

## SKOLEVEGRING – HVA ER DET?

BARN OG UNGE SOM VEGRER SEG FOR Å GÅ PÅ SKOLEN ØNSKER EGENTLIG Å GÅ, MEN DE GREIER DET IKKE.

DE HAR VONDE FØLELSER KNYTTET TIL DET Å VÆRE PÅ SKOLEN ELLER FORLATE HJEMMET.

DE KJENNER SEG OFTE UVEL;  
KAN HA VONDT I MAGEN, KVALME OG HODEPINE.

FORESATTE KAN OPPLEVE STORE VANSKER MED Å FÅ BARNET PÅ SKOLEN OG KAN FØLE SEG SVÆRT MAKTESLØSE.

Oppmøtevanskene begynner vanligvis i det små, med fravær i noen timer, deler av dagen eller enkelte dager. Det fins mange ulike grunner til at barn ikke klarer å gå på skolen. Det kan være noe som er vanskelig på skolen: skifte av lærer, lite struktur, mobbing eller lignende. Det kan være angst, depresjon, søvnvansker, vansker i samspillet mellom barn og foresatte eller andre vansker hjemme. Stress, traumatiske opplevelser eller endringer i livssituasjon kan også være en del av bildet. Som regel vil flere faktorer spille inn på utvikling av skolevegring.

Skolevegring kan oppstå gjennom hele skolegangen, men det er økt risiko i forbindelse med skolestart, etter ferier eller perioder med sykdom og ved overganger fra for eksempel barneskole til ungdomsskole. Skolevegring oppstår uavhengig av økonomisk bakgrunn, kjønn, etnisitet og faglige prestasjoner.



## SKOLEVEGRING Hvordan hjelpe? Informasjon til skole og hjem

### HJELPEINSTANSER

Dersom foresatte eller skole har spørsmål eller opplever behov for hjelp knyttet til skolevegring er relevante instanser:

#### PPT (Pedagogisk-psykologisk tjeneste)

([http://www.utdanningsetaten.oslo.kommune.no/ppt\\_ot/pptjenesten/](http://www.utdanningsetaten.oslo.kommune.no/ppt_ot/pptjenesten/)) Foreldre og skole kan ta kontakt eller henvise

#### Barneverntjenesten i bydelen

Foresatte kan selv ta kontakt for å få hjelp, gjerne i samarbeid med skole

#### Organisasjonen Voksne for Barn

(<http://www.vfb.no>) bekymringstelefon 810 03 940, mail til [bekymring@vfb.no](mailto:bekymring@vfb.no)

#### BUP (Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk)

Henvising fåes hos lege

#### Helsestasjon/skolehelsetjenesten i bydel

Foresatte kan selv ta kontakt

#### Familiekontor/Familievern

Foresatte kan selv ta kontakt

Oversikt over Oslo kommunes tjenester for barn, unge og deres familier, finnes på [http://www.helse-og-velferdsetaten.oslo.kommune.no/psykisk\\_helse/](http://www.helse-og-velferdsetaten.oslo.kommune.no/psykisk_helse/)



## TILTAK OG SAMARBEID

Elever som utvikler skolevegring er veldig ulike og har behov for å bli møtt på forskjellige måter. Erfaring viser at det er svært viktig å sette inn tiltak tidlig.

Det å være **hjemme fra skolen er i seg selv uheldig** for barna på flere måter. Det kan oppstå en ond sirkel der sosial isolering, faglige hull og økt angst og depresjonsfølelse bidrar til at det stadig blir vanskeligere å gå på skolen.

Et viktig tiltak rettet mot skolevegringsatferd er derfor å **hjelpe barna til å være på skolen**.

