

SKOLE FOR MIG

Tilbage efter langvarigt fravær

Efter lang tids sygdom kan det være hårdt for et barn at skulle tilbage til hverdagen, og barnet vil være udfordret både socialt og fagligt. Men ved få tiltag kan du som lærer gøre skoledagen meget nemmere for din elev.



SKOLE FOR MIG – der har en kronisk eller langvarig sygdom er et projekt under Danske Patienter, der strækker sig over fire år. Projektet er støttet af

EGMONT
Fonden

Introduktion

Langvarig sygdom betyder af og til også langvarigt fravær fra skolen. Og når hverdagen atter er tilbage, kan det som barn være nervepirrende at skulle begynde i skolen igen. For hvordan vil klassekammeraterne og lærerne tage imod barnet? Forventer de, at barnet kan følge med fra starten af? Er de opmærksomme på eventuelle følgevirkninger eller sygdom, som barnet stadig bærer med sig?

Børnenes bekymringer er anledning til dette tema.

Flere steder i verden har man forsøgt at lette barnets tilbagevenden gennem programmer af forskellig karakter. Ud fra disse undersøgelser og ud fra interviews med børn i Danmark, som har en langvarig sygdom, ved vi, at det bliver nemmere at vende tilbage til klassen når:

- Barnet føler sig knyttet til klassen fagligt og socialt, mens han eller hun er væk.
- Kammerater og lærere tydeligt viser, at barnet er savnet og hilses velkomment, når det vender tilbage.
- Klassens børn og voksne hjælper barnet med at blive reintegreret i klassens liv – både fagligt og socialt.
- Alle husker, at indsatsen for at få barnet godt tilbage er et langt, sejt træk. Det kan tage mange måneder, før barnet igen trives i skolen.

Læs temahæftet og få indsigt i og ideer til, hvilken støtte der er vigtig for børn, der vender tilbage til skolen efter langvarigt fravær. Publikationen er udarbejdet på baggrund af relevant litteratur samt viden fra interview med 27 børn i alderen fra 10 til 16 år.

Sammenfatning

Når et barn er langvarigt fraværende fra skolen, sker det ofte, at han eller hun bliver afkoblet både socialt og fagligt. Barnet risikerer at komme tilbage til en klasse, som har forandret sig socialt, barnet selv kan også have forandret sig i forbindelse med både sygdommen og fraværet, ligesom meget kan have ændret sig fagligt, hvilket kan være en stor udfordring at få indhentet. Men der knytter sig også andre problematikker til det at vende tilbage efter langvarigt fravær. For eksempel kan det i sig selv være psykisk svært for barnet at skulle i skole igen, og der kan opstå udfordringer med senfølger af sygdommen.

Sådan kan du hjælpe barnet godt tilbage. Sørg for:

- En tidlig og langsigtet planlægning af, hvordan barnet kommer tilbage.
- Sikring af vedvarende social og faglig tilknytning til skolen.
- Opmærksomhed og handling på senfølger af sygdom.

Planlæg, hvordan barnet kommer tilbage

Når et barn rammes af sygdom, er familien som regel fuldt optaget af at finde en forklaring og en behandling. Det kan til tider tage flere måneder. Imens er barnet fraværende, og kontakten til skolen kan derfor hurtigt glide i baggrunden for familien. Og her opstår problemet: Barnet mister sin tilknytning til skolen både fagligt og socialt. Og uden tilknytning er det meget svært at vende tilbage til skolen igen.

Derfor er det en god idé at lave en aftale med forældrene og eleven om, hvordan barnet kommer tilbage til klassen – allerede mens diagnosen er ved at blive stillet.

Sørg for at lave aftaler, der er gensidigt forpligtende og tilpasset et længere forløb. På den måde kan det undgås, at aftalerne ikke kun praktiseres i en kort periode – for eksempel den første tid af barnets sygdomsforløb. Sygdomsforløb er ofte lange, og netop derfor er det vigtigt med aftaler, der vedligeholdes og er langsigtede. Nogle steder har man også succes med at lade sundhedsplejersken invitere til dialog mellem skole, hjem og behandlingssted tidligt i forløbet.

Aftalerne kan eksempelvis indeholde:

- Hvordan og hvor ofte forældre og elev skal være i dialog med skolen, så du og skolen løbende er informeret om, hvordan det går eleven, og forældre og elev er informeret om, hvad der sker i skolen.
- Hvordan eleven får bedst mulighed for fagligt at følge med i, hvad klassen lærer, mens han eller hun er fraværende.
- Hvilke tiltag i som skole kan sætte i gang for at forebygge, at eleven mister sin sociale tilknytning.

