

UTBILDNINGSMATERIAL FÖR SKOLPERSONAL

NPF OCH PROBLEMATISK SKOLFRÅNVARO

Att förstå,
förebygga och
skapa möjligheter
för en återgång

RIKSFÖRBUNDET
Attention

ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

ME
STÖD
FRÅN



INTRODUKTION

TUSENTALS SKOLBÄNKAR STÅR tomma varje år. Många av dessa tillhör elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF). Majoriteten av dessa elever vill, men kan inte, gå till skolan. Skolmiljön och undervisningen krockar med elevernas behov och skolmisslyckanden radas ofta upp efter varandra. Bägaren rinner över, vissa elever hamnar till och med i utmattning och samtliga utvecklar ett starkt motstånd till skolan. Till slut kan de inte längre gå dit.

RIKSFÖRBUNDET ATTENTION HAR genom åren fått ta del av många medlemsberättelser om problematisk skolfrånvaro. Vi har fått höra hur förödande det är för barnen, såväl som för hela familjelivet. För att ge familjerna en röst och för att bidra med kunskap inom området startade vi 2022 det arvsfondsfinansierade projektet ”Vägen tillbaka”. Projektet pågår i tre år och syftet är att lyfta barnens och föräldrarnas egna röster och sprida deras perspektiv och goda exempel till skolan.



Dom kallar oss hemmasittare: **VÄGEN TILL FRÅNVARO**



[Länk till filmen: https://youtu.be/bePpcFmkrsk](https://youtu.be/bePpcFmkrsk)

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

INFORMATION OM MATERIALET

DET HÄR UTBILDNINGSMATERIALET är ett direkt resultat av alla möten vi haft med elever, föräldrar, lärare, forskare och andra yrkesverksamma. Tillsammans med barn och föräldrar har vi lagt pusslet kring vad som har föranlett skolfrånvaron. Vi har ställt frågor såsom: Hur kunde skolfrånvaron ha undvikits och vad hade eleverna behövt? Vad har fungerat? Hur har deras mående påverkats?

UTBILDNINGSMATERIALET RIKTAR SIG till skolpersonal. Det mesta riktar sig till hela arbetslaget, men det finns även delar av materialet som riktar sig specifikt till olika funktioner inom skolan som t.ex. skolledare, elevhälsa och pedagoger.

MATERIALET BESTÅR AV ett antal moduler på olika teman som har identifierats som särskilt viktiga av elever med NPF som befinner sig eller har befunnit sig i problematisk skolfrånvaro. Men innehållet är användbart och relevant även om ni, på ett mer generellt plan, vill lära er mer om förebyggande och åtgärdande arbete kopplat till NPF och skolfrånvaro. Varje modul består av korta filmer och ett diskussionsunderlag. Det finns även bifogat material under sidorna taggade med ”TIPS”. Man kan välja att fokusera på enbart en modul eller arbeta med alla, det går att använda dem i den ordning som passar arbetsgruppen.

Struktur på materialet:

1: FYSISK LÄRMILJÖ

spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal

2: RELATIONER

3: MÅENDE

4: SAMVERKAN

5: VÄGEN TILLBAKA

Den här utbildningen kan visas på skärm som PDF eller skrivas ut i liggande A4-format.



SIDORNA MED DISKUSSIONSFRÅGOR; 10, 15, 20, 21, 29, 30, 31, 39, 40, 41, 47, 48 ÄR BRA ATT SKRIVA UT

På de sidor där det finns en film hittar du en grön länk under bilden som går till Youtube, klicka på den så kommer du rätt.

3: MÅENDE

DISKUTERA

BRATT BEKÄNT

DISKUSSIONSFRÅGOR TILL ALLA:

1. Känner vi att vi har tillräcklig kunskap om detta i vår arbetsgrupp?
2. Hur kan vi upptäcka tidiga tecken på stress och utmattnin hos eleven?
3. Vad kan jag göra som skolpersonal om jag misstänker att en elev lider av stress eller utmattnin?
4. Hur tar skolan elevens mående i beaktande vid utvecklings-samtal och vid framtagande av utvecklingsplan?
5. Vilka möjligheter för återhämtning finns det för elever under skoldagen?
6. Många elever med NPF är högpresterande och "håller ihop" under skoldagen men kraschar hemma, hur tar vi reda på elevens helhetssituation?

Attention

ALLMÄNNA ARVSFONDEN

29

Skriv ut frågorna och dela ut de som är relevanta för varje film.

3: MÅENDE

FILM

Dom kallar oss hemmasittare: MÅENDE

IZABELLE

DOM KALLAR OSS HEMMASITTARE

Länk till filmen: <https://youtu.be/1KFnCKi6HuZl>

Alla Attention's filmer finns på vår YouTubekanal AttentionPlay

Attention

ALLMÄNNA ARVSFONDEN

27

2: RELATIONER

TIPS & VERKTYG

Elevers tipsar

Tipsen är framtagna av Riksförbundet Attention's projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

RELATIONER

Trygga relationer till vuxna i skolan är A och O för att främja närvaro.

