



VEILEDER VED BEKYMRRINGSFULLT SKOLEFRAVÆR

Hvordan fremme nærvær i videregående opplæring



INNHold

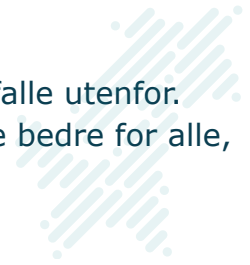
BAKGRUNN FOR VEILEDEREN	3
Hva er bekymringsfullt fravær?	3
Toleransevindummodellen som forståelsesramme	4
Trygge relasjoner	5
Arbeidshjul	7
Det gode samarbeidet i laget rundt eleven	7
IDENTIFISERING	11
Hvordan identifisere bekymringsfullt fravær	11
Bekymringsdeling	11
Føring av fravær	11
KARTLEGGING	13
Hva trenger vi å vite noe om?	13
Hvordan få frem elevens stemme	15
Samtale med foreldre	17
Kartlegging og informasjonsinnhenting på skolen	18
Kartlegging av stress	19
OPPFØLGING OG EVALUERING	19
Valg av mål og tiltak	20
Forslag til tiltak	20
Tiltak i hjemmet	24
Tiltak for elev	24
Eksempler på oppfølgingsplaner	24
REFERANSER	27
HANDLINGSPLAN	29

Bildekredittering: bilder tatt av Ronny M Danielsen
for Trøndelag fylkeskommune

BAKGRUNN FOR VEILEDEREN

“Utvikler vi en skole for alle, vil de mest utsatte gruppene falle utenfor.
Utvikler vi en skole for de mest utsatte gruppene, vil den være bedre for alle,
også de sterkeste elevene”.

(Brochmann og Madsen, 2022)



Denne veilederen tar utgangspunkt i at ungdom har et ønske om å være på skolen dersom skolehverdagen oppleves trygg, gir mestringsopplevelser og fellesskap. Målet med veilederen er å fremme nærvær, gjennomføring og livsmestring. Vi har likevel valgt å bruke begrepet bekymringsfullt fravær i tittelen. Når voksne i skolen får kjennskap til at en elev ikke har glede av, utbytte av, eller mulighet for å delta i opplæringen skal dette skape en bekymring i oss, som igjen skal utløse handling. Målgruppen er alle voksne som jobber nært elevene, både lærere, miljøpersonell, elevtjenester, ledere i skolen, helsesykepleiere og PPT. Veilederen er ment som et supplement til Trøndelag fylkeskommunes Årshjul for helhetlig elevoppfølging og lokale presiseringer for fraværsreglementet.

Veileder ved bekymringsfullt skolefravær er utarbeidet gjennom et tverrfaglig samarbeid mellom PPT Trøndelag og representanter fra videregående skoler i fylket. Arbeidsgruppa har forholdt seg til relevant forskning og litteratur og latt seg inspirere av andre veiledere som “Hver dag teller” fra Nittedal kommune, Trondheim kommunes handlingsplan for skolefravær og IKO-veilederen.

HVA ER BEKYMRRINGSFULLT FRAVÆR?

“Mange ser på skolefravær som problemet,
men for eleven er det løsningen på et annet problem.”

(Gran og Mosand, 2022)

I litteraturen og ute i skolene brukes ulike begreper, som ufrivillig skolefravær, bekymringsfullt skolefravær, skulk, skolefobi og skolevegring. Alle begrepene beskriver det samme – det har blitt vanskelig for en elev å være på skolen eller delta i skolerelaterte aktiviteter (Gran og Mosand, 2022). Måten vi snakker om skolefravær på og hvilke begreper vi bruker sier noe om hvordan vi forstår problematikken:

- hva skolefravær er
- hvem det gjelder
- hvordan vi forklarer årsaker
- hvor vi plasserer ansvaret for å finne løsninger

Når en elev ikke ønsker eller greier å være på skolen er dette et symptom på at noe er vanskelig på et eller flere områder i livet. For omgivelsene er det skolefraværet som er problemet, men for eleven er det å ikke møte på skolen løsningen på et annet problem. Skolefravær har som regel utviklet seg i et samspill mellom eleven og omgivelsene. I det samme samspillet ligger også løsningene.

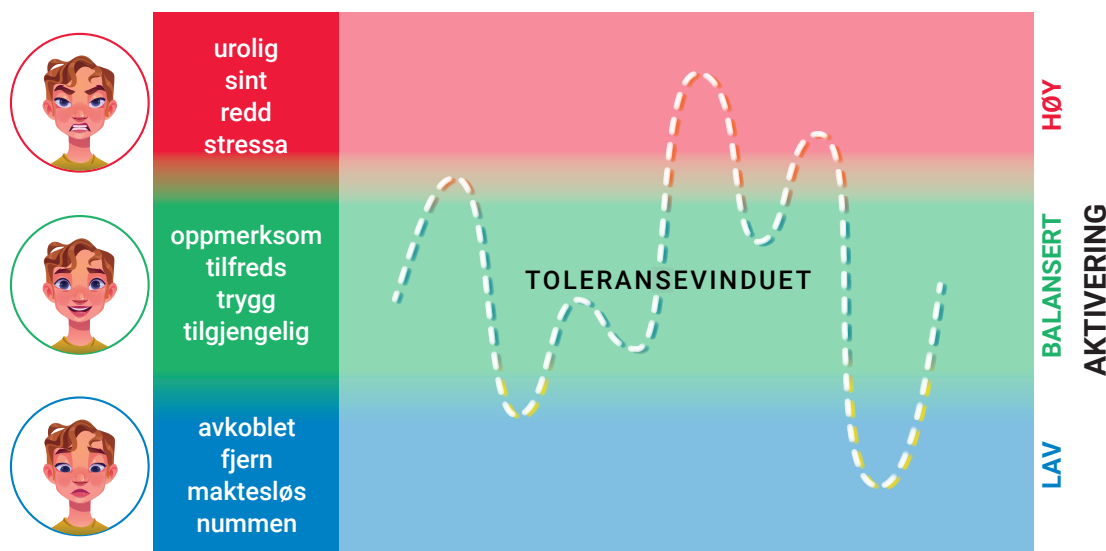
TOLERANSEVINDUMODELLEN SOM FORSTÅELESRAMME

Vi har alle en grense for hva vi klarer og ikke klarer å håndtere av stress og påkjenninger. Denne grensen avhenger av dagsform, situasjon, tidligere erfaringer og annet som påvirker oss. Grensen kan illustreres som et vindu, kalt toleransevinduet. Inne i toleransevinduet er kroppen passelig aktivert og vi er tilgjengelig for læring og samhandling. Utenfor toleransevinduet aktiveres kroppens «alarmberedskap». Er vi over toleransevinduet kan sterke følelser som redsel eller sinne bli overveldende. Befinner vi oss under toleransevinduet er det vanlig å føle seg tom og avstengt fra omgivelsene og vi kan fremstå umotivert. Alle kan vippe ut av toleransevinduet av og til, og for noen skal det lite til for at dette skjer.

Toleransevindumodellen gir økt forståelse av skolefravær fordi:

1. Flere elever med fravær har et smalt toleransevindu i møte med skolehverdagen. Dette kan skyldes vonde erfaringer knyttet til skole som manglende mestring, mobbing o.l. Også elever med nevroutviklingsforstyrrelser, angst- og depresjonslidelser kan ha et smalere toleransevindu i møte med en typisk skoledag.
2. Elever som er mye utenfor sitt toleransevindu er i risiko for å utvikle skolefravær. Fravær blir en følge av for mange kilder til stress i løpet av skoledagen.
3. Toleransevindumodellen forklarer hvorfor elevens fungering kan oppleves forskjellig på ulike arenaer, og belyser hvordan informasjon fra ungdommen selv, foreldrene, skolen og andre aktører utfyller hverandre, heller enn å stå i motsetning til hverandre.

Toleransevindumodellen



Modellen gjør at vi stiller oss følgende spørsmål: Hvor aktivert er ungdommen? Er aktiveringsnivået innenfor ungdommens toleransevindu? Hva får aktivering til å stige, og hva utløser elevens alarmberedskap? Neste skritt blir å identifisere hva som skal til for å holde ungdommen innenfor sitt toleransevindu gjennom skoledagen.

TRYGGE RELASJONER

“Den læreren reddet livet mitt.
Hun brydde seg om meg da jeg hadde det vanskelig.
Hun ringte meg etter at timen hadde startet og sa:
“Nå ordner du deg, så kommer du hit”.

Tidligere skoleelev

Noen elever som begynner i videregående opplæring har vært borte fra skolen i lang tid. De føler seg kanskje gitt opp av grunnskolen, har sluttet med fritidsaktiviteter og mistet vennskap. Noen opplever at de har blitt “usynlige”. Flere sier at det var relasjonen til den ene betydningsfulle voksne på skolen som gjorde at de kom tilbake. Både lærere, miljøpersonell og andre på skolen kan være viktige relasjonsbyggere. En viktig del av relasjonsbyggingen er at eleven føler seg sett og likt.

