



Essunga kommun

Plan psykisk hälsa

Dokumenttyp	Plan
Fastställt	Av Utbildningsnämnden 2023-02-21
Detta dokument gäller för	Utbildningssektor
Giltighetstid	4 år
Dokumentansvarig	Elevhälsochef
Dnr	Un 2023/24

Innehållsförteckning

1 Inledning	3
1.2 Bakgrund.....	3
1.2.1 Skollagen.....	3
1.2.2 Läroplan för grundskola, förskoleklassen och fritidshemmet (Lgr22)	3
1.2.3 Barnkonventionen	4
2 Syfte.....	5
2.1 Utvärdering	5
3 Beskrivning av aktiviteter som främjar elevers hälsa.....	6
3.1 Värdegrundsarbete F-5.....	6
3.2 Detta är livet åk 6-9.....	6
3.3 Ökad närvaro – motverka frånvaro	6
4 Handlingsplan	7
5 Bilaga 1	10

1 Inledning

Kommunfullmäktige antog 2020-06-15 *Strategisk plan för Essunga kommun 2020-2023* där ett av kommunfullmäktiges mål är att alla invånare i Essunga kommun genom hela livet ska ha möjlighet till goda livsvillkor. Alla ska ha en bra start i livet och enligt kommunfullmäktige är det som rör barn och unga prioriterat i Essunga kommun. När barn och unga är i behov av hjälp och stöd ska tidiga insatser prioriteras. Arbetet med att motverka psykisk och fysisk ohälsa är särskilt viktigt.

I Essunga kommuns drogvanundersökning för årskurs 7-9 lyfts frågan hur våra ungdomar mår. Den visar att trenden för psykisk ohälsa ökar, precis som i hela Sverige. För att nå en god måluppfyllelse i hela grundskolan är psykisk hälsa ett viktigt område. Utbildningsnämnden har gett utbildningssektorn i uppdrag att ta fram en plan för att främja psykisk hälsa hos våra elever för att de ska nå en god måluppfyllelse i grundskolan. Planen ska vara ett stöd i det främjande arbetet med psykisk hälsa, samt rikta sig till kommunfullmäktiges mål gällande arbetet med att motverka psykisk ohälsa.

1.2 Bakgrund

1.2.1 Skollagen

Skolans olika styrdokument beskriver vad skolan ska göra för att motverka psykisk ohälsa. I skollagen (2010:800) står att:

5 kap. 3 § */Träder i kraft I:2022-08-01/* Alla elever ska tillförsäkras en skolmiljö där utbildningen präglas av trygghet och undervisningen av studiero. Med studiero avses att det finns goda förutsättningar för eleverna att koncentrera sig på undervisningen.

Huvudmannen ska säkerställa att det på skolenheten bedrivs ett förebyggande arbete som syftar till att skapa trygghet och studiero.

5 kap. 5 § */Träder i kraft I:2022-08-01/* Ordningsregler ska finnas för varje skolenhet. Ordningsreglerna och hur de följs ska regelbundet följas upp. Orsakerna till uppföljningens resultat ska analyseras. Ordningsreglerna ska utarbetas, följas upp och, vid behov, omarbetas under medverkan av eleverna. Rektorn beslutar om ordningsregler.

6 kap. 7 § Huvudmannen ska se till att det genomförs åtgärder för att förebygga och förhindra att barn och elever utsätts för kränkande behandling.

1.2.2 Läroplan för grundskola, förskoleklassen och fritidshemmet (Lgr22) och Läroplan för grundsärskola (Lgrsär22)

I Läroplanen för grundskola, förskoleklassen och fritidshemmet står:

Grundläggande värden

Utbildningen ska utgå från vad som bedöms vara barnets bästa och eleverna ska få kännedom om sina rättigheter. Skolans uppgift är att låta varje enskild elev finna sin unika egenart och därigenom kunna delta i samhällslivet genom att ge sitt bästa i ansvarig frihet (Kap. 1 Lgr22).