Det är viktigt att det är en person som eleven känner sig trygg med som kartlägger behov av stöd och anpassningar.

Var observant på återkommande kort frånvaro. Hör av dig till eleven i ett tidigt skede.

- Hur kan du ta reda på vem/vilka personer som eleven känner sig mest trygg med?
- Finns det någon (elev eller personal) som eleven känner sig ot trygg med?
- Hur kan man stämna av "dagsformen" hos eleven och vad som är lagom kravnivå just i stunden?
- Hur kan du ta reda på hur eleven upplever skolan med fokus på hens mående och trivsel?

UNDER SKOLFRÅNVARO

För ett elev som har hög frånvaro är det viktigt att ändå känna kontakt med skolan. Små insatser som t.ex. sms, brev eller kort besök hemma betyder mycket.

Elever med NPF och skolfrånvaro mår dåligt och har ofta drabbats av olika utmattningssliknande symptom.

För elever med hög skolfrånvaro är frånvaron ofta förknippad med en känsla av misslyckande och skam.

- Hur vill eleven att du håller kontakt med hen under frånvaron?
- Hur kan man ha möten med eleven i fokus, utan att eleven känner sig ifrågasatt?
- Hur kan eleven få undervisning även när frånvaron är hög?
- Hur får eleven veta vad som händer och kommer att hända i klassen, t.ex. projekt, studiebesök etc?
- Hur får eleven känna sig saknad?
- Finns det andra professioner som är bra att samverka med för elevens mående?

Attention

ALLMÄNNA ARVSFONDEN

28

På "Tips & verktygs-sidorna" finns tips från elever, föräldrar och yrkesverksamma. Dessa kan också skrivas ut och delas ut efter utbildningstillfället.

1: FYSISK LÄRMILJÖ

DEN FYSISKA LÄRMILJÖN i skolan påverkar barns och ungas hälsa, lärande och sociala samspel. Den fysiska lärmiljön består av följande: ljudmiljö, visuell miljö, belysning, luftmiljö, orienterbarhet, känna tillhörighet och möblering. Den fysiska lärmiljön är extra viktig och känslig för just elever med NPF.

I DEN HÄR MODULEN fördjupar vi oss i den fysiska lärmiljön. Att skolan har kunskaper om detta är en förutsättning för att få skolfrånvarande elever tillbaka till skolan. Dessutom är den här kunskapen en viktig nyckel när det kommer till att arbeta förebyggande och minska antalet skolfrånvarande elever.

MODULEN HAR TVÅ ”spår”: Ett spår som riktar sig särskilt till dig som är skolledare med fokus på arbetsmiljöansvar, elevhälsa och prioriteringar. Det andra spåret riktar sig till all personal och rekommenderas att följas även av skolledare. Det har som fokus att introducera vad fysisk lärmiljö är och hur den påverkar elever.

Struktur på materialet:

1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal

2: RELATIONER

3: MÅENDE

4: SAMVERKAN

5: VÄGEN TILLBAKA

SPÅR 1: FYSISK LÄRMILJÖ FÖR SKOLLEDARE

I den här modulen finns det två ”spår”. Det här spåret riktar sig särskilt till dig som är skolledare med fokus på arbetsmiljöansvar, elevhälsa och prioriteringar.

MODUL 1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal



Dom kallar oss hemmasittare: **FYSISK LÄRMILJÖ**



Länk till filmen: <https://youtu.be/2IA8Tb52uKA>

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Malin Valsö, leg. psykolog: ARBETSMILJÖANSVAR



Länk till filmen:
<https://youtu.be/l2WhPuYiWKM>

KOSTNADER OCH PRIORITERINGAR



Länk till filmen:
<https://youtu.be/uiDS2ZxAopk>

Alla Attention's filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay



För mer information om fysisk lärmiljö: <https://elevhalsokonsulterna.se/>



elevhalsokonsulterna



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL SKOLLEDARE:

1. På vilka sätt säkerställer ni att skollokalernas utformning främjar lärande, trygghet och hälsa?
2. Vad kan ni göra för att ytterligare förbättra den fysiska lärmiljön för era elever och lärare?
3. Erbjuder era skollokaler en variation av platser för olika lärsituationer och återhämtningsaktiviteter?



Elever tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attentions projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

TIPS FRÅN ELEVER OM DEN FYSISKA LÄRMILJÖN:

- Alla med NPF har olika behov. Ta reda på vad just den elev du möter har för behov av stöd och anpassningar.
- Hur kan du involvera eleven själv, och hens föräldrar, i att hitta lösningar?
- Ta reda på vad som ger energi och vad som kostar energi under skoldagen.
- Vad kan du göra för att "intryckssanera" elevens miljö?

SPÅR 2: FYSISK LÄRMILJÖ SKOLPERSONAL

I den här modulen finns det två ”spår”. Det här spåret riktar sig till all personal och rekommenderas att följas även av skolledare. Det har som fokus att introducera vad fysisk lärmiljö är och hur den påverkar elever.

