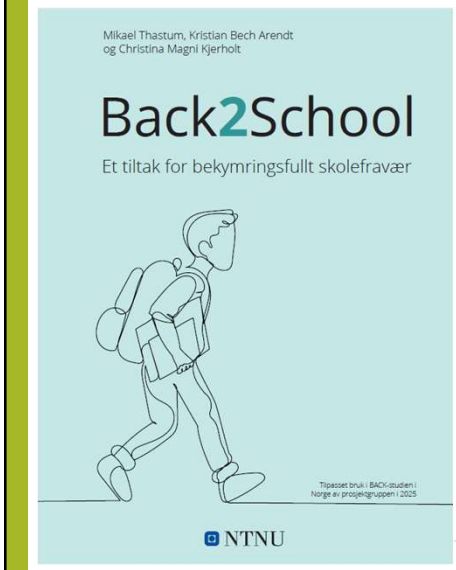
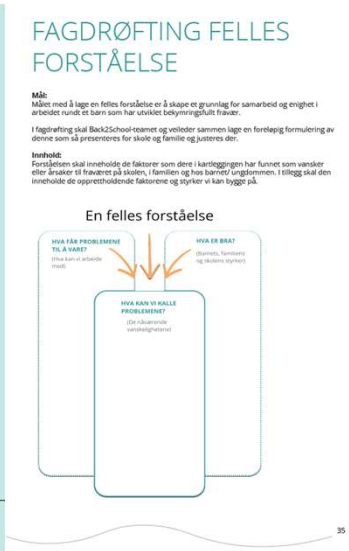
1

Hva er Back2School?

- Kunnskapsbasert tiltak for å bidra til økt skolenærvær
- Utviklet i Danmark
- Basert på kognitiv atferdsterapi
- Målrettet og strukturert tiltak
- Fokus på barnet, familien og skolen
- Plan for å gradvis øke tilstedeværelse på skolen
- Vi vil benytte en **revidert versjon** av tiltaket basert på erfaringer etter pilotundersøkelsen

2


Mikael Thastum, Kristian Bech Arendt
og Christina Magni Kjerholt
Back2School
Et tiltak for bekymringsfullt skolefravær
Tilpasset bruk i BACK-studien i Norge av prosjektgruppen i 2025.
NTNU


FAGDRØFTING FELLES FORSTÅELSE
Mål:
Målet med å lage en felles forståelse er å skape et grunnlag for samarbeid og enighet i arbeidet rundt et barn som har utviklet bekymringsfullt fravær.
I fagdrøfting skal Back2School-teamet og veileder sammen lage en foreløpig formulering av denne som så presenteres for skole og familie og justeres der.
Innhold:
Forståelsen skal inneholde de faktorer som dere i kartleggingen har funnet som vansker eller årsaker til fraværet på skolen, i familien og hos barnet/ungdommen. I tillegg skal den inneholde de opprettholdende faktorene og styrker vi kan bygge på.
En felles forståelse
HVA FÅR PROBLEMENE TIL Å VARE?
HVA ER BRA?
HVA KAN VI KALLE PROBLEMENE?
35

Øvingsark
Back2School
B2S-F-13
Svømmehallen
TRINN 1 -
VANNET GÅR TIL ANKLENE
TRINN 2 –
VANNET GÅR TIL KNÆRNE
TRINN 3-
VANNET GÅR TIL NAVLEN
TRINN 4 –
VANNET GÅR TIL BRYSTET

