



# Trivselsboka.

## Hva er Trivselsboka?

Trivselsboka er et sosialt klasseromsprogram for 1.-7. trinn som består av syv unike bøker.

Ved å bruke Trivselsboka, integrerer man fokuset på klassens- og elevens sosiale utvikling i årshjulet. Elevene får gjennom programmet varierte utfordringer, som gjør at de blir bedre kjent med seg selv og sine klassekamerater, samtidig som de bidrar til å bygge sitt eget klassemiljø. Mental Helse Ungdom har også bidratt til enkelte opplegg i alle bøkene, for å sette søkelys på følelser og mental helse.

Målet er å utvikle elevenes sosiale kompetanse, og skape et aktivt- og inkluderende læringsmiljø i klassen.



En personlig bok til hver elev med elleve sosiale opplegg som gjennomføres klassevis i løpet av skoleåret.

Varierte opplegg som sikrer stor grad av elevmedvirkning, og bidrar til økte sosiale ferdigheter hos elevene.

En bok med forankring i fagfornyelsen og paragraf 9A i opplæringsloven.

## Tilbakemeldinger

Tilbakemeldingene fra brukerundersøkelsen i 2023 viser at bruken av boken gir gode effekter på det psykososiale miljøet! Bøkene stimulerer til positiv elevatferd, bedrer relasjonen mellom elevene, gir elevene god trening i sosiale ferdigheter og bidrar ellers til et godt klassemiljø.



## Oversikt over måneder og tema

**August:** Fellesskap og trivselsregler

**September:** Aktivitet og lek

**Oktober:** Bli bedre kjent med seg selv

**November:** Bevisstgjøring og innsikt

**Desember:** Bli kjent med egne og andres følelser

**Januar:** Ulikhet og mangfold

**Februar:** Bygge fellesskap

**Mars:** Samarbeid

**April:** Bli bedre kjent med andre

**Mai:** Utfordre seg selv

**Juni:** Bærekraftig utvikling