

Larsmo kommuns plan för skoltrivsel och mobbnings- förebyggande arbete F–9

Uppdaterad 13.11.2025



**Larsmo
Luoto**

Inledning

I enlighet med 29 § i lagen om grundläggande utbildning (628/1998) har alla som deltar i utbildning rätt till en trygg studiemiljö, vilket omfattar såväl fysisk som psykisk, social och pedagogisk trygghet. I läroplansgrunderna för förskoleundervisningen och den grundläggande utbildningen betonas utbildningsanordnarens ansvar i att förebygga och ingripa i fall av mobbning och trakasserier.

I denna plan beskrivs hur förskolorna och skolorna i Larsmo kommun arbetar för skoltrivsel och mot mobbning. Planen upprätthålls av kommunens styrgrupp för elevhälsa och är en del av kommunens elevhälsoplan.

Planen består av två huvuddelar. I den första delen presenteras handlingsplanen mot mobbning och i den andra delen beskrivs hur varje årskurs organiserar arbetet för skoltrivsel och mot mobbning under läsåret.

[Hela planen hittas digitalt på Larsmo kommuns hemsida](#)

Larsmo kommun → Barn, unga och utbildning → Grundläggande utbildning → Styr- och stöddokument

Handlingsplan mot mobbning

Vad är mobbning?

Mobbning är när en elev upprepade gånger blir utsatt för negativa handlingar från en eller flera personer. Mobbning innebär att den som är utsatt är i underläge och känner sig kränkt.

Det finns olika former av mobbning: verbal, fysisk, psykisk och indirekt mobbning samt mobbning som riktar sig mot egendom eller utspelar sig via internet/social media.

Förebyggande arbete

För att stärka skoltrivsel och förebygga förekomst av mobbning använder vi oss av Larsmo kommuns plan för skoltrivsel och mobbningsförebyggande arbete. Vårt mål är att:

- skapa en skola där alla trivs
- förebygga, förhindra och reda ut mobbning
- alla känner ansvar för den gemensamma trivseln
- stärka elevernas självkänsla.

I varje skola finns ett antimobbningsteam bestående av tre–fyra personer ur personalen. Varje läsår informerar skolan vårdnadshavare och elever om planen och antimobbningsteamet.

Vårdnadshavarnas roll

Skoltrivsel och förebyggande av mobbning är ett gemensamt ansvar. Ett gott samarbete mellan skola och vårdnadshavare stärker både trivsel och gemenskap. Skolorna informerar om den kommunala planen vid föräldramöten och/eller via utskick.

Vårdnadshavaren har huvudansvaret för barnets fostran och trygghet. En nära och förtroendefull relation byggs genom tid tillsammans och intresse för barnets vardag.

Om barnet blir utsatt – prata om det, ta situationen på allvar och kontakta skolan. Om barnet mobbar andra – prata om beteendet, väck empati för den utsatte och samarbeta med skolan för att få det att upphöra.

Kontakta skolan om du får kännedom om att andra barn utsätts för mobbning eller mobbar. Håll dig uppdaterad om barnets användning av sociala medier och diskutera ramar och innehåll.

Åtgärder vid mobbning i förskola och årskurs 1–6

1. Den som får kännedom om mobbning fyller i en sållningsblankett (bilaga 1) tillsammans med eleven. Ifall eleven inte ger lov att ta upp ärendet så ger läraren information till personalen som iakttar de berörda eleverna. Om mobbning upptäcks fyller läraren i en sållningsblankett och ärendet går vidare till antimobbningsteamet.
2. Den som har fyllt i sållningsblanketten informerar klassläraren och antimobbningsteamet.
3. Antimobbningsteamet diskuterar med den utsatta eleven och fyller i blanketten (bilaga 2).
4. Antimobbningsteamet för enskilda samtal med mobbaren/mobbarna och kommer överens om åtgärder för att mobbningen ska upphöra (bilaga 3).
5. Vårdnadshavarna till berörda elever kontaktas.
6. Klassläraren för diskussion med lämpliga elever som kan stöda den mobbade eleven.
7. Diskussion med eventuella elever som känt till mobbningen men inte deltagit i den.
8. Uppföljningssamtal efter två veckor med berörda elever och, vid behov, deras vårdnadshavare. Ifall det är många inblandade kan diskussion föras i grupp (bilaga 4, 5 eller 6).
9. Fortsatta uppföljningssamtal vid behov.
10. Ifall skolan och hemmet inte lyckas stoppa mobbningen kontaktas kurator/psykolog för handledning och upprättande av vidare åtgärdsprogram.

