



OM TESTING I SKOLEN: - Dette må stanses, og endres på. Hvis ikke vil det få alvorlige følger for stadig flere elever, sier professor Trond H. Diseth og overlege Stein Førde, barne - og ungdomspsykiatre ved Oslo universitetssykehus. De viser til det de kaller en testkultur i skolen og et tiltagende prestasjonspress der. Foto: Christian Roth Christensen [Vis mer](#)

Skole og helse

Overlege og professor advarer: - Skolen gjør barn syke

Skolebarn ender opp som pasienter av skolens testkultur og prestasjonspress. Det sier overlege Stein Førde og professor Trond H. Diseth.

8. SEPTEMBER 2017 KL. 1.59 [DEL PÅ FACEBOOK](#)

Av [Vigdis Alver](#) og Arnhild Aass Kristiansen

DU LESER NÅ DAGBLADET PLUSS

Professor Trond H. Diseth og overlege Stein Førde, barne - og ungdomspsykiatre ved Oslo

universitetssykehus, møter barn som er innlagt på sykehus med sammensatte fysiske og psykiske plager.

De to erfarne psykiaterne roper nå et kraftig varsku og mener skolen er den viktigste faktoren for barns helse i dag.

- Den norske skolen gjør i økende grad barn syke, sier Diseth og Førde, som er tilknyttet Nasjonal kompetansetjeneste for psykosomatiske tilstander hos barn og unge, Seksjon for psykosomatikk og CL-barnepsykiatri, Barne- og ungdomsklinikken.

I et innlegg i Dagbladet uttrykker de en sterk bekymring for «hvordan en stadig økende testkultur og et tiltagende prestasjonspress i skolen kan skade barns fysiske og psykiske helse, på kort og lang sikt.»

- Stadig flere

Pasient-historier

- **Jente, 11 år:** Henvist for smerter og lammelser. Bare noen få timer skole i uka. Begynte å henge etter på skolen i 2. klasse. Foreldrene fikk ansvaret for å følge opp lekser. Gjorde lekser 4 -5 timer hver dag. Ble mer og mer sliten. Til slutt lammelser og sterke smerter. Grundig kroppslig utredet, men sykehuset fant ingenting som kunne forklare lammelsene eller smertene. Henvist Bup på hjemstedet. Spesialopplegg på skolen, til å begynne med 3 timer i uka. Langsom bedring.
- **Jente 10 år:** Henvist på grunn av alvorlig smertetilstand. Sårbar, problemer med å lære å lese. I klassen blir elevene fortalt hva de «må kunne» for å klare seg neste skoleår. Det samme gjelder på foreldremøter. Barn og foreldre klarer ikke å følge opp læringsmålene på skolen. Utskrives med diagnosen PTSD, posttraumatisk stresslidelse.
- **Gutt 12 år:** Henvist på grunn av lammelser i beina siste 3 måneder. Sitter i rullestol. Stort skolefravær over flere år. Gode resultater på nasjonale prøver. Foreldrene har hjulpet ham med forberedelsene til prøvene i mange uker, og dette har vært en stor belastningen på forholdet mellom eleven og foreldre. Sier til oss at han nesten ikke husker noen ting etterpå. Under utredningen viser det seg at puggingen har skjult lærevansker som han skulle ha fått hjelp med. Ved nevrologiske undersøkelser finner ingen kroppslig forklaring på lammelsene. *(Kilde: Rikshospitalet, OUS. Pasientenes historier er anonymisert.)*

Professor Diseth opplyser at Rikshospitalet, nå en del av Oslo universitetssykehus, var landets første sykehus med en barne- og ungdomspsykiatri integrert i sykehusets somatiske del. Først var hovedgruppa av henviste barn kreftsyke, de hadde en annen

somatisk sykdom eller var født prematurt . Men fra 2005 /06 ble det i økende grad henvist barn med psykosomatiske tilstander som legene fant direkte stressrelatert.

- Først kom 5- 15 slike barn hit. Fra 2009 til 2014 økte denne gruppa henviste barn med 400 prosent. Nå har vi godt over 100 henviste barn hit i året, sier professor Diseth.

Professoren tror og frykter at antallet bare vil øke framover.

