



**AGDER**  
fylkeskommune

# Ungdata i Agder 2025

- Historien bak tallene, ifølge elevene



Foto: Elever Sam Eyde vgs, 2025

## 1. INNLEDNING

Denne rapporten er en oppsummering av møter med 16 elevråd/elevrådsstyrer på videregående skoler i Agder fylkeskommune, høsten 2025. Skolenes egne Ungdata-tall er utgangspunktet for møtene, slik at vi kan forstå historiene bak tallene, og sammen med ungdommene jobbe for gode endringer, som støtter inkluderende læringsmiljøer der elevene opplever mestring og tilhørighet.

Elevmedvirkning og elevenes reelle mulighet til å påvirke oppfølging av skolens resultater, er formålet med møtene.

Møtene er gjennomført av rådgiver Inger-Johanne Danielsen, fra samfunn, plan og miljø, og ansvarlig for Ungdata i Agder fylkeskommune, og Gunn Wethus, rådgiver på utdanningsavdelingen, avdeling Opplæring i skole.

Innholdet i denne rapporten baseres på referater fra elevmøtene ved alle skolene.

Gjennomgangen av skolens resultater med elevene følger disse tre hovedoverskriftene:

- 1) Å høre til
- 2) Å få til/mestre
- 3) Oppleve å være inkludert

Dette er områder som er viktige for ungdommene i videregående skole for å ha det bra på skolen. Tilstedeværelse, mestring og inkludering vises i forskning og kunnskapsbasert praksis som sentrale faktorer for gjennomføring av videregående skole. Temaene vi har drøftet med elevene er en ungdommelig tilpasning av disse forskningsbegrepene.

På grunnlag av nasjonal trend i negativ retning knyttet til det å kjede seg på og grue seg til skolen, er disse temaene inkludert som underkapitler under «Å få til/mestre».

I dette dokumentet gjengis først funnene/tilbakemeldingene under de tre hovedoverskriftene. Avslutningsvis gis en oppsummering av elevenes tilbakemeldinger på tvers av disse områdene, gruppert etter det vi har definert som de fire største utfordringene.

Disse er som følger:

- 1) Inkluderende skolegang
- 2) Mestringsorientert læring
- 3) Helhetlig stressforståelse
- 4) Skadelig innenforskap og festkultur

Tilbakemeldingene fra elevene er et svært viktig kunnskapsgrunnlag for kvalitetsarbeid i

skolen, og vil bli videreformidlet til skoleledere. Elevene er autentiske «eksperter» på ungdomslivet, og i møtene med dem har de fremstått ærlige, rause og reflekterte. utfordringer som utvises i gjennomgangen av tallmaterialet og elevenes forslag til tiltak må derfor prioriteres og vektlegges fremover.

Det viste seg utover i perioden med skolemøtene at vi nådde en såkalt «metning» i tilbakemeldingene fra elevene. Momentene som gjengis i dette dokumentet baseres derfor på et robust informasjonsgrunnlag.

Vi har valgt å bruke kulepunkter for å få frem så mange momenter som mulig under hver av overskriftene. Kulepunktene speiler bredden i tilbakemeldingene fra elevene, både når det gjelder å peke på utfordringer, men også å komme med løsninger og forslag til tiltak. Det har vært et mål å bearbeide det de har sagt i så liten grad som mulig, for at de skal kjenne seg igjen og føle eierskap til innholdet; derav formen.

Elevene vi har hatt møter med har vært svært bevisste på at de har en rolle på vegne av flere, og de har vist stor omsorg for elever som de ser har et strev, er ensomme eller ikke føler seg inkludert. De er tydelige på at de ønsker en god skole for alle. Samtidig er de unge, på vei inn i primetime av sitt unge voksne liv, og leseren oppfordres til å ha med seg sitatet nedenfor i gjennomlesingen av rapporten.

