

Cognitieve gedragstherapie bij schoolweigering

Bij schoolweigering ervaren jongeren spanning en stress rondom het naar school gaan en/of op school zijn. Dit leidt vaak tot schoolverzuim (thuisblijven, te laat op school komen, eerder weggaan of vermijden van bepaalde schoolse activiteiten).



Hoe herken je schoolweigering?



De jeugdige:

- Toont tegenzin of weigert naar school te gaan.
- Raakt overstuur wanneer hij/zij naar school moet of op school is (zich bijvoorbeeld uitend in angsten, lichamelijke klachten of een depressieve stemming).



Anders dan bij spijbelen:

- Is de jeugdige meestal thuis tijdens het verzuim; de ouders zijn hiervan op de hoogte.
- Gaat het verzuim niet gepaard met antisociaal gedrag.



Anders dan bij schoolonthouding:

- Blijven ouders zich inspannen om hun kind naar school te laten gaan.

Feiten over schoolweigering

- De prevalentie wordt internationaal geschat op 0.4-5.4% .
- 50 tot 80% van de doorverwezen schoolweigeraars heeft lichamelijke klachten.
- Het wordt niet altijd herkend wanneer lichamelijke klachten op de voorgrond staan.
- Ongeveer 50% van de doorverwezen schoolweigeraars heeft een angststoornis en/of een depressieve stoornis.
- Angst kan zich richten op schoolsituaties, maar ook op wat gezinsleden kan overkomen terwijl de jeugdige op school is.
- Schoolverzuim kan een negatieve invloed hebben op zowel de schoolprestaties als het sociaal-emotionele functioneren van de jeugdige. Er kan ook stress ontstaan in de familie.
- Het geeft een hoger risico op psychosociale klachten in de volwassenheid.
- Het gaat vaak niet vanzelf over. Wacht niet met reageren tot de jeugdige langdurig verzuimt.



Risicofactoren voor het ontstaan van schoolweigering

- **Jeugdige:** zwak probleemoplossend vermogen, gebrekkige emotieregulatie, sociale isolatie, sociale angst, piekeren, faalangst, separatieangst, depressie.
- **School:** weinig samenwerking tussen ouders en school, weinig steunende leerkracht, onvoorspelbare schoolomgeving, weinig toezicht en structuur, pesten.
- **Familie:** psychopathologie voor ouders (met name angst) en gezinsproblemen.
- **Veranderingen:** zoals overgang naar de middelbare school (complexere sociale situatie), nieuwe docent, scheiding.



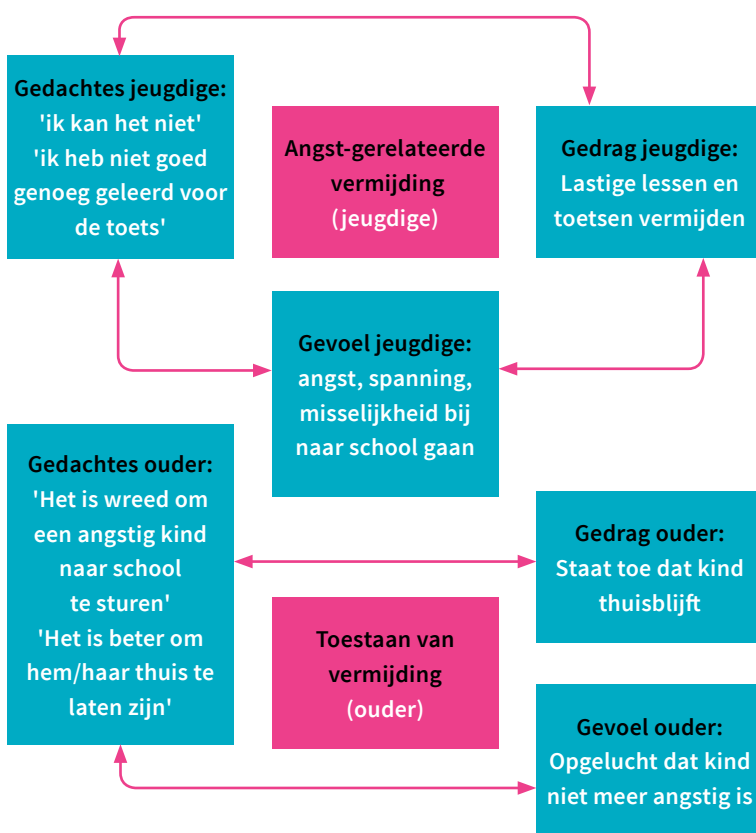


Cognitieve gedragstherapie (cgt) bij schoolweigering

- Leert jeugdigen copingvaardigheden (zoals problemen oplossen en helpend denken).
- Omvat exposure, vaak in de vorm van geleidelijke terugkeer naar school.
- Betreft ouders en school bij de behandeling.
- Is kortdurend: ongeveer 10-14 sessies van een uur met de jeugdige en 10-14 sessies met ouders, afhankelijk van de ernst of duur.
- Is doelgericht, gestructureerd, en gepersonaliseerd.
- Is een effectieve interventie (Hedges' g effect-grootte tussen 0.1 en 2.73); de helft tot tweederde kan na cgt weer grotendeels naar school.
- Is effectiever als het expliciet aansluit bij de ontwikkelingsfase van de jeugdige.

Let op:

Een goede probleemanalyse en voorbereiding (met jeugdige, ouders en school) verhoogt de kans op het slagen van de behandeling. Bij jeugdigen met sociale angst kan het nodig zijn om de behandeling te verlengen, aan te vullen met groepstherapie en/of meer ondersteuning vanuit school om de sociale contacten te verbeteren.



Wie behandelt schoolweigering?

Verwijs je cliënt bij voorkeur door naar een behandelaar met ervaring in de behandeling van schoolweigering, dan wel naar een centrum dat hierin gespecialiseerd is. Therapeuten met een registratie bij de VGCT hebben een opleiding gevolgd in cognitieve gedragstherapie en hebben vaak ook een BIG-registratie. VGCT-leden zijn te vinden via de website vgct.nl → vind een therapeut.

Meer informatie

Op de website van het International Network for School Attendance (INSA) vind je veel middelen en informatie over schoolweigering: insa.network/netherlands
Schoolweigering is opgenomen in de zorgstandaard angstklachten en angststoornissen: ggzstandaarden.nl

Op vgct.nl/factsheets vind je de bronnen en andere factsheets.

Wat kun je doen om je cliënt te motiveren voor een CGT-behandeling?

Vertel de jeugdige en diens ouders dat er bij cgt eerst goed gekeken wordt naar hoe de schoolweigering is ontstaan en blijft voortbestaan. Op basis daarvan kijkt de behandelaar wat nodig is om spanning en drempels te verminderen. Terugkeer naar school wordt goed voorbereid en kan geleidelijk plaatsvinden. Mogelijk hebben de betrokkenen al veel geprobeerd. Vertel hun dat samenwerking met school, ouders, jeugdige en hulpverlener als team mogelijk het verschil kan maken voor een succesvolle terugkeer.

