

«INGEN TID Å MISTE»

Veileder for arbeidet med skolenærvær og
skolefravær i Selbu kommune

2025



Innhold i veilederen

Del 1: HVORDAN FOREBYGGER VI FRAVÆR I SELBU KOMMUNE?	3
1.1 Skole- og læringsmiljø	3
1.2 Kunnskap og informasjon om nærvær og fravær	3
1.3 Fraværsføring	3
1.4 Fraværsoversikt	3
1.5 Sikre gode overganger	3
Del 2: HVORDAN HÅNTERER VI BEKYMRINGSFULLT FRAVÆR?	4
2.1 Bekymring ved 10 % fravær	4
2.2 Tiltakstrappa	4
Del 3: KARTLEGGINGSVERKTØY	7
3.1 Kartleggingsskjema 6-10 år	7
3.2 Kartleggingsskjema for barn over 10 år	8
3.3 Hjelpetekst til kartleggingsskjemaene	8
Vurderingsskjema for skolenekting – elevversjon, SRAS - B	11
Vurderingsskjema for skolenekting – foreldreversjon, SRAS-F	13
Vurderingsskjema for skolenekting – lærerversjon, SRAS-L	16
Del 4: NETTRESSURSER	19
Del 5: TILTAKSBANK	19
Del 6: EVALUERING	24

Denne veilederen er utarbeidet etter mal og inspirasjon fra Vollebekk skole (2021) og Nittedal kommune (2017).



Del 1: HVORDAN FOREBYGGER VI FRAVÆR I SELBU KOMMUNE?

1.1 Skole- og læringsmiljø

I Selbu kommune jobber vi for et godt psykososialt og faglig læringsmiljø. Vi deltar i «Inkluderende barnehage- og skolemiljø» for å fremme elevnærvær. Sosial tilhørighet og tilpasset undervisning forebygger fravær. Skolen skal være et sted der eleven trives, føler seg sett og inkludert. Gode relasjoner mellom lærere og elever er viktig for å unngå fravær. En positiv skolekultur, der lærere og elever støtter hverandre, er avgjørende. Elever skal ha medansvar og rett til medvirkning. Lærernes kompetanse i klasseledelse og relasjonsbygging er viktig for trivsel og forebygging av fravær.

1.2 Kunnskap og informasjon om nærvær og fravær

Alle ansatte skal ha nok kunnskap til å følge opp bekymringsfullt fravær. Rektor sørger for at nye medarbeidere får denne kunnskapen. Elever og foresatte skal kjenne til skolens retningslinjer for fravær. I Selbu har vi høy terskel for å være hjemme fra skolen, også før og etter ferier. Elever skal være på skolen med mindre de er betydelig nedsatt allmenntilstand. Foresatte skal føle seg trygge på at vi tilrettelegger for eleven selv om de er litt syke. Vi informerer om bekymringsgrensen (10 % fravær) og samarbeidsmøter oppleves som omsorg. Skolenærvær er tema på foreldremøter i 1., 5. og 8. trinn.

1.3 Fraværstføring

For å forebygge fravær må alle lærere i Selbu kommune registrere fravær digitalt hver dag. Skolens ledelse sørger for at ansatte får opplæring i systemene og følger rutinene. Med nøyaktig registrering har vi alltid korrekt fraværsoversikt. Foresatte må varsle skolen hvis barnet er syk eller borte av andre grunner, helst med årsak. Dette gjøres via Vigilo eller telefon. Hvis foresatte ikke varsler, kontakter læreren dem samme dag.

1.4 Fraværsoversikt

Kontaktlæreren må alltid vite hvilke elever som nærmer seg bekymringsfullt fravær. Alle lærere skal være oppmerksomme på elever som ofte går ut av timene eller vandrer rundt, da dette kan være tegn på fravær. Fravær skal være første tema på ukentlige møter. Skolens ledelse skal hver måned sjekke det totale fraværet for å sikre at oppfølgingsrutiner følges.

1.5 Sikre gode overganger

Selbu kommune sikrer gode overganger fra barnehage til videregående med felles rutiner for alle barnehager og skoler. Barnehagene må være oppmerksomme på barn med tidlige tegn til fravær eller tilpasningsvansker og overføre denne informasjonen til skolen i overgangsmøter.



Del 2: HVORDAN HÅNÐTERER VI BEKYMRINGSFULLT FRAVÆR?

I Selbu kommune anser vi bekymringsfullt fravær for å være:

1. 10 % fravær (gyldig eller ugyldig)
2. 10 enkelttimer i en termin
3. Gjentakende forsentkomming
4. Til stede på skolen, men fraværende fra timen

2.1 Bekymring ved 10 % fravær

Grensen for bekymringsfullt fravær er 10 % fravær, 10 enkelttimer, gjentakende forsentkomming (ukentlig), eller at eleven er til stede på skolen men fraværende fra timen. Dette gjelder uavhengig av om fraværet er gyldig eller ugyldig.

Kontaktlærer må alltid ha oversikt over hvor mange dager 10 % fravær utgjør. Hvis en elev oppfyller ett av disse kriteriene, utløses en bekymring som krever tiltak. Tiltakstrappen skal følges, men bekymringen kan avkrefte tidlig, for eksempel ved innvilget permisjon og sykdom. I noen tilfeller må man agere tidligere, som ved 4 dager fravær etter to uker. Læreren starter da på trinn 1 i tiltakstrappa.

