>UPPFÖLJNING</u>	9
<u>FÖRSLAG TILL KLASSAMTAL I SAMBAND MED KRIS</u>	9
<u>FÖRSLAG TILL ÅTGÄRDER SOM BÖR GENOMFÖRAS DAGEN EFTER</u>	10
<u>Bilagor</u>	
<u>KATASTROFSYNDROMET OCH REAKTIONER VID KRIS</u>	12
<u>LITTERATURTIPS</u>	13
<u>ATT HJÄLPA NÅGON I KRIS</u>	14

Svår olycka

Skolbuss eller annan trafikolycka där en eller flera har dödats eller skadats. Polis, ambulanspersonal och räddningspersonal kommer till olycksplatsen och inleder, organiserar och ansvarar för sin del av räddningsaktionen.

- Du som tar emot olycksmeddelandet klarlägg skadebilden och anteckna.
 - Vem lämnar uppgiften?
 - Vad har hänt, olyckans omfattning?
 - Vilka är drabbade, elever, lärare, övrig personal, föräldrar/vårdnadshavare?
 - Hur och var skedde den?

- Rektor eller ställföreträdande informeras och
 - sammankallar krisgruppen samt representant från RO1 och RO2
 - leder och fördelar arbetet i skolan i samarbete med krisgruppen
 - bestämmer tid för gemensam samling för personal i TE-centralen.
 - är pressansvarig, anhöriga får första uppgifterna.
 - bestämmer tillsammans med expeditionen var krisgrupp och pressansvarig kan nå (lokal och telefon)
 - ansvarar för att skolans expedition hela tiden har adekvat information att ge
 - lokal för samling bestäms (församlingshemmet). Pressrum bestäms och skyltar ordnas.
 - i förekommande fall kontaktas polis för information till all personal och alla elever

- Kanslist tar fram personuppgifter om elever, personal och anhöriga.

Krisgrupp

- Någon i krisgruppen kontrollerar med polis att föräldrar/vårdnadshavare till skadade elever blir meddelade. Polis eller präst meddelar dödsfallet.
- Ombesörjer att, om möjligt, minst två vuxna finns med i varje berörd klass som samtalspartner

Klassföreståndare/mentor

- tar hand om den egna klassen och ansvarar för att tillfälle till samtal och bearbetning av händelsen sker.
- tar hjälp av elevvårdspersonal och krisgrupp vid behov.

Skolsköterska

- ansvarar för kontakten med lasarettet.

Te-centralen / Församlingshemmet

- ansvarar för att varm dryck tillreds och serveras.

Morgonen efter olyckan

- rektor samlar krisgrupp och berörda klassföreståndare för genomgång av gårdagens händelser.

Svår olycka som drabbar elev i skolan

- första hjälpen - ABC (andning-blödning-chock)
- ring 112
- kontakta skolsköterska.
- meddela rektor.
- se till att någon som eleven har förtroende för följer med till sjukhuset.
- undervisande lärare samlar resten av klassen för samtal och kontakter klassföreståndare
- han/hon kontrollerar att alla i klassen informeras. Ta hjälp av elevvårdspersonal och krisgrupp vid behov
- rektor ansvarar för att någon kontakter den drabbade elevens föräldrar/vårdnadshavare
- rektor har ansvar för eventuell kontakt med pressen
- klassföreståndaren håller fortlöpande kontakt med den olycksdrabbade elevens föräldrar/vårdnadshavare.

Om eleven dör

- **Samling.** Rektor ansvarar för att all berörd personal får information om samlingen via telefonkedja. Ingen skall behöva möta sin klass utan att veta vad som hänt.

Att underrätta om dödsfall till en enskild elev

I samband med en olycka åligger det polisen att underrätta anhöriga om någon omkommit. Detta åliggande kan delegeras till andra, vanligtvis till prästen i den församling familjen tillhör. Ibland uppstår dock situationer då skolpersonalen måste förmedla budskapet.