3

Øvingsark
Back2School
B2S-F-21.1
Realistisk tenkning
Eksempel bekymring
Hendelse
Jeg skal ha en fremføring i klassen
Tanker
Jeg kommer til å si noe feil, og alle de andre kan se hvor nervøs jeg er, og begynner å le
Følelse
Hvilken følelse: Angst
Grad på termometeret : Angst 8
Beviser
Ideer til spørsmål:
Hva vet jeg med sikkerhet?
Hva har skjedd tidligere når jeg har vært bekymret?
Hva vet jeg om denne situasjonen?
Hva kunne ellers skje?
Hva vil mest sannsynlig skje?
Hva har skjedd for andre i en lignende situasjon?
Hva ville jeg sagt til en venn i en lignende situasjon?
Hvor ille ville det egentlig vært hvis det skjedde?
Jeg har sett andre være nervøse når de skulle ha fremføring, så jeg er ikke den eneste som har det sånn
Jeg har hatt fremføring før og vært nervøs, men det var ingen som lo eller sa noe ekkelt
Når andre sier noe feil, blir det ikke rart eller dumt
Selv om jeg sier noe feil, vil de andre bare glemme det med en gang
Jeg har øvd på fremføringen, så det går nok greit
De fleste som har fremføring, ser litt nervøse eller sjenerte ut, så jeg er ikke annerledes enn de fleste andre
Hvis det var en venn som skulle ha en fremføring og var nervøs, ville jeg si at det kommer sikkert til å gå helt fint
Selv om noen ler, betyr det ikke at de synes jeg er dum, eller at de ikke vil være venner med meg
Realistisk tanke
(Alternativ tanke eller forklaring)
Det kommer sikkert til å gå helt fint, og selv om jeg kommer til å si noe feil, kommer ikke de andre til å bry seg
Følelse
Grad på termometeret ved denne tanken (0-10): Angst 3

Øvingsark
Back2School
B2S-F-29
Søvnvaner

Arbeidsark
Back2School
B2S-S-2
Trygt og godt læringsmiljø
For å få til et trygt og godt læringsmiljø er det viktig at læreren utøver autoritativ ledelse i klasserommet. Dette er særlig viktig for engstelige, triste og umotiverte elever.
Autoritativ ledelse i møte med engstelige, triste og umotiverte elever
Autoritativ ledelse kjennetegnes av en kombinasjon av varme og støtte, samtidig som læreren setter tydelige grenser og forventninger. Dette er særlig viktig når man møter elever som:
Er engstelige: De kan ha lav selvfølelse og frykte å feile.
Mangler engasjement og motivasjon: Ofte fordi de ikke ser relevansen av skolearbeidet, eller har negative skoleerfaringer.
Ikke opplever læreren som en støttespiller: De kan føle seg misforstått eller oversett.
Tiltak:
Relasjonsbygging: Vise genuin interesse for eleven som person. Lytte aktivt og anerkjenne følelsene deres.
Forutsigbarhet og struktur: Skape trygghet gjennom tydelige rammer og rutiner.
Støttende dialog: Bruke et språk som signaliserer at læreren er der for å hjelpe, ikke straffe.
Mestringsorientert tilnærming: Gi oppgaver som er tilpasset elevens nivå og som gir mulighet for små suksesser. Underveisvurderinger er viktige.
Møte følelsene – våge å stå i ubehaget sammen med eleven
Unngåelse er en vanlig strategi hos engstelige og/eller triste elever, men det kan forsterke problemet over tid. Autoritativ ledelse innebærer å:
Validere følelsene: "Jeg ser at dette er vanskelig for deg."
Stå i ubehaget sammen med eleven: Ikke la dem slippe unna situasjoner som vekker angst, men tilby støtte.
Gradvis eksponering: Hjelpe eleven med å møte det de frykter, i små og kontrollerte steg.
Refleksjon og metakognisjon: Snakke med eleven om hva som skjer i dem, og hvordan de kan håndtere det.
Dette krever emosjonell tilstedeværelse og pedagogisk sensitivitet.

4

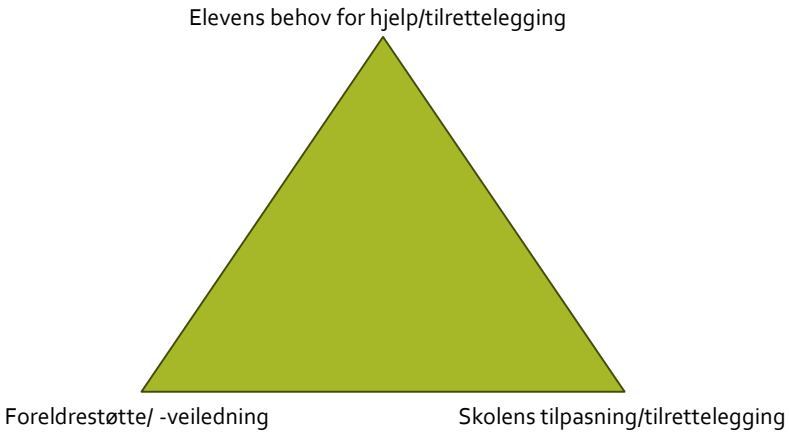
Det er utviklet ressurshefter til skolen, foreldre og de unge

5

Hvem er i den nasjonale Prosjektgruppen?