MODUL 1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal



Dom kallar oss hemmasittare: FYSISK LÄRMILJÖ



Länk till filmen: <https://youtu.be/2IA8Tb52uKA>

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Malin Valsö, leg. psykolog: VAD ÄR FYSISK LÄRMILJÖ?



Länk till filmen:
<https://youtu.be/dh7RAAt1Yz4>

VILKA ELEVER PÅVERKAS MEST OCH VARFÖR?



Länk till filmen:
https://youtu.be/zde9juLi_Og

Alla Attention's filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay



Frågorna är framtagna av Elevhälsokonsulterna.
Vill du veta mer om dem: <https://elevhalsokonsulterna.se/>



elevhälsokonsulterna

DISKUSSIONSFRÅGOR TILL SKOLPERSONAL:

1. Känner vi att vi har tillräcklig kunskap om detta i vår arbetsgrupp?
2. Hur och när märker vi att eleverna påverkas av den fysiska miljön?
3. Vilka elever eller elevgrupper hos oss har störst risk för att påverkas negativt av den fysiska miljön?
4. Erbjuder våra skollokalerna en variation av platser för olika lärsituationer och återhämtningsaktiviteter?





Elever tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attentions projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

TIPS FRÅN ELEVER OM DEN FYSISKA LÄRMILJÖN:

- Alla med NPF har olika behov. Ta reda på vad just den elev du möter har för behov för stöd och anpassningar.
- Hur kan du involvera eleven själv, och hens föräldrar, i att hitta lösningar?
- Ta reda på vad som ger energi och vad som kostar energi under skoldagen.
- Vad kan du göra för att "intryckssanera" elevens miljö?

2: RELATIONER

BARN OCH UNGA som befunnit sig i problematisk skolfrånvaro säger ofta att de känt sig osynliga, oviktiga, oförstådda och sällan gjorts delaktiga. Ibland lyser vissa av dem upp när de berättar om en specifik lärare, mentor eller resurs som gjort all skillnad. Någon som sett dem på riktigt och varit nyfiken på att lära känna dem.

I DEN HÄR modulen fördjupar vi oss i just vikten av goda relationer mellan skolpersonal och elev. Vad är relationell kompetens och relationell beredskap? Går dessa att utveckla? Frånvarande elevers återgång till skolan hänger till stora delar på just det – att vuxna i skolan etablerar kontakt och får eleverna att känna sig önskade och delaktiga.

Struktur på materialet:

1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skollärare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal

2: RELATIONER

3: MÅENDE

4: SAMVERKAN

5: VÄGEN TILLBAKA

Dom kallar oss hemmasittare: RELATIONER



Länk till filmen: <https://youtu.be/vx4-bwoVcnQ>

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Linda Plantin Ewe, lektor i specialpedagogik: **RELATIONELL KOMPETENS**



Länk till filmen:

https://www.youtube.com/watch?v=Z_5l3pbdycQ&t=618s

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL SKOLLEDARE:

1. Hur möjliggör vi för skolans personal att utveckla deras relationella kompetens? Exempelvis organisatoriskt, kollegialt lärande, tidsmässigt.
2. Hur kan man som skola ta reda på hur elever upplever relationer till personal?
3. Hur följer vi upp personalens relationella kompetens utifrån deras egna och elevernas upplevelser?



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL ALLA:

1. Känner vi att vi har tillräcklig kunskap om detta i vår arbetsgrupp?
2. Hur upplever jag att jag kan utvecklas i min relationella kompetens?
3. Hur upplever jag att jag kan utvecklas i min relationella beredskap?
4. Finns det utrymme för diskussioner och kollegialt lärande kring relationell kompetens?
5. Känner vi igen det Linda berättar, att det kan vara svårare att bygga relation till elever med NPF, särskilt flickor med NPF?
6. Hur kan vi som kollegium hantera att det kan vara svårare att bygga relation till vissa elever?





Elever tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attention's projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

TÄNK PÅ!

Det kan vara svårt att svara på dessa frågor om man har NPF. Det kan behövas bildstöd eller sociala berättelser för att kunna inventera trygghet.

Eleven behöver känna sig trygg med den som ska göra en trygghetsinventering.

TRYGGHETSINVENTERING

- När jag behöver hjälp kan jag vända mig till den här personalen:

.....

- Jag blir glad när jag ser den här personalen i skolan:

.....

- Den här personalen vet vad jag tycker om/är intresserad av:

.....

- Den här personalen frågar mig hur jag mår:

.....

- Så här många vuxna i skolan vill jag ha en nära relation till:

.....

Elever tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attentions projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

**RELATIONER**

Trygga relationer till vuxna i skolan är A och O för att främja närvaro.

Det är viktigt att det är en person som eleven känner sig trygg med som kartlägger behov av stöd och anpassningar.

Var observant på återkommande kort frånvaro. Hör av dig till eleven i ett tidigt skede.

