



Hjälp!

Mitt barn kommer inte till skolan

En SAMFÖR-föreläsning om skolfrånvaroproblematik

Mälardalens Högskola, Västerås 24 februari 2015

Viktoria Konstenius

Leg. psykolog, författare

viktoriamkonstenius@emotiva.se



Mer info finns i...

Skolfrånvaro – KBT-baserat kartläggnings- och åtgärdsarbete

Viktoria Konstenius & Maria Schillaci (Studentlitteratur, 2010)



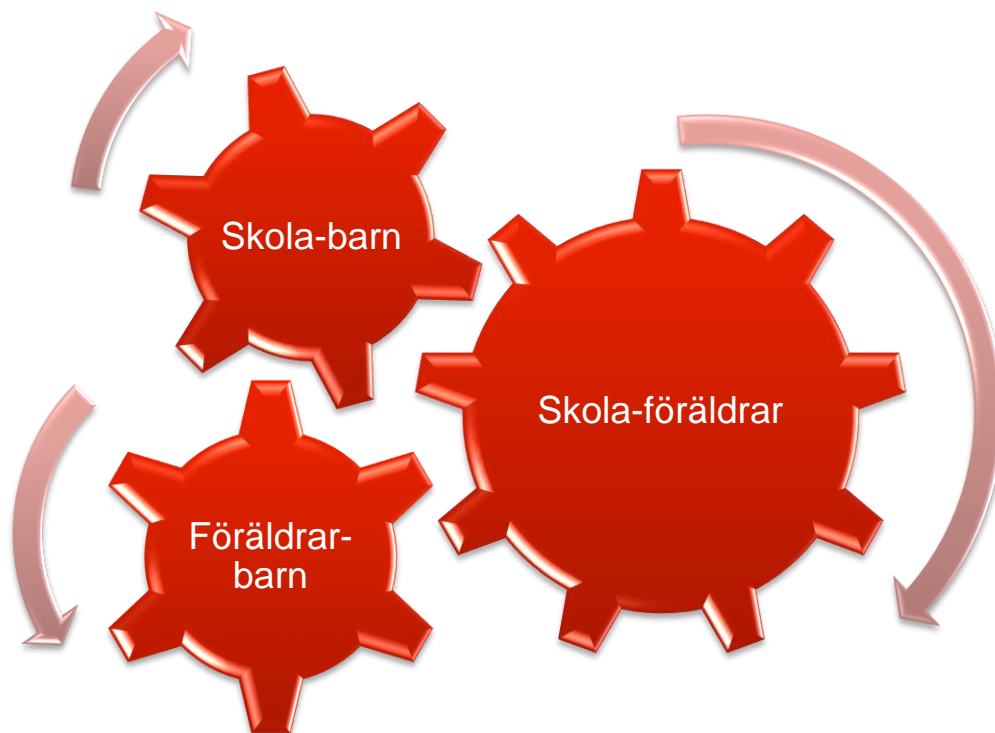


Dagens innehåll

- Definition o orsaksfrågan
- Vad då beteende?
- Hur jobba med förändring?
- Frågor och gemensam reflektion