TIDSPUNKT	10 % fravær
15. oktober	ca. 4 dager
1. desember	ca. 7 dager
Terminslutt til jul *	ca. 10 dager
1. mai	ca. 6 dager
Terminslutt til sommeren	ca. 10 dager

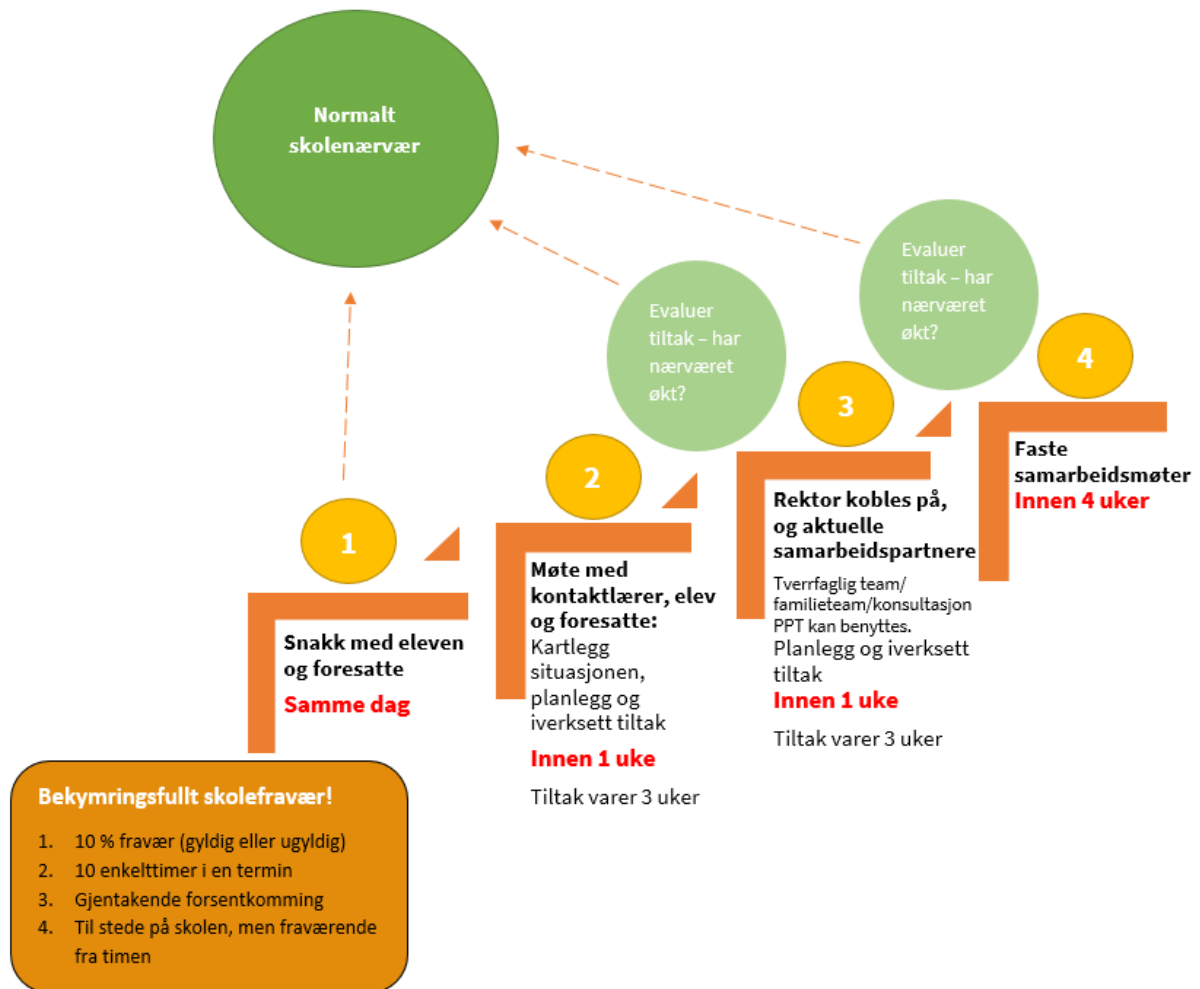
* Ved høyt fravær ved terminslutt til jul, vurderes fraværet etter jul i sammenheng med fraværet før jul.

2.2 Tiltakstrappa

Tiltakstrappa skal følges i alle saker med bekymringsfullt fravær. Så lenge fraværet fortsetter å være bekymringsfullt, vil saken fortsette oppover i trappa. Arbeidet i en sak kan kun avsluttes dersom fraværet er under bekymringsgrensen. Dersom en elev får akutt alvorlig skolefravær, må kontaktlærer sørge for at prosessen fram til trinn 3 eller 4 går raskere.

Fordi «hver dag teller» er det svært viktig at fristene i tiltakstrappa overholdes.





Trinn 1: Snakk med eleven og kontakt foresatte - samme dag

Når fraværet når bekymringsgrensen, skal kontaktlærer snakke med elev og foresatte allerede samme dag. Hvorvidt bekymringen skal drøftes med eleven selv, må vurderes ut fra alder og utvikling. Elever på ungdomstrinnet skal alltid inkluderes ved bekymring. Kontaktlærer informerer om at fraværet har oversteget 10 %, og de vurderer sammen behovet for et møte. Hvis fraværet har en betryggende forklaring, avsluttes saken på trinn 1. Hvis bekymring for videre fravær gjenstår, fortsetter prosessen til trinn 2. Da skal rektor informeres om saken og det vurderes om rektor skal være med på trinn 2.

Husk at fraværet kan skyldes forhold på skolen, i hjemmet, på fritiden eller hos eleven selv. Husk å dokumentere.



Trinn 2: Møte med kontaktlærer, elev, foresatte og ev. rektor - innen en uke

I møtet kartlegger kontaktlærer, elev og foresatte og ev. rektor situasjonen for å finne årsaker til fraværet og konkrete tiltak. Det er viktig å tenke bredt og helhetlig, da fravær kan ha sammensatte årsaker. Fokus skal være på opprettholdende faktorer, ikke symptomer. Bruk kartleggingsverktøy for barn 6-10 år eller over 10 år. Ansvarsoppgaver fordeles tydelig, og møtereferatmalen og samarbeidsavtalen kan benyttes. Alle parter skal ha konkrete oppgaver. Etter minimum tre uker evalueres situasjonen, og evalueringstidspunkt avtales. Hvis bekymring for videre fravær gjenstår, fortsetter prosessen til trinn 3. Husk å dokumentere.

Trinn 3: Rektor og aktuelle samarbeidspartnere kobles på – innen 1 uke

Når tiltak ikke gir ønsket effekt, skal rektor og relevante samarbeidspartnere involveres. Hvem dette er, avhenger av kartleggingen. Fraværsteamet i Værnesregionen kan kontaktes for å drøfte saken. For kontaktinformasjon, se [Fraværsteamet - Stjørdal kommune](#).