Åtgärder vid mobbning i årskurs 7–9

1. Den som får kännedom om misstänkt mobbning meddelar antimobbningsteamet via fritt formulerad text. Antimobbningsteamet går igenom informationen och avgör om det rör sig om mobbning.
2. Ifall det inte rör sig om mobbning informeras klassföreståndaren om ärendet som följer upp ärendet. Ifall det rör sig om mobbing utser antimobbningsteamet två personer inom gruppen som snarast tar hand om ärendet.
3. Ansvarspersonerna pratar med den eller de utsatta eleverna.
4. Ansvarspersonerna pratar med eleven eller eleverna som deltagit i mobbningen. Samtal kan även genomföras med elever som eventuellt kan ge information i ärendet.
5. Ansvarspersonerna kommer överens med den eller de som deltagit i mobbningen om hur mobbning skall upphöra.
6. Ansvarspersonerna genomför inom en till två veckor en uppföljande diskussion med den eller de utsatta och vid behov med de som deltagit i mobbningen.
7. Fortsatta uppföljningssamtal vid behov.
8. Ifall skolan inte lyckas stoppa mobbningen kontaktas övriga stödfunktioner.

Alla diskussioner dokumenteras och vårdnadshavarna till alla inblandade kontaktas.

Årskursvisa planer för skoltrivsel och mobbningsförebyggande arbete

Förskola och årskurs 1–6

Reservera 1–2 lektioner för varje tema. Vi kallar dessa PEPP-lektioner. Läraren väljer själv ut lämpliga övningar i materialet. I årskurs 1 tilldelas eleverna ett PEPP-häfte som följer med dem till årskurs 6.

Förskolan: **Material: Jag & vi-känslor, samspel och empati**

Serie: Djuren på djuris/Djuren på djuris börjar skolan (urplay.se)

Årskurs 1: **Material: KiVa**

Serie: Ugglan och kompisproblemet (urplay.se)

Böcker: Pelle Svanslös dilemmasagor

Årskurs 2: **Material: Fun Friends-programmet (asemanlapset.ry)**

Serie: Vara vänner säsong 1–2 (urplay.se)

Styrkor: eleverna bekantar sig med styrkorna, t.ex. veckans ord/ordkunskap (material: styrkekort, plansch, bok Öka välbefinnandet i skolan)

Årskurs 3: **Material: Mieli körkort i psykisk hälsa årskurs 3–4**

Serie: Nån gräns! (mieli.fi)

Skolkurator och skolpsykolog håller två lektioner med klassen

Årskurs 4: **Material: KiVa (lektion 1–7)**

Film: Insidan ut

Årskurs 5: **Material: KiVa (lektion 8–10) + Mieli körkort i psykisk hälsa årskurs 5–6 (tema 1–4)**

Serie: Nån gräns (mieli.fi)

Arbete med styrkor, t.ex. via coaching eller i klass

(material: styrkekort, plansch, bok Öka välbefinnandet i skolan)

Tips! Styrkor i samband med utvecklingssamtal

Årskurs 6: **Material: Mieli körkort i psykisk hälsa årskurs 5–6 (tema 5–7)**

Serie: Så ingen blir ensam (YouTube), Nån gräns (mieli.fi)

Tips! Om du behöver extra material i årskurs 3–6 kan du använda [PEPP:s årsklocka](#).

Förskolan

Boken Jag & Vi känslor, samspel och empati:

- Tema 1–7 "Att förstå känslor"
- Tema 8–13 "Social förståelse"
- Tema 14–20 "Färdigheter för samspel"

Serie (film): Djuren på djuris/Djuren på djuris börjar skolan (urplay.se)

Övriga tips:

- Boken Kompiskonst (kunskap och övningar för att skapa en fungerande grupp) av författarna Vilja Laaksonen och Laura Repo
- Böckerna Kompisar/Kompisböcker om Kanin och igelkott av författare Linda Palm

Augusti

Tema 1: Glädje

Tema 2: Ledsnad

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

September

Tema 3: Ilska

Tema 4: Rädsla

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

Oktober

Tema 5: Överraskning/förvåning

Tema 6: Avsmak/avsky

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

November

Tema 7: Intresse/nyfikenhet

Tema 8: Se andra

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

December

Tema 9: Lika och olika

Tema 10: Turtagning

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

Januari

Tema 11: Bra för alla

Tema 12: Dela glädje

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

Februari

Tema 13: Dela uppmärksamhet

Tema 14: Att samsas tillsammans

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

Mars

Tema 15: Att fråga

Tema 16: Ja eller nej

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

April

Tema 17: Låtsas tillsammans

Tema 18: Att tänka

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

Maj

Tema 19: Impulskontroll

Tema 20: Lugna ner starka känslor

Djuren på djuris börjar skolan (UR) 1–2 avsnitt

Årskurs 1

KiVa-material

Serie: Ugglan och kompisproblemet (7 avsnitt på UR play, välj när på året de passar in)

