|  |
| --- |
| **Tiltak på skolen** |
| * Kartlegg elevens sosiale og faglige situasjon. * Igangsett tiltak som virker minst mulig stigmatiserende og som bevarer elevens integritet. For de aller fleste elever vil bekymringen for å skille seg ut i jevnaldergruppa være svært styrende for hvilke tiltak de ønsker rundt seg. For eldre elever vil det være viktig å utarbeide tiltak sammen med eleven. * Etabler og viderefør positive relasjoner til voksenpersoner på skolen for å skape trygghet for eleven. * Forutsigbarhet og struktur på dager for at eleven skal kunne oppleve trygghet. * Daglige/jevnlige samtaler med eleven med fokus på mestring og emosjonell støtte, også når eleven ikke er på skolen. * Fokuser på fag som mestres og sørg for en faglig tilpasset opplæring. * Forbered og informer eleven om endringer i dagsrutiner. Ekstra forberedelser på hva som skal skje ved «annerledes dager» som turdager, høytidsmarkeringer m.m. Vær oppmerksom på at enkelte elever vil kunne ha behov for informasjon på et relativt detaljert nivå, for eksempel hvem eleven skal gjøre gruppearbeid sammen med, sitte ved siden av på bussen m.m. * Gi eleven alternativer til å reise hjem fra skole når noe oppleves som vanskelig. Gjør avtaler om at dersom eleven opplever engstelse kan han/hun gå til helsesøster, sosiallærer, kontoret eller få en pause på et eget rom. * Dersom eleven kjøres til skolen, kartlegg behovet eleven og foreldrene har for at ansatt ved skolen eller medelever følger eleven inn på skolen eller møter eleven på parkeringsplassen. * Gjør individuelle avtaler om at eleven for en tid kan slippe å svare muntlig i klassen. * For elever som har behov for en gradvis tilbakeføring til skolen kan det for en tid gis opplæring på liten gruppe eller individuell opplæring på skolen. * Informer klassen og/eller trinnet om elevens fravær dersom eleven og foresatte samtykker. Hva slags informasjon som skal gis bør utformes i samarbeid med eleven/foresatte. * Vær bevisst på elevens plassering i klasserommet. Eleven skal oppleve å bli sett, og bør plasseres med venner og/eller trygge medelever. * Utarbeid en samarbeidsavtale med langsiktige mål og med delmål. En opptrappingsplan er et delmål, og eleven skal være trygg på at denne følges og evalueres på faste møter. * Opptrappingsplanen inneholder en økning av gangen. Utvid gjerne midt i uken og ikke rett etter ferier eller helg. Et tips kan være å starte tilbakeføringen i siste time, slik at eleven avslutter sammen med klassen, og så utvide skoledagen derfra. |

|  |
| --- |
| **Sosiale tiltak på skolen** |
| * Arbeid kontinuerlig med det psykososiale miljøet i klassen. * Sørg for at eleven opprettholder en positiv kontakt med medelever dersom eleven ikke er på skolen. Dette kan gjøres gjennom: * Besøk fra klassekamerater og kontaktlærer * Brev fra klassen * Oppfordre elever i klassen til å sende hyggelige tekstmeldinger * Oppfordre elever til å oppsøke eleven på fritiden * Vær bevisst elevens plassering i klasserommet. * La eleven velge hvem som skal sitte i nærheten av seg. * Tilby fast aktivitet sammen med eleven alene, eller sammen med eleven og utvalgte elever i skoletiden. * Gi forutsigbarhet i friminutt ved igangsetting av faste aktiviteter (for eksempel spillklubb, bokklubb, tegneskole) for å skape oversiktlige og trygge sosiale arenaer. * Sørg for at eleven har noen å gå sammen med til/fra skolen.   5 |