Andre ressurser kan være skolehelsetjenesten, fastlege, sosiallærer og/eller barneverntjenesten. Saken kan tas opp i skolens tverrfaglige team eller BUP-konsultasjonsteam, eller henvises til familieteamet ved behov.

Foresatte og elever over 15 år kan frita skole og andre aktører fra taushetsplikten ved behov. Møtet skal finne tiltak for å bedre situasjonen fra et flerfaglig perspektiv. Tiltakene evalueres etter minimum tre uker. Hvis bekymring for videre fravær gjenstår, fortsetter prosessen til trinn 4.

Husk å dokumentere.

Trinn 4: Faste samarbeidsmøter

Faste samarbeidsmøter avholdes på skolen. Ved alvorlig fravær skal møtene holdes minst hver tredje uke. En representant fra skolens ledelse, kontaktlærer og andre samarbeidspartnere deltar. Elever på ungdomstrinnet bør delta i møtene, mens yngre elever deltar etter modenhet. Det kan være nyttig å involvere ressurspersoner i elevens nettverk, som slektninger eller venner. Møtene skal finne løsninger for å oppnå normalt skolenærvær og fortsetter til fraværet ikke lenger er bekymringsfullt.

Avgjørende for gode resultater:

- Tillit mellom elev, skole og hjem
- Lytte til elevens opplevelse og ønsker – gi reell mulighet for påvirkning i egen sak
- Alle tar ansvar og anser utfordringen som et felles anliggende
- Samhandling og godt samarbeid mellom instanser
- Høy møtefrekvens
- Optimisme og pågangsmot
- Kreative løsninger
- Mobilisering av nettverk



Del 3: KARTLEGGINGSVERKTØY

Disse brukes på trinn 2 i tiltakstrappa. Husk at enkle tiltak kan iverksettes straks, og at kartleggingsarbeidet derfor ikke skal stå i veien for å handle. For tips, se vedlagte tiltaksbank.

3.1 Kartleggings skjema 6-10 år

Hver boks fylles ut for seg. Ved å fylle boksen med farge, viser du i hvor stor grad hver enkelt forklaring gjelder for nettopp deg og ditt fravær.

		
FYSISK VANSKE/	VANSKER MED SOSIAL	HENGER LANGT
		
NOE PÅ SKOLEN KJENNES	SØVN- PROBLEMER	NOE ER VANSKELIG HJEMME
		
VANSKELIGE TANKER OG/ELLER FØLELSER	VELGER ANNEN AKTIVITET	ANNEN ÅRSAK

Utarbeidet og illustrert av Silje Hrafa Tjersland



3.2 Kartleggings skjema for barn over 10 år

Hver boks fylles ut for seg. Ved å fylle boksen med farge, viser du i hvor stor grad hver enkelt forklaring gjelder for nettopp deg og ditt fravær. Du kan også tenke at hver boks er 100% og angi hvor mange prosent du tenker boksen er fylt.

FYSISK VANSKE/ SYKDOM	VANSKER MED SOSIAL TILHØRIGHE T/ VENNER	HENGER LANGT ETTER FAGLIG
NOE PÅ SKOLEN KJENNES VANSKELIG	SØVN- PROBLEMER	PROBLEMER HJEMME
PSYKISK VANSKE	VELGER ANNEN AKTIVITET	

3.3 Hjelpetekst til kartleggings skjemaene

FYSISK VANSKE/ SYKDOM

Alle er syke innimellom, så sykdom er normalt og fører til at de fleste elever får litt fravær. Problemet kommer når sykdom og fysiske plager fører til høyt skolefravær. Noen er syke eller *føler seg for syke* til å være på skolen. Det kan for eksempel være at du har så kraftig hodepine at du ikke klarer å konsentrere deg eller at du har så store magesmerter at du ikke klarer å stå opp om morgenen. Noen har kronisk sykdom, sykdom som varer over lengre tid og kanskje livet ut - for eksempel epilepsi eller diabetes. For noen gjør sykdommen det vanskelig eller nesten umulig å være på skolen. Selv om man har en fysisk forklaring på fraværet er det alvorlig og bekymringsfullt at man går glipp av både læring og sosialt fellesskap på skolen.

VANSKER MED SOSIAL TILHØRIGHET/ VENNER

Noen går ikke på skolen fordi de ikke føler at de «hører til» blant de andre. Kanskje føler de at de ikke har en eneste venn i klassen eller kanskje ikke på hele skolen. Noen elever opplever at ingen savner dem når de er



borte fra skolen. Hvis man har en følelse av at det ikke spiller noen rolle for andre om man kommer på skolen eller ikke, kan det kjennes både vondt og meningsløst å være der. Noen elever blir plaget eller mobbet på skolen. Dette er svært alvorlig og en veldig forståelig grunn til at man unngår skolen.

HENGER LANGT ETTER FAGLIG

Noen elever føler at de ikke klarer å følge med på det som skjer i enkelte fag eller noen ganger i alle fag. Kanskje lærerne snakker på en innviklet måte slik at det blir vanskelig å få med seg innholdet i undervisningen. Kanskje er det også sånn at man ikke forstår eller får gjort leksene sine, slik at man kommer helt uforberedt til timene og til prøver. Hvis man har vært syk og borte fra skolen, kan det være vanskelig å ta igjen det man har gått glipp av. Noen lar være å gå på skolen på dager der de har prøver i noe de ikke forstår. En del elever klarer ikke å si fra når de føler at de «henger etter» og i stedet for å be om hjelp blir de hjemme fra skolen. Når man lar være å gå på skolen fordi man «henger etter», blir man fort hengende enda lengre etter.

NOE KJENNES VANSKELIG PÅ SKOLEN

Det er mye som kan være vanskelig for en skoleelev på skolen. Det kan være enkelte fag man misliker eller føler man ikke mestrer. Det kan være at man synes det er vanskelig å snakke høyt i klassen eller misliker store folkemengder slik det ofte blir i skolegården eller kantina. Noen synes det er ubehagelig å vise frem noe foran mange andre, slik man må i kroppsøving. Andre strever med lesing eller med å forstå enkelte fag. For noen elever blir det slik at det som kjennes vanskelig på skolen blir så «stort» at de i perioder ikke klarer å gå på skolen.