Skolfrånvaroproblematik

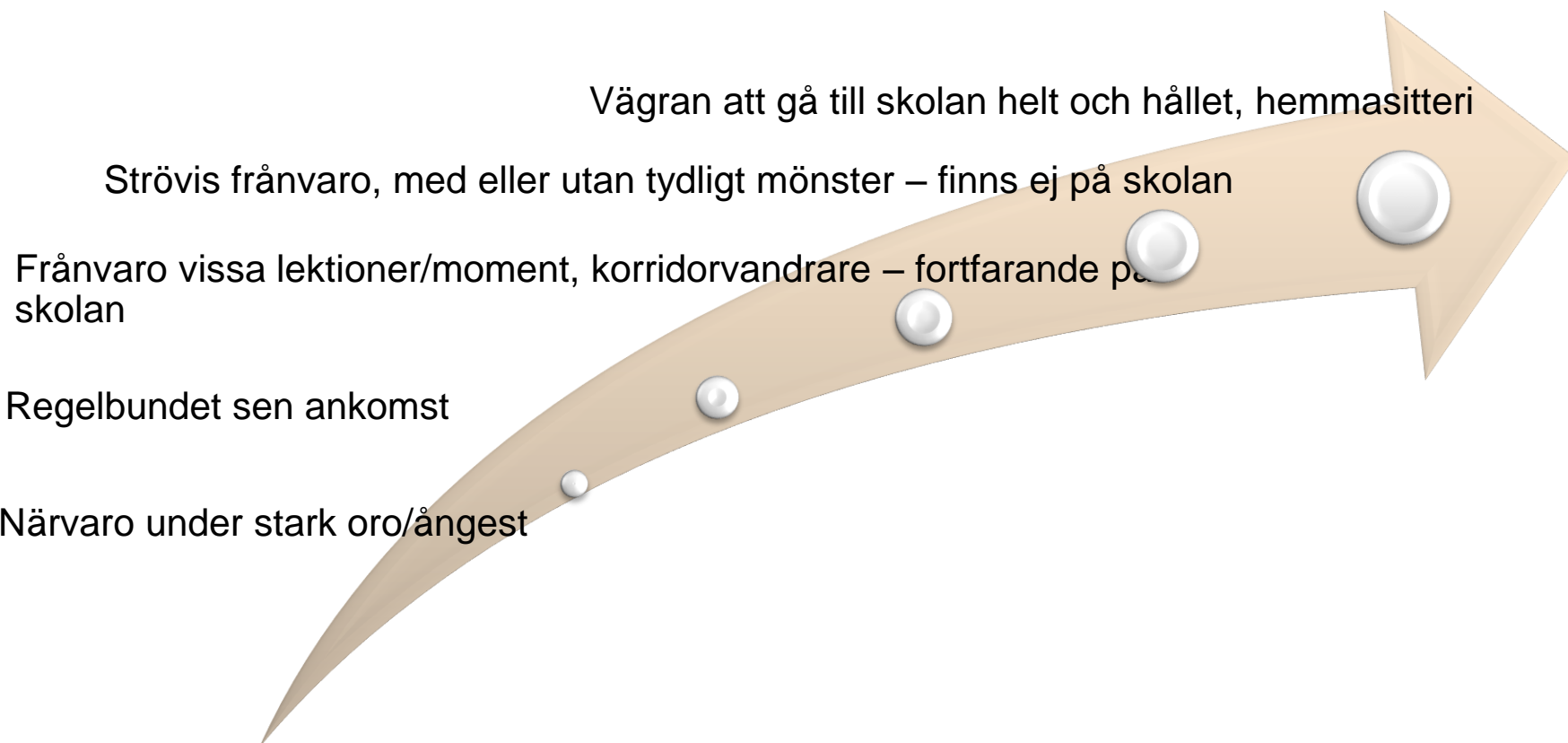
inte ett isolerat fenomen eller problem





Hela spektrat av skolfrånvaro

Ett **kontinuum** där varje punkt på detta kontinuum kan beskrivas som akut eller kronisk





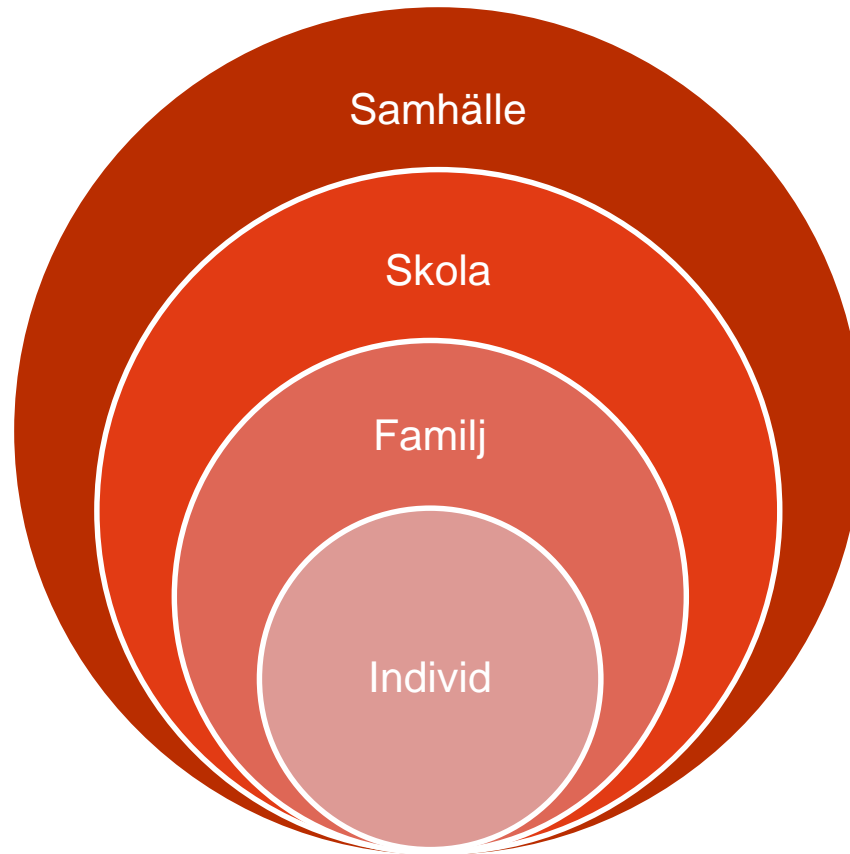
Varför är det så viktigt att fånga upp dessa elever?

