

Oslo, 30. mai 2025
Journalnr. 98-25 / Vår ref: HKS/STE

Psykologforeningens høringsinnspill til fellesskoleutvalget

Psykologforeningen vil takke for muligheten til å gi innspill til Fellesskoleutvalgets viktige arbeid. Skolen er en unik samfunnsarena hvor alle barn har rett og plikt til å være. Dette gir fellesskolen et særlig ansvar og mulighet for å fremme tilhørighet, læring, mestring, sosialisering og dannelse – og for å forebygge psykisk uhelse og utenforskap.

Overordnet mener vi at:

- Fellesskolen må være en inkluderende arena som fremmer psykisk helse og forebygger utenforskap
- Tidlig innsats og selektiv forebygging er prekært, og skolen er en viktig arena for dette
- Skolen trenger et solid lag rundt eleven – psykologkompetanse må være tilgjengeliggjort

Skolens rolle som inkluderende arena

Fellesskolen er en inkluderende arena der alle barn og unge, uavhengig av bakgrunn, funksjonsnivå eller livssituasjon, skal oppleve trygghet og mulighet for utvikling – både faglig og sosialt. Skolen skal være et sted hvor alle barn får mulighet til å bygge relasjoner, lære og kjenne mestringsfølelse. Skolen er en viktig arena som kan skape motstandsdyktighet med hensyn til utvikling av psykisk uhelse¹².

De fleste barn og unge i Norge klarer seg godt, også de med flere risikofaktorer for skjevutvikling³. Et godt skolemiljø kan bidra til sosial utjevning og mobilitet. Forskning tyder på at uheldige konsekvenser av mobil- og skjermbruk rammer barn fra familier med lavere sosial bakgrunn hardest, og disse barna har økt risiko for skjevutvikling generelt⁴. For disse barna blir skolen en særlig viktig arena for utviklingsstøtte.

Skolen er også en arena hvor prososial atferd kan fremmes og læres, og hvor fag skal læres. Lesing av lengre tekster er særlig viktig for å utvikle gode leseferdigheter og kognitive ferdigheter som kritisk tenkning. Barn med lave leseferdigheter har mindre utbytte av å lese

¹ Kommunesektorens organisasjon. (2020). Ungt utenforskap.

² Zachrisson, H. D., Lekhal, R., & Mykletun, R. J. (2023). Universal early childhood education and care for toddlers and achievement outcomes in middle childhood. *Journal of Research on Educational Effectiveness*, 1–29.

³ Haugland, B.S. et al. (2015). Familier i motbakke. På vei mot bedre støtte til barn som pårørende. Fagbokforlaget.

⁴ NOU 2024: 20. (2024). Det digitale (i) livet: Balansert oppvekst i skjermenes tid

på skjerm enn på papir, mens barn med gode leseevner blir mindre påvirket av dette⁵. Mobil- og skjermbruk i skolen kan derfor øke prestasjonsforskjellen mellom lavt- og høyt presterende barn. Samtidig kan digitale enheter være viktige læringsverktøy for enkelte grupper, for eksempel barn med funksjonsnedsettelse eller utviklingsforstyrrelser. Pedagogisk psykologisk tjeneste (PPT) kan bistå med kartlegging og vurdering av hvilke pedagogiske tiltak og verktøy som er hensiktsmessige for den enkelte elev, inkludert bruk av digitale hjelpemidler.

Utfordringer og utviklingstrekk

Det er en økning i selvrapporterte psykiske helseplager hos barn og unge, særlig blant jenter⁶. FHI rapporterer også en markant økning i autisme og ADHD diagnoser blant barn og unge⁷. Etter pandemien har skolene rapportert om økt skolefravær, og bekymringsfullt fravær har store faglige og sosiale konsekvenser for både elever og familier⁸. For å sikre mangfold og inkludering ved større variasjon i elevgruppen stilles krav til tilpasning og kompetanse hos de ansatte. Frafall fra arbeidslivet og ung uførhet henger sammen med psykisk uhelse i skolealder, lavere karakterer og lavere fullføring av videregående utdanning.

Skolen kan for flere elever oppleves som rigid, med et sterkt prestasjonsfokus. Dette kan forsterke utenforskap og psykisk uhelse, særlig for elever med sammensatte behov. For at barn og unge skal trives, møte opp og fullføre skolegangen, er det avgjørende at de får oppleve mestring. Skolen må derfor ivareta og anerkjenne alle barns ulike ferdigheter og styrker, slik at hver enkelt elev gis mulighet til å kjenne mestringfølelse og utvikle sine evner. En ny undersøkelse viser at økt dialog, mindre prestasjonspress og en mer praktisk skole er viktig for å hindre at unge faller ut⁹.