Noen elever føler så sterkt ubehag eller frykt for noe på skolen at man kan kalle det «angst». Angsten kan gjøre at du føler deg svimmel og kvalm eller at du får vondt i magen eller andre steder i kroppen. Angsten kan også gjøre at du begynner å svette eller skjelve. Når følelsen ikke er så sterk at vi kan kalle den angst, kan man beskrive det man kjenner som sterkt ubehag. Hvis man har følelse av sterkt ubehag eller angst når man tenker på eller er på skolen kan det føre til høyt skolefravær.

SØVNPROBLEMER

Noen barn og ungdom har problemer med søvn. Det kan for eksempel være at du prøver å sovne men ikke klarer det og blir liggende våken lenge om natta. Eller kanskje du sover veldig urolig, har mareritt og ikke føler deg uthvilt når du våkner. Noen spiller, ser film eller nettsurfer om natta og er utslitt om morgenen slik at de ikke orker å gå på skolen. Andre har snudd døgnnet helt slik at de er våkne om natta og sover om dagen. Når man strever med søvn er det veldig vanskelig å gå på skolen og man kan fort få høyt fravær.

PROBLEMER HJEMME / NOE ER VANSKELIG HJEMME

Noen har problemer i livet sitt som egentlig ikke handler om skolen, men som gjør at man får høyt skolefravær. Det kan for eksempel være så mye bråk og konflikter hjemme at du blir for sliten til å konsentrere deg om skolen. Kanskje kranter foreldrene dine ofte eller kanskje er det så bråkete om natta at du ikke får sove? Noen opplever store konflikter mellom foreldre etter skilsmisse og lever i en slags «krig» der foreldrene ikke klarer å samarbeide om noe – heller ikke om oppfølging av barnet sitt. Slike situasjoner krever mye av barn og ungdom og kan stjele fokus fra skole og skolearbeid. Noen føler de må bli hjemme for å passe på andre familiemedlemmer (søsken, mamma) fordi de er bekymret for hva som kan skje hjemme dersom de selv ikke er der. Vanskelige familieforhold kan ofte føre til høyt skolefravær.



PSYKISK VANSKE / VANSKELIGE TANKER OG/ELLER FØLELSER

Det er menneskelig og vanlig å tidvis streve med vanskelige tanker og følelser. Når slike tanker og følelser blir veldig sterke og problematiske, kan man kalle det en psykisk vanske. Psykiske vansker er noe man kan være åpen om eller noe man ikke vil dele med andre. Kanskje har vansken et navn, for eksempel panikkangst, sosial angst, spiseforstyrrelser eller depresjon og du har fått en diagnose av en fagperson. Kanskje har du symptomer på noen av disse lidelsene og lurer på om du skal tørre å si det til noen eller be noen om hjelp? Kanskje har du kuttet deg med skarpe gjenstander når du har hatt det veldig strevsomt følelsesmessig og kanskje gjør du det når du kommer under press. Psykiske lidelser kan ramme alle og i mange tilfeller går det ut over skoleinnsats og skoleoppmøte. Det kan være svært vanskelig å gå på skolen når man har det vanskelig psykisk. For noen elever blir en del av løsningen at man fremfor å gå på skolen, blir hjemme der man er trygg og slipper å kjenne frykt eller ubehag. Slik kan man også unngå at klassekamerater eller lærere ser at man strever psykisk.

VELGER ANNEN AKTIVITET

Noen velger å gjøre andre aktiviteter i stedet for å være på skolen. En del av det som skjer på skolen er ikke like spennende for alle og noe på skolen er rett og slett kjedelig. Kanskje du synes det er deilig å være hjemme alene på dagtid, spille dataspill eller se på Netflix i stedet for å gå på skolen? Noen velger å være sammen med venner som også er borte fra skolen.

ANNEN ÅRSAK

Det kan også være andre forklaringer til hvorfor fraværet ditt nå er bekymringsfullt. Er det noe du tenker på som ikke vises gjennom «boksene»?

Utarbeidet av Silje Hrafa Tjersland



3.4 S-RAS kartleggingskjema

Vurderingskjema for skolenekting – elevversjon, SRAS - B

		Aldri	Nesten aldri	Sjelden	Av og til	Ofte	Nesten alltid	Alltid
1	Hvor ofte får du vondt av å gå på skolen fordi du er redd for noe på skolen (for eksempel prøver, skolebussen, lærere eller brannalarm)?							
2	Hvor ofte er du borte fra skolen fordi det er vanskelig å snakke med andre elever på skolen?							
3	Hvor ofte har du mer lyst til å være sammen med dine foreldre, enn å dra på skolen?							
4	Når du ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor ofte drar du da hjemmefra og gjør noe morsomt?							
5	Hvor ofte er du borte fra skolen fordi du vil føle deg trist eller lei hvis du drar dit?							
6	Hvor ofte er du borte fra skolen fordi du er flau når du er sammen med andre på skolen?							
7	Hvor ofte tenker du på dine foreldre eller på din familie når du er på skolen?							
8	Når du ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor ofte snakker du med eller treffer noen andre utenom familien?							
9	Hvor ofte har du det vondt på skolen (redd, nervøs, trist), sammenlignet med når du er hjemme med venner?							
10	Hvor ofte er du borte fra skolen fordi du ikke har så mange venner der?							
11	Hvor ofte ville du heller vært sammen med familien enn dra på skolen?							
12	Når du ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor mye koser du deg med ting som å være med venner eller dra til et sted?							
13	Hvor ofte får du det vondt (redd, nervøs, trist) når du tenker på skolen på en lørdag eller en søndag?							
14	Hvor ofte holder du deg borte fra bestemte steder på skolen (for eksempel ganger eller der spesielle elever oppholder seg), der du er nødt for å snakke med noen?							
15	Hvor godt ville du ha likt å ha undervisning med en av foreldrene hjemme, i stedet for med lærer på skolen?							
16	Hvor ofte nekter du å dra på skolen fordi du heller vil gjøre morsomme ting andre steder?							