6

EN INTEGRERT TILNÆRMING



7

Hvordan jobber vi?

- Med eleven, foreldrene og skolen
- Felles forståelse som grunnlag for tiltaket
  - Tilpasses den enkelte elev
- Gradvis økning av skoledeltakelse
- Jobber parallelt med utfordringer knyttet til skolefraværet

8

Hvem passer det for?

- Elever mellom 9 og 15 år
- Minst 20% skolefravær siste 12 skoleuker
- Minst en forelder snakker og forstår norsk
- Minst en forelder er motivert til å delta
- Skolen forplikter seg til å delta

9

Back-studien med Back2School-tiltaket

- Nasjonal studie
- 240 barn og unge, 9-15 år
- Hver kommune følges opp av regionalt ansvarlige

10

Hva forventes av kommunen?

- Rekruttere kommunalt B2S team med tre personer
  - Tverrfaglig
    - Helsefaglig
    - Pedagogisk
    - Familie/systemarbeid
  - Deltakelse på opplæring vår eller høst 2026 (Bergen i uke 16)
  - Prioritere minimum 20% stilling for hvert teammedlem i de første sakene
- Rekruttere 8 barn unge i løpet av to skoleår
  - Oppstart januar 2026

11

Fordeler ved deltakelse:

- Kommunen får ansatte som har grunnutdanning i angst, depresjon og foreldreveiledning som kan være nyttig i andre saker
- Kommunen får ansatte med spisset kompetanse på skolefravær og metodikk for å redusere dette
- Denne kompetansen kan spres videre utover til andre ansatte, og foreldre i kommunen i neste omgang

Samt veiledning i alle sakene gjennomført i forskningsstudien

12

Skolens rolle

- Skolen er en likestilt aktør i tiltaket sammen med eleven og familien
  - Fokus på hva som kan gjøres på skolen for faglig mestring og sosial trivsel
  - Lage planer basert på drøfting med B2S-teamet
  - B2S-teamet koordinerer og deltar på alle møter
- Skoleledelsen må være innstilt på at kontaktlærer deltar på de aktuelle møtene
  - Delta i forsamtale
  - Omtrent 9 møter i løpet av prosjektperioden (37 skoleuker) og oppfølging (telefonkontakt) etter denne
  - Delta i forskning (spørreundersøkelser og intervju)
  - Registerer fravær i en egen portal
- Skoleledelsen må tilrettelegge for at tiltaket blir gjort kjent blant de ansatte på skolen og B2S-teamet vil bidra til dette
- B2S-teamet jobber tett med familien, har ansvaret for samarbeidet og er koordinator for tiltaket

13

FORDELER FOR SKOLENE

- **Økt kompetanse**
- **Strukturert og systematisk oppfølging** TH1
- **Tverrfaglig samarbeid**
- **Individuelt tilpassede løsninger**
- **Støtte i krevende situasjoner**
- **Bidrag til forskning**