*Når lopper i et glass har stått lenge med lokket på,*

*så slutter de etter hvert å prøve å komme ut.*

Gutt, elevrådsrepresentant vgs i Agder 2025

## 2. PRESENTASJON AV FUNN

### 2.1 Å høre til

For ungdommene handler det å høre til om (...) å være en del av noe. At noen savner deg hvis ikke du kommer.

De trekker også frem at skolen kan tilrettelegge for å bygge fellesskap, men at *Det må skje naturlig å bli kjent, (...). Ikke sånn at man liksom føler seg tvunget til det, altså. Det må gå av seg selv.*

Ofte er det «enkle» tiltak som trekkes frem som viktig for å tilrettelegge for fellesskap på skolen:

*Fellesarealene er viktige. Sofaer, hengeplasser er viktige. De må brukes. Det er viktig at vi bruker dem. Da er det alltid plass til alle. De som ikke tør, går forbi sofaene hver dag og kan bygge opp mot til å sette seg etter hvert. Vi-følelsen.*

For å føle at man hører til på skolen, så trekker elevene frem opplevelsen av tilhørighet og trygghet fra første dag, og verdien av sosial tilrettelegging på kryss og tvers av klasser og program.

#### **Momenter de særlig vektlegger er:**

- Vanskelig å føle tilhørighet og trygghet, spesielt ved skolestart i Vg1 (stor overgang fra ungdomsskole).
- Noen elever blir stående utenfor fellesskapet eller valgt sist i aktiviteter.
- Skille mellom utdanningsprogram (ST og YF) og mellom trinn.
- Mangel på aktiviteter i friminuttene og mellom timene.
- Frykt hos yngre elever for å irritere eller gjøre noe dumt overfor eldre elever.
- Ulik/utilstrekkelig informasjon om arrangementer og aktiviteter på skolen.
- Lærere som ikke alltid lytter til elevenes ønsker og behov.
- Noen lærere oppleves som for strenge og gir lite ansvar til elevene.
- Aktiviteter som krever prestasjon (idrett) kan ekskludere enkelte elever.
- Risiko for mobbing hvis ikke tatt på alvor.

### Elevenes forslag til hvordan flere skal oppleve at de hører til på skolen:

- Fokus på fellesskap: Se hverandre, si «hei», og ha gode folk rundt seg.
- Tilrettelegging for sosiale aktiviteter: bingo, temadager, miljøkvelder, bursdagsfeiringer, konkurranser.
- Skole-merch (gensere) for å styrke «vi-følelsen».
- Fellesarealer med sofaer og gode møteplasser.
- Aktiviteter på tvers av trinn og linjer, men frivillig deltakelse.
- Fadderordning og bli-kjent-aktiviteter ved skolestart (2 uker).
- Mer gruppearbeid og samarbeid på tvers av klasser og fag.
- Aktiviteter der alle kan delta, ikke bare idrett.
- Sosialarbeid på elevheimen med tilpassede arrangementer.
- Lærere må lytte mer til elevene og behandle dem som voksne, gi gradvis mer ansvar.
- Sikre lik informasjon til alle elever om det som skjer på skolen.
- Opprette fellesskap for Vg1-elever først, deretter inkludere eldre trinn.
- Arrangementer og små aktiviteter i friminuttene, særlig midttimen, for å inkludere alle.
- Jobbe aktivt mot mobbing og skape trygge rammer.

### 2.2 Å få til/å mestre

Elevene er opptatt av engasjerende og mestringsorientert læring. De påpeker at det å få til, å mestre noe blant annet handler om at skolen forstår at det faglige og det sosiale henger tett sammen, og at livet svinger følelsesmessig med det som skjer på skolen. Det som skjer i undervisningen, sammen med andre ting i livet deres, påvirker søvn, stress og opplevelsen av press.