I hylla bak ham på behandlingsrommet der vi sitter er det kosedyr og leker. I sykehuskorridoren er det ballongbuketter.

Årlig blir opptil halvparten av de henviste barna nå innlagt her på sykehuset, og behandlet i disse lokalene. Over en toukers periode gjennomgår barna en bred og tverrfaglig utredning av psykolog/psykiater, nevrolog, smertelege, spesialpedagog, fysioterapeut og gastrolog.

Store plager

Pasientene er 9-15 år gamle, og plagene deres starter som regel i 3. klasse. Det er flest jenter. Som oftest kommer barna fra helt vanlige hjem, over hele landet - og er i utgangspunktet friske.

Men når barna kommer hit har de blitt utmattet, har kramper, lammelser eller langvarige invalidiserende smerter, ifølge legene. Noen kan ha symptomer som døvhets, synsforstyrrelser eller besvimelser.

- Vi finner derimot ingen somatiske årsaker - ingenting i kroppen deres - som kan forklare plagene. Derimot finner vi at barnet utsettes for alvorlig, vedvarende og uutholdelig stress, som gir kroppslige symptomer, sier professor Diseth.

Langvarig stress

Psykiaterne sier at langvarig stress påvirker nervesystemet og nivåene av «stresshormoner» som adrenalin og cortisol som igjen svekker immunsystemet. Blant annet.

Professor Diseth har gått gjennom alle journalene til de henviste barna for å finne ut hva årsakene for plagene peker tilbake på.

- Det dreier seg om økte prestasjonskrav og press, Barna skal yte til skolen, på fritiden og hjemme. Det dreier seg om en livsbelastning de har fått, sier han.

- Skolen utgjør en betyderlig del av dette, sier Diseth.

UKEPLAN FOR 3. TRINN

VURDERING:

Jeg har husket på at positivt kroppsspråk er viktig for klasse miljøet



Jeg har laget tankekart etter å ha lest en faktatekst.



Jeg kan si alle tierne fra 0 til 100 på engelsk.



Jeg kan plassere en koordinat i et system



Jeg vet hva personvern er og kan forklare det til en annen.



Fortell hvordan du klarte ditt eget mål?

EGET MÅL: _____

Lærerens kommentar:

Foresattes kommentar:

Underskrift:

EGENVURDERING: Å måtte gi seg selv «surt fjes» igjen og igjen i egne evalueringer som denne, kan svekke barns helse, advarer barnepsykiaterne. [Vis mer](#)

- Som mobbing

Sammen med overlege Førde viser han til deres egne funn som slår fast at undervisningen ved mange skoler skjer etter metoder som har fellestrekk med mobbing.

- Alle fysiske og sosiale prosesser henger sammen. Måler du et barn under stress vil nivået av stresshormoner være høyere. Barnet utsettes for en kroppslig belastning, og det gir samme reaksjoner i kroppen som under mobbing. Kroppen er i beredskap, sier overlege Førde.



MØTER BARNA: - Barna synes de må være perfekte - ikke bare av utseende men også når det gjelder skoleprestasjoner. Hjemme presser foreldrene på, i tråd med kravene fra skolen, sier professor Trond H. Diseth (t.h) og overlege Stein Førde. Foto: Christian Roth Christensen [Vis mer](#)

«Vi vil særlig trekke fram den utstrakte bruken av læringsmål og



Kan skolen gjøre barn syke?

DEBATT

«selvevaluering»», skriver de i innlegget sitt og eksemplifiserer ovenfor Dagbladet ukentlige læringsmål som er vanlig for elever å få på lekseplanen ukentlig helt fra 1. klasse , og skoler lar elevene egevaluere seg selv.

I sitt innlegg trekker de spesielt fram egenevaluering der barna skal vurdere seg selv med smilefjes, uttrykkløshetfjes eller grinefjes.

Utdanningsdirektoratet bekrefter at denne typen egenevaluering er i bruk.

- Vi vet at det brukes smilefjes i egenvurderingene noen steder, og vi vet at det har vært debatt rundt det. Vi er opptatt av at det skal være læringsfremmende tilbakemeldinger. Det kan være verdt å spørre seg hva elevene lærer av smilefjes, Ida Large, seniorrådgiver i Utdanningsdirektoratet om disse.