Tilbage i skolen – men ikke som den samme

“I frikvartererne valgte jeg at gå ind i parallelklassen. For min egen klasse kunne ikke se mig i et nyt lys, for de kendte kun den gamle mig. Det gjorde x’erne ikke på samme måde, for de kendte mig ikke så godt. De kunne kende den nye mig, så det var en rigtig god idé. Der er den nye mig og den gamle mig. Den gamle mig med hår på og uden alt den her viden, og den nye mig uden hår og med rigtig, rigtig meget viden om livet og sådan noget.” – MICHALA, 15 ÅR

“Alle tror jeg pjækker, for jeg har altid været hende, der altid lavede sine ting og kom til tiden. Nu kommer folk med kommentarer som “dengang var du ...” og “du er så tynd” og “vi savner dit gamle jeg”. Men der er jo ikke nogen, der er, som de var dengang. Jeg kan godt se, at jeg har ændret mig, men jeg er jo stadig ligeså perfektionistisk, som jeg altid har været. Jeg tror bare ikke, de ser det mere.” – FREDERIKKE, 16 ÅR

Når et barn kommer tilbage efter langvarigt fravær, har klassen ofte ændret sig socialt. Nye venskaber er opstået, andre er brudt op, og kammeraterne har udviklet sig. Men barnet har også ændret sig og kan derfor have svært at finde sin nye plads i klassens sociale liv, ligesom det for kammerater kan være svært at vænne sig til, at deres klassekammerat nu er tilbage.

Som lærer kan du tænke over følgende:

- Hvordan klassen har ændret sig socialt – så du kan hjælpe eleven tilbage i det sociale miljø på en god måde.
- Om eleven bør få en mentorordning, hvor nogle af kammeraterne kan hjælpe eleven med at komme godt ind i klassen igen.

Fagligt koblet af

Når barnet vender tilbage efter langvarigt fravær, kan meget også have ændret sig fagligt. Barnet, som måske tidligere så sig selv – eller blev set som – den fagligt dygtige, må pludselig spørge om hjælp til matematikken eller den tyske grammatik. Eleven, som før hjalp sine kammerater og spillede en central rolle i projektarbejdet, er i stedet den, der skal bede de andre om hjælp. Det kan være svært at forholde sig til for alle parter.

“Der var meget, de havde lavet, som jeg overhovedet ikke havde lavet. Det var virkelig irriterende. Vi skulle lave en synopsis i dansk, og jeg havde slet ikke været med til det. Så var min lærer ikke i skole, så skrev jeg til ham, og så gav han mig bare et eller andet, han forklarede slet ikke, hvad en synopsis var. Så jeg sad bare der og kunne ikke lave noget. Det var virkelig irriterende. Der var nogle, der prøvede at forklare mig det i klassen, men jeg kunne slet ikke forstå det. De havde jo selvfølgelig forstået det, fordi dansklæreren har forklaret dem det, men han forklarede overhovedet ikke mig noget. Han gav mig bare nogle papirark, som jeg kunne læse. Der var meget, som jeg ikke havde været med i, kunne jeg mærke. Og det var irriterende, virkelig meget.” – EMILIE, 15 ÅR

Selv elever, som har fået sygeundervisning under deres fravær, vil som regel opleve, at de kan have svært ved at følge med i undervisningen – de har fået faglige huller. Nogle huller opdager de selv med det samme. Andre dukker op lang tid efter. Og man kan ikke bygge ovenpå, hvis fundamentet ikke er til stede – for eksempel kan det være svært at lære at dividere, hvis man ikke har lært at gange. På den måde rækker konsekvenserne af de faglige huller langt ud over den anden side af en fraværperiode.

Et godt tip:

- Det kan være nødvendigt at have fokus på faglige huller i en lang periode.
- I Skole for migs temapublikation om faglige huller kan du læse om, hvordan du mest hensigtsmæssigt fylder dem ud.

Læs mere på www.skoleformig.dk

Senfølger kan have store konsekvenser

En del børn får senfølger af deres sygdom eller er fortsat syge – blot i mildere grad – når de vender tilbage til skolen. Senfølger er langvarige og ofte kroniske gener, som fortsætter, efter man er færdigbehandlet. Nogle gener opstår en rum tid efter, at behandlingen er afsluttet – ofte flere år senere.

Senfølger kan eksempelvis være øget træthed eller koncentrationsbesvær. Det kan også være føleforstyrrelser, angst for tilbagefald eller dårlig samvittighed over for de søskende, som blev tilsidesat under sygdommen. De fysiske og mentale senfølger skaber ofte sociale senfølger for børnene. Og dét plager børnene. For senfølger påvirker både barnets udvikling, trivsel og læring. For eksempel viser Kræftens Bekæmpelses undersøgelse blandt børn, der overlever kræft, at senfølger har store konsekvenser langt ind i voksenlivet: For uddannelse, arbejdsmarkedstilknytning, familiedannelse og det sociale liv.

Hvad bør du være opmærksom på?

- Træthed og koncentrationsbesvær.
- De usynlige senfølger – for eksempel dårlig samvittighed og angst for tilbagefald.
- Hvis du er opmærksom og taler med både eleven og elevens forældre regelmæssigt, kan du være med til at mindske senfølgernes negative indflydelse på læring og trivsel.