*(...) Karakterer påvirker mye mer av hverdagen til noen. Er du vant til gode karakterer, så er det den du blir. Så får du andre karakterer, og hvem er du da? Og da er det fort å overføre til andre ting, sosialt og venner og sånn. Du kan føle du ikke får det til heller. Og så kan man tenke, hva er egentlig vitsen da?*

*Prøver du veldig, veldig hardt på en prøve og ikke får det til, så kan du sette grenser for deg selv og tror du ikke kan bedre. Da kan det bli sånn. Mestringsfølelse er så viktig. Da får du lyst til å fortsette. Ellers kan du gi litt opp.*

*(...) Hvis ikke alle vurderinger er karakter, så hadde det minsket presset. Noe kan telle mer enn annet, alt må ikke være like viktig. Det handler om å lære å lære. Det er jo så forskjellig fra person til person. Og plutselig har det alt å si, det du gjør. Alle lærer ikke likt. Det vil aldri skje. Læreren må tilpasse så godt som mulig.*

*Det er følelsen som er viktig. Den tar du med deg hjem, og kan påvirke hele dagen hjemme.*

*Hvis du får en sekser kan du bli veldig fornøyd. Men noen blir like fornøyd av en dårligere karakter og får samme følelsen.*

*(...) og mange har mange krav til alt de vil gjøre før skolen. Negler, hår, dusje. Og alt kan ikke være søvn, skole, søvn, skole.. Man må velge andre ting også. Ha et liv. Det går ikke helt opp.*

### **Momenter de særlig vektlegger er:**

- Faglig press og forventninger
  - Høye krav til karakterer og prestasjon, både fra seg selv og skolen.
  - Sammenligning med andre skaper følelse av verdiløshet.
  - Ulik vurderingspraksis mellom lærere og fag.
  - Dårlig karakter til tross for stor innsats gir lav motivasjon.
  - Lite tilrettelegging for ulike læringsstiler og diagnoser.
- Manglende mestring og støtte
  - Lærere går raskt videre uten å sikre at alle har forstått stoffet.
  - Lite konkrete tilbakemeldinger – fokus på feil fremfor det som er bra.
  - Ventetid på hjelp i timene gjør at man mister læringsflyt.
  - Oppgaver som er for vanskelige gir opplevelse av nederlag.
- Personlig stress og ytre faktorer
  - Søvnmangel pga prøver, lang skolevei, trening og uro.
  - Sosiale medier som søvntyv og kilde til negativ påvirkning.
  - Engstelse og selvkritikk, spesielt i kreative fag.
  - Press om å fullføre videregående for fremtidige muligheter.
  - Tankekjør

**Elevenes forslag til hvordan flere kan oppleve mestring:**

- Bedre tilbakemeldingskultur
  - Gi positiv og konkret ros før kritikk.
  - Læreren må vise tro på eleven og heie på innsats.
  - Tilbakemeldinger som gir håp og viser vei videre.

*(...) Det kan være litt flaut å ikke få ting til. Du prøver å få ting til, ellers kan jo folk tenke at han der, han er litt dum.*

*(...) Å tåle å stå i å ikke få ting til. Det er viktig.*

- Tilrettelegging og variasjon
  - Tilpasse undervisning etter nivå og behov (ekstra tid, alternative prøveformer).
  - Mer variert faghjelp og tydelig informasjon om tilbud.
  - Praktiske og kreative innslag for å øke mestringsfølelse.

*Læreren må forberede seg og vise at de har lagt ned arbeid i dette. Det smitter over.*

*Litt gruppearbeid, litt mer lek. Du blir mer engasjert hvis du synes det er gøy. Ikke bare for å komme vekk fra undervisningen, men som har med faget å gjøre.*

- Klare forventninger og struktur
  - Læreren må være tydelig på mål og forventninger.
  - Sikre forståelse før man går videre i stoffet.
  - Gi oppgaver som elevene kan mestre og bygge videre på.

