



VERKTØY FOR SAMTALER MED BARN (handlingsveilederen nivå 0 trinn 3)

Til barnet – informasjon tilpasses utfra alder og modenhet

Det er du selv som sitter med den aller viktigste informasjonen om en uro/bekymring. Det er viktig at du er så ærlig som du kan i denne samtalen.

Hver boks fylles ut for seg. Ved å fylle boksen med farge, viser du i hvor stor grad hver enkelt forklaring gjelder for nettopp deg og ditt liv. Du kan også tenke at hver boks er 100% og angi hvor mange prosent du tenker at boksen er fylt.

Noe på skolen/
barnehagen
kjennes
vanskelig

Fysisk
vanske/
sykdom

Psykisk
vanske

Henger
langt etter
faglig

Møter ikke
på skolen

Kjenner på
utenforskap
/vansker
med venner

Noe er
vanskelig
hjemme

Søvn-
problemer

Annet?

Veileder til samtalen:

Denne veilederen er utarbeidet slik at du som gjennomfører samtalen med barnet har noe å støtte deg til. Veilederen er i utgangspunktet tilpasset til å kartlegge årsaker til bekymringsfullt skolefravær. Vi har lånt samtaleboksene fra Vollebekk skole sitt arbeid med nærvær i skolen. Vi i Alta kommune har videreutviklet denne slik at vi også kan benytte den til samtaler for alle barn der vi har en uro eller en bekymring som vi trenger å kartlegge. For å få til en god samtale for barnet er det viktig at du som voksen skaper trygge rammer og at du er opptatt av å undre deg sammen med barnet for å kartlegge barnets situasjon.

NOE KJENNES VANSKELIG PÅ SKOLEN/BARNEHAGEN

Det er mye som kan være vanskelig for en elev på skolen eller for et barn i barnehagen. På skolen kan det være fag som eleven ikke mestrer, eller det å snakke høyt i klassen eller at det er mange elever i skolegården. For noen elever blir det slik at det som kjennes vanskelig på skolen blir så «stort» at de i perioder ikke klarer å gå på skolen.

I barnehagen kan barn uttrykke at de har det vanskelig på mange ulike måter. Et tegn på at barn ikke har det bra, kan være at barnet ikke vil til barnehagen. Andre tegn kan være at ellers utadvendte og glade barn, blir stille, alvorlige og innesluttet. Aktive barn kan trekke seg unna lek, søke mindre kontakt med andre enn tidligere og bli passive. Et barn som tidligere har deltatt i godt samspill med andre barn, kan bli urolig, løpe rundt, lage mye lyd, ødelegge for andre og vise frustrasjon og sinne. Noen kan reagere med å bli slitne og trøtte, klenge på voksne eller gråte mer enn tidligere. Andre kan få problemer med å spise eller sove.

FYSISK VANSKE/SYKDOM

Alle er syke innimellom, så sykdom er normalt og fører til at de fleste får litt skolefravær eller at barn i barnehagen må være hjemme. Noen elever og barnehagebarn har en kronisk sykdom, sykdom som varer over tid og kanskje livet ut. For noen barn gjør sykdommen det vanskelig å delta aktivt på sin arena. Selv om barn kan være mye borte enten fra skolen eller fra barnehagen er det viktig at de voksne, både foreldre, lærere og barnehageansatte er bevisste på hva det kan gjøre med eleven/barnets forutsetninger for både læring og sosialt fellesskap.

PSYKISK VANSKE («BRYSSOMME TANKER ELLER FØLELSER»)

For en skoleelev kan slike tanker og følelser bli veldig sterke og problematiske. Da kaller man det en psykisk vanske. Noen ønsker å dele dette med noen, mens andre vil skjule det. En psykisk vanske kan være eks. panikkangst, sosial angst, spiseforstyrrelser eller depresjon. Det kan være at du også har fått en diagnose hos en fagperson. Men det kan også være slik at du ikke har delt det med noen og lurer på om du skal tørre å be om hjelp? Å ha en psykisk vanske kan ramme alle og i noen tilfeller går det utover skoleinnsats og oppmøte.



For mindre barn som går i barnehage og som har en psykisk vanske vil ofte slite med vanskelige følelser som frykt, uro og sinne. Barn i barnehage kan ødelegge ting som tilhører andre, virke nervøse og anspente, samt være overfølsomme. Noen barn kan være opptatt av orden og renslighet, samt nekte å delta i aktiv lek.

