



Áfallaáætlun Varmahlíðarskóla

Uppfærð í september 2021

[1.0 Inngangur](#)

[2.0 Áfallaráð](#)

[2.1 Hlutverk áfallaráðs](#)

[2.2 Í áfallaráði Varmahlíðarskóla sitja](#)

[2.3 Áföll teljast](#)

[2.4 Upplýsingar](#)

[3.0 Viðbragðsáætlun](#)

[3.1 Viðbrögð við andláti nemanda og/eða starfsmanns](#)

[3.1.1 Eftirfylgni](#)

[3.2 Viðbrögð við alvarlegu slysi á nemanda og/eða starfsmanni](#)

[3.2.1 Fyrstu viðbrögð við alvarlegu slysi](#)

[3.2.2 Eftirfylgni](#)

[3.2.3 Þegar nemandi kemur aftur í skólann](#)

[3.3 Alvarleg veikindi nemanda og/eða starfsmanns skólans](#)

[3.3.1 Eftirfylgni](#)

[3.4 Ofbeldi](#)

[3.4.1 Eftirfylgni](#)

[3.5 Aðstandendur](#)

[3.5.1 Andlát maka og/eða barna starfsmanns](#)

[3.5.2 Alvarleg veikindi aðstandenda nemanda/starfsmanns](#)

[3.5.3 Alvarleg slys aðstandenda nemanda](#)

[3.5.4 Andlát aðstandenda nemanda](#)

[4.0 Lesefni um sorg og áföll](#)

[5.0 Heimasíður](#)

[6.0 Breytingasaga](#)

1.0 Inngangur

Hér er að finna áfallaáætlun Varmahlíðarskóla og eru í henni upplýsingar um hvernig skuli bregðast við slysum og öðrum alvarlegum áföllum sem upp kunna að koma í skólastarfinu, bæði meðal nemenda og starfsfólks. Þegar áföll eiga sér stað er gott að fyrir liggi áætlun um hvernig best sé að bregðast við. Í litlum skóla, í fámennu samfélagi, hafa stór áföll oft víðtæk áhrif á skólastarfið og samfélagið í heild. Það er því mikilvægt að kappkosta að hægt sé að bregðast skjótt og örugglega við áföllum og að skólinn eigi leiðbeinandi áætlun til að styðjast við svo hægt sé að aðstoða hlutaðeigandi eins og kostur er. Í áfallaáætlun er hlutverk starfsfólks skilgreint og þannig reynt að skapa aukið öryggi allra; nemenda, starfsfólks, heimila og nærsamfélags.

Einstaklingar sem lent hafa í áföllum sýna mismunandi einkenni streitu og í mismiklum mæli. Oft er annars vegar talað um bráðaeinkenni og hins vegar langvarandi álag. Hvort sem um er að ræða áfall vegna slyss, sjúkdóms, andláts eða náttúruhamfara, er mikilvægt að allir starfsmenn skólans sýni nærgætni og tillitssemi og beri virðingu fyrir tilfinningum þess sem orðið hefur fyrir áfalli, hvernig þær brjótast út.

Áfallaáætlun hvers skóla er ætlað að hafa í fyrirrúmi þarfir einstaklinganna sem þar starfa, nemenda, starfsfólks og skólasamfélagsins í heild. Grunnur núverandi áætlunar var upphaflega unnin árið 2012 í samvinnu þáverandi skólastjóra, náms- og starfsráðgjafa og sóknarprests. Gildandi áfallaáætlun var uppfærð í september 2021 og yfirfarin á fundi starfsfólks í sama mánuði.

ATHUGIÐ: Skólastjóri er ALLTAF eini tengiliður skólans við fjölmiðla. Aðrir hafa ekki leyfi til að gefa fjölmiðlum upplýsingar og skulu alltaf vísa á skólastjóra.

2.0 Áfallaráð

2.1 Hlutverk áfallaráðs

Í meginatriðum er hlutverk áfallaráðs að gera vinnuáætlun svo bregðast megi fúmlaust og ákveðið við þegar áföll hafa orðið s.s. bráð veikindi, alvarleg slys, dauðsföll og/eða aðrir atburðir sem líklegir eru til að kalla fram áfallastreitu og/eða sorgarviðbrögð.

Áfallaráð skal sjá til þess að allt starfsfólk fái kynningu á því hvernig bregðast skuli við áföllum og einkennum áfallastreitu. Áfallaráð hlutast til um að kennarar og annað starfsfólk eigi kost á stuðningi og hjálpi.

