

ARKIVFOTO: CHRISTIAN LINDGREN, RITZAU SCANPIX

**Fravær.** Når børn isolerer sig hjemme og ikke vil i skole, er det hårdt at være forældre. Men barnet får bekræftet sit angstfyldte ubehag, hvis det får lov at blive hjemme. Forskningsprojekt sender børn i skole igen med små bitte skridt ad gangen.

# Ude af form til at gå i skole

Danske skoleelevers fravær stiger – især for børn og unge med mere end ti procents fravær. I dag er gennemsnittet seks procent.

Et sæt på 18 dækketallerkener samt stort rundt fad af sølv. C.F. Heise, København 1938. Hammerslag: 50.000 kr.



## Sælg på auktion!

Hos Bruun Rasmussen går vi sommeren i møde med en stor traditionel auktion i Bredgade. I den forbindelse søger vi netop nu kunst, design, antikviteter, smykker og armbåndsure.

Du kan ganske gratis og uforpligtende få en vurdering af vores erfarne eksperter i København og Aarhus eller via vurderingsservicen på [bruun-rasmussen.dk](http://bruun-rasmussen.dk). I særlige tilfælde kommer vi også gerne på besøg i dit private hjem.



Alev Ebüzziya Siesbye. Hammerslag: 130.000 kr.

**BRUUN RASMUSSEN**  
KUNSTAUKTIONER

Sundkrogsgade 30 · 2150 Nordhavn · København · Tel 8818 1111  
Søren Frichs Vej 34 D · 8230 Åbyhøj · Aarhus · Tel 8818 1100  
[bruun-rasmussen.dk](http://bruun-rasmussen.dk)

AF TINE EIBY

**M**ens samfundet har haft fokus på de udadreagerende børn, uro og manglende disciplin i folkeskolen, har andre børn sneget sig under radaren. Det er de børn, som trækker sig, bliver hjemme fra skole og vender problemerne indefter.

Der har altid været børn, der »skulkede fra skole«, som man sagde i gamle dage. Men mange af de børn og unge, der her er tale om, bliver hjemme, fordi det at gå i skole er forbundet med noget, der er så angstfyldt, at de ikke tør. De bliver hjemme med deres forældres viden om det, og nogle af dem får oparbejdet et årelangt og 100 procents fravær.

For en pige i en skole i Aarhus Kommune begyndte det lige efter sommerferien i femte klasse. Hun var til en pige-fødselsdag, hvor hun »fik det dårligt«, ringede hjem og blev hentet. Herefter kom hun ikke længere i skole, men havde 100 procents fravær. Det var ikke, fordi hun ikke prøvede. Hendes lillebror gik på samme skole, og hun kørte med hen på skolen hver morgen i en lang periode, men hun magtede kun at være der i ti minutter, så måtte hun give op, fordi det var forbundet med for stort ubehag.

Problemet var, at hun havde udviklet angstsymptomer, som bed sig fast i takt med, at hun undveg sit ubehag. Oprindeligt var hun ængstelig for at være sammen med mange mennesker på steder, hvor hun ikke troede, hun kunne komme på toilettet, fortæller psykolog Tine Lind Nielsen fra Aarhus Universitet. Det satte sig efterhånden som noget, der mindede om tvangstanker.

Tine Lind Nielsen er klinisk psykolog og har haft med pigen og hendes familie at gøre i forbindelse med et forsøg med behandling af skolefravær, Back2School, som er et forskningsprojekt ved Aarhus Universitet. Det afsluttes til sommer, hvor det efter evaluering skal afgøres, om det kan svare sig at indføre en systematik for, hvordan man registrerer og behandler skolefravær.

I spidsen for projektet står professor i psykologi Mikael Thastum, der også er leder af Center for Psykologisk Behandling til Børn og Unge, CEBU, ved Aarhus Universitet. På baggrund af sit arbejde med børn og angst hentede han for ti år siden programmet Cool Kids til Danmark og fordanskede det. Det er et angstbehandlingsprogram, som oprindeligt blev udviklet i Australien.

»Rigtigt mange af de børn, jeg har arbejdet med, har også skolefravær,« siger Mikael Thastum, »så jeg ser skolefraværet som et signal om, at et eller andet halter i børnenes liv«.