17	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis du hadde hatt det mindre vondt (redd, nervøs, trist) på skolen?							
18	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis det hadde vært lettere å få nye venner?							
19	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis en av foreldrene var med deg?							
20	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis du kunne gjøre mer morsomme ting etter skoletid (som å være med venner)?							
21	Hvor mye mer vondt har du det på skolen (redd, nervøs, trist) enn andre på din alder?							
22	Hvor mye mer holder du deg unna elever på skolen enn andre på din alder gjør?							
23	Ønsker du å være hjemme med en av foreldrene mer enn andre på din alder ønsker?							
24	Har du mer lyst til å gjøre morsomme ting utenfor skolen enn andre på din alder har?							

Se punkt 6.3 i veilederen for forklaring av de 4 kategoriene.

I utfyllingen av spørsmålene i SRAS-R skjemaene benyttes skåre i form av en ordinalskala, også omtalt som Likert – skala. Svarene rangeres fra null (aldri) til seks (alltid), og verdien skåres for hvert funksjonelle spørsmål.

1. Unngår ting eller situasjoner som vekker ubehag		2. Unngår situasjoner som innebærer evaluering/bedømmelse		3. Søker oppmerksomhet		4. Velger konkrete, attraktive aktiviteter	
1		2		3		4	
5		6		7		8	
9		10		11		12	
13		14		15		16	
17		18		19		20	
21		22		23		24	
Sum: ___ / 6 = ___		Sum: ___ / 6 = ___		Sum: ___ / 6 = ___		Sum: ___ / 6 = ___	

Oversatt av Børge Holden og Jan-Ivar Sällman, 2010, etter tillatelse fra Christopher A. Kearney



Vurderingsskjema for skolenekting – foreldreversjon, SRAS-F

		Aldri	Nesten aldri	Sjelden	Av og til	Ofte	Nesten alltid	Alltid
1	Hvor ofte får barnet det vondt av å gå på skolen fordi barnet er redd for noe på skolen (for eksempel prøver, skolebussen, lærere eller brannalarm)?							
2	Hvor ofte er barnet borte fra skolen fordi det er vanskelig å snakke med andre elever på skolen?							
3	Hvor ofte har barnet mer lyst til å være sammen med sine foreldre, enn å dra på skolen?							
4	Når barnet ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor ofte drar barnet da hjemmefra og gjør noe morsomt?							
5	Hvor ofte er barnet borte fra skolen fordi barnet vil føle seg trist eller lei hvis barnet drar dit?							
6	Hvor ofte er barnet borte fra skolen fordi barnet er flaut når det er sammen med andre på skolen?							
7	Hvor ofte tenker barnet på sine foreldre eller på sin familie sin når barnet er på skolen?							
8	Når barnet ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor ofte snakker barnet med eller treffer noen andre utenom familien?							
9	Hvor ofte har barnet det vondt på skolen (redd, nervøs, trist), sammenlignet med når barnet er hjemme med venner?							
10	Hvor ofte er barnet borte fra skolen fordi barnet ikke har så mange venner der?							
11	Hvor ofte ville barnet heller vært sammen med familien enn dra på skolen?							
12	Når barnet ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor mye koser barnet seg med ting som å være med venner eller dra til et sted?							
13	Hvor ofte får barnet det vondt (redd, nervøs, trist) når barnet tenker på skolen på en lørdag eller en søndag?							



14	Hvor ofte holder barnet seg borte fra bestemte steder på skolen (for eksempel ganger eller der spesielle elever oppholder seg) der barnet er nødt for å snakke med noen?							
15	Hvor godt ville barnet ha likt å ha undervisning med en av foreldrene hjemme, i stedet for med lærer på skolen?							
16	Hvor ofte nekter barnet å dra på skolen fordi barnet heller vil gjøre morsomme ting andre steder?							
17	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis barnet hadde hatt det mindre vondt (redd, nervøs, trist) på grunn av skolen?							
18	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis det hadde vært lettere å få nye venner?							
19	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis en av foreldrene var med?							
20	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis barnet kunne gjøre mer morsomme ting etter skoletid (som å være med venner)?							
21	Hvor mye mer vondt får barnet det på skolen (redd, nervøs, trist) enn andre på sin alder får?							
22	Hvor mye mer holder barnet seg unna elever på skolen enn andre på barnets alder gjør?							
23	Ønsker barnet å være hjemme med en av foreldrene mer enn andre på sin alder ønsker?							
24	Har barnet mer lyst til å gjøre morsomme ting utenfor skolen enn andre på sin alder har?							

Unngår ting eller situasjoner som vekker ubehag		Unngår situasjoner som innebærer evaluering/bedømmelse		Søker oppmerksomhet		Velger konkrete, attraktive aktiviteter	
1		2		3		4	
5		6		7		8	
9		10		11		12	



13		14		15		16	
17		18		19		20	
21		22		23		24	
Sum: ___ / 6 = _		Sum: _____ / 6 = _____		Sum: ___ / 6 = _____		Sum: _____ / 6 = _____	

Oversatt av Børge Holden og Jan-Ivar Sällman, 2010, etter tillatelse fra Christopher A. Kearney



Vurderingsskjema for skolenekting – lærerversjon, SRAS-L

		Aldri	Nesten aldri	Sjelden	Av og til	Ofte	Nesten alltid	Alltid
1	Hvor ofte får eleven det vondt av å gå på skolen fordi eleven er redd for noe på skolen (for eksempel prøver, skolebussen, lærere eller brannalarm)?							
2	Hvor ofte er eleven borte fra skolen fordi det er vanskelig å snakke med andre elever på skolen?							
3	Hvor ofte har eleven mer lyst til å være sammen med sine foreldre, enn å dra på skolen?							
4	Når eleven ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor ofte drar eleven da hjemmefra og gjør noe morsomt?							
5	Hvor ofte er eleven borte fra skolen fordi eleven vil føle seg trist eller lei hvis eleven drar på skolen?							
6	Hvor ofte er eleven borte fra skolen fordi eleven er flau når eleven er sammen med andre på skolen?							
7	Hvor ofte tenker eleven på sine foreldre eller på sin familie når eleven er på skolen?							
8	Når eleven ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor ofte snakker eleven med eller treffer noen andre utenom familien?							
9	Hvor ofte har eleven det vondt på skolen (redd, nervøs, trist), sammenlignet med eleven er hjemme med venner?							
10	Hvor ofte er eleven borte fra skolen fordi eleven ikke har så mange venner der?							
11	Hvor ofte ville eleven heller vært sammen med familien enn dra på skolen?							
12	Når eleven ikke er på skolen i løpet av uka (fra mandag til fredag), hvor mye koser eleven seg med ting som å være med venner eller dra til et sted?							
13	Hvor ofte får eleven det vondt (redd, nervøs, trist) når eleven tenker på skolen på en lørdag eller en søndag?							