|  |
| --- |
| **Tiltak i hjemmet** |
| * Foreldrene må være tydelige på at barnet skal på skolen, og at de samtidig trygger barnet på at dette skal det mestre i nær fremtid * Begge foreldrene bør tydelig kommunisere at de er enige i at barnet skal på skolen, og støtte hverandre i oppgaven om å få barnet på skolen. * I noen tilfeller vil det være nødvendig at foreldrene bytter oppgaver og roller i forhold til barnet for en periode. * Oppretthold en fast og tydelig døgnrytme i hjemmet. Det er viktig å forebygge en unaturlig og forskjøvet døgnrytme, da dette kan gjøre det vanskelig for barnet å stå opp og motiveres for skoledagen. * Ha en fast rutine på morgenen og beregne god tid før skolen begynner. * Når barnet er hjemme fra skolen, gjør hverdagen hjemme lik en skoledag, med krav om utføring av skolefaglige aktiviteter. * Barnet bør ikke få tilgang til TV, PC-spill eller ulike hyggelige aktiviteter med foreldre i skoletiden når barnet er hjemme fra skolen. * Foreldres tilstedeværelse i hjemmet på dagtid vil i noen tilfeller forsterke barnets høye fravær eller skolevegring. * Foreldre som er hjemmeværende bør i enkelte tilfeller vurdere om de for en periode bør utføre aktiviteter utenfor hjemmet i skoletiden. * Gi ulike former for belønning og ros ved oppnådde delmål. * Motiver barnet og styrk dets tro på mestring av hverdagen. * Gjør hyggelige aktiviteter sammen med barnet utenfor skoletid. * Hjelp barnet til å ta initiativ med jevnaldrende i fritiden. * Oppretthold barnets deltakelse i fritidsaktiviteter. * Ikke la skolevegringen eller fraværet være det eneste temaet i familien. |

|  |
| --- |
| **Tiltak hjem – skole samarbeid** |
| * Sørg for en åpen dialog og tett samarbeid med foresatte, så de til enhver tid vet hvem på skolen de skal ta kontakt med og når vedkommende er tilgjengelig. * Informer foresatte om hva langvarig alvorlig skolefravær er, og gi informasjon om skolens rutiner og muligheter for å sette inn tiltak. * Trygg foresatte på at skolen gjør sitt beste for at eleven skal trives, og gi god informasjon om hvordan eleven fungerer på skolen. * Bekreft foreldre på at de er den viktigste samtalepartner og støtte for sitt barn. * Gi støtte til foreldre som opplever at deres barn ikke vil gå på skolen og anerkjenn deres utfordringer. Gi ved behov informasjon om aktuelle hjelpeinstanser. * For elever der en er bekymret for fravær, kan hjem– skole samarbeidet ivaretas gjennom tiltak som: kontaktbok, e-post, daglige/ukentlige telefonsamtaler, jevnlige samarbeidsmøter. * Gi informasjon til foreldre om hvordan dagen har gått, og hvordan skolen har planlagt neste skoledag. Dette vil både trygge foreldre, samt kunne åpne for at foreldre kan ha samtaler med barnet for å skape forutsigbarhet om neste skoledag. * Utarbeid en samarbeidsavtale for ansvar og tiltak i tråd med Trinnplanens trinn 1. * For elever som allerede har utviklet skolevegring vil hjem-skole samarbeidet kunne innebære daglige/ukentlige telefonsamtaler, besøk fra lærer med skolearbeid som skal utføres hjemme og tverrfaglig samarbeid. * I samtaler kan det være hensiktsmessig å sjekke ut foresattes egen skolehistorie og om eventuelle holdninger påvirker deres rolle. * Der det viser seg å være store utfordringer i forbindelse med å få eleven på skolen om morgenen, kan et viktig tiltak være at en fra skolen (kontaktlærer, en fra ledelsen, miljøterapeut, helsesøster, e.l.) henter eleven hjemme eller møter eleven på skoleveien. * Lag tiltak som fører til mestring og som foreldrene har tro på at de klarer å gjennomføre. |