Angstprovokerende at skulle i skole igen

“Jeg var jo rigtig nervøs, da jeg skulle tilbage i klassen. Den første dag gik jeg med en af mine gode venner, så jeg gik ikke alene ind i klassen. Så kom alle bare over og sagde hej, men de sagde ikke så meget. Jeg tror ikke, de vidste, hvad de skulle sige til mig. Det var virkelig underligt, jeg var så nervøs.” – EMILIE, 15 ÅR

“Det er svært at komme tilbage, når jeg har været væk i så lange perioder. Det er svært at være der, fordi jeg har været væk on and off hele tiden. Jeg føler mig altid ny, når jeg kommer derover. Jeg skal ligesom starte forfra. Det er anstrengende.” – FREDRIKKE, 16 ÅR

De børn, Skole for mig har talt med, fortæller, at de var meget nervøse, inden de skulle tilbage efter langvarigt fravær. Børnene husker stadig den første dag tilbage. Nogle af børnene fortæller, at det tog flere måneder, før nervøsiteten fortog sig. Man kan sammenligne det med børn, som skifter skole.

Tip til at hjælpe eleven tilbage:

- Hjælp eleven tilbage i klassen igen, som hjalp du en ny elev med at finde sig til rette.
- Hjælp for eksempel eleven med at finde ud af, hvor han eller hun skal sidde, om der er en plads, hvem eleven kan tale med i frikvartererne og forbered eleven på, hvad der skal ske fagligt, så han eller hun ikke er bange for, om det er muligt at følge med i undervisningen.

Tilknytningen må genskabes

“Det har været vigtigt for mig, at min klasse og lærerne har vidst, at jeg har været syg. Det er vigtigt, at ens venner er der for en, og husker mig på, at jeg stadig er en del af klassen, og at jeg har ret til at være der, selvom jeg ikke er der så meget. Man skal have ret til at føle sig velkommen.” – FREDERIKKE, 15 ÅR

Selv om man som lærer har gjort alt for, at barnet har været tilknyttet klassen både fagligt og socialt under fraværet, vil der være behov for støtte, når barnet vender tilbage til klassen.

Socialt hjælper det, at klassen er velinformeret om sygdommen, samt hvordan de skal håndtere, at deres klassekammerat er tilbage. Forældre bør jævnligt informere både lærere og de andre forældre om, hvordan barnet har det. Både hvordan det går med sygdommen og om barnets trivsel i klassen. Så er det nemmere som lærer at støtte, hvis barnet har det svært socialt.

En god idé kan også være at lave en mentorordning, hvor et eller flere børn får til opgave at tage sig særligt af det barn, som er vendt tilbage. Det kan måske virke akavet i begyndelsen, men det hjælper barnet med at finde en plads i fællesskabet igen på den lange bane.

Husk, at den sværeste tid for eleven ikke er de første 14 dage, efter han eller hun er kommet tilbage. Det er snarere de næste 14 måneder, og barnet vil have brug for støtte i lang tid. Dialogen og samarbejdet mellem skole og hjem om barnets sociale og faglige reintegration bør derfor fortsætte i en lang periode.

Hvad du skal huske:

- Informer kammeraterne om elevens sygdom.
- Overvej en mentorordning.
- Tal med forældrene.
- Og husk, at det er et langt og sejt træk for enhver elev at komme tilbage i skole efter lang tids sygdom.

Kilder

Interview med 27 børn i alderen 10-16 år.

Litteratur

Boonen, H. & Petry, K. (2012). How do children with a chronic or long-term illness perceive their school re-entry after a period of homebound instruction?

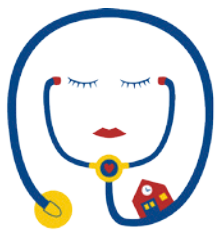
I Child: Care, Health and Development 38(4):490-496.

Bøge, P. & Dige, J. & Kræftens Bekæmpelse. (2010). OmSorg. Tilbage til skolen. Et idékatalog til lærere, som har en kræftsyg elev i klassen. København: Kræftens Bekæmpelse.

Canter, K. & Roberts, M. C. (2012). A Systematic and quantitative review of interventions to facilitate school reentry for children with chronic health conditions I: Journal of Pediatric Psychology 37(10):1065-1075.

Carlsen, L. T., Bøge, P. & Kræftens Bekæmpelse. (2015). OmSorg. At overleve kræft som barn har konsekvenser for resten af livet – også selvom man ikke kan se det. København: Kræftens Bekæmpelse.

Wray, J. et al. (2001). Returning to school after heart or heart-lung transplantation: How well do children adjust? I: Transplantation 72(1):100-106.



SKOLE FOR MIG
- der har en kronisk eller langvarig sygdom

EGMONT
Fonden

www.skoleformig.dk



DANSKE PATIENTER

Kompagnistræde 22, 1
1208 København K
Telefon: 33 41 47 60
info@danskepatienter.dk
www.danskepatienter.dk