

En multisystemisk tilnærming til ufrivillig skolefravær

Andrine Bruland
psykolog.bruland@gmail.com

Hilde Thomsen

Jeg drømmer om at en koordinatorpsykolog blir det selvfølgelig tiltaket når ungdom ikke makter å gå på skolen.

De siste årene har jeg som privatpraktiserende psykolog møtt stadig flere ungdommer som ønsker å gå på skolen, men av ulike årsaker ikke får det til. Det de har felles, er at veien tilbake til en meningsfull og trygg skolehverdag fremstår lenger for hver dag som går. Rundt dem står ofte foreldre, skoleansatte og hjelpere som føler seg maktesløse og usikre på hvilken vei som vil føre til positiv endring.

Det føres så vidt meg bekjent ingen helhetlig statistikk over ufrivillig skolefravær. Det er således vanskelig å si om økningen jeg erfarer, reflekterer en reell økning av problemet. Uavhengig av omfang er det liten tvil om at situasjonen er fortvilende for både hovedpersonen og menneskene rundt, og at den kan bli roten til mange følgeproblemer. Hver ungdom uten et fremtidig arbeidsliv er også en enorm samfunnskostnad. Hvorfor vi da har så kronglete og dårlige systemer for å forhindre skolefravær på et tidlig stadium, er for meg en gåte.

Effektivitet og helhet

Når hverdagen er utrygg og mestringsfølelsen uteblir, er det etter min erfaring viktig med helhetlig tenkning og klar ledelse. Likevel mangler dette ofte i arbeid med ungdom, kanskje særlig ved ufrivillig skolefravær. Lærere har verken tid eller ressurser til individuelt og koordinerende arbeid. De er nedlesset i byråkrati, nasjonale prøver og årshjul, og har ingen klare føringer i sin arbeidsinstruks om å prioritere et godt sosialt miljø ved starten av skoleåret. De har heller ikke psykologfaglig kompetanse. Elever som strever, blir dermed prisgitt en spesielt engasjert og «psykologi-minded» lærer (og disse lærerne møter jeg ofte sykemeldte og utbrente i min praksis), eller de henvises videre til et tilfeldig tiltak hvor problemet forsøksvis skal fikses i et vakuum.

Så vidt jeg vet, finnes ingen felles oversikt over alternativene til et standard akademisk løp eller noen systematikk i hvordan fagfolk tilnærmer seg problemet etter ungdomsskolen. Dette gjør det svært krevende å finne løsninger ungdommen kan profitere på. Mens det for 20–30 år siden var mulig å finne arbeid til en 15-åring med et par telefoner, beror kjennskap til de lokale tiltakene i dag på tilfeldigheter eller idealisme. En eller annen lokal bedrift her, et skip der. I tillegg tar prosessen med å koble på hjelpeapparat eller finne gode arenaer for tilhørighet og mestring fryktelig lang tid. Tid ungdommen aldri får tilbake.

Ledelse drukner i validering

Jeg mener vi i dagens samfunn mangler ledelse mer enn noen gang. Og i tilfellene hvor skolefraværet har elementer av angst, er behovet for ledelse særlig viktig. Se for deg at du skal gjøre en ny Kompani Lauritzen-aktig utfordring hver eneste morgen, og at du aldri vet hva som møter deg. Trenger du en rekke personer som mener ulike ting, og spør hva du føler for å gjøre? Eller trenger du en som tar deg

i hånden og sier «Nå skal du høre. Dette kommer til å skje, og vi skal alle være der sammen med deg»? For meg er svaret enkelt.

... dagens samfunn mangler ledelse mer enn noen gang

Jeg undres på om noe av grunnen til økt skolefravær kan handle om økt mangel på ledelse. Opplæringsloven § 9 A skal sikre elever et trygt og godt skolemiljø, men skaper for mange lærere frykt for å begå lovbrudd. I mitt virke har jeg møtt lærere som har mottatt klager for å ha foreslått tilrettelegging på skolen istedenfor å tillate at eleven går hjem ved opplevd ubehag (for eksempel menssmerter, nedstemthet eller engstelighet). Jeg har møtt lærere som har fått kutt- og bruddskader fra aggressive elever de ikke har turt å forsvare seg mot. En lærer kan i dag risikere å miste jobben for å ha krenket eleven i tilfeller jeg mener representerer nødvendig ledelse. Det er klart dette vanskeliggjør skolens mulighet til å være en arena hvor eleven får utfordre seg selv, og dermed oppleve mestring.

Dikotomien mellom ledelse og validering finner vi også i hjemmet, noe Zemir Popovac (2024) var inne på i aprilutgavens kronikk «Validering på avveie». Jeg mener for mange foreldre misforstår validering og i stedet forsøker å eliminere ubehag. De slipper roret og forventer at samfunnet skal tilpasse seg barnets ønsker til enhver tid.

Dette tilkjennegir seg på skolen ved at «barnet mitt blir engstelig av å snakke foran andre», omsettes til et krav om at «barnet mitt må få slippe å snakke foran andre». Eller at «barnet mitt har ikke mange venner på skolen», blir til «barnet mitt må få slippe å være rundt de andre barna som ikke inkluderer hen». Barnet går slik glipp av viktig sosial kompetanse, noe som kan få alvorlige konsekvenser på sikt. Jeg bekymrer meg for festene, arbeidslivet og familielivet til neste generasjon, dersom vi fratar barn anledninger til å trene opp kompetanse til å håndtere behov som går på tvers av hverandre. Det er klart det finnes eksempler på alvorlige situasjoner barn må skjermes fra, men jeg mener det i dag er en tendens til å ville eliminere ubehag som unge heller burde øve på å mestre.