- Hur kan du ta reda på vem/vilka personer som eleven känner sig mest trygg med?
- Finns det någon (elev eller personal) som eleven känner sig otrygg med?
- Hur kan man stämma av "dagsformen" hos eleven och vad som är lagom kravnivå just i stunden?
- Hur kan du ta reda på hur eleven upplever skolan med fokus på hens mående och trivsel?

UNDER SKOLFRÅNVARO

För ett elev som har hög frånvaro är det viktigt att ändå känna kontakt med skolan. Små insatser som t.ex. sms, brev eller kort besök hemma betyder mycket.

Elever med NPF och skolfrånvaro mår dåligt och har ofta drabbats av olika utmattningsliknande symptom.

För elever med hög skolfrånvaro är frånvaron ofta förknippad med en känsla av misslyckande och skam.

- Hur vill eleven att du håller kontakt med hen under frånvaron?
- Hur kan man ha möten med eleven i fokus, utan att eleven känner sig ifrågasatt?
- Hur kan eleven få undervisning även när frånvaron är hög?
- Hur får eleven veta vad som händer och kommer att hända i klassen, t.ex. projekt, studiebesök etc?
- Hur får eleven känna sig saknad?
- Finns det andra professioner som är bra att samverka med för elevens mående?



Elever tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attention:s projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

VID ÅTERGÅNG TILL SKOLAN

Återgång till skolan behöver ske i elevens egen takt. Tänk långsiktigt, det kan komma att ta flera terminer.

Det är viktigt att man har gjort en gemensam plan, där eleven är involverad, tillsammans med föräldrar.

Till en början är det ofta viktigt att arbeta i ett mindre sammanhang såsom ett grupprum och att inte lämnas ensam.

Det är viktigt att tänka på dagsformen och vikten av att lyckas.

- Hur planerar du återgången tillsammans med eleven och föräldrarna?

- Hur bygger planen på elevens intressen och relationer med pedagoger?
- Hur tar planen hänsyn till elevens eventuella prestationskrav och måendesituation?
- Hur kartlägger du de moment under skoldagen som kan skapa hinder för elevens återgång, t.ex. matsituation, ombyte inför idrott, förflytta sig i byggnaden?
- Hur uppmärksammas framsteg och "lyckanden"?
- Hur skapar du utrymme för vila och pauser för eleven under vistelsen i skolan?

LINDA PLANTIN EWES TIPSLISTA FÖR

RELATIONELL KOMPETENS OCH RELATIONELL BEREDSKAP

- Ta hjälp av dina kollegor.
- Vissa relationer är svårare än andra. Det är viktigt att ta stöd av varandra i kollegiet och ta del av varandras "tysta kompetens".
- Gör en "handlingsplan" för svåra känslor.
- Vissa beteenden triggar känslor hos en själv, som man sedan kan förmedla tillbaka till eleven och på det viset skapa en negativ spiral. Det är viktigt att vara medveten om vilka känslor som väcks av olika beteenden för att kunna härbärgera känslorna.
- Bygg relationskapital.
- Det tar tid att bygga relationer, längre tid med vissa än andra. Det är alltid värt att lägga tid på att bygga relationer. Fokusera på att lyfta positiva aspekter hos eleven.
- Visa uppskattning för eleven.
- Det är viktigt att förmedla att du tycker om eleven även om du inte tycker om hans beteende där och då.
- Var närvarande i mötet.
- Fånga upp elevens känslor och upplevelser just här och nu. Fokusera på att lyssna på eleven.
- Tänk på vad du utstrålar.
- Kroppsspråk, gester och ansiktsmimik förmedlar ofta mer än de ord du säger. Försök att spegla orden i ditt kroppsspråk.
- Gör eleven delaktig.
- Det är lätt att ta tolkningsföreträde över barn som vuxen. För eleven är det viktigt att bli sedd och lyssnad på utifrån dess egna förutsättningar.

3: MÅENDE



BARN OCH UNGA som befinner sig i problematisk skolfrånvaro mår ofta fruktansvärt dåligt. De lider av sviterna av en kraschad skolgång och många lider dessutom av utmattning. Att livet är på paus och klasskompisarna går vidare i livet medan man blir ensam kvar skapar mycket oro och ångest. Att hela familjen påverkas av skolfrånvaro är också en aspekt som bidrar till skuld, skam och dåligt mående.

I DEN HÄR modulen fördjupar vi oss i hur skolan kan upptäcka elevers dåliga mående i tid. Vi kikar också på vad skolan kan göra åt det tillsammans med elevhälsoteamet och externa instanser såsom BUP och habiliteringen.

