

KVAR DAG TEL!

Rettleiar for førebygging og
oppfølging av bekymringsfullt fråvær

Austevoll Kommune



Forord

Denne nærværsrettleiaren er utarbeidd som eit **felles og forpliktande** verktøy for alle tilsette i grunnskulen i Austevoll kommune. Rettleiaren skal vere eit aktivt arbeidsreiskap i det daglege arbeidet, og skal følgjast av alle som arbeider i skulen.

Målet er å sikre eit systematisk og einskapleg arbeid med elevane sitt nærvær, slik at alle elevar får best mogleg føresetnader for læring, utvikling og trivsel. Rettleiaren skal bidra til tidleg innsats, gode rutinar og tydeleg ansvar, slik at fråvær vert følgt opp på ein trygg og profesjonell måte.

For elevar og føresette er det viktig å vite at praksisen er den same uavhengig av kva skule i Austevoll ein går på. Denne rettleiaren skal difor leggje til rette for føreseielege og likeverdige tenester på tvers av skulane i kommunen.

Eg forventar at alle tilsette set seg godt inn i rettleiaren og nyttar den aktivt i arbeidet sitt. Saman skal me bidra til eit trygt, inkluderande og læringsfremjande skulemiljø for alle elevane.

Austevoll kommune, mai 2026

Bjørn Kristian Bjånesøy
Kommunalsjef oppvekst, kultur og fritid

Innhald

Innleiing.....	5
----------------	---

1

BEKYMINGSFULLT FRÅVÆR: TEORI	6
---	----------

Korleis arbeider Austevoll kommune med nærvær og frávær?	6
--	---

Kva er bekymringsfullt frávær?	7
--------------------------------------	---

Årsaker til skulefrávær	7
-------------------------------	---

Kort om unngåing som atferd	8
-----------------------------------	---

Kort om angst/vegtring.....	9
-----------------------------	---

Kort om nevrouviklingsforstyrning (nevrodivergente)	9
---	---

Ei heilskapleg tilnærming	10
---------------------------------	----

Kven utviklar bekymringsfullt frávær?	11
---	----

Tidlege teikn på bekymringsfullt frávær	12
---	----

Forståing, haldningar og praksis	13
--	----

2

KORLEIS FOREBYGGER ME FRÅVÆR?	15
--	-----------

Trygt og godt skulemiljø.....	15
-------------------------------	----

Relasjonskompetanse og klasseleiing	15
---	----

Fráværsrutinar.....	16
---------------------	----

Føring av frávær	16
------------------------	----

Fráværsoversikt	16
-----------------------	----

Samarbeid skule-heim	17
----------------------------	----

3

ELEVEN HAR BEKYMINGSFULLT FRÅVÆR – KVA GJER ME?	18
--	-----------

Nivå 0: Kontakt – same dag.....	19
---------------------------------	----

Nivå 1: Møte med kontaktlærer, elev og føresette – innan ei veke.	20
--	----

Nivå 2 – Samarbeid med fleire	21
-------------------------------------	----

Nivå 3 – Langvarig, koordinert samarbeid.....	22
---	----

Skjematisk oversikt over prosedyren i fráværstrappa:.....	23
---	----

4	VERKTØY OG RESSURSER.....	24
	Verktøy til Nivå 0 i fråværstrappa	25
	Verktøy til Nivå 1 i fråværstrappa	27
	Verktøy til Nivå 2 og 3 i fråværstrappa	31
	ULIKE SAMTALE – OG KARTLEGGINGSVERKTØY TIL BRUK MED ELEV.....	36
	Tiltaksbank.....	44
	Kort om dei vanlegaste nevrouviklingsforstyringane	46
	Forslag til Flyt Foresatt-meldingar for ulike fråværestypar	47
	Leiarperspektiv i arbeid med fråvær og nærvær	48
	Kompetanse	48
	Struktur og rutinar	48
	Implementering – å sette i verk ei planlagd praksisendring	49
	Verktøy – leiardel	51
	Årshjul	51
	Forslag til fråværsføring og fråværsrutinar	52
	Andre ressursar og verktøy som kan vere til hjelp på alle nivå i arbeid med nærvær:	54
	Referanser	55
	Vedlegg.....	Feil! Bokmerke er ikke definert.



Innleiing

Å gå på skule i Austevoll skal vere ei god oppleving. Når ein opplever tryggleik, tilhøyre og meistring, aukar læring – både fagleg og sosialt. Dette er hovudmålet for Austevoll kommune; at alle elevar og tilsette skal kjenne at skulekvardagen er meningsfull og trygg.

Studier viser at minst éin elev i kvar klasse har bekymringsfullt frávær knytt til utfordringar med å gå/vere på skulen. Grunnane kan vere komplekse, og konsekvensane for desse elevane kan vere negativ både emosjonelt, sosialt og fagleg (Havik, 2018). For å forhindre dette treng ein felles retningslinjer for å kunne forebygge, registrere og følgje opp frávær. Opplæringslova krev at skulen følger opp alt frávær frå opplæringa (Lovdata, Opplæringslova, 2024). Dette gjeld alle typar frávær, óg frå første fráværsdag. Denne rettleiaren viser korleis alle skulane i Austevoll kommune skal jobbe med nærvær og frávær.

Målet med denne rettleiaren er at den skal vere eit konkret verktøy for alle som jobbar i grunnskulen i Austevoll Kommune. I eit samfunn der bekymringsfullt frávær har auka dramatisk er det naudsynt med gode, tydelege retningslinjer og rutinar for korleis legge til rette for mest mogleg nærvær. Gode rutinar for registrering og oppfølging av frávær er grunnleggande for å kunne oppdage bekymringsfullt frávær tidleg.

Skuleeigar står som ansvarleg for at denne rettleiaren vert implementert og praktisert i alle grunnskulane i Austevoll. Som føresette skal ein vere trygg på at uansett kva skule barnet går på i Austevoll vil dei møte tilsette som kjenner, og praktiserer rettleiaren.

Rettleiaren er delt inn i fire hovuddelar; **teori, førebygging, prosedyrar og verktøy**. Kvar del byggjer på kvarandre, og målet er at dette skal vere eit levande dokument som ein kan nytte heilt frå forebyggjande fase til dei mest kompliserte sakane på nivå 3 i BTI modellen.

1

BEKYMRINGSFULLT FRÅVÆR: TEORI

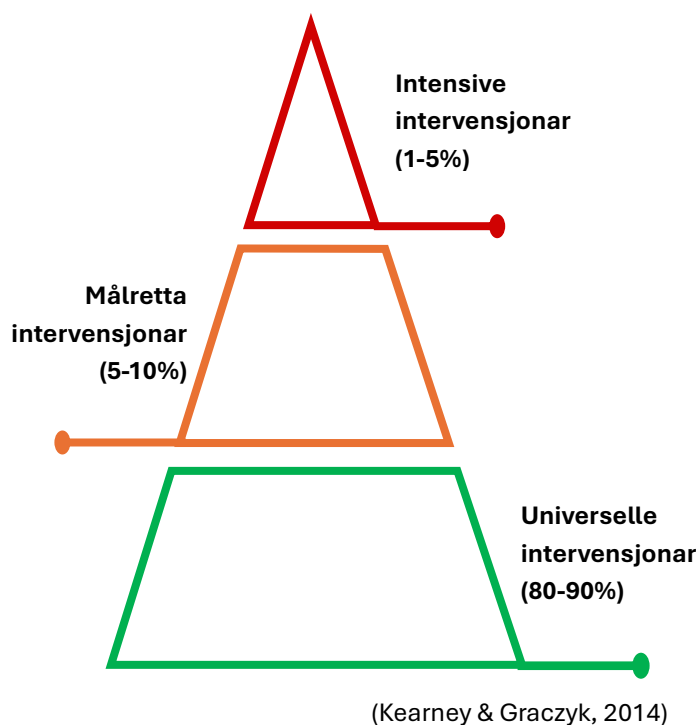
Dei siste åra har det eksplodert med bøker, artiklar og forskning på bekymringsfullt skulefråvær. I denne delen av rettleiaren vert det kort presentert teori som omfattar sentrale prinsipp som er med og påverkar nærværet til elevane. Dersom ein ønsker å sette seg djupare inn i teorien kan ein nytte referansane mot slutten av rettleiaren.

Korleis arbeider Austevoll kommune med nærvær og fråvær?

For at elevane i Austevoll skal få vekse opp og oppleve mest mogleg tilhøyre, meistring og læring treng dei vera til stades på skulen. Kvar dag tel! Kvar dag dei er på skulen og opplever dette så vil dette styrke dei, og kvar dag dei ikkje er til stades vil det svekkast. Derfor jobbar me i Austevoll på to nivå parallelt:

- 1) Skulane jobbar kontinuerleg med forebyggande, universelle tiltak som skal legge til rette for mest mogleg nærvær og tidleg oppdaging av begynnande fråvær.
- 2) Me følgjer tydeleg prosedyren ved bekymringsfullt fråvær som er skildra i denne rettleiaren. Her er målretta verktoy og tiltak med utgangspunkt i «fråværstrappa». Fråværstrappa samsvarer med nivåa i BTI-modellen.

Illustrasjonen viser prosentvis størrelse på elevmassa og utfordringar med skulefråvær. **Grønt** felt viser universelle, forebyggande tiltak. **Oransje** og **raudt** felt viser dei som treng spesifikke, målretta tiltak for at fråværet skal verte redusert. Oransje og raudt brukar fråværsstrappa. (Illustrasjonen vert kalla tiltakspyramiden og er utvikla av Kearney og Grazcyk, 2014.)



Kva er bekymringsfullt frávær?

Frávær frå skulen er normalt og i dei fleste tilfelle sjølvkorrigerande. Det kan vere omgangssjuka, skade, permisjon etc. Men frávær som av ulike grunnar ikkje går over av seg sjølv definerer me som bekymringsfullt frávær.

Definisjon av bekymringsfullt frávær:

Fravær fra undervisningen og det sosiale fellesskapet i skolen, gyldig eller ugyldig, av et omfang/ en hyppighet som medfører bekymring knyttet til elevens faglige utvikling, samt elevens sosiale tilhørighet og utvikling (Ingul, 2011).

Austevoll kommune reknar frávær som bekymringsfullt når eleven:

- Har 10% frávær pr. semester, dokumentert eller udokumentert. Dette vert målt fortløpande.
- Første time udokumentert frávær, og ved generelt høgt timefrávær; >10 enkelttimer i termin (sjå etter evt. mønster ved fag, timar eller lærarar).
- Gjentakande forseintkomming (over 4 på ein månad)
- Eleven møter på skulen, men forlèt den igjen, eller er ikkje del av undervisninga.

Tidspunkt	10% frávær
15. september	2 dager
Haustferie	4 dager
15. november	6 dager
Juleferie	10 dager
Vinterferie	3 dager
1.mai	6 dager
Sommarferie	10 dager

Frávær, uansett årsak, krev at skulen følger opp. Frávær kan være alvorleg frå første dag då det kan gå ut over den faglege og sosiale utviklinga til eleven, og få konsekvensar for eleven både på kort og lang sikt. Det er derfor viktig at skulen jobbar systematisk med å forebygge, og oppdage begynnande frávær allereie frå 1. klasse. (Havik, Skolefravær: Å forstå og håndtere skolefravær og skolevegring, 2018)

Årsaker til skulefrávær

Skulefrávær er eit symptom på noko som er vanskeleg i livet til eleven. Det kan vere fleire ulike årsaker til at elevar utviklar høgt skulefrávær. Problematikken er vanlegvis samansett (Ingul, Skolevegring hos barn og ungdom, 2005). Årsakene til skulefrávær kan vera mange, og er både **individuelle**, **relasjonelle** og **miljøavhengige** (Nittedal kommune, 2023):

Individuelle forhold er det som ligg i eleven som gjer det vanskeleg å vere på skulen. Dette kan vere angst, lærevanskar, sårbar for stress/press, ulike diagnoser som t.d. autisme, språkvanskar, ADHD.

Relasjonelle forhold er det som ligg mellom eleven og andre. Dette kan vere mobbing, utfordringar med venskap både på skule og fritid, vanskar med sosial interaksjon, manglande trygge relasjonar til vaksne på skulen.

Miljømessige forhold kan t.d. vere manglande tilrettelegging på skulen, hyppig utskifting av personale, dårlege klasserom, uro, manglande klasseleiing eller flytting.

Dette er berre få eksemplar for å vise kompleksiteten som kan ligge bak eit bekymringsfullt fråvær. Ein elev kan ha sosial angst og fortsatt gå på skulen, medan ein annan elev utan nokon kjente vanskar kan ha høgt fråvær. Derfor er det grunnleggande viktig at skulen gjennomfører ei god kartlegging ilag med elev og foreldre kva som gjer det vanskeleg for eleven å gå/vere på skulen.

«Derfor er det grunnleggande viktig at skulen gjennomfører ei god kartlegging ilag med elev og foreldre kva som gjer det vanskeleg for eleven å gå/vere på skulen.»

Kort om unngåing som atferd

For mange elever som opplever ubehag vil den beste strategien deira vera å unngå heile situasjonen. Utan auka forståing og betre strategiar vil ikkje eleven sjå meininga med å stå i ubehaget. Mange elevar som unngår skulen kan kjenne seg igjen i ein eller fleire av dei følgjande kategoriane som skildrar fråværet sin funksjon (Kearney C. , 1993):

1. **Unngå** ubehagelege kjensler (t.d. einsemd, manglande meistring, sakn etter foreldre)
2. **Unngå** ubehagelege situasjonar/personar (t.d. presentasjon, mobbing, dusje, lærar)
3. **Oppnå** merksemd frå foreldre eller andre personar utanfor skulen.
4. **Oppnå** godar utanfor skulen (t.d. omsorg, merksemd, speling, rus, meistring)

Eleven treng hjelp til å auke forståinga for kva mekanismar som skjer i desse situasjonane, og få gode verktøy til korleis handtere dei. Kartleggingsverktøyet SRAS-R er ei god hjelp for skulane og hjelpeapparatet til å kunne danne hypoteser rundt kva funksjon fråværet til eleven har (Kearney C. , 1993). (For meir informasjon, sjå s.45). I tillegg er Cool Kids eit godt kartleggingsverktøy og angstprogram med målsetting å auke eleven si evne til å stå i ubehag, og overvinne det. Dette er eit kurs som skulehelsetenesta i Austevoll tilbyr på alle skulane.

Kort om angst/vegtring

Frykt, redsel, nervøsitet og det å vere engsteleg er normale reaksjonar som alle barn og vaksne kan kjenne på i ulike situasjonar i livet. Nokre barn er meir utsett for at desse kjenslene får utvikle seg til noko som skaper problem og utfordringar for skulekvardagen. Det kan vere både skremmande situasjonar og vanskelege kjensler som gjer det vanskeleg for desse barna å gå på skulen. Eksempelvis separasjonsangst, sosial angst, generalisert angst er forhold som kan gjere det vanskeleg for eleven å vere på skulen.

I møte med engstelege elevar er det viktig å hjelpe dei så tidleg som mogleg å erfare at dei kan meistre dei situasjonane dei er engstelege for. Eksempelvis dersom du er redd for å snakke høgt i klassen, og læraren lar deg sleppe heile barneskulen, vil du ikkje verte betre til å snakke høgt. Du vert berre meir engsteleg for det. Her er det viktig med god kartlegging i lag med elev og foreldre slik at riktige tiltak vert sett inn til rett tid. Til dømes øve på å snakke høgt til lærar på eit grupperom eller i ei lita gruppe eleven er trygg i.

I nokre situasjonar er skulemiljøet dårleg, og det kan då vere farleg å eksponere eleven. T.d. kan angst vere eit resultat av eit dårleg skulemiljø med mobbing, dårleg klasseleiing, svake relasjonar etc. (Havik, Skolefravær: Å forstå og håndtere skolefravær og skolevegtring, 2018)

Kort om nevroutviklingsforstyrring (nevrodivergente)

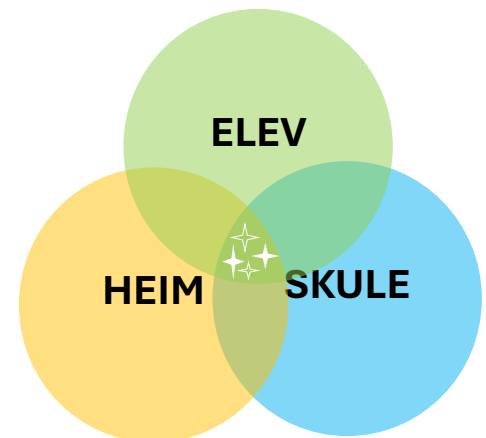
Barn med autismespekterdiagnosar (ASD) eller ADHD er overrepresentert når det kjem til bekymringsfullt fråvær. I ein fagartikkel viser Amundsen og Møller til at 40% av elevar med høgt skulefråvær har autisme eller ADHD, og 75% hadde ein eller fleire diagnosar. Kvifor denne gruppa er så overrepresentert har ikkje eit enkelt svar, men elevar med autismediagnose skil seg ut ved at dei i større grad manglar vener og opplever lite sosial meistring. Elever med ADHD er meir utsett for mobbing, og manglar i større grad gode relasjonar til dei vaksne på skulen (Jakobsen, 2022). Mangel på tilrettelegging frå skulen og forståing av kompleksiteten i diagnosane kan vere viktige faktorar til kvifor fråværet blant desse er høgt. Andel barn og unge som får diagnose i autismespekteret har auka markant dei siste åra, og FHI forventar ei enda større auke i åra som kjem (FHO, 2025). Dette tydeleggjer viktigheita av tryggleik, tilhøyre og meistring som viktige verkemidlar for å forhindre høgt skulefråvær.

