



10 råd til foresatte ved bekymringsfullt nærvær og fravær.

1. Snakk med barnet ditt

Prøv å finne ut hva som gjør at hun eller han ikke vil eller klarer å gå på skolen. Spør om barnet har noen å være sammen med på skolen. Vær så konkret som mulig når du spør og bruk god tid.

2. Kontakt skolen så fort som mulig

Spør om skolen har lagt merke til om barnet har endret seg, både med hensyn til det faglige og sosiale. Foreldre bør kontakte skolen for å sammen med dem finne ut hva som er grunnene til at barnet ikke vil eller klarer å gå på skolen. Ikke vent å se. Tidsfaktor spiller en stor rolle og samarbeid skole-hjem er avgjørende.

3. Gjør en avtale

At barnet forteller om vondt i magen eller hodet er ofte et av de første tegnene på skolevegring. Dersom barnet klager på vondt, bør han eller hun likevel gå på skolen med avtale om å kunne gå hjem igjen dersom det blir verre i løpet av dagen. Gi samtidig læreren beskjed om avtalen. Som regel blir ikke barnet dårligere av å gå på skolen, og det er ofte overgangen som er det værste. Fravær avler fravær og jo lenger eleven er borte, jo vanskeligere blir det å komme tilbake.

4. Utøv et mildt press

Ikke vær for ettergivende. Snakk med lærer om barnets trivsel på skolen. Er det trygt og godt eller blir barnet utsatt for mobbing, opplever mistrivsel eller ikke får den oppfølgingen han eller hun trenger.? Du må kjenne seg trygg på at barnet ditt har det bra på skolen dersom du skal klare å stå i presset med å få h*n på skolen. Be gjerne om en drøfting med skolens leder, helsesykepleier eller pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT).

5. Ikke gjør det for attraktivt å være hjemme

Gjør dagen hjemme mest mulig lik en skoledag, slik at det ikke blir for attraktivt å være hjemme.

6. Ta med barnet til legen

Dersom barnet ofte klager på vondt i magen eller hodet, bør barnet utredes, men likevel forsøke å gå på skolen i den perioden utredningen pågår.



7. Oppretthold en normal hverdag

Dersom barnet blir hjemme, bør han eller hun stå opp til vanlig tid og gjøre seg klar til en ny skoledag, på samme måte som når han eller hun skal på skolen. Få barnet til å gjøre skolearbeid og følg klassens arbeidsplaner så langt det lar seg gjøre. Kontakt kontaktlærer for et samarbeid om dette.

8. Framsnakk skolen

Trekk fram det barnet liker ved skolen og snakk positivt om skolen, lærere og medelever hjemme.

9. Ha gode rutiner

Det er viktig at det samme skjer hver kveld ved leggetid og om morgenen. Barnet bør legge seg til fast tid og få nok søvn. Hvis barnet bruker mye tid på mobil eller nettbrett når det skal sove, bør du ta det bort.

10. Ikke føl skyld

Det er aldri én persons skyld eller en enkel grunn til at et barn ikke vil gå på skolen. Grunnene til det er oftest sammensatte. Å føle skyld fører ikke til noe positivt for hverken de voksne eller for barnet. Husk at du ikke er alene om å streve med dette. Tidlig hjelp, et godt skole-hjem-samarbeid og åpenhet om hva som er vanskelig, også når det gjelder forhold hjemme, er viktig for å hjelpe barnet raskest mulig tilbake til skolen.