### Bider sig fast

For 20 år siden talte man om egentlig skolefobi, i dag kalder man det bekymrende skolefravær. Ordvalget har ændret sig i takt med, at fraværet er gået i vejret. I en tid, hvor alt i skolen måles, er Undervisningsministeriet også begyndt at se på tal for fravær, og det er stigende. For tre år siden lå gennemsnittet for skoleelever på 5,3 procent, nu er det lige knap seks procent. Mere alarmerende er det, at man kan konstatere, at andelen af børn og unge, som har mere end ti procents fravær, er steget fra 13 til 14,7 procent af eleverne, mens den andel, som sædvanligvis har meget lavt fravær, er faldende.

Skolefravær kan antage mange former. Hos nogle børn hænger det sammen med egentlige diagnoser som for eksempel autisme, hos andre er det relateret til adfærdsstyrrelser. Der er børn, som ikke tør slippe mor og far og hjemmet af syne, eller der er forældre, som er ligeglade med skolen og lader børnene spille computer hele natten og sove længe, ligesom der er børn, som bare pjækker, fordi de hellere vil noget andet.

Men for de fleste vedkommende, viser en undersøgelse – også fra CEBU ved Aarhus Universitet – handler det om mistrivsel i skolen. Det er børn, som typisk har udviklet angstrelaterede og nogle gange også depressive symptomer, viser undersøgelsen, der endnu ikke er publiceret.

Det er altså på mange måder almindelige børn, som på et eller andet tidspunkt er rendt ind i problemer, der har udviklet sig til angst og højt skolefravær. Inspireret af blandt andet Cool Kids-programmet har Mikael Thastum og hans forskerkolleger ved Aarhus Universitet derfor udviklet et behandlingsprogram baseret på kognitiv adfærdsterapi. Det er prøvet af på børn med bekymrende skolefravær ved folkeskoler i Aarhus Kommune samt deres forældre.

Det umiddelbart mest overraskende for forskerne har været, i hvor høj grad fraværproblemer har fået lov til at vokse sig store uden megen opmærksomhed. Dels har det vist sig undervejs i projektet, at de børn, der blev henvist med 100 procents fravær i mindst tre måneder, typisk havde et meget langvarigt fravær bag sig, flere af dem et årelangt fravær. Dels viste det sig, at der var flere børn med 100 procents fravær, end kommunen havde registreret.

Thastum og kolleger har bevidst anlagt et meget bredt kriterium: nemlig ti procents fravær i de seneste tre måneder. Det er ikke nødvendigvis et bekymrende fravær. Det kan

for eksempel handle om skiferie og andet lovligt fravær eller længerevarende, enkeltstående sygdom. Der skal derfor også være tale om fravær, som har bekymret forældrene i en grad, så de har haft kontakt med skolen.

Når forskerne har valgt så bredt et kriterium, skyldes det blandt andet den erfaring, at en stor gruppe af de børn, der har højt skolefravær, ikke som udgangspunkt er mentalt syge børn. Men hvis de ikke i tide får gjort op med den undgåelsesadfærd, der holder dem hjemme fra skole, kan adfærden risikere at bide sig fast:

»Det er børn, der har det med at falde ned mellem forskellige kasser i vores system. De har ikke symptomer nok til, at de passer ind i det psykiatriske system, og i forhold til det kommunale system er der ikke et net til at samle dem op, så de falder imellem to stole,« siger psykolog Johanne Jeppesen Lomholt fra Aarhus Universitet, der er en af forskerne bag projektet Back2School.

### Små bitte skridt

Så hvad stiller man op?

»Vi har nogle børn, hvor overhovedet det at komme hjemmefra er næsten umuligt,« siger Mikael Thastum.

Første skridt i Back2School er udredningen, som er et halvanden times møde mellem psykolog, barnet og forældrene. Her opstilles mål, hvoraf et af dem er obligatorisk: Barnet skal komme mere i skole. Derefter følger et intensivt program med ti sessioner. Hvis der er tale om angst, er gradvis eksponering et kodeord. Som forælder til et barn, der igennem lang tid har strittet imod at gå i skole og græder hver morgen, føles det rart at give efter og lade barnet blive hjemme. Men på længere sigt gør det kun angsten større og kaldes »negativ forstærkning«.