**«viktigheita av tryggleik,
tilhøyre og meistring som
viktige verkemidlar for å
forhindre høgt skulefråvær.»**

Ei heilskapleg tilnærming

Bekymringsfullt frávær kan sjeldan verte plassert hos éin enkeltperson, men er ofte eit resultat av fleire samansette årsaker. Forhold ved skule, elev og familie er alle faktorar som verkar inn på kvarandre. Fráværet treng ikkje alltid vera høgt, det kan óg vere aukande frávær, eller mønster i frávær, slik som frávær knytt til ein bestemt dag eller eit bestemt fag. Fordi fráværet ikkje aleine kan verte lagt på eleven er omgrepet «skulevegring» bytta ut med «bekymringsfullt frávær». Bekymringsfullt frávær krev heilskapleg tilnærming med fokus på både eleven, heim og skule.

Fráværet ligg i kryssingspunktet mellom elev, heim og skule. Her ligg både oppretthaldande faktorar og løysinga til fráværet. Det er ikkje nødvendigvis årsaka til fráværet ein må finne, men kva oppretthaldande faktorar som nå gjer det vanskeleg for eleven.



Døme:

Jesper vert sjuk og er vekke frå skule og fritidsaktivitetar ein lengre periode. Heimen får lite oppdateringar frå skulen om kva dei jobbar med, eller meldingar om at dei saknar han. Når Jesper er frisk igjen og skal på skulen greier han ikkje å gå. Han får vondt i magen, og klager over vondt i hovudet. Jesper bekymrar seg for kva dei andre vil tenke om at han har vore vekke så lenge? Kva om han ikkje greier å svare rett på spørsmål i norsk og matte?

Konsekvensar av frávær, uavhengig av fráværets opprinnelege funksjon



Eleven i dømet ønsker ikkje å vera vekke frå skulen, men har valt den beste strategien ut frå eigne forutsetningar. Dette vert ein vond sirkel der frávær avlar frávær, og det vert vanskelegare og vanskelegare for eleven å kome tilbake til skulen. Dette fører til at eleven går glipp av både det sosiale og faglege som skjer på skulen. Dette igjen fører til ei frykt for å utsette seg for det ubehagelege. Eleven unngår skulen, kjenner at ubehaget slapp, og fráværet aukar. «**Kvar dag tel**» - på godt og vondt.

Illustrasjon tilpassa frå Thambirajah (Thambirajah, 2008)

Kven utviklar bekymringsfullt fråvær?

Som nemnt over er årsakene til skulefråvær samansette og må verte plassert utanfor eleven aleine. Det er både gutar og jenter, med og utan diagnosar, frå familiar med høg eller låg inntekt/utdanning. Fråværet er vanlegvis eit symptom på noko som er vanskeleg i eleven sitt liv. Frå eleven sitt perspektiv er fråværet løysinga, medan dei vaksne ser på det som problemet. Dette er viktig perspektiv å ha med når ein skal utforske ilag med eleven.

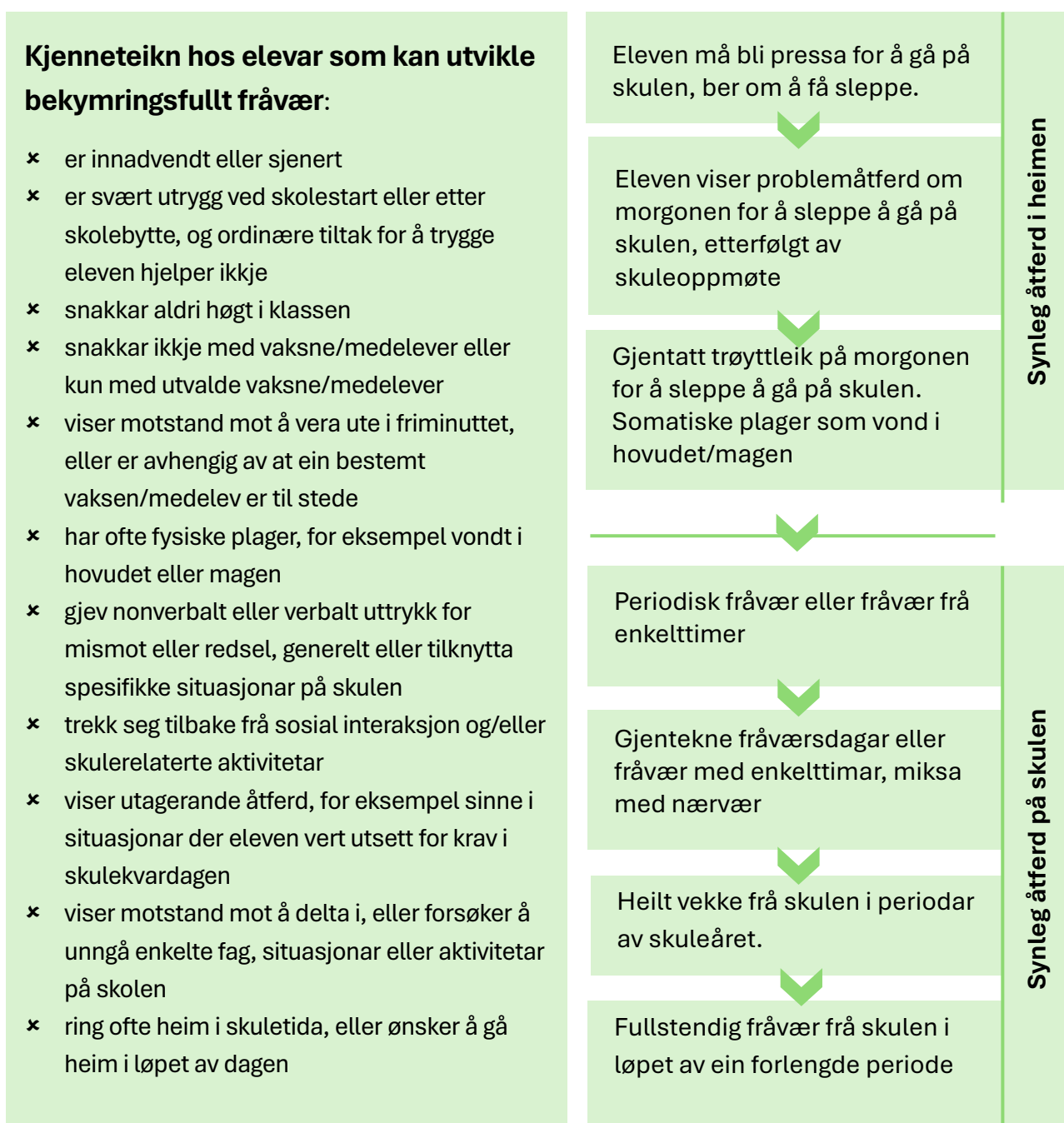
Under er det samla ulike risiko-og beskyttelsesfaktorar som ein kan sjå i samband med bekymringsfullt fråvær. Å auke beskyttande faktorar og redusere risikofaktorar er ein effektiv måte på legge til rette for auka nærvær, tilhøyre, trivsel og læring.

Elev	
Risikofaktorar:	Beskyttande faktorar:
× Eleven har ein psykisk sårbarheit × Eleven har ein innagerande åtferd × Eleven har prestasjonsangst × Eleven har bekymringar for andre ting enn skule × Eleven har lærevanskar × Eleven har låg sosial kompetanse × Eleven opplever lite meistring og verdi på skule	× Eleven har eit positivt sjølvbilete × Eleven har gode sosiale relasjonar på skulen – minst éin god ven × Eleven meistarar det skulefaglege × Eleven har fritidsinteresser/aktivitetar
Familie	
Risikofaktorar:	Beskyttande faktorar:
× Psykiske lidingar hos føresette × Samspelvanskar i familien × Endra familiesituasjonar × Manglande grensesetting × Føresette med eigne negative erfaringar knytt til skulen	× God psykisk helse hos føresette × Godt samarbeid mellom føresette og skule × Familie si støtte i sosiale nettverk × Tydeleg grensesetting
Skule	
Risikofaktorar:	Beskyttande faktorar:
× Mangelfulle rutinar for registrering og handtering av fråvær × Uhensiktsmessig handtering av, og haldningar til, fråvær × Dårleg klasse- og læringsmiljø × Mobbing × Lite kontinuitet i opplæringa – høgt lærarfråvær × Låg kompetanse om psykiske vanskar hos barn	× Gode fråværsrutinar × God klasseleiing × Velfungerande, tilpassa opplæring × God relasjon mellom lærar og elev × Godt samarbeid mellom føresette og skule × God informasjonsflyt ved overgangar × Gode rutinar og handlingsplanar for å gripe inn ved høgt fråvær × Tidleg involvering av andre instansar

(Nittedal kommune, 2023)

Tidlege teikn på bekymringsfullt fråvær

Begynnande skulefråvær er ofte først synleg i heimen. Foreldra og barnet kan ha store utfordringar heime med å få barnet på skulen. Dette kan vare lenge før skulen ser dei synlege teikna på fråvær. Mange barn maskerer korleis dei har det for å passe inn på skulen, men kollapsar/utagerer når dei er heime. Skulen skal oppfordre foreldre til å raskt dele bekymringar dersom dei har dette.



Illustrasjon henta frå Oslo Kommune nærværsveileder (Oslo Kommune, 2025)

Du finner utskriftvenleg versjon under «vedlegg». Skriv ut og heng på kontoret!

Forståing, haldningar og praksis

For å lukkast i auka nærvær, forebygge og snu alvorleg skulefråvær er me heilt avhengig av å ha ei felles **forståing** og felles **haldningar** av problematikken. Utan desse to vil samarbeid verte utfordrande, og sjansen for å lukkast vert liten. Dette er viktig å vere seg bevisst, og jobbe mot, både for elev, skule, heim og hjelpeapparat. Når felles forståing og haldningar vert omgjort til ei felles praksis, først då vil ein kunne sjå endringane ein ønsker å sjå.

Nokre viktige haldningar å strekke oss etter:

- **I dei** fleste fråværsakar er det aller beste for eleven å kome til skulen. Det å ha same «kvardag» som sine jamgamle er viktig både for den psykiske helsa og for at eleven skal oppleve tilhøyre, meistring og læring. Dette er sjølvstøtt avhengig av at det er trygt og godt skulemiljø.
- **Eleven** er ikkje problemet, eller eig problemet. Dette er ei utfordring som alle har eigarskap til; elev, foreldre, skule og hjelpeapparat.
- **Me** «lekke» kjenslene våre. Tenker me at det ikkje nyttar å kartlegge, tilpasse og investere i relasjonen så vil eleven og foreldra merke dette. Skulen er den profesjonelle part og må alltid vere den som bærer trua på at det kan verte betre for eleven.
- **Tillit** er grunnleggande for å kunne få til noko ilag. Dette kan gjere det mogleg eller umogleg å få til endring. Foreldra skal ha tillit til at skulen har god kompetanse, følgjer sine prosedyrar, og gjer alt dei kan for at eleven skal få det betre. Skulen er den profesjonelle part og skal alltid vere den som tar første steg for å bygge tillit. Dette vert gjort ved å følge prosedyrane som er i del 2, forebyggande del.
- **Eleven** si stemme er viktig. Barnekonvensjonen beskyttar barna sin rett til å verte høyrte. Derfor er det grunnleggande viktig at eleven si stemme vert tatt med og vert gjeven stor vekt.

Norsk lov

Barnekonvensjonen artikkel 3 og artikkel 12, Grunnloven § 104, forvaltningslova §17 og opplæringslova §10-1 og §10-3, gjev unge ein rett til å verte høyrte i saker som vedgår dei, og at det beste for barnet skal vere eit grunnleggande omsyn.

Alle barn og unge har rett til å verte høyrte i saker som vedgår dei. Dette gjeld uavhengig av alder eller forutsetning. Utgangspunktet er at me skal høyre barnet eller ungdommen direkte. Barnet eller ungdommen har ikkje ei plikt til å uttale seg, men skal få moglegheita.

Det er eit grunnleggande omsyn at det beste for barnet skal ligge til grunn i alle handlingar og avgjersler som vedgår barn og unge.

Til ettertanke:

Det er forskjell på å møte føresette og/eller elevar med **skepsis** til årsaker for fråværet, og **nysgjerrigheit** for kva skulen skal være oppmerksam på for å sikre eleven si læring og trivsel. For å sikre at skulen får nødvendig informasjon om fråvær er det avgjerande at føresette har tillit til at skulen ikkje er dømmande eller har negative haldningar til fråvær. For at føresette skal kunne være sårbare og ærlege om fråværet til elevar som strever med å komme på skulen, må dei oppleve å verte møtt med tillit.

Korleis merkar du i deg sjølv forskjell på når du er skeptisk og når du er nysgjerrig? Kanskje merker du forskjell i pusten, kroppen eller kroppshaldninga di? Kanskje i tankemåten? Eller i graden av tolmod, rastlause eller irritasjon? Lær å legg merke til dette hos deg sjølv, og sjekk ut kva som vert vekka i deg sjølv i kvar konkret sak. Er det skepsis, så undre deg over kvifor, og spør seg sjølv kva som skal til for at det i staden skal verte vekka nysgjerrigheit, interesse eller undring.

(Nittedal kommune, 2023)



2

KORLEIS FOREBYGGER ME FRÅVÆR?

Det er i hovudsak 4 områder som gjelder når det kjem til god førebygging av fråvær:

1. **God** kompetanse og forståing for bekymringsfullt fråvær (Del 1 i rettleiaren)
2. **Felles** rutinar for oppfølging av fråvær (Del 3 i rettleiaren)
3. **Kontinuerleg** fokus og innsats for at elevane skal ha eit godt læringsmiljø
4. **Fokus** på eit godt, og tett skule-heim samarbeid

Dersom alle tilsette i skulen følgjer desse punkta, er mykje lagt til rette for auka skulenærvær. Det er kvar enkelt tilsett sitt ansvar å følgje desse fokusområda. Skuleleiार og skuleeigar står ansvarleg for at alle tilsette får den opplæringa og oppfølginga som trengs for å vere trygg i dei 4 områda.

Følgjande førebyggjande faktorar er ikkje ei komplett liste, men presenterer grunnlaget for å førebyggje bekymringsfullt fråvær.

Trygt og godt skulemiljø

Det aller viktigaste i nærværarbeidet er å jobbe kontinuerleg for at alle elevar har eit trygt og godt skulemiljø der dei opplever trygge relasjonar, tilhøyre og meistring (Lovdata, Opplæringslova, 2024). I lag med eit kontinuerleg fokus på god klasseleiing og relasjonskompetanse vil dette legge til rette for eit godt læringsmiljø for elevane. Dei tilsette skal kontinuerleg jobbe med å styrke relasjonen til elevane slik at alle elevar har vaksne dei kjenner seg trygge på. I ein positiv skulekultur bryr lærarar og elevar seg om kvarandre. Lærarane er gode rollemodellar for elevane. Skuleleiinga skal passe på at alle tilsette er godt informert og praktiserer felles verdiar, normer og mål (Tjersland, 2020 rev. utg.).

Relasjonskompetanse og klasseleiing

Ein positiv og god klassekultur med ein trygg og god klasseleiार er grunnleggande for å legge til rette for eit godt læringsmiljø i klasserom og på skulen. Elevane skal oppleve at dei har god relasjon til minst ein vaksen på skulen der dei kan oppleve tryggleik, tilhøyre og meistring. I klasseromma skal elevane oppleve at det er trygge, forutsigbare rammer som skaper så gode læringsforhold som mogleg. I eit trygt klasserom er det ikkje farleg å feile. Mange elever

profitterer av å ha ryddige klasserom med gode visuelle hjelpemidler. God organisering av klasserom er ekstra viktig for elevar som potensielt kan utvikle bekymringsfullt fråvær. Tydelege dagsplaner, faste rutiner, klare klasseregler og konsekvent håndtering av desse er viktig. Samtidig handler god klasseleiing om å ha oversikt i klasserommet, og ha alternative oppgåver tilgjengeleg for dei som jobber raskt, strever, eller treng pauser (t.d. hjernepauser) (Oslo Kommune, 2025) (Johannessen & Bakken, 2020)

Fråværsrutinar

Alle lærarar går årleg gjennom nærværsrettleiaren før skulestart. Skulenærvær og fråværsrutinene er tema på alle foreldremøter ved oppstart kvar haust. I tillegg er fråvær og tidlege teikn på fråvær tema på alle utviklingssamtaler med føresette og elev. Dette for å legge til rette for at skule og heim har felles forståing, og innsats, for førebygging av bekymringsfullt fråvær. (Fråværstrappa vert presentert for alle føresette kvar haust). Skuleleiar er ansvarleg for at skulen har årshjul eller anna verktøy som legg til rette for kontinuerleg fokus på nærvær og førebygging gjennom skuleåret.

