



Varje lektion räknas

Råd och stöd om din tonårings närvaro i skolan.

**I skolan får ungdomar
möjlighet att växa, lära och
tillhöra en gemenskap.**



Du är viktig för din tonårings skolgång

Skolan är en viktig plats där ungdomar får utvecklas, lära och vara en del av en gemenskap. Alla ungdomar har rätt till utbildning och när man valt att läsa i den frivilliga skolformen Gymnasieskola är närvaron obligatorisk. När ungdomar är närvarande skapas förutsättningar för kunskap, trygghet och framtidstro. Tillsammans kan vi hjälpa din tonåring att lyckas i skolan. Även när din tonåring blir myndig har du en fortsatt stor påverkan! Var vaksam på samma varningssignaler som tidigare och fortsätt att stötta din ungdom.

Som vårdnadshavare gör du stor skillnad

Ditt engagemang, dina ord och dina förväntningar påverkar mer än du kanske tror. När du som vårdnadshavare visar att skolan är viktig och pratar positivt om den, skickar du betydelsefulla signaler till din tonåring.

Var engagerad och visa intresse för vad din tonåring gör i skolan. Bekräfta din tonårings ansträngningar och det som fungerar. Ha tydliga förväntningar på att ungdomen deltar i undervisningen varje dag.

En fungerande skolgång är en skyddsfaktor

Oavsett anledning till skolfrånvaro visar forskning att elever med hög frånvaro blir mer sårbara och riskerar utanförskap senare i livet. En bra skolgång stärker framtidsutsikterna och är en av de viktigaste skyddsfaktorerna mot ohälsa.

Framgångsfaktorer för en fungerande skolgång

- Prata positivt om skolan.
- Visa att skolan är viktig genom ditt engagemang.
- Bekräfta din tonårings ansträngningar och det som fungerar.
- Ha tydliga förväntningar på att ungdomen deltar i undervisningen.
- Ha bra rutiner kring sömn, mat, skärmtid och fysisk aktivitet.
- Låt inte ungdomen stanna hemma om hen inte är sjuk. Magont eller huvudvärk kan vara tecken på oro – ta reda på orsaken.
- Hjälp ungdomen att stanna hela skoldagen. Varje dag och lektion är viktig.
- Stötta ungdomen att hantera oro och stress, och ta bort onödiga krav.
- Om din tonåring vill eller behöver arbeta, hjälp till att begränsa omfattningen.



När närvaron börjar krångla

Skolan arbetar aktivt för att skapa en trygg och stimulerande miljö där alla elever kan lära och utvecklas. Men ofta är det du som först märker signalerna på att något inte fungerar. Motvilja att gå till skolan, svårigheter att stanna hela dagen eller upprepade frånvaro vid vissa tider kan vara tidiga tecken. Ibland är ungdomen i skolan men inte i klassrummet, utan vandrar runt i korridorerna.

Varje närvarotillfälle i skolan är viktigt och ökar chansen till fortsatt god närvaro. Om det krånglar är det därför viktigt att du tar kontakt med skolan tidigt, så att vi tillsammans kan hitta rätt stöd. Ju snabbare vi agerar, desto större möjlighet har din ungdom att få en trygg och fungerande vardag i skolan, med alla förutsättningar att lyckas.

Riskfaktorer att vara uppmärksam på

- Motvilja att gå till skolan.
- Ungdomen är på plats men vill inte delta eller vara där alls.
- Ungdomen "korridorshänger" och är inte på rätt lektion.
- Svårigheter att stanna hela dagen.
- Frånvaro som upprepas i vissa situationer, tider eller dagar.

All frånvaro är missad undervisning

Det är viktigt att komma ihåg att all frånvaro – oavsett om den är anmäld, oanmäld eller är en ledighet – innebär missad tid i klassrummet. Varje lektion bygger på den förra och luckor blir snabbt svåra att fylla igen. När elever är borta riskerar de att missa viktiga moment, tappa motivationen och hamna utanför gemenskapen i klassen.

Räkneexempel:

10 % frånvaro är en halv dag per vecka eller två dagar per månad eller fyra veckor på ett läsår.

Konsekvenser av frånvaro

- Missad undervisningstid.
- Svårare att komma tillbaka ju längre frånvaron pågår.
- Risk för utanförskap och försämrade relationer till kompisar.
- Konflikter i familjen.
- Sämre psykisk hälsa (oro, nedstämdhet, ångest).
- Ökad risk för skolavbrott och svårigheter att nå gymnasieexamen.



Närvaro först – men ibland finns viktiga skäl

Skolgång är viktig för lärande och gemenskap, men ibland kan viktiga skäl göra frånvaro nödvändig.

Det är väl bara att ta ledigt?

I första hand ska lovdagar utnyttjas för ledighet. Detta innebär att vi är restriktiva med att bevilja ledigheter. All ledighet förutsätter att eleven tar fullt ansvar för återläsning av förlorad studietid. Mentor beslutar utifrån elevens studiesituation, tidigare frånvaro och ledighetens längd och det är inte säkert att en ansökan om ledighet beviljas. Planera därför semesterresor på lovdagar.

Anmäl nödvändig frånvaro

Anmäl frånvaro enligt rutinen om din tonåring exempelvis är sjuk eller har ett nödvändigt läkarbesök.

Kom ihåg

- Var engagerad – Visa intresse för din tonårings skola och bekräfta ansträngningar.
- Ha tydliga förväntningar – Uppmuntra regelbunden närvaro och hela skoldagar.
- Skapa rutiner – Sömnrutiner, mat, skärmtid och fysisk aktivitet underlättar vardagen.
- Anmäl frånvaro korrekt – Sjukanmäl endast vid sjukdom. För all övrig frånvaro söker man ledigt via mentor.
- Ta tidiga kontakter – Prata med skola eller elevhälsa om du ser oro eller frånvaro.





Om du behöver stöd

- Elevhälsan på skolan – skolsköterska, kurator, specialpedagog, SYV, rektor.
- Familjestödsteamet – råd och stöd till familjer med barn 0–18 år.
- Ungas psykiska hälsa (UPH) – rådgivning och behandling via vårdcentral Oden
- Fältsekreterare – knyter kontakter med ungdomar 12–21 år.
- Ungdomsmottagningen – för unga upp till 24 år, frågor kring hälsa, relationer och sexuell hälsa.
- Mini-Maria – stöd till ungdomar upp till 21 år kring alkohol, droger eller spel.

Om ditt barn behöver stöd

- Elevhälsan på skolan – skolsköterska, kurator, specialpedagog, SYV, rektor.
- Ungdomsmottagningen – för unga upp till 24 år, frågor kring hälsa, relationer och sexuell hälsa.
- Fältsekreterare – knyter kontakter med ungdomar 12–21 år.
- Mini-Maria – stöd till ungdomar upp till 21 år kring alkohol, droger eller spel.

Tillsammans hittar vi vägar för att stärka din tonårings närvaro i skolan. Hör gärna av dig till skolan eller någon av våra stödverksamheter om du behöver stöd.

Information till vårdnadshavare om
skolnärvaro.

allebergsgymnasiet.se/foraldrainformation

Februari 2026

Falköpings kommun
521 81 Falköping
0515-88 50 00
www.falkoping.se



**FALKÖPINGS
KOMMUN**