Psykologerne forstår godt de forældre, der giver op, men de ved også, at når barnet bliver hjemme og undgår det, som føles ubehageligt, så får barnet »ikke afkræftet sin angst«, som Mikael Thastum siger:

»Barnet oplever en belønning i form af umiddelbar lettelse, men ofte fordi han eller hun har nogle urealistiske forestillinger om, hvad der vil ske henne i skolen. At nogen vil grine, når man rækker hånden op eller siger noget. Det betyder, at børn og unge, der har det sådan, ikke bare lige kan gøre det, de er allermost bange for. De tror, der sker frygtelige ting. Der arbejder vi med at motivere dem til at gøre det i form af trinvis eksponering til det, de er bange for.«

»Der er nogle forældre, som ikke kan tale, at det gør ondt på deres børn.«

Eva Ager Hansen, skolelærer og neuropsykolog

Et første trin kan for eksempel være at gå hen til skolen i weekenden sammen med far og stå uden for skolen og se på den. Andet trin kan være at komme lidt i SFO'en, et tredje at komme i bestemte timer, hvor det er lettere at være.

»De fleste børn vil gerne være som alle mulige andre børn. Hvis alle de her problemer ikke var der, ville de gerne i skole, men de tror ikke, de magter det.«

For den pige, vi omtalte indledningsvis, bestod første trin i, at hun kom hen på skolen og var med i de første ti minutter af skoledagen – i morgenbåndet, som det hedder på skolen, hvor eleverne har frilæsnings. Her sad hun ved siden af en veninde, hun var tryk ved, forklarer psykolog Tine Lind Nielsen. Selv om det kan synes som et meget ydmygt første mål, lagde psykologen vægt på, at pigen ikke skulle »overanstrengte sig«.

»En metafor, jeg godt kan lide at bruge med børnene, er, at når man ikke har været i skole i lang tid, så er man *ude af form* til at gå i skole. Det er lidt det samme, når man skal i gang igen som professionel fodboldspiller efter en skade; så går man ikke ud og spiller kamp med det samme, men træner op lige så stille,« siger hun og tilføjer:

»Vi ønsker ikke, de skal tage munden for fuld og få et nederlag. De skal genopbygge troen på, at de kan, og langsomt komme i skole.«

Det sidste gælder i høj grad også forældrene, som i deres iver efter at skærme barnet risikerer at blive overbeskyttende:

»Hvis du forestiller dig, du har nogle forældre, som er vældig bekymrede for en hel masse ting og ikke har tiltro til, at du som barn kan klare tingene og lære af dine egne erfaringer, men hele tiden passer på dig, så lærer man som barn typisk, at der er grund til at være nervøs og bange,« siger Mikael Thastum.

Hos de børn, hvor fraværet ikke skyldes angst, men måske nogle adfærdsmæssige problemer, er det snarere forældrene, der gradvis eksponeres for nye opdragelsesteknikker. Faderen, der vanligvis råber (til datteren, som streamer sin yndlingsserie): »Kom nu, kom ind og sæt dig, vi skal spise!« kan i stedet gå ind, lægge hånden på hendes skulder, »nå, det ser spændende

ud«, og derefter sige: »Om fem minutter spiser vi, du skal lige gøre dig klar.«

Simple teknikker bruges også i forhold til at få børnene i seng om aftenen, op om morgenen og af sted i skole. Forældrene trænes i at sætte grænser og være voksne, så at sige.

### For individualiseret

Tidligere behandlingstiltag fra udlandet med kognitiv adfærdsterapi har ikke vist særligt overbevisende resultater. Ifølge to videnskabelige oversigtsartikler af randomiserede forsøg med kognitiv adfærdsterapi har der skullet henholdsvis tre og fire børn igennem for at få et barn ud af bekymrende skolefravær.

Det danske Back2School-program ser mere opmuntrende ud. Forskergruppen skriver netop nu på en videnskabelig artikel om de resultater, de har fået af pilotprojektet: 24 børn og deres forældre deltog. Heraf havde en fjerdedel 100 procents fravær, flere af dem meget langvarigt, og en fjerdedel havde over 50 procents fravær. I gennemsnit havde børnene 67 procents fravær. Efter forløbet havde de i gennemsnit 26 procents fravær, tre måneder senere var der sket en svag stigning til 30 procent, men et år efter var det helt nede på 20 procent.