***Samtaler og veiledning***

*Faste (fortrinnsvis daglige) samtaler med kontaktlærer*

*Faste samtaler med helsesykepleier/ sosiallærer/ kommunepsykolog (eller annen)*

*Motiverende samtaler med utvalgte faglærere, kontaktlærer eller rådgiver*

*• Mirakelspørsmål, rette blikket fremover, tydeliggjøre drømmer/ ambisjoner,*

*• Bruke konkrete spørsmål der eleven syns det er utfordrende å se mulige løsninger på egen situasjon*

*• Gjøre det implisitte eksplisitt ved å sette ord på tanker, sammenhenger og forventninger for å unngå tvetydighet og misforståelser*

*Henvisning for samtaler på BUP der dette anses som nødvendig. Henvisning må være på årsaksgrunnlag, ikke for skolevegringen direkte*

*Foreldre tilbys foreldreveiledning for å kunne bistå eleven*

**Øke trygghet og forutsigbarhet – tilbakeføring**

*Øke elevens trygghet og forutsigbarhet med utgangspunkt i årsakskartleggingen, for eksempel:*

*• Besøke skolegården utenom skoletid*

*• Besøke gymsal/kantine/ toalett (steder som utløser ubehag) utenom skoletid*

*• Møte kontaktlærer i klasserommet utenom skoletid*

*• Møte opp på skolen og gjøre skolearbeid på eget rom*

*• Kun delta i liten gruppe i en periode- planlegge for nødvendig skjerming*

*Starte med det som kjennes overkommelig, som for eksempel kun å delta i utvalgte favorittfag i startfasen*

*Om mulig - gradvis eksponering for situasjoner eleven opplever som ubehagelige, for eksempel prøvesituasjoner, situasjoner der man*

*må snakke høyt i klassen, kroppsøving osv.*

*Gi eleven alternativer til å gå hjem*

***Forsterkning***

*Arrangere lystbetont aktivitet for klassen/ liten gruppe (turer, filmfremvisning, «kosetime»)*

*Positiv forstrekning gjennom aktiviteter på fritiden (aktiviteter med venner, familie). Dette gir familien mulighet til å fokusere på noe positivt og få gode opplevelser i perioder der skolefraværet skaper konflikt og uro i familien.*

*Utplassering i ønsket praksisplass/tiltak, gjerne knyttet opp mot videre muligheter for utdanning*

*Mulighet for eleven til å påvirke undervisningsform, oppgaver eller andre skolerelaterte aktiviteter etter egne ønsker*

**Plan for nærvær**

*Enighet om arena for tilbakeføring*

*Fremheve hensikten med å være på skolen eller gjennomføre annen hensiktsmessig aktivitet gjennom daglig aktivitet på skolen/tilrettelagt arena*

*Veilede og trygge foresatte i at det beste for eleven er å være på skolen/den aktuelle arenaen*

*Sørge for at skolesituasjonen virkelig er trygg for eleven*

*Gradvis tilbakeføring etter individuelt tilpasset plan – planen må være konkret og målbar*

*Eleven med på råd. Eleven kan komme med ideer til løsninger og kjenner på gjennomslagskraft i egen sak. Det er viktig å lage tiltak og planer basert på elevens opplevelser av situasjonen.*

*Samarbeidsavtale - alle involverte voksne undertegner kontrakt for å stadfeste at de er enige om tilbakeføringen.*

*«Blanke ark» - dersom eleven har mange anmerkninger eller store mangler når det kommer til krav og innleveringer, kan det være fordelaktig å sette strek over alt eller deler av dette og slik gi eleven en «frisk start». Dersom eleven opplever arbeidsmengden eller situasjonen som uoverkommelig, er det vanskelig for ham/ henne å motiveres til en tilbakeføring.*

*Innføre faste kveldsrutiner og begrensning av elektronikk i soveperioden (eks. «sovestasjon» for mobiltelefon).*