Struktur på materialet:

1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal

2: RELATIONER

3: MÅENDE

4: SAMVERKAN

5: VÄGEN TILLBAKA

Dom kallar oss hemmasittare: **MÅENDE**



Länk till filmen: <https://youtu.be/KFnCKJ6Hu7I>

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Lars Westerström, specialistläkare i barn- och ungdomspsykiatri: Om utmattning



Alla Attention's filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Länk till filmen: https://youtu.be/6V_UvsK9gos



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL ALLA:

1. Känner vi att vi har tillräcklig kunskap om detta i vår arbetsgrupp?
2. Hur kan vi upptäcka tidiga tecken på stress och utmattning hos eleven?
3. Vad kan jag göra som skolpersonal om jag misstänker att en elev lider av stress eller utmattning?
4. Hur tar skolan elevens mående i beaktande vid utvecklingssamtal och vid framtagande av utvecklingsplan?
5. Vilka möjligheter för återhämtning finns det för elever under skoldagen?
6. Många elever med NPF är högpresterande och "håller ihop" under skoldagen men kraschar hemma, hur tar vi reda på elevens helhetsituation?





DISKUSSIONSFRÅGOR TILL ELEVBHÄLSA:

1. Många elever med NPF är högpresterande och "håller ihop" under skoldagen men kraschar hemma, hur tar vi reda på elevens helhetsituation?
2. Hur kan vi upptäcka tidiga tecken på stress och utmattning hos eleven?
3. Hur samverkar elevhälsa och klasslärare/mentorer kring elevers mående och stress?
4. Hur samverkar vi i skolan med externa aktörer, exempelvis BUP, vårdcentral, habilitering?





DISKUSSIONSFRÅGOR TILL SKOLLEDARE:

1. Hur möjliggör man samverkan mellan elevhälsa, klasslärare och föräldrar när det gäller elevers mående?
2. Hur möjliggör man samverkan med externa aktörer när det gäller elevers mående?
3. Hur mäter man stress och mående hos eleverna på skolan?
Hur följs resultatet upp?
4. Hur får vi med förälders och elevens upplevelse och även den medicinska aspekten vid beslut om anpassad studiegång eller andra åtgärder?

FÖREBYGG UTMATTNINGSSYNDROM

Attention har i samarbete med Lars Westerström, specialistläkare i barn- och ungdomspsykiatri, tagit fram tips hur man kan förebygga utmattningssyndrom.

Orsaker:

- Långvarig stress utan tillräcklig återhämtning.
- För lite inflytande på sitt arbete/sina studier.
- Koncentrationen är försämrad, svårt att hålla fokus, t.ex. lyssna till lärarens instruktioner.
- Dålig arbetsmiljö i skolan, t.ex. för mycket intryck, dålig arbetsro i klassrummet.
- Svagt stöd i hemmet för studierna, t.ex. trångboddhet eller utmattade föräldrar.
- För höga ambitioner för studierna, t.ex. trots att jag har mattesvårigheter vill jag ha betyget A.
- Psykisk traumatisering, t.ex. mobbing eller svåra hemförhållanden.
- Ärftliga förhållanden. Känsligheten för stress varierar.

Uppmärksamma tidiga signaler:**Psykiska symptom**

- Svårare att känna sig nöjd.
- Nedstämdhet, inget är roligt speciellt kravfyllda aktiviteter som hemläxor.
- Hopplöshetskänsla i perioder.
- Labilitet i humöret, "kort stubin".
- Oro.
- Panikångestattacker kan förekomma.

Kognitiva symptom

- Koncentrationen är försämrad, svårt att hålla fokus, t.ex. lyssna till lärarens instruktioner.
- Man kan få svårt att läsa böcker.
- Man minns inte alltid vad som sagts.
- Man har svårt att "hålla många bollar i luften". Svårt att vara med kompisar.

Kroppsliga symptom

- Sömnstörningar, framför allt svårt att somna men även ständiga uppvaknanden. Inte utsövd på morgonen.
- Trötthet, speciellt efter skoldagen.
- Ospecifik huvudvärk.
- Ostadighetsyrsel.
- Tryck över bröstet.
- Hjärtklappning.
- Värk i nacke och axlar.
- Orolig mage.