Hvordan skape en trygg relasjon

Gi det tid

- Tørr å stå i arbeidet selv om du ikke ser resultater før det har gått litt tid.

Vis interesse og at du har glede av relasjonen

- Bruk av vennligsinnnet humor skaper glede og avspenning, vekker gode følelser og motivasjon.
- Vis at du prøver å forstå og er interessert i elevens tanker, følelser og opplevelser.
- Let aktivt etter felles interesser og «noe å like» ved enhver elev, tross eventuell avvisning og atferd som trigger deg.
- Gjør “litt ekstra”. En liten gest, som å ta med en kopp kakao eller te fra pauserommet når du skal møte eleven kan bety mye for relasjonen.

Se eleven og deg selv innenfra

- Prøv å forstå elevens behov og hva som ligger til grunn for det de gjør.
- Reflekter over hvordan du som voksen reagerer når eleven uttrykker ønsker og behov.
 - o Hvordan opplever de unge deg i en gitt situasjon?
 - o Vil de oppleve at du liker dem og vil dem vel?

Lærerguppen ved en videregående skole i Trøndelag arbeidet etter disse punktene for å danne relasjoner i en elevgruppe med ustabil oppmøte.

- Sikre at en eller flere voksne på skolen har hilst på eleven i løpet av en skoledag.
- Plasser eleven i klasserommet slik at hen opplever å bli sett av læreren.
- Send sms til eleven hver morgen, for eksempel: “God morgen! Nå er du våken og klar til å komme i gang. Vi sees snart på skolen. Hilsen ...”
- Dersom eleven er sen kan du si: “Fint å se deg! Så bra at du er her! Nå kom du akkurat tidsnok til...” (Det er ingen grunn til å fortelle eleven at hen er sen, det vet eleven fra før.)
- Send sms dersom eleven ikke har møtt som avtalt: “Vi savnet deg i timen i dag, håper vi sees neste uke/Vi ses snart!”

Tips til relasjonsbygging med elever som ikke har møtt på skolen

- Opprett kontakt på sms. Det kan være enklere for eleven å skrive enn å snakke på telefon.
- Send et bilde av deg selv. Signaliser at du ønsker å komme i kontakt med eleven, at du har tid, at du vil eleven vel, og ønsker å lytte til elevens tanker og behov.
- Dra hjem til eleven eller møt hen et nøytralt sted. Noen ganger må det flere forsøk til før eleven ønsker å treffe deg. Besøkene er likevel viktige fordi eleven hører stemmen din eller ser deg gjennom vinduet – ting som kan gjøre eleven tryggere på deg.

Skap forutsigbarhet og struktur

- Hold avtaler og vis at du er til å stole på.
- Følg opp grenser og regler på en omsorgsfull måte.
- Formidle (tilpassede) forventninger klart og tydelig.
- Vær forutsigbar, men samtidig fleksibel når situasjonen krever det.

Reparasjon

- Håndter uenighet med undring og nysgjerrighet heller enn sterke følelser eller unnvikelse.
- Vær en rollemodell ved å tørre å be om unnskyldning hvis du som voksen trår feil. Dette kan bli en betydningsfull erfaring for eleven.
- Anerkjenn at det kan være vanskelig for eleven dersom avtaler blir brutt, eller vi på andre måter rokker ved en skjør trygghet. Tidligere skolehistorikk kan ha ført til at eleven har lite tillit til voksne og nærmest forventer å bli skuffet.

Hver gang du blir møtt med et varmt blick kommer formen din mer og mer til syne. Dette er mummimammas kur mot usynlighet. En kur som er like potent i virkeligheten som i Mummidalen”

(Erik Hørthe, 2018)



ARBEIDSHJUL

Her presenteres et arbeidshjul med viktige elementer i håndtering av bekymringsfullt fravær. Hjulet er et forslag til hvordan arbeidet rundt en enkeltelev kan struktureres.

Arbeidshjulet kan brukes på flere måter:

1. Som sjekkliste og hjelp til å sortere tankene når voksne på skolen har en gryende bekymring for en elev.
2. Som ramme for et møte i arbeidslaget. Alle delene av arbeidshjulet kan gjennomføres i ett og samme møte.
3. Som arbeidsløype laget rundt eleven følger over tid og som sikrer felles forståelse av arbeidsprosessen.



Boksene beskriver viktige elementer i arbeidsprosessen med bekymringsfullt fravær. Laget rundt eleven er de aktørene som til enhver tid samarbeider om å drive prosessen. Ved å bruke arbeidshjulet i flere runder sikres det at nødvendig informasjon innhentes og gir retning for mål og tiltak, og at laget styrkes og utvides ved behov.

DET GODE SAMARBEIDET I LAGET RUNDT ELEVEN

«Som mamma til en skolevegrer er livet ganske tøft. Tenk om alle instanser samarbeidet og ga oss et løft. Et håp og en tro på at ting går bra likevel. Da kunne vi også fått en koselig kveld.»

Gina, mamma

I mange tilfeller får laget rundt eleven til gode samarbeid, men i saker som omhandler skolefravær viser erfaring at det kan oppstå gnisninger. Dette kan handle om at skole eller foreldre/elev har urealistiske forventninger til hverandre, mangler en felles forståelse av eleven, eller en generell opplevelse av ikke å lykkes.

Tiltak som kan bidra til et godt samarbeid

- Roller i arbeidslaget:
 - o Et stort arbeidslag med mange aktører kan oppleves utrygt for eleven. Ta aktivt stilling til hvem som skal inngå i laget rundt eleven, hvem som skal delta i møtene og hvem som bringer elevens stemme inn i arbeidslaget dersom eleven ikke ønsker/mestrer å møte selv. Alle deltakerne må ha en definert rolle.
- Forventningsavklaringer:
 - o Skolens forventninger kan være for høye eller for lave, eller det kan signaliseres ulike forventninger fra ulike lærere.
 - o Foreldres tanker og forventninger til skole kan være preget av hvordan de tidligere har blitt hørt og møtt i grunnskole.
 - o Elevenes tanker og forventninger kan bære preg av tidligere vonde erfaringer selv om de er positive til en ny start i videregående skole.
 - o Forventninger fra og til eksterne aktører kan være preget av uavklarte roller eller manglende kunnskap om hverandres handlingsrom.
- Anerkjenne at skole, hjem og eksterne aktører kan se ulike sider ved en elev og at dette handler om forskjeller i elevens toleransevidu på hjemmebane og i skolemiljøet. Begge deler er nyttig informasjon som vil gi et helhetsbilde av elevens fungering.
- Faste/jevnlige samarbeidsmøter også i perioder med sammenhengende fravær.
- Skap et trygt klima i møtene slik at det blir rom for både å luften frustrasjon og dele gleder.
- Anerkjenne foreldres innsats og opplevelse av at dette er vanskelig – gi informasjon om aktuelle støtteinstanser dersom det er ønskelig.
- Koble på aktuelle støttespillere i elevens familie/nærmiljø.
- Sørg for at elev og foreldre har samme informasjon, eksempelvis gjennom å gi foreldre tilgang til digitale plattformer, sende ukesrapport eller lignende.

Relevante aktører i laget rundt eleven

Kontaktlærer er ofte den som har oversikt over samlet fravær og som først får kjennskap til bekymringer rundt elevens oppmøte. Det anbefales at bekymringsfullt fravær raskt varsles videre til avdelingsleder/rådgiver/fraværs-/IKO-ansvarlig, parallelt med at det settes inn tiltak. Hvor raskt arbeidslaget utvides avhenger av omfanget av fraværet, lærerens relasjon til eleven og om det foreligger informasjon som gir grunn til bekymring for elevens fysiske, psykiske helse, eller omsorgssituasjon.

Andre aktører på skolen	Mulige bidrag i nærværsarbeidet
Faglærere	<ul style="list-style-type: none"> • Ha informasjon om elevens faglige nivå i sitt fag, tilpasse mengde og nivå og snakke med elev og foreldre om hva som skal til for å bestå faget.
Miljøarbeider	<ul style="list-style-type: none"> • Være en trygg tilgjengelig voksen, møte elever ved skolestart, følge i overganger, kontakte elever som blir fraværende.
Rådgiver (spesialpedagog, karriereveileder)	<ul style="list-style-type: none"> • Skreddersy timeplan, informere om ulike veier gjennom videregående opplæring, være bindeledd til eksterne aktører, gi karriereveiledning.
Avdelingsleder/elevtjenesteleder	<ul style="list-style-type: none"> • Oversikt over tilgjengelig personalressurs og mulighetene for å sette inn ekstra støtte faglig og/eller sosialt.
IKO-ansvarlig	<ul style="list-style-type: none"> • Ha oversikt over bekymringsmeldinger og elever som har tiltak knyttet til fravær.