14	Hvor ofte holder eleven seg borte fra bestemte steder på skolen (for eksempel ganger eller der spesielle elever oppholder seg), der eleven er nødt for å snakke med noen?							
15	Hvor godt ville eleven ha likt å ha undervisning med en av foreldrene hjemme, i stedet for med lærer på skolen?							
16	Hvor ofte nekter eleven å dra på skolen fordi eleven heller vil gjøre morsomme ting andre steder?							
17	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis eleven hadde hatt det mindre vondt (redd, nervøs, trist) på skolen?							
18	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis det hadde vært lettere å få nye venner?							
19	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis en av foreldrene var med eleven?							
20	Hadde det vært lettere å gå på skolen hvis eleven kunne gjøre mer morsomme ting etter skoletid (som å være med venner)?							
21	Hvor mye mer vondt har eleven det på skolen (redd, nervøs, trist) enn andre på sin alder?							
22	Hvor mye mer holder eleven seg unna elever på skolen enn andre på sin alder gjør?							
23	Ønsker eleven å være hjemme med en av foreldrene mer enn andre på sin alder ønsker?							
24	Har eleven mer lyst til å gjøre morsomme ting utenfor skolen enn andre på sin alder har?							

Unngår ting eller situasjoner som vekker ubehag		Unngår situasjoner som innebærer evaluering/bedømmelse		Søker oppmerksomhet		Velger konkrete, attraktive aktiviteter	
1		2		3		4	
5		6		7		8	
9		10		11		12	



13		14		15		16	
17		18		19		20	
21		22		23		24	
Sum: ___ / 6 = ___		Sum: ___ / 6 = _____		Sum: ___ / 6 = _____		Sum: ___ / 6 = _____	

Oversatt av Børge Holden og Jan-Ivar Sällman, 2010, etter tillatelse fra Christopher A. Kearney



Del 4: NETTRESSURSER

[Lov om grunnskoleopplæringa og den vidaregåande opplæringa \(opplæringslova\) - Lovdata](#)

[Når komplekse vansker fører til alvorlig skolefravær | statped.no](#)

[Råd og kunnskap om fravær i skolen | udir.no](#)

[Sammen i Selbu – Nettportal](#)

[SEL Behandling av permisjonssøknader i grunnskolen - Compilo](#)

[Skolefravær | Bufdir](#)

Del 5: TILTAKSBANK

Denne tiltaksbanken er til inspirasjon for lærere, elever, foresatte og fagpersoner. Tiltakene må tilpasses den enkelte elevs utfordringer, basert på en kartlegging av fraværets årsaker. Mange tiltak er midlertidige, og det er viktig å balansere lettelser med mål om «normal skoledeltakelse». Alle rundt eleven må samarbeide for å nå dette målet.

1. EKSPONERING

- Gradvis eksponering/opptrapping ved tilbakeføring til skolen
 - Besøke skolegården utenom skoletid
 - Besøke gymsal/kantine/ toalett (steder som utløser ubehag) utenom skoletid
 - Møte kontaktlærer i klasserommet utenom skoletid
 - Møte opp på skolen og gjøre skolearbeid på eget rom
 - Kun delta i liten gruppe i en overgangsperiode
- Starte med det som kjennes overkommelig, som for eksempel kun å delta i utvalgte favorittfag i startfasen
- Gradvis eksponering for situasjoner eleven opplever som ubehagelige, for eksempel prøvesituasjoner, situasjoner der man må snakke høyt i klassen, kroppsøving osv.

2. TILBAKEFØRING

- Daglig «sjekkpunkt» med fortrolig voksen (gjærne ved oppstart)
- Daglig kontakt mellom skole/ hjem
- Rask respons dersom elev eller andre ikke følger planen
- Konsekvenser for elev dersom h*n ikke følger planen. Eksempelvis at TV, internett og mobil ikke er tilgjengelig i skoletiden dersom eleven blir hjemme
- Dersom barneverntjenesten er inne i saken; foreldreveiledning rundt temaet skolefravær.
- Miljøskapende tiltak på skolen/ i klassen om morgenen («åpen kantine», «åpent klasserom»)
- Veilede og trygge foresatte i at det beste for eleven er å være på skolen, grensesetting, å «stå i situasjonen» etc. (foreldreveiledning kan gis av familieteamet)
- Sørge for at skolesituasjonen virkelig er trygg for eleven



- Tilby foresatte (og elev) informasjon om angst og eksponering, i samarbeid med hjelpetjenestene (for eksempel helsestasjonen, psykologtjenesten for barn og unge, rus og psykisk helsetjeneste, familieteamet)
- Gradvis tilbakeføring etter individuelt tilpasset plan – planen må være konkret og målbar
- «Blanke ark» - dersom eleven har mange anmerkninger eller store mangler når det kommer til krav og innleveringer, kan det være fordelaktig å sette strek over alt eller deler av dette og slik gi eleven en «frisk start». Dersom eleven opplever arbeidsmengden eller situasjonen som uoverkommelig, er det vanskelig for ham/ henne å motiveres til en tilbakeføring.
- Innføre faste kveldsrutiner og begrensning av elektronikk i soveperioden (eks. «sovestasjon» for mobiltelefon).
- Innføre faste morgenrutiner
- Oppmuntring om morgenen (telefonsamtale eller tekstmelding fra skolen/andre)
- Følge elev til skolen i avgrenset periode (venner, foresatte, slekt, kommunalt ansatt)
- Kjøring til skolen (foresatte, slekt, kommunalt ansatt)
- Aktivere elevens/ familiens nettverk gjennom familieråd (gis også som tiltak i barnevernet)
- Eleven blir møtt i skolegården (av lærer, helsesykepleier eller annen skoleansatt) eller på annet avtalt sted og får følge til klasserommet