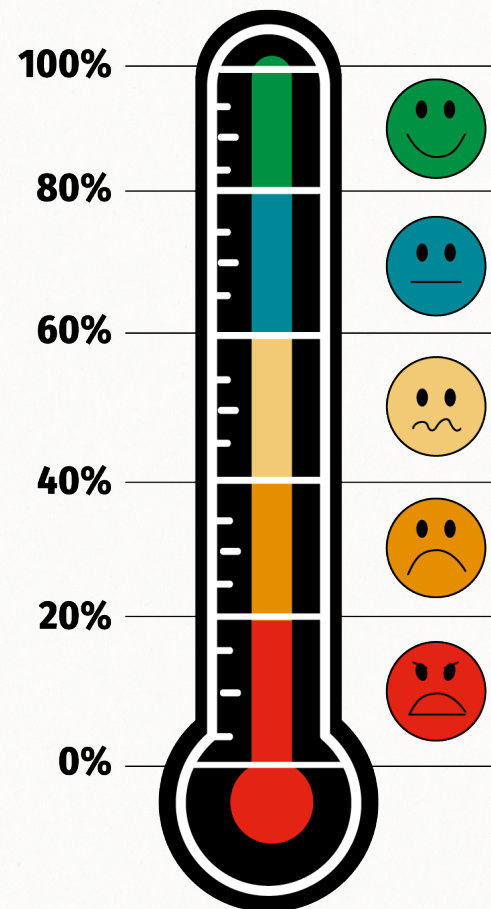
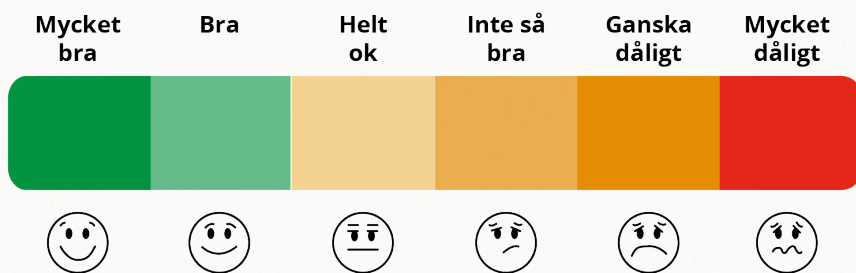
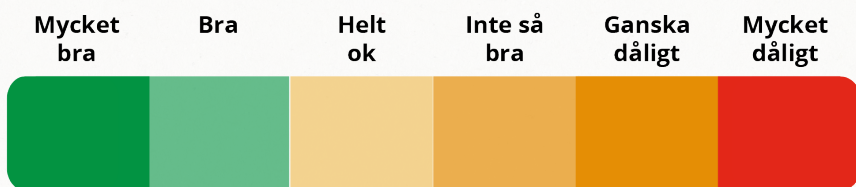
Mer på nästa sida →

Att göra:

Fundera över vad som är den/de troligaste förklaringarna till stressen. Följ upp varannan till var tredje vecka att elevens symptom minskar.

- Om stressignalerna inte är tillfälliga (funnits kort tid), måste stressavlastning ske i samråd med skolan.
- Det är viktigt att eleven får vara med och påverka hur stressavlastning ska ske. Vad ger och tar energi?
- Vid misstanke om NPF, remiss till BUP.
- Titta på elevens arbetsmiljö, minska ljud i omgivningen (ev. eget rum), ge mer stöd i undervisningen. Titta på elevens fritid, för många (roliga) aktiviteter?
- Översyn av arbetsmiljön. För många oroliga elever på för liten yta?
- Finns möjlighet till familjestöd via socialtjänsten?
- Coacha eleven till lagom ambitioner.
- Vid misstanke om psykisk traumatisering, remiss till BUP/BUH.
- Om föräldrar är/har varit utmattade, finns det möjlighet till exempelvis stöd vid läsläsning?

Använd gärna energiskalar för att tillsammans med eleven kartlägga vad som kostar och ger energi.



Använd gärna energiinventering för att tillsammans med eleven kartlägga vad som kostar och ger energi.

+	Platser	-

+	Aktiviteter	-

+	Möten	-

+	Personer	-

4: SAMVERKAN



NÄR EN ELEV hamnar i problematisk skolfrånvaro är det oerhört viktigt att skolan, eleven och de anhöriga får till en fungerande samverkan. Både barnet och föräldrarna bör göras delaktiga i planerna framåt för exempelvis en återgång till skolan. Om delaktigheten och samförståndet uteblir riskerar skolans insatser att skjutas utanför målet.

I DEN HÄR modulen fördjupar vi oss i hur en god samverkan kan se ut och vad som är viktigt att tänka på med utgångspunkt från ett föräldraperspektiv, och i förlängningen ett gemensamt barnperspektiv.

Struktur på materialet:

1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal

2: RELATIONER

3: MÅENDE

4: SAMVERKAN

5: VÄGEN TILLBAKA

Robert, Lina och Lotta:
Att vara förälder till ett barn som befinner sig i problematisk skolfrånvaro



Länk till filmen:
<https://youtu.be/Fh1UiLVnD4U>

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Therese Allvar, leg. psykolog: **SAMVERKAN**



Alla Attention's filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay

Filmen är framtagen i
samarbete med **Psykologpartners**.

Vill ni se hela Therese föreläsning
om samverkan:

<https://youtu.be/203YzkZsf00>



Länk till filmen:

https://youtu.be/eH4U54k74Fg?si=Fjr5J_Ky47Swi35E



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL ALLA:

1. Känner vi att vi har tillräcklig kunskap om detta i vår arbetsgrupp?
2. Hur känner jag inför möten med föräldrar till elever som har en svår skolsituation?
3. Föräldrar till skolfrånvarande elever agerar efter situation, förmåga, ork och tidigare erfarenheter. Vilka krav ställer det på mig som professionell?
4. Många gånger bär föräldern på en stor oro inför möten. Hur vet jag om det är så? Hur påverkar det vårt samarbete?
5. Hur kan elevens mående påverka föräldrars situation och möjlighet till att samverka?