Føring av fråvær

Alle føresette skal melde inn fråvær på sitt barn i «Flyt-foresatt». Alle lærarar i Austevoll kommune skal registrere fråværet digitalt **kvar dag**. Skulen si leiing har ansvar for at alle tilsette har naudsynt opplæring som trengs for å kunne gjere dette. For å kunne forebygge bekymringsfullt fråvær er me heilt avhengig av å vite **nøyaktig fråvær**. Ved å følgje dette prinsippet kan me til ei kvar tid ha korrekt fråværsoversikt.

Fråværsoversikt

Kontaktlærar skal til ei kvar tid ha oversikt over kva elevar som nærmar seg kriteria for bekymringsfullt fråvær. Elevane sitt fråvær skal vere første tema på dei vekentlege trinnmøta. Leiinga på skulen skal kvar månad gjennomgå det totale elevfråværet for å sikre at rutinar for oppfølging vert følgt. Fråværsoversikt med konkrete tiltak ved bekymringsfullt fråvær skal verte sendt til kommunalsjef to gonger i halvåret.

Kunnskap om nevroutviklingsforstyrningar

Når ein lærar har grunnleggande kunnskap om nevroutviklingsforstyrningar, og kva teikn ein kan sjå etter for å identifisere elevar som har ekstra utfordringar, kan lærar gjere dei justeringane som trengs for å skape eit best mogleg læringsmiljø for desse. Mange av tiltaka som barn med nevroutviklingsforstyrningar profitterer av vil skape betre læringsmiljø for alle. I verktøykassen er det laga ei enkel [oversikt](#) med nokre kjenneteikn hjå elevar med ulike nevroutviklingsforstyrningar.

Samarbeid skule-heim

Samarbeidet mellom skule og heim er eit grunnleggjande prinsipp i opplæringslova (§10-3, §10-8). Skulen har alltid ansvaret for å jobbe mot eit så godt og tett samarbeid med heimen som mogleg. Eit godt samarbeid er i seg sjølv førebyggjande mot bekymringsfullt fråvær. Eleven sitt beste skal alltid vere i fokus for å sikre best mogleg utvikling for eleven, både sosialt og fagleg. Skulen legg til rette for kort veg mellom skule og heim. Ved skulestart får føresette informasjon om skulen sine rutinar ved fråvær, kva som kan vere tidlege teikn på fråvær, og kor viktig det er at føresette deler evt. utfordringar heime når eleven skal gå på skulen.

God informasjonsflyt om kva som skjer på skulen kan trygge foreldra og eleven til å lettare kunne handtere ulike situasjonar som kan oppstå grunna endringar i skulekvardagen. I verktøykassen er det [forslag til meldingar](#) som lærar kan sende til heimen ved ulik type fråvær. Ein skule som er framoverlent kan redusere bekymringsfullt fråvær.

Føresette til barn med bekymringsfullt fråvær kan ha utfordringar med å etablere og oppretthalde gode rutinar. Når ubehag på morgonen og «vondter» oppstår kan føresette kjenne seg usikker på korleis handtere dette (Ingul & Havik, 2021). Slike faktorar er det derfor viktig at skulen legg til rette for kjem fram slik at ein kan finne måtar å støtte føresette på når det er utfordrande i heimesituasjon.

«Ein skule som er framoverlent kan redusere bekymringsfullt fråvær.»

Døme:

Lærarane på 7. trinn ønsker i ein periode å jobbe tverrfagleg for å hjelpe elevane å sjå nytten i tverrfagleg kompetanse. Lærarane sender melding heim der dei informerer at neste veke vert litt annleis og at det kan verte litt meir støy og lyd i klasseromma enn vanleg. Dette grepet kan roe både føresette og elevar som i utgangspunktet kan vere sårbar for støy, lys og opplegg som er annleis.

Kva kan eg som lærar gjere for å forebygge at elevar utviklar høgt fråvær?

Nokre tips:

- **Ver nøye** med føring av fråvær – og snakk med føresette at du kjem til å følgje opp fråvær tett!
- **Fråvær** er eit viktig signal på å vere nysgjerrig – undre deg med elev og føresette om kva det kan dreie seg om, og kva du kan bidra med for å auke nærvær
- **Ver bevisst** på tidlege teikn (del 1 i rettleiaren) og følg ekstra nøye med på elevar som viser slike teikn
- **Bruk tid** på relasjon med alle elevar – dette handlar óg om mikro-augneblink: augekontakt, eit smil, eit nikk, eit klapp på skuldra, ein high-five...
- **Arbeid** med inkludering og klassen si «vi-følelse»
- **God** tilpassa undervisning som gjer at alle elevar opplever meistring
- **Gje** god informasjon til føresette undervegs – ikkje berre når noko oppstår

(Nittedal kommune, 2023)

3

ELEVEN HAR BEKYMRRINGSFULLT FRÅVÆR – KVA GJER ME?

Sjølvs om skulane gjer alt rett i førebygging og registrering av fråvær vil nokre elevar utvikle bekymringsfullt fråvær. Ein føresetnad for å følgje opp bekymringsfullt fråvær er at **kontaktlærar til ei kvar tid har god oversikt over eleven sitt fråvær**. Austevoll kommune bruker modellen «fråværstrappa» for å illustrere korleis kontaktlærar skal gå fram når eleven har fått bekymringsfullt fråvær (trappa samsvarer med nivå i BTI-modellen):



Bekymringsfullt fråvær er:

- 10% (dokumentert eller udokumentert)
- Første time udokumentert og høgt timefråvær (>10)
- Gjentakande forseintkomming
- Kjem på skulen, men ikkje i timane

Arbeidet i ei sak vert berre avslutta dersom fråværet er under bekymringsgrensa. Dersom ein elev får akutt, alvorleg skulefråvær, må kontaktlærar sørge for at prosessen fram til nivå 3 eller 4 går raskare (Kearney & Graczyk, 2014).



Fordi «kvar dag tel» er det særskild viktig at fristane i fråværstrappa vert halden

Du finner utskriftvenleg versjon under «vedlegg». Skriv ut og heng på kontoret!

Nivå 0: Kontakt – same dag

Kortid skal kontaktlærer ta kontakt?

Når fråværet når grensa for bekymring, skal kontaktlærer snakke med elev og føresette allereie same dag.

Kven skal ein kontakte?

Kontaktlærer skal snakke med føresette, og eleven (basert på vurdering av eleven si alder og modning).

Korleis?

Kontaktlærer snakkar med eleven (bruk [støtteark til kartleggingssamtale](#), [undringssamtale](#), [skaleringsskjema](#)), og ringer føresette. Bruk [mal for telefonsamtale](#) og syn til rutinane for oppfølging av fråvær, og at du tar kontakt fordi skulen har omsorg for eleven og er opptatt av å vite dersom det er noko skulen bør følge med på/følge opp. (Hugs: dokumenter i elevmappa)

Kvifor kontakte føresette?

For å *informere* om fråværet og *undersøke* om det kan vere årsaker til at eleven er/har vore borte frå skulen som skulen bør vite om.

Kva så - vegen vidare?

Dersom fråværet *ikkje* gjev grunn til bekymring hos føresette, skulen og/eller eleven fortset skulen å følgje med på fråværet – og tar kontakt igjen dersom eleven på nytt får bekymringsfullt fråvær.

Det kan likevel vere fleire grunnar til at fråværet gjev *grunn til bekymring*. Kanskje opplever føresette det som vanskeleg å få eleven på skulen om morgonen? Kanskje ikkje føresette var klar over fråværet? Kanskje det er situasjonar på skulen som eleven gruer seg for? Somme fag eleven viser at han/ho ikkje liker? Dersom det er grunn til bekymring, eller det er litt usikkert, skal du gå til **neste nivå i trappa** og avtale eit møte med føresette og elev for å kartlegge moglege årsaker og tiltak. (Hugs: dokumentér i elevmappa)

Nivå 1: Møte med kontaktlærer, elev og føresette – innan ei veke.

Kortid skal ein ha møte?

Når det er bekymring for fråværet, eller du, føresette og/eller eleven sjølv er usikker, må ein kartlegge situasjonen. Føresette og elev (vurdering alder/modning) skal verte kalla inn til møte *innan ei veke* etter første kontakt om fråvær. Sjå [forslag til møteinnkalling](#) i verktøykassa.

Kven skal kartlegge?

Kontaktlærer er som regel i best posisjon til å ha ein samtale med elev og føresette. Dersom det er hensiktsmessig kan ein samarbeide med andre tilsette ved skulen.

Korleis

Kontaktlærer forsøker ilag med elev og føresette å kartlegge situasjonen for å få svar på kva som gjer det vanskeleg for eleven. Ein bruker [forenkla kartleggingsskjema](#), [undringssamtale](#) eller [skaleringsskjema](#) for å finne årsaker til fråværet samtidig som ein finn konkrete tiltak for å betre situasjonen. Kva verktøy kontaktlærer bruker vert ei vurdering utifrå kva som passar best.

Dersom behov for meir nyansert/djupare kartlegging bruker ein [tiltakssirkelen](#).

Kontaktlærer kan bruke [tiltaksbanken](#) som inspirasjon til tiltak. Den inneheld mange konkrete tiltak som aukar skulenærværet. Ansvarsoppgåver skal verte tydeleg fordelt med konkrete oppgåver alle skal gjere. Bruk [samarbeidsavtale](#) som oppsummering av møtet. Alle forpliktar seg til å gjere sin del av avtalen.

Skulen bør i samtalen ta utgangspunkt i dei generelle rutinene skulen har for elevkartlegging (pedagogisk analyse, klassetrivsel, sosiogram etc.)

Kvifor – kartlegge?

Målet er å gjere ei god kartlegging ilag med elev og føresette slik at dei tiltaka som vert sett inn har størst moglegheit til å auke skulenærværet for eleven. Derfor er det viktig at eleven si stemme er til stades og verte høyr, enten at eleven er til stades sjølv eller at nokon har snakka med eleven.

Kva så – vegen vidare?

Ei grundig kartlegging kan gje viktig informasjon om årsaker til fråværet, og kva som er oppretthaldande faktorar for fråværet. Dette skal føre til konkrete tiltak som vert evaluert etter 3 veker. Dersom nærværet har auka, fortset ein til fråværet er under bekymringsgrensa. Dersom det fortsatt er bekymringsfullt, fortsett ein til nivå 2 i trappa. Før ein går vidare til nivå 2 gjer kontaktlærer kartlegging av [særskilt sårbarheit](#). (Hugs: dokumentér i elevmappa)

Nivå 2 – Samarbeid med fleire

Kortid?

Når evaluering er gjort på nivå 1 og ein ser fråværet ikkje er redusert skal skulen kalle inn til nytt møte innan ei veke.

Kven skal samarbeide?

Kontaktlærer får samtykke frå føresette til å drøfte i skulemiljøteam. Parallelt vert det kalla inn til eit samarbeidsmøte med «laget» rundt eleven (elev, føresette, kontaktlærer, representant frå skuleleiinga, helsesjukepleiar og andre ressurspersonar).

Korleis?

Ein evaluerer kva tiltak som er gjort til nå og utforskar ilag korleis ein best mogleg kan hjelpe eleven. [Tiltakssirkelen](#) vert brukt for å finne tiltak som kan gjere det betre for eleven. Framleis er stemma til eleven viktig å få fram. Dersom eleven ikkje er til stades snakkar kontaktlærer, føresette eller andre tryggleikspersonar med han/ho.

Kvifor samarbeide med fleire?

Målet er å kunne drøfte ilag med fleire for å kunne finne gode tiltak som kan hjelpe eleven å redusere dei oppretthaldande faktorane som held fråværet oppe.

Kva så – vegen vidare?

Skulen fortset parallelt med vidare kartlegging og tiltak i samarbeid med elev og føresette. Evaluering etter 3 veker.

Dersom fråværet fortsatt er bekymringsfullt går saken opp til nivå 3 i trappa. (*Hugs: dokumentér i elevmappa*)

Nivå 3 – Langvarig, koordinert samarbeid.

Kortid

Når fråværet til eleven ikkje har gått ned, og det fortsatt er bekymring skal kontaktlærer eller representant for skuleleiinga kalle inn til samarbeidsmøte med alle aktuelle støttespelarar kvar 3. veke, eller oftare dersom behov.

Kven er involvert?

Kontaktlærer og «laget» rundt eleven fortset med koordinert samarbeid. Ein representant frå skuleleiinga skal vere med for å kunne forankre tiltak og ressursbruk frå leiinga. I tillegg kan det vere aktuelt med samarbeid med PPT, kommunepsykolog, fastlege, BUP, barneverntenesta, ungdomslos og familieterapeut. Det er sentralt at eleven er med, eller at stemma til eleven kjem tydeleg fram. Om eleven skal vere med på deler eller heile møtet må ein vurdere utifrå alder og modning. På dette nivået kan det vere hensiktsmessig å kartlegge om det er ressurspersonar i elevens sitt nettverk som kan bidra, for eksempel slektningar eller venner.

Korleis

På same måte som i nivå 2 evaluerer ein kva som er gjort, kva som fungerer, og kva tiltak ein skal justere/endre i neste periode. Ein fortset med [tiltakssirkelen](#) for å finne konkrete tiltak for å redusere risiko og auke ressursane i eleven.

Kvifor koordinere samarbeid?

Møta har som mål å finne gode løysingar slik at eleven skal oppnå så normalt skulenærvær som mogleg. På dette nivået er det eit større «lag rundt eleven» som jobbar i lag for å redusere risiko og auke ressursane til eleven

Kva så – vegen vidare?

Så lenge eleven har bekymringsfullt fråvær skal ein fortsette det koordinerte samarbeidet. Dette for å sikre at eleven skal få auke skulenærværet så snart som mogleg og så mykje som mogleg.

Viktige faktorar for å lukkast:

- ✗ Tillit mellom elev, skule og heim
- ✗ Lytte til eleven si oppleving og ønsker – gje reel moglegheit for påverknad i eiga sak
- ✗ Alle tar ansvar og ser utfordringa som noko alle har eigarskap til.
- ✗ Godt samarbeid og samhandling mellom dei ulike instansane
- ✗ Høg møtefrekvens
- ✗ Optimisme og pågangsmot
- ✗ Kreative løysingar
- ✗ Mobilisering av nettverk



Skjematisk oversikt over prosedyren i fráværstrappa:

Nivå 0 Kven: Kontaktlærer Ansvarleg: Kontaktlærer	▪ Kontaktlærer tar kontakt med elev og føresette same dag for å oppklara bekymring rundt fráværet ▪ Dersom første kontakt, bruk <i>mal for telefonsamtale</i> og syn til rutine for oppfølging av frávær. ▪ Målet for samtalen er å <i>informere</i> om fráværet, og <i>undersøke</i> om det kan vere årsaker skulen bør vite om for å hjelpe eleven. ▪ Dersom fráværet ikkje gjev bekymring, fortset ein med å følgje med på fráværet. Dersom fráværet gjev bekymring, går ein til nivå 1.
Nivå 1 Kven: Kontaktlærer Ansvarleg: Kontaktlærer	▪ Kontaktlærer kallar inn elev og føresette til møte innan ei veke. Dersom det er hensiktsmessig kallar ein inn andre aktuelle tilsette frå skulen som er i posisjon til å hjelpe eleven. ▪ Dei involverte kartlegg situasjonen i lag for å få svar på kva som gjer det vanskeleg for eleven. Vurder kva kartleggingsverktøy som er best eigna i denne fasen (forenkla kartleggingsskjema, undringssamtale, skaleringsskjema, tiltakssirkelen). ▪ Skulen tar utgangspunkt i generelle rutinar for kartlegging som pedagogisk analyse, klassetrivsel, sosiogram etc. ▪ Bruk samarbeidsavtale som oppsummering av møte. Alle får konkrete oppgåver som skal gjerast. ▪ Evaluer etter 3 veker. Dersom det fortsatt er bekymringsfullt, går ein til nivå 2. ▪ Før ein går vidare til nivå 2 gjer kontaktlærer kartlegging av særskilt sårbarheit.
Nivå 2 Kven: Kontaktlærer/ Skuleleiinga Ansvarleg: Rektor	▪ Kontaktlærer/rektor kallar inn til samarbeidsmøte innan ei veke. Her vert «laget rundt eleven» kalla inn (elev, føresette, repr. frå leiinga, helsesjukepleier og evt. andre ressurspersonar etter behov som PPT, ungdomslos, barnevern) ▪ Kontaktlærer innhentar samtykke til å drøfte i skulemiljøteam. ▪ Djupare kartlegging med utgangspunkt i tiltakssirkelen for å auke ressursane i eleven og redusere risiko. ▪ Evaluer etter 3 veker. Dersom det fortsatt er bekymringsfullt, går ein til nivå 3.
Nivå 3 Kven: Kontaktlærer/ Skuleleiinga Ansvarleg: Rektor	▪ Samarbeidsmøte med skulen og fleire instansar som t.d. PPT, kommunepsykolog fastlege, BUP, barneverntenesta, ungdomslos, familierettleiar. ▪ På same måte som nivå 2, men fleire er involvert. ▪ Så lenge eleven har bekymringsfullt frávær fortset ein med koordinerte samarbeidet rundt eleven.

Du finner utskriftvenleg versjon under «vedlegg». Skriv ut og heng på kontoret!

4

VERKTØY OG RESSURSER

Det er mange ulike verktøy og ressursar som kan verte nytta heilt frå førebyggjande arbeid til nivå 3 i fråværstrappa. Dess betre kunnskap skuleleiar, lærarar og tilsette har til denne rettleiaren, dess betre forberedt vil ein vere til å kunne utforske i lag med eleven og foreldra kva som gjer at ein skulekvardag kan vere utfordrande.