- Demokratisk fråga att alla får likvärdig skolgång.
- Hjälpa barn/ungdomar i en jobbig situation.
- Förebygga psykopatologi.
- Förebygga social problematik som kommer av bristande skolgång, normbrytande beteende och utvecklandet av en alternativ "karriär".
- **Att arbeta med ökad skolnärvaro är ett framtidsbygge – både för individen och för samhället!**



Konsekvenser av skolfrånvaro

Kunskapsmässiga? Psykologiska? Sociala? Ekonomiska?





Risk- och skyddsfaktorer

- skolfrånvaro i sig en riskfaktor för framtida problem
- risk- och skyddsfaktorer i samverkan
- hög komplexitet
- aktivt arbete med skyddsfaktorer (dvs öka underskott)
- aktivt arbete med riskfaktorer (dvs minska överskott)



Vad beror det på?

- Ungefär hälften triggas av någon händelse (ex flytt, trauma, stadieövergång, familjehändelser)
- De allra flesta har inte någon diagnos – vare sig medicinsk eller psykiatrisk
- Över hela världen är astma den vanligaste medicinska orsaken till skolfrånvaro
- Av psykiatriska orsaker är separationsproblematik den vanligaste



Varför gör de så här?

Alla beteenden har en funktion, en inneboende logik, med en inlärningshistorik – det funkar!

- Undviker skolrelaterade stimuli som väcker oro och nedstämdhet?
- Flyr från jobbiga sociala och kravfyllda prestationssituationer (ex prov)?
- Söker uppmärksamhet?
- Hittar "belöningar" utanför skolan?

Men skolan är ju viktig...

Konsekvenskonkurrens?

De konsekvenser som har starkast makt över vårt beteende...

- sker i nutid / närtid
- medför något önskvärt
- har ett säkert utfall



...livet är för kort för långsiktiga konsekvenser?