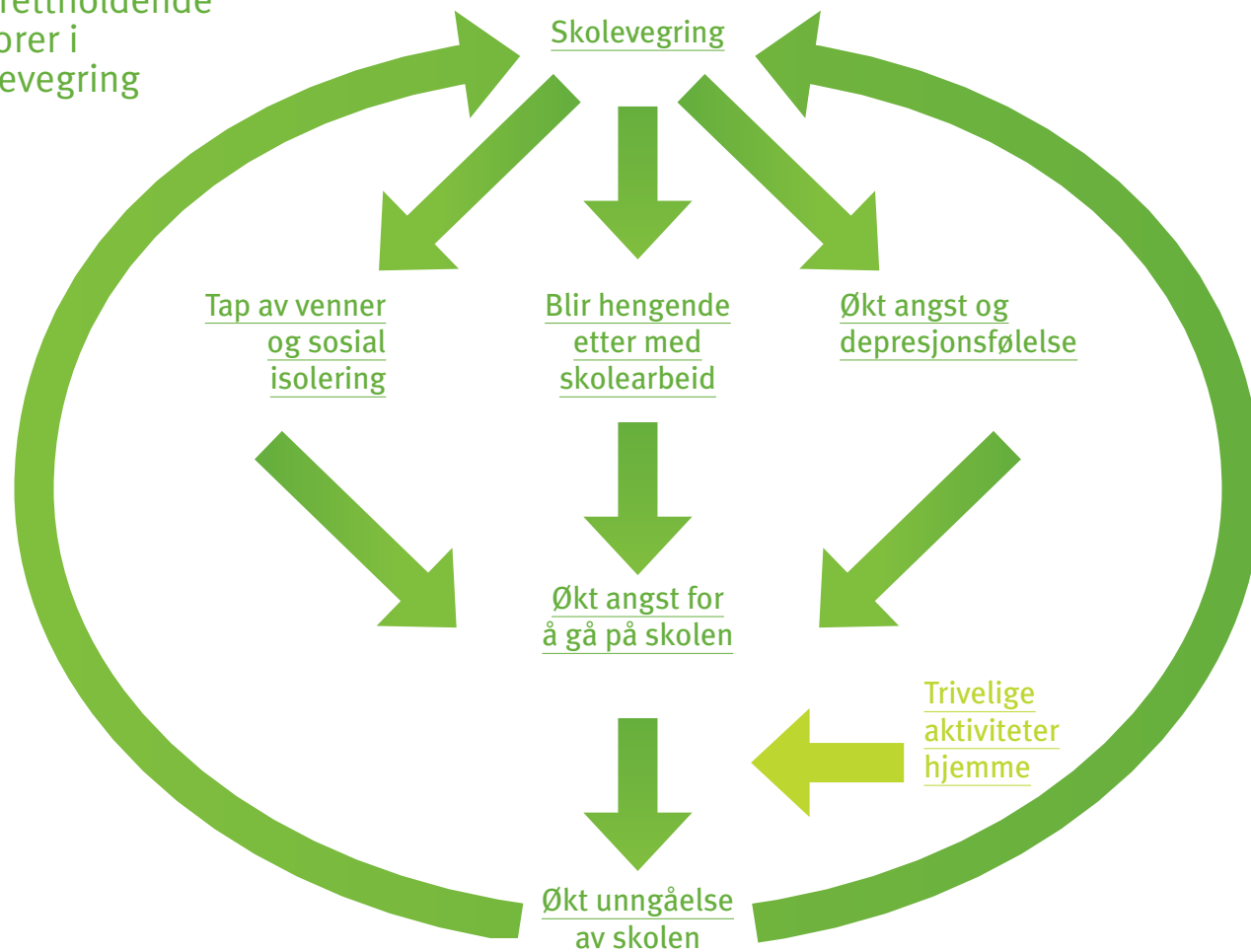
For å få til dette er det nødvendig med et **godt samarbeid** mellom skole og hjem. Instanser som PPT (pedagogisk-psykologisk tjeneste), helsesøster og BUP (barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk) kan gi viktige bidrag i samarbeidet. Det er ofte nødvendig å følge disse barna opp over tid. Regelmessige samarbeidsmøter bør etableres. I overgangssituasjoner, som f.eks. bytte av skole, bør det være klare rutiner for oppfølging og overføring av informasjon.

## HVA KAN SKOLEN GJØRE?

*“Skolen skal aktivt og systematisk arbeide for å fremme eit godt psykososialt miljø, der den enkelte eleven kan oppleve tryggleik og sosialt tilhør.”(Opplæringslova § 9a – 3)*

Den enkelte skole bør utforme en **handlingsplan** for registrering og tiltak ved fravær. Informasjon om hvordan skolen møter elever med bekymringsfullt fravær må være lett tilgjengelig for personal og foresatte. Faktorer i skolen som virker forebyggende for skolevegring er blant annet: En **trygg relasjon** til en viktig voksen på skolen, forutsigbarhet i skolehverdagen, kompetanse om psykiske vansker hos barn og unge, et godt læringsmiljø, og tilpasset opplæring.

## Opprettholdende faktorer i skolevegring



## HVA KAN FORESATTE GJØRE?

**Snakk med barnet**, forsøk å forstå hva som ligger bak vegringen. Det er viktig at foresatte tydelig uttrykker at de ønsker at barnet skal gå på skolen, og at det er foresatte som bestemmer dette. Opprett tidlig en åpen dialog med skolen. Gi barnet oppmuntring og belønning for å gå på skolen. Hjemme bør fristelser som PC-spill, TV eller god mat tas bort i skoletiden. Mistenker en at angst eller depresjon ligger bak vegringen er det viktig at barnet får hjelp til å håndtere dette. Foresatte

kan **støtte og lede barnet** gjennom det som er vanskelig. Foreldre kan også kontakte familieveileder eller søke råd og eventuell behandling for barnet hos BUP. Dersom barnet har flere bopeler er det viktig med et tett samarbeid mellom foresatte. Foresatte er forbilder for barna. Er du i en situasjon du selv er engstelig for, så gi åpent uttrykk for engstelsen. Vis barnet at du mestrer situasjonen, til tross for ubehaget, og forklar at dette blir **enklere jo mer man øver seg**.