Mobbing, både online og offline, har negativ effekt på psykisk helse og livskvalitet¹⁰. Vi mener det er viktig at mobil- og skjermbruk i skolen ikke forhindrer prososial atferd, fysisk lek eller interaksjoner mellom barn, og mellom barn og voksne. Det er viktig å hensynta at noen grupper er særlig sårbare ved økt skjerm- og mobilbruk i opplæringsarenaene.

Behov for styrket tverrfaglig samarbeid

Tatt i betraktning ambisjonene fellesskolen har, og de mange ulike hensynene skolen skal ivareta for som sentral arena for alle barn, er det et økende behov for mer tverrfaglighet, også i skolen. Økt kunnskap om barns behov, psykiske helse og utvikling, øker også behovet for at skolen som organisasjon har bredde i sine tiltak og virkemidler. Skolen trenger et bredere lag rundt elevene.

⁵ NOU 2024: 20. (2024). Det digitale (i) livet: Balansert oppvekst i skjermenens tid.

⁶ Folkehelseinstituttet. (2024). Psykiske plager og lidelser hos barn og unge.

⁷ Folkehelseinstituttet. (2025). Barn og unges psykiske helse (Folkehelse rapportens temautgave 2025).

⁸ Bergene, A. C., Buvik, K., & Frøyland, K. (2023). Kunnskapsstatus om bekymringsfullt fravær i skolen (Fafo-rapport 2023:13).

⁹ Kantar. (2025). Helsepolitisk barometer 2025.

¹⁰ Li, C. et al. (2022). Traditional bullying and cyberbullying in the digital age and its associated mental health problems in children and adolescents: A meta-analysis. European Child & Adolescent Psychiatry, Advance online publication

Vår egen skolelederundersøkelse viser at det er stor etterspørsel etter psykologkompetanse i skolen, både for systemarbeid og individuell oppfølging. I mindre sentrale strøk, er det ikke alltid tilsatt psykologkompetanse i kommunen, og denne kompetansen blir mindre tilgjengelig for elever og ansatte¹¹.

PPT skal arbeide både på system- og individnivå. Det blir imidlertid en falsk dikotomi å lage et klart skille mellom de to områdene, da det er nødvendig å fastholde systemperspektivet i individarbeidet og samtidig ha individuelle forhold i mente når det jobbes på systemnivå. Ved å se mandatet som to sider av samme sak øker kompleksiteten, men også treffsikkerheten med tanke på tiltak og bistand ovenfor eleven¹².

Regjeringen påpekte i Meld. St. 6. (2019-2020)¹³ at psykologkompetansen i PP-tjenesten er lav. Dette er et problem fordi PP-tjenestene både har et unikt mandat og samarbeidsposisjon overfor opplæringsarenaene. Disse tjenestene bidrar mange steder til å styrke og støtte skoleansattes relasjonskompetanse og forståelse for barn og unge med særskilte utfordringer.

Manglende psykologkompetanse i PPT kan føre til at underliggende psykiske vansker ikke fanges opp tidlig nok. Positive relasjoner mellom elever og voksne er dokumentert som det viktigste virkemiddelet mot bekymringsfullt skolefravær og -frafall¹⁴. Undersøkelser gjennomført av Barneombudet¹⁵ viser at elever selv peker på relasjonelle utfordringer og manglende tilhørighet som sentrale årsaker til skolefravær, og at de etterlyser voksne med tid, kompetanse og nysgjerrighet på deres situasjon.

Et godt lag rundt eleven fordrer godt tverrfaglig samarbeid, hvilket både lærere, psykologer med flere, ønsker å bidra til. Det er sammen man kan skape gode, solide lag som kan støtte elevers utvikling, både sosialt og faglig, gjennom å sikre et godt psykososialt skolemiljø, tilpasset undervisning og sosial tilhørighet. Det er sentralt at elever har et godt lag rundt seg og at samarbeidet mellom skole, PPT, psykisk helsevern for barn og unge (PHBU) og andre tjenester styrkes, og at de enkeltes roller og mandat inn i lagarbeidet er godt definert i den enkelte kommune, og tar utgangspunkt i tilgjengeliggjorte ressursene i kommunen.