I denne delen av rettleiaren har me samla ressursar og verktøy som er utvikla til oppfølging av bekymringsfullt fråvær.

Verktøya er organisert slik at dei fylgjer dei ulike nivåa i fråværstrappa. Vidare i verktøykassa er det samla ulike kartleggingsverktøy som kan verte nytta på alle nivå, frå førebygging til nivå 3. Avslutningsvis er det lista opp fleire ressursar ein kan utforske og bruke ved behov.



Verktøy til Nivå 0 i fråværstrappa

Mal for telefonsamtale heim

1. Skaff detaljert oversikt over fråværet til eleven, og om det er eit mønster i fråværet:
 - Kva dagar er eleven borte (t.d. ofte måndagar) ?
 - Er det samanhengande dagar (t.d. knytt til sjukdom som influensa eller omgangssjuka) eller er det enkeltstående dagar (t.d. plager knytt til magevondt, hovudverk)?
 - Kjem eleven ofte for seint, eller går eleven heim før skuledag er over?
 - Har eleven mykje fråvær i forbindelse med lege/tannlege, vurderingssituasjonar eller liknande?
2. Bruk [støtteark til telefonsamtale](#) i førebuing til samtalen.
3. Ring føresette og opplys om eleven sitt fråvær. Minn dei om at skulen satsar på tidleg innsats ved fråvær, og at det er derfor du tar kontakt.
4. Skildre fråværet til eleven (funn frå pkt. 1). Spør føresette kva dei tenker om fråværet.
5. Undersøk om føresette tenker fråværet vil gå ned av seg sjølv eller om dei er bekymra for fortsatt høgt fråvær.
6. Undersøk om eleven verkar å trivast på skulen, eller om dei ser teikn til at eleven mislikar eller gruar seg for noko ved skulen.
7. Konkluder saman med føresette om det er behov for eit møte der saken vert drøfta meir og tiltak vert iverksett (nivå 1).

	Type fråvær	Info. Skule	Info. føresette
a)	Enkelttimer	X	
b)	Gjentakande forseintkoming		
c)	Fag, dagar, personar?	KRØ, tysdag	Tysdag, onsdag
d)	Situasjonar	Vurdering matte, eng.	

Tips

Det kan vere vanskeleg for lærar å vite korleis ein skal ordlegge seg når det kjem varsel for bekymringsfullt fråvær og skulen skal ta kontakt med heimen. Her følger nokre eksempel på korleis lærar kan ha ein samtale med føresette når det er grunn til bekymring (Nivå 0):

I dag forsvann ... frå skulen etter ... time. Dette gjer at me ønsker å finne ut, ilag med dykk, kva som gjorde at ... forlét skulen.

Me har observert at ... ofte kjem for seint inn til time/ikkje kjem inn. Dette gjer at me undrar oss over kva som gjer det vanskeleg for... med klasserommet.

Det er tredje gong barnet ditt kjem for seint denne veka og det gjev ein uheldig start for han/ho. Det er mykje verdifull relasjonsbygging som skjer dei første minutta ved skulestart. Me ønsker at han/ho skal oppleve det trygt og godt på skulen. Er det noko som gjer at det er utfordrande for barnet ditt å komme til skulestart?



Støtteark til telefonsamtale

Refleksjonsspørsmål til kontaktlærer

- Kan du sjå eit mønster i fråværet eller vegringsåtfërda til eleven? Kan fråværet/vegringa vere knytt til at eleven forsøker å unngå spesielle fag, situasjonar, personar eller aktivitetar?
- Veit du at eleven har det trygt og godt på skulen og skulevegen?
- Kva veit du om eleven si oppleving av meistring; både fagleg og sosialt?
- Kva veit du om eleven si oppleving av trivsel og tilhøyre?
- Kven er viktige vaksne på skulen for eleven og korleis fungerer desse vaksenrelasjonane?
- Kven er viktige medelevar eller vener for eleven? Korleis fungerer desse relasjonane?
- Kva inntrykk har du vedrørande søvn, mat og hygiene?

Spørsmål å stille føresette i telefonsamtale

- Korleis vil de skildre barnet si utfordring med å kome på skulen? Kva handlar det om?
- Korleis opplever de barnet si generelle trivsel på skulen og på fritid?
- Vert barnet plaga eller mobba på skulen, skulevegen eller på fritida?
- Skildring av eventuell vegringsåtfærd i heimen:
 - ✖ Er det vanskeleg å få barnet til å gjere seg klar til å gå på skulen om morgonen?
 - ✖ Korleis er kvelds-/morgonrutinane?
 - ✖ Har barnet fysiske plagar i samband med krav om skuleoppmøte, men er elles frisk?
- Dersom barnet har fråvær frå skulen, kva skjer i skuletida? Kva gjer barnet heime?
- Er det helsemessige forhold som er av betydning for barnet si fungering og fråvær? (eventuell sjukdomshistorikk, søvnrytme, matlyst etc).
- Har det skjedd plutslege endringar eller belastningar i familien som kan sjåast i samanheng med eleven sine vanskar? (Skilsmisse, flytting, søsken, sjukdom etc.)
- Er det andre instansar som er involvert omkring barnet eller i familien?
- Kven i nettverket kan vere til hjelp?
- Kva tiltak er prøvd i heimen og korleis har desse fungert? (Morgonrutinar, bytte av roller mellom føresette, samtale med barnet).
- Kva meiner føresette må til for at skulekvardagen til barnet skal fungere betre?

(Øygarden kommune, 2025)

Verktøy til Nivå 1 i fráværstrappa

Invitasjon og agenda for samtale om skulefrávær

Dersom ein har konkludert med føresette om behov for nivå 1, sender skulen ut møteinnkalling med tydeleg agenda for møtet. Følgande er eit forslag til invitasjon og agenda:

Velkomen til samtale om skulefrávær

Etter avtale er de med dette invitert til ein samtale for å finne ut om det er noko me på skulen eller de heime bør gjere for å unngå at eleven får enda høgare frávær.

Når: *dato, klokkeslett frå – til*

Kvar: *eigna møterom*

Kven: *kontaktlærer + mor + far + elev (presiser at eleven er med)*

Kva skal me snakke om (agenda)?

1. Eg vil gje litt informasjon om:
 - skulen sine rutinar for fráværsoppfølging og fráværet til eleven
 - skulen sitt ansvar for at eleven har ein god og trygg skulekvardag, og samarbeidet med heimen om dette
2. Kartleggingsspørsmål til elev (dersom til stades) og føresette
 - Me stiller nokre spørsmål for å finne ut korleis de opplever skulekvardagen
 - Målet er å få best mogleg bilete av kvardagen – kva som er bra og kva som kanskje kan vere vanskeleg
3. Lurer de på noko?
 - a. Spør meg om det er noko de lurar på eller er bekymra for
4. Oppsummering og vegen vidare
 - a. Me vert einige om kva me vil gjere framover
 - b. Dette skriv me som regel inn i ei samarbeidsavtale

Med venleg helsing,

Kontaktlærer, skule/klasse

Mal for først møte – forenkla kartlegging

1. Takk føresette for at dei kjem på møtet. Agenda for møtet er å betre forstå situasjonen til eleven og kome fram til tiltak som kan auke skulenærværet.

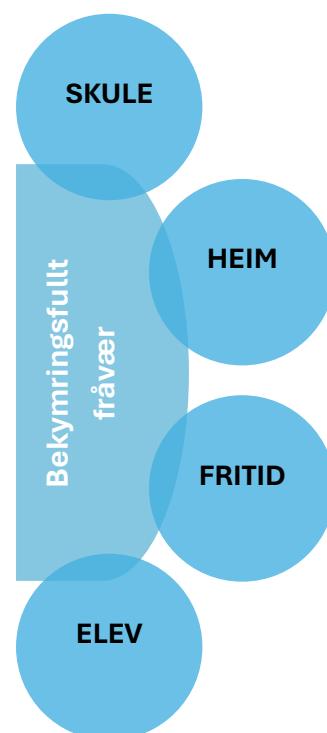
Referer til fråværstrappa og vårt felles mål at eleven skal ha det godt og trygt på skulen, og verta forberedt på livet etter skulen. Informér om lengda på møtet og hald tidsskjema.

2. Oppklar bekymring. Ta utgangspunkt i kartlegging som allereie er gjort. Still spørsmål til eleven og til føresette. (Bruk [støtteark til kartleggingsamtale](#) dersom behov):

(US – snakk gjerne med eleven på tomannshånd først)

- a. Er det noko på **skulen** som kan forklare fråværet? (relasjonar, situasjonar, strukturer, krav o.l.?)
- b. Er det noko **heime** som kan forklare fråværet? (relasjonar, rutiner o.l.)
- c. Er det noko på **fritida** som kan forklare fråværet? (relasjonar, situasjonar, aktiviteter o.l.)
- d. Kan **eleven** tenke seg til kva som kan forklare fråværet? (sjukdom, trivsel, relasjonar, sårbarheiter o.l.)

3. Still spørsmål om leggerutinar, søvnvanskar og morgonrutinar i heimen.
4. Oppsummer punktvis det de er kome fram til. Avtal vegen vidare, når det skal vere kontakt og korleis.
5. I fellesskap vert de einig om kva tiltak som skal verte testa ut i 3 veker. Avklar kven som har ansvar for kva tiltak. Fyll inn informasjon i [samarbeidsavtalen](#), signér og send med føresette heim. Skriv referat og send til føresette.
6. Ved behov for ytterlegare kartlegging eller uklart kva tiltak ein skal sette inn, avtal nytt møte innan éi veke.





Støtteark til kartleggingssamtale

Forslag spørsmål til eleven:

- Trivst du på skulen og på fritida?
- Kven likar du best å vere med i timane? -og i friminutt?
- Kva likar du å gjera på fritida?
- Er det noko du opplever som vanskeleg eller ubehagelig på skulen?
- Er det spesielle fag du likar/ikkje likar?
- Korleis opplever du prøvar? Presentasjonar?
- Korleis går det med lekser?
- Er det nokre lærarar eller andre vaksne på skulen som du har eit godt/ikkje godt forhold til?
- Vert du plaga eller mobba på skulen, i friminutta, på skulevegen eller i fritida?
- Korleis har du det på sosiale medier? Vert du plaga eller mobba på SoMe?
- Gamer du? Kva spel? Snakkar du med andre? Kven?
- Kva gjer du når du ikkje er på skulen?
- Korleis kunne du ønska at skuledagen din var?
- Er det noko eg kan gjere annleis for at du skal ha det bra på skulen?

Forslag spørsmål til føresette:

- Korleis opplever du/de at barnet trivst på skulen/fritida?
- Opplever du/de at det er spesielle årsaker til at barnet ikkje er på skulen?
- Kan det vere forhold på skulen som gjer at barnet ikkje er på skulen?
- Kan det vere forhold utanfor skulen som gjer at barnet har fråvær?
- Er det helsemessige årsaker til at barnet er borte frå skulen?
- Kva gjer barnet når han/ho er heime frå skulen?
- Korleis er morgonrutinane og kveldsrutinane til barnet?
- Korleis er det å få barnet på skulen?
- Kartlegg føresette sine behov for støtte:
 - Er det noko du/de som føresette har behov for hjelp til? Kven kan hjelpe?
 - Kva tenker du/de at skulen kan gjere for at barnet skal koma på skulen?

(Nittedal kommune, 2023)

Stikkord for gode møter:

- Kva har fungert godt og kvifor?
- Kva fungerte ikkje og kvifor?
- Kva skal endrast, når og av kven?
- Kva er me einige om?
- Kva skal den enkelte gjere til neste gong?



SAMARBEIDSAVTALE OM TILTAK VED SKULEFRÅVÆR

Til stades:	
Dato:	
Dato for evaluering:	

PROBLEMSTILLING BASERT PÅ KARTLEGGING:

BAKGRUNNSINFORMASJON (elevskildring, situasjon, problem, omfang, ressursar):

MÅL:

Evt. delmål:

SKULE		
Tiltak	Ansvarleg	Evaluering (vert fylt ut ved neste møte)

HEIM		
Tiltak	Ansvarleg	Evaluering (vert fylt ut ved neste møte)

ELEV		
Tiltak	Ansvarleg	Evaluering (vert fylt ut ved neste møte)

EVT. ANDRE		
Tiltak	Ansvarleg	Evaluering (vert fylt ut ved neste møte)

Alle til stades signerer dokumentet:

Ved evaluering, velg minst éin: ☐ Vidarefører tiltak ☐ Lag ny samarbeidsavtale ☐ Tverrfagleg drøfting
--

Verktøy til Nivå 2 og 3 i fråværstrappa

Tiltakssirkelen

Tiltakssirkelen er utvikla av Anneli Otnes og har som formål å gjere det lettare å identifisere ressursar og risikofaktorar tilknytt det bekymringsfulle fråværet. Dette er ei heilskapleg tilnærming som unngår å legge skulda på enkeltpersonar, men heller løfter perspektivet på heile situasjonen slik at ein saman kan sette inn tiltak der det trengs. Modellen består av 8 tema (sirklar) som påverkar fråværet og nærværet, uavhengig av årsak.

I kvar sirkel ser ein etter ressursar og risiko. Målet er å finne små tiltak innanfor dei ulike sirlane som kan styrke områder som fungerer, og redusere eller endre på forhold som opprettheld fråværet (Otnes, 2016).

Når møtet er ferdig skal alle gå ut med konkrete tiltak dei skal gjere til neste møte. Det kan vere små tiltak som at faglærar smiler og møter blikket når han/ho møter eleven, tydelege kvelds- og morgonrutinar i heimen, til større tiltak som endring av timeplan, reduserte skuleveker eller at eleven bur hos slektning for ein periode.

Det er alltid skulen som har ansvaret for å oppretthalde/skape tillit til føresette. Som profesjonelle er det naturleg at ein startar med å utforske tema rundt skulen før ein går inn på heimeforhold. Ha alltid i tankane at det er ein naturleg ubalanse mellom føresette og skule. Derfor har skulen alt å vinne på å kome på sida av føresette, vere trygg og nysgjerrig på korleis ein saman kan hjelpe eleven til å få det betre, med mål om å auke skulenærværet.



(Tekst tilpassa frå Nittedal og Oslo sine fråværsrutiner (Nittedal kommune, 2023) (Oslo Kommune, 2025))

EKSEMPELTILTAK Tiltakssirkelen

Relasjon til vaksne på skulen

Ressursfaktorar:

- God relasjon til kontaktlærar
- Sjarmerande, lett å like for vaksne
- Likar rådgjevar
- Same musikksmak som musikk lærar

Risikofaktorar:

- Redd for kritikk frå engelsklærar når han gjer feil
- Flau etter å ha skjelt ut mattelærar
- Redd for å vera mislikt av rektor fordi han er «vanskeleg»
- Far snakkar av og til nedsettande om lærarane

Tiltak:

- Kontaktlærar set av tid til faste samtalar med eleven
- Rådgjevar møter eleven i skulegarden om morgonen ein periode
- Rektor helser venleg når ho møter eleven i gongen
- Foreldre snakka positivt om skulen og lærarane
- Mattelærar tar initiativ til ein samtale med eleven
- Kontaktlærar snakkar med engelsklærar om eleven si oppleving
- Musikk lærar er ekstra oppmerksam, og slår av ein prat om naturleg.