Áfallaráð fundar í byrjun hvers skólaárs og metur stöðu og þörf. Áfallaráð kemur saman ef upp koma áföll og tekur þá ákvörðun um hvort og til hvaða aðgerða skuli gripið. Ef alvarlegt áfall á sér stað í sumarleyfi er nauðsynlegt að skólastjóri kalli áfallaráð saman til að það geti tekið ákvörðun um viðbrögð af skólans hálfu.

2.2 Í áfallaráði Varmahíðarskóla sitja

Skólastjórnendur, skólaritari, náms-og starfsráðgjafi og skólahjúkrunarfræðingur. Að auki vinna með áfallaráði starfsfólk skólaþjónustu, sóknarprestur, lögregla og umsjónarkennarar og starfsfólk eins og þurfa þykir.

2.3 Áföll teljast

- Andlát nemanda, starfsmanns eða aðstandanda.
- Alvarleg slys nemanda, starfsmanns eða aðstandanda.
- Alvarleg veikindi nemanda, starfsmanns eða aðstandanda.
- Langvinnir sjúkdómar nemanda, starfsmanns eða aðstandanda.
- Ofbeldi, allar tegundir ofbeldis þar með talið kynferðislegt ofbeldi.

2.4 Upplýsingar

- Sá sem fyrstur fær upplýsingar um dauðsfall eða slys, kemur boðum til skólastjórnenda sem strax grípa til viðeigandi ráðstafana. Skrifstofa skólans er gjarnan milliliður sem fyrst fær tilkynningu um atburðinn. Ritari og námsráðgjafi hringja og láta starfsfólk vita.
- Mikilvægt er að skrá atvik, viðbrögð og eftirfylgd jafnóðum.
- Umsjónarkennarar halda skrá um viðbrögð sinna nemendahópa og koma upplýsingum eftir atvikum áfram til skólastjórnenda.

3.0 Viðbragðsáætlun

3.1 Viðbrögð við andláti nemanda og/eða starfsmanns

Þegar andlát nemanda/starfsmanns ber að er áfallaráð kallað saman auk sóknarprests/trúarleiðtoga á stuttan fund. Bera skal aðgerðir skólans undir viðkomandi forsjáraðila/aðstandendur til samþykkis og hafa þá með í ráðum.

- Skólastjóri leitar staðfesta upplýsinga um andlátíð.
- Áfallaráð er kallað saman og virkjað.
- Starfsfólk kallað saman og þeim tilkynnt andlátíð.
- Foreldrar kallaðir til og þeim tilkynnt andlátíð.
- Gæta skal þess að nán skyldmenni hins látna, sem eru við nám eða störf við skólann, fái fregnina sérstaklega, ekki yfir hópinn.
- Skólastjórnendur og sóknarprestur/trúarleiðtogi tilkynna andlátíð inn í hópinn.
- Hlúð er að nemendum/starfsfólki eins og hægt er með aðstoð áfallaráðs, hjúkrunarfræðingateymis, foreldra, skólasálfræðings og sóknarpresti/trúarleiðtoga.
- Gæta þarf þess að nemendur/starfsfólk sem er fjarverandi fái tilkynningu um andlátíð.
- Skapaðar eru aðstæður til kyrrðar í skólanum á sal þar sem starfsfólk og nemendur koma saman. Þar verði kveikt á kerti og sóknarprestur/trúarleiðtogi talar við hópinn og biður stutta bæn.
- Skólinn dregur fána í hálfa stöng þegar búið er að tilkynna nemendum/starfsfólki andlátíð.
- Áfallaráð fundar og tekur ákvörðun um skipulag skólahalds næstu daga, semji m.a. bréf sem sent verði heim með nemendum og fund með starfsfólki.
- Skólastjóri og starfsmaður heimsækir heimili nemanda/starfsmanns með samúðarkveðju.

- Kyrrðarstund er höfð í skólanum.

