



PROCEDURE VED TEGN PÅ SKOLEVÆGRING

”At vægre sig betyder, at man er modvillig over for at udføre en bestemt handling eller at man kæmper imod noget. Når der er tale om skolevægring vil det altså sige, at barnet er modvillig over for, eller kæmper imod, at komme i skole.”

[\[https://altompsykologi.dk/2019/04/skolevaegring/\]](https://altompsykologi.dk/2019/04/skolevaegring/)

OM SKOLEVÆGRING

Der er lige mange drenge og piger, der har skolevægring, og der er umiddelbart ingen sammenhæng mellem familiens socioøkonomiske status og forekomst af skolevægring.

Processen starter ofte med almindelige sygdomssymptomer. Barnet vil typisk have ondt i maven eller hovedet, hvilket resulterer i en sygemelding. Efterhånden udvikler sygemeldingerne sig til at være hyppigere, hvilket starter en spiral af stigende fravær. Til sidst opgiver barnet og/eller familien helt kampen, og barnet bliver hjemme langt de fleste dage.

Et barn med skolevægring prøver at passe på sig selv - på den måde kan man argumentere for, at skolevægring er en naturlig forsvarsreaktion hos det barn, der ser fravær som eneste mulighed for at passe på egen trivsel.

ÅRSAGER TIL SKOLEVÆGRING

En undersøgelse foretaget af Dansk Psykolog Forening i 2018 blandt cirka 500 PPR-psykologer viser, at årsagerne til skolevægring kan være forskellige.

Typiske årsager til skolevægring

- 49 procent har angst i en eller anden form, særligt socialangst, oftest i forbindelse med relationer til andre børn i skolen, herunder også mobning. Desuden kan det relateres til separationsangst og præstationsangst.
- 29 procent har socialkognitive vanskeligheder, eksempelvis ADHD, autismspektrumsforstyrrelse eller lignende
- 10 procent har stress, også kaldet tilpasningsreaktion
- 4 procent er deprimerede.

HVAD ER DET INDLEDENDE HANDLEGREB?

Hvis du oplever en elev, som har begyndende tegn på skolevægring bør du hurtigt rette henvendelse til nærmeste leder og/eller trivselsvejleder. Afhængigt af sagens omfang inddrages Sundhedscenterets fagprofessionelle personale på en Åben Rådgivning og de relevante parter vil blive sat på den aktuelle sag. Vigtigst er, at der handles med det samme.

I sager, hvor barnet har været hjemme i en længere periode og/eller med stort fravær, er der brug for en ekstraordinær og fokuseret indsats. Hav i mente, at skolevægring er et komplekst fænomen. Derfor kan man ikke opstille en enkel eller endegyldig plan, der holder vand i alle tilfælde. Følgende procesurer er derfor vejledende, men kan anvendes som igangsættende værktøj for indsatsen.

VEJLEDENDE PROCEDURE VED SKOLEVÆGRING

1. Barnet skal til en fysisk undersøgelse hos egen læge

Allerførst skal man finde ud af, om barnets symptomer skyldes, at det fejler noget fysiologisk. Derfor må man en tur til sin privatpraktiserende læge med barnet, så det kan bliver undersøgt.

2. Registrering af fremmøde/fravær

Alle omkring barnet bør notere, hvilke timer eller dage, det ikke er i skole. Det er vigtigt for det pædagogiske personale at få et detaljeret overblik over problemets omfang.

3. Find ud af, hvad problemet er - Samarbejdsrunde

Hurtigst muligt affoldes et undersøgende samarbejdsrunde, hvor der udveksles viden og hypoteser om problemet. Til mødet deltager også relevant personale fra skolens sundhedscenter, herunder trivselsvejleder, samt en ledelsesrepræsentant.

4. Lav en handleplan – og overhold den

Kontaktlæreren er tovholder på sagen og koordinerer indsatsen og den viden, der genereres i forbindelse med processen. Handleplanen gælder mellem skole og hjem og er bl.a. en plan for, hvor meget barnet skal i skole og hvornår. Det kan i den forbindelse være relevant at arbejde med et reduceret skema, således barnet oplever succes ved tilpasset fremmøde. Der kan desuden søges om pædagogisk trivselsstøtte gennem Solsikken. Her kan der være mulighed for, at barnet får tilknyttet en trivselspædagog, som kan støtte omkring den svære afleveringssituation.