*(...) og så må du få skryt og positive tilbakemeldinger av læreren og at de forstår at du har en dårlig dag. F.eks. ikke kommentarer som «jeg er skuffa» osv. Kritikk må være konstruktiv.*



- Motivasjon og mestring
  - Fokus på læring, ikke bare karakterer.
  - Gi karakterer som reflekterer innsats og nivå – unngå «sparingsprinsipp».
  - Praksis i arbeidslivet for realistiske valg og mestring utenfor klasserommet.
  - Eget fag med allmennkunnskap én time i uka, der temaer innen psykologi, privatøkonomi, og annen kunnskap for livsmestring tas opp.

*Ting som er kjedelig og ting som er gøy, hva handler det om? Er det læreren som er kjedelig?  
Kanskje de kan møte oss annerledes og legge opp undervisningen på en annen måte?  
Kjedelige tema kan også bli gøy.*

- Helse og balanse
  - Informere om viktigheten av god døgnrytme.
  - Hjelp til å håndtere stress og uro fordi det påvirker søvnhygien.
  - Bevissthet rundt SoMe-bruk og psykisk helse.

*Rett fra skjerm til søvn er vanskelig. Når det er stille og mørkt, så begynner jeg å tenke. Ser jeg på noe, så tenker jeg ikke.*

*(...) Øve, øve, øve fram til langt på natt. Det hopper seg opp. Ikke nok timer i døgnet.*

*Å sammenlikne seg og livets sitt med andre. Det kan være en killer, for å si det sånn.*

*SoMe påvirker alle negativt. Alle blir litt fjerne på hva som er greit å legge ut og ikke.*

### 2.2.1. Å grue seg til skolen er komplekst

Elevenes innspill herunder dreier seg i stor grad om viktigheten av å ta det å grue seg på alvor, samt av å se, lytte og prøve å forstå helheten og kontekst.

**Momenter de særlig vektlegger er:**

- Faglige krav og stress
  - Høye akademiske krav, mange innleveringer samtidig.
  - Eksamenspress og prøver (spesielt matte).
  - Fraværsgrensen skaper «alt-eller-ingen»-stress.
  - Vanskeligere faglige krav enn på ungdomsskolen.
  - Skolelei og kjedelig undervisning.

*Prøver, innleverer o.l. kan føre til at folk gruer seg. Mye spiller inn. Faglig, sosialt, overgangen til vgs og alt er nytt.*

- Sosiale utfordringer
  - Manglende tilhørighet i klassen eller vennegjeng.
  - Grupperinger som er vanskelige å bryte opp.
  - Utestengelse og mobbing.
  - Ikke kommet i klasse med venner, eller usikkerhet ved skolestart.
  - Frykt for å ta initiativ i etablerte vennegjenger.
  - Ingen å være med i friminuttene eller på bussen.

*Man drar hverdagen inn på skolen. Så er det noe som skjer utenfor skoletid da, og så går de folkene på skolen, og da kan man grue seg.*

*Mange kjenner ikke alle på vgs, og det kan være stor kontrast. Nytt miljø, nye folk, nye fag. Man kan føle seg utenfor og dette kan føre til at man gruer seg.*

- Personlige og praktiske forhold
  - Negative erfaringer fra ungdomsskolen.
  - Hjemmesituasjon og private problemer.
  - Stress med tidlig oppmøte, skoleskyss (fulle busser, ventetid).
  - Jobb etter skoletid gir ekstra belastning.
  - Vanskelig å komme tilbake etter sykdom (føler seg bakpå).

- Relasjon til lærere og skole
  - Strenge lærere, ubegrunnede anmerkninger.
  - Følelse av at læreren misliker deg.
  - Konstruktiv kritikk tas dårlig imot.
  - Elevrådet fungerer ikke alltid som kanal for innspill.