Förståelse och medmännisklighet

Skolan ska främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse. Utbildningen ska präglas av öppenhet och respekt för människors olikheter.

Medvetenhet om det egna och delaktighet i det gemensamma kulturarvet ger en trygg identitet som är viktig att utveckla tillsammans med förmågan att förstå och leva sig in i andras villkor och värderingar. Skolan är en social och kulturell mötesplats som både har en möjlighet och ett ansvar för att stärka denna förmåga hos alla som verkar där (Kap 1, Lgr22).

God miljö för utveckling och lärande

Eleven ska i skolan möta respekt för sin person och sitt arbete. Skolan ska sträva efter att vara en levande social gemenskap som ger trygghet och vilja och lust att lära. Skolan verkar i en omgivning med många kunskapskällor. Strävan ska vara att skapa de bästa samlade betingelserna för elevernas bildning, tänkande och kunskapsutveckling. Personlig trygghet och självkänsla grundläggs i hemmet, men även skolan har en viktig roll. Eleverna ska få kännedom om hur de kan få hjälp om de upplever otrygghet i eller utanför skolan. Omsorg om den enskilda elevens hälsa, välbefinnande och utveckling ska prägla verksamheten. Varje elev har rätt att i skolan få utvecklas, känna växandets glädje och få erfara den tillfredsställelse som det ger att göra framsteg och övervinna svårigheter (Kap. 1 Lgr22).

Normer och värden

Skolans mål är att varje elev respekterar andra människors egenvärde samt deras kroppsliga och personliga integritet, samt att varje elev kan leva sig in i och förstå andra människors situation och utvecklar en vilja att handla också med deras bästa för ögonen (Kap 2.1 Lgr22).

Skola och hem

Skolans och vårdnadshavarnas gemensamma ansvar för elevernas skolgång ska skapa de bästa möjliga förutsättningarna för barns och ungdomars utveckling och lärande (Kap. 2.4 Lgr22).

Läraren ska samverka med och fortlöpande informera föräldrarna om elevens skolsituation, trivsel och kunskapsutveckling (Kap. 2.4 Lgr22).

1.2.3 Barnkonventionen

FN:s konvention om mänskliga rättigheter (Barnkonventionen)

Barnkonventionen som från 2020-01-01 är lag i Sverige, har som syfte att garantera alla barn deras mänskliga rättigheter. Konventionen består av 54 artiklar. Den finns både som en hel text och som en kort version och det är den senare som refereras till här.

Artikel 2

Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.

Artikel 3

Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.

Artikel 12

Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.

Artikel 19

Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld.

Artikel 24

Barn har rätt till bästa möjliga hälsa, tillgång till hälso- och sjukvård samt till rehabilitering.

2 Syfte

Syftet med *Plan för psykisk hälsa* är att vara ett stöd i det främjande och förebyggande arbetet med psykisk hälsa, för att nå en god måluppfyllelse i grundskolan. Planen ska även rikta sig till kommunfullmäktiges mål gällande arbetet med att motverka psykisk ohälsa.

2.1 Utvärdering

Utvärdering av planen ska ske årligen under april månad av elevhälsan.

3 Beskrivning av aktiviteter som främjar elevers hälsa

Elevhälsan ska arbeta förebyggande och hälsofrämjande med elevers fysiska och psykiska hälsa. I den medicinska elevhälsan ingår kurator, ungdomscoach och skolsköterskor. I Nossebro skola F-9 finns närvaro av elevhälsan dagligen. I Bredöl- och Jonslunds skola finns kurator och skolsköterska cirka 3 timmar/vecka.

3.1 Värdegrundsarbete F-5

Olika värdegrundsteman uppmärksammas på F-5-skolorna under läsåret. Klasslärare och elevcoacher följer ett årshjul och alla elever tar del av samma tema samtidigt. Exempel på detta är Stopp min kropp, bra/dåliga hemligheter, Pride, relationer IRL och på nätet, rocka sockorna och känslökunskap. Elevcoacherna på varje enhet tar fram material som lärarna använder sig av i klassrummen. Information om tema sätts upp på skolornas anslagstavlor. Ibland går elevcoacherna ut i klass och hjälper till med övningar och information kring olika teman.