Struktur på skulen

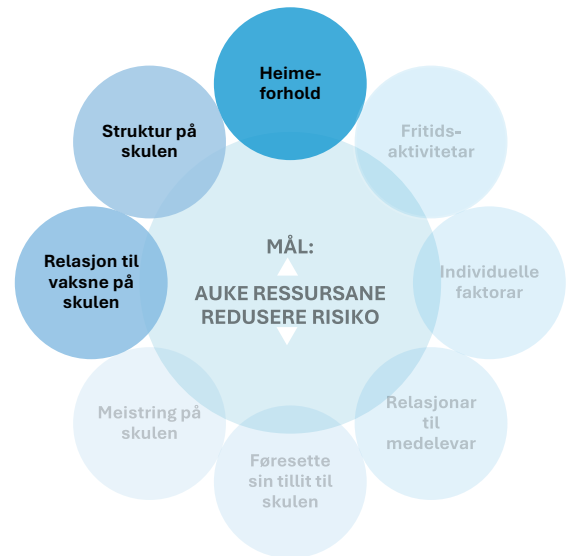
Tiltak:

- Leiinga sjekkar om rutinar for registrering av fråvær vert fylgt
- Miljøarbeidar organiserer leikegrupper i friminutta
- Kontaktlærar og elev justerer på timeplanen for å auke meistring og tryggleik
- Elev lagar plan for veka i samarbeid med kontaktlærar/rådgjevar
- Kontaktlærar sikrar forutsigbarheit for elev ved å gje beskjed i forkant ved t.d. spesielle aktivitetar eller planlagt vikar
- Rektor/avdelingsleiar vurderer saman med kontaktlærar om gruppeinndelingar og klasserom-struktur er hensiktsmessig for eleven

Heimeforhold

Tiltak:

- Føresette jobbar med morgonrutinar for å få betre start på dagen
- Helsesjukepleier hjelper føresette i å få gode rutinar
- Far kontaktar familierettleiar for å få hjelp til betre samarbeid som skilte føresette
- Mor køyrer til skulen ein periode
- Føresette innfører faste kveldsrutinar og avgrensing av elektronikk før leggetid

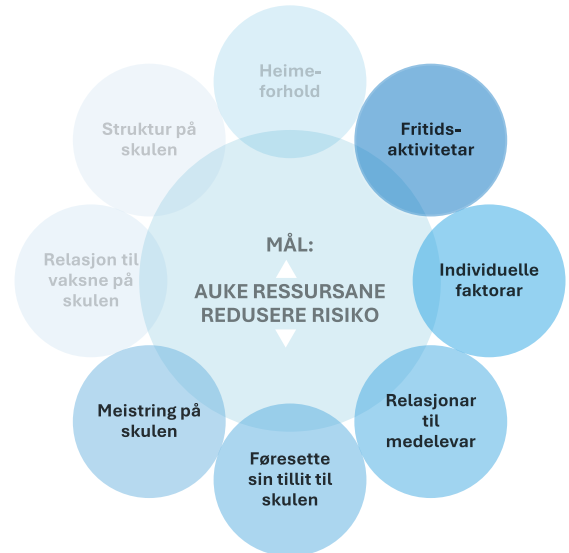


Eksempeltiltak Tiltakssirkelen

Fritid

Tiltak:

- Familien inviterer klassekameratar på pizzakveld
- Faglærer utnyttar interesser i skulearbeid, t.d. ved å skrive prosjektoppgåve om hobby
- Kontaktlærer samarbeider med SFO vedr. Relasjon til medelevar
- Mor og far prøver å bidra til at sosiale relasjonar vert oppretthaldt til tross for skulefråvær
- Dersom mogleg, følg opp fritidsaktivitetar til tross for skulefråvær
- Gå tur med hunden til naboen
- Kontaktlærer og far tar initiativ til samarbeid med fritidsklubb



Individuelle faktorar

Tiltak:

- Kontaktlærer legg til rette for å kunne bruke interesser/hobbyar i skulearbeidet
- Lærarar legg merke til, og kommenterer positive eigenskapar (t.d. hjelpsam, tolmodig, o.l.)
- Støttesamtalar hos rådgjevar/helsesjukepleier
- Vurdere behov for henvisning til PPT, BUP etc.
- Moglegheit til å trekke seg tilbake: arbeide aleine på bibliotek/grupperom dersom mykje bråk i klassen

Relasjon til medelevar

Tiltak:

- Kople elev til ein medelev (læringspartnar)
- Eleven får vere hjelpelærer i musikktime
- Plassere elev i grupper satt saman kun av elevar han/ho er trygg på
- Lage klassereglar for godt miljø og samspel
- Fadderordning
- Klassen sender brev/SMS til eleven med hyggelig helsing ved lengre fråvær
- Moglegheit for å skifte i eigen garderobe

Meistring på skulen

Tiltak:

- Mattelærer sjekkar om eleven treng meir utfordrande oppgåver
- Jobbe for å dempe fokus på presentasjonar
- Skule/PPT kartlegg eventuelle lærevanskar
- PPT vurderer behov for tilrettelegging
- Justere mengde/type lekser
- Undervisning i smågrupper
- Far hjelper til med engelsklekser
- «åpen-bok-prøve»

Føresette sin tillit til skulen

Tiltak:

- Når avtalar ikkje vert følgt opp, sjekk kva det handlar om
- Skulen har ansvar for god dialog når føresette klagar eller er misfornøgd
- Rektor inviterer føresette til samtale
- Føresette med eigne negative erfaringar frå skulen lar vere å formidle desse til barna
- Rask beskjed til føresette når elevar ikkje kjem på skulen utan melding
- Kontaktlærer sender SMS til føresette dersom eleven ikkje har møtt
- Lærarane passer på å formidle til føresette at dei likar eleven



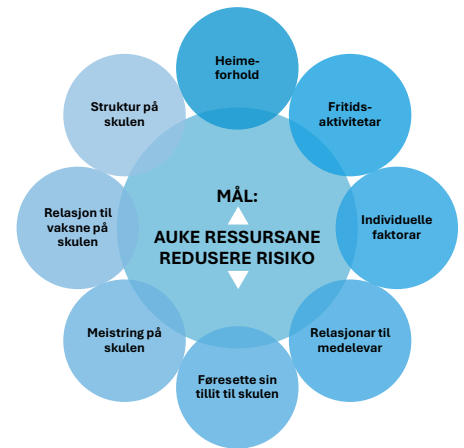
Tips!

Dette arbeidsarket kan ein skrive ut og bruke på samarbeidsmøtet!

KARTLEGGING TILTAKSSIRKELEN

Område (sirkel): _____

Ressursar:



Risiko:

Tiltak: (mål: auke ressurser, redusere risiko)

ARBEIDSARK UTLØYSANDE OG OPPRETTHALDANDE FAKTORAR

Etter kartlegging/samtalar med elev og føresette kan det vere nyttig å samle informasjon i tabellen under. Kva kan ein tenke er grunnane til fråværet i utgangspunktet (utløysande)? Og kva er det som bidrar til at det vert vanskelegare og vanskelegare å kome (oppretthaldande)? Du treng ikkje ha noko fasit, nóter gjerne hypotesar. Elev/føresette kan óg fylle ut eige, eller de kan fylle ut saman.

Utløysande

Når merka de at fråværet starta?
Kva kan vere grunner til at fråværet starta?
Viser kartlegging av skulemiljø/fag interessante funn?

Oppretthaldande

Kva grunnar er det nå, for at nærværet ikkje aukar?
Faglege hól? Sosialt? Bekymringar? Kvardagsrytme?
Viser kartlegging av skulemiljø/fag interessante funn?

ULIKE SAMTALE – OG KARTLEGGINGSVERKTØY TIL BRUK MED ELEV

Det finst mange ulike kartleggings- og samtalskjema for å få fram eleven si stemme og få eit så heilskapleg bilete av situasjonen som mogleg. Her følger eit utval av verktøy som kan verte brukt for å hjelpe eleven til å sette ord på det som er vanskeleg, og hjelpe kontaktlærer eller annan trygg person til å kome i posisjon til å hjelpe eleven. Desse verktøya kan verte brukt på alle nivåa i fråværstrappa. Til slutt er det lista opp andre, verdifulle verktøy som kan nyttast for kartlegging både som førebygging og handtering av fråvær

Undringssamtale

Dette skjema består av ulike områder som eleven skal svare positiv/negativt på. Lærer/trygg vaksen fyller ut og skriv i kommentarfeltet dersom det er informasjon som er viktig å ta med seg. (Molde kommune, 2025)

Område			Kommentar
Skulevegen			
Timeplanen			
Vekeplan/lekseplan			
Lange økter			
Korte økter			
Tavleundervisning			
Lærer hjelper deg			
Jobbe aleine			
Jobbe i gruppe (kven vil du jobbe med?)			
Aleineundervisning			
Klasserommet -Plassen din i klasserommet			
Grupperom			
Turdagar			

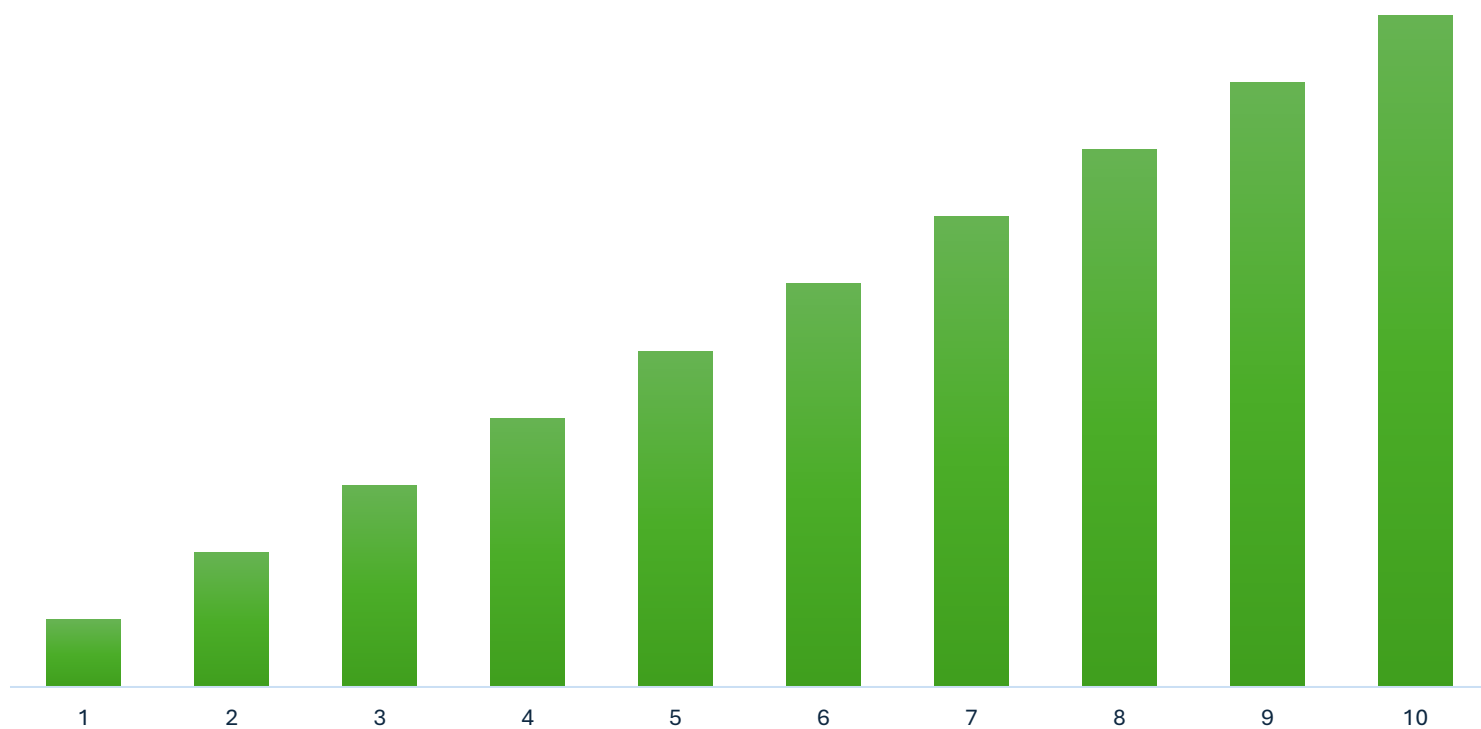
Område			Kommentar
Annleisdagar (ekskursjonar, museum etc.)			
KRLE			
Lesing			
Skriving			
Matematikk			
Engelsk skriftleg			
Engelsk munnleg			
Samfunnsfag			
Naturfag			
Gym			
Svømming			
Kunst og håndverk			
Tegning/maling			
Mat og helse			
Musikk			
Ete på skulen (lunsj)			
Lekser			
Skriftleg prøve			
Munnleg framføring			
Friminutt			
Klassen din			
Gutane			
Jentene			
Kjenner du nokon på trinnet som kjenner seg plaga eller halden utanfor? Kjenner du det nokon gongar slik?			

Område			Kommentar
Konflikt/ueinig/krangel			
Dei vaksne på skulen Kven av dei vaksne likar du?			
Skulen din?			
Skulereglar			
Feriar			
Helg			
Kven likar du å leike med i friminutta?			
Film/seriar			
Sosiale media (kommunikasjon)			
Sosiale media (underhaldning)			
Spill/gaming			
Nyhende/politikk/samfunn			
Lese bøker			
Musikk (høyre på, synge)			
Rydde rommet			
Hjelpe til heime			
Vere med søsken			
Vere saman med venar			
Husdyr			
Fritidsaktivitetar			
Hobbyar			
Kor høgt stress kjenn du når du tenker på skulen? 1-ingenting, 10- mest			
Kor lyst har du til å kome på skulen? 1- minst, 10 – mest			
Tre ønsker i livet/Alladins lampe			

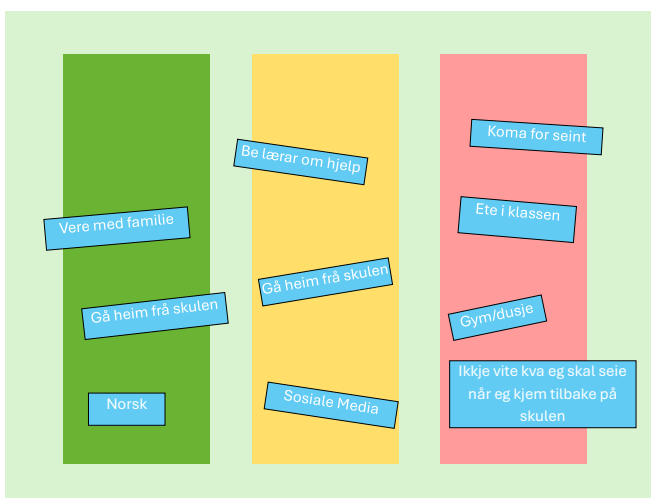
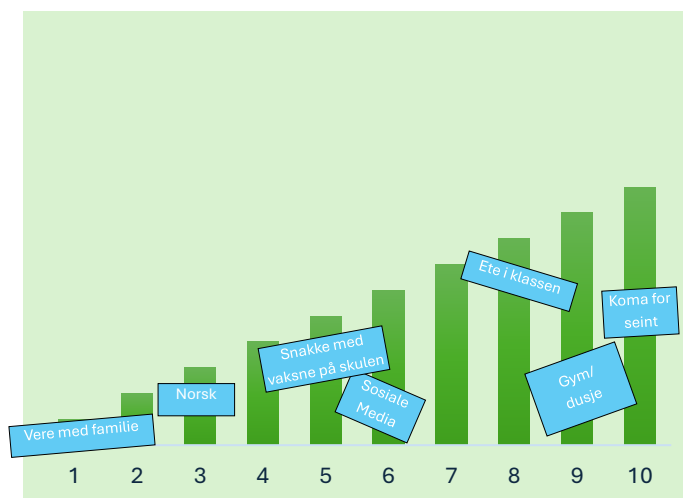
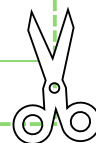
Skaleringsskjema

Dette skjema består av eit søylediagram og ei oversikt over ei rekke funksjoner som vert brukt til å kartlegge eleven si oppleving av ulike sider ved skulekvardagen. Det er 6 områder som vert kartlagd; fag, situasjonar, arbeidsmåtar, fritid, lærarar og heimeforhold.

Søylediagrammet har skala 1-10, der 1 er uproblematisk og 10 er veldig ubehageleg/stressfullt. I lag med den trygge vaksne kan eleven plassere dei ulike funksjonane der den opplever det passer. T.d. kan det å gå inn i klasserommet verte opplevd som 10, men å ta buss til skulen kan vere 1. Dersom det er vanskeleg for eleven å rangere det så detaljert, kan ein bruke tre nivå; grøn, gul og raud. (Oslo Kommune, 2025)



Fag	Situasjoner	Arbeidsmåter	Fritid	Heimeforhold
	Vere i klasserommet	Ha prøver i klassen	Vere med dyr	Forlate mor/far om morgonen
Engelsk	Vere i lita gruppe	Ha prøver på grupperom	Vere aleine	Få nok søvn/kvile
Norsk	Jobbe individuelt (aleine)	Ha prøver aleine	Vere med venner/familie	Vere aleine
Samfunnsfag	Bruke toalett på skulen	Lese høgt i klassen	Drive med friluftsliv	Fortelle andre korleis eg har det
KRLE	Gå i skulegården	Lese høgt i gruppe	Høyre på musikk	Vere med familie
Naturfag	Gå inn når det ringer	Lese høgt aleine for lærar	Spele dataspel/game	Vere med venar
Kunst og håndverk	Ta buss til skulen	Be lærar om hjelp	Sjå på YouTube	
Mat og helse	Gå til skulen	Ha friminutt	Vere på sosiale media	Anna
Valgfag	Verte køyrd til skulen	Svare på spørsmål munnleg i klassen	Sjå på tv/seriar/film	Vere med sjølv på skulen
Framandspråk	Gå heim frå skulen	Svare på spørsmål munnleg i gruppe	Lese	Koma for seint
Gym – gymsal		Svare på spørsmål aleine med lærar	Lage mat	Ikkje vite kva eg skal seie når eg kjem tilbake til skulen
Gym – ute		Samarbeide med medelevar	Trene	Ikkje vite kva andre tenker om meg
Gym – skifte i garderobe		Presentere noko for klassen	Ete mat	Varte høyr
Gym – dusje		Ete i klassen		Bestemme kva eg vil gjere
Lærarar/andre vaksne		Snakke med medelevar på skulen		
Fyll inn namn		Snakke med vaksne på skulen		
Fyll inn namn		Presentere noko aleine for lærar		
Fyll inn namn		Presentere noko i gruppe		



Pluss/minus- skjema

Etter kartlegging er gjort med elev, og det er kome fram ulike områder som vert opplevd utfordrande, kan ein bruke pluss/minus-skjema for å undersøke vidare. På denne måten kan ein få fram viktige nyansar. T.d. har elev skalert «gym/dusje» som veldig stressande. Ved å undersøke vidare med pluss/minus-skjema kan det sjå slik ut:

Kroppsøving	
+	-
Bruke kroppen Springe Klatring Badminton	Garderoben Alle ser meg «Blikking» Lagspel Kommentarar

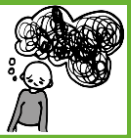
Ut ifrå skjema kan det sjå ut som at eleven trivst med individuelle øvingar, men synst det er vanskeleg med lagspel og garderobesituasjonar. Eksempel på tiltak kan vere:

- Forberede eleven på kva som skal skje i kroppsøvinga
- Variere øvingar slik at det er god balanse mellom individ og lag.
- Hjelpe elev til å sette ord på kva som gjer det vanskeleg med lagspel. Finne gode strategiar i lag med eleven for å handtere ubehag.
- Elev kan få gå litt før for å skifte i garderoben aleine

Skraveringsskjema

Bruk dette skjema som utgangspunkt for samtale med eleven. Tilpass etter alder/modning. Samtal om tema i rutene. Eleven kan skraverare boksane for å vise kor vanskeleg dei ulike tema er. Det er ein blank boks som du kan bruke for å undre deg om det er andre områder som er vanskeleg for eleven.

