

Børn med angst får deres hverdag ødelagt, fordi de ikke får den rette behandling. Angst er det psykiske problem, som flest danske børn og unge slås med, men den opdages ofte for sent, og kommunerne mangler kvalificerede behandlingstilbud.

De må sejle deres egen

Angste børn får ofte lov til at lide i stilhed. Sådan lyder beskrivelsen fra eksperter, når de vurderer børnenes mulighed for at få hjælp.

»Der er stor opmærksomhed på udadreagerende børn, men der er mange flere børn med angst end med ADHD og andre diagnoser,« siger Barbara Hoff Esbjørn, der er daglig leder af Copenhagen Child Anxiety Project på Københavns Universitet.

Eksperters anslår, at mellem 60.000 og 100.000 børn og unge mellem 7 og 17 år slås med angst, ligesom et ukendt antal yngre børn har samme problem. Mange af dem får ikke den rette behandling, fordi de ikke passer ind i behandlingssystemets kasser.

»I psykiatrien siger de, at de er til for dem, der er virkelig hårdt ramt, mens PPR først og fremmest er for børn med skolevanskeligheder. Vi har ikke en mellemstation, der opfanger den store gruppe midt mellem. Jeg underviser ofte behandlere i kommunerne. De ved ikke, hvad de skal gøre, og hvor de skal sende børnene hen. Det er et virkelig stort problem, og det virker, som om man lidt lukker øjnene for det,« siger Barbara Hoff Esbjørn.

Den udlægning bekræfter Bjarne Nielsen, der er formand for Pædagogiske Psykologers Forening.

»Selve afdækningen af angstproblemerne står PPR for. Når det kommer til behandlingen, er der stor forskel fra kommune til kommune. En stor del af landets PPR-kontorer vil sige, at de ikke har ressourcerne eller kompetencerne til at gennemføre samtalerne. Det er ikke nok at være psykolog, man skal have en særlig indsigt i angstbehandling. Nogle kommuner har ikke de nødvendige psykologer, andre prioriterer det ikke,« siger han.

Resultatet er, at en stor gruppe børn først

kommer i behandling, når deres problemer har vokset sig store. Det er et stort problem både for den enkelte og for samfundet.

»De kommer ind i børne- og ungepsykiatrien. Nogle af pigerne skærer i sig selv, mens nogle drenge måske yder vold mod andre. De kan blive tunge sager, som har store omkostninger for den enkelte. De økonomiske udgifter kan også blive langt større, end hvis de havde fået hjælp tidligere,« siger Bjarne Nielsen.

Barbara Hoff Esbjørn er enig.

»De har større risiko for at udvikle en depression og for at blive socialt isolerede. Samtidig får nogle af dem store skolefaglige vanskeligheder, som de ikke behøvede at have med den rigtige behandling.«

BEHANDLING. Der er dog muligheder for, at børn fra kommuner uden behandlingstilbud kan få hjælp. Forældre kan opsøge private psykologer eller psykiatere, og samtidig gennemfører både Aarhus og Københavns Universiteter behandling af netop de børn, der falder igennem mellem kommunernes PPR-tilbud og psykiatrien. De to universiteter tilbyder forskellige udgaver af kognitiv adfærdsterapi af angste børn og deres familier. Princippet i behandlingen er, at børnene ikke skal beskyttes mod det, de er bange for. Trin for trin guides de til at opleve, at deres angste tanker ikke er rationelle, og samtidig oplever børnene, at de kan håndtere forskellige situationer. Et andet væsentligt element er, at forældrene bliver klædt på til at håndtere deres angste børn på en hensigtsmæssig måde. Fælles for behandlingen på de to universiteter er, at den virker for 60 til 65 procent af børnene, oplyser Barbara Hoff Esbjørn fra Københavns Universitet.

Forældre kører fra de fleste dele af landet

for at få deres børn i behandling på et af de to universiteter. Der er dog kun plads til et fåtal af de børn, som har brug for behandling. Samtidig skal børnene passe til den forskning, som universiteternes angstklinikker også er sat i verden for at udføre.

»Hos os betyder det, at de skal være mellem 7 og 13 år og skal lide af generaliseret angst. Samtidig skal de opfylde andre betingelser. De skal for eksempel være normalt begavede, og de skal have mindst én forælder, der taler dansk,« siger Barbara Hoff Esbjørn.