### **Elevenes forslag til hvordan man kan oppnå at færre gruer seg til skolen:**

- Bedre inkludering og sosialt miljø gjennom skoleløpet
  - Jobbe mer med klassemiljø og inkludering enn i dag.
  - Tiltak for å bryte opp grupperinger og gi alle en plass.
  - Klasselister sendes ut før skolestart for å redusere usikkerhet.
  - Skape møteplasser og aktiviteter der alle kan delta (ikke prestasjonsbasert).
  - Fokus på trygghet og fellesskap fra første dag.
- Støtte og kommunikasjon
  - Lærere må være mer åpne for konstruktiv kritikk og elevinnspill.
  - Gi elevene ansvar og behandle dem som voksne.
  - Sikre at elever har en trygg voksen eller venn på skolen.
- Faglig tilrettelegging
  - Bedre struktur på innleveringer og prøver for å unngå overbelastning.
  - Redusere stress knyttet til fraværgrensen.
  - Variert og engasjerende undervisning for å motvirke skolelei.
- Praktiske tiltak
  - Bedre organisering av skoleskyss (unngå fulle busser og lange ventetider).
  - Informasjon og planlegging for å redusere stress ved skolestart.
  - Enklere å bytte klasse.

### 2.2.2 Å kjede seg på skolen er komplekst

Elevenes innspill herunder dreier seg i stor grad om viktigheten av å gi læring og fag en opplevelse av en sammenheng og en større mening, såkalt «Sense of coherence», og å ta på alvor at det handler om å lære å lære.

*Til og med mattetimene blir bedre om du har et bra klassemiljø.*

### **Momenter de særlig vektlegger er:**

- Mangel på mestring og motivasjon
  - «Kjedelig» kan skjule at elevene strever faglig.
  - “Kjedelig” kan også være et uttrykk for at fagene er for lette.

- Skolelei og lite interesse for fagene.
- Fag som oppleves irrelevante eller uten tydelig nytteverdi.
- Når undervisningen går for fort eller for sakte, mister man motivasjonen.
- Hvis man må vente lenge på hjelp, stopper læringsprosessen opp.

«Fagene. De fagene jeg føler jeg ikke får noe ut av. Jeg føler jeg ikke får noe bruk for disse senere. Opplever man mening, så er det lettere».

- Lite variert og engasjerende undervisning
  - Gammeldags undervisning: mye monolog og enveis-kommunikasjon.
  - Lite variasjon – «det samme om og om igjen».
  - Teoretisk og tungt stoff uten praktiske innslag.
  - Lærere som ikke viser engasjement eller forberedelse.
  -
- Klassemiljø og sosiale faktorer
  - Dårlig klassemiljø gjør fagene enda kjedeligere.
  - Gruppearbeid kan bli ubehagelig hvis man må dra hele lasset alene.
  - Manglende struktur og samarbeid mellom lærere skaper forvirring.

### **Elevenes forslag til hvordan man kan oppnå at færre kjeder seg på skolen:**

- Mer variert og praktisk undervisning
  - Innslag av spill, lek og konkurranser (f.eks. Kahoot, Alias, matteverksted).
  - Aktivitetsbasert læring og praktiske oppgaver.
  - Variasjon i undervisningsmetoder – ikke bare teori.
- Engasjerte, inspirerende og forberedte lærere
  - Lærere må vise at de har lagt ned arbeid og er trygge på faget sitt. De må fokusere på mer enn bare å bli ferdig med timen.
  - Tydeliggjøre fagets nytteverdi og relevans.
  - Skape rom for spørsmål underveis, ikke bare på slutten.
- Bedre klassemiljø og struktur
  - Lærerne bør gruppere klassen slik at alle får en plass.
  - Fordele faglig struktur mellom lærere for å unngå forvirring.
  - Gi elevene mulighet til medbestemmelse i undervisningen.
- Tilrettelegging for mestring
  - Sikre at alle forstår stoffet i timene.
  - Tilpasse tempo og gi raskere hjelp for å unngå stagnasjon.
  - Belønning etter god arbeidsøkt for å øke motivasjon.

