



Aðgerðaáætlun gegn einelti

Stefna í eineltismálum

Einelti og annað ofbeldi er ekki liðið í Grunnskóla Seltjarnarness. Með forvarnarstarfi er markvisst leitast við að fyrirbyggja einelti í öllum árgöngum. Leiðarljós í skipulagningu Skólastarfs Grunnskóla Seltjarnarness er *Uppeldi til ábyrgðar* þar sem lögð er áhersla á virðingu, ánægju, ábyrgð og sjálfsþekkingu. Við leggjum áherslu á að nemendur sýni starfsfólki og samnemendum virðingu og umburðarlyndi, geti sett sig í spor annarra og sýni sjálfum sér og öðrum kurteisi og almenna háttvísi. Verði foreldrar, starfsmenn eða nemendur varir við einkenni sem benda til þess að barni líði illa er mikilvægt að kanna málið. Hafi nemandi, foreldri eða starfsmaður grun eða vitneskju um einelti á meðal nemenda, andlegt eða líkamlegt, ber að tilkynna það til skólans.

Stjórnendur skólans hvetja alla til að segja frá ef þeir verða vitni að einelti. Eineltisteymi skólans kanna allar tilkynningar og ákveðið ferli fer af stað hverju sinni sem tilkynning berst. Eineltisteymi skólans skipa aðstoðarskólalastjórar, námsráðgjafar, deildarstjórar, og umsjónarkennarar, eftir því hvern málið varðar. Eineltisteymið fundar eins oft og þurfa þykir.

Skilgreining á einelti

Einstaklingur er lagður í einelti ef hann verður fyrir endurteknu neikvæðu áreiti frá einum eða fleiri einstaklingum yfir ákveðið tímabil (Olweus, 1986, 1992, Vanda, 2019). Einelti er endurtekið neikvætt áreiti, andlegt og/eða líkamlegt sem stýrt er af einstaklingi eða hópi og beinist að einstaklingi sem ekki tekst að verja sig. Einelti er margslungin neikvæð andfélagsleg hegðun.

Beint einelti er sýnilegt og auðvelt að greina. Dæmi um beint einelti er til dæmis þegar þolandi verður fyrir barsmíðum, spörkum, hrindingum, hártogunum, ógnun eða kúgun. Það getur einnig falist í því að loka einhvern inni, standa fyrir einhverjum svo hann komist ekki ferða sinna, stela af einhverjum, eyðileggja föt og eigur og neyða einhvern til að gera eitthvað sem viðkomandi vill ekki.

- Gerandi segir meiðandi og óþægileg orð eða notar ljót og meiðandi uppnefni.
- Gerandi hunsar/útilokar viljandi, virðir þolanda ekki viðlits, útilokar úr félagahópi og stendur fyrir /tekur þátt í hópamyndun gegn honum.
- Gerandi dreifir ósannindum /lygi og niðrandi athugasemdum um þolanda til að fá aðra til að líka illa við.
- Pískur, hvísl, baktal, augngotur, þögn og afskiptaleysi flokkast sem einelti



- Gerandi þvingar þolanda til að gera eitthvað sem stríðir gegn réttlætiskennd hans og sjálfsvirðingu.
- Líkamlegt ofbeldi flokkast sem einelti t.d. það að slá, sparka, hárreita, hrinda og loka inni.
- Rafræn skilaboð á samfélagsmiðlum og dreifing á myndefni flokkast sem einelti hvort sem þau eru send þolanda, eru um þolanda og/ eða eru send á aðra.