HENGER LANGT ETTER FAGLIG

Noen elever føler at de ikke klarer å følge med på det som skjer i enkelte fag eller noen ganger i alle fag. Kanskje læreren snakker på en innviklet måte slik at det blir vanskelig å få med seg innholdet i undervisningen. Kanskje er det også sånn at man ikke forstår eller får gjort leksene sine, slik at man kommer helt uforberedt til timene og til prøver. Noen elever lar f.eks være å gå på skolen dager da det er lagt opp til prøver. En del elever klarer ikke å be om hjelp eller si ifra når de «henger etter» og i stedet for blir de hjemme.

MØTER IKKE PÅ SKOLEN

Noen elever kjeder seg på skolen og sliter med motivasjon til å gå på skolen. Da hender det at de velger å være hjemme på dagtid å spille dataspill eller eks se på Netflix. Noen velger også å henge med andre venner som også har valgt bort skolen.

KJENNER PÅ UTENFORSKAP/VANSKER MED VENNER

Noen går ikke på skolen fordi de ikke føler at de hører til blant de andre. Kanskje føler de at de ikke har en eneste venn i klassen eller kanskje ikke på hele skolen. Noen elever opplever at ingen savner dem når de er borte fra skolen. Hvis man har en følelse av at det ikke spiller noen rolle for andre om man kommer på skolen eller ikke, kan det kjennes både vondt og meningsløst å være der. Hvis du vet at du kommer til å bli stående alene i friminuttene er det heller ikke lett å gå på skolen. Noen elever blir plaget eller mobbet på skolen. Dette er svært alvorlig og en veldig forståelig grunn til at man unngår skolen.

NOE ER VANSKELIG HJEMME

Noen har problemer i livet sitt som egentlig ikke handler om skolen, men som gjør at man får høyt skolefravær. Det kan for eksempel være så mye bråk og konflikter hjemme at du blir for sliten til å konsentrere deg om skolen. Kanskje krangler foreldrene dine ofte eller kanskje er det så bråkete om natta at du ikke får sover? Noen opplever store konflikter mellom foreldrene etter skilsmisse og lever i en slags «krig» der foreldrene ikke klarer å samarbeide om noe – heller ikke om oppfølging av barnet sitt. Slike situasjoner krever mye av barn og ungdom og kan stjele fokus fra skole og skolearbeid. Noen føler at de må bli hjemme for å passe på andre familiemedlemmer (eks. søsken, mamma, pappa) fordi de er bekymret for hva som kan skje hjemme dersom de selv ikke er der. Vanskelige familieforhold kan ofte føre til høyt skolefravær.



For mindre barn som går i barnehager kan det å ha det vanskelig hjemme gi seg utslag i endringer i barns følelser og atferd. Barn kan uttrykke det ved å bli mer stille og tilbaketrukket eller vise mer sinne, frustrasjon og utagering enn tidligere. Små barn snakker med kroppen og følelsene sine, og noen barn forteller med ord når de har språket.

SØVNPROBLEMER

Noen barn og ungdom har problemer med søvn. Det kan for eksempel være at du prøver å sovne, men ikke klarer det og blir liggende våken lenge om natta. Det kan være at du har mange tanker som ikke gir deg ro, eller kanskje du sover veldig urolig, har mareritt og ikke føler deg uthvilt når du våkner. Noen spiller, ser film eller nettsurfer om natta og er utslitt om morgenen sånn at de ikke orker å gå på skolen. Andre har snudd døgnet helt slik at de er våkne om natta og sover om dagen. Når man strever med søvn er det veldig vanskelig å gå på skolen og man kan fort få høyt fravær.

Mindre barn, som sped- og småbarn kan også oppleve søvnproblemer. Sped- og småbarn som har redusert søvnkvalitet og for lite søvn kan utvikle psykososiale problemer som emosjonelle vansker, atferdsforstyrrelser og et vanskelig forhold til jevnaldrende, foreldre og skole/barnehage. Det er viktig å kunne gi foreldre og barn tidlig hjelp for barn som er i risiko for å utvikle søvnforstyrrelser.

Ressurser:

Vollebekk skole – Årsaks kartlegging bekymringsfullt fravær

Utdanningsforskning

Utdanningsdirektoratet

Tidsskriftet Den norske legeforening