Relevante eksterne aktører	Mulige bidrag i nærværsarbeidet
PPT	<ul style="list-style-type: none"> • Undersøke læringsmiljø. • Støtte og veiledning til laget rundt eleven. • Bidra til å identifisere faktorer som vanskeliggjør samarbeid. • Utredning og sakkyndig vurdering av behovet for individuelt tilrettelagt opplæring
Skolehelsetjenesten	<ul style="list-style-type: none"> • Samtale for å avdekke helsemessige utfordringer. • Bidra i kartleggings- og oppfølgingsarbeid. • Samarbeid med skole på gruppe-/klasse-/individnivå.
Fastlege	<ul style="list-style-type: none"> • Oppfølging av somatiske tilstander og psykisk helse. • Henvi videre til spesialisthelsetjeneste. • Vurdering og dokumentasjon av elevens helsemessige kapasitet til å motta opplæring.
BUP/DPS	<ul style="list-style-type: none"> • Utredning og behandling for eventuelle psykiske lidelser. • Nødvendig vurdering og dokumentasjon av elevens helsemessige kapasitet til å motta opplæring.
HABU/habiliteringstjenesten for voksne	<ul style="list-style-type: none"> • Veiledning og utredning når det er mistanke om generelle lære vansker, autismespektervansker eller andre utviklingsmessige utfordringer.
Kommunale støtteinstanser som familiesentre/barne- og familietjenester, helse- og velferdskontor	<ul style="list-style-type: none"> • Støtte og veiledning til hjemmet i en krevende situasjon. • Sørge for at eleven får nødvendig hjelp og omsorg. • Koordinering av tjenester fra ulike instanser.
Oppfølgingstjenesten	<ul style="list-style-type: none"> • Tilby ungdommen kompetansecfremmende tiltak. • Inngå i sluttforebyggende arbeid ved skolene. • Initiere kontakt med NAV.
NAV	<ul style="list-style-type: none"> • Bidra med opplysning, råd og veiledning. • Tiltak og virkemidler som bidrar til fortsatt opplæring eller tilbakeføring til opplæring. • Stønader og hjelpemidler. • Finne egnet arbeidspraksis for ungdommer under 18 år i samarbeid med OT.



STAY TRUE



IDENTIFISERING

Alle voksne på skolen har et ansvar for å identifisere bekymringsfullt nærvær og begynnende fravær hos elever. Kontaktlærer og faglærere identifiserer og fører fravær i sitt fag. Ansatte som beveger seg i skolemiljøet vil se elever som oppholder seg mye utenfor klasserommet eller som faller utenfor fellesskapet i friminutt. Et totalt fravær (at eleven slutter helt å møte på skolen) er ofte resultatet av en lang prosess, der eleven over tid har vist tegn til at oppmøte på skolen er vanskelig. Tidlig identifisering og innsats kan derfor forebygge utviklingen av fravær og frafall i videregående skole.

Hva bør vi identifisere (se tabell):

Risikofaktorer: Faktorer som gir økt risiko for å utvikle bekymringsfullt fravær. Risikofaktorer kan være knyttet til både eleven selv og elevens omgivelser.

Bekymringsfullt nærvær: Atferd som gjør at vi blir bekymret for elevens faglige utbytte og trivsel, selv om eleven er fysisk til stede i klasserommet eller på skolens område.

Bekymringsfullt fravær: Elever som uteblir fra undervisning i enkelttimer, enkeltdager eller sammenhengende i lengre perioder.

HVORDAN IDENTIFISERE BEKYMINGSFULLT FRAVÆR

- Via dokumentasjon fra grunnskolen og overføringsmøter før skolestart
- Gjennomgang av skjema med informasjon om behov mottakende skole bør vite om
- Gjennom oppstartsamtale med kontaktlærer
- Ved at miljøpersonell, helsesykepleier, faglærere eller andre voksne på skolen varsler bekymring til kontaktlærer/avdelingsleder/rådgiver/IKO-ansvarlig
- Gjennom å ha bekymringsfullt nærvær og fravær som fast punkt i klasselærerråd, elevtjenestemøter, IKO-møter eller lignende
- Fraværstøring hver dag
- Kontaktlærer eller fraværansvarlig går gjennom fravær ukentlig

BEKYMINGSDELING

Hvis tidlig identifisering og bekymring skal føre til handling og tidlig innsats, er det avgjørende at den som eier bekymringen raskt tenker gjennom arbeidshjulet og deler bekymringen med andre som kjenner eleven på skolen. Skolen skal ha et system for å melde bekymring videre innad på skolen.

FØRING AV FRAVÆR

Det viktigste verktøyet skolen har for å avdekke et bekymringsfullt fravær underveis i skoleåret er å føre fravær på en systematisk måte. Å føre fravær bidrar til å identifisere elever som strever med oppmøte på skolen og som har behov for hjelp og støtte til gjennomføring.

Bruk av fraværstatistikk

Når fravær føres konsekvent, kan statistikken brukes på flere nivå.

Skolenivå: Identifisere trender/utvikling på skolenivå, og sette overordnede mål for skolens virksomhet ut fra dette.

Klassenivå: Finner vi mønster i fravær på klassenivå er det naturlig å se på skolens og lærerens organisering av undervisningen.

Individnivå: På individnivå kan vi se etter mønster i enkeltelevens fravær. Er det mer fravær i enkelte fag enn i andre, er det mer fravær enkelte dager i uken eller spesielle tidspunkt på dagen?

Risikofaktorer	Bekymringsfullt nærvær	Bekymringsfullt fravær
<p>Risikofaktorer knyttet til elevens omgivelser:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mobbing og utestenging Opplevelse av at skolemiljøet er utrygt (Noen fag og aktiviteter kan oppleves mer uforutsigbart enn i andre. Dette kan for eks. gjelde kroppsøving eller timer hvor klassen blir slått sammen med andre klasser) Hyppige flyttinger (Brudd i skolegang og faglig opplæring gir redusert mestring og brutte sosiale relasjoner) Fattigdom Psykiske lidelser i familien Begrenset oppfølging i hjemmet Bor/har bodd i barnevernsinstitusjon <p>Risikofaktorer knyttet til elev:</p> <ul style="list-style-type: none"> Psykiske vansker eller lidelser som angst og depresjon Fagvansker Sosiale vansker Tilknytningsvansker Nevroutviklingsforstyrrelser som autisme, ADHD og Tourettes syndrom Manglende tilhørighet/elevidentitet <p>Risiko ved inntak:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tatt inn på primærønsket og karaktersnitt $\leq 2,5$ Tatt inn på lavere ønske og karaktersnitt ≤ 3 Fravær < 6 prosent i grunnskolen 	<p>Forsentkomming og sporadisk fravær</p> <p>Er veldig innadventd eller sjenert i opplæringen</p> <p>Er utrygg ved skolestart eller etter ferie eller sykdom</p> <p>Snakker aldri høyt i klassen</p> <p>Snakker ikke med voksne eller medelever, kun med utvalgte.</p> <p>Viser motstand mot å være i fellesskapet i friminutt</p> <p>Har ofte fysiske plager</p> <p>Gir uttrykk, verbalt eller nonverbalt, for nedstemthet, redsel generelt eller knyttet til visse situasjoner på skolen</p> <p>Trekker seg tilbake fra samspill med andre</p> <p>Viser utagerende atferd</p> <p>Viser motstand mot å delta eller forsøker å unngå enkelte fag, situasjoner eller aktiviteter på skolen</p> <p>Ringer ofte hjem eller ønsker å gå hjem i løpet av skoledagen</p> <p>Oppholder seg på skolen, men deltar ikke i opplæring ("Vandrer", er på do, i gangen osv.)</p>	<p>Uvarslet skolefravær</p> <p>Gjentakende varslet skolefravær</p> <p>Gjentakende mønster i fravær</p> <p>Fravær i enkelttimer</p> <p>Fravær på faste dager</p>

KARTLEGGING

“Det er når risikofaktorer overstiger beskyttelsesfaktorer at fravær kan oppstå.”

Havik (2021)

Årsakene til fravær kan være sammensatte og etter hvert som tiden går blir årsakssammenhengene gjerne mer komplekse. Ofte sitter elev, foreldre, lærere, miljøpersonell, skolehelsetjeneste og/eller PPT på biter av informasjon som må pusles sammen for å få god oversikt over situasjonen og en helhetlig forståelse av eleven. Hovedmålet med kartlegging og informasjonsinnhenting er alltid å finne svar på hva laget rundt eleven kan gjøre for å hjelpe eleven tilbake til skolen eller inn i annen meningsfull aktivitet. Kartlegging skal hjelpe oss videre i prosessen og ikke være til hinder for å sette i gang tiltak tidlig.

HVA TRENGER VI Å VITE NOE OM?

Nærværsfaktorer eller beskyttende faktorer er ressurser i elev eller omgivelsene som øker sjansen for at eleven når sine mål.

En utløsende faktor er en situasjon eller hendelse som har direkte sammenheng med elevens nyoppståtte fravær. Noen ganger vil skolen kunne sette inn tiltak som fjerner den utløsende faktoren og problemet kan løses raskt.



Dersom eleven blir borte fra skolen i en lengre periode kan det utvikle seg en eller flere **oppretholdende faktorer** selv om den utløsende faktoren er borte. (Eksempelvis at en elev har blitt frisk igjen etter lang tids sykdom). Da er det de oppretholdende faktorene tiltakene må rettes mot. Ofte blir fravær i seg selv den største oppretholdende faktor for videre fravær.