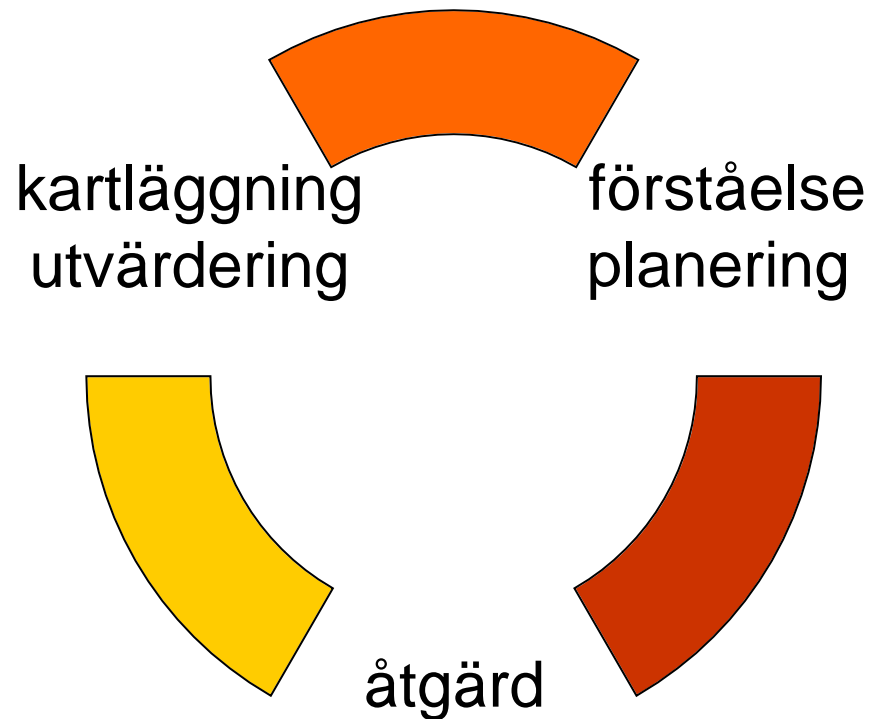


Varför beteendefokus?

- De allra flesta har inte någon diagnos - MEN alla "beter sig" och alla har tankar och känslor som samverkar med dessa beteenden.
- Förändrade beteenden är det som leder till en faktisk skillnad i elevens situation, och ett beteendefokus kan underlätta ett strukturerat och systematiskt förändringsarbete.
- Förändrade beteenden och situationer gör det möjligt att också känna och tänka på nya sätt, genom att man får nya erfarenheter.
- KBT-fältet innehåller mycket kunskap om beteendens funktion, hur vi människor etablerar beteende- och reaktionsmönster och hur detta går att förändra.
- men...det är INTE tanken att föräldrar eller skola ska bedriva terapi



Systematiskt processarbete





Inlärningsteori – viktiga begrepp

- **Förstärkare**

Ökar sannolikheten att beteendet återkommer. Inte samma sak som belöning, men belöning fungerar som förstärkare. Förstärkare kan vara naturliga, sociala, arrangerade eller genom resultat.

- **Positiv förstärkning**

Ökar sannolikheten att beteendet återkommer genom att något önskvärt tillkommer som konsekvens av beteendet.