### 2.3 Inkludering

Inkludering kan knyttes til fest-/ungdomskultur:

*I helgen når man er sammen, så er det ofte drikking som skjer. Det er en forventning og litt sånn det er.*

*Det kan være gøy, men også press. Det er vanskelig å ikke drikke. Du får kommentarer og oppmerksomhet som kan være både positivt og negativt.*

*Det er forventninger fra folk. Om å feste, og å ha sex. Hvis ikke du er med, så er du kjip. Du får et rykte.*

Elevenes innspill herunder dreier seg i stor grad om viktigheten av at grupperinger og sosialisering til en kultur ofte tas med fra ungdomsskolen og inn i vgs. Det handler i stor grad også om de uskrevne forventningene og kulturene knyttet til det å være innenfor.

#### **Momenter de særlig vektlegger:**

- Festkultur og sosialt press
  - Fest og drikking oppleves som en forutsetning for å være sosial.
  - Press til å drikke alkohol for å passe inn.
  - Negative kommentarer og oppmerksomhet hvis man ikke drikker.
  - Økende bruk av rusmidler (alkohol, hasj og andre stoffer).
  - Mer åpent rundt bruk av ulovlige rusmidler på fester.
  - Fyllekjøring og kaotiske situasjoner knyttet til festmiljø.
  - De som ikke deltar på fest eller drikker, føler seg utenfor.
  - Begrensede sosiale arenaer utenom festkulturen.
  - En opplevelse av at grupperingene starter lenge før skolestart i Vg1.

#### **Elevenes forslag til hvordan man kan oppnå at flere føler seg inkludert på skolen:**

- Skape inkluderende møteplasser
  - Flere sosiale aktiviteter uten alkohol, slik at alle kan delta.
  - Arrangere felles aktiviteter på tvers av klasser og linjer for å bygge fellesskap.
- Forebygging og bevisstgjøring
  - Informasjon og dialog om festkultur, rus og konsekvenser (f.eks. fyllekjøring).
  - Styrke holdninger om at man kan ha det gøy uten alkohol.
  - Hjelp til å stå stødigere i seg selv og være tryggere på egne valg.

- Trygghet og fellesskap
  - Fokus på å gjøre det sosialt akseptabelt å velge bort alkohol.
  - Skape arenaer der ungdom kan møtes og ha det gøy uten press

### 3. OPPSUMMERING OG UTFORDRINGSBILDE

Som nevnt innledningsvis, er det fire områder som utpeker seg som utfordrende etter tilbakemeldinger fra elevene, og disse er som følger:

1. Inkluderende skolegang
2. Mestringsorientert læring
3. Helhetlig stressforståelse
4. Skadelig innenforenskap og festkultur

*Mestringsorientert læring* (punkt 2) peker seg ut som et hovedområde av disse fire, og dette er tett forbundet med *Helhetlig stressopplevelse* (punkt 3). Disse handler om den viktige helhetsforståelsen skolen bør ha når de møter elevene. Elevene utdyper tydelig hvordan undervisning og læring påvirker og påvirkes av det livet de lever både i skolen, og utenfor, og at helsefaktorer, som trivsel, søvn og mestringsopplevelser spiller inn. De trekker også frem skolebuss, for sene, og fulle busser, og transport til og fra skolen som en sterk påvirker i hverdagen, og dette kommer frem fra mange av elevrådene som en viktig faktor i forhold til stress i hverdagen. Samtidig er det mange som snakker om planlegging av tøy, hår og sminke, der forberedelsene kan starte kvelden før, og der SoMe er tydelig involvert med bilder som legges ut og likes, og som sjekkes før siste justering. Samtidig snakker de om elever som ikke har «funnet sine», og som de tenker er ensomme, eller har et strev med det som skjer hjemme. Bredden og helheten i det de presenterer som triggere til stress og press er grunnlaget for valg av begrepet «Helhetlig stress».

Det vi, som «de voksne», tenker er viktigst, er faktisk ikke sentralt her. Det å ta det elevene sier på alvor, viser at vi virkelig lytter og prøver å forstå helheten, slik at vi kan gjøre gode ting sammen, som igjen kan støtte faktorer som påvirker dannelses- og utdannelse, og gjennomføring av videregående opplæring.