Hos kollegerne i Aarhus er der for tiden kun tilbud for unge i aldersgruppen 13 til 17 år, og der er venteliste for at komme på et hold.

Det jyske universitet samarbejder dog med blandt andre Holstebro og Randers Kommuner om at behandle deres angste børn med kognitiv adfærdsterapi efter et australsk system ved navn CoolKids.

Siden Randers Kommune for omkring to år siden oprettede et CoolKids-behandlingstilbud, har holdene været fyldt op, og ofte med venteliste, fortæller psykolog Iben Scheel Dalbach

Før vi fik tilbuddet, kunne vi mærke, at vi havde et hul. Børn med angst er ofte stille og gør sig ikke særligt bemærket i skolen eller institutionen, så lærere og pædagoger så dem ikke altid. Derfor er det tit forældrene, der kommer til os med deres bekymringer. Men tidligere kunne vi ikke give dem et reelt behandlingstilbud, siger Iben Scheel Dalbach, der er psykolog ved Pædagogisk Psykologisk Rådgivning i Randers Kommune.

GODT NOK. Selvom psykologerne i en stor del af kommunerne står i samme situation, som Randers gjorde for to år siden, er deres muligheder for at tilbyde behandling gode nok, mener Jane Findahl, formand for Kom-

SØ

» **Behandlere i kommunerne ved ikke, hvad de skal gøre. Det er et stort problem, og det virker, som om man lukker øjnene for det.**

Barbara Hoff Esbjørn, Copenhagen Child Anxiety Project

munernes Landsforenings (KL's) børne- og kulturudvalg.

»Ingen børn i nogen kommuner skal gå rundt og være angste uden at få hjælp. Alle kommuner har mulighed for at bruge service-lovens paragraf 11 til for eksempel at oprette grupper for børn, der har mistet eller har oplevet en skilsmisse og dermed udviklet en form for angst,« siger hun.

I loven, som hun henviser til, står der blandt andet:

»Kommunalbestyrelsen skal tilbyde gratis rådgivning, undersøgelse og behandling af børn og unge med adfærdsvanskeligheder eller nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne og til deres familier.«

Det lever kommunerne op til, mener Jane Findahl

»Man har mulighed for at lave lettere behandling hos PPR eller inddrage den praktiserende læge og visitere videre til psykiatrien. Det gør kommunerne, men de gør det på vidt forskellige måder.«

Jane Findahl medgiver, at systemet ikke er fejlfrit. For eksempel er der venteliste til børnepsykiatrien.

»Blandt andet derfor er det afgørende, at de professionelle – lærere, pædagoger og psykologer – har adgang til sparring fra psykiatere, der er specialister på området,« siger hun. ■

Angst hos børn og unge

Angst findes i flere udgaver, og ofte har angste børn flere forskellige symptomer. De typiske angstdiagnoser hos børn og unge er:

1. Generaliseret angst

Børn med generaliseret angst er overdrevet bekymrede for stort set alt. De bekymrer sig om deres skolegang, konkurrencer, venner, familie, sygdom og nye ting, der skal ske. De stiller ofte mange spørgsmål og kan have fysiske symptomer som ondt i hovedet eller maven.

2. Enkelfobier

Børn med enkelfobier er bange for særlige ting eller situationer. De kan være bange for bestemte dyr, højder eller at flyve. Blot tanken om, at de skal opleve situationer, udløser stærk angst, og børnene kan typisk reagere med vrede, gråd eller ved at klynge sig til forældrene.

3. Separationsangst

Børn med separationsangst bekymrer sig om, at noget slemt skal ske med forældrene eller med dem selv, når de ikke er sammen med familien. Derfor oplever de angst, når de er adskilt fra deres forældre, og de har ofte svært ved at gå i skole eller sove hos en kammerat.

4. Social angst

Børn med social angst er sky og tilbagetrukne sammen med andre, og de bekymrer sig meget om, hvad andre synes om dem. De undgår derfor mange sociale situationer som fødselsdage, fester eller at tale i telefon. De har ofte svært ved at etablere venskaber og føler sig derfor ensomme.

5. Panikangst

Panikangst består i gentagne, uventede voldsomme angstanfald, der tilsyneladende kommer ud af den blå luft. Efter anfaldene bekymrer personen sig om, hvornår anfaldene kommer igen, eller om, hvad der er årsagen til anfaldene. Panikangst optræder sjældent i barndommen, men kan forekomme blandt unge.