

Kongseik ungdomsskole

Psykososial plan

Denne planen handler om hvordan skolene, i samarbeid med elever, foreldre og hjelpetjenestene kan bygge et godt psykososialt miljø for elevene. Planen legges til grunn for de lokale planene som hver skole utarbeider. Selv om et godt psykososialt miljø er langt mer enn frihet fra mobbing og trakassering, må denne planen likevel sees i sammenheng med kommunens handlingsplan mot mobbing. I handlingsplan mot mobbing er følgende definisjon av begrepet lagt til grunn:

Mobbing av barn og unge er handlinger fra voksne og/eller barn og unge som hindrer opplevelsen av å høre til, å være en betydningsfull deltaker i fellesskapet og muligheten til medvirkning (Lund, et al., 2015).

Sammenhengen mellom planene illustreres i tabellen under:



Figuren illustrerer det helhetlige arbeidet. (Udir)

Mens handlingsplanen mot mobbing handler mest om de to øverste nivåene i pyramiden, handler denne planen mer om å forebygge mobbing og andre krenkelser og om å fremme et godt skolemiljø. Hvilke rammer bør være på plass for å sikre at elevene har et trygt, godt og helsefremmende skolemiljø, der de trives og lærer?

Planen er et rammeverk for skolene, og skolene utarbeider egne lokale planer for psykososialt arbeid. Hver skole utarbeider standarder for medvirkning fra foreldre/foresatte og elever som gjenspeiles blant annet i hvordan man legger opp foreldremøter og elevrådsarbeid.

Planen evalueres årlig.

Psykososialt årshjul
Kongseik ungdomsskole 2025/2026

Måned	Fokusområde	Aktivitet	Ansvarlig
August	Etablering av nye klasser/grupper	Gjennomgang §12/13 med ansatte og foreldre (eventuelt i september/oktober).	Rektor
	Etablering og gjennomgang av rutiner for skoleåret	Instruks for tilsyn i friminuttene gjennomgås med ansatte	Rektor
	Normer for klassen	Klasseregler/trivselsregler. Lages sammen med elevene	Kontaktlærere
	Relasjon lærer-elev	Kontaktlærer har en elevsamtale med hver enkelt elev (fortsetter i september)	Kontaktlærer
	Sykkeltur nye 8.trinn	Kontaktlærer og elever sykler sammen i nærområdet	Kontaktlærer
	Challenge 8.trinn	Kontaktlærere og trinnleder har opplegg med 8.trinn, konkurranser med premier	Trinnleder 8.trinn, kontaktlærere
	Dagsturer 9.trinn og 10.trinn	Turer for å bedre klassemiljø og trivsel. Eks: Gunnarsbøparken, Slottsfjellet, Åsgårdstrand	Kontaktlærer
	Aktiv fritid 10.klasse	Dagstur to og to klasser på 10.trinn	Trinnleder 10.trinn, sosiallærer, kontaktlærere
September	Elever som trenger spesielt fokus	Kartlegging av sårbare elever og elever med "svake" relasjoner til voksne og medelever. Løpende gjennom hele året.	Rektor
	Hudøy 8.klasse	Dagstur til Hudøy med alle elevene på 8.trinn	Sosiallærer, kontaktlærer, rektor

	Aktivitetsdag hele skolen	Aktivitetsdag på Greveskogen	Kroppsøvingsseksjonen
Oktober	Kartlegging av psykososialt miljø	Elevundersøkelse/trivselsundersøkelse (høst)	Rektor
		Relasjonskartlegging på team/trinn med fokus på lærer-elev relasjon etter gjennomført elevundersøkelse/trivselsundersøkelse (for eksempel i kategoriene rød-gul-grønn)	Rektor
	Foreldreinvolvering	FAU/SU/SMU: Ta opp skolens arbeid med skolemiljø.	Rektor
	Halloween	Skolen pyntes og man kan kle seg ut. Deler ut godteri i skolegården	Lærere og elever
November	Vedlikehold av rutine	Instruks for tilsyn i friminuttene gjennomgås med ansatte	Rektor
	Oslo-tur 9.trinn	Elever og lærere på 9.trinn tar buss til Oslo. Hjemmefrontmuseet, Nobelsenteret, Forsvarsmuseet, stortinget og liknende.	Hele 9.trinn
	Kartlegging av psykososialt miljø	Elevundersøkelse/trivselsundersøkelse (høst)	Rektor
	Elevmedvirkning	Elevrådskonferanse (8.-10.kl)	Rektor og elevrådet
	Sjakkturnering hele skolen	Elevene kan melde seg på, utslagsrunder i storefri.	Utvalgte lærere og rektor
Desember	Innebandyturnering alle trinn	Turnering – trinnvis. Elevene kan ha med seg nissekostyme, vi har julemusikk og pepperkaker	Kroppsøvingsseksjonen