- Eleven bör då känna tillit och ha en god relation till den person som får uppdraget att berätta vad som hänt (ofta klassföreståndaren).
- Skolan måste skaffa utförlig och tillförlitlig information om när, var och hur dödsfallet skedde för att kunna besvara frågor från eleven.
- Samtalet bör äga rum på en lugn och ostörd plats.
- Budskapet skall framföras tydligt och rakt på sak, men med tid för mental förberedelse t ex ” Jag vill att du förbereder dig på något mycket tråkigt. Det har hänt en trafikolycka och din mamma är död. Skadorna var så svåra att din mamma dog omedelbart. Ambulans och läkare var snabbt på olycksplatsen men hennes liv gick inte att rädda”.
- Det är olämpligt att vänta till skoldagens slut. Detta kan leda till starka reaktioner om eleven får reda på att tid gick innan du informerade. Risk finns också att budskapet når eleven på annat och olämpligt sätt.
- Sedan budskapet förmedlats är det viktigt att ge sig tid och sitta ned med eleven och ta emot reaktionerna.
- Var beredd på att upprepa budskapet. Det kan ta tid för eleven att ta in innebörden av vad som sagts. Undvik fraser som ”tiden läker alla sår” eller ”allting kommer nog att ordna sig med tiden”.
- Lämna inte eleven ensam. Visa deltagande på ett sätt som är naturligt för dig. Fysisk kontakt kan ha en lugnande inverkan, men respektera om eleven inte vill ha kroppskontakt. Det

viktiga är inte förklaringar och tröstande ord utan att du vågar vara nära och ta emot de reaktioner som kommer.

- Läraren bör följa eleven hem eller till den plats där familjen finns eller ordna så att någon i familjen hämtar eleven.
- Klassen informeras om dödsfallet så snart som möjligt, dock efter samråd med eleven/familjen. Ge utrymme för samtal.

Dödsfall bland eleverna

Åtgärdsprogram vid elevs dödsfall.

- **Informera skolledningen.**

Oavsett vem som får vetskap om det inträffade skall denne informera rektor.

Rektor ansvarar att följande åtgärder vidtas:

- Rektor sammankallar krisgruppen samt representant från RO1 och RO2
- Rektor eller någon ur krisgruppen tar kontakt med föräldrar/vårdnadshavare för medgivande angående hur information om dödsfallet ska meddelas och tar reda på vad som egentligen hänt.
- Ansvarig skolledare tar kontakt med klassföreståndaren och planerar för att elever/personal får tala om vad som skett. Ett sådant samtal bör ledas av minst två rutinerade personer
- Klassföreståndaren eller annan lärare skall erbjudas hjälp av skolans krisgrupp (kurator, präst, skolsköterska eller annan personal).
- Praktiska arrangemang måste vidtas av rektor så att det första samtalet kan hållas under första lektionen eleverna är i skolan efter det inträffade.
- OBS! Tänk på att det kan vara fler som berörs än elevernas klasskamrater.
- Berörda elevers föräldrar/vårdnadshavare informeras

Rektor ansvarar också för att:

- vaktmästare vidtalas angående flaggning
- information ges utanför Te-centralen på byggnad 1 under en vecka, dock längst fram till begravning (vit duk, ljus, blommor, anslag, minnesbok, krislåda finns i valvet M1). Vid behov upprättas även minnesbord på berört program
- ta reda på när begravning sker och informerar övriga som avser delta
- blommor sänds till begravningen
- minnesstund ordnas (om behov finns). Schemabrytande minnesstund i kyrkan rekommenderas
- person utses, som samlar ihop den avlidnes tillhörigheter i en kartong och överlämnar dessa till de anhöriga

Expeditionen kontrollerar att eleven blir struken ur klassförteckning och adresslista samt övervakar att försäkringsåtaganden fullföljs, tillsammans med kurator, skolsköterska och klassföreståndare

Klassföreståndaren vidtar följande åtgärder:

- talar med anhöriga alternativt be någon ur elevhälsan göra detta
- talar med klassen och ombesörjer att eleverna får tillfälle att uttrycka sin sorg och saknad. Elevhälsa är behjälpliga

- ta gärna kontakt med anhöriga efter begravningen
- tar hjälp av elevvårdspersonal och krisgrupp vid behov

Dödsfall hos elevs nära anhörig

Åtgärdsprogram

- **Klassföreståndaren vidtar följande åtgärder vid plötsligt dödsfall hos nära anhörig:**
 - Informerar sig om vad som hänt.
 - Klassen informeras om dödsfallet så snart som möjligt, dock efter samråd med eleven/familjen. Ge utrymme för samtal.
 - Informerar berörda lärare.
 - Informerar skolledare och elevvårdspersonal.
 - Klassföreståndaren skall erbjudas hjälp av t ex krisgrupp och präst.
 - Informerar sig om begravningen.
 - Rektor vidtar följande åtgärder:
 - Ser till att klassföreståndaren får den hjälp som han/hon behöver.
 - Försäkrar sig om att elevvårdspersonal är underrättad.