*Inkluderende skolegang* (punkt 1), handler om hele utdanningsløpet, ikke bare skolestarten. Det understrekes fra elevene at inkludering må jobbes med kontinuerlig hvert eneste skoleår, og i alle klasserom. Det påpekes at lærerne har en stor rolle i dette arbeidet.

*Skadelig innenforenskap og festkultur* (punkt 4), er det punktet vi opplever som det vanskeligste å tilnærme seg i møtet med elevene. Det er utfordrende for elevene å sette mange ord på det de opplever knyttet til denne utfordringen. Samtidig er det dette punktet elevene har vært

tydeligst på at de trenger støtte og verktøy til å håndtere. Dette punktet er preget av et stort alvor, fordi det går så dypt inn i faktorer som kan prege livskvalitet og helse fremover i voksenlivet.

#### **4. VURDERING AV HOVEDUTFORDRINGENE**

Gjennomgangen av Ungdata med elevene er som nevnt innledningsvis strukturert etter sentrale faktorer for gjennomføring. Disse beskrives i utdanningsforskningen som mestring, tilstedeværelse og inkludering. I dette kapittelet vurderes hovedutfordringene basert på elevenes tilbakemeldinger opp mot disse sentrale begrepene.

##### Mestring

Skolen skal legge til rette for læring for alle elever og stimulere den enkeltes motivasjon, lærelyst og tro på egen mestring. Læring og utvikling skal stå i sentrum for skolens virksomhet. Alle skal oppleve å få likeverdige muligheter til læring og utvikling, uavhengig av forutsetninger. Tilpasset opplæring og klasseledelse er to sentrale faktorer som har stor betydning for elevenes opplevelse av mestring, eller å få til, som elevene selv ofte kaller det.

Mestring henger tett sammen med elevenes motivasjon og læringsglede. I møtene med elevene sier de mye om dette, og peker på at mangelen på mestring går utover motivasjon, læringsglede, og tilstedeværelse. Mange ønsker et større fokus på praktisk undervisning, og mer variasjon i undervisningsmetoder. De er opptatt av at undervisningen skal være meningsfull og oppleves nyttig, og sier denne opplevelsen er tett knyttet til motivasjon og mestring. Lærerens små tilbakemeldinger underveis i et arbeid løftes frem som betydningsfull for mestringstro, og som igjen påvirker både motivasjon og handlekraft til å fullføre oppgavene.

Elevene understreker betydningen av å få hjelp slik at oppgavene oppleves overkommelige, og at tilrettelegging ofte ikke handler om «de store tingene». Noen ganger kan det være nok å få litt ekstra veiledning, eller noe ekstra tid for å bli ferdig.

På den andre siden understreker elevene at opplevelsen av mangel på faglig veiledning og støtte underveis i en oppgave, har direkte påvirkning på mestringstro og handlekraft, som igjen påvirker trivselen utover det som skjer i klasserommet.

Mestring handler også om det sosiale livet. Å ha venner, en gruppe du tilhører og noen som møter deg når du kommer på skolen, er viktig. Det kan også handle om at elevene sammenlikner seg med andre, og føler på mindre verdi om de ikke får til skolen slik de opplever andre gjør. Å fullføre videregående opplæring for å få en fremtid, er svært viktig, og

opplevelsen av å få til -eller ikke, har et stort alvor for elevene. Flere elever snakker om betydningen av at skolen støtter dem i å få lov til å vokse og gjøre feil. Elevene mener et større fokus på dette kan senke presset mange føler i forhold til «å få til».

### Tilstedeværelse

«Venner. Hvis jeg hadde hatt gode venner i klassen og på skolen. Det ville helt klart ha hjulpet. Og gode lærere som ikke roper til en og kjefter. Og som er rettferdige. Og morsommere undervisning» (Gro Emmertsen Lund: *Fra fravær til fellesskap*).