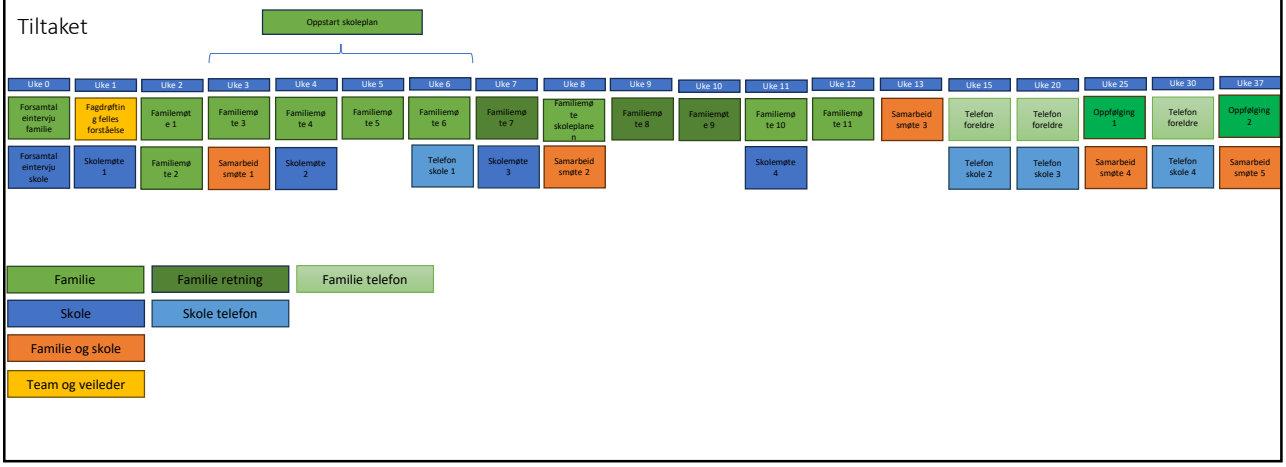
14

Slide 14

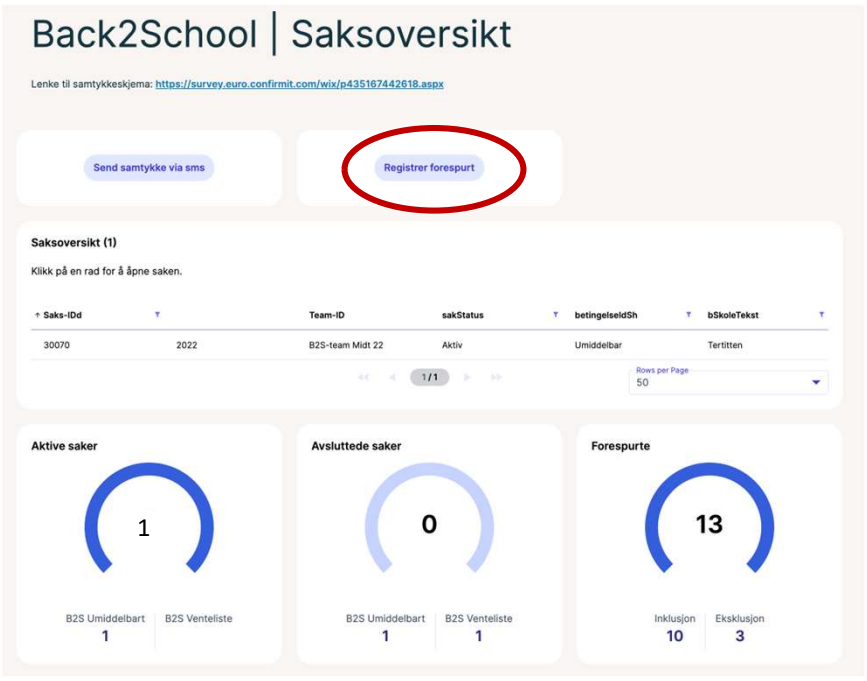
TH1 FORSLAG FOR Å SELGE INN TIL SKOLENE + TYDELIGE FØRST VHA DET KREVER AV DE (IKKE UNDERRAPPORTER)