3.1.1 Eftirfylgni

Vinna í skólanum samdægurs og næstu daga:

- Umsjónarkennarar verði með sínum námshópi fyrsta daginn. Mæting verði frjáls og foreldrar hafðir með í ráðum við að greina þarfir nemenda.
- Logandi kerti og mynd haft í kennslustofunni og eða starfsmannaðstöðu.
- Nemendum gefið tækifæri til að ræða um atburðinn (lífið og dauðann).
- Sóknarprestur/trúarleiðtogi auk áfallaráðs aðstoða eftir þörfum.
- Áfallaráð ákveður og skipuleggur hvernig unnið verður með nemendur/starfsfólk skólans og upplýsir um það á sameiginlegum fundi.
- Mikilvægt er að starfsfólk skólans og þeir sem eru að vinna sérstaklega með nemendum eigi kost á stuðningi og áfallahjálpi.
- Umsjónarkennarar taka á móti sínum námshópum næstu daga.
- Logandi kerti haft á ákveðnum stað í skólanum fram yfir jarðarför (mynd og blóm)
- Námshópur/bekkur/starfsmannahópur útbýr samúðarkveðju s.s. teiknaðar myndir, skrifuð bréf, ljóð eða sögur og/eða skrifar minningargrein.
- Nemendum greint frá hvað gerist næstu daga þ.e. kistulagning og jarðarför (gott að fá aðstoð sóknarprests/trúarleiðtoga).
- Ef skólafélagar nemenda/starfsmanns verða við útför, þarf að undirbúa það vandlega í samráði við forsjáraðila barnsins. Nauðsynlegt er að forsjáraðilar nemenda fari með börnum sínum í kistulagningu/útför/minningarathöfn. Sóknarprestur/trúarleiðtogi getur hugsanlega komið inn í námshópana og sagt frá því hvernig útförin fer fram.
- Kennslustundir næstu daga þarf að brjóta upp, ef spurningar vakna, eða ef fram koma viðbrögð sem sýna sorg, reiði, örvæntingu eða sektarkennd. Kennarar/starfsmenn sjá til þess að nemendur fái að tjá tilfinningar sínar og koma með eigin reynslusögur.
- Sorginni er gefinn sá tími sem þarf og gefinn gaumur að vanlíðan og áfallastreitu sem ekki er endilega augljós fyrr en löngu eftir andlát.
- Þegar frá líður þarf að muna eftir dagsetningunni, afmælisdegi og jólum.

3.2 Viðbrögð við alvarlegu slysi á nemanda og/eða starfsmanni

- Fyrstu viðbrögð þurfa að mótast af því hvort slys hefur orðið í skóla, á skólalóð eða utan hennar, sem og innan eða utan skólatíma.
- Áfallaráð ákveður í samráði við viðkomandi starfsmann eða aðstandendur hvernig nemendum og öðru starfsfólki skuli tilkynnt um slysið.
- Verði alvarlegt slys á nemanda/starfsmanni á skólatíma skal hafa samband við lögreglu og forsjáraðila/aðstandendur sem allra fyrst.
- Skólastjóri ákveður hvernig bregðast skuli við þ.m.t. hvort áfallaráð er virkjað.
- Starfsfólk ræðir við nemendur sem tengjast málinu.
- Ef skólasystkini hafa tengst slysinu þarf að sinna þeim sérstaklega og hafa samband heim til þeirra.
- Skólastjórnendur gæta þess að enginn fari heim úr skólanum með rangar eða misvísandi upplýsingar um neinn þátt málsins. Í því sambandi er mikilvægt að virkja foreldra. Það má gera með því að fá þá til að koma í skólann og liðsinna nemendum og starfsfólki. Áríðandi að ná sambandi við alla foreldra hvort sem er sím- eða bréfleiðis.

- Ef um alvarlegt slys er að ræða er haldinn fundur með starfsfólki skóla þar sem farið er yfir staðreyndir málsins.

3.2.1 Fyrstu viðbrögð við alvarlegu slysi

- Fyrsti viðbragðsaðili (kennari/starfsmaður) hringir í 112 og sinnir þeim slasaða. Mikilvægt að fela strax næsta manni að tilkynna á skrifstofu. **Ekki hringja sjálfur í skrifstofu því mikilvægt er að hafa stjórnina á vettvangi.**
- Gæta þarf þess að enginn yfirgefi vettvang í uppnámi.
- Á skrifstofu skólans taka skólastjórnendur við stjórninni, skólaritari lætur húsvörð vita, athuga þarf mögulegar ráðstafanir vegna aðkomu sjúkrabíls s.s. að afmarka svæði og huga að gæslu fyrir utan skólann.
- Ef frímínútur eru, gæti verið ráð að hringja skólabjöllu og kalla nemendur inn í skólann.

3.2.2 Eftirfylgni

- Mikilvægt að tryggja að upplýsingastreymi til skólans haldi áfram.
- Skólastjórnendur komi upplýsingum til starfsfólks.
- Umsjónarkennarar komi upplýsingum til nemenda.
- Athuga skal hvort heimsóknir séu mögulegar eða heppilegar.
- Sýna atburðinum virðingu án þess að velta sér upp úr honum, m.a. geta nemendur og starfsfólk sent kveðjur.