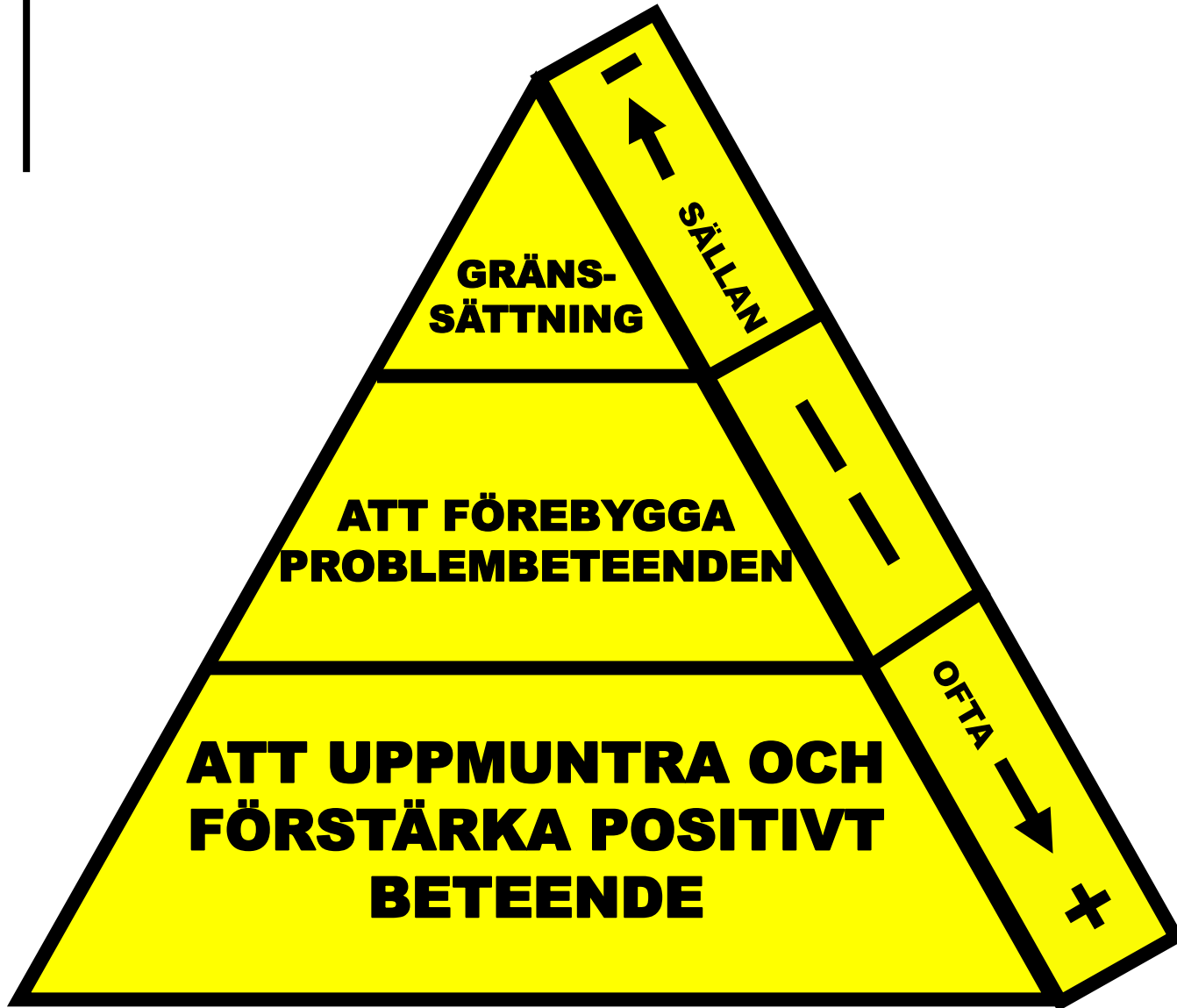
- **Negativ förstärkning**

Ökar sannolikheten att beteendet återkommer genom att man slipper undan något obehagligt/oönskat som konsekvens av beteendet. Vi lär oss snabbare vid negativ förstärkning eftersom det evolutionspsykologiskt är det viktigaste att undvika (upplevd) fara!

- **Försvagare**

Minskar sannolikheten att beteendet återkommer genom att antingen något oönskat händer som konsekvens av beteendet, eller att man inte får något önskvärt.

Rekommenderas INTE som strategi! Alltför svårt att överblicka konsekvenserna, och dessutom mindre effektivt.





Inlärningsteori – forts viktiga begrepp

- **Utsläckning**

Tar bort förstärkaren av beteendet. Först ökar styrkan i beteendet, för att sedan upphöra.

- **Vidmakthållande**

Vad vidmakthåller beteendet? Vidmakthållandeprogram.

- **Säkerhetsbeteenden**

Alla de beteenden som bidrar till att dämpa ångest och hantera obehag.

- **Modellinlärning**

Vi ser någon utföra ett beteende och härmar.

- **Återfallsprevention**

Identifikation av risksituationer och förberedelser för att hantera återfall.

Kartläggning

- Skolfaktorer
- Elevfaktorer
- Familjefaktorer
- Kamratfaktorer
- Omgivningsfaktorer
- **Kartlägg både hinder och resurser!!!**

- Bestäm vilka som behöver involveras i kartläggningsarbetet. Vilka känner eleven och dennes situation, eller har annan värdefull kompetens?

- Bedöm motivationsgrad för förändring





Motivation och förändring

- En drivkraft att uppnå kort- och/eller långsiktiga mål
- Ytterst individuellt vad som motiverar – unika förstärkare, som också ändras över tid
- Inre och yttre motivationskällor, belöningssystem
- Konkurrerande drivkrafter – ambivalens
- Motivationsbrist eller praktiska svårigheter?
- Omotiverad eller motiverad för något annat?
- *Hur öka motivationen hos elev/familj/skola?*



Över- och underskott

(kognitiva, fysiologiska, beteendemässiga)

Är beteendet ett problem för att det:

Förekommer för ofta, är för intensivt, håller i sig för länge eller uppstår i situationer där det stör den sociala anpassningen?

Förekommer för sällan, i för liten grad, avslutas för snabbt eller inte förekommer i situationer där det skulle vara till hjälp?



