

Angst og skolevegring hos ungdom: Kan behandlingsforskning rundt sosial fobi bedre effekten av tiltakene våre?

Jo Magne Ingul
Psykologspesialist/ Førsteamanuensis II
BUP Sykehuset Levanger, RKBU, NTNU

Bergen 01062016

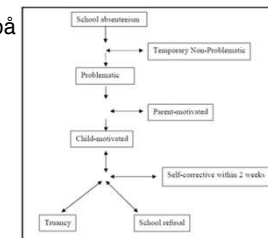
Agenda

- Hva er skolevegring?
- Hvordan behandles skolevegring?
- Hva er effekten av det?
- Hvorfor virker det dårligere på ungdom med sosial fobi?
- Hva kan vi gjøre med det?

Hva er skolevegring?

”Vansker med å møte på
skole som følge av
emosjonelt ubehag,
særlig angst og
depresjon ”

(King og Bernstein 2001:197)



Adapted from Kearney, 2001 p.18.

Hva er skolevegring?

- Berg's kriterier (2002)
 - Vegring mot å gå på skolen
 - Er hjemme i skoletiden
 - Emosjonell aktivering når de må på skolen eller ser ut til å må på skolen
 - Fravær av alvorlig antisosial atferd
 - Foreldre har forsøkt å få ungen på skolen

4

Prevalens og risiko

- Prevalens 1-2% i normalutvalg, 5-16% i kliniske utvalg (Heyne & King, 2004)
- Emosjonelle forstyrrelser og skolevegring:
 - Kliniske utvalg:
 - 52% angsttiltaler, 28% depresjon, 25% begge deler (McShane et al., 2001)
 - GAD 36.5%, Sosial fobi 33.6% og Separasjonsangst 27% (Kearney, 2001)
 - Normal utvalg:
 - Separasjonsangst, depresjon, sosial fobi og GAD (Egger et al., 2003)
 - Ikke alle har psykiatrisk diagnose

5

Risiko fortsatt

Individuelt

- Komorbiditet (Heyne & Sauter, 2013)
 - Depresjon
 - ODD
- Fysiske symptomer (Bernstein et al., 1997)
 - Hodepine, kvalme, magevondt
 - Antall symptomer assosiert med grad av fravær

Familie

- Foreldre psykopatologi (McShane et al, 2001))
- Enslige forsorgere (Bernstein, 1996)
- Familiedynamikk
 - Enmeshment, overbeskyttelse & uklar rolleutforming samt detachement, (Bernstein et al., 1990;1999)
- Manglende innvolvering i skole og fraværsoppfølging (Sheldon, 2007)

6

Risiko faktorer

Skolebaserte

- Det er stor variasjon i fravær fra skole til skole
- Høyt fravær blant lærere
- Inkonsistent fraværspolitik
- Dårlig samarbeid
- Dårlig lærings- og skolemiljø



7

CBT for skolevegring

- Skolevegring er et komplekst problem med alvorlige konsekvenser for den unge i form av tapt utdanning, dårligere helse, og lavere sosioøkonomisk status som voksen.
- Kognitiv Atferdsterapi (KAT) er mest studert ift intervensjon
 - Possibly efficacious (Silverman et al., 2008)
 - Promising (Pina et al., 2009)

8

CBT for skolevegring (II)

- KAT for skolevegring innebærer mange ulike intervensjoner på ulike nivå.
 - Intervensjoner med den unge:
 - KAT for angst eller depresjon, inkludert kognitiv restrukturering, avspenningstrening, eksponering og en gradvis retur til skolen
 - Intervensjoner med foreldre:
 - Fokus på håndtering av av vanskelige situasjoner og opprettholdende faktorer.
 - Intervensjoner på skolen
 - Planlegge retur, problemløsning/ veiledning av lærer, sikre konsistens

9

CBT for skolevegring (III)

- King et al. (1998) 34 unge i alderen 5-15 sammenligning KAT og venteliste.
 - KAT: Stor endring i oppmøte, signifikant reduksjon i angst og depresjonssymptomer. Varige endringer for 80% (3-5år)
- Last et al. (1998) 56 unge, 6-17, KAT vs. EST
 - Økt oppmøte og bedring i selvrapportert angst/ depresjon. Ingen forskjell mellom betingelser
- Heyne et al. (2002) 61 unge, 7-14, relativ effekt av ulike KAT komponenter
 - Alle betingelser hadde klinisk signifikant bedring oppmøte og symptom, ingen forskjell mellom betingelser.