3.2 Detta är livet åk 6-9

Ungdomscoach, kurator och skolsköterskor samtalar med elever i årskurs 6 under höstterminen, för att normalisera det som händer under puberteten. Vad man kan göra själv för att må bra - fysiskt och psykiskt, angående sömn, kost, rörelse, skärmtid/skärmfri tid, skola, känslor, relationer och sociala medier. Eleverna ser på en sammanfattande kortfilm från UMO¹ och efter filmen får eleverna utvärdera insatsen. Samtal med medicinska elevhälsan, enskilda eller i mindre grupp, erbjuds i samband med detta.

3.2.1 Uppföljning

Under vårterminen ordnas en tipspromenad, av medicinska elevhälsan tillsammans med klass och mentorer, med frågor med återkoppling till lektionen med temat Detta är livet.

3.3 Ökad närvaro – motverka frånvaro

För den enskilde eleven kan frånvaro leda till stora svårigheter. En ofullständig utbildning försvårar ett aktivt deltagande såväl i yrkes- som samhällsliv. Detta kan i sin tur leda till eller förstärka utanförskap. Förste januari 2020 antogs FN:s Barnkonvention som lag i Sverige. Barnkonventionen ger en universell definition av vilka rättigheter som borde gälla för alla barn i världen och artikel 28 erkänner barnets rätt till utbildning och ett särskilt åtagande att vidta åtgärder för att uppmuntra regelbunden närvaro i skolan och minska antalet studieavbrott. Essunga kommuns skolor arbetar enligt Handlingsplan vid frånvaro.

¹ UMO.se är en webbplats för alla som är mellan 13 och 25 år. På UMO kan du få kunskap om kroppen, sex, relationer, psykisk hälsa, alkohol och droger, självkänsla och mycket annat.

4 Handlingsplan

Handlingsplanen nedan innehåller aktiviteter vars syfte är att främja psykisk hälsa i grundskolan. Aktiviteterna redovisas i kronologisk ordning från läsårets start i augusti. Första delen i planen beskriver aktiviteter som genomförs på f-5-skolorna, andra delen på 6-9-skolan.

Handlingsplan årskurs f-5			
Årskurs	Vad och hur	När	Ansvarig
Åk 2	Hälsosamtal Trivsel, skola - raster, kost, sömn och rörelse	Hösttermin	Skolsköterska
F-5	Vi-känsla och studiero	Augusti	Klasslärare
F-5	Tema Kompisrelationer/kränkningar tas upp i klasserna genom olika övningar och filmklipp.	September	Klasslärare Elevcoach
F-5	Trygghet, kamratskap , Trivselenkät inför utvecklingssamtal. Trygghetsregler gemensamt med föräldrar på ett föräldramöte och i klassen.	September	Klasslärare Elevcoach
F-5	Tema Stopp min kropp/samtycke tas upp i klasserna genom olika övningar och filmklipp.	Oktober	Klasslärare Elevcoach
F-5	Självkänsla Relationskarta, Trygghetskarta	Oktober	Klasslärare Specialpedagog Rektor
F-3	Nättrygg Arbete med Caroline Engvalls böcker.	November	Klasslärare Elevcoach
4-5	Nättrygg Elevcoacherna besöker klasserna och håller en lektion kring nätetik och relationer på nätet.	November	Elevcoach
F-5	Barnkonventionen uppmärksammas och samtalas kring i klasserna.	November	Klasslärare Elevcoach
F-klass	Trivselsamtal Skola - hemma, kompisar, kost, sömn, rörelse och raster.	Vårtermin	Skolsköterska
Åk 4	Hälsosamtal Trivsel skola – hemma, kost, sömn, rörelse och mående.	Vårtermin	Skolsköterska
F-5	Vi-känsla och studiero	Januari	Klasslärare
F-5	Tema känslor tas upp i klasserna genom olika övningar och filmklipp.	Februari	Klasslärare Elevcoach
F-5	Funktionshinder ex. filmer om ADHD, autism osv.	Februari	Klasslärare Elevcoach
F-5	Tema Allas lika värde uppmärksammas bland annat genom Rocka sockorna-dagen och Dagen mot rasism.	Mars	Klasslärare Elevcoach
F-5	Empati , Alla är vi olika – olika är bra Relationskarta	Mars	Klasslärare Specialpedagog