Tilstedeværelse handler om oppmøte og å være fysisk til stede i undervisningen, men det handler også om engasjement og deltakelse i læringsmiljøet. I møte med elevene understrekes det at tilhørighet og trivsel i klassen er grunnmuren i hvordan du har det på skolen. Har du hatt det kjipt hjemme, eller det har skjedd noe dumt/«drama», kan det å komme til et fellesskap som gir deg følelsen av å høre til være særlig viktig. De understreker særlig betydningen av trygghet i klassen for de elevene som opplever utrygghet på andre områder enn skole. Elevene sier også at skolene ikke kan tvinge frem vennskap og tilhørighet, men at felles aktiviteter i midttimer og pauser, er viktige arenaer for å lage ulike fellesskap, og der du etter hvert kan finne din plass uavhengig av om du er i en «russe-gruppe» eller ikke. En annen faktor de løfter frem, er at læreren må ta ansvar for å danne grupper og arbeidsfellesskap i undervisningen. Når dette overlates til den enkelte, påvirkes opplevelsen av trygghet og tilhørighet, og det er vanskelig for dem som ikke har noen, å si det. Følelsen av ensomhet og mangel på tilhørighet er vanskelig å snakke om for den enkelte, og ofte forbundet med skam. Skolen må ta et stort ansvar for rammene som legges. De betyr mye.

### Inkludering

Inkluderende opplæring handler om å verdsette og tilrettelegge for mangfoldet i elevens evner og forutsetninger. Skolen skal jobbe aktivt for at alle elever opplever å høre til i fellesskapet. Inkludering er å ta mennesker med i et fellesskap, eller sørge for at de kan delta. I et inkluderende læringsmiljø anerkjennes mangfold som en ressurs.

Å oppleve fellesskap og føle seg inkludert er et grunnleggende behov, og viktig for elevenes utvikling, læring og trivsel.

Elever i de videregående skolene i Agder uttrykker stort ansvar for sine medelever, og ønsker å jobbe for at flest mulig skal oppleve å være inkludert og høre til. I dette arbeidet er også avgangsfeiring og festkultur et tema. Elevene beskriver at det å føle seg inkludert i en gruppe, er så viktig at enkelte kan gå ut over egne grenser for å oppleve innenforskap og tilhørighet. Dette kan dreie seg om både alkohol og ulovlige rusmidler, men også om seksualitet og

risikoatferd. Fagpersoner beskriver dette som skadelig innenforskap, og sier at det går langt utover det vi kjenner under begrepet gruppepress, som ungdommene selv kaller det. Flere elever sier det også involverer sosiale medier og et press knyttet til utseende og en forventning om atferd, som for eksempel å ha sex med en i vennegjengen, ellers kan du stemples som kjip. Helgens hendelser tas med inn og påvirker skolehverdagen. Elevene forteller at det kan gå ut over tilstedeværelse, konsentrasjon og trivsel. De ber om verktøy for å stå i dette og for å kunne sette de grensene de ønsker, og bli respektert for dem. Arbeidet med dannelse og utdanning er sentralt når inkludering settes på agendaen. En bred forståelse i dette arbeidet er viktig.

## 5. VEIEN VIDERE

Resultatene i denne rapporten vil bli delt med rektorer og øvrige skoleledere i Agders videregående skoler. Vi oppfordrer skolene og skoleeier til å inkludere elevenes stemme det videre arbeidet med en proaktiv helse- og læringsfremmende skolekultur. Sammen med ungdommene kan vi jobbe for gode endringer, der elevene opplever ytterligere mestring og tilhørighet, i tråd med målene i Regionplan Agder 2030 om gjennomføring av videregående skole -for alle.

Til elevene vil vi rette en stor takk for tid, ærlighet og innspill vi har fått i møtene med dere!





**AGDER**  
fylkeskommune

---