Eksempler på utløsende faktorer	Eksempler på oppretholdende faktorer	Eksempler på nærværsfaktorer
<ul style="list-style-type: none"> • Konflikt i vennegjengen. • Hendelse på fritiden/i sosiale medier. • Tap av venner. • Dødsfall eller sykdom i familie. • Vansker med å håndtere overgang fra grunnskole til videregående skole. • Bytte av kontaktlærer eller fravær blant de trygge voksne eleven har relasjon til på skolen. • Utrygghet knyttet til spesifikke situasjoner som muntlige presentasjoner, garderobesituasjoner, samhandling med enkelte voksne eller medelever, gruppearbeid eller pauser. • Akutt eller langvarig sykdom hos elev (somatisk eller psykisk). • Flytting til et nytt sted eller til barneverninstitusjon. 	<ul style="list-style-type: none"> • Faktorer knyttet til skolemiljøet som mobbing og utestenging. • Eleven engster seg for hva medelever vil si og spørre om når de er tilbake, og hvordan de skal svare på dette. • Eleven tror hen har havnet bakpå faglig. • Eleven er redd for å skille seg ut dersom tiltak som settes inn blir synlige for medelever. • Eleven kan være engstelig for å slippe kontrollen hjemme/ over egen hverdag. • Lite støtte hjemmefra til å møte krav som skolen stiller. • Noen elever med langvarig fravær opplever å snu døgnet gjennom at de f.eks. spiller utover natten, sover lenge på dagen osv. • Eleven mister kontakt med medelever, blir sosialt isolert eller får «feil» venner utenfor skolemiljøet. • Eleven mister sosial læring og kan oppleve at han/hun mangler strategier for å møte stress og kravsituasjoner, uforutsigbarhet, sosiale situasjoner og emosjonelt ubehag. 	<ul style="list-style-type: none"> • Støtte fra familie og venner. • Eleven kjenner til sine ressurser og styrker. • Ungdommen har identitet som skoleelev. • Ungdommen har forventninger til seg selv om at hen vil klare å fullføre videregående opplæring. • God relasjon til en eller flere voksne på skolen. • Skolen er en betydningsfull sosial arena for eleven. • Eleven blir sett og etterspurt av voksne og medelever fra første dag. • Skolen oppleves trygg og opplæringstilbudet er godt tilrettelagt. • Eleven har mestringsopplevelser knyttet til skole.

Faktorene kan være knyttet til både individet og miljøet rundt. I tråd med et helhetlig syn på bekymringsfullt skolefravær bør kartleggingen være bred og dekke mange områder i elevens liv.



HVORDAN FÅ FREM ELEVENS STEMME

“Barnet har rett til å si sin mening
i alt som vedrører det og barnets meninger skal tillegges vekt.”

FN's barnekonvensjon, artikkel 12

Den som har best kjennskap til, og relasjon til eleven bør gjennomføre kartleggingsamtaler for å få frem elevens stemme. Kartlegging kan gjennomføres mens eleven gjør en aktivitet som får hen til å slappe av og føle seg trygg. Kanskje får vi flere svar hvis eleven gamer under samtalen, eller vi går en tur sammen med eleven. Spørsmål kan gjerne sendes til elever i forkant slik at de kan forberede seg sammen med foresatte, skrive ned stikkord e.l. For tips til hvordan en samtale kan forberedes og gjennomføres, se “den vanskelige samtalen” i Veileder for psykisk helse og læring (PPT i Trøndelag, 2022).

Start samtalen med å vis til det bekymringsfulle nærværet/fraværet og si at du ønsker å forstå hva som ligger bak for å kunne hjelpe eleven på best mulig måte. Bruk de spørsmålene som oppleves relevante.

Elevens tanker om fraværet

- Hvilke tanker har du gjort deg om fraværet?
- Har du tenkt på hva som er grunnen til at det er vanskelig å være på skolen?

Fritid og venner

- Hva bruker du fritiden din til?
- Har du venner du er sammen med på fritiden?
- Vet du om flere her på skolen som driver med det samme som deg på fritiden?

Tidligere skoleerfaringer

- Hvordan likte du deg på den forrige skolen du gikk på?
- Hendte det at du var mye borte fra skolen? Dersom du var mye borte, kan du si noe om hva som var grunnen til det?

Behov for tilrettelegging

- Hadde du noen form for tilrettelegging på grunnskolen? (F.eks. muntlig, skriftlig, utvidet tid på prøver/innleveringer). Ønsker du at disse skal videreføres i videregående opplæring?
- Er det noe du ønsker at skolen skal ta spesielt hensyn til? (F.eks. allergier, fysisk/psykisk sykdom, andre forhold?)
- Trenger du spesiell tilrettelegging i enkeltfag?

Trivsel og mestring

- Hvordan har det vært å begynne på denne skolen?
- Har du venner på skolen/i klassen?
- Er det noe du synes er spesielt bra på skolen? Hvilke fag, situasjoner eller aktiviteter på skolen liker du best?
- Hvilke lærere eller andre voksne på skolen har du et godt forhold til?
- Opplever du å ha oversikt over skoleuka og arbeidsoppgavene? (Hvilke lærere som har de ulike timene, hvor klasserommet er, hvor timeplaner og arbeidsoppgaver blir lagt ut, hvem du kan gå til dersom du har behov for noen å prate med o.l.)
- Er det noe du synes er spesielt vanskelig på skolen?
- Er det elever, lærere eller andre voksne du har et dårlig forhold til?
- Har du, eller andre du vet om opplevd å bli mobbet på skolen?
- Er det aktiviteter, fag eller situasjoner du opplever som vanskelige eller ubehagelige? (Lese høyt, svare på spørsmål, ha prøver, ha kroppsøving, gruppearbeid, snakke med voksne, be om hjelp, bruke toalettet, spise i kantina, dra hjemmefra om morgenen, skoleveien, «annerledesdager», ha vikar osv.)
 - o Hvilke følelser får du i disse situasjonene. Er det noe som gjør deg trist, flau, redd, nervøs, engstelig eller sint?

Andre ting

- Har du andre bekymringer, eller har du opplevd noe utenfor skolesituasjonen som du er opptatt av?
- Er du aktiv på sosiale medier eller driver med spill/gaming?
- Sover du godt?
- Har du et normalt kosthold?
- Drikker du alkohol eller bruker andre rusmidler?
- Opplever du at du har god/dårlig økonomi?

Motivasjon

- Hva har du lyst til å gjøre etter videregående opplæring? Hva er grunnen til at du vil nettopp dette?
- Er det noe du har mer lyst til å jobbe med enn andre ting?
- Ønsker du deg mer veiledning i yrkesvalg?

Nærværsfaktorer og positive følelser

- Husker du noen situasjoner hvor du har klart å møte på skolen eller deltatt i aktiviteter som du vanligvis har vansker med å delta i?
 - o Hva gjorde at det likevel gikk bra?
- Hva gjør at du har det bra?
- Hva slags aktiviteter gjør at du glemmer tiden?
- Hvem får deg til å slappe av, og hvorfor?
- Hvilke aktiviteter og oppgaver opplever du som meningsfulle?
- Er det noe du opplever at du får til i skolesammenheng eller på fritiden?

Dersom eleven har et begrenset språk, prater lite eller har behov for mer konkretisering kan lærer/miljøpersonell, i samarbeid med PPT, ta i bruk kartleggingsverktøy spesielt laget for å hente frem elevenes stemme. Noen eksempler er kartleggingsverktøyene «Sånn vil jeg ha det» (Statped, 2023) og «IVAS» (Statped, 2023).

Alternativer til samtale direkte med elev

Enkelte ganger er vi ikke i posisjon til få frem elevens stemme gjennom samtale eller ved at eleven selv deltar i møter o.l. Dette kan blant annet handle om at ungdommen

- Synes det er utfordrende å møte nye voksne eller har negative erfaringer med å snakke med voksne "hjelpere".
- Er lei av møter som omhandler skolefravær.
- Synes det er krevende å føre en samtale hvor det forventes blikkontakt og de har alt fokus rettet mot seg.
- Ikke har svarene eller ikke har tilstrekkelig informasjon til å ta informerte valg.

Gode alternativer kan være

- Skriftlig kommunikasjon med eleven, gjennom sms eller brev.
- Eleven skriver ned det de ønsker å formidle i møtet på forhånd. Foreldre eller en annen person i laget rundt elven som eleven har tillit til kommuniserer med hen før og etter møter.
- En ansatt ved skolen bygger tillit til ungdommen med mål om å kunne fungere som elevens stemme inn i arbeidslaget.

SAMTALE MED FORELDRE

Vi må ha forståelse for at dynamikken som har utviklet seg mellom foreldre og elev, og mellom hjem og skole, kan være preget av at de har stått i tøffe kamper på vegne av sitt barn. Mange foreldre har opplevd å bli mistenkeliggjort, eller fått råd av fagfolk som har gjort vondt verre. Ofte har foreldre god innsikt i elevens behov og ønsker. Listen under kan fungere som en sjekkliste for samtale/møter med foreldre.