*Innføre faste morgenrutiner*

*Oppmuntring om morgenen (telefonsamtale eller tekstmelding fra skolen/andre)*

*Følge elev til skolen i avgrenset periode (venner, foresatte, slekt, kommunalt ansatt)*

*Kjøring til skolen (foresatte, slekt, kommunalt ansatt)*

*Aktivere elevens/ familiens nettverk gjennom familieråd*

*Eleven blir møtt i skolegården (av lærer, helsesøster eller annen skoleansatt) eller på annet avtalt sted og får følge til klasserommet*

*Miljøskapende tiltak på skolen/ i klassen om morgenen («åpen kantine», «åpent klasserom»)*

*Hyppige oppfølgingsmøter i tilbakeføringsfasen*

*Daglig «sjekkpunkt» med fortrolig voksen (gjerne ved oppstart)*

*Daglig kontakt mellom skole/ hjem*

*Rask respons dersom elev eller andre ikke følger planen*

*Tydelige rutiner og forventninger for elev dersom han/henne ikke følger planen. Eksempelvis at TV, internett og mobil ikke er tilgjengelig i skoletiden dersom eleven blir hjemme*

*Støtte foresatte gjennom å tilby veiledning i tilbakeføringsperioden slik at de klarer å «stå i situasjonen» med grensesetting, konsekvenser og alt en tilbakeføring innebærer*

***Struktur og forutsigbarhet:***

*Eleven vet hva som forventes og alle voksne på skolen og hjemme er samkjørte i disse forventingene*

*Samarbeidsmøter. Skolen kaller inn til faste samarbeidsmøter med alle involverte og avholder slike møter fram til skolefraværet eller vegringen ikke lenger anses som alvorlig eller bekymringsfullt. Ved vedvarende vansker bør skoleledelsen være representert i samtlige møter*

*Kontaktlærer etablerer systemer for å ivareta forutsigbarhet og struktur for elevens skoledag, slik at eleven opplever trygghet, forutsigbarhet og kontroll*

*Faste møter mellom elev og lærer for å skape oversiktlighet i hverdagen*

*Egen, tilpasset dagsplan og lekseplan/arbeidsplan. En plan bør inneholde «hvem, hva, hvor» (hvilken voksen er tilgjengelig for eleven/har ansvaret for økten (og evt hvilke elever), hvilket tema/aktivitet skal økten inneholde, hvilket sted/rom skal benyttes)*

*Sørge for at foreldre har tilgang på samme informasjon som eleven (hva angår spesialavtaler om innleveringer, lekser, prøver osv.)*

*Forberede og informere eleven om endringer i dagsrutiner, særlig på de dagene der det er endringer i den vanlige skolerutinen (for eksempel turdager, høytidsmarkeringer, osv.).*

*Møte eleven i skolegården eller på avtalt sted for å følge han/ hun til klasserommet*

*Påse at eleven vet hvilke lærere han/hun skal ha i hvilke timer*

*Utarbeide arbeidsavtaler mellom lærer og elev, hvor målet er at eleven til enhver tid skal vite hva som forventes av han/ henne i forhold til arbeidsoppgaver i timene*

*Så langt som mulig å unngå uforutsigbare undervisningsopplegg*

*Sørge for at alle lærere (og vikarer) er informert om avtaler som er inngått, slik at eleven eksempelvis unngår å bli stilt krav på områder der han/hun har avtale om fritak*

*Jobbe aktivt med å ha fokus på prosess fremfor resultat*

*Gi eleven alternativer til å gå hjem fra skolen når han/hun kjenner trang til det.*

*Eget sett med bøker tilgjengelig på skolen (for elever som strever med orden)*

***Tilpasning av krav i forbindelse med evaluering og arbeidsbyrde***

*Fokusere på fag som eleven mestrer og sørge for faglig tilrettelegging og støtte*

*Sørge for oppgaver som virker overkommelige for eleven*

*Arbeide med individuelle målsetninger og vektlegge personlig utvikling, fremfor sammenlikning med andre*