Ut frå det som kjem fram i samtalen, kan ein gjere vidare undersøkingar, eller man kan verte einige om avtalar som kan gjere skuledagen betre for eleven.

Skule	Fysisk helse	Psykisk helse			
Fritid	Energi	Vennskap			
Heim	Søvn				

Kartlegging av særskilt sårbarheit

Kartlegginga skal skje av lærarane rundt eleven før saka verdt tatt vidare til nivå 2 i fråværstrappa. Kartlegginga er meint som ei hjelp til eiga bevisstgjeringsprosess for å sikre at ein har tenkt gjennom alle årsaker og sårbarheiter hos eleven (Molde kommune, 2025).

Namn:	Kryss	Kommentar:
Innadvendt, trist, tilbaketrekt		
Dårleg sjølvbilet/sjølvkjensle		
Gråt, vanskeleg å berolige og trøyste		
Angst, anspent o.l.		
Irritabel, sinne, raseri, opposisjonell		
Sensitiv for lyd, lys og omgjevnad		
Slapp, nummen, interesselaus og kjenslelaus		
Uvanleg åtferd og utviklingstrekk		
Uroleg, konsentrasjonsvanskar		
Høgt skulefråvær		
Søker oppmerksemd		
Forsinka/tap av ferdigheiter eller regresjon		
Læringsvanskar og skulereelasjon		
Sjølvskadning, sjølvdestruktiv		
Bruk av rusmidler		
Tjuveri, kriminalitet, løgner		

Sosiale forhold	Kryss	Kommentar:
Ettergjevande åtferd		
Uvanleg tilknytningsåtferd		
Klynger seg til vaksne		
Sosial involvering med andre barn (sosial kompetanse)		
Avvikande eller konfliktfylt relasjon til føresette og/eller søsken		
Avviser/unngår vaksenkontakt		
Søsken med store utfordringar		
Fysiske teikn og signaler		
Påkledning		
Hygiene		
Mat-/spisevanar		
Fysiologisk utvikling, over-/undervektig		
Trøtt/søvnmangel		
Fysiske plagar		
Mangelfullt tilsyn		
Foreldre og relasjon foreldre-barn		
Foreldre sin relasjon med barnet		
Foreldre med psykiske lidingar		
Skilte foreldre (i konflikt)		
Uforutsigbare foreldre		
Foreldre med rusmisbruk		
Tilbaketrekking (fråvær)		

Her følger døme på tiltak som kan nyttast på skule og heim. Tiltak vert først satt i gong etter å ha gjort kartlegging av eleven og læringsmiljøet.

Tiltak på skulen

- Jobb med relasjon lærar og elev («banking time»). Konkretiser korleis dette skal skje – t.d. faste elevsamtaler, tur, alternative aktivitetar i friminutt etc. Skuleleiinga må verte involvert dersom det ikkje går å gjere innafor sette rammer.
- Ta kontakt med eleven. Elevar seier sjølv at dei synst det er godt å vite at dei er sakna, og at skulen spør etter dei, sjølv om dei er heime.
- Klassen sender helsing til eleven.
- Dersom føresette og elev samtykker, informer klassen om fråværet til eleven.
- Hugs fagleg tilrettelegging må vere på plass
- Eiga vekeplan/dagsplan (bruk STATPED sine «7 K'er»)
- Tilpassa timeplan. Sakte opptrapping, med fokus på kvardagsrytmen.
- Førebu elev på annleisdagar og endringar
- Ver bevisst eleven si plassering i klasserommet
- Vaksenstyrte aktivitetar i friminutt. Dette kan med fordel verte systematisert som ein del av den ordinære skulekvardagen som førebyggjande tiltak
- Sørg for at eleven har nokon å gå saman med til skulen.
- Lag video av deg sjølv der du viser klasserommet, kva de jobbar med no, og viser at eleven er inkludert og tenkt på.
- Send melding siste dag i skuleferien med informasjon første skuledag etter ferien.
- Ein kan gjere avtaler med eleven om at han/ho ikkje må snakke i klasserommet eller jobbe i grupper. Dette må vere tidsbegrensa slik at eleven etter kvart kan øve på dette.
- Møt eleven i skulegarden eller på avtalt stad for å følgje elev til klasserommet.
- Gje eleven alternativ til å vere på skulen i staden for å reise heim. T.d. ta seg ein luftetur, ta pause på grupperom, snakke med helsesjukepleier etc.
- Ved store utfordringar med morgonsituasjon, kan tiltak for tidleg innsats vere at nokon frå skulen møter eleven heime på morgonen.

Tiltak i skule – heim samarbeidet

- Ein føresett (eller annan frå nettverket) følger eleven til skulen i ein periode
- Sørg for ein open dialog med føresette, så dei til einkvar tid veit kven dei skal ta kontakt med og når den personen er tilgjengeleg.
- Informer føresette kva bekymringsfullt fråvær er, og gje informasjon om rutinane til skulen og moglegheit for å sette i gong tiltak. Bruk gjerne eigna presentasjon for foreldremøtet.
- Trygg føresette på at skulen gjer sitt beste for at eleven skal trivast, og gje god informasjon om eleven si fungering på skulen.
- Anerkjenn føresette sine utfordringar, og gje informasjon om aktuelle hjelpeinstansar.
- Syn at skulen óg kan tilrettelegge – det er ikkje «berre» opp til føresette å «få barna på skulen» når det først er vorten vanskeleg.
- Arbeidet med å sikre at eleven er mest mogleg til stades på skulen skal vera eit samarbeid. Dette er viktig å formidle til føresette.
- Vurder familieråd/involvering av nettverket til familien.
- Gjennomgå delen om haldningar i denne rettleiaren saman med føresette. Er det nokre haldningar som er til hinder for samarbeidet? Kan ei felles forståing av fråværet hjelpe til at alle tar ansvar for sin del?

(Tiltaksbank henta frå Nittedal nærværsvileder (Nittedal kommune, 2023))



Kort om dei vanlegaste nevroutviklingsforstyrningane

ADHD

ADHD kjenneteiknast ved vanskar med merksemd, hyperaktivitet og/eller impulsivitet. Elevar som har ADHD kan ha vanskar med å konsentrere seg, sitje stille, eller tenkje før dei handlar. Meistre skule, venerelasjonar og krav i kvardagen kan verte utfordrande som følgje av dette.

Autismespekterforstyrningar

Sosiale kommunikasjonsvanskar, avgrensa eller snevre interesser og repeterande åtferd er kjenneteikn ved autismespektervanskar. Elevar som har autismespektervanskar kan ha utfordringar med sosial samhandling og kommunikasjon. Dei kan ha andre interesser enn sine jamnaldrande og streve med venskap og relasjonar. Det er også vanleg at dei er overfølsom for sanseintrykk.

Utviklingsmessige språkforstyrring

Utviklingsmessige språkforståing er når ein har vanskar med språkforståing, evna til å uttrykke seg med språk eller det å bruke språket på ein hensiktsmessig måte i ulike situasjonar. Elevar med utviklingsmessig språkforstyrning kan ha vanskar med læring på skulen og sosiale vanskar. Det kan oppstå vanskar med lesing, skriving og nokon får dysleksi.

Lærevanskar

Lærevanskar forstår ein som vanskar med akademiske ferdigheiter som lesing, skriving og matematikk. Ofte vert desse vanskane kalla dysleksi og dyskalkuli. Elevar med lærevanskar har oftast vanskar på skulen og kan slite med meistring i enkelte fag. Etter kvart som dei faglege krava aukar vil desse vanskane kunne opplevast meir og meir plagsame.

Ticsforstyrningar og Tourettes syndrom

Tics vert beskriven som ufrivillige og gjentekne rørsler (motoriske tics) eller lydar (vokale tics). Det vert kalla Tourettes syndrom når det er mange tics over lang tid. Elevar med tics kan vere plaga av tics i periodar, både i form av smerte i kroppen, men også knytt til skam og sosialt stress. Det er vanleg at tics kan avta med alderen. Dei som har Tourettes syndrom har ofte andre vanskar i tillegg, for eksempel ADHD eller tvangslidingar.

Intellektuell funksjonsnedsetting (psykisk utviklingshemming)

Intellektuell funksjonsnedsetting er kjenneteikna ved store begrensningar i både intellektuell fungering og adaptiv åtferd. Det er knytt store vanskar til resonnering, problemløysing, abstrakt tenking, dømmekraft, akademisk læring og anna læring. Elevar med utviklingshemming har også vanskar med å tilpasse seg omgivnadane sine krav og normale krav til alderadekvat funksjon. Dei kan ha vanskar med personleg uavhengighet og sosial ansvarlegheit, og må ofte vedvarande hjelp for å forhindre store funksjonsvanskar.

For å lese meir om ulike nevroutviklingsforstyrningar og korleis tilretteleggje for elevar med ulike vanskar kan ein lese meir på www.statped.no eller [Regionsenter for barn og unges psykiske helse - RBUP Øst og Sør](#)

Forslag til Flyt Foresatt-meldingar for ulike fråværstypar

Sjuk dag 1:

«Takk for info. Håper du blir fort frisk og er tilbake på skulen igjen!»

Sjuk dag 2:

«Takk for info. Fortsatt god betring og håper å sjå deg snart på skulen igjen!»

Sjuk dag 3:

«Takk for info. Fortsatt god betring! Klassen saknar han/ho og håpar at han/ho snart kjem på skulen!»

Sjuk dag 4:

Ring heim og spør korleis det går, om det er mogleg at ... kan komme på skulen med lav terskel for at skulen kan ta kontakt heim ved behov. Fortell kort kva elevene jobber med i klassen og at medelevane ser fram til at han/ho kjem tilbake.

Lege:

«Takk for info. Lykke til hos legen. Flott om ... kjem på skulen før/etter legetimen.»

Tannlege:

«Takk for info. Lykke til hos tannlegen. Flott om ... kjem på skulen før/etter tannlegetimen.»

Gravferd:

«Takk for info. Kondolerer.»

Sjukehus/spesialist:

«Takk for info. Lykke til.»

Annan grunn:

«Takk for info. Ta gjerne kontakt om det er noko!»

Ved varsel i Flyt Foresatt om høgt fråvær:

Ikkje bekymra:

«Hei! Nå har ... fått varsel om høgt fråvær. Dette vert automatisk sendt ut når det har passert grensa for høgt fråvær. Ser at det er kryssa av for sjukdom. Håper det går godt med ...? Er det noko de lurer på eller er bekymra for? Ta gjerne kontakt med oss om det er noko!»

Bekymra:

«Hei! Nå har ... fått varsel om høgt fråvær, og skulen har stort fokus på tidleg innsats ved skulefråvær. Korleis opplever de at ... har det på skulen? Er det andre ting enn sjukdom som kan ligge bak fråværet? Håper det går bra med ... Ikkje nøl med å ta kontakt om det er noko.»

Leiarperspektiv i arbeid med fråvær og nærvær

Leiinga på skulen har det øvste ansvaret for nærværarbeidet. Dette inneber både å sette av tid og ressursar til kompetanseheving i personalgruppa og å sikre oppfølging av rutinar i kvardagen. Leiinga ved skulen må ha god oversikt over alle elevar sitt fråvær, og står ansvarleg for at elevar med bekymringsfullt fråvær vert følgt opp.

Kompetanse

Leiinga på skulen må legge til rette for at alle tilsette får tilstrekkeleg kunnskap om skulefråvær til dømes gjennom ein felles gjennomgang av rettleiarens kunnskapsdel ved oppstart av skuleåret.

Planleggingsveka før skulestart eller ein av skuleårets første fellestider kan vere gode tidspunkt. Ein konkret plan for kompetanseheving blant dei tilsette kan innehalde tema som *autoritativ vaksenrolle, inkluderande praksis, læringsstøtte, kvalitet i relasjonar, og organisering av klasserommet*, og ein kan arbeide med den i fellestid og inkludere han i dei langsiktige planane til skulen for kompetanseheving.

I sakar der lærarar kjenn utvida behov for auka kompetanse for å lukkast i nærværarbeidet, bør leiinga legge til rette for dette. For å lukkast med nærværfremjande arbeid treng skulen å analysere styrkane og svakheitene sine innanfor universelle tiltak (jf. opplæringslova §14-2 og §12-4). Leiinga må sikre at lærarane er oppdaterte på lovverk og praksis for å sikre elevmedverknad, som til dømes barnekonvensjonen.

Struktur og rutinar

Samarbeid internt på skulen

Gjennom fastlagde rutinar kan leiinga sikre at kontaktlærarar følger første og andre nivå i fråværstrappa. Bekymringsfullt fråvær kan vere fast punkt på trinnmøte.

Ein frå leiinga bør følge opp med å gje jamleg leiingsstøtte til kontaktlærar eller andre tilsette som skal følge opp ein elev med bekymringsfullt fråvær. Faste møtepunkt mellom leiing og lærar vil sikre at lærar får den avlastinga som trengst. I enkelte saker vil det vere nødvendig at ein frå leiinga ved skulen hjelper kontaktlærar allereie på nivå 1 i fråværstrappa. Dersom kontaktlærar ikkje kan følge opp elevfråværet, til dømes ved sjukefråvær, må leiinga ved skulen sørge for at planar blir følgde opp vidare. Det er ein fordel at rutinar som sikrar at vikarar får nødvendig informasjon, er på plass.

Leiinga ved skulen står ansvarleg for at alle tilsette er fortruleg med verktøy for fråværsføring, og at føringa er korrekt. Erfarne lærarar kan gje opplæring til nytilsette. Leiinga følger nøye med på elevfråværet og har til kvar tid oversikt over fråvær på individ- og gruppenivå. Det kan vere formålstenleg med ein gjennomgang av fråværet til ei fast tid kvar månad. Månadleg, eller i beste fall vekentleg, gjennomgang av fråværet på dei ulike trinna hjelper alle å vere førebudde på handling. Det er ansvaret til skuleleiinga å sikre at slike rutinar blir følgde i praksis.

Arbeidet i fráværssaker må dokumenterast slik at informasjon kan følge eleven ved eventuelle overgangar. Dokumentasjon på arbeid som vert gjort er ei verdifull støtte til seinare arbeid, til dømes viss nokon av tiltaka må takast opp att.

Samarbeid med heimen

Informasjon til føresette om dei overordna planane til skulen for frávær- og nærværarbeid legg til rette for ei felles forståing og tettare samarbeid. Informasjonen kan vere tilgjengeleg på nettsidene til skulen i tillegg til å vere fast punkt på foreldremøta om hausten. Reglar for permisjonar og andre typar frávær blir gjennomgåtte. Foreldre blir tilbudd grunnleggjande kunnskap om frávær og får kjennskap til korleis dei kan følge med på tidlege teikn til bekymring. Oppfordre føresette til å ha låg terskel for å dele bekymring med skulen. Elevane ved skulen bør få tilpassa informasjon om skulefrávær og fráværsrutinar.

Leiinga ved skulen sørger for at alle føresette er informerte om fráværstrappa for oppfølging av bekymringsfullt frávær. Gjennom dette er føresette førebudde på initiativet og handteringa til skulen dersom ein elev skulle utvikle bekymringsfullt frávær.

Dersom det skulle oppstå utfordringar i samarbeidet mellom skule og heim i skulefráværssaker, er det leiinga ved skulen som har overordna ansvar for å gjenopprette eit godt og tillitsfullt samarbeid.

Samarbeid med andre instansar

Leiinga ved skulen legg til rette for å etablere godt tverrfagleg samarbeid. Den sørger for god dialog med ulike samarbeidspartnarar som skulehelseteneste, lågterskeltilbod i kommunen, PPT og spesialisthelseteneste. Leiinga vil ha nytte av å ha god oversikt over tilgjengelege lågterskeltilbod i kommunen.

For å følge nivå 2 i fráværstrappa er det viktig at skulemiljøteam møtast jamleg, og at fráværssakar vert prioriterte. I komplekse fráværssaker bør leiinga ved skulen avlaste kontaktlærar dersom det vert hyppig korrespondanse mellom skule og hjelpeinstansar. Det er leiarane som kallar inn til tverrfaglege samarbeidsmøte, og tek ansvar for referatføring.

Implementering – å sette i verk ei planlagd praksisendring

For at skulen skal lukkast i arbeidet med nærværarbeid på dei tre nivåa i tiltakspyramiden, bør det utarbeidast ein strukturert plan for å oppnå varig positiv endring. Planen må omfatte auka kompetanse hos personalet og betre rutinar for å oppdage, kartlegge og sette i verk tiltak i samband med bekymringsfullt frávær. Det er særleg tre kritiske faktorar knytt til implementeringa av ein slik plan: Ein må lage ein plan av kvalitet, etablere ei arbeidsgruppe som skal jobbe med implementeringa, og sette av tid, og dessutan rette personar, til rettleiing og trening.