	Utdeling av pepperkaker og klementiner	Lærere står i skolegården når elevene kommer på skolen.	Lærerne
	Julefrokost - klassevis	Elevene tar med seg et pålegg selv, vi dekker bord og gjør det hyggelig. Skolen kjøper inn rundstykker	Kontaktlærerne og administrasjonen
Januar	§ 12/13: Elevenes deltagelse i planlegging og gjennomføring av arbeidet for et trygt og godt skolemiljø	- Tema i elevråd - Tema i hver enkelt klasse - Sees i sammenheng med elevundersøkelse/ trivsels- undersøkelse	Rektor, kontaktlærere og elevrådslærer
	Oppfølging av elevundersøkelsen	- Spekter (5.-10. klasse) eller annen relevant undersøkelse	Kontaktlærer
	Basketturnering	- Oppstart av turneringen i storefri. 8. trinn starter opp. Klasse mot klasse. Pågår ut vårsemesteret.	Rektor
Februar	Psykososial vernerunde (se nærmere beskrivelse)	Psykososial vernerunde blant alle elevene, følges opp med tiltak ved behov i etterkant	Kontaktlærer
	Kartlegging av oppvekstvilkår	Ungdata hvert 3. år (5.-10. trinn)	KUOL, rektor
	Vinteraktivitetsdag	Ulike aktiviteter på Messeområdet. Skolen kjøper inn lunsj til elevene.	Kroppsøvingsseksjonen og administrasjonen
	Valentines-uke	Skolen pyntes og det arrangeres ulike aktiviteter gjennom uka	Elever og utvalgt lærer
Mars	Foreldreinvolvering	FAU/SU/SMU: Ta opp skolens arbeid med skolemiljø.	Rektor



	Vedlikehold av rutine	Instruks for tilsyn i friminuttene gjennomgås med ansatte	Rektor
	Påskefrokost – klassevis (basevis)	Elevene tar med seg et pålegg selv, vi dekker bord og gjør det hyggelig. Skolen kjøper inn rundstykker	Kontaktlærere og administrasjon
April	Foreldreinvolvering i det psykososiale miljøet i klassen	Gjennomgang av klassens psykososiale miljø på vårens foreldremøte/foreldre-samtaler	Kontaktlærer
	Temauke - utkledning	Elevene kler seg ut etter valgte temaer – elevene bestemmer dette, i samråd med rektor	Elever og rektor
Mai			
	Overnattingstur Karlsvika 9.trinn (Med forbehold om økonomi)	Overnatting i lavvoer. Drar to klasser samtidig	Kroppsøvingsseksjonen og kontaktlærer
	Leirskole 8.trinn	4 dager kommunal leirskole	Kontaktlærer og ledelsen
Juni			
	Aktivitetsdag	Ulike aktiviteter på skolens område – med fotball – og volleyballturnering. Man stiller klasselag. Lærerne stiller også lag. Skolen kjøper inn pølser	Kroppsøvingsseksjonen og administrasjonen
	Dagsturer – alle klasser	Klassemiljøturer gjerne til stranda. Kan gjøres klassevis og trinnvis	Alle trinn



	Årshjul	Hver skole evaluerer eget årshjul over trivselsfremmende tiltak for neste skoleår	Rektor
--	---------	---	--------