Sjekkliste for informasjon fra foresatte

- Foresattes opplevelse av elevens generelle trivsel på skolen og i fritiden.
- Foresattes beskrivelse og forståelse av elevens vansker.
- Hva tenker foresatte er årsakssammenhengene bak skolefraværet.
- Bli eleven plaget eller mobbet på skolen, skolevegen eller i fritida?
- Beskrivelse av eventuell vegringsatferd i hjemmet (er det vanskelig å få eleven til å gjøre seg klar til å gå til skolen om morgenen, har eleven fysiske plager i forbindelse med krav om skoleoppmøte, men er ellers frisk?)
- Hva skjer når eleven har fravær?
- Helsemessige forhold av betydning for elevens fungering og fravær (eventuell sykdomshistorikk, søvn/døgnrytme, matlyst).
- Har det skjedd plutselige endringer eller belastninger i familien? (Skilsmisse, flytting, søsken, sykdom osv.)
- Enkelt situasjoner der eleven klarer å møte på skolen eller delta i aktiviteter som hen vanligvis har vansker med å delta i. Hva gjorde at det likevel gikk bra?
- Foresattes oppfølging av skole og skoleoppmøte.
- Eventuelle andre instanser som er i kontakt med familien.
- Eventuelle andre støttespillere i familiens nettverk.
- Hvilke tiltak er forsøkt hjemme, og hvordan har disse fungert? (Morgenrutiner, bytte av rolle mellom foresatte, samtale med eleven).
- Foresattes ønsker og mål for elevens framtidige fungering.

KARTLEGGING OG INFORMASJONSINNHEITING PÅ SKOLEN

Sjekk gjerne ut bekymringen med kollegaer og etterspør papirer (eksempelvis tidligere sakkyndige vurderinger) som elevtjenesten eller avgiverskole har tilgang til. Elever med bekymringsfullt nærvær og begynnende fravær bør tas opp i klasselærerråd, IKO-møter, elevtjenestemøter o.l.

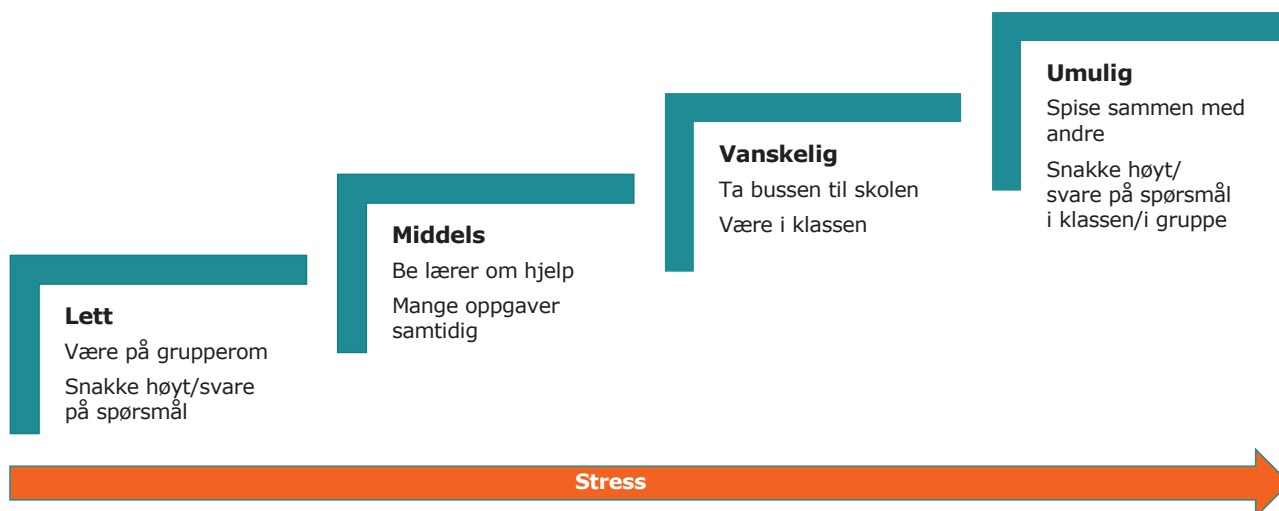
Sjekkliste kartlegging av skolesituasjonen

- Fravær og vegringsatferd hos eleven: varighet og hyppighet av fravær, fraværsmønster, hele dager/ enkelttimer, fravær knytta til fag, situasjoner, personer, aktiviteter.
- Bekymringsfullt nærvær. Forsøker eleven å unngå fag, situasjoner, personer eller aktiviteter?
- Mistanke om at eleven blir mobbet på skolen, skolevegen i fritida eller i sosiale medier.
- Fag/områder der eleven viser trivsel og positiv mestring.
- Faglig nivå og eventuelle vansker.
- Resultater fra kartleggingsprøver gjennomført av skole eller PPT.
- Hvilke tiltak/tilrettelegging er prøvd ut på skolen, og hvordan har de fungert?
- Er det prøvd ut sosiale tiltak for eleven på skolen?
- Hvilke viktige relasjoner har eleven til jevnaldrende på skolen?
- Hvilke viktige voksenrelasjoner har eleven på skolen og hvordan fungerer disse?
- Hvordan er skoledagen organisert, strukturert og forutsigbar for eleven?
- Har eleven kontakt med rådgiver, miljøveileder, helsesykepleier, PPT eller andre støttefunksjoner på skolen?
- Har eleven kontakt med eksternt hjelpeapparat, som BFT, BUP eller andre?
- Hvilke tiltak er satt i gang i skole-hjemsamarbeidet, og hvordan har de fungert?
- Hvor hyppig og på hvilken måte har skolen kontakt med eleven og foresatte under og etter fravær?
- Hvordan er oppgaver og ansvar fordelt på skolen?

Kartlegging av læringsmiljø

Sosiometrisk kartlegging er en metode som søker å gi informasjon om relasjonene i en elevgruppe. Sosiometrisk kartlegging kan identifisere hvilken struktur relasjonene mellom elevene i klassen har. Metoden avdekker grupperinger av elever, elever som står utenfor klassefellesskapet, den enkelte elevs popularitet og hvilke elever som har en maktposisjon i klassen. Informasjon fra kartleggingen kan benyttes i tiltaksarbeid. Les mer om psykometrisk kartlegging her:

<https://www.uis.no/nb/laringsmiljosenteret/sosialt-sarbare-barn-i-skolen>



En skolehverdag som består av mange aktiviteter som oppleves umulig eller vanskelig kan føre til fravær. Noen ganger må vi redusere aktiviteter som oppleves vanskelig, andre ganger må vi støtte eleven til å stå i det vanskelige.

KARTLEGGING AV STRESS

Med toleransevindummodellen som forståelsesramme, blir kartlegging av stressorer ekstra viktig. Dersom eleven til stadighet blir stilt krav til som overgår elevens forutsetninger, vil dette føre til negativt stress. Høyt stressnivå over lang tid kan føre til oppmerksomhetsvansker og redusert kognitiv kapasitet og diffuse plager. Sistnevnte er en hyppigere årsak til fravær enn konkret sykdom (Havik, 2021).

Angst- og stressreaksjoner kan kartlegges på flere måter. En enkel metode er å skrive opp mulige stressorer, og vanlige aktiviteter og situasjoner i skolehverdagen på lapper. Eleven rangerer disse på en skala fra 1-6 eller legger dem på en trapp, slik illustrert under. Velg utsagn/stressorer du tror er relevant for eleven.

Tips til stressorer som kan føres opp på lappene:

Fag	Ulike fellesfag og programfag Kroppsøving: Inne- vs. ute, dusje/være i garderoben/være i gymsalen sammen med andre m.m. Aktivitetsdager/"annerledesdager"
Organisering	Manglende struktur/forutsigbarhet Brudd på rutiner/endring av planer Nye omgivelser Ny lærer/vikar Å ikke ha fast plass i klasserommet Være i større eller mindre gruppe
Arbeids- og vurderingsformer	Være i læringsareal/ på grupperom/eget rom Jobbe med oppgaver i klassen/på gruppe/alene Ha prøver i læringsareal/på grupperom/eget rom Snakke høyt/svare på spørsmål i klassen/i gruppe/alene med lærer Konkurranser (for eksempel Kahoot) Be lærer om hjelp Lytte til lærer som underviser Undervisningsopplegg på tvers av klasser/trinn Skrive for hånd/på PC Gjøre feil/mislykkes Oppgaver: for enkle/ for vanskelige/flere på en gang Tidspress/"masing"/bli forhindret i å fullføre en oppgave Å måtte planlegge/prioritere
Sosiale vansker	Ta buss/gå/sykle/bli kjørt til/fra skolen Komme inn på skolens område Være i kantina/fellesareal/uteområde i pauser Spise sammen med andre Bruke skolens toalett Mange/nye folk Småprat/ustrukturert prat Fleip/sarkasme/ironi Indirekte eller upresis tale Tvetydigheter/metaforer/analogier Kritikk/ros
Oversensitivitet	Lyd/lukt/lys/berøring Temperatur Mange samtidige inntrykk
Annet	Lærere/medelever Konflikter/krenkelses/mobbing

Listen er inspirert av kartleggingsverktøy som «Kartlegging av stress», utviklet av psykologspesialist Kari Steindal ved Nasjonalt kompetansesenter for autisme, og IVAS (kategori stress), et verktøy utviklet av SPISS/statped (se elevens stemme).