Tips på högläsningsböcker: Pelle Svanslös dilemmasagor eller Pelle Svanslös, Våga vara snäll, våga säga nej, våga säga förlåt ... och diskussion kring böckerna

Augusti

Lektion 1: Vi lär känna varandra

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

September

Lektion 2: Känslolektionen

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

Oktober

Lektion 3: Vår klass – häng med!

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

November

Lektion 4: Mångfald är en rikedom

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

December

Lektion 5: En KiVa skola är en skola utan mobbning

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

Januari

Lektion 6: Vi deltar inte i mobbningen

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

Februari

Lektion 7: Den mobbade behöver ditt stöd

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

Mars

Lektion 8: Mig mobbar ni inte!

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

April

Lektion 9: Böcker och berättelser

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

Maj

Lektion 10: KiVa-kontraktet

Ugglan och kompisproblemet, 1 avsnitt (urplay.se)

Årskurs 2

Fun Friends-programmet (asemanlapset.ry), beställ gratismaterial via skolans kontaktperson våren innan nytt läsår

Serie: Vara vänner säsong 1–2, välj lämpliga avsnitt (urplay.se)

Tips! Bekanta er med styrkor på modersmål som ordkunskap, Åse Fagerlunds

filmmaterial: <https://www.strengthbased.fi/skolor>, Röda och gröna tankar:

<https://www.youtube.com/watch?v=e3xfCgeIYKE>

Augusti

Träff 1: Jag och min familj

Vara vänner (urplay.se)

September

Träff 2: Mina känslor

Vara vänner (urplay.se)

Oktober

Träff 3: Dina känslor

Vara vänner (urplay.se)

November

Träff 4: Kroppens signaler och avslappning

Vara vänner (urplay.se)

December

Träff 5: Röda och gröna tankar

Vara vänner (urplay.se)

Januari

Träff 6: Låt röda tankar bli gröna tankar

Vara vänner (urplay.se)

Februari

Träff 7: Ett steg i taget

Vara vänner (urplay.se)

Mars

Träff 8: Vi är vänner

Vara vänner (urplay.se)

April

Träff 9: Vi belönar oss själva
Vara vänner (urplay.se)

Maj

Träff 10: Lär dig av förebilder
(Våra nära och kära)
Nu ska vi fira
Vara vänner (urplay.se)

Obs! Ge handledande respons (se [läroplanen kapitel 6.13](#)) under vårterminen.

Årskurs 3

Mieli körkort i psykisk hälsa årskurs 3–4, <https://oppi.mieli.fi/course/view.php?id=745>

Serie: Nån gräns!

Skolkurator och skolpsykolog håller två lektioner med årskurs 3

Augusti–september

Tema 1: Känslofärdigheter

Oktober

Tema 2: Kompisfärdigheter

November–december

Tema 3: Självkännedom

Januari

Tema 4: Värden och attityder

Februari

Tema 5: Vardagens val

Mars

Tema 6: Respektera din kropp

April–maj

Tema 7: Redskap att hantera livet

Årskurs 4

KiVa-material (lektion 1–7 på årskurs 4)

Film: Insidan ut (långfilm, finns dvd på alla skolor)

Augusti

Intro: Vi och vår klass (t.ex. samarbetsövningar, trivselregler – hitta egna övningar och material)

September

Lektion 1: Alla har rätt till respekt

Oktober

Lektion 2: Gruppen

November

Lektion 3: Känn igen mobbningen!

Januari

Lektion 4: Smygmobbning

Februari

Lektion 5: Ansvarsfullt på nätet

Mars

Lektion 6: Det gör ont att bli illa behandlad

April

Lektion 7: Gruppen och mobbning

Maj

Film

Årskurs 5

KiVa-material (lektion 8–10)

Styrkor via t.ex. coaching eller i klass

Tips! Styrkor vid utvecklingssamtal, Åse Fagerlunds filmmaterial:

<https://www.strengthbased.fi/skolor>

Augusti

Intro: Vi och vår klass (t.ex. samarbetsövningar, trivselregler – hitta egna övningar och material)

September

Lektion 8: Peppningskommunikation

Oktober

Lektion 9: Assertivitet: Jag står på mig

November

Lektion 10: En KiVa skola skapar man tillsammans

Mieli körkort i psykisk hälsa årskurs 5–6, <https://oppi.mieli.fi/course/view.php?id=746>

(bekanta dig med Mielis material på förhand och välj ut de delar som passar din grupp – vissa övningar har inslag av mindfulness och medveten närvaro och dessa använder vi inte i skolan)

Serie: Nån gräns (mieli.fi). Finskspråkig med svensk text.