Kompetanseheving i psykisk helse, relasjonsarbeid og forebygging av mobbing må også bli en naturlig del av arbeidet som «laget rundt eleven».

Skolens viktigste oppgaver for fremtiden

Psykologforeningen er opptatt av at barn som er i behov av ekstra oppfølging avdekkes tidlig, slik at det enkelte barn får best mulig utviklingsbetingelser. Skolen må fange opp barn med sosiale og/eller faglige utfordringer tidlig, gjennom systematisk kartlegging – inkludert

¹¹ Oslo Economics. (2023). Skolelederes erfaringer med psykologkompetanse i skolen. Rapport utarbeidet for Norsk psykologforening. Oslo Economics.

¹² Psykologforeningen (2021). Psykologens rolle i PPT.

¹³ Meld. St. (2019-2020) Tett på – tidlig innsats og inkluderende fellesskap i barnehage, skole og SFO

¹⁴ Nordahl, T. (2018). Lærer-elev-relasjoner: avgjørende for elevenes læring og trivsel. Oslo: Cappelen Damm Akademisk

¹⁵ Barneombudet. (2017). One size fits all? Om tilpasning og inkludering i skolen. Hentet fra <https://www.barneombudet.no/uploads/docs/One-size-fits-all-BO-rapport-2017.pdf>

vurdering av kognitiv fungering – slik at målrettet tilrettelegging kan iverksettes for å forhindre skolefravall og utenforskap.

Psykologer ansatt i kommunehelsetjeneste, PPT eller PHBU utrednings-, vurderings-, og veiledningskompetanse. Skoleledere ønsker psykologkompetanse synlig og tilgjengelig på skolearenaen¹⁶.

Elevens stemme er viktig

Det er viktig at elevens stemme og erfaringer løftes frem i arbeidet med å utvikle fellesskolen. Utvalget bør systematisk innhente tilbakemeldinger fra elever om deres opplevelse av tilhørighet, trivsel og psykososialt miljø, og bruke dette aktivt i utviklingen av skolemiljøet. Erfaringer fra elevundersøkelser og elevråd bør tillegges vekt i både forebyggende og oppfølgende tiltak.

Selektiv forebygging

Psykologforeningen har i flere høringer og policyer understreket betydningen av selektiv forebygging, der skolearenaen er sentral. Selektiv forebygging innebærer tidlig innsats og målrettede og kunnskapsbaserte tiltak rettet mot barn og unge med økt risiko for psykiske vansker eller skjevutvikling. Selektiv forebygging kan være avgjørende for å sikre sosial utjevning og hindre at forskjeller forsterkes gjennom skoleløpet. Det er viktig at tiltakene tilpasses lokale forhold og ressurser, og at det legges til rette for fleksible og inkluderende læringsmiljø.

Samarbeid mellom skole, hjem og øvrige tjenester er avgjørende for å sikre helhetlig oppfølging av barn og unge. Skolen bør legge til rette for god dialog og samarbeid med foresatte, slik at tiltak og støtte kan tilpasses den enkeltes behov og forankres i elevens hverdag.

Barn i barnevern skal på like linje som andre barn få oppfylt sine rettigheter. Bufdir har laget en veileder¹⁷ som skal sikre at barn i barnevern får en god skolegang. Den nye opplæringsloven lovfester skolens ansvar for å følge opp elever med skolefravær¹⁸; loven vil trolig kunne sikre at barn i barnevern i større grad får sine rettigheter tilknyttet skolegang reelt oppfylt

Avslutning

For å sikre en robust og inkluderende fellesskole må vi satse på tidlig innsats, selektiv forebygging og styrket tverrfaglighet i skolen. Skolen må være en arena for både læring og livsmestring, der alle barn og unge får den støtten de trenger – når de trenger den.

¹⁶ Oslo Economics. (2023). Skolelederes erfaringer med psykologkompetanse i skolen. Rapport utarbeidet for Norsk psykologforening. Oslo Economics.

¹⁷ Bufdir. (2016). Samarbeid mellom skole og barnevern. En veileder.

¹⁸ Norge. (2023). Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa (opplæringslova) (LOV-2023-06-16-61).

For å få til en god fellesskole må forutsetningene være på plass i alle ledd – det betyr nok fagpersoner på tvers av sektorer, både i kommunene, i spesialisthelsetjenesten og på skolen.

Med vennlig hilsen,
Norsk psykologforening

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Håkon K. Skard'. The signature is fluid and cursive, with the first name 'Håkon' and last name 'Skard' clearly distinguishable.

Håkon K. Skard
President