OPPFØLGING OG EVALUERING

“Elever med stort bekymringsfullt fravær er den elevgruppa som er mest krevende å jobbe med. Samtidig er det den gruppa det er mest spennende å jobbe med også, fordi det er så givende når vi får det til.”

Rådgiver, videregående skole i Trøndelag

I denne delen beskrives tiltak som ifølge forskning og erfaring som kan bidra til at vi lykkes i oppfølging av bekymringsfullt fravær.

VALG AV MÅL OG TILTAK

Når vi har kartlagt, «analyseres» informasjonen ved å stille noen viktige spørsmål:

- Hva vet vi om nærværsfaktorer og elevens styrker og ressurser?
- Hva vet vi om utløsende og opprettholdende faktorer?
- Hva kan vi som er i laget rundt eleven gjøre noe med?
- Hva kan vi ikke gjøre noe med?
- Hva kan eventuelt andre aktører gjøre noe med?
- Kan vi sette gode mål og finne virksomme tiltak i tråd med elevens forutsetninger og ønsker med den informasjonen vi har tilgjengelig?
 - Hva er viktig for eleven?
 - Fullføre faget med best mulig karakter eller bestå?
 - Relasjon til medelever?
 - Å kjenne på mestring og glede ved å være på skolen?
 - Hva er realistisk startpunkt?
 - Har eleven mistet så mye undervisning at det vil være vanskelig å hoppe inn i et ordinært løp uten å fylle faglige hull?
 - Har eleven generelle eller spesifikke fagvansker som gjør at det ikke er realistisk å følge ordinære kompetansemål?
- Hvordan skal vi innhente informasjonen vi eventuelt mangler, og hvem bør gjøre det?

Svarene brukes til å sette motiverende mål og delmål for den enkelte elev. Å ha mål og realistiske delmål hjelper oss med å finne riktige tiltak.

FORSLAG TIL TILTAK

I arbeidshjulet står det at alle aktører i arbeidslaget, inkludert eleven selv, skal få oppgaver. Det betyr at både elev og laget rundt må spørre seg selv: Hva kan jeg/vi gjøre for å bidra til at målene nås? Tiltakslistene under kan tas med inn i møter slik at elev og laget rundt kan velge passende tiltak sammen.

Overganger

For elever som strever med oppmøte på skolen kan overgangen mellom ferie og hverdag, helg og uke, og oppmøte etter sykdom være krevende. Det samme er overgangen mellom ulike trinn hvor det blir nye klassesammensetninger og nye lærere.



Tiltak for å sikre gode overganger kan være:

- Noen fra skolen sender eleven sms før første skoledag etter ferier o.l. for å si at de gleder seg til å se eleven.
- Oversikt over innholdet i første skoledag sendes til elev og foreldre.
- Elev får en samtale med kontaktlærer etter sykefravær for å høre hva som har blitt gått gjennom mens eleven har vært syk. For noen er det viktig å få koble seg på igjen der klassen er, mens andre ønsker å ta igjen det tapte.
- La elever treffe ny kontaktlærer, nye faglærere eller veileder før overgangen til vg2/vg3/læretid/praksis i bedrift.

Mange trenger også å bli ivaretatt i de små overgangene i løpet av en skoledag. Elever med høyt stressnivå får ikke alltid med seg beskjeder og strever med å holde oversikt over hva som skal skje og hvor de skal være. Overganger og pauser kan oppleves kaotisk, støyende og uoversiktlig, noe som kan føre til at elever går hjem.

Tiltak for å skape gode "mikrooverganger" kan være:

- Ha tilgjengelig og synlig miljøpersonell i gangene ved skolestart og friminutt.
- Øve sammen med elev på ruten mellom ulike klasserom når det ikke er andre elever tilstede på skolen.
- Avtale om å kunne sende sms til en lærer, miljøveileder eller rådgiver ved behov.
- Voksen på skolen gjør avtale om å treffe eleven i friminutt/fritimer.
- Etablere et skjermet sted på skolen hvor det alltid er miljøpersonell til stede før og etter skoleslutt og i lunsjpauser.

Tiltak når skolefravær er kjent før skolestart

- Gjennomfør overføringsmøte mellom videregående skole og avgiverskole.
- Tilby omvisning i skolebygget før skolestart.

- La eleven hilse på kontaktlærer og eventuelt miljøpersonell før skolestart.
- Gi god informasjon om de første skoledagene.
- Spør eleven hvilke bli-kjent-aktiviteter/sosiale happeninger eleven liker og mestrer. Og hva som eventuelt skal til for å mestre hele eller deler av planlagte aktiviteter
- Lag visuell plan for første uka.
- Se dem som den eleven de ønsker å være: Ta utgangspunkt i at eleven har et ønske om å være på skolen, og å være en "god" elev. Gjennom å vise eleven at vi "ser" elevens potensial, bygger vi ungdommens elevidentitet.

Intensive tiltak ved nyoppstått fravær

Ved nyoppstått fravær kan det være behov for intensive tiltak i en avgrenset periode. Eksempel på slike tiltak kan være:

- Elev vekkes av ansatt på skolen via telefon. (For noen er det å høre en positiv stemme ved vekking det som skal til for å greie å møte på skolen.)
- Elev hentes hjemme av ansatt på skolen.
- Eleven bli møtt i døra og fulgt til klasserommet.
- Avtale om at rådgiver/miljøpersonell/kontaktlærer sjekker daglig om eleven er kommet til skolen/ befinner seg på skolens areal og tar kontakt med elev/foresatte ved fravær.
- Daglig kontakt mellom skole og hjem.
- Konkrete avtaler fra dag til dag, for eksempel avtale om å spise frokost med miljøveileder, ta en kopp te inne hos rådgiver i lunsjen o.l.
- Bli enig med elev om tilpasset informasjon som kan gis til klassen.

Tiltak som fremmer faglig mestring

- Tilpasset arbeidsmengde.
- Tilpassede oppgaver som sikrer faglig mestring underveis.
- Timer med faglærer for å oppdatere eleven faglig før elev loses inn i full klasse og undervisning igjen.
- Hjelp til å prioritere arbeidsoppgaver
 - o Hva er MÅ-oppgaver for å sikre vurdering
 - o Hva kan gjøres hjemme og hva må eleven gjennomføre på skolen

Forutsigbarhet og struktur

Når dager og aktiviteter har struktur og er forutsigbare vil eleven bruke mindre mental kapasitet, både i forkant og underveis. Dette er særlig viktig for elever med skolefravær, da de som regel har brukt mye energi både på å gruble i forkant, på å komme seg til skolen og på å være til stede. Statped har utviklet en liste de kaller de 7 H'er som skal bidra til struktur og oversikt for elever.

De 7 H'er:

- Hva skal jeg gjøre?
- Hvor skal jeg være?
- Hvorfor skal jeg gjøre det?
- Hvem skal jeg være sammen med?
- Hvordan gjør jeg det?
- Hvor lenge gjør jeg det?
- Hva skal jeg gjøre etterpå?

Svar på disse spørsmålene formidles til eleven gjennom faste samtaler, en sms dagen før oppmøte, en ukeplan/dagsplan eller gjennom informasjon til foreldre.

EKSEMPEL:

fra en videregående skole i Trøndelag:

1. Rådgiveren undersøker med elevens faglærere - hva trengs akkurat nå (oppmøte og innleveringer) for at denne eleven skal få vurdering? Kan arbeidsmengden reduseres i en periode?
2. Rådgiver og eleven lager timeplan for ca to uker sammen. Alle gjøremål knyttet til både skole og fritid føres opp: Undervisning, prøver, innleveringer - når skal eleven jobbe med hva?
3. Det lages en dagsplan fra 8.00-23.00 - når skal eleven stå opp, når må eleven ta bussen, når skal eleven være på skolen, når skal det jobbes med innlevering/øve til prøve. "Fri med god samvittighet" føres opp som et viktig punkt.

Karriereveiledning og skreddersøm

Feilvalg øker risiko for frafall i videregående skole. Karriereveiledning er derfor av stor betydning.

Ny opplæringslov gir flere muligheter til omvalg, og rom for å bruke lenger tid på å fullføre videregående opplæring. «Skreddersømmen», det å tilpasse opplæringsløpet til den enkelte elev, trekkes frem av ansatte i skolen som en avgjørende faktor for å lykkes med gjennomføring.

Det kan være vanskelig for elever og foreldre å se for seg hvordan skoleløpet kan tilrettelegges. En idé er derfor å tegne opp en tidslinje mot ulike sluttmaal. Slik at både de vanligste veiene gjennom videregående opplæring, samt muligheter for å bruke lengre tid og eventuelt arbeide med deler av læreplan, blir visualisert.

