# Forslag til tiltak i hjemmet

* Foreldrene må være tydelige på at barnet skal på skolen, og at de samtidig trygger barnet på at dette skal det mestre i nær fremtid.
* Begge foreldrene bør tydelig kommunisere at de er enige i at barnet skal på skolen, og støtte hverandre i oppgaven om å få barnet på skolen.
* I noen tilfeller vil det være nødvendig at foreldrene bytter oppgaver og roller i forhold til barnet for en periode.
* Oppretthold en fast og tydelig døgnrytme i hjemmet. Det er viktig å forebygge en unaturlig og forskjøvet døgnrytme, da dette kan gjøre det vanskelig for barnet å stå opp og motiveres for skoledagen.
* Ha en fast rutine på morgenen og beregn god tid før skolen begynner.
* Når barnet er hjemme fra skolen, gjør hverdagen hjemme lik en skoledag, med krav om utføring av skolefaglige aktiviteter.
* Barnet bør ikke få tilgang til TV, PC-spill eller ulike hyggelige aktiviteter med foreldre i skoletiden når barnet er hjemme fra skolen.
* Foreldres tilstedeværelse i hjemmet på dagtid vil i noen tilfeller forsterke barnets høye fravær eller skolevegring. Foreldre bør i slike tilfeller vurdere om de for en periode bør utføre aktiviteter utenfor hjemmet i skoletiden.
* Gi ulike former for belønning og ros ved oppnådde delmål.
* Motiver barnet og styrk dets tro på mestring av hverdagen.
* Gjør hyggelige aktiviteter sammen med barnet utenfor skoletid.
* Hjelp barnet til å ta initiativ ovenfor jevnaldrende i fritiden.
* Oppretthold barnets deltakelse i fritidsaktiviteter.
* Ikke la skolevegringen eller fraværet være det eneste temaet i familien.