Åk 5	Pubertetssamtal Samtal/dialog som handlar om pubertet, psykiskt/fysiskt mående, relationer och sexuella olikheter.	Vårterminen	Skolkurator Skolsköterska
F-5	Tema Bra/dåliga hemligheter tas upp i klasserna. Diskussion om hur en bra respektive dålig hemlighet känns i kroppen och var man kan få hjälp.	April	Klasslärare Elevcoach
F-5	Social kompetens i skolan Trygghetskarta	April	Klasslärare Rektor
F-5	Tema Pride/identitet uppmärksammas i klasserna. Samtal om rätten att vara den man är.	Maj	Klasslärare Elevcoach
F-5	Självkänsla	Maj	Klasslärare Elevcoach
F-9	Avstämning och uppföljning av frånvaro vid oro och minst fyra gånger per termin. Steg 1 frånvaron uppmärksammas och följs upp. Steg 2 fortsatt frånvaro – samtal med vårdnadshavare och elev. Steg 3 problematisk frånvaro – kartläggning av skolsituationen och möte med vårdnadshavare och elev. Steg 4 fortsatt problematisk frånvaro – möte med rektor EHK och kontakt med externa instanser. Steg 5 skolpliktsanmälan	Vid frånvaro mer än 15% vid varje avstämningsperiod sätts åtgärder in.	Steg 1 och 2 - Mentor Steg 3 och 4 - Mentor och elevhälsan Steg 5 - Rektor

Handlingsplan årskurs 6-9			
Årskurs	Vad och hur	När	Ansvarig
Åk 6	Detta är livet Samtal med elever om att normalisera det som händer under puberteten.	Höstterminen	Skolkurator Skolsköterska Ungdomscoach
Åk 6	Uppföljning av Detta är livet Tipspromenad med frågor relaterade till lektionen med Detta är livet.	Vårterminen	Skolkurator Skolsköterska Ungdomscoach
Åk 7	Detta är livet – nätkränkningar. Ett lektionstillfälle där polisens arbetsmaterial <i>Delbart</i> används. Frågor och film med diskussioner om lag, rätt, etik och moral om bland annat att skicka och ta emot bilder på nätet. Skriftlig information om hur man kan gå tillväga om man blir utsatt på nätet delas ut. Samtal med personal från elevhälsan, enskilda eller i mindre grupp, erbjuds i samband med detta.	Höstterminen	Skolkurator Skolsköterska Ungdomscoach
Åk 7	Hälsosamtal Mående - kost, sömn, rörelse. ANT och pubertet.	Ht/vt	Skolsköterska
Åk 9	Intervjuer Elever intervjuas utifrån kränkande behandlingsplanen.	Vårterminen	Ungdomscoach
F-9	Avstämning och uppföljning av frånvaro vid oro och minst fyra gånger per termin. Steg 1 frånvaron uppmärksammas och följs upp. Steg 2 fortsatt frånvaro – samtal med vårdnadshavare och elev. Steg 3 problematisk frånvaro – kartläggning av skolsituationen och möte med vårdnadshavare och elev. Steg 4 fortsatt problematisk frånvaro – möte med rektor EHK och kontakt med externa instanser. Steg 5 skolpliktsanmälan	Vid frånvaro mer än 15% vid varje avstämningsperiod sätts åtgärder in.	Steg 1 och 2 - Mentor Steg 3 och 4 - Mentor och elevhälsan Steg 5 - Rektor

5 Bilaga 1

Rutin för övergång från årskurs 5 till 6 bifogas som bilaga, eftersom övergångar mellan stadier kan innebära risker för elever.



