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

Uppdaterad 18.11.2026

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 antimobbnings-teamet.

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 antimobbnings-teamet.
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 mobbnings-förebyggande 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 kontakt-person 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=e3xfCgelYKE

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=KKGQ8rwlHS8

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 Cronhjelmskolan

Årskurs 7–9

Cronhjelmskolan 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/
- Cronizrundan
- Bedömningsdiskussioner mellan ämneslärare och elev

Årskurs 7
Väneleverna har program med årskurs 7
Sjuornas dag med väneleverna
Mobbningsförebyggande lektion med skolcoachen inom rörelse och aktivitet
Kuratorn och hälsovården på besök i klasserna

Årskurs 8
Konsttestarna
Resurspersonen på besök i klasserna och bjuder in till samtal

Årskurs 9
PEPP-lektion
Resurspersonen 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 (våldsförebyggande) med kurator och skolhälsovårdare
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&section=3
Räddningsdag

Årskurs 9
FRIDA-föreläsning
Klassresa
Vårmiddag
Volleyboll mot lärare