

PSYKISK MISTRIVSEL OG SKOLEFRAVÆR

Bekymrende fravær fra skolen er ofte et tegn på, at eleven ikke trives psykologisk og/eller socialt. Jo længere tid et barn eller ung er fraværende fra skolen, jo sværere bliver det at få eleven i skole igen. Børn og Unge, vil ofte udvise nogle adfærdsmæssige ændringer som tegn på psykisk mistrivsel. I denne folder finder du en række pejlemærker for psykisk mistrivsel og bekymrede skolefravær, som kan være dig behjælpelig.

PEJLEMÆRKER PÅ ELEVERS MISTRIVSEL

Generelle tegn

Mistrivsel kan komme til udtryk på forskellig vis hos eleverne. Ifølge Psykiatrifonden kan typiske adfærdsmæssige, psykiske og fysiske tegn på mistrivsel være:

Adfærdsmæssige tegn

- Aggressioner
- Svært ved at kontrollere impulser
- Svært ved at etablere sociale kontakter
- Fravær i skolen
- Svært ved at koncentrere sig

- Indgår i mobberelaterede situationer
- Har mange konflikter med andre børn
- Opsøger uforholdsmæssigt meget voksenkontakt
- Trækker sig fra andre børn og sociale fællesskaber

Psykiske tegn

- Tristhed
- Føler sig misforstået
- Svært ved at bearbejde følelser og impulser på en god måde
- Ensomhed
- Skyldfølelse
- Angst og bekymring

Fysiske tegn

- Stor uro
- Hovedpine
- Mavepine og kvalme
- Søvnbesvær
- appetitændringer
- kraftig reaktion på småskade

Pejlemærker for skolemedarbejdere

Oftest ser skolens medarbejdere begyndende tegn på psykisk mistrivsel langt før det udvikler sig til problematisk skolefravær. Det er ændringer i elevens adfærd og emotionelle reaktionsmønstre, der ikke er som de plejer. Du har som lærer måske en fornemmelse af, at der er noget, der ikke er, som det skal være.

Du oplever fx

- Eleven har isoleret sig eller trukket sig i kontakten ift. lærere og øvrige elever
- Eleven kommer oftere i konflikt, end de plejer
- Eleven er begyndt at pjække eller komme for sent
- Eleven møder uoplagt op i skole og har måske svært ved at holde koncentrationen
- Eleven virker trist og er måske begyndt at optræde mere og mere indelukket
- Eleven deltager ikke i klassens aktiviteter
- Eleven udviser mange på egenomsorg
- Eleven oplever at have svært ved at leve op til egne eller andres forventninger ift. skole, venner, familie m.m.
- Du har manglende eller sparsom kontakt til eleven og/eller elevens forældre