Behov for koordinert innsats

I en skolefraværssituasjon, hvor det mangler tydelig ledelse som kan balansere behovene hos ungdommen, pressede lærere og fortvilte foreldre, kan det oppstå mange halvhjertede forsøk i ulike retninger. En henvisning til PPT, BUP eller spesialskole. Ventetiden kan vare i månedsvi, gjerne etterfulgt av et avslag begrunnet med at ungdommen er henvist til feil ansvarsområde for aktuell problematikk, eller ikke passer inn i rammene for det aktuelle tiltaket. I mellomtiden får eleven kanskje noen samtaler om psykologisk førstehjelp hos en helsesykepleier. Foreldre veksler mellom press og resignasjon, kjeft og dårlig samvittighet. Ingen vet helt hvem som snakker med hvem. Klokka tikker, ungdommen ser russetiden med jevnaldrende forsvinne i horisonten, og livsgnisten med den. Og det er da jeg ønsker meg en koordinatorpsykolog.

Tilgjengelig og påkoblet

For noen år siden jobbet jeg i MST (multisystemisk terapi), et statlig barnevernstiltak for ungdom med atferdsvansker. I en multisystemisk modell tas det utgangspunkt i at problemene er sammensatte, og at det er påvirkende faktorer i hjemmet, på skolen, individuelt og i vennegjengen. Da unngås x antall ustrukturerte møter hvor skole og hjem skylder på hverandre. Alle konsentrerer seg om sine medvirkende faktorer og sine konkrete oppgaver.

Navet i denne modellen er koordinatoren. En psykolog som settes inn for å gjøre kartlegging på tvers av systemer, utarbeide planer og ikke minst følge opp planene, evaluere og eventuelt justere. Vedkommende er tilgjengelig på telefon hele tiden, men systemet gjør jobben.

Selv om jeg forlot Bufetat, har den multisystemiske tankegangen blitt værende i ryggmargen min. Jeg har mang en gang sittet alene i privatpraksisen min med taksameteret tikkende og ønsket meg en lignende ordning for de ungdommene som reagerer på livets utfordringer med å bli under dynen istedenfor å sette fyr på søppelspann. Jeg mener en lignende modell kan og bør overføres til saker som omhandler ufrivillig skolefravær.

Når far har fått i oppgave å holde hodet kaldt og vekke ungdommen med omsorg, men kjenner at han er forbannet, kan han få en ti minutters peptalk med psykologen før han går inn. Når kontaktlæreren blir usikker på om hun skal pushe eleven til å gjennomføre gruppearbeidet, kan hun sende en SMS til psykologen og få svar umiddelbart. Ingen trenger å vente tre uker på nytt møte. Psykologen kan tekste direkte med eleven, ønske lykke til på tentamen og spørre hvordan den praten med venninnen gikk. Alle leder i samme retning mot et felles mål.

Lavere kostnad, større effekt

Et slikt tiltak vil kreve at psykologen har få klienter om gangen for å kunne være tett nok på, og dette blir kostbart. Samtidig er prislappen lommerusk når kostnaden sammenlignes med døgnopphold eller andre tiltak, og besparelsen ved å få en elev inn i et langt, skattebetalende yrkesliv. Og de som gjør den største jobben, er landsbyen. Å bruke foreldre, besteforeldre, venner og lærere rundt ungdommen utgjør ingen økt økonomisk kostnad. Med strukturerte og monitorerte tiltak vil de involverte antagelig oppleve at arbeidsmengden blir mindre enn den var da de strevde alene uten struktur. Ved å komme inn tidlig og få i gang motiverende tiltak med synlig effekt trenger tiltaket heller ikke vare lenge. I MST bruker terapeuten tre–seks måneder fra oppstartsmøte til sluttmøte.

I drømmescenariet mitt, hvor koordinatorpsykologen er det selvfølgelig førstevalget ved skolefravær, vil de andre «tuene» med kreative og spennende tiltak kunne melde inn til koordinatorpsykologen i det respektive området. Slik vil psykologen alltid ha god oversikt over de lokale arbeidsplassene og dagtilbudene.

Kreativitet og handlekraft

Vi psykologer jobber som regel enten i et offentlig system nedlesset i byråkrati, ventelister og høyt arbeidspress med liten faglig fleksibilitet, eller i privatpraksis, hvor kostnaden for familiene er for høy til at psykologen kan drive koordinerende, multisystemisk arbeid. For å kunne gi best mulig hjelp, særlig til ungdommer, må vi være enkle å få tak i, komme raskt i gang, ta ledelse og skreddersy tiltak til individet innenfor rammer vi vet fungerer.

For å få dette til bør jeg i multisystemisk ånd fordele tiltakene på hele systemet. Så for at drømmen min om koordinatorpsykologen skal bli en realitet, trenger jeg at alle som leser dette, kan tenke etter: Hva kan jeg gjøre for å bidra? Er du en pengesekkforvalter som kan sponse et pilotprosjekt, eller leder i kommunen som kan tilrettelegge for slik ressursbruk? Er du skolepsykolog som kan be rektor om å få jobbe på denne måten i en prøveperiode, eller BUP-kontorets rebell som nekter å forholde deg til begrensningene? Er tanta di høytstående politiker, eller har du egen erfaring med at noe slikt har eller ville ha nytten for deg, og kan snakke høyt om det?

Hvis én tar tak i roret, kan mye skje.

Merknad. Ingen oppgitte interessekonflikter

Referanser

Popovac, Z. (2024). Validering på avveie. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 61(4), 254–257. <https://psykologtidsskriftet.no/kronikk/2024/03/validering-pa-avveie>