



Et støjende problem stresser og generer skolebørns hjerner

Af **Kristoffer Kræn Sørensen** krks@berlingske.dk
og **Anna Sofie Laue** alau@berlingske.dk



Forældre peger på støj som det mest udbredte problem i deres børns skolegang. Støj stresser hjernen og kan have store konsekvenser for børns skolegang og trivsel. En normal reaktion i skolerne er, at stressede børn får høreboffer på.

Forældre betragter larm og støj i skolerne som det mest udbredte problem for børns skolegang. Max oplever det, og ifølge hans mor, Maria Lund Nielsen, giver det ham ofte ondt i maven. Foto: Michael Drost-Hansen/Ritzau Scanpix

Iløbet af sit første skoleår fik Max oftere og oftere ondt i maven. Han havde svært ved at håndtere larmen i klassen - også selvom han ikke er et barn, der normalt er sensitivt over for lyde.

Når klassekammeraterne snakkede og larmede, eller læreren hævdede stemmen, fik Max fysisk ubehag. Huden kriblede, og han havde svært ved at sidde stille. Så Max fik hørebøffer på, så han kunne blive siddende på sin plads.

Og Max er langt fra alene med sit problem.

For støjen i de danske klasseværelser er et udbredt fænomen. Faktisk er det den mest velkendte problematik blandt de 1.977 forældre, der har svaret på en ny undersøgelse, som Epinion har lavet for Danmarks Lærerforening.

»Max har venner, er fagligt dygtig og kan egentlig godt lide at gå i skole. Men han klager over, at der er så meget larm. Han bliver ked af det og frustreret og kan ikke sidde stille, og så er det, han får hørebøffer på,« siger Max' mor, Maria Lund Nielsen, der er butikseksponent og bor i Middelfart.

Hun mener, at børn bliver urolige og højt-råbende, »ikke fordi de er onde, men fordi de reagerer på de rammer, vi har sat dem ind i. Og så har det ingen konsekvens, når man larmer«, siger Maria Lund Nielsen, der i næste uge kan se Max starte i 1. klasse.

Et voksende problem

Ifølge Epinions undersøgelse opfatter 57 procent af forældre til børn i folkeskolen, at støj og uro er et problem i deres børns skole. Det slår med længde emner som mobning, vikartimer eller lavt fagligt niveau.

Men også lærerne vurderer, at nogle enkelte elever påvirker både den generelle trivsel og støjniveauet i klasserne.

Ifølge formand for Danmarks Lærerforening Gordon Ørskov er der »mere negativ uro, end der har været tidligere«.

»Der er flere børn, der har brug for en nærhed og ro end tidligere. Når de så oplever uro, stresser det dem mere. Og så bidrager de selv til den uro. Det er den negative spiral,« siger han.

Lærerne svarer da også i undersøgelsen, at de oplever problemet som ét, der vokser.

Lærerformanden mener, at en af årsagerne er, at skolebørns fællesskab er presset. Der er ikke den gensidige respekt, der var engang.

»Når et barn bliver udelukket af fællesskabet, fører det til mere larm og uro. Så vi bliver simpelthen nødt til at kigge på, hvordan vi gør børnenes fællesskaber bedre,« siger han.

Han efterlyser investeringer i mere personale. Både lærere og pædagoger, så der kan være flere voksne i klasserne.

Formanden for Skole og Forældre, Rasmus Edelberg, genkender også problemet. Han peger på den såkaldte inklusionslov som en del af problemet. Loven betyder, at kommuner bestræber sig på at få børn med specielle behov integreret i undervisningen.

»Den børnegruppe, man får ind i folkeskolen i dag, har flere forskelligartede behov, ikke mindst efter inklusionsreformen, og jeg tror også, corona har spillet en rolle,« siger han og peger samtidig på, at der er mange elever i klasserne, og at lærerne »er pressede«.

Børnepsykolog: Uro generer hjernen

Børnepsykolog Rasmus Alenkær har set mange klasseværelser, hvor uroen har taget over.

Han har ofte oplevet, at en elev har haft brug for at få hørebøffer på. Sådan som det sker for Max.



Max er ifølge hans mor ikke lydssensitiv. Men støjen er et stort problem. Foto: Michael Drost-Hansen/Ritzau Scanpix

»Det kan give barnet noget ro i situationen. Men det er jo symptombehandling. Der skal noget helt andet til, hvis man skal problemet til livs,« siger han.

Han hjælper blandt andet skoler med at komme uro til livs og skabe et godt miljø for at lære, og så har han for nylig udgivet bogen »Pædagogisk værtskab og uro i skolen«.

Uroen kan komme til udtryk som lyde, afbrydelser, udbrud eller højlydt tale.

»Nogle børn har en adfærd, der forstyrrer undervisningen. Det kan være på grund af en diagnose, men det behøver det ikke at være,« siger han.