Barnas egne ord

Dette har barn som har blitt innlagt på sykehuset selv sagt om skolehverdagen:

- «Jeg blir så sliten av alt jeg må lese.»
- «Jeg var ikke i forrige time, så jeg skjønner ikke hva de holder på med.»
- «De andre sier at jeg kommer til å få en dårlig jobb når jeg er så mye borte.»
- «Jeg vet ikke hva de andre snakker om i friminuttene.»
- «Jeg er flink til å være flink.»
- «Kroppen min sier den ikke vil ut i friminuttet.»

(Kilde: Rikshospitalet, OUS)

Det er ingen nasjonale retningslinjer på hvordan egenvurdering eller læringsmål skal brukes.

- På nasjonalt nivå har vi bare kompetansemål i fagene, og skoleeier og skoleleder står fritt til å pakke ut disse kompetansemålene for elevene. Hensikten er at det skal være tydelig for elevene hva de skal lære, det har med transparens og forutsigbarhet for elevene å gjøre. Egenvurdering er en rettighet som elevene har. Hvordan det jobbes med egenvurdering er et lokalt ansvar, sier Large.

Sykehuset jobber tett opp mot skolen pasienten er elev ved. Sammen med barnets fastlege, BUP, fysioterapeut, lærere og skoleledelse holdes faste møter der det legges planer for videre arbeid for eleven som har blitt pasient.

- Gir økte forskjeller

Skillet mellom elever som mestrer og de som ikke mestrer øker med prestasjonskulturen, mener de to erfarne legene. Det rammer de svakeste og ressurssvake elevene hardest, selv om det langt fra bare er disse elevene som ender som pasienter her.

- De som klarer skolens mål, får daglige bekreftelser på dette. De som ikke gjør det, får også en daglig bekreftelse på det, beklager Førde og Diseth.



Bekymret for 1. klassingene

DAGBLADET PLUSS

- De svake elevene får

økende vansker med å forholde seg til skolen, de kan demoraliseres og føler skam. Dette gjør at evnen til å lære blir mindre, de får sperrer på egen læring, sier Førde.

- Vi har pasienter som ikke holder ut å være på skolen i mer enn fire timer i uka eller mindre enn det. Samtidig kan de klare seg godt fysisk. De har blitt traumatisert, sier overlegen.

- Hvordan går det med barna dere behandler her?

- De som får hjelp i tide og hjelp til regulering av kravene på skolen, kan det gå bra med. De mest alvorlig syke kan slite lenge, og kan ende opp med et liv der de ikke kan gjøre det de ønsker seg, sier Førde.

- Bra med mål, men brukes feil

Professor Thomas Nordahl er pedagogikkforsker og leder av Senter for praksisrettet utdanningsforskning ved Høgskolen i Hedmark. Han sier dette om ukesmålene som elever får på lekseplanene sine:

- Ukesmål kan virke godt, fordi elevene får noe å strekke seg etter. Men de må tilpasses elevens alder og forutsetninger. Jeg synes vel ofte at elever får vel mye egenavsvar og mål som selv vi voksne kan ha vansker med å forstå, sier skoleforskeren.

Nordahl tror dette kan bidra til at noen opplever lite mestring, at de kjeder seg eller begynner å se på seg selv som en som ikke er god nok.

- Det mulig at noen kan oppleve dette som et psykisk stress og press - og at barn kan tenke at de er i en situasjon de ikke ser en vei ut av, sier forskeren.

Han vil likevel ikke si at ukesmål er feil, men at de i for stor grad blir noe elever og foreldre får ansvar for, i stedet for at målene blir et redskap for læreren.

Alternativet er ikke å slutte med slike ukesmål, men å bruke dem riktigere, mener han.

- Mål skal sikre at elevene har den framgangen de skal ha. Det er for å forhindre at elever seinere faller ut av skolen, sier Nordahl.

Han betviler at testingen med nasjonale prøver kan skape psykiske vansker for den enkelte elev.

- De er et viktig verktøy for å kunne følge elevenes faglige utvikling. Men skolene må bli bedre til å utnytte resultatene for se hva den enkelte sliter med. Mange skoler bruker dessverre heller resultatene til å sammenlikne seg med andre skoler, sier Nordahl.