Trude Havik; 2025-09-15T14:16:26.911

Oversikt over B2S-tiltakets forløp

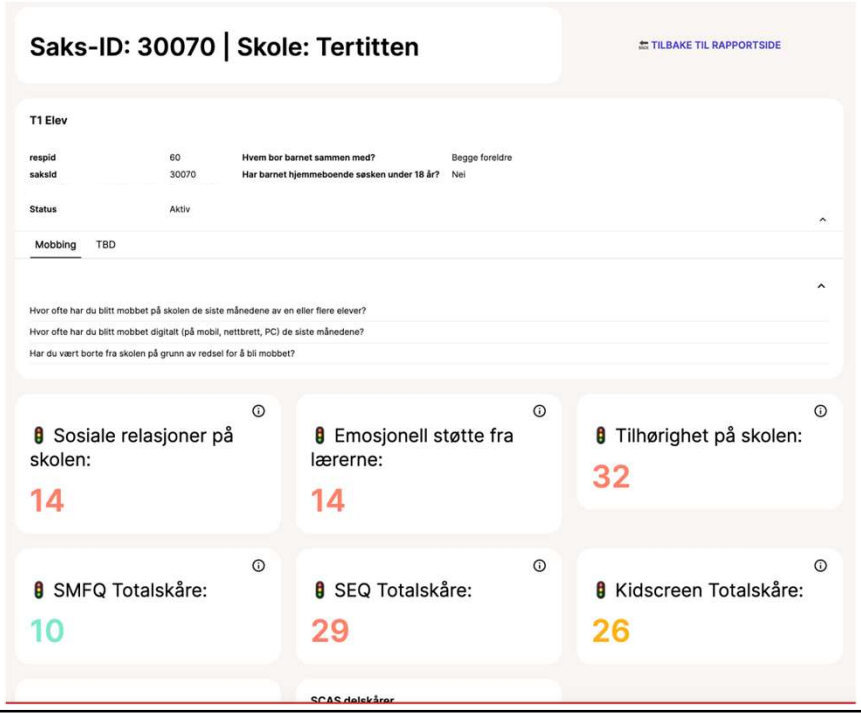


15



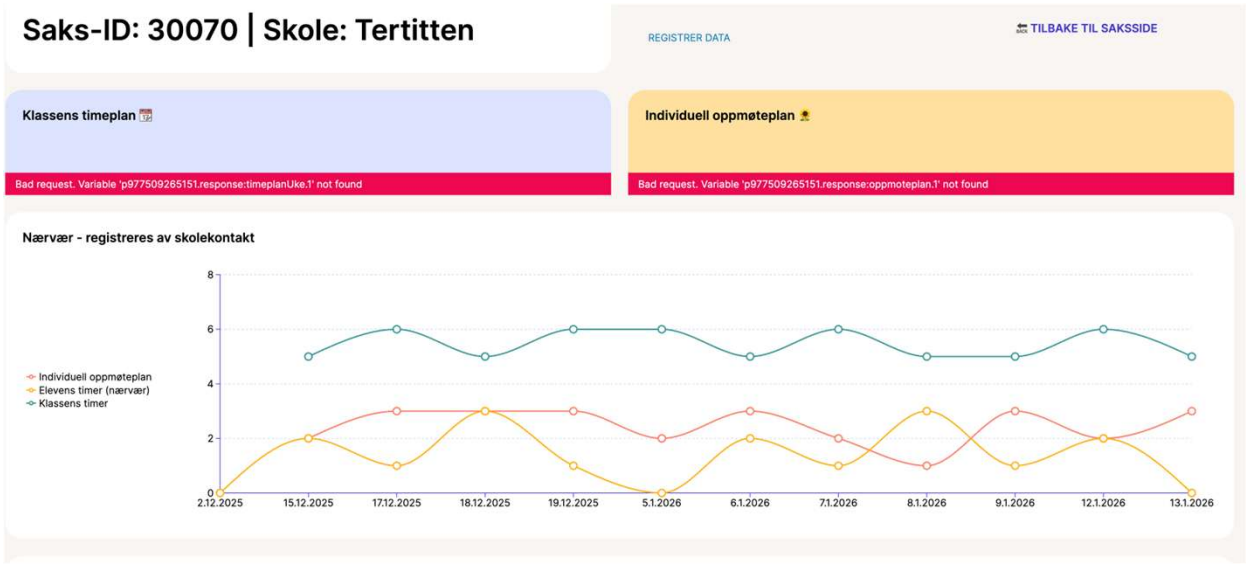
16

Elevrapport



17

Skolen registrerer nærvær, dere kan følge utvikling....



18

PROSJEKTETS NETTSIDE:
HTTPS://UIT.NO/PROJECT/BACKSTUDIEN/OMFORSKNINGSPROSJEKTET

19