*Eleven får mulighet til selv å påvirke arbeidsmengde*

*Permanente eller midlertidige fritak fra krav*

*Fritak fra lekser*

*«Åpen- bok-prøve» eller forenklet prøve*

*Muntlig prøve i fremfor skriftlig*

*Lengre tid til å gjennomføre prøver*

*Prøve i grupperom sammen med voksen*

*Gradvis tilvenning til vurdering/øve på vurderingssituasjoner i trygge rammer*

*Fjerning av enkelte evalueringssituasjoner i avgrenset periode*

*Gi eleven mulighet til å påvirke frister for innleveringer, prøver, fremlegg*

*Sette strek over fortid (anmerkninger, skulk fra prøver osv.) «Frisk start»*

*Mulighet til å ta prøver/ levere innlevering på nytt for å forbedre karakter*

*Mulighet for å få vurdert arbeid underveis for så å få karakter til slutt*

*Mappevurdering*

*Fritak fra karakterer eller avvik fra kompetansemål og/eller fag- og timefordeling for trinnet (PPT)*

*Behov for pauser bør evalueres og så langt det lar seg gjøre – timeplanfestes (for økt forutsigbarhet og å unngå at ansvaret legges på eleven eller at eleven tenker at den voksne forventer at han/hun er i klassen og derfor utelater pauser).*

***Tilpasning i forbindelse med sosial deltagelse***

*Sørge for nøye gjennomtenkt inndeling av grupper ved gruppeoppgaver, slik at eleven kan delta i arbeidet på «sitt vis» og at det er forståelse for dette i gruppa*

*Gradvis tilvenning til muntlig deltakelse gjennom øving i trygge situasjoner (1:1, liten gruppe)*

*Fritak fra muntlig deltakelse i bestemte fag i en periode*

*Fritak fra fremlegg foran klassen i en periode (fagsamtale/ fremlegg med lærer, video)*

*Unngå stigmatiserende tiltak der eleven føler seg særlig utsatt blant medelever – avklare i samråd med eleven.*

*Sørge for at eleven er forberedt og trygget, gjennom å gi detaljert informasjon om hva som skal skje i kroppsøvingstimer eller andre, mer ustrukturerte/uforutsigbare fag/aktiviteter*

*Legge til rette for at eleven kan testes i ulike øvelser kun foran lærer*

*Erstatte kroppsøvingstimer med andre fysiske aktiviteter alene eller i liten gruppe. Eksempelvis å sykle, gå tur, eller trene på treningsstudio*

*Mulighet for egentrening (etter plan lagt sammen med lærer) og loggføring i avgrenset periode. Mulighet for å skifte i egen garderobe*

***Styrke voksenrelasjoner***

*Bli kjent med eleven. Legge opp til samtaler der man blir kjent med positive sider av eleven og styrer unna problematiske temaer. Skape kontakt og tillit*

*Vise eleven at han/hun er betydningsfull og at noe mangler når han/hun ikke er på skolen*

*Faste samtaler med eleven og kontaktlærer (gjerne daglig/ukentlig og på fast tidspunkt)*

*Samtaler med helsesykepleier, rådgiver, sosiallærer, eller annen*

*Opprette kontakt med en person som eleven kan møte ved begynnelsen eller slutten av skoledagen*

*Gi mulighet til kommunikasjon med kontaktlærer i skriftlig form (mail, chat e.l.) dersom muntlig kommunikasjon er vanskelig*

*SMS eller annen liknende kontakt mellom voksen og elev (særlig virkningsfullt når kontaktlærer gjør dette). Spesielt viktig i forbindelse med overganger etter ferier o.l.*

*Dersom eleven er helt fraværende fra skolen, kan kontaktlærer eller andre besøke eleven hjemme som et ledd i kartleggingen/tilbakeføringsplanen*

*Gjennom familieråd, finne fram til voksen person som har tid til og ønske om å tilbringe ekstra tid med eleven*