Rådgivere på skolen og oppfølgingstjenesten har ofte god oversikt, men kan også søke råd og støtte hos ulike seksjoner i avdeling utdanning for å finne mulighetene for den enkelte elev.

Tiltak som kan bidra til et godt læringsmiljø

- Utarbeid klasseregler som bidrar til et trygt læringsmiljø. Reglene bør utformes av elevene selv, under veiledning fra lærer.
- Bruk av læringspartner/VIP makkerskap. Av og til kan det være lurt å være 3 elever i en makkergruppe slik at en ikke må gjøre omrokking når en i makkerparet har fravær.
- Fadderordning kan bidra til en god start på skoleåret og være viktig for å etablere et godt skolemiljø. Nye elever møtes av faddere fra Vg2 og Vg3 den første uka på skolen. Fadderne melder seg frivillig, og får opplæring i ulike aktiviteter de skal lede for at de nye elevene skal bli bedre kjent med hverandre og skolen. Programmet kan inneholde omvisning på skolen, uteaktiviteter, felles måltider og informasjonsøkter med mulighet til å stille spørsmål til fadderne.
- Etablere jente/guttegrupper på tvers av klasser. Tiltaket "Jentesnakk" for jenter i ungdomsalder kan øke jentenes forutsetninger for å skape gode vennerelasjoner. Gode vennerelasjoner er en beskyttende faktor mot senere psykososiale vansker. Jentesnakk kan brukes som et universelt forebyggende tiltak eller rettet mot jenter i risiko, for eksempel jenter med bekymringsfullt fravær. Jentesnakk kan gjennomføres i regi av skolen, evt. i samarbeid med andre instanser ([Jentesnakk - jentegrupper for ungdom | UiT](#)).
- Gjennomfør sosiale aktiviteter som:
 - o Frokostservering.
 - o Felles lunsj i klasserommet med miljøveileder til stede.
 - o Ha "kosetime" (tur, se film eller lignende).

- Regn med elever selv om de er borte (når grupper skal settes sammen, pulter skal omplasseres og ved gjennomføring av sosiale tiltak). Send en direkte invitasjon på sms til eleven du er bekymret for, og elever som har vært borte en periode.

TILTAK I HJEMMET

- Kjøre eleven til skolen.
- Ha positive forventninger til at ungdommen følger avtalt plan.
- Felles tilnærming til eleven og fraværet (uavhengig av felles eller delt bosted).
- Motta støtte og veiledning fra hjelpeinstanser ved behov.
- Fokus på positive opplevelser i perioder hvor skolefravær skaper slitasje og uro i familien.
 - o Gjøre noe hyggelig sammen.
 - o Være fysisk aktive sammen en gang i uken (bra for både søvn, psykisk og fysisk helse).
- Åpenhet med venner og familie.
 - Støtt eleven i å ha en positiv fritid. Oppmuntre ungdommen til å delta på andre sosiale arenaer, som fritidsaktiviteter og kontakt med medelever/venner selv om, og kanskje særlig når oppmøte på skolen blir for vanskelig. Dette kan bidra til å opprettholde funksjon og relasjoner, som igjen kan lette tilbakeføring til skolen.

TILTAK FOR ELEV

Her beskrives tiltak som er knyttet til enkelteleven. Elever vil ofte trenge støtte til å gjennomføre, enten av noen ved skolen, foreldre/foresatte, eller andre hjelpeinstanser.

- Få hjelp til å finne ut hva eleven kan svare om noen spør om fraværet.
- Bidra til å finne gode alternativer til å gå hjem:
 - o Lag klare avtaler om hvordan pauser kan gjennomføres.
 - o Ha et trygt rom på skolen å gå til.
 - o Gå ut av klasserommet, men ha på alarm som viser når det er på tide å gå tilbake.
 - o Ha nummer til miljøpersonell eller rådgiver som kan følge eleven ut av klasserommet ved behov.
 - o Bruke bibliotek, kantina eller andre steder på skolen til skolearbeid.
- Jobbe med gradvis eksponering for ting som oppleves ubehagelig (viktig at eleven selv styrer progresjonen, gjerne i samarbeid med behandlende helsepersonell.)
- Gå til faste samtaler hos helsesykepleier, sosialpedagogisk rådgiver eller annen aktuell hjelper.
- Motta veiledning ang. søvn, kosthold, døgnrytme, sosiale relasjoner, skjermbruk og lignende.
- Delta i utredning/behandling.

EKSEMPLER PÅ OPPFØLGINGSPLANER

For å sikre at alle i arbeidslaget har oversikt, vet hva de skal gjøre og kjenner tilhørighet til et felles prosjekt, er det viktig å sette valgte mål og tiltak inn i en oppfølgingsplan. Videre kartlegging kan være en del av oppfølgingsplanen

Er det snakk om langvarig fraværshistorikk med sammensatte årsaker vil planene rundt eleven bli større og mer omfattende. Det kan være behov for tiltak på flere arenaer samtidig og at tiltakene er koordinert med andre hjelpeinstanser som er i kontakt med ungdommen og familien.

Evaluerings gir mulighet til å justere mål og tiltak og utvide laget ved behov. Første evaluering bør skje innen en-tre uker. Laget rundt eleven må vurdere om arbeidshjulet skal gjennomføres på nytt.

EKSEMPEL:

Problemstilling: Fravær grunnet manglende relasjoner i klassen.

Mål: Eleven skal etablere vennskap i klassen.

Delmål: Eleven skal føle seg trygg på å samarbeide med 1-2 medelever.

Tiltak for å nå delmål:

1. Innføre makkerpar i alle timer og fag.
2. Gjennomføre en sosial aktivitet med klassen:
Brettspill i matpausen mandag og onsdag kommende uke.

Ansvar og organisering: Kontaktlærer har ansvar for å informere alle faglærere, faglærere følger opp at makkerparene holder sammen. Kontaktlærer snakker med elev om hvilken type sosial aktivitet som kan fungere for eleven. Eleven kommer med forslag til brettspill. Miljøveileder setter i gang og deltar i aktiviteten. Evaluering etter en uke.

Kortfattet i referat

En oppfølgingsplan kan være kortfattet i et møtereferat, men bør være konkret og inneholde informasjon om:

- Problemstillingen - hva ønsker vi å oppnå?
- Hvilke tiltak skal prøves ut?
- Hvordan organiserer skolen oppfølgingen?
- Hvem har ansvar for ulike oppgaver?
- Tiltakets varighet?
- Hvordan og hvor hyppig skal tiltaket evalueres?

Trappemetafor

For noen er det en lang vei å gå frem til det overordnede målet. Visualisering med en trappemetafor kan gjøre at prosjektet føles mer oversiktlig og håndterbart og det blir enklere å se fremgang. Passende delmål kan fylles ut etter hvert.

Delmål:

Få trygg relasjon til en miljøveileder

Tiltak:
Motta melding med bilde.

Møte miljøveileder (et?) annet sted enn på skolen.

Delmål:

Møte miljøveileder på skolen, starte med faglig aktivitet

Tiltak:
Gjøre konkret avtale om når, hvor og hvor lenge.
Starte med lystbetont fag.

Bestefar kjører elev til skolen

Delmål:

Treffe medelever

Tiltak:
Lærer avtaler treffpunkt med makkereløver.

Elev kommer med forslag til ønsket aktivitet.

Mål:

Delta i klasseromsundervisning

Tiltak:
Informere medelever.

Se klasserom i forkant og finne fast sted å sitte.

Motta informasjon offi 7 H (hvem, hvor, hvordan osv.)

Miljøveileder blir med i undervisning første ukene. Trekker seg gradvis ut.

Avtaler med lærer hvor og hvordan pause skal gjennomføres.