Óbeint einelti er erfiðara að greina, það er andlegt og dulið. Það er erfitt að koma auga á óbeint einelti eða sjá það eiga sér stað (Vanda, 2019, Olweus, 2003, Rigby, 2007). Óbeint einelti getur verið svo vel falið að þolandi getur oft ekki skilgreint það eða lýst því fyrir öðrum. Þá er þolanda sýnd andúð, ógnun og kúgun. Hann finnur fyrir fyrirlitningu og getur ómögulega tjáð sig eða komið því sem gerist í orð. Dæmi

um óbeint einelti er til dæmis:

- að uppnefna einhvern
- baktala
- búa til sögur um viðkomandi og láta sem flesta heyra þær til að láta öðrum líka illa við þolandann
- útilokun og hunsun til dæmis með því að skilja út undan og heimila þolanda ekki þátttöku

(Augustyn og Vanderbilt, 2010, Olweus, 1995, 2003).

Neteinelti er ein stærsta ógn sem börn og ungmenni verða fyrir í dag. Það er skilgreint sem neikvætt áreiti á rafrænu formi af ásettu ráði af hendi eins aðila eða hóps Áreitinu er beint að einstaklingi sem getur ekki auðveldlega varið sig. Um er að ræða áreiti sem getur falið í sér valdaójafnvægi og misbeitingu á valdi í gegnum hvers konar upplýsinga- og samskiptatækni. Börn eru berskjölduð gagnvart neteinelti. Birtingarmyndir neteineltis eru flokkuð á eftirfarandi hátt:

Logandi (flaming), þegar gerandi sendir reiðileg, dónaleg eða ósmekleg skilaboð sem beinast að einstaklingi eða hópi í einkaskilaboðum eða hópskilaboðum.

Áreiti (harrasment), þegar þolandi fær ítrekað óviðeigandi, dónaleg og særandi skilaboð.

Útilokun (exclusion), þegar markmið geranda er að útiloka þolanda frá hópnum á netinu, í samskiptum og leikjum.

Neteinelti er fjölbreytt og birtingramyndir þess sömuleiðis en það fer yfirleitt fram á þeim vettvangi sem er vinsælastur hjá nemendum hverju sinni. Dæmi: Tik-Tok, Instagram, Snapchat, Messenger, WhatsApp eða áleikjasíðum og í tölvuleikjum sem spilaðir eru í gegnum netið.

Æskulýðsvettvangurinn, 2022 [aev@aev.is]

Einelti þrífst í þöggun – segjum frá



Hvernig tekið er á einelti

Hvert mál er einstakt og því er áætlun og verkferlar skólans breytilegir eftir hverju atviki. Við lausn eineltismála notum við meðal annars einstaklingsviðtöl, foreldraviðtöl, könnun á líðan nemenda, tengslakannanir, bekkjarfundi og samstarf við heimili og fagfólk. Eineltisteymi skólans vegur og metur hverju sinni hvað vænlegast er til árangurs og hverjir eru kallaðir til samstarfs.

Stuðst er við nokkrar meginreglur:

Könnunarferli

- Viðtöl við þolanda og geranda/gerendur (í sitt hvoru lagi). Þeir eru upplýstir um að tilkynning hafi borist og hvernig málið verður unnið.
- Upplýsinga aflað frá kennurum, öðru starfsfólki og nemendum. Könnunarferlið tekur að hámarki eina viku.

Úrvinnsluferli

- Eineltisteymið vinnur úr könnunarferlinu og ákvarðar framhaldið út frá niðurstöðum. Ef niðurstöður benda til eineltis tekur við ákveðið ferli sem stendur yfir að hámarki í fjórar vikur.
- ✓ Námsráðgjafi og deildarstjóri ræða við foreldra þolanda og geranda/gerenda á fundi (í sitt hvoru lagi).
- ✓ Starfsmenn sem vinna með nemendum eru upplýstir um málið og hegðunina sem þarf að stöðva.
- ✓ Námsráðgjafi ræðir reglulega við þolanda og geranda/gerendur (í sitt hvoru lagi). Heldur þeim upplýstum um stöðu mála og hvort að markmiðinu sem stefnt er að (að eineltið hætti) gangi vel og í rétta átt.
- ✓ Samtölin halda áfram reglulega í þrjár vikur.