Å utvikle ein implementeringsplan av kvalitet inneber å lage ein plan som gjev klarheit og retning i arbeidet, og definerer kva som skal gjerast når, og av kven. Planen skal vere meir enn ei sjekkliste, og gjennomføringa av planen må forankrast i leiinga (& Roland Westergård, 2015).

Gjennom å opprette ei arbeidsgruppe (der leiinga er representert) som jobbar med implementeringa på skulen, vil dei tilsette få betre støtte i å ta i bruk ny kunnskap og sikre varig praksisendring. Dette kan til dømes vere å utarbeide eit årshjul for fråværs- og nærværsarbeid, etablere tverrfaglege nærværteam og styrke elevmedverknad gjennom bruk av kartleggings- og samtaleverktøy. Årshjulet vil vise når på året det er formålstenleg å arbeide med spesifikke område av handlingsplanen til skulen for fråvær og nærvær.

Tid til trening og rettleiing er ein av dei viktigaste faktorane for ei vellukka implementering. Det må derfor vere eit godt samarbeid mellom dei involverte i prosjektet på skulen og med støttesystema internt og eksternt. Dette skaper eit klima for samarbeid og felles ansvar for denne elevgruppa, frå leiarnivå og ut til personalet, der ein signaliserer at dette er viktig og må følgast opp. Ofte vert det undervurdert kor mykje tid trening og rettleiing tek. Det bør komme tydeleg fram i ein implementeringsplan når det skal trenast og rettleiast.

Alle involverte treng jamleg påfyll av kunnskap for å halde oppe lojalitet og motivasjon. Deretter bør ein sikre kontinuerleg evaluering av prosessen.

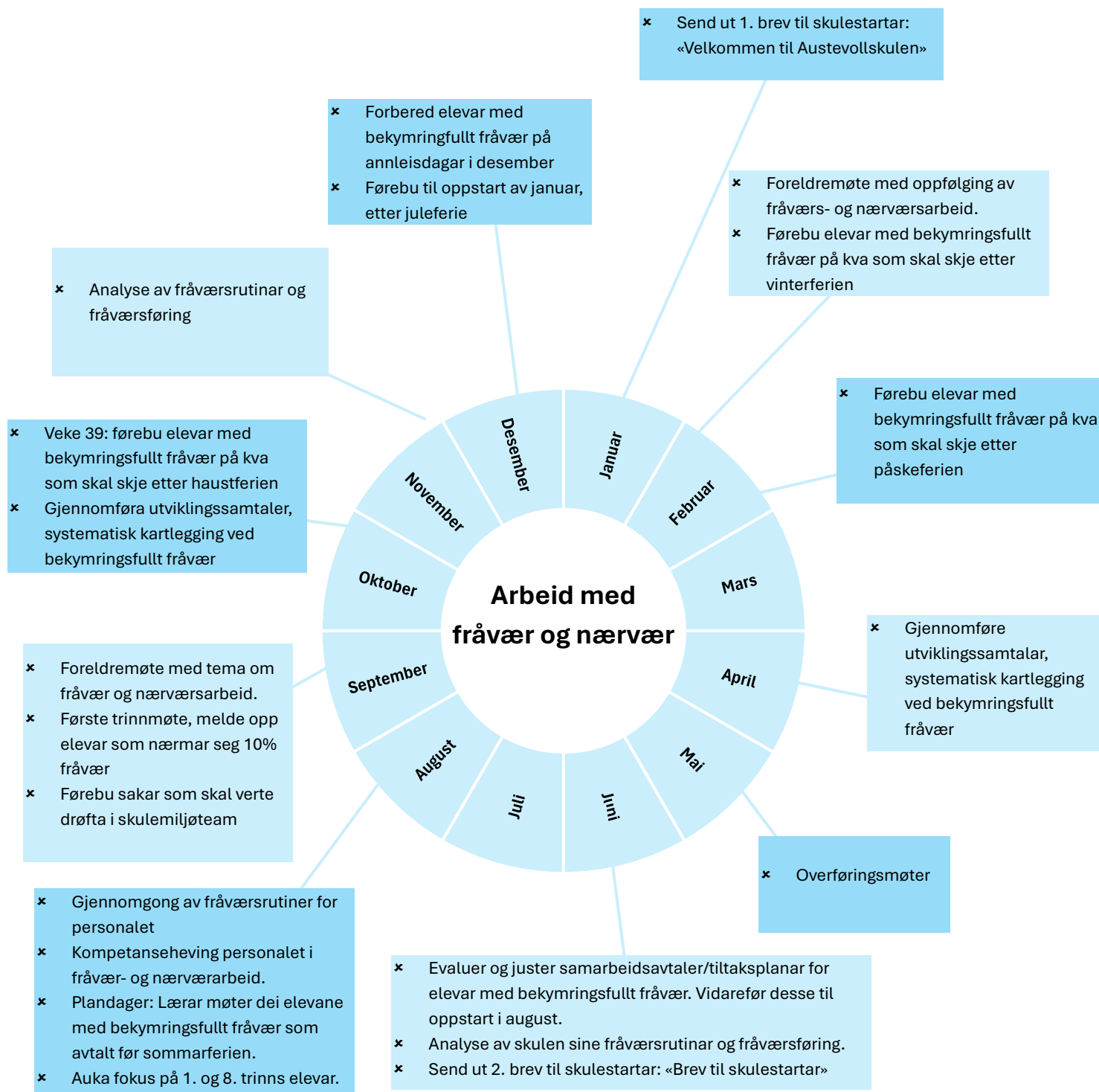


Verktøy – leiardel

I verktøykassa finn du forslag til verktøy som kan støtte arbeidet med å forebygge, kartlegge og utforme tiltak. Verktøya er tilpassa samarbeid innad på skulen og med eleven, føresette og andre instansar.

Årshjul

Døme på visualisering av arbeidet med fråvær og nærvær gjennom eit skuleår.



Forslag til fráværsføring og fráværsrutinar

Skulen bør ha ein lett tilgjengeleg oversikt over rutinar for registrering og oppfølging av frávær for å kunne handle raskt når elevar vert borte frå skulen.

Eksempel på handlingsplan for fráværsføring og fráværsoversikt for _____ skole		
	Ansvar	Tips til konkrete tiltak og rutinar
Fráværsføring <i>Mål: Alle lærarane fører frávær kvar time</i> Alt frávær vert fortløpande registrert i skulen sitt registreringssystem.	Kontaktlærer, faglærer og vikarar.	Nye tilsette får tilstrekkeleg opplæring i registreringssystemet kvar haust under planleggingsdagane. Vikarar får nødvendig informasjon om registrering og får tilgang til klasseliste av den som kallar inn vikar.
Kommunikasjon mellom skule og heim ved frávær <i>Mål: God kommunikasjon mellom skule og heim om frávær</i> Føresette får tilstrekkeleg informasjon om skulen sine fráværregler og rutinar. Føresette gjev beskjed om frávær ved å sende Flyt-foresatt-melding til kontaktlærer innan første skuletime. Dersom skulen ikkje har høyrte frå føresette innan 2. time, vil kontaktlærer kontakte føresette i løpet av dagen. Føresette må melde fráværet kvar dag dersom ikkje meldinga seier noko om forventta lengde på fráværet. Kontaktlærer ringer heimen til elevar som har samanhengande dagar med frávær.	Kontaktlærer/t rinnleiar Føresette Kontaktlærer Føresette Kontaktlærer	Fráværsrutinar vert teken opp som eige punkt på foreldremøte og i oppstarts- og utviklingssamtaler. Eige infoskriv om rutinar for frávær vert lagt i oppstartsmappa til nye elever. Alle lærarar som har første time, gjev skriftleg beskjed til trinnleiar om kva elevar som ikkje har møtt.
Grense for bekymringsfullt frávær <i>Mål: Skulen har ei tydeleg definisjon av grensa for bekymringsfullt frávær.</i> Elevar og føresette er godt informert om skulen sin definisjon av bekymringsfullt frávær. Dei er óg informert om skulen sine anbefalingar med tanke på permisjonssøknader. Både elevar og føresette veit at både gyldig og ugyldig frávær kan føre til bekymring. Kontaktlærer tar kontakt med føresette straks fráværet vert rekna å være bekymringsfullt.	Skulen si leiing/trinnleiar Kontaktlærer	Elevane vert informert om grenser for bekymringsfullt frávær. Dei får opplæring i teorien som understøtter denne bekymringa. Opplæringa bør skje i løpet av de første vekene i skoleåret. Ved bekymring skal ein følge fráværstrappa i rettleiaren.

Andre ressursar og verktøy som kan vere til hjelp på alle nivå i arbeid med nærvær:

- Relasjonssirkelen: Viktig kartlegging for å finne risikoelever, holdninger og kultur blant dei vaksne ([Kartlegging-av-relasjoner-voksen-barn.pdf](#))
- Sosiogram ([Sosiogramspørsmål | klassetrivsel](#))
- IVAS ([Om kartlegging, IVAS skole](#))
- Sånn vil jeg ha det ([saannviljeghadet.no](#))
- SRAS-R ([SRAS-kartlegging samledokument.docx](#))



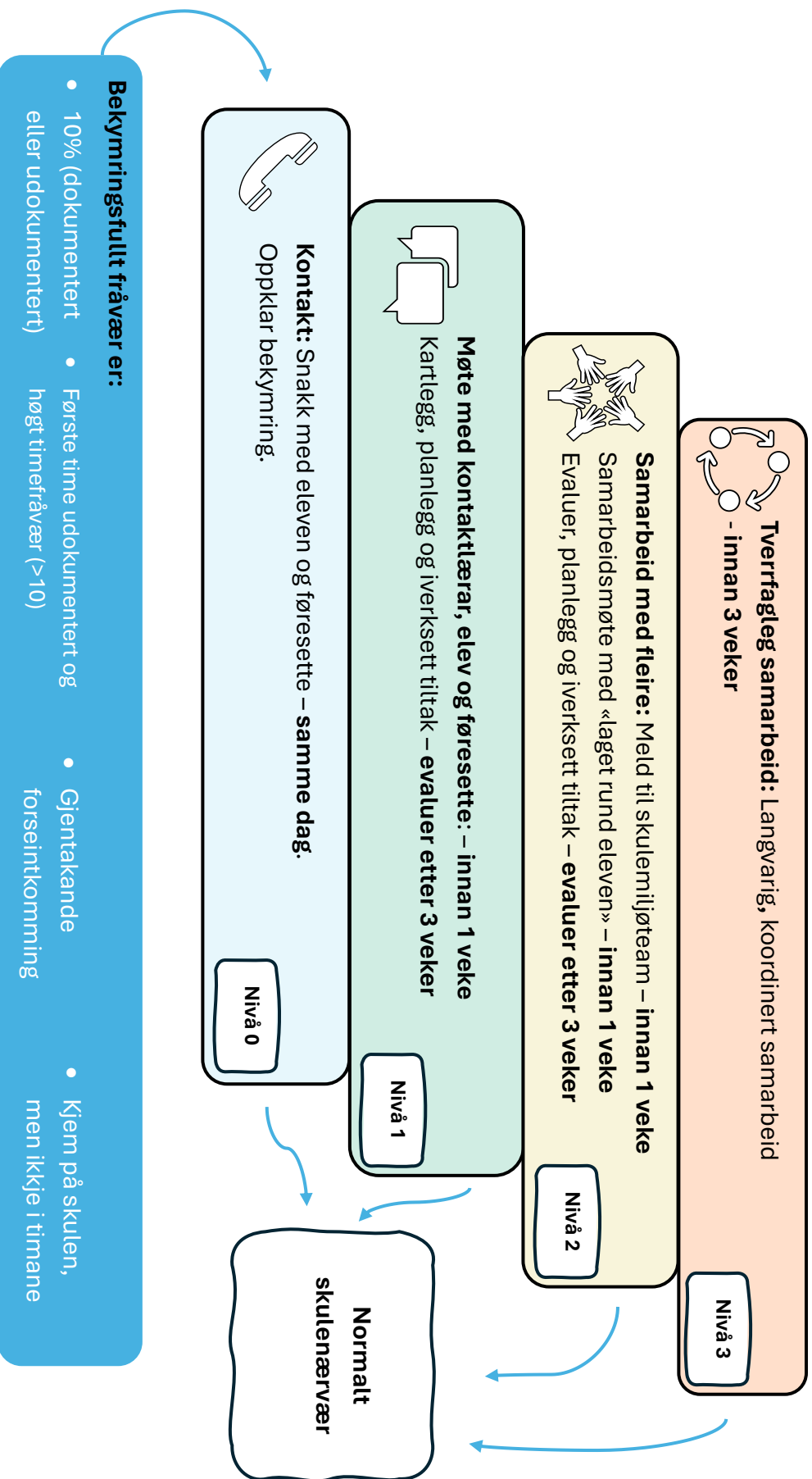
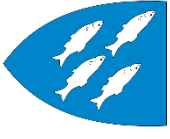
Referanser

- Amundsen, M.-L., & Møller, G. H. (2020, September 14). *Betydning av skolerelaterte faktorer og mobbing for elever som strever med skolevegring*. Hentet fra Psykologi i kommunen: <https://psykisk-kommune.no/fagartikkel/betydning-av-skolerelaterte-faktorer-og-mobbing-for-elever-som-strever-med-skolevegring/19.161>
- Amundsen, M.-L., Kielland, A., & Møller, G. (2022). *School refusal and school-related differences among students with and without diagnosis*. Hentet fra Nordisk tidsskrift for pedagogikk og kritikk: <https://pedagogikkogkritikk.no/index.php/ntpk/article/view/3514/6244>
- FHO. (2025). *Stadig flere barn og unge får ADHD- og autismediagnoser*. Hentet fra fhi.no: <https://www.fhi.no/nyheter/2025/stadig-flere-barn-og-unge-far-adhd--og-autismediagnoser/>
- Havik, T. (2018). *Skolefravær: Å forstå og håndtere skolefravær og skolevegring*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Havik, T. (2022). *Ufrivillig skolefravær - og ønsket om å komme tilbake til skolen*. Tromsø. Hentet Mai 31, 2022 fra https://uploads-ssl.webflow.com/606d79e1dbe8c023cebe1e00/629869d3c2c9b20acd26574e_31.05.22%20Konferanseplassen%20Troms%C3%B8%20sendt2.pdf
- Ingul, J. M. (2005). Skolevegring hos barn og ungdom. *Se meg! Barn i Norge*, ss. 27-37. Hentet fra https://vfb.no/content/uploads/2019/03/WEB_BarniNorge2005.pdf
- Ingul, J. M., & Havik, T. (2021, Juni 30). *Tidlig intervensjon ved skolevegring*. Hentet fra Utdanningsnytt: <https://www.utdanningsnytt.no/fagartikkel-skole-skolevegring/tidlig-intervensjon-ved-skolevegring/289648>
- Jakobsen, S. E. (2022, Mars 31). *Mange skolevegrere har ingen venner og et dårlig forhold til lærerne på skolen*. Hentet fra forskning.no: <https://www.forskning.no/adhd-skole-og-utdanning/mange-skolevegrere-har-ingen-venner-og-et-darlig-forhold-til-laererne-pa-skolen/2003000>
- Johannessen, K. N., & Bakken, A.-K. (2020). *Fra uro til ro. Utfordrende atferd og barns muligheter for læring*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Kearney, C. (1993). *Measuring the Function of School Refusal Behavior: The School Refusal Assessment Scale*. Hentet fra ResearchGate: https://www.researchgate.net/profile/Wendy-Silverman/publication/247521672_Measuring_the_Function_of_School_Refusal_Behavior_The_School_Refusal_Assessment_Scale/links/5ab6680aaca2722b97cdddf1/Measuring-the-Function-of-School-Refusal-Behavior-The-School-Re
- Kearney, C. A., & Graczyk, P. (2014, Februar). *A Response to Intervention Model to Promote School Attendance and Decrease School Absenteeism*. Hentet fra Researchgate.net: https://www.researchgate.net/publication/257545646_A_Response_to_Intervention_Model_to_Promote_School_Attendance_and_Decrease_School_Absenteeism

- Lovdata. (2023). *Opplæringslova*. Hentet fra lovdata.no: https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2023-06-09-30/KAPITTEL_4-3#%C2%A712-2
- Molde kommune. (2025). *Molde kommune; Nærværsløftet. En praktisk nærværsvেileder*. Hentet fra molde.kommune.no: https://www.molde.kommune.no/_f/p2/i94215e30-6cde-4024-937d-65d63b4a9587/narvarsloftet.pdf
- Nittedal kommune. (2023, Juli). *Hver dag teller! Veileder for forebygging og oppfølging av alvorlig skolefravær*. Hentet fra flammen.no: <https://flammen.no/globalassets/02-dokumenter/ppt/hver-dag-teller-fullversjon-2023.pdf>
- Oslo Kommune. (2025). *Bekymringsfullt skolefravær: En praktisk nærværsvেileder*. Hentet fra oslo.kommune.no/skole og utdanning: <https://www.oslo.kommune.no/get-file/603530/10c911f28f6fb38b3350db64b63f7b046e7885c39ba8e00558c847b90cf4ad6e>
- Otnes, A. (2016). *Å kurere gruff - En framgangsmåte for samarbeid rundt barn og ungdom med skolefravær*. Oslo: Spesialistoppgave i klinisk barne- og ungdomspsykologi, Bufetat Øst.
- Thambirajah, M. G.-H. (2008). *Understanding School Refusal. A Handbook for Professionals in Education, Health and Social Care*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Tjersland, S. H. (2020 rev. utg.). *Hver dag teller. Veileder for skolenærvær - Vollebekk skole*. Oslo.
- Utdanningsdirektoratet. (2025, Oktober 22). *Slik kan skolen håndtere bekymringsfullt fravær*. Hentet fra Utdanningsdirektoratet: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/forebygge-og-folge-opp-bekymringsfullt-fravar/slik-kan-skolen-handtere-bekymringsfullt-fravar/#3-ha-en-tett-dialog-med-foreldrene>
- Øygarden kommune. (2025, 09 1). *Handlingsplan i møte med bekymringsfullt elevfravær*. Hentet fra oygarden.kommune.no: <https://www.oygarden.kommune.no/fjellungdomsskule/tenester/planar-prosjekt-og-pedagogiske-verktoy/planar/handlingsplan-i-mote-med-bekymringsfullt-elevfravar/>

Nittedal kommune, Oslo kommune og Silje Hrafa Tjersland har vore til stor hjelp og inspirasjon for denne rettleiaren. Mykje av innhald og verktøy er inspirert/brukt frå desse. Takk til dykk!