3.2.3 Þegar nemandi kemur aftur í skólann

- Undirbúa þarf bekkjarfélaga undir það hvernig taka skuli á móti nemanda þegar hann kemur aftur í skólann, það getur auðveldað endurkomuna.
- Umsjónarkennari og/eða aðili úr áfallaráði ræða við nemandann áður en hann kemur í skólann og hlusta eftir því hvernig honum líður.
- Umsjónarkennari veitir viðkomandi nemanda sérstaka athygli næstu daga og vikur.

3.3 Alvarleg veikindi nemanda og/eða starfsmanns skólans

Skólastjóri/áfallaráð ákveður í samráði við viðkomandi forsjáraðila nemanda, starfsmann eða aðstandenda hans hvernig nemendum og öðru starfsfólki skuli tilkynnt veikindi.

3.3.1 Eftirfylgni

Ávallt skal gæta þess að nemendur og starfsmenn hafi aðgang að stuðningi og aðstoð. Huga þarf sérstaklega að endurkomu þess sem af völdum veikinda hefur verið í burtu. Huga þarf sérstaklega að þeim einstaklingum sem tengjast þeim veika náði.

- Undirbúa þarf skólafélaga/samstarfsfólk undir komu einstaklings aftur í skólann.
- Umsjónarkennari og/eða aðili úr áfallaráði ræða við nemanda og aðstandendur áður en hann kemur í skólann til að skipuleggja endurkomuna.
- Umsjónarkennari fylgist sérlega vel með nemandanum næstu daga og vikur og lætur hann vita að hann hafi alltaf aðgang að aðstoð.

3.4 Ofbeldi

Hér undir flokkast allar tegundir ofbeldis, þar með talið kynferðislegt ofbeldi. Punktarnir hér á eftir taka mið af eðli máls.

- Tilkynningar um ofbeldi skulu berast skólastjóra eða staðgengli hans.
- Skólastjóri fær staðfestingu hjá forsjáraðilum/aðstandendum. Nauðsynlegt er að allar upplýsingar séu réttar til að koma í veg fyrir orðróm sem ekki er á rökum reistur.
- Öllum ofbeldismálum þar sem nemendur koma við sögu er vísað til nemendaverndarráðs sem vinnur málið í samráði við sérfræðinga skólans.
- Ef um kynferðislegt ofbeldi er að ræða er málinu vísað til barnaverndarnefndar.
- Skólastjóri tilkynnir til barnaverndar fyrir hönd skólans.

3.4.1 Eftirfylgni

Ávallt skal gæta þess að nemendur og starfsmenn hafi aðgang að stuðningi og aðstoð. Huga þarf sérstaklega að endurkomu þess sem af völdum áfalls hefur verið í burtu. Huga þarf sérstaklega að þeim einstaklingum sem tengjast þeim slasaða eða veika náði. Áfallaráð veitir starfsmönnum þann stuðning sem á þarf að halda til að takast á við eftirköst áfallsins.

- Undirbúa þarf skólasamfélagið undir komu nemandans aftur í skólann.
- Umsjónarkennari og/eða aðili úr áfallaráði ræða við nemanda og aðstandendur áður en hann kemur í skólann til að skipuleggja endurkomuna.
- Umsjónarkennari fylgist sérlega vel með nemandanum næstu daga og vikur og lætur hann vita að hann hafi alltaf aðgang að aðstoð.

3.5 Aðstandendur

3.5.1 Andlát maka og/eða barna starfsmanns

- Skólastjóri leitar staðfesta upplýsinga um andlátíð.
- Skólastjóri og aðilar úr áfallaráði upplýsa allt starfsfólk skólans um andlátíð, einnig þá sem fjarverandi eru.
- Gæta þarf að nán skyldmenni hins látna, sem eru við nám eða störf við skólann fái fregnina sérstaklega –ekki yfir hópinn.
- Skólastjóri, umsjónarkennarar og aðilar úr áfallaráði upplýsa nemendur skólans um andlátíð, einnig þá sem fjarverandi eru.
- Áfallaráð tekur ákvörðun um hvernig upplýsingum skuli komið til forsjáraðila nemenda.
- Aðilar úr áfallaráði veita starfsfólki og nemendum stuðning og vinna með þeim næstu daga eins og þurfa þykir.
- Skólastjóri fer heim til starfsmanns og færir/sendir skólinn samúðarkveðju til nánustu aðstandenda.