6. Hur rustad känner jag mig för "svåra" samtal?
7. Utifrån tidigare fråga, om svåra samtal. Ibland uppstår situationer där man som skolpersonal behöver göra en orosanmälan. Vilka rutiner har vi för att göra orosanmälningar på vår skola?
8. Även om en orosanmälan syftar till att ge en förälder eller en familj stöd finns ofta en oro, och ibland en känsla av att bli ifrågasatt och otillräcklighet hos föräldern. Hur hanterar vi föräldrarnas tankar och frågor kring orosanmälningar? Hur ger vi föräldrar generell information om orosanmälningar?
9. Hur möjliggör jag att vi (förälder och skola) jobbar mot samma mål och för elevens bästa?



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL SKOLLEDARE:

1. Hur skapar jag som skolledare en kultur för god samverkan mellan skola-hem?
2. Hur möjliggör jag att personal har tid och kunskap för god samverkan med föräldrar?
3. Vilket slags stöd ger skolan till personal vid svåra samtal/möten?
4. Ibland uppstår situationer där man som skolpersonal behöver göra en orosanmälan. Vilka rutiner har vi för att göra orosanmälningar på vår skola?
5. Även om en orosanmälan syftar till att ge en förälder eller en familj stöd finns ofta en oro, och ibland en känsla av att bli ifrågasatt och otillräcklighet hos föräldern. Hur hanterar vi föräldrarnas tankar och frågor kring orosanmälningar? Hur ger vi föräldrar generell information om orosanmälningar?



Föräldrar tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attentions projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Föräldrar till elever med NPF och skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.



ATT TILLSAMMANS, MED ELEVEN I FOKUS, HITTA VÄGAR

TILLBAKA TILL SKOLAN:

- Samverkan är avgörande för att främja närvaro.
"Det är av yttersta vikt att man kan samarbeta, för det finns inga genvägar. Det är bara tillsammans vi kan lyckas."
- Att ha ett barn med NPF som befinner sig i skolfrånvaro innebär att balansera skolplikt och mående.
"Vi saknade kunskap om problematisk skolfrånvaro och vi gjorde som alla andra sa – vi pressade, lockade och hotade. Och det är någonting som jag har så fruktansvärt dåligt samvete för idag."
- Att vara förälder till ett barn som befinner sig i skolfrånvaro innebär att ens föräldraskap blir ifrågasatt.
"Ofta får jag höra att jag inte har bra disciplin eller uppfostran. Det är jättesvårt att förklara för omgivningen. Att jag faktiskt inte får iväg honom till skolan."
- Även föräldrar kan ha NPF.
"Eftersom jag har autism så är både jag och mitt barn i behov av tydlighet. Det skulle underlätta enormt om jag fick en mötesagenda med vilka som närvarar, syfte och mål med mötet och om jag kan få anteckningar från mötet. Allra bäst om jag får spela in."

ATT TÄNKA PÅ:

- Tänk noga igenom syftet med mötet – varför behövs mötet?
- Hur kan jag förbereda mig och förälder för att sänka alla deltagarnas stressnivå?
- Vad vet jag om den/dem jag möter? Finns det något som jag behöver ta reda på?
- Har föräldern förtroende för mig?
- Hur har jag arbetat för att bygga relation?
- Finns någon på skolan som har bättre relation till familjen än jag och som kan delta?
- Vilka behöver jag bjuda in till mötet? För att kunna ta beslut? Hur många från skolan måste delta (tänk på maktbalansen i rummet).
- Säkerställ i tid att det finns en lämplig lokal där mötet kan äga rum.
- Fundera över hur tydlighet kan skapas innan och under mötet.
- Skicka gärna mötespåminnelse, t.ex. sms, i god tid innan mötet.
- Hur arbetar jag för att eleven inte ska bli bärare av problematiken?
- Hur kan jag på bästa sätt ta reda på vad eleven behöver? Vad fungerar för just den här eleven och hur kan vi bygga vidare på det?
- Prestigelöshet – jag har inte alla svar – hur kan vi tillsammans uppnå olika mål?
- Hur kan jag förmedla nyfikenhet och en önskan att vilja ta reda på mer?
- Hur kan jag förmedla hopp i samtalet?



Elever tipsar

Tipsen är framtagen av Riksförbundet Attention's projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Unga med NPF och egen erfarenhet av skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

VID ÅTERGÅNG TILL SKOLAN

Återgång till skolan behöver ske i elevens egen takt. Tänk långsiktigt, det kan komma att ta flera terminer.

Det är viktigt att man har gjort en gemensam plan, där eleven är involverad, tillsammans med föräldrar.

Till en början är det ofta viktigt att arbeta i ett mindre sammanhang såsom ett gruppum och att inte lämnas ensam.

Det är viktigt att tänka på dagsformen och vikten av att lyckas.