FRÅVÆRSTRAPPA



Arbeidet i ei sak vert berre avslutta dersom fråværet er under bekymringsgrensa. Dersom ein elev får akutt, alvorleg skulefråvær, må kontaktlærar sørge for at prosessen fram til nivå 3 eller 4 går raskare.

Fordi «kvar dag tel» er det særers viktig at fristane i fråværstrappa vert halden



Fråvæerstrappa – Oversikt

Nivå 0 Kven: Kontaktlærer Ansvarleg: Kontaktlærer	▪ Kontaktlærer tar kontakt med elev og føresette same dag for å oppklara bekymring rundt fråværet ▪ Dersom første kontakt, bruk <i>mal for telefonsamtale</i> og syn til rutinane for oppfølging av fråvæer. ▪ Målet for samtalen er å <i>informere</i> om fråværet, og <i>undersøke</i> om det kan vere årsaker skulen bør vite om for å hjelpe eleven. ▪ Dersom fråværet ikkje gjev bekymring, fortset ein med å følgje med på fråværet. Dersom fråværet gjev bekymring, går ein til nivå 1.
Nivå 1 Kven: Kontaktlærer Ansvarleg: Kontaktlærer	▪ Kontaktlærer kallar inn elev og føresette til møte innan ei veke. Dersom det er hensiktsmessig kallar ein inn andre aktuelle tilsette frå skulen som er i posisjon til å hjelpe eleven. ▪ Dei involverte kartlegg situasjonen i lag for å få svar på kva som gjer det vanskeleg for eleven. Vurder kva kartleggingsverktøy som er best eigna i denne fasen (forenkla kartleggingsskjema, undringssamtale, skaleringsskjema, tiltakssirkelen). ▪ Skulen tar utgangspunkt i generelle rutinar for kartlegging som pedagogisk analyse, klassetrivsel, sosiogram etc. ▪ Bruk samarbeidsavtale som oppsummering av møte. Alle får konkrete oppgåver som skal gjerast. ▪ Evaluer etter 3 veker. Dersom det fortsatt er bekymringsfullt, går ein til nivå 2. ▪ Før ein går vidare til nivå 2 gjer kontaktlærer kartlegging av særskilt sårbarheit.
Nivå 2 Kven: Kontaktlærer/ Skuleleiinga Ansvarleg: Rektor	▪ Kontaktlærer/rektor kallar inn til samarbeidsmøte innan ei veke. Her vert «laget rundt eleven» kalla inn (elev, føresette, repr. frå leiinga, helsesjukepleier og evt. andre ressurspersonar etter behov som PPT, ungdomslos, barnevern) ▪ Kontaktlærer innhentar samtykke til å drøfte i skulemiljøteam. ▪ Djupare kartlegging med utgangspunkt i tiltakssirkelen for å auke ressursane i eleven og redusere risiko. ▪ Evaluer etter 3 veker. Dersom det fortsatt er bekymringsfullt, går ein til nivå 3.
Nivå 3 Kven: Kontaktlærer/ Skuleleiinga Ansvarleg: Rektor	▪ Samarbeidsmøte med skulen og fleire instansar som t.d. PPT, kommunepsykolog fastlege, BUP, barneverntenesta, ungdomslos, familierettleiar. ▪ På same måte som nivå 2, men fleire er involvert. ▪ Så lenge eleven har bekymringsfullt fråvæer fortset ein med koordinerte samarbeidet rundt eleven.



Varselsignal om bekymringsfullt fråvær

Kjenneteikn hos elevar som kan utvikle bekymringsfullt fråvær:

- ✗ er innadvendt eller sjenert
- ✗ er svært utrygg ved skolestart eller etter skolebytte, og ordinære tiltak for å trygge eleven hjelper ikkje
- ✗ snakkar aldri høgt i klassen
- ✗ snakkar ikkje med vaksne/medelever eller kun med utvalde vaksne/medelever
- ✗ viser motstand mot å vera ute i friminuttet, eller er avhengig av at ein bestemt vaksen/medelev er til stede
- ✗ har ofte fysiske plager, for eksempel vondt i hovudet eller magen
- ✗ gjev nonverbalt eller verbalt uttrykk for mismot eller redsel, generelt eller tilknytta spesifikke situasjonar på skulen
- ✗ trekk seg tilbake frå sosial interaksjon og/eller skulerelaterte aktivitetar
- ✗ viser utagerande åtferd, for eksempel sinne i situasjonar der eleven vert utsett for krav i skulekvardagen
- ✗ viser motstand mot å delta i, eller forsøker å unngå enkelte fag, situasjonar eller aktivitetar på skolen
- ✗ ring ofte heim i skuletida, eller ønsker å gå heim i løpet av dagen

Eleven må bli pressa for å gå på skulen, ber om å få sleppe.



Eleven viser problemåtferd om morgonen for å sleppe å gå på skulen, etterfølgt av skuleoppmøte



Gjentatt trøytteleik på morgonen for å sleppe å gå på skulen. Somatiske plager som vondt i hovudet/magen

Synleg åtferd i heimen



Periodisk fråvær eller fråvær frå enkelttimer



Gjentekne fråværsdagar eller fråvær med enkelttimar, miksa med nærvær



Heilt vekke frå skulen i periodar av skuleåret.



Fullstendig fråvær frå skulen i løpet av ein forlengde periode

Synleg åtferd på skulen



10 råd til føresette ved skulefråvær

1. Snakk med barnet ditt

Prøv å finne ut kva som gjer at barnet ikkje vil eller klarar å gå på skulen. Spør om barnet har nokon å vere saman med på skulen. Ver konkret når du spør og bruk god tid.

2. Kontakt skulen så fort som mogleg

Spør om dei har lagt merke til at barnet har endra seg enten fagleg eller sosialt. Ikkje vent og sjå. Her spelar tidsfaktoren ei stor rolle, og skule-heim samarbeidet er avgjerande.

3. Gjer ein avtale

At barnet fortel om vondt i magen eller hovudet er ofte eit av dei første teikna på skulevegning. Dersom barnet klagar på vondt, bør han/ho likevel gå på skulen med avtale om å kunne gå heim igjen dersom det vert verre i løpet av dagen.

4. Utøv ei mildt press

Ikkje ver for ettergjevande. Snakk med læraren om korleis barnet ditt har det på skulen. Har han/ho det trygt og godt eller foregår det mobbing? Er det eit dårleg læringsmiljø? Du må kjenne deg trygg på at barnet ditt har det trygt og godt på skulen dersom du skal klare å stå i jobben med å få han/ho på skulen.

5. Ikkje gjer det for attraktivt å vere heime

Gjer dagar heime mest mogleg like ein skuledag.

6. Ta barnet med til legen

Dersom barnet ofte klagar på vondt i mage eller hovud, eller er unormalt sliten, bør barnet få ei vurdering av lege. Ein bør samtidig forsøke å gå på skulen den perioden vurderinga pågår.

7. Oppretthald ein normal kvardag

Dersom barnet er heime vær han/ho stå opp til vanleg tid og gjere seg klar til ein ny skuledag på same måte som når han/ho skal på skulen. Få barnet til å gjere skulearbeid og følgje klassen sine arbeidsplanar så langt det lar seg gjera. Kontakt kontaktlærar for eit samarbeid om dette.

8. Framsnakk skulen

Trekk fram det barnet likar ved skulen og snakk positivt om skulen, lærarar og medelevarane heime.

9. Ha gode rutinar

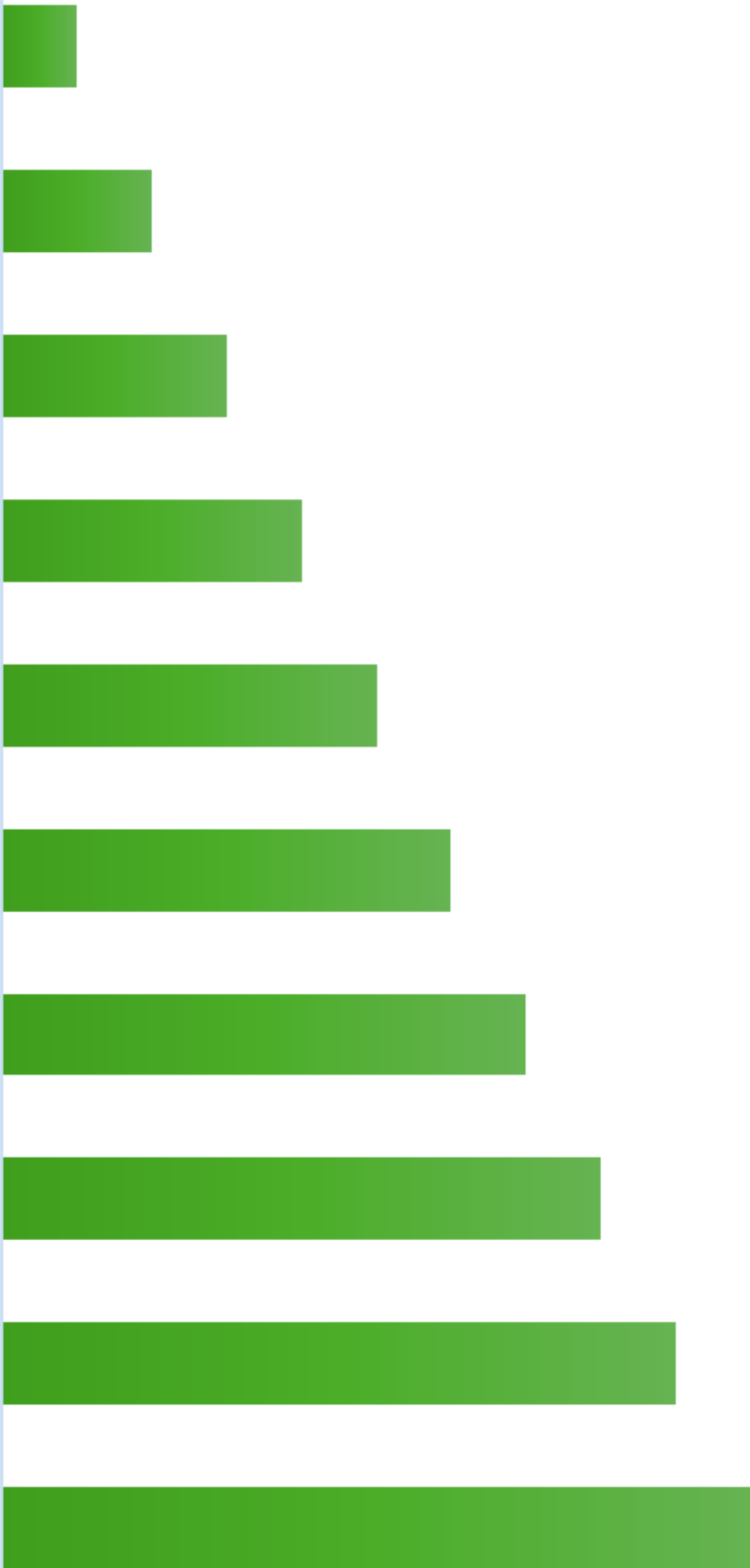
Det er viktig at det same skjer kvar kveld ved leggetid om morgonen. Barnet bør legge seg til fast tid og få nok søvn. Om barnet brukar mykje tid på mobil eller nettbrett når det skal sove bør du ta vekk dette.

10. Ikkje føl skuld

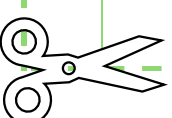
Det er aldri éin person si skuld eller éin enkel grunn til at eit barn ikkje vil gå på skulen. Grunnane til det er ofte samansette. Å føle skuld fører ikkje til noko positivt verken for dei vaksne eller for barnet. Hugs at du ikkje er åleine om å streve med dette og at openheit om det som er vanskeleg både heime og på skulen er vegen å gå.

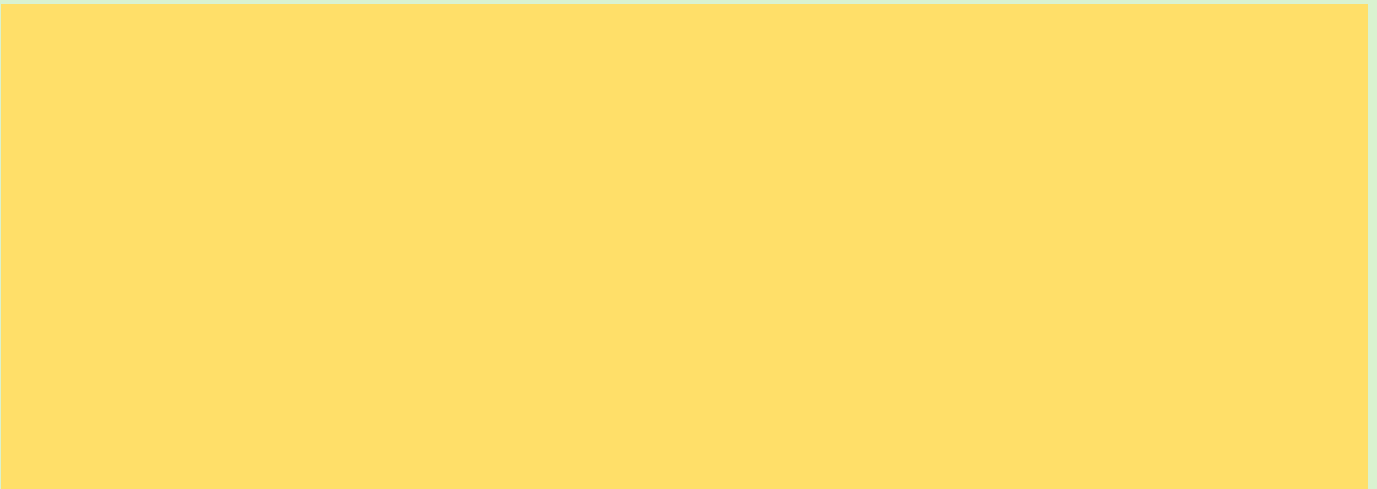
(Øygarden kommune, 2025)

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10



Fag	Situasjoner	Arbeidsmåter	Fritid	Heimeforhold
	Vere i klasserommet	Ha prøver i klassen	Vere med dyr	Forlate mor/far om morgonen
Engelsk	Vere i lita gruppe	Ha prøver på grupperom	Vere aleine	Få nok søvn/kvile
Norsk	Jobbe individuelt (aleine)	Ha prøver aleine	Vere med venner/familie	Vere aleine
Samfunnsfag	Bruke toalettt på skulen	Lese høgt i klassen	Drive med friluftsliv	Fortelle andre korleis eg har det
KRLE	Gå i skulegården	Lese høgt i gruppe	Høyre på musikk	Vere med familie
Naturfag	Gå inn når det ringjer	Lese høgt aleine for lærar	Spelje dataspel/game	Vere med venar
Kunst og håndverk	Ta buss til skulen	Be lærar om hjelp	Sjå på YouTube	
Mat og helse	Gå til skulen	Ha friminutt	Vere på sosiale medier	Anna
Valgfag	Verte køyrd til skulen	Svare på spørsmål munnleg i klassen	Sjå på tv/serier/film	Vere med sjølv på skulen
Framandspråk	Gå heim frå skulen	Svare på spørsmål munnleg i gruppe	Lese	Koma for seint
Gym – gymsal		Svare på spørsmål aleine med lærar	Lage mat	Ikkje vite kva eg skal seie når eg kjem tilbake til skulen
Gym – ute		Samarbeide med medelevar	Trene	Ikkje vite kva andre tenker om meg
Gym – skifte i garderobe		Presentere noko for klassen	Ete mat	Varte høyt
Gym – dusje		Ete i klassen		Bestemme kva eg vil gjere
Lærarar/andre vaksne		Snakke med medelevar på skulen		
Fyll inn namn		Snakke med vaksne på skulen		
Fyll inn namn		Presentere noko aleine for lærar		
Fyll inn namn		Presentere noko i gruppe		





Skule

Fritid

Heim

Fysisk helse

Energi

Søvn

Psykisk helse

Vennskap