Åtgärder

- Handlingsplan – övergripande
- IUP – Individuell UtvecklingsPlan
- Åtgärdsprogram
- Plan B
- Återfall och bakslag
- Sjukskrivning?



Åtgärder – allmän rekommendation

- Om eleven är yngre, har någon utvecklingsstörning eller varit helt borta en längre period, kan återgångstakten behöva vara ännu långsammare.
- Se till att barnet/ungdomen inte spelar dataspel på nätterna!
- Om dataspelande ingår i ett belöningssystem som är kopplat till skolnärvaro/- skolprestation så måste barnet veta hur mycket datatid det kan förtjäna och att det finns ett tak för det. Det kan aldrig bli aktuellt att spela alltför lång tid i sträck.
- Hjälp eleven med förberedelse för återgång i skolan – det kan behövas hjälp med repliker för att bemöta kamraternas frågor. Kanske måste klassläraren förbereda klassen på bemötandet vid återkomsten.



Åtgärder i hemmet - generellt

- Undersök om medicinsk orsak finns
- Hantera ångest, nedstämdhet och undvikandebeteende
- Sök stöd i föräldrarollen
- Håll inte hemma pga lättare förkylningar – peppa till skolnärvaro
- Skolarbete även om är hemma – inte bara tid för lek och nöjen – vidmakthåll vanlig dagsrytm (nöjen på kvällen, arbete på dagen)
- Stöd från vuxen på morgonen för att komma iväg till skolan?
- Sömnhygien?
- Söndagsångest?
- Ägna tid åt varandra i familjen



Vad göra hemma?

- Stöd ditt barn att förvärva livsfärdigheter (avspänning, aktivering...)
- Ett steg i taget - konkreta och små delmål
- Fira framgång – leta aktivt efter sånt som funkar
- Problemlös kring problem – gör det till en gemensam angelägenhet
- Inga hot, inget skuldspel
- Nyfikenhet – utforskande – experiment
- Våga ”provtänka” och göra ”fel”
- Visa tillit till att förändring är möjlig
- Normalisera att problem kan uppstå i livet



Vägledning genom belöning

Konkreta – Observerbara – Rimliga – Vägledande

Viktigt välja beteenden som är möjliga för barnet

Val av förstärkare (aldrig straff) och belöning

Vilken hjälp behöver barnet för att lyckas?

Vem stöder och förstärker?

Hur kan barnet ha koll på sina framsteg?



Öka skolnärvarobeteenden

- Stiga upp på morgonen
- Klä på sig
- Äta frukost
- Borsta tänderna
- Ta på ytterkläder
- Gå ut och börja röra sig mot skolan
- Gå in på skolgården
- ...