10

The @-school program (Heyne et al., 2011)

- 20 ungdommer deltok
- 10-14 timer med den unge, 10-12 timer med foreldre
- Resultat:
 - Signifikant bedring i oppmøte (15-40 %)
 - Stor nedgang i selvrapportert angst og depresjon
 - Lav effekt for ensomme ungdommer med sosial fobi

11

CBT og skolevegring (IV)

- Det er god effekt av CBT på skolevegring, særlig på oppmøte og tildels på symptomer (Pina et al., 2009; Maynard et al., 2015)
- Imidlertid dårligere effekt for ungdommer (Heyne et al., 2014)
- Og særlig ungdommer med sosial fobi (Heyne et al, 2011)
- Sannsynligvis en sammenheng mellom de to siste punktene;
 - Utfordringen hvordan hjelpe?
 - Å behandle sosial fobi hjelper ikke på skolevegring og skolevegringsbehandling har dårligst effekt på ungdom med sosial fobi

12

Hva er sosial fobi?

- Sosial fobi kjennetegnes av en vedvarende og overdreven frykt for negativ evaluering fra andre.



13

Sosial fobi og skolevegning

- Sosial fobi fører til sosial unngåelse
 - Skole er sosial og evaluerende samtidig; I økende grad
- Sosial fobi den vanligste lidelsen ungdom med skolevegning sliter med (Kearney & Albano, 2004)
- De kan være gjensidig opprettholdende (Albano, 1995)
- Det kan være spesifikke opprettholdende mekanismer i sosial fobi (Clark & Wells, 1995)

14

Unge med sosial fobi

- Flere negative mestrings-strategier (Beidel, 1999)
 - Later som de er syke
 - Kikke ned/ bort
 - Hører ikke
 - Vil ikke være med
- Sosial angst skaper negative sosiale erfaringer og negative sosiale erfaringer øker sosial angst (Gazelle & Ladd, 2003)
- Tysk studie viser at barn med sosial fobi utsettes for mer kritikk og negativ atferd (inkludert avvísning) i en fremførings-situasjon enn andre (Blöte & Westenberg, 2007)
- Får ikke øvelse i utviklingsmessig viktige oppgaver (Albano, 2003)

15

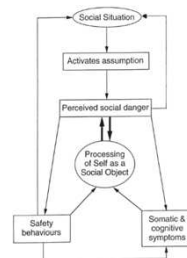
Behandling av sosial fobi hos ungdom

- KAT for sosial fobi har for barn og unge i hovedsak handlet om gruppebehandling med en tradisjonell kognitiv modell:
 - Psykoedukasjon
 - Kognitiv restrukturering
 - Sosial ferdighetstrening
 - Eksponering
- Rekke studier har vist effekt (Hayward, 2000; Beidel et al., 2000; Masia-Warner et al., 2007; Beidel et al., 2007; Herbert et al., 2009, osv), men ikke like god effekt som andre angstlidelser

16

Clark and Wells' modell

- Modellen er utviklet for å forklare hvordan sosial fobi utvikles og opprettholdes
- Økende evidens for at den er valid også for ungdom (Ranta et al., 2014; Blöte et al., 2014; Miers et al., 2013)
- Effekt av behandling basert på modellen vist (Ingul, Aune & Nordahl, 2014)



17

Oppmerksomhetsfokus

- Den unge med sosial fobi skifter til et internt oppmerksomhetsfokus. Det er de og symptomene deres som er det farlige objektet (rødming, skjjelving, stotring).
- Informasjon som samles omkring situasjonen er intern, basert på egne symptomer, følelser og tanker.
 - “Jeg ser ut som jeg føler meg”
- Eksternt fokus

18

Bilde av selv i sosiale situasjoner

- Prosessering av seg selv som sosialt objekt
 - Ser seg selv utenfra
- Unøyaktig, basert på indre opplevelser, overdriver synlighet av symptomer.
- Eksponering av seg selv gjennom video-feedback

19

Forventning og evaluering

- Før sosiale hendelser er det mye bekymring.
 - Planlegger og over svar, handlinger eller fluktmuligheter
- Etter hendelsen evalueres det.
 - Basert på intern informasjon
- Trening på å stoppe og utsette bekymring

20

Så.... Hva gjør vi?

- Hovedmålet må være å bedre skolevegrende ungdoms sosiale fungering og redusere ensomheten.
- Dette må skje gjennom en bedre integrering mellom behandling for sosial fobi og skolevegning
 - Innebærer fokus på skoleoppmøtet og oppfølging av det
 - Innebærer å jobbe med å endre de opprettholdende mekanismene for sosial fobi hos ungdom
 - Innebærer å trene sosial ferdigheter og selvhevdelse for de som trenger det
 - Innebærer ekstra hjelp og støtte på skolen særlig ift sosial inklusjon
 - Innebærer stort fokus på et trygt skolemiljø uten mobbing

21

Takk for meg!!
