

# Handlingsplan: Systematisk arbeid med livsmestring i Hemsedal skole

## 1. Målsetting

Skolen skal sikre en helhetlig, systematisk og relevant opplæring i livsmestring som styrker elevenes psykiske helse, sosiale ferdigheter og relasjonelle kompetanse – på tvers av alle trinn.

## 2. Tiltak og handlinger

Tiltak	Ansvarlig	Tidsramme	Kommentar
Felles opplæring i bruk av aktuelle program (LINK, MOT og TL)	Ledelse / andre hensiktsmessige	August–september	Kurs etter behov
Lage en progresjonsplan for trinnvis bruk av programmer	Ressursteam	Høst	Hva brukes på hvilket trinn og når
Skape fast plass i ukeplaner / årsplaner til livsmestringsarbeid	Kontaktlærere på trinnet	Innen uke 38	Sikrer kontinuitet og prioritering
Tydliggjøre mål for livsmestringsøktene	Lærere og fagpersoner	Løpende	Hva ønsker vi elevene skal lære – konkret og målrettet
Systematisk bruk av Klassesetivsel og elevundersøkelser -	Lærere og fagpersoner på trinnet	Minimum 2 ganger per år	Analyseres i team og følges opp – kort rapport til ledelsen av analysen
Tilby veiledning og refleksjon i team	Ledelse / skolehelsetjeneste / veiledere	Høst og vår	Felles drøfting av utfordringer og praksis
Synliggjøre programmenes verdi for elevene	Lærere	Løpende	Elevene må se at dette handler om dem og deres liv
Involvere elever i planlegging og gjennomføring av noen økter	Ungdomsmotivatører / elevråd / TL	Etter jul	Skaper eierskap og engasjement
Evaluerer arbeidet i mai hvert skoleår	Ledelse og lærere	Mai	Justering og videre planlegging

### **3. Ressurser og behov**

- Tid satt av til opplæring og teamrefleksjon
- Tilgang til og struktur for materiell fra alle programmer
- Veiledning tilgjengelig fra fagpersoner (skolehelsetjeneste, miljøarbeider, psykolog)
- Klar ledelsesforankring

### **4. Vurdering og evaluering**

Evalueringstiltak:

- Spørreundersøkelse blant lærere og elever hvert vårsemester
- Gjennomgang av Klassetrivsel-resultater
- Samtaler med elever om relevans og opplevd nytte
- Lærermøter med erfaringsdeling og justeringer