3. SAMTALER OG VEILEDNING

- Faste samtaler med kontaktlærer
- Faste samtaler med helsesykepleier/ sosiallærer/ annen
- Motiverende samtaler med utvalgte faglærere, kontaktlærer eller rådgiver
 - Mirakelspørsmål, rette blikk fremover, tydeliggjøre drømmer/ ambisjoner
- Henvising for samtaler på BUP der dette anses som nødvendig
- Foreldre tilbys foreldreveiledning for å kunne bistå eleven med å endre negative tankemønstre (familieteamet)

4. STRUKTUR OG FORUTSIGBARHET

- Påse at eleven vet hvilke lærere h*n skal ha i hvilke timer
- Utarbeide arbeidsavtaler mellom lærer og elev, hvor målet er at eleven til enhver tid skal vite hva som forventes av han/ henne i forhold til arbeidsoppgaver i timene
- Så langt som mulig å unngå uforutsigbare undervisningsopplegg
- Sørge for at alle lærere (og vikarer) er informert om avtaler som er inngått, slik at elven eksempelvis unngår å bli stilt krav på områder der h*n har avtale om fritak
- Jobbe aktivt med å danne en mestringsorientert målstruktur både på skole-, klasse- og individnivå
- Eleven vet hva som forventes og alle voksne på skolen og hjemme er samkjørte i disse forventningene
- Samarbeidsmøter. Skolen kaller inn til faste samarbeidsmøter med alle involverte og avholder slike møter *fram til skolefraværet ikke lenger anses som alvorlig eller bekymringsfullt*. I vedvarende alvorlige fraværssaker bør skoleledelsen være representert i samtlige møter.
- Kontaktlærer etablerer systemer for å ivareta forutsigbarhet og struktur for elevens skoledag, slik at eleven opplever trygghet, forutsigbarhet og kontroll



- Faste møter mellom elev og lærer for å skape oversiktighet når det kommer til faglige prestasjoner, innleveringer og krav (struktureringstimer)
- Egen, tilpasset lekseplan
- Sørge for at foreldre har tilgang på samme informasjon som eleven (hva angår spesialavtaler om innleveringer, lekser, prøver osv.)
- Forberede og informere eleven om endringer i dagsrutiner, særlig på de dagene der det er endringer i den vanlige skolerutinen (for eksempel turdager, høytidsmarkeringer, osv.)

5. TILPASNING AV KRAV I FORBINDELSE MED EVALUERING OG ARBEIDSBYRDE

- Eleven får mulighet til selv å påvirke arbeidsmengde
- Permanente eller midlertidige fritak fra krav
- Fritak fra lekser, i en slik grad at man fortsatt oppnår grunnlag for karaktersetting
- «Åpen- bok-prøve»
- Muntlig prøve fremfor skriftlig
- Lengre tid til å gjennomføre prøver
- Prøve i grupperom sammen med voksen
- Forenklet prøve
- Gradvis tilvenning til vurdering
- Fjerning av enkelte evalueringssituasjoner i avgrenset periode
- Gi eleven mulighet til å påvirke frister for innleveringer, prøver, fremlegg
- Mulighet til å ta prøver/ levere innlevering på nytt for å forbedre karakter
- Mulighet for å få vurdert arbeid underveis for så å få karakter til slutt
- Mappevurdering
- Fritak fra fag (PPT)
- Gi eleven alternativer til å gå hjem fra skolen når h*n kjenner trang til det. Eksempelvis kan eleven ta en pause fra undervisningen og sitte 20 minutter på biblioteket og koble av for så å komme tilbake til klassen
- Fokuserer på fag som eleven mestrer og sørge for faglig tilrettelegging og støtte
- Sørge for oppgaver eleven har forutsetninger for å mestre

6. TILPASNING I FORBINDELSE MED SOSIAL EVALUERING

- Sørge for at eleven er forberedt og trygget, gjennom å gi detaljert informasjon om hva som skal skje i kroppsøvingstimer
- Legge til rette for at eleven kan testes i ulike øvelser kun foran lærer
- Erstatte kroppsøvingstimer med andre fysiske aktiviteter alene eller i liten gruppe. Eksempelvis å sykle, gå tur, eller trene på treningsstudio
- Mulighet for egentrening (etter plan lagt sammen med lærer) og loggføring i avgrenset periode
- Mulighet for å skifte i egen garderobe
- Fritak fra kroppsøvingstimer (må gjøres i samråd med PPT)
- Sørge for nøye gjennomtenkt inndeling av grupper ved gruppeoppgaver, slik at eleven kan delta i arbeidet på «sitt vis» og at det er forståelse for dette i gruppa
- Videopresentasjon



- Gradvis tilvenning til muntlig deltakelse gjennom øving i trygge situasjoner (1:1 eller liten gruppe)
- Fritak fra muntlig deltakelse i bestemte fag
- Fritak fra fremlegg foran kassen (fagsamtale/ fremlegg for lærer i stedet)
- Unngå stigmatiserende tiltak der eleven føler seg særlig utsatt blant medelever – avklare i samråd med eleven

OBS. I forbindelse med fritak fra spesifikke aktiviteter, oppgaver eller fag, bør det opprettholdes fokus på at man på sikt skal vende tilbake til mer normale krav.

7. STYRKE VOKSENRELASJONER

- Vise eleven at h*n er betydningsfull og at noe mangler når h*n ikke er på skolen/ i klassen
- Faste samtaler med eleven og kontaktlærer (gjerne ukentlig og på fast tidspunkt)
- Fast person som tar imot eleven om morgenen
- Samtaler med helsesykepleier, sosiallærer eller annen
- Opprette kontakt med en person som eleven kan rapportere til ved begynnelsen eller slutten av skoledagen
- Gi mulighet til kommunikasjon med kontaktlærer i skriftlig form (mail, chat e.l.) dersom muntlig kommunikasjon er vanskelig
- SMS eller annen liknende kontakt mellom voksen og elev (særlig virkningsfullt når kontaktlærer gjør dette) Spesielt viktig i forbindelse med overganger etter ferier o.l.
- Dersom eleven er helt fraværende fra skolen, kan kontaktlærer/annen lærer eller andre besøke eleven hjemme som et ledd i tilbakeføringsplanen
- Styrke andre viktige voksenrelasjoner, som for eksempel relasjon til slektninger, fotballtrener e.l. Disse voksenpersonene kan siden fungere som støttespillere inn i ansvarsgrupper eller samarbeidsmøter.
- Gjennom familieråd, finne fram til voksen person som har tid til og ønske om å tilbringe ekstra tid med eleven
- Bli kjent med eleven. Legge opp til samtaler der man blir kjent med positive sider av eleven og styrer unna problematiske temaer. Skape kontakt og tillit.

