

## PTSD

Man kan rammes af PTSD (Post-Traumatisk Stress Disorder) efter man har været vidne til – eller selv har deltaget i - livstruende hændelser såsom krig, overfald, ulykker eller røveri. PTSD kan også optræde efter omsorgssvigt, som fx vold i familien eller mangel på tryghed og kærlighed. Fælles for de mennesker, der er ramt af PTSD er, at de har været i situationer, som er forbundet med angst, utryghed og ofte også hjælpeløshed.

Når man er ramt af PTSD, gennemlevs den angstfremkaldende situation igen og igen. Og kroppen reagerer på samme måde, som da man var i situationen.

### PTSD og uddannelse

Der er mange misforståelser og fordomme omkring PTSD. Derfor kan det være godt at tale åbent om det i klassen, hvis en elev på skolen er ramt af det. Unge, der er ramt af PTSD oplever ofte:

- En ligegyldighedsfølelse
- Søvnbesvær med mareridt
- En konstant følelse af utryghed og trang til isolation
- Øget mistænksomhed over for andre og til tider vredesudbrud
- Nedsat hukommelse og fysiske smerter

Du kan som lærer hjælpe elever, der er ramt af psykisk sygdom ved at spørge ind til, hvordan de har det. I kan også sammen lave en plan for, hvordan du bedst kan hjælpe og støtte eleven, så han eller hun får det bedste udbytte af undervisningen.