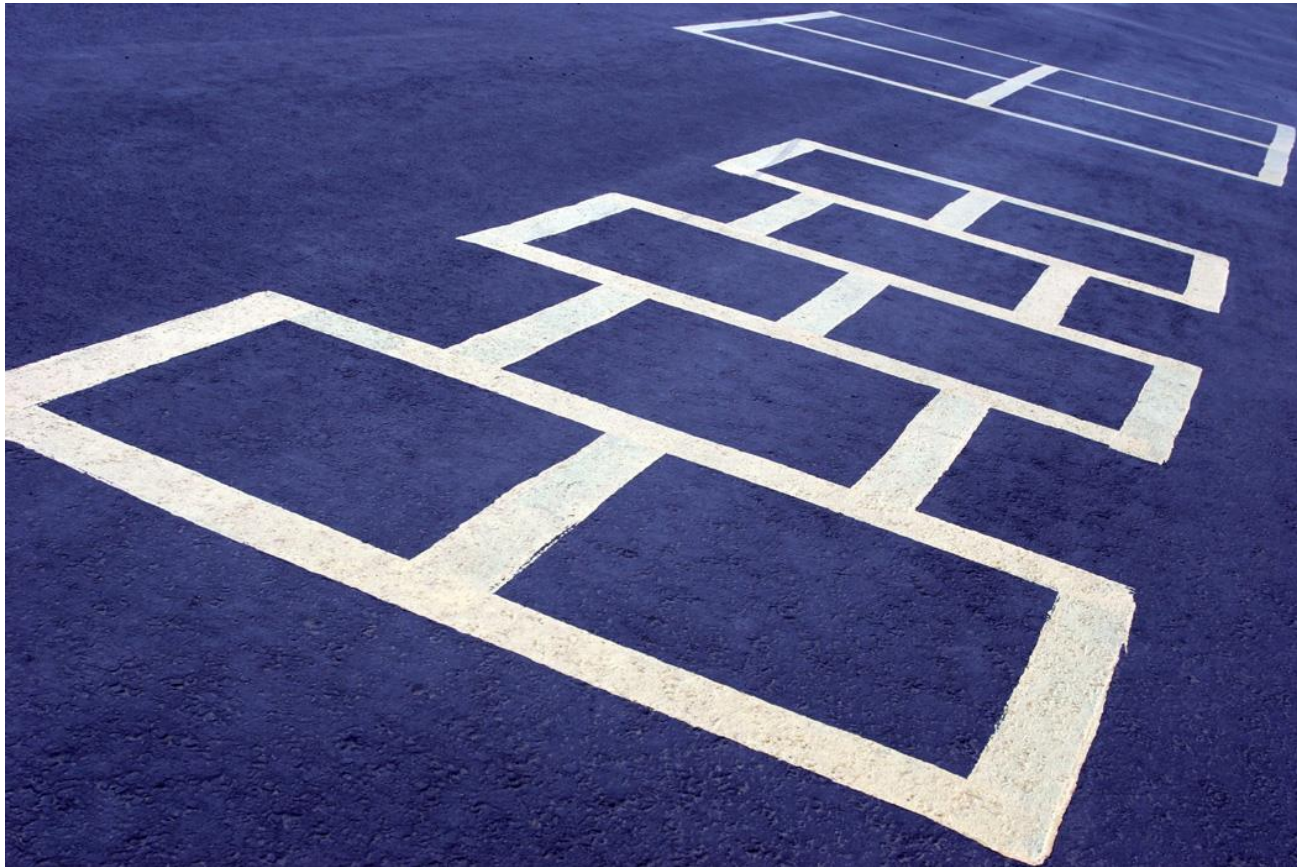


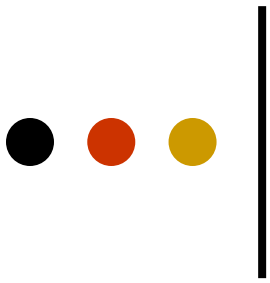
Framgångsfaktorer

- -närvarande vuxna
- -krav och förväntningar, liksom struktur och rutiner
- -tidig upptäckt och tidiga insatser
- -utvecklad Elevhälsoverksamhet
- -relationskompetent nyckelperson samordnar
- -samverkan
- -systematisk kartläggning och systematiskt arbete för återgång
- -handledning och stöd till skolpersonal och föräldrar
- -tydlig arbetsgång och ansvarsfördelning
- -uppföljning



Tack för ert intresse – lycka till!





och så lite extra material...



Generell kartläggningsrutin

- Registrera närvaro – reagera på frånvaro och sen ankomst.
- Klara riktlinjer på skolan – alla gör lika!
- Informera vårdnadshavare samma dag som frånvaron inträffar.
- Vårdnadshavare rapporterar frånvaro varje dag som eleven är hemma.
- Om elev avviker från lektion/skola ska det rapporteras till rektorsexpedition, skolsköterska eller motsvarande – bestäm vilket!



Arbetsflöde för närvarostöd

Upprätta samverkan med föräldrar.
Gör en gemensam kartläggning.
Ta hjälp vid behov.

Finns det mönster
i frånvaron?

Vad fyller frånvarobeteendet
för funktion?
Vad förstärker eller vidmakt-
håller beteendet?

Skolfaktorer?
Hinder? Resurser?

Elevfaktorer?
Hinder? Resurser?

Familjefaktorer?
Hinder? Resurser?

Kamratfaktorer?
Hinder? Resurser?

Omgivningsfaktorer?
Hinder? Resurser?

Sammanställ kartläggningen och upprätta åtgärdsprogram.

Kolla av att alla förstått lika och är motiverade. Om inte, arbeta med förståelse och motivation.

Formulera mål och delmål. Fördela ansvar och erbjud stöd.

Kontinuerlig uppföljning, och vid behov justeras åtgärdsprogrammet.