8. STYRKE JEVNALDERERELASJONER

- Plassere elev i grupper sammensatt kun av elever h*n er trygg på
- Gjøre bevisste valg hva angår elevens plassering i klasserommet, dvs. at eleven skal oppleve å bli sett, eleven kan plasseres med venner eller trygge medelever, osv.
- Sørg for at eleven har noen å gå sammen med til skolen
- Styrke elevens posisjon i klassen gjennom å legge opp til oppgaver og prosjekter der eleven har spesiell interesse/ kompetanse
- Dersom eleven er helt fraværende fra skolen; sørg for at eleven opprettholder positiv kontakt med medelever for å hindre sosial isolasjon. Dette kan gjøres ved for eksempel: brev fra klassen, besøk fra klassekamerater. Kontaktlærer kan også oppfordre klassen til å sende hyggelige tekstmeldinger og til å besøke eleven i fritiden
- Igangsetting av faste aktiviteter i friminuttene («Trivselsleder»)



- Bytte klasse (dersom det anses som hensiktsmessig både av elev og andre)
- Styrke relasjoner i forbindelse med overganger, for eksempel gjennom fadderordning
- Samarbeide tett med klassekontakt og initiere foreldrestyrte aktiviteter også utenfor skoletid
- I noen tilfeller kan det være riktig å la eleven fortsette sosial kontakt på fritiden på dager vedkommende ikke har vært på skolen. Dette vurderes individuelt ved fare for sosial isolasjon.
- Koble eleven til en medelev («vennegruppe»/ «læringspartner»)

9. STYRKE KLASSEMILJØ OG KULTUR

- Holde oversikt over klassemiljø gjennom jevnlig undersøkelser
- Igangsetting av faste aktiviteter i friminuttene
- Lystbetonte og sosialt samlende aktiviteter i friminutt
- Fadderordning
- «Velkomstdager»/ «velkomstuke»
- Oppfordre foreldrekontakt og foresatte til å organisere sosiale aktiviteter utenom skolen. Med hensikt å styrke samhold og åpenhet både mellom elever og foresatte.
- Lage klasseregler for godt miljø og samspill
- «Vennegrupper» / «læringspartner»
- Endre plassering i klasserommet og sørge for gjennomtenkt gruppeinndeling
- Jobbe med at klassekulturen blir mer mestringsorientert enn prestasjonsorientert
- Sette inkludering og åpenhet på agendaen – arbeide holdningsskapende og holdningsendrende ved behov
- Styrke klassemiljøet ved å benytte øvelser hentet fra klassisk «team-building»

10. FORSTERKNING

- Forsterkning gjennom tegnøkonomi eller liknende systemer. Dette er systemer der eleven samler poeng ved å følge konkrete punkter i en avtale. Forsterkningen knyttes til helt konkrete mål og et visst antall poeng utløser en premie. Eks; «Petter oppnår et poeng for hver dag han kommer presis på skolen» eller «Anna oppnår et poeng for hver dag hun deltar i alle timene og ikke avslutter før skoledagen er omme». Det må foreligge en tydelig avtale for hvor mange poeng man må «tjene» for å utløse gevinst. Belønningen kan med fordel avtales sammen med eleven. (Slike poengsystemer kan være mer aktuelt på barnetrinnet.)

Les mer om tegnøkonomi her: <http://edu.hioa.no/Holth/tegnokN.htm>

- Arrangere lystbetont aktivitet for klassen/ liten gruppe (turer, filmfremvisning, «kosetime»)
- Positiv forsterkning gjennom aktiviteter på fritiden (aktiviteter med venner, familie). Dette gir familien mulighet til å fokusere på noe positivt og få gode opplevelser i perioder der skolefraværet skaper konflikt og uro i familien.
- Ut plassering i arbeidsliv på ønsket arbeidsplass, gjerne knyttet opp mot videre muligheter for utdanning (mest relevant på ungdomstrinn)
- Mulighet for eleven til å påvirke undervisningsform, oppgaver eller andre skolerelaterte aktiviteter etter egne ønsker.



11. OVERGANGER

- Holde kontakt med eleven i overganger knyttet til ferier – særlig ved overgang fra sommerferie til start nytt trinn/ ny termin. Gjerne sende oppmuntrende SMS.
- Tilby eleven et møte i forkant av skolestart der hun/han sammen med den nye kontaktlæreren går på omvisning i skolebygget og forberedes på hva som vil skje de første dagene på ny skole
- Innkalle familien til oppstartsmøte uken før overgang til ny skole/ ny klasse. Foresatte og elev legger sammen med kontaktlærer og ledelse en individuelt tilpasset plan for å forebygge skolefravær
- Fadderordning
- Sørge for at sårbare elever med høyt fravær får tilstrekkelig tett oppfølging og veiledning i forbindelse med linjevalg og valg av VGS
- Kontakte OT i forbindelse med overgang til VGS – forebyggende
- Gi eleven tilstrekkelig formasjon om hva som skal skje i kommende uke/ termin/ skoleår. Hva, hvem, hvor?

Utarbeidet av: Silje Hrafa Tjersland

Del 6: EVALUERING

SLT-koordinator kaller inn rektorer og rådgiver oppvekst til evaluering av veilederen årlig i november, eller ved behov. Før møtet skal rektorene ha evaluert veilederen sammen med ansatte som har vært involvert i arbeid med fravær.

Det gis ikke informasjon om enkeltelever i evalueringsmøtene. I noen tilfeller kan det likevel være nyttig å utveksle erfaringer for å forbedre egen praksis. Dersom erfaringer med arbeidet rundt enkeltelever bør drøftes, skal det foreligge samtykke fra elev/foresatte. Slike drøftinger gjennomføres i etterkant av evalueringsmøtet, i et samarbeidsmøte med relevante tjenester.

Ved større utfordringer løftes problematikken til samordningsteam.