En kollega och arbetskamrat dör

Åtgärdsprogram

- **Informera skolledningen.**
Oavsett vem som får vetskap om det inträffade skall denne informera rektor.
- **Rektor ansvarar för att följande åtgärder vidtas:**
 - Krisgruppen kallas.
 - Rektor planerar för att elever/personal får prata om vad som skett.
 - Klassföreståndare eller annan lärare skall erbjudas hjälp av t ex skolans krisgrupp eller präst.
 - Praktiska arrangemang måste vidtas så att det första samtalet kan hållas så snabbt som möjligt.
- **Rektor ansvarar också för följande:**
 - Talar med vaktmästaren om flaggning.
 - Informerar elever och personal om vad som hänt.
 - Talar med anhöriga, gärna genom personligt besök med blommor från skolan.
 - Underrättar sig om när begravning sker och informerar övriga som avser delta.
 - Ombesörjer att minnesstund ordnas. Förklara tillsammans med präst eller begravningsbyrå hur en begravning går till.
 - Ombesörjer att blommor sändes till begravningen.
 - Utser person som samlar ihop den avlidnes tillhörigheter och överlämnar dessa till anhöriga.

Åtgärdsprogram vid dödsfall hos skolpersonals nära anhörig

Skolledningen informerar sig om vad som hänt och tar i samråd med den sörjande initiativ till att föra informationen vidare till kollegor och berörda elever.

Brand

Vid brandlarm

- Skolan utryms enligt utrymningsplan.

Vid större brand

- Brandpersonal, polis, ambulanspersonal och räddningspersonal kommer till olycksplatsen och inleder, organiserar och ansvarar för sin del av räddningsaktionen.
- Eleverna samlas klassvis tillsammans med sin lärare på anvisad plats för att invänta ytterligare information.
- Undervisande lärare kontrollerar att ingen elev saknas i gruppen.
- Krisgruppen sammankallas.

Person saknas efter brand

- Räddningspersonal informeras för åtgärd.
- Rektor informeras.
- Om saknad elev ej återfinns/befaras skadad samlas dennes klass tillsammans med klassföreståndare och elevvårdspersonal alt. krisgrupp.
- Rektor är pressansvarig.

Uppföljning

Några (2-4) dagar efter händelsen samlas den personal som varit direkt involverad i arbetet för samtal. Rektor ansvarar för att så sker. Extern samtalsledare.

Förslag till klassamtal i samband med kris

Vid dödsfall och andra krishändelser (t ex katastrofer i Sverige eller övriga världen) som berör många elever är det av stort värde att bearbeta det skedda i ett klassrumssamtal. Det kan vara en fördel att samarbeta med en kollega (lärare eller elevvårdspersonal) vid ett sådant samtal. Om samtalet rör en enskild elevs död eller allvarliga sjukdom bör man först ha tagit kontakt med anhöriga.

Samtalets inledning

Eleverna förbereds på att man under denna lektion skall sitta och prata om vad som hänt och varför det är så viktigt att göra så. I samband med en katastrof eller när någon dör fylls vi med tankar och känslor som gör oss ledsna, rädda och arga. Genom att prata om det som inträffat, kan vi lättare förstå hur andra har det och även klara ut missförstånd.

Tänk på att:

samtalet bör ske i en förtroendefull anda. Ingen bör berätta till någon utanför klassen vad som sagts av klasskamrater. Var och en talar för sig. Ingen är tvungen att yttra sig, men gå laget runt. Det är viktigt att alla är med. Alla reaktioner är tillåtna

Faktafasen

Eleverna berättar hur de fått veta vad som hänt (var, när och av vem) och ges tillfälle att ge sin version av händelsen. Läraren ges möjlighet att rätta till missförstånd, förvirrade uppfattningar, rykten och mytbildning, vilket annars kan skapa ångest och ångslan hos eleverna. Ev. kan sakkunnig från polis, räddningstjänst, sjukvård etc. inkallas.