»Men der kan også være klasser, hvor det høje lydniveau skyldes en kultur, der er brudt sammen. I det tilfælde deltager de fleste børn i uroen,« lyder det fra børnepsykologen.

Når uroen tager over, stresser det børnenes og i øvrigt også lærernes hjerner. Hjernen er nemlig »i gang hele tiden«, når der er støj, siger Rasmus Alenkær.

»Hvis der er støj, flyder lydene sammen, og hjernen skal arbejde hårdere for at filtrere det ubrugelige fra. Det er derfor, man bliver så træt, for hjernen arbejder på højtryk.«

Han opfordrer til, at skolens personale, børn og forældre sammen tager et ansvar for at få bragt støjen ned. Han kalder det, at de udviser et »værtskab« over for skolen.

»Vi skal den grad af junglelov til livs. Vi må være tydelige omkring, at det er imod vores værdier, når man skaber uro og støj i et klasseværelse,« siger han og påpeger, at »skolens

disciplinære klima i nogle tilfælde er brudt sammen«.

»Vi er ved at slide en generation op, så der skal være reelle handlemuligheder, hvis et barn skaber uro, og forældre, lærere og også børnene selv har et ansvar.«

Det er ifølge Rasmus Alenkær den vigtigste ændring - den, forældre, lærere og elever kan lave i deres tilgang.

Men han mener også, at inklusionsloven bør ændres, så der bliver givet bedre hjælp til de børn, der forstyrrer undervisningen, fordi de egentlig har brug for støtte.

»Og så handler det om ressourcer. Flere pædagoger og lærere. Politikerne bør se på det, for ellers bliver det rigtig dyrt i fremtiden,« siger han.

Inklusionsloven

Da inklusionsloven blev indført i 2012, fremstod den som et nybrud.

Den betød, at kommunerne i videst muligt omfang begyndte at indlemme elever, der før skulle have været på specialskoler, i den almindelige folkeskole.

Men 2012 er langt væk. I 2013 var der stillet 83.000 diagnoser til børn og unge. I 2022 var det 113.000.

Med andre ord: Antallet af diagnoser er i kraftig vækst, og det samme er behovet for specialundervisning.

Siden har loven været udkældt. Sidste år blev den endevendt af en arbejdsgruppe, der opfordrede regeringen til at lave den om.

Den daværende undervisningsminister, Pernille Rosenkrantz-Theil, sagde, at loven »har gjort mere skade end gavn«, og mange forventede derfor, at den ville blive ændret.

Men siden da er der ikke sket mere. Ordet inklusion er ikke nævnt i regeringsgrundlaget.

Inklusionens negative effekter bliver ellers af eksperter benævnt som en af årsagerne til, at mistrivsel blandt unge stiger. Og at skolevægring, hvor børn mistrives så voldsomt, at de nogle gange slet ikke kan komme ud af sengen, er i fremdrift landet over.

Der må gerne være en konsekvens

Nu ringer skolen ind til et nyt skoleår for Max, og Maria Lund Nielsen er spændt.

Ikke spændt på den måde, man normalt forbinder med et nyt skoleår. Nok snarere en smule nervøs.

»Det kan godt være hårdt at se på Max, når han har ondt i maven og ikke vil i skole. Og jeg føler, at der er løsninger, men de kræver, at politikerne ændrer på skolegangen,« siger hun.

Hun mener, at det vil hjælpe, hvis børn starter senere i skole. Hun så også gerne, at der var et tilbud på skolerne, hvor de uroskabende børn kunne gå hen, når der var behov for det.

Den slags tilbud benytter flere kommuner sig af. Det går under navnet mellemformer.

Hun så også gerne, at der var flere lærere og pædagoger i klasserne, og at skoledagene var kortere.

Men Maria Lund Nielsen mener også, at der kunne være mere fokus på at lære børn om rammer. Man kunne også kalde det opdragelse.

»Børn skal også lære at respektere regler. Når en voksen siger, at du skal tie stille og høre efter, så skal børn også lære, at man følger de regler. Ellers må der komme en konsekvens,« siger hun.

I Børne- og Undervisningsministeriet er man klar over, at larm er et stadigt større problem i de danske folkeskoler.

»Jeg er desværre ikke overrasket over undersøgelsen. Det er det samme indtryk, jeg får, når jeg snakker med lærere, forældre og elever. Og jeg synes faktisk, det er et af folkeskolens helt store problemer, at der ikke er ro i klassen,« siger Børne- og Undervisningsminister Mattias Tesfaye (S).

Han vil dog »passe på med at pege« på inklusionsloven som roden til problemet.

»Hvis der er støj, flyder lydene sammen og hjernen skal arbejde hårdere for at filtrere det ubrugelige fra.«

RASMUS ALENKÆR,
BØRNEPSYKOLOG

.....