

Angst

Angst er den mest almindelige psykiske sygdom i Danmark blandt børn og unge. Cirka hver tiende rammes af angst i en sådan grad, at angsten forstyrrer den unges liv og udvikling.

Angst og uddannelse

Unge ramt af angst kan have svært ved at passe deres uddannelse: De sover ofte dårligt, har svært ved at komme i skole og får derfor mere fravær. Når de endelig kommer i skole, har de svært ved at koncentrere sig, og de har ofte svært ved at blive en del af fællesskabet. Angsten får dem til at trække sig tilbage og de har derfor risiko for at blive ekskluderet fra fællesskabet. I modellen 'Den onde cirkel' illustreres det, hvordan et typisk reaktionsmønster er for en ung ramt af angst.

Kropslige tegn på angst:

- Den unges ben begynder at ryste
- Den unge begynder at svede
- Den unge har hjertebanken

Unge der er ramt af angst siger, at de gerne vil ses og mødes af andre som det hele menneske de er – og ikke som den unge med angst. Du kan som lærer/vejleder spørge interesseret ind til, hvordan det går – og sammen kan I finde ud af, hvordan skolen kan hjælpe eleven med at gennemføre sin ungdomsuddannelse.