REFERANSER

- Akershus fylkeskommune et al. (2017) Tidlig innsats når det gjelder. IKO – en modell for systematisk frafallsforebygging. https://www.trondelagfylke.no/contentassets/5ac3469fddb4804a26ce31735d3ff2d/iko_veileder-april-2018.pdf
- Brochmann, G. & Madsen, O. J. (2022). Skolevegringsmysteriet. Cappelen Damm
- Fallmyr, Ø. (2017). Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen. En emosjonsfokustert tilnærming. (2. utg.) Universitetsforlaget.
- Barnekonvensjonen. (1989). Konvensjon om barnets rettigheter (20-11-1989). Lovdata. https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-05-21-30/KAPITTEL_8#KAPITTEL_8
- Ertsvåg, S. K. (u. Å.). Sosiometrisk kartlegging steg for steg. Praktisk rettleiing og gjennomføring av sosiometrisk kartlegging, 2. utgåve. Hentet 22.01.2024 fra <https://www.uis.no/nb/laringsmiljosenteret/sosialt-sarbare-barn-i-skolen>
- Fallmyr, Ø. (2017). Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen. En emosjonsfokustert tilnærming. Universitetsforlaget
- Gran, I. K. & Mosand, G. (2022) Håndtering av skolefravær. Fagbokforlaget.
- Havik, T. (2021). Når skolefravær blir et problem. Bedre skole 21(2), 11-15.
- Hørte, E. (2018, 11. november). Det gode blikket er en kur for usynlighet. [Psykologisk.no](https://psykologisk.no/2018/11/det-gode-blikket-er-en-kur-for-usynlighet/). <https://psykologisk.no/2018/11/det-gode-blikket-er-en-kur-for-usynlighet/>
- Kearney, C. A. (2007). School Refusal Assessment Scale--Revised. Journal of Psychoeducational Assessment. aRocque, M., Kleiman, I. & Darling, S. (2011). Parental involvement: The missing link in school achievement. Preventing school failure: Alternative education for children and youth. 2011(55), 115-122. DOI:10.1080/10459880903472876
- Løvereide, S. (2011). Forskning om skolevegring. Spesialpedagogikk, 2011(4), 18-25.
- Opplæringslova. (1998). Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa. (LOV-1998-07-17-61.) Lovdata. <https://lovdata.no/lov/2023-06-09-30>
- PPT i Trøndelag (2022) Veileder for psykisk helse og læring i lærebedrifter. Trøndelag fylkeskommune. <https://www.trondelagfylke.no/vare-tjenester/utdanning/pp-tjenesten/veileder2/>
- PPT i Trøndelag (2021). Veileder for psykisk helse og læring. Trøndelag fylkeskommune. <https://www.trondelagfylke.no/vare-tjenester/utdanning/pp-tjenesten/veileder/>
- RVTS (2020, 5. juni). En modell for glede og lykke. <https://rvtssor.no/aktuelt/322/en-modell-for-glede-og-lykke/>
- Spurkland, S. (2020, 24. mai). Jeg skal jobbe for å bli en enda rausere og forutsigbar lærer. [Utdanningsnytt.no](https://www.utdanningsnytt.no/klasseledelse-korona-pedagogikk/jeg-skal-jobbe-for-a-bli-en-enda-rausere-og-forutsigbar-laerer/243458). <https://www.utdanningsnytt.no/klasseledelse-korona-pedagogikk/jeg-skal-jobbe-for-a-bli-en-enda-rausere-og-forutsigbar-laerer/243458>
- Statped (2023, 25. september). Sånn vil jeg ha det. <https://www.statped.no/laringsressurser/sammensatte-larevan-sker/sann-vil-jeg-ha-det/>
- Statped (2022, 27. april). IVAS – informasjons- og kommunikasjonsverktøy. <https://www.statped.no/laringsressurser/sammensatte-larevansker/ivas---informasjons-og-kommunikasjonsverktoy/>

Steindal, K. (u.å.). Kartlegging av stress. https://www.takterrassen.no/mobil/docs/6_4_K_Steindal-STRESS_intervjuskjema.pdf

Trondheim kommune (u.å.) Handlingsplan ved skolefravær. Hentet den 2. februar 2024 fra [handlingsplan-skole-m-sjekklister-og-plan-bft.pdf](https://www.trondheim.kommune.no/handlingsplan-skole-m-sjekklister-og-plan-bft.pdf) ([trondheim.kommune.no](https://www.trondheim.kommune.no))

Trøndelag fylkeskommune (2024, 1. August). Fraværs grensen og føring av fravær – lokale presiseringer og tilføyelser for Trøndelag fylkeskommune. <https://www.trondelagfylke.no/contentassets/346de463114d4cc696f8b0fa2bba5462/fravarsgrensen-og-foring-av-fravar---lokale-presiseringer-og-tilfoyerelser-for-trondelag-fylkeskommune>

Trøndelag fylkeskommune (2022, 2. september). Årshjul for helhetlig elevoppfølging. <https://www.trondelagfylke.no/vare-tjenester/utdanning/strategier-og-planer/arshjul-for-helhetlig-elevoppfolging/>

Vestre Viken fylkeskommune (2023, 27. februar). VIP Makkerskap. <https://www.vestreviken.no/vip-psykisk-helse-i-skolen/vip-makkerskap>

HANDLINGSPLAN

Forslag til helhetlig handlingsplan inspirert av IKO-veileder og eksempler fra videregående skoler i Trøndelag.

Før skolestart

§9-5 i ny opplæringslov sier at fylkeskommunen skal sørge for at elevene skal få en trygg og god overgang fra grunnskolen til videregående opplæring.

Overføringsmøter med elever med kjent fraværsproblematikk:

- Gjennomgå arbeidshjul (minus evaluering).
- Avtal treffpunkt med kontaktlærer/miljøpersonell og omvisning i undervisningsareal før skolestart.
- Legg konkrete planer for de første ukene med evalueringspunkt etter ca. 3 uker.

Ved oppstart

Skolens planleggingsdag

- Omtal fraværsføring og oppfølging.
- Vis arbeidshjul for fraværsoppfølging.
- Informasjon til lærerteam om elever med identifisert bekymringsfullt fravær. Relevant informasjon kan dreie seg om triggere/stressorer og nærværsfaktorer.

Oppstartssamtale

- Identifiserte elever prioriteres til oppstartssamtale med kontaktlærer, eventuelt miljøpersonell i klassen (Jfr. årshjul for helhetlig elevoppfølging/IKO.)

Foreldremøte ved oppstart

- Si noe om viktigheten av tilstedeværelse både med tanke på sosial læring, faglig læring og vurderingsgrunnlag.
- Informasjon om fraværsgrenser og fraværsføring.
- Informasjon om hvordan fravær skal meldes.
- Si noe om hva skolen tenker er viktig for å få til et godt samarbeid skole-hjem.
- Informasjon om hvordan skolen arbeider med relasjonsbygging og klasse miljø – oppfordring til å ta kontakt dersom disse tiltakene er vanskelig for elev å delta på (hyggelige «annerledesdager» er ofte vanskelig for elever med skolefraværsproblematikk).

Elever som ikke møter til skolestart

- Elever som ikke møter første skoledag kontaktes per telefon. (Skolen må definere hvem som har ansvar for å ta denne kontakten)
-

Underveis i skoleåret

Melding om fravær

- Elev over 18 år eller foresatte skal varsle om fravær til kontaktlærer/faglærer.

Føring av fravær

- Fravær føres fortløpende av kontaktlærer og faglærere (eventuell dokumentasjon leveres kontaktlærer).
- Skolen bør ha en eller flere fraværsansvarlig(e) som sørger for at oversikten over dokumentert og udokumentert fravær er oppdatert.

Fortløpende oppfølging av fravær

- Fraværsansvarlig skaffer seg oversikt over fravær ukentlig.
- Fraværsansvarlig etablerer dialog med elev/foresatte etter **1-3 sammenhengende dager** med **uvarslet fravær**.
- Dersom eleven er borte **tre eller flere ganger i løpet av en to ukers periode** kontaktes elev **selv om fraværet er dokumentert**.
 - Årsak undersøkes
 - Vurder behov for igangsetting av arbeidshjul
 - Vurder om det er behov for å melde bekymring videre/utvide laget rundt eleven med en gang
 - *Følg samme rutine ved identifisering av bekymringsfullt nærvær*
- Er eleven over 18 år må eleven selv kontaktes. Dersom skolen ikke lykkes med å få tak i eleven kontaktes foresatte.
 - Du kan informere om at du ønsker å komme i kontakt med eleven. Husk generell taushetsplikt.
 - Dersom det ikke oppnås respons på henvendelse til elev eller foresatte i løpet av en uke, sendes brev for å avklare elevstatus.
- Tett oppfølging av identifiserte elever ved bekymringsfullt nærvær og sporadisk fravær gjennom året.

Stoppunkt gjennom året

- Gjennomgang av fravær i løpet av året i tråd med Årshjul for helhetlig elevoppfølging.
- Aktuelle forum:
 - Bekymringsfullt nærvær og fravær gjennomgås i klasselærerråd
 - Faste IKO-møter/faste punkt i elevtjenestemøter hvor bekymringer knyttet til nærvær/fravær gjennomgås.
 - Bekymringer og fravær i klassene gjennomgås etter avtale av f.eks kontaktlærer og rådgiver/avdelingsleder

Elever som står i fare for å ikke få vurdering grunnet fravær

- Legg plan for å sikre vurdering i faget.
- Utsending av varsel. (For elever med kjent fraværsproblematikk er det viktig å gi beskjed om at varselet kommer, da flere rapporterer at dette er en unødvendig kilde til stress.)
- Drøft med elevtjeneste/PPT om elevens rettigheter og muligheter for fullføring. (Eksempelvis individuelt tilrettelagt opplæring, opplæring i bedrift, opplæring i hjemmet, tilrettelagt opplæring via nettskole grunnet helsemessige utfordringer.)

Sjekkliste før et eventuelt avbrudd

- Har vi gjennomført arbeidshjulet med relevante aktører i laget rundt eleven?
- Bør vi gjennomføre arbeidshjulet en gang til?
- Er eleven kjent med alle mulighetene i og utenfor skolen?
- Er Oppfølgingstjenesten (OT) informert og involvert?
- Kan OT bidra i sluttforebyggende arbeid?
- Ønsker eleven at det legges en plan sammen med skolen/OT for tilbakeføring allerede neste skoleår?



Trøndelag fylkeskommune
Tröndelagen fylhkentjelle