Tallet dækker over, at 17 ud af de 24 kom ned under grænsen for bekymrende fravær, altså ti procent, men der var også et par stykker, som ikke rykkede sig, og nogle, for hvem fraværet blev forværret, rapporterer Johanne Jeppesen Lomholt.

Pilotstudiet er ikke randomiseret, det vil sige, at der ikke har været lodtrækning og kontrolgrupper. Det bliver derfor interessant at se, hvad resultatet bliver af det egentlige forsøg, som afsluttes til sommer.

Generelt debatteres skolefravær ofte i sammenhæng med strukturelle problemer i skolen: skolereformen, manglende ressourcer, test og karakterer og så videre. Af samme grund kritiseres den psykologiske tilgang, som Back2School anlægger, for at være for individualiseret – for at lægge ansvaret for problemerne over på den enkelte elev og ikke på skolen.

Den kritik er psykologerne ikke enige i. De hæfter sig ved, at det i mange tilfælde er internaliserede trivselproblemer, der er tale om, og at det giver mening at behandle dem psykologisk.

Tine Lind Nielsen fortæller, at når man under behandlingsforløbet måler på elevernes angst ved hjælp af et spørgeskema, er angsten ikke faldet særlig meget, men børnene klarer alligevel at være mere i skole, end de gjorde før.

»Måske oplever børnene stadig angstsymptomer, men kan bedre styre det selv.«

### Lær at tåle

»Angst er eksploderet i de 18 år, jeg har arbejdet som psykolog; vi så det slet ikke i det omfang, da jeg startede,« siger en praktiker fra skoleverdenen. Eva Ager Hansen er uddannet skolelærer og sidenhen neuropsykolog og har mange års erfaring, både som skolelærer og sidenhen som leder af Pædagogisk Psykologisk Rådgivning i Hedensted Kommune, men understreger, at hun udtaler sig på egne vegne.

»Der er, firkantet sagt, en manglende robusthed – også hos en del forældre – som spiller ind i forhold til skolevægring i de lettere tilfælde. De tungere tilfælde med autisme er noget andet. Men der er nogle forældre, som ikke kan tale, at det gør ondt på deres børn, og der tror jeg, vi har fået for meget fokus på trivselselementet,« siger Eva Ager Hansen med reference til Undervisningsministeriets årlige trivselsmålinger i skolen:

»Vi spørger børnene for meget, hvordan har *du* det henne i skolen. I alle de trivselsundersøgelser, der bliver lavet, handler det om, hvordan har *du* det, hvor tit har *du* hovedpine, hvor ofte har *du* ondt i maven, føler dig ensom og så videre. Når vi laver den slags undersøgelser, sætter vi også en retning. Det, vi italesætter, er, at det er *dig*, der er i fokus. Det er ikke godt, at vi har fået det individfokus. Vi skulle tænke meget mere i, hvordan vi kan lære vores børn at bidrage til fællesskabet.«

I skoleverdenen er der efter hendes opfattelse sket en udvikling, hvor der lægges meget vægt på progression, ikke mindst selvvudvikling, og for lidt på træning og automatisering.

»Jeg synes generelt, at man øver sig for lidt i folkeskolen. Vi snakker meget om, hvordan vi kommer fra A videre til B, det handler for meget om progression frem for at blive ved og gøre noget færdigt, så eleverne får en følelse af, at nu magter de det her.«

De børn og unge, som selv kan manøvrere, fordi de er indrestyret, begår sig fint i en skole med stærkt individfokus, men rigtig mange børn har brug for, at når de går ind ad skoleporten, er der nogle faste rutiner. Der over vi os, der bliver vi dygtige, forklarer hun.

»Den manglende robusthed hos børnene kommer ofte fra forældrene,« mener hun og refererer til forældre, som ringer og er kede af det, fordi deres døtre ikke er i cirklen blandt de mest populære i klassen. Med tårene halvt op i øjnene siger en mor for eksempel: »Jeg kan ikke ha', at hun bliver så ked af det.«

For at tage noget af ængstigheden i opløbet er kommunens skolepsykologer nu i færd med at skrive oplæg rettet specifikt mod forældrene om at lære »at tale, at livet indimellem gør ondt«, også på ens børn.»