3.5.2 Alvarleg veikindi aðstandenda nemanda/starfsmanns

- Skólastjórnendur eða umsjónarkennari fær staðfestingu á veikindunum hjá forsjáraðila/aðstandenda nemanda/starfsmanns.
- Upplýsingum komið til starfsfólks skólans og samnemenda ef það er talið rétt.

- Áfallaráð fundar um málið og ákveður í samráði við forsjáraðila hvernig unnið skuli að málinu.

3.5.3 Alvarleg slys aðstandenda nemanda

- Skólastjórnendur eða umsjónarkennari fá staðfestingu á slysinu hjá forsjáraðilum nemandans.
- Upplýsingum komið til starfsfólks skólans og samnemenda í samráði við foreldra ef það er talið rétt.
- Áfallaráð fundar um málið og ákveður í samráði við forsjáraðila hvernig unnið skuli að málinu.
- Aðilar úr áfallaráði aðstoða umsjónarkennara við að undirbúa námshópinn undir það hvernig skólafélagar styðja best við nemandan sem hlut á að máli. Það auðveldar nemandanum að takast á við aðstæður.

3.5.4 Andlát aðstandenda nemanda

- Skólastjóri aflar staðfesta upplýsinga um atburðinn.
- Starfsmönnum skólans tilkynnt um atburðinn.
- Áfallaráð kallað saman (auk sóknarprests/trúarleiddtoga) þar sem ákveðin eru fyrstu viðbrögð skólans og þau skref sem skólinn stígur.

Ath! Bera skal allar aðgerðir skólans undir forsjáraðila nemandans til samþykkis og mikilvægt er að hafa þá með í ráðum frá upphafi.

- Athuga þarf hvort nán skyldmenni hins látna séu við nám eða störf við skólann.
- Skólastjórnendur og aðilar úr áfallaráði tilkynna starfsfólki skólans um atburðinn.
- Skólastjóri og umsjónarkennari (ásamt sóknarpresti/trúarleiddtoga eða aðilum í áfallaráði) koma upplýsingunum til skólasystkina nemandans.
- Umsjónarkennarar stjórna áframhaldandi vinnu í námshópnum. Tryggja þarf að þeir eigi kost á að leita sér aðstoðar aðila úr áfallaráði. Kennarar þurfa að vera vakandi fyrir breytingum í hópnum. Sérstaklega þarf að hyggja að þeim nemendum sem áður hafa gengið í gegnum áfall þegar um málið er fjallað.
- Samnemendur útbúa samúðarkveðju.
- Skólinn sendir samúðarkveðju til nemandans og fjölskyldu hans.
- Ræða þarf í áfallaráði og í samráði við ættingja hvort fulltrúar skólans eða nemendur verði viðstaddir jarðarförina.
- Aðilar úr áfallaráði aðstoða umsjónarkennara við að undirbúa námshópinn undir það hvernig skólafélagar taka á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann. Það auðveldar nemandanum endurkomuna.
- Hlúð er að nemandanum sem í hlut á í skólanum eins lengi og þurfa þykir, m.a. með viðtölum. Tryggja þarf utanaðkomandi aðstoð (skólasálfræðingur, sóknarprestur/trúarleiddtogi, skólahjúkrunarfræðingur) ef þurfa þykir. Allir nemendur sem í þessari aðstöðu lenda eigi kost á áfallaviðtölum.

4.0 Lesefni um sorg og áföll

Jónína Lía Þorsteinsdóttir. (2004). *Mig mun ekkert bresta*. Skálholtsútgáfan.

Sigurður Pálsson. (1998). *Börn og sorg*. Skálholtsútgáfan.

Trevor Romain. (2010). *Hvað í veröldinni gerir maður þegar einhver deyr?* Skálholtsútgáfa.

5.0 Heimasíður

[Missir, safn heimilda um erfiða lífsreynslu og ástvinamissi](#)

[Sorgarmiðstöð - Stuðningur og ráðgjöf](#)

[Ljónshjarta, samtök ungs fólks sem misst hefur maka](#)

[Umboðsmaður barna](#)

6.0 Breytingasaga

Útgáfa:	Dagsetning:	Skýringar/breytingar:	Fært inn af:
	2012	Áfallaáætlun Varmahlíðarskóla - fyrstu drög	ÁÓ
	2016	Uppfært	HDB
1.0	08.09.2021	Uppfærsla og viðbætur	HDB
	23.10.2025	Viðbætur	TA