- Hur planerar du återgången tillsammans med eleven och föräldrarna?
- Hur bygger planen på elevens intressen och relationer med pedagoger?
- Hur tar planen hänsyn till elevens eventuella prestationskrav och måndesituation?
- Hur kartlägger du de moment under skoldagen som kan skapa hinder för elevens återgång, t.ex. matsituation, ombyte inför idrott, förflytta sig i byggnaden?
- Hur uppmärksammas framsteg och "lyckanden"?
- Hur skapar du utrymme för vila och pauser för eleven under vistelsen i skolan?



Föräldrar tipsar

Tipsen är framtagna av Riksförbundet Attentions projekt Vägen tillbaka med medel från Allmänna arvsfonden. Föräldrar till elever med NPF och skolfrånvaro har varit delaktiga i framtagandet av informationen.

INFÖR MÖTET MELLAN VÅRDNADSHAVARE OCH SKOLAN

- Plats för mötet/information om mötet (digitalt/telefon). Ok att spela in, ta med någon, t.ex. anhörigstöd?
- Start och sluttid för mötet.
- Syfte – varför ska vi träffas?
- Mötets dagordning.
- Vilka deltar på mötet?
- Barnets bästa avgör om eleven ska vara med eller inte. Om eleven ska delta, vilken planering krävs?
- Berätta om något ska förberedas eller tas med inför/till mötet.
- Delge hur man får information om t.ex. beslut från mötet, t.ex. via anteckningar, spela in.
- Information om vem man ska kontakta om man har frågor inför mötet.

UNDER MÖTET MELLAN

VÅRDNADSHAVARE OCH SKOLAN

- Var tydlig med mötets syfte.
- Vem gör vad under mötet?
- Fokus är ett gemensamt arbete med elevens bästa i fokus.
- Tänk på tydlighet och att bekräfta att mottagaren förstått/tagit till sig informationen.
- Bilder/anteckningar kan fungera bra som stöd.
- Mötesplatsen – är den fri från störande ljud och insyn?
- Vid längre möte, planera in pauser.
- Sammanfatta, delge föräldern muntligt och skriftligt. Berätta hur man kan ta del av mötesanteckningar. Kan man tillsammans sammanfatta det som har bestämts?
- Var tydlig med vad skolan respektive vårdnadshavare ansvarar för.
- Meddela hur och när mötet följs upp.
- Återkoppla kring ev. olösta frågor.
- Tänk på att det vid behov går att avbryta mötet och bestämma ny tid.

5: VÄGEN TILLBAKA



NU NÄR DU och dina kollegor har gått igenom samtliga moduler i materialet hoppas vi att nya tankar och idéer kommit upp till ytan. Vi hoppas att ni är ivriga att tillsammans hitta vägar för att minska problematisk skolfrånvaro på just er skola.

VI HOPPAS OCKSÅ att ni nu har en gemensam grund att stå på som förenklar ert arbete med att få tillbaka de skolfrånvarande elever som redan finns.

Struktur på materialet:

1: FYSISK LÄRMILJÖ

Spår 1:
Fysisk lärmiljö
för skolledare

Spår 2:
Fysisk
lärmiljö
för skolpersonal

2: RELATIONER

3: MÅENDE

4: SAMVERKAN

5: VÄGEN TILLBAKA

Dom kallar oss hemmasittare: **VÄGEN TILLBAKA**



Länk till filmen:
<https://youtu.be/U7Qx8WNF5Ek>

Alla Attentions filmer finns på vår Youtubekanal AttentionPlay



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL ALLA:

- 1.** Finns det något vi behöver kunna mer om i förhållande till elever med NPF och problematisk skolfrånvaro?
- 2.** Vad tar jag med mig från den här utbildningen?
- 3.** Vad blir nästa steg för att använda kunskapen om elever med NPF och deras situation i skolan?
- 4.** Vad tar just jag ansvar för i att använda kunskapen om elever med NPF och problematisk skolfrånvaro?



DISKUSSIONSFRÅGOR TILL SKOLLEDARE:

1. Vad blir nästa steg för att använda kunskapen om elever med NPF och deras situation i skolan?
2. Hur kan vi säkerställa att den här kunskapen sprids till all personal i skolan?
3. Finns det några nya rutiner eller arbetssätt som behöver implementeras i förhållande till elever med NPF och deras situation i skolan?
4. Hur följer vi upp att det blir "bättre"?



SAMMANFATTNING

ATT MINSKA ANTALET skolfrånvarande elever med NPF är inget enkelt och snabbt jobb. Det krävs ett långtgående och förebyggande arbete där alla instanser runt eleven fattar armkrok och samverkar med varandra. Det finns inget ”vi” och ”dom”, utan det här jobbet måste göras tillsammans. I denna samverkan måste också elevers röster vara utgångspunkt och de ska göras delaktiga i arbetet i ett tidigt skede.

OCH SIST MEN inte minst, skolledning och andra makthavare ute i kommunerna måste få upp ögonen för alla tusentals skolfrånvarande elever med NPF. De behöver förstå hur förödande detta är för barnen, deras föräldrar och för samhället på lång sikt.