Reaktionsfasen

Eleverna berättar om sina tankar och reaktioner. Genom att eleverna får sätta ord på sina intryck blir känslor och reaktioner mindre skrämmande. Eleverna förstår att det är normalt att reagera starkt på allvarliga situationer, t ex med skakningar, illamående, andnöd etc. Eleverna kan också uppmanas att skriva ner sina tankar eller fullborda ofullständiga meningar som:

- Det första jag tänkte på när jag hörde om olyckan var
- Det värsta med det som hänt är att
- Jag önskar att jag kunde ha gjort
- Det som gör mig mest ledsen är

Informationsfasen

Under denna del av samtalet bör man försöka sammanfatta vad eleverna berättat och betona likheten i deras tankar och reaktioner. Detta normaliserar situationen. Informera om normala reaktioner som rädsla, ångest, vrede, hämndkänslor, skuldskänslor, självföreläuser, sorg och koncentrationssvårigheter.

Uppmana eleverna att:

- Tala med vänner om vad som hänt
- Tala med föräldrar/vårdnadshavare
- Skriva dagbok
- Skaffa mer information om händelsen
- Vid behov, ta kontakt med elevvården på skolan (skolkurator, skolsköterska eller krisgruppen)

Avslutningsfasen

Gå igenom det som tagits upp i samtalet och gör upp planer för den närmaste tiden. Diskutera ev. klassens roll vid begravningen. Uppmana eleverna att ta kontakt efteråt om de har behov av att prata mer.

Förslag till åtgärder som bör genomföras dagen efter

Samling av personalen (telefonkedja). Rektor samlar skolpersonalen för genomgång av händelsen.

Kaffe serveras (symbolhandling: ljus, blommor, ev. flagga på halv stång).

Stödgrupper – grupper (skolpräst + kurator) bildas för stödsamtal där personalen som var med vid olyckan ges tillfälle att tala med varandra om vad som hänt.

Återsamling - arbetsgrupper organiseras och ges vid behov direktiv för planering av:

- Elevernas fortsatta skolgång med provisoriskt schema, fasta tider, skolluncher och lokaler. Skolgången för eleverna måste komma igång så snabbt som möjligt eftersom människor i kris är känsliga för organisatorisk oreda. I avvaktan på att normal undervisning kommer igång kan elever och lärare ägna sig åt temastudier av själva händelsen och näraliggande ämnen 2) låta eleverna skriva uppsatser, poesi, studera massmedias sätt att hantera händelsen, studera samhällsinsatser och myndigheternas agerande 3) uttrycka sig i bild och musik, planera insatser för drabbade kamrater etc.
- Minnesstunder och ceremonier. Minnesstunder, ceremonier liksom elever och lärares deltagande i begravningar bör samplaneras med kyrkan och anhöriga. Markering i skolan. (flagga på halv stång, tyst minut, ljus och blommor). Markering på lång sikt. (markera minnet av de omkomna vid kommande skolavslutning). Minnesstund. (konkret plan innehållande "liten bank" för minnesstunder med en uppsättning minnesord, formuleringar, lämpliga dikter, sång och musikstycken vilka snabbt kan tas fram och framföras av skolledning, klassföreståndare, elever, musiklejare och präst.)
- Föräldrainformation. Information om själva händelsen samt skolans planer för elevernas fortsatta skolgång den närmaste tiden.

Lunch

Gemensam samling av elever och personal.

- (Telefonkedja för eleverna ordnas av klassföreståndare tidigare under dagen.) Rektor, brandpersonal, polis och räddningspersonal bör då kunna ge en samlad information om vad som hänt. Information om vissa dödsfall kan ges i detta sammanhang för att bearbetas i en klassamling direkt efteråt.

Klassamling. Se Förslag till klassamtal i samband med kris, sid. 6.

Dödsbud. Se "Att underrätta om dödsfall till en enskild elev", sid. 3.

Samla krisgruppen ca 6 månader efter olyckan/händelsen för reflektioner.

Bilaga 1

Katastrofsyndromet och reaktioner vid kris

Grupp beteendet i samband med en katastrof kan beskrivas på liknande sätt som vid beskrivandet av det individuella beteendet i den ”traumatiska krisen”.