Essunga kommun

Utbildningsförvaltningen

Rutin för övergång från årskurs 5 till 6

Dokumenttyp	Rutin
Fastställd	Rektor 6-9
Detta dokument gäller för	Utbildningsförvaltninge
Giltighetstid	Tillsvidare
Dokumentansvarig	Rektor 6-9
Dnr	UN 2016- 00070

Plan för övergång från årskurs 5 till 6

- * Eleverna ska få en trygg och bra start på 6-9 skolan.
- * Eleverna ska känna sig säkra med sina nya kamrater och lärare.
- * Lärarna ska få den informationen de behöver för att på bästa sätt kunna möta eleverna på deras nivå.

När	Vad	Ansvarig
Januari	<p>Överlämning av information om elever i behov av stora stödinsatser (ESS-konferens). Vårdnadshavare till elever som tas upp på detta överlämningsmöte tillfrågas/informeras muntligt. Övergångsplanering sker vid behov.</p> <p>Bestäm tid för intervju och samtal med lärare. Kopia av DLS-resultat lämnas till specialpedagoger 6-9.</p>	<p>Rektorer Klf/mentorer åk 5 Specialpedagog F-5 Specialpedagog 6-9</p> <p>Specialpedagog F-5 Specialpedagog 6-9</p>
Mars-April	<p>Specialpedagog (6-9) besöker F-5 skolorna, visar bildspel och intervjuar de blivande sexorna.</p> <p>Överlämnande lärare fyller i dokumentation inför övergången.</p>	<p>Specialpedagog 6-9</p> <p>Undervisande mentorer. Specialpedagog F-5</p>
Mars-April	<p>Eleverna fördelas i studiegrupper utifrån intervjuer och övrig information.</p>	<p>Specialpedagog 6-9</p>
April-Maj	<p>Kort remissrunda av gruppindelningen till klf/mentorer åk 5. Därefter fastställande av startgrupper.</p>	<p>Specialpedagog 6-9</p>
Maj	<p>Föräldrainformation i Nossebro skolas aula. Årskurs 5 besöker Nossebro skola under en halvdag och träffar sina nya klasskamrater och lärare. (Bytardag)</p> <p>Valblanketter för moderna språk delas ut till F-5 skolorna. Kompletteras med muntlig information.</p> <p>Klf/mentorer i åk 5 samlar in valblanketterna om skickas till skolexpeditionen. Önskvärt att blivande mentorer besöker årskurs 5.</p>	<p>Rektor 6-9</p> <p>Lärare i moderna språk</p> <p>Klf/mentorer åk 5 Blivande mentorer</p>
Juni	<p>Bedömningsunderlag i samtliga ämnen och IUP skrivs in i Edwise. Senaste ÅP lämnas i pappersformat.</p>	<p>Klf/mentorer åk 5 Specialpedagog F-5</p>
Augusti	<p>Blivande mentorer informeras om de nya eleverna som även får ESS-överlämning.</p>	<p>Specialpedagog 6-9</p>
September	<p>Föräldramöte i årskurs 6.</p>	<p>Rektor 6-9</p>

September- November	<p>Tidigare klassföreståndare besöker 6-9 skolan och träffar elever och mentorer i årskurs 6, om så önskas. Beräkna cirka 2 timmar per samtal/skola. Klassföreståndare kontaktar mentorer för årskurs 6 och kommer överens om lämplig tid.</p> <p>Digital enkät till eleverna efter höstlovet om hur de har upplevt övergången till årskurs 6.</p>	<p>Klf/mentorer åk 5</p> <p>Specialpedagog 6-9</p>
November- December	<p>Om undervisande ämneslärare önskar ytterligare underlag inför betygssättning finns alltid möjlighet att diskutera med tidigare klf/mentorer i åk 5.</p>	<p>Ämneslärare år 6</p>
December	<p>Utvärdering av planen av klf/mentorer, specialpedagog och rektor.</p>	<p>Specialpedagog F-9</p>