Januari

Tema 1: Känslofärdigheter

Februari

Tema 2: Kompisfärdigheter

Mars

Tema 3: Självkännedom

April

Tema 4: Värden och attityder

Årskurs 6

Mieli körkort i psykisk hälsa årskurs 5–6, <https://oppi.mieli.fi/course/view.php?id=746>
(bekanta dig med Mielis material på förhand och välj ut de delar som passar din grupp – vissa övningar har inslag av mindfulness och medveten närvaro och dessa använder vi inte i skolan)

Serie: Nån gräns (mieli.fi). Finskspråkig med svensk text.

Serie: Så ingen blir ensam (YouTube)

Filmtips: Like or not: <https://www.youtube.com/watch?v=eBvMmJLrFYw>, Att pröva och misslyckas: <https://www.youtube.com/watch?v=KKGQ8rwIHS8>

Augusti

Intro: Vi och vår klass (t.ex. samarbetsövningar, trivselregler - hitta egna övningar och material)

September

Tema 5: Vardagens val

Oktober

Tema 6: Respektera din kropp

November

Tema 7: Redskap att hantera livet

Vårterminen

Styrkor via Företagsbyn

Handledande respons (se [läroplanen kapitel 6.13](#))

Inför Cronhjelsmskolan

Årskurs 7–9

Cronhjelskolan jobbar kontinuerligt med skoltrivsel och gemenskapsfrämjande verksamhet. Under rasterna ordnas ledda rastaktiviteter och tillgängliga vuxna finns i skolan. Vi håller gemensamma morgonsamlingar i festsalen, minst en gång per månad. Eleverna erbjuds möjlighet att delta i klubbverksamhet i anslutning till skoldagen. Skolan har elevkårsverksamhet samt vänelevsverksamhet med utbildade vänelever. Skolan deltar i School to Belong-programmet (<https://www.helsinkimissio.fi/sv/schooltobelong/>).

Period 1

Gemensamma aktiviteter:

- Gemensam samling vid läsårsstart
- Skolfreden uppmärksammas
- School to Belong introduceras vid gemensam morgonsamling
- Elevkårsarbetet presenteras och elevkårsstyrelse väljs
- Decibel besöker skolan och presenterar sig <https://www.decibel.fi/>
- Skoljoggen
- Bedömningsdiskussioner mellan ämneslärare och elev

Årskurs 7

Väneleverna har program med årskurs 7

Sjuornas dag med väneleverna

Sociala färdigheter (våldsförebyggande) med kurator och skolhälsovårdare

Kuratorn på besök i klasserna

Årskurs 8

Konsttestarna

Resurspersonen på besök i klasserna och bjuder in till samtal

Årskurs 9

PEPP-lektion

Resursperson på besök i klasserna

Enskilda samtal med studiehandledaren

Period 2

Gemensamma aktiviteter:

- Trivselenkät
- Adventstiden uppmärksammas av vänelever och elevkåren
- Ringlekar
- Frågesportdag i december
- Vänvecka i februari
- Bedömningsdiskussioner mellan ämneslärare och elev

Årskurs 7

Biobesök

Utvecklingssamtal (elev, vårdnadshavare, klassföreståndare)

Årskurs 8

Konsttestarna

OpticareerDay

NouHätä

Resurspersonen bjuder in till samtal (forts.)

Utvecklingssamtal (elev, vårdnadshavare, klassföreståndare)

Årskurs 9

Enskilda samtal med studiehandledaren

Studiebesök till andra stadiets skolor

Lucia

Period 3

Gemensamma aktiviteter:

- Vintersportdag, mars
- Frågesportdag, maj
- Tävlingsdag, maj
- Bedömningsdiskussioner mellan ämneslärare och elev

Årskurs 7

Sociala färdigheter med Decibel

Navigatorn, samarbetsprogram

Årskurs 8

YAM-lektioner <https://www.fspc.fi/yam/yam>

Konsttestarna

Enskilda samtal med studiehandledare

Vänelever väljs och vänelevsutbildning inleds

<https://moodle.folkhalsan.fi/course/view.php?id=539§ion=3>

Räddningsdag

Årskurs 9

FRIDA-föreläsning

Klassresa

Vårmiddag

Volleyboll mot lärare