***Overganger***

*Gi eleven tilstrekkelig formasjon om hva som skal skje i kommende uke/ termin/ skoleår. Hva, hvem, hvor?*

*Holde kontakt med eleven i overganger knyttet til ferier – særlig ved overgang fra sommerferie til start nytt trinn/ ny termin.*

*Arrangere skolebesøk ved overganger*

*Tilby eleven et møte i forkant av skolestart der hun/han sammen med den nye kontaktlæreren går på omvisning i skolebygget og forberedes på hva som vil skje de første dagene på ny skole*

*Innkalle familien til oppstartsmøte uken før overgang til ny skole/ ny klasse. Foresatte og elev legger sammen med kontaktlærer og ledelse en individuelt tilpasset plan for å forebygge skolefravær*

*Det anbefales fadderordning ved overganger.*

*Sørge for at sårbare elever med høyt fravær får tilstrekkelig tett oppfølging og veiledning i forbindelse med linjevalg og valg av VGS*

*Kontakte OT i forbindelse med overgang til VGS - forebyggende*

***Styrke relasjoner til jevnaldrende***

*Koble eleven til en medelev*

*Plassere elev i grupper sammensatt kun av elever han/hun er trygg på*

*Gjøre bevisste valg hva angår elevens plassering i klasserommet, dvs. at eleven skal oppleve å bli sett, eleven kan plasseres med venner eller trygge medelever, osv.*

*Sørge for at eleven har noen å gå sammen med til skolen*

*Styrke elevens posisjon i klassen gjennom å legge opp til oppgaver og prosjekter der eleven har spesiell interesse/ kompetanse*

*Dersom eleven er helt fraværende fra skolen; sørg for at eleven opprettholder positiv kontakt med medelever for å hindre sosial isolasjon. Dette kan gjøres ved for eksempel: brev fra klassen, besøk fra klassekamerater. Kontaktlærer kan også oppfordre klassen*

*til å sende hyggelige tekstmeldinger og til å besøke eleven i fritiden*

*Igangsetting av faste aktiviteter i friminuttene*

*Bytte klasse (dersom det anses som hensiktsmessig både av elev og andre)*

*Styrke relasjoner i forbindelse med overganger. For eksempel faddergrupper i forbindelse med overgang til ungdomstrinnet.*

*Samarbeide tett med klassekontakt og initiere foreldrestyrte aktiviteter også utenfor skoletid*

*Det kan være riktig å la eleven fortsette sosial kontakt på fritiden på dager vedkommende ikke har vært på skolen. Dette vurderes individuelt ved fare for sosial isolasjon.*

***Styrke klassemiljø og kultur***

*Lage klasseregler for godt miljø og samspill*

*Endre plassering i klasserommet og sørge for gjennomtenkt gruppeinndeling (voksenstyrt)*

*Utarbeide tydelige prosedyrer på skolen for håndtering av mobbing*

*Jobbe for at klassekulturen blir mer prosessorientert enn prestasjonsorientert*

*Sette inkludering og åpenhet på agendaen – arbeide holdningsskapende og holdningsendrende ved behov*

*Sette av tid til «klassenes time» og bruke dette møtet til bevisst å jobbe med klassemiljø og planlegger positive sosiale aktiviteter*

*Styrke klassemiljøet ved å benytte øvelser hentet fra klassisk «team-building»*

*Holde oversikt over klassemiljø gjennom jevnlige undersøkelser – eksempelvis: http://www.klassetrivsel.no/no/kom-i-gang/proev-gratis.aspx*

*Igangsetting av faste aktiviteter i friminuttene*

*Lystbetonte og sosialt samlende aktiviteter i friminutt og midttime*

*Fadderordning*

*«Velkomstdager»/ «velkomstuke» på 8. trinn.*

*Oppfordre foreldrekontakt og foresatte til å organisere sosiale aktiviteter utenom skolen. Med hensikt å styrke samhold og åpenhet både mellom elever og foresatte*