Individuellt beteende

- Chockfasen (varar från ett kort ögonblick till några dygn). Chocken fungerar som ett skydd. Man sluter sig inom sig själv. Man märker på en person i chock att den inte ”lyssnar” man kan få upprepa det sagda flera gånger. Om dessa reaktioner kvarstår länge kanske man behöver hjälp med att bearbeta dem.
- Reaktionsfasen (bör inte vara mer än högst några månader). Den drabbade börjar öppna ögonen för det skedda. Nu kan de reaktioner man tidigare hållit tillbaka komma fram: skratt, gråt, trötthet, skrik, vrede, apati. Det är viktigt att den drabbade hjälps över från chockfasen till reaktionsfasen så snart som möjligt genom att få uttrycka dessa känslor.
- Bearbetningsfasen (pågår en längre tid, från 6 mån till kanske ett och ett halvt år efter traumat). I och med denna fas har det akuta skedet lämnats. Det börjar ske en anpassning till en förändrad livssituation.
- Nyorienteringsfasen. Denna fas har ingen avslutning. Den innebär återhämtning. Den drabbade lever visserligen med ett ärr som alltid kommer att finnas där, men det behöver inte hindra kontakt med livet och utveckling.

Grupp beteende

I samband med ett katastrofförlopp talar man om:

- Katastrofsyndromets fyra stadier
 - Chockstadium
 - Påverkansstadium
 - Räddningsfas
 - Ambivalensstadium

Katastrofförlopp *Grupp beteenden (stadium)*

- Förperiod Gruppen är präglad av en ”immunitets-illusion” dvs. något sådant kan inte hända oss här på Malgomajskolan.
- Varning-hot Gruppen ägnar sig åt skyddsaktivitet
olyckan går inte att stoppa eller panik.
- Attackfas/katastrof Gruppen ägnar sig åt primär överlevnad.
(rädda sig själv)
- Re kyl/återhämtningsfas Chockstadium. Det som inte kunde hända har hänt.
Gruppen har svårigheter att ta in det skedda och
bearbeta det. Tystnaden i gruppen är ofta kompakt.
Ingen säger något.
- Orienterings/inventeringsfas Påverkansstadium. Gruppen tar in det skedda och

tvingas öppna ögonen.

- Räddningsfas Euforistadium. Gruppen jobbar i ett "hjälterusliknande" tillstånd med räddningsarbete vilket fungerar som ett försvar mot att ta in smärtan.
- Räddningsaktionen avslutas Ambivalensstadium. Gruppen har en tendens att söka hjältar och syndabockar. Risken för myt- och ryktesspridning är stor

OBS!! Pressen och massmedia.

Bilaga 2**Litteraturtips**

- Andersson-Ingermansson (1994): Kris och katastrof. En handbok för skolan (Liber)
- Bratt, J (1982): Felicia - en liten flicka kom, log och vände sig om (Liber)
- Chambers, A (1989): Dansa på min grav (Litteraturfrämjandet)
- Cronström-Beskow, S (1983): Samtal om självmord (Tiden/Folksam)
- Cronström-Beskow, S (1983): Sorgens många ansikten (Natur och Kultur)
- Cronström-Beskow, S (1987): Möt mig! Samtal mellan ungdomar och vuxna när livet känns svårt (Rädda Barnen & Verbum Gothia)
- Cullberg, J (1992): Kris och utveckling (Natur och Kultur)
- Dyregrov, A (1990): Barn i sorg (Studentlitteratur)
- Edvargson, G (1985): Barn i kris (Natur och Kultur)
- Ekselius, E, Notini, D, Öberg, G (1990): Människor i kris (Almqvist & Wiksell)
- Eurelius, A-K (1984): Lasses farfar är död (Gidlunds)
- Gut, E (1975): Om vuxnas sorg
- Johansson, L (1975): Försök förstå (Askild & Kärnekull)
- Johansson, R (1980): Han finns tyvärr inte mer (Författares Bokmaskin)
- Malmsten, C (1992): Psykiska reaktioner vid olyckor och hotsituationer (Nordiska Räddningsförlaget AB)
- Norström-Sverne (1989): Sekretess i skolan (Förlagshuset Gothia)
- Socialstyrelsen (1991): Psykiskt och socialt omhändertagande vid stora olyckor och katastrofer
- Thorsson, H, Oliverstam, C-E (1991): Etik i skolan (Almqvist & Wiksell)
- Wikander, E (1997): Johan är död (Gidlunds)

Bilaga 3**Att hjälpa någon i kris*****Du******Den andres behov:***

sträva efter: undvik:

Trygghet att förstå sin egen överaktivitet och
 den andres överbeskydd
 reaktion

Avreagera sig ta emot att låta dig provoceras
 tåla flykt

Bearbetning hjälpa den andre lättvindiga råd
 att se möjliga
 lösningar och sina
 egna resurser

”Vikarierande hopp” saklig förtröstan glattig optimism
 någon som orkar hoppas