



## Et anderledes efterskoleophold

I sommeren 2022 slog efterskolerne elevrekord – mere end 32.000 elever kom ind på landet 241 efterskoler i den kommende sæson. Dog viser tal, at flere undervejs vælger at droppe ud, og sidste år tog i alt 14 procent af eleverne hjem før tid. En undersøgelse blandt efterskoler viser, at det især er hjemve, angst og problemer med at indgå i fællesskabet, der forårsager mistrivslen.

Johan er en af de skoleelever, der i 2023 har oplevet vanskeligheder med at blive en del af fællesskabet. Om Johan fortæller hans forældre, at han er en ganske almindelig dreng med fritidsinteresser, fritidsjob og kammerater i den vestjyske by, han bor i. Han har altid kunnet falde til, måske lidt indadvendt og siger ikke tingene ligeud men har standardkommentaren *"det går fint nok"* - som så mange andre unge. Da Johan stadig går på efterskolen, ønsker han og forældrene at være anonyme, men vil gerne bidrage til efterskolerne med deres observationer og gode råd.

Johan har på trods af udfordringer med at blive en del af fællesskabet fået den gode hjælp. Skole, forældre, Johan og psykoterapeut har i fællesskab fundet nogle gode og konstruktive måder at løse op for en situation, der blev fastlåst og som var ved at gøre Johan mør nok til at droppe ud.

*"Ud fra løsningsforslag fra psykoterapeuten har Johan kunnet overskue skoleåret. Men der har faktisk været mange ting, som vi på afstand og uden tilbagemeldinger har skullet tage fat i,"* fortæller de tydeligt berørte forældre. De mener også, at deres søn nok skal klare sig, men at der burde gøres noget fx at andre også fik glæde af de tiltag, som Johan har fået med fra psykoterapi. *"Det er simple ting, som kan få den sårbare til at føle sig som en del af fællesskabet. Vi har nu nogle erfaringer, som vi gerne deler med andre efterskoler, således at der kan tages hånd om de sårbare unge elever."*

### Forældrenes forslag:

- De sårbare elever skal hjælpes: Personligheder er forskellige, og eleverne kommer fra forskellige miljøer og forventninger. Allerede ved indskrivning kan skolen spotte de sårbare elever, screene og opdele i hensigtsmæssige grupper. De sårbare elever er typisk ikke særligt fremfærende i gruppen.

- Hold styr på fremmøde til timerne: Ved timens start kan skolen tjekke af, hvem der ikke er der. Derved kan man se, om der er tale om de samme, og om der er et mønster i fraværet. For dem med fravær vil vi forældre gerne orienteres, og at der er en handleplan, som bygger på omsorg og konkrete tiltag, som kan gøres for de unge, der har fravær. Vi vil gerne hjælpe med at tale med vores unge om det og at drage omsorg for vores barn. Fx kan skolen hente eleven på værelset, hvis der er fravær.
- Manglende samvær om aktiviteter: Aftenerne er inkluderet i samvær og fællesskab. Planlæg holdtræning til at foregå fx om aftenen eller i weekenden. Ved medarbejdersygdom fuldfører en vikar aktiviteten. Man skal ikke satse på, at vores unge selv planlægger og af sig selv får alle med.
- Ved ad-hoc-planlægning af aktiviteter og andet: Der skal også være plads til spontane tiltag, men læg gerne planer for aktiviteterne en uge eller mere frem og orienter vores unge i god tid, så de har noget at snakke sammen om.
- Efter hjemmeweekender: Giv vores unge et tidspunkt for samling efter weekenden, lav en hyggestund og spørg dem om, hvad de har lavet, og hvad der fylder i deres tanker lige nu.
- Nye roomies på værelserne: Følg op på, om fællesskabet fungerer og hvis ikke, så flyt rundt, så eleverne passer sammen. Lad dem spise sammen i værelsesgrupper, så de har noget tilfælles og at snakke om.
- Karaktergivning: Orienter os forældre – eleverne er ikke myndige endnu, og de skal videre i uddannelsessystemet bagefter. Vi mangler at vide, hvor man kan se karakterer, og hvordan det fagligt går vores barn.
- Brug forældrene: Som forældre vil vi så gerne inddrages i samarbejdet med skolen, men vi er kun med på sidelinjen. Brug os! Selv om det er en skole med frihed under ansvar, forventer vi, at der bliver taget hånd om fravær m.v.

### **Psykoterapeutens vinkel:**

Unge, der vælger et ophold på en efterskole, forventer en fantastisk oplevelse og et fantastisk år. Alle elever vil som udgangspunkt give den gas og kommer med lyst og ildhu. Den enkeltes ønske er at skabe relationer og fællesskaber på kryds og tværs, og det sker jo også for mange, der så har fået venner for livet. Men for andre unge opleves det fedeste år som en personlig svær tid med nye udfordringer, der er anderledes end de udfordringer, de kender fra folkeskoletiden. De nye alliancer, der dannes på en efterskole, kan bringe det bedste frem i de unge selv, eller der kan åbnes op for personlige sider, der ikke kun fungerer optimalt i det sociale rum.

Forældrene glæder sig på deres barn vegne. De har ikke den tanke, at de skal være i en meget tæt opfølgning med de unge, hvis ophold halter, men har ofte en forventning til, at efterskolen tager sig af de unge og støtter dem i den unges møde med udfordringer.

Som jeg ser det, er de unge i 8., 9. og 10. klasse ikke aldersmæssigt eller modenhedsmæssigt gamle, og for nogle bliver overgangen til selvstændighed præget af tilbagetrækkethed og ensomhed.

For nogle vil en større grad af støtte være det, der gør, at den unge vil kunne gennemføre skoleåret med succesfølelse.

### **Det er ikke raket-teknologi...**

Jeg har nogle konkrete, overordnede råd til efterskolerne. Herved kan de nemt og enkelt hjælpe succesen på vej for de sårbare unge.

Efterskolerne har i mine øjne den store del af opgaven med at skabe et trygt miljø. Fx at forældre fx inddrages mere mht. eget barn, og at eleverne får større ansvar for og viden om sociale spilleregler. Desuden at aftaler følges op af handling, der planlægges i god tid og hvordan spotter man de sårbare elever fra starten af året, og når de er presset. Kort sagt: hvordan kan situationen vendes fra nederlag til succes.

### **Mere viden**

Find konstruktive råd og en psykologisk vinkel på [www.mette-bang.dk](http://www.mette-bang.dk)

Kontakt psykoterapeut Mette Bang, der gerne fortæller mere: tlf. 2224 9233 eller på [mail@mette-bang.dk](mailto:mail@mette-bang.dk)