5. Samtaleterapi og rådgivning

Mange børn med skolevægring har behov for samtaleterapi i en eller anden form. Det er helt centralt for behandlingen af skolevægring, at motivationen kommer indefra. Såfremt der er behov for Familiehuset eller anden eksterne instans skal sagen på skolens konsultative forum, hvor socialrådgiver og skolepsykolog vil kunne vurdere behovet for en indstilling og vejledere nærmere omkring de videre skridt i denne proces. I samme kan overvejes en fælles underretning mellem skole og hjem, således kommunen kan inviteres ind i det vigtige samarbejde omkring støtten til barnet og evt. familie.

6. Forandringer i den pædagogiske praksis

Skolevægring kan være anledning til at skabe forandringer i barnets skolehverdag. Det er ikke ualmindeligt at barnet vægrer sig fra skolen, eksempelvis fordi:

- *Rammerne gør, at barnet ikke kan koncentrere sig eller fordybe sig*
- *Sociale relationer til klassekammeraterne er negative eller fraværende*
- *De voksne opleves som hårde/streng*
- *Der er krav, der ikke er klare eller tilpassede*
- *Barnet får ikke den støtte, det har behov for, eller oplever sig ikke mødt fagligt og/eller socialt relevant*

Man bør med andre ord forlade tanken om, at det kun er barnet, der har et problem. I stedet bør man se skolevægring som et symptom på, at noget i barnets liv ikke fungerer i forhold til barnets behov.

Anbefalinger til hjemmet

Etablering af en normal døgnrytme

Oftentimes vil børn og især unge vende op og ned på dag og nat. Man står sent op og går sent i seng. Det er ikke så godt. Man bør derfor som forældre støtte barnet i at stå op til "normal tid" om morgenen, det vil sige samtidig med den øvrige familie, hvis det er muligt.

På samme måde skal man støtte barnet i at komme i seng til "normal tid", altså hvad der er normalt for den pågældende aldersgruppe. I øvrigt er det en god idé, at barnet ikke spiller mere computer end børn, der går i skole almindeligvis gør.

Sund og regelmæssig kost

Barnet skal støttes i at spise sundt og regelmæssigt. Det er ikke ualmindeligt, at et skolevægrende barn spiser for meget slik, for meget usund junkfood – og at det spiser på alle andre tidspunkter end den øvrige familie. Nogle børn glemmer helt at spise i løbet af dagen, og spiser så alt for meget om aftenen.

Derfor er det væsentligt med faste måltider, sunde snacks og gerne inddragelse i madlavning, hvis det er muligt.

Frisk luft og motion

For en del skolevægrende børn går dagen med at sidde stille – ofte foran en skærm med gaming eller lignende. Derved bliver barnet ikke naturligt træt, og det kan være vanskeligt at falde i søvn om aftenen.

Derfor bør barnet støttes i at få frisk luft og i at bevæge sig. Foreningslivet kan være noget af en social udfordring for skolevægrende børn, så ofte må man som forældre motionere med barnet.

Etablering af fysiske kammeratskabsrelationer

Mange skolevægrende børn isolerer sig i hjemmet. De kan dog godt være socialt aktive, men almindeligvis via gaming. Dette er egentligt okay, men barnet vænner sig dermed til, at al social interaktion foregår på afstand og i den virtuelle verden.

Det anbefales derfor, at man som forældre hjælper barnet til at lave legeaftaler eller lignende i den fysiske verden. Meget gerne med klassekammerater, så barnet vænner sig til at have almindelig kontakt sine jævnaldrende på skolen. Dermed bliver vejen tilbage til et normalt skoleliv kortere.

Anerkend uden at forstærke

Af alle dem, der er involveret i barnets skolevægning, er det barnet selv, der allerhelst vil af med problemet. Det bør man huske som forældre. Barnet kæmper for sin egen trivsel, men gør det på en irrationel og uhensigtsmæssig måde, ved at blive hjemme. Derfor bør man som forældre – og som voksen i det hele taget – anerkende sit barns følelser og handlinger. Man kan eksempelvis sige: *“Jeg kan godt se, at du har det svært. Jeg vil gerne hjælpe dig.”*

Til gengæld er det vigtigt, at man ikke – i sit ønske om at anerkende – kommer til at forstærke sit barns skolevægning ved eksempelvis at sige: *“Ja, skolen er også noget møg, så det er nok bedst, at du bliver hjemme.”*

[red. jan. – 2025]