

# Uvidenhed forstærker angsten

Uden at vide det kan pædagoger være med til at forstærke børns angst. Bliver de bedre til at spotte de angste børn, kan man sætte ind tidligere, hvor børnene kan nøjes med hurtigere og lettere behandling.

De opfører sig pænt, er ofte stille, trækker sig fra konflikter og skiller sig i det hele taget ikke meget ud fra mængden. Det kan være svært at få øje på angste børn, men pædagoger kan blive bedre, mener formanden for Pædagogiske Psykologers Forening, Bjarne Nielsen.

»En stor gruppe børn bliver opdaget meget sent. Hvis pædagoger og lærere havde større opmærksomhed på angst og blev bedre til at se tegnene, ville vi kunne hjælpe børnene bedre og tidligere,« siger Bjarne Nielsen.

Har pædagoger med angste børn at gøre uden at vide det, kan de i værste fald være med til at forstærke angsten, selvom de handler i bedste mening, forklarer Barbara Hoff Esbjørn, der er daglig leder af Copenhagen Child Anxiety Project på Københavns Universitet.

»Man behandler angst ved at sige til børnene: 'Jeg ved, hvad der er bedst for dig'. Lader man altid det angste barn styre og skærmer det fra, hvad det er bange for, bliver det bekræftet i, at det er farligt. Det kan man komme til, fordi det er svært at forstå dets bekymring,« siger hun og giver et eksempel.

»Når børn har svært ved at sige farvel og klammer sig til deres mor, venter nogle til barnet er klar eller lader endda være med at aflevere barnet den dag. Dermed kan man bekræfte barnet i, at situationen er lidt farlig. Siger man hurtigt farvel, accepterer barnet det efter et stykke tid, fordi det får en erfaring med, at mor vender tilbage. Man skal tænke på det, ligesom vi tænker på at børste tænder. Det kan godt være, at barnet græder, men vi er nødt til det,« siger hun.

Den slags erfaringer skal ud til flere fagfolk. »Vi opbygger stor viden om, hvad man skal kigge efter, men vi mangler, at det kommer bredt ud til pædagoger, lærere, læger, forældre og børnene selv,« siger Barbara Hoff Esbjørn.

**MERE SAMARBEJDE.** Det er en god idé at højne fagfolks viden om angst. Samtidig kan man nå et godt stykke vej ved at sørge for, at pædagoger har et forum, hvor de diskuterer de enkelte børn med psykologer fra PPR, mener Bjarne Nielsen.

»Dansk Center for Undervisningsmiljø har for eksempel et redskab til screening af trivslen i en klasse. Bagefter kan man sætte sig rundt om et bord og holde en konference om hvert enkelt barn. Sidder folk med forskellige fagligheder sammen, kan man få flere vinkler på børnene frem. På den måde opfanger man flere med angstproblemer. Det kan man også gøre i en børnehave eller en SFO,« siger han.

Jane Findahl, formand for Kommunernes Landsforenings (KL) børne- og kulturudvalg, er delvis enig i, at vidensniveauet om angst skal hæves i institutioner og skoler.

»Alle behøver ikke at være uddannet til det, men pædagogerne skal have mulighed for at få rådgivning om emnet,« siger Jane Findahl.

Hun opfordrer til at fokusere på samarbejdet med forældrene.

»Det er vigtigt, at pædagogerne har et rigtig tæt samarbejde med forældrene, så det er naturligt for forældrene at fortælle om problemerne, som ofte viser sig derhjemme og også kan skyldes ting i hjemmet. Når man ved, hvad der sker, er det langt nemmere at gøre noget,« siger Jane Findahl. ■



## Derfor sker det

- Angst kan være delvis genetisk betinget.

- Angst kan udløses af begivenheder som skilsmisse, vold i familien, dødsfald, mobning, sygdom eller vanskeligheder i skolen.

- Overbeskyttende forældre kan komme til at give barnet en opfattelse af, at verden er farlig, og at barnet ikke kan håndtere vanskeligheder selv.

- Omsorgssvigt kan udløse en angstlidelse.

- Hvis en af forældrene selv har en angstlidelse og bruger undgåelsesadfærd, kan barnet kopiere den voksnes adfærd og indlære en bekymret tankegang.

Kilder: Angstforeningen.dk, Angstklinikken på Aarhus Universitet, sundhed.dk, dr.dk

## Mange bliver overset

Langt færre danske børn bliver diagnosticeret med angst end børn i andre lande, viser en ny undersøgelse. Intet tyder på, at færre har angst, men vi mangler viden og redskaber, mener forskerne bag tallene.

Danske børn får sjældent en angstdiagnose, når de bliver udredt i børne- og ungespsykiatrien. 5,7 procent af de danske børn får en angstdiagnose, viser en undersøgelse fra Københavns Universitet. Studier fra udlandet viser, at mellem 27 og 45 procent af de udredte børn får diagnosen angst. Det tyder på, at man overser angstlidelser hos børn og unge, for der er ingen grund til at tro, at danske børn er meget anderledes end børn i lande, vi normalt sammenligner os med, mener forskerne bag undersøgelsen.

»Det kan hænge sammen med, at en del af de angste børn slet ikke bliver henvist til psykiatrien. Hvis de praktiserende læger ikke ved nok om angst og fobier, får de ikke øje på dem, og børnene kommer ikke videre i systemet,« siger Barbara Hoff Esbjørn, daglig leder af Copenhagen Child Anxiety Project på Københavns Universitet.

En anden mulig forklaring er, at man har travlt i børne- og ungespsykiatrien.

»Man bruger ikke diagnostiske interview til at diagnosticere angst. Konstaterer man, at et barn har en depression og er angst, ser man angsten som en følgelidelse af depressionen. Men depressionen kan også være en følge af angst. Det finder man ikke ud af, og resultatet er, at angsten ikke bliver behandlet tilstrækkeligt,« siger hun.

Tallene er fra perioden 2004 til 2007, og der findes ikke nyere tal, der kan sammenlignes.

»Der er måske kommet en smule større fokus på angst i psykiatrien siden, men det har ikke ændret på det billede, vi beskriver,« siger Barbara Hoff Esbjørn.

**FORSKELLIGE SYSTEMER.** I Sundhedsstyrelsen betvivler overlæge Marianne Jespersen ikke undersøgelsens resultater. Hun gætter på, at en del af forklaringen ligger i, at systemerne er forskellige. Den danske børne- og ungespsykiatri skal ikke tage sig af det, der kan klares andre steder.

»Pointen er, at man i undersøgelsen også taler om angst på et andet niveau, end det børne- og ungdomspsykiatrien tager sig af. I nogle af de lande, som vi sammenligner os med, tager man sig imidlertid i mindre grad af de her ting i pædagogisk regi. Hvis der er noget med børnene, bliver de umiddelbart sendt til børnepsykiatrien.

Antallet af diagnoser er dog en vigtig diskussion, mener Marianne Jespersen. »Det kan være yderst relevant at tage sig af de milde tilfælde i skoler, institutioner og PPR. Det er en balancegang, for vi skal ikke sygeliggøre normale forbigående fænomener. Det kan være helt naturligt med en form for ængstelighed i en periode. Til gengæld skal vi opdage det og give den rigtige udredning og behandling til dem, der har et behov,« siger hun. ■