Eftirfylgni

- Námsráðgjafi fylgir árangri eftir og sér til þess að óæskilegu hegðuninni sé útrýmt að fullu og öllu.
- Rætt er við foreldra málsaðila (í sitthvoru lagi)
- Eineltisráð kemur saman, fer yfir stöðu mála og metur árangur. Ef markmið hefur náðst er málinu lokið og tilkynning þess efnis send á alla sem að málinu koma.

Ef ekki finnst viðunandi lausn og ekki tekst að uppræta eineltið þá geta foreldrar og/eða stjórnendur óskað eftir aðkomu fagaðila utan skólans.



Helstu forvarnir Grunnskóla Seltjarnarness gegn einelti

- Fræðsla í hverjum bekk um einelti og afleiðingar eineltis
- Sjálfstyrking í gegnum hugmyndafræðina Uppeldi til ábyrgðar þar sem réttur einstaklinga til að vera þeir sjálfir er í hávegum hafður
- Bekkjarsáttmáli er gerður í öllum bekkjum skólans
- Eineltiskönnun er lögð fyrir tvisvar sinnum á ári
- Niðurstöður Skólapúlsins eru skoðaðar reglulega og gerð áætlun varðandi það sem betur má fara
- Tengslakannanir eru lagðar fyrir alla nemendur að minnsta kosti einu sinni á ári, oftari í ákveðnum nemendahópum ef þörf er á
- Virk gæsla og eftirfylgni í frímínútum, íþróttamannvirkjum, göngum og ferðum á vegum skólans
- 8. nóvember, höldum við upp á *dag gegn eineltis* sem vekur athygli og eykur meðvitund um afleiðingar eineltis
- Fræðsla frá kennurum og virkt fræðslu/forvarnarstarf með nemendafélagi skólans unnið í samstarfi við skólastjórnendur og eineltisteymi.

Foreldrar gegna veigamiklu hlutverki í forvarnarstarfi gegn einelti. Þeir geta:

- Kennt börnum sínum að bera virðingu fyrir öðrum og hvatt þau til að eiga heilbrigð samskipti við skólafélaga sína,
- Hvatt börn sín til að láta kennara sinn eða námsráðgjafa vita ef þeim eða öðrum líður illa
- Haft samband við umsjónarkennara, námsráðgjafa eða skólastjóra ef þeir hafa grun um einelti í skólanum
- Treyst stjórnendum, kennurum og námsráðgjafa skólans til að vinna faglega og sýnir starfsfólki biðlund á meðan málið er í vinnslu

Starfsfólk

- Starfsmenn skólans eru ávallt tilbúin til að hlusta á nemendur
- Allt starfsfólk skólans er bundið trúnaði svo þeir sem tilkynna eða opna sig um vanlíðan geta notið nafnleyndar. Allar ábendingar eru teknar alvarlega og þeim beint til eineltisteymis ef viðkomandi óskar þess
- Lögð er áhersla á samkennd nemenda. Við hvetjum því nemendur til að láta vita ef þeir vita af öðrum sem líður illa.
- Við skólabyrjun skal eineltisáætlunin kynnt nýjum starfsmönnum, nemendum og foreldrum.



- Allir starfsmenn eru hvattir til að vera vakandi fyrir því að einelti og ofbeldi geti komið upp í skólanum og vera tilbúnir til að bregðast strax við ef þeir verða vitni að slíku.

(Haust 2022, LK)

Heimildir

Augustyn, M. og Vanderbilt, D. (2010). The effects of bullying. *Paediatrics and child health*, 20(7), 315-320. doi:10.1016/j.paed.2010.03.008

Cowie, H. (2013). Cyberbullying and its impact on young people's emotional health and well-being. *The psychiatrist*, 37, 167-170. doi: 10.1192/pb.bp.112.040840

Craig, M. W. (1998). The relationship among bullying, victimization, depression, anxiety, and aggression in elementary school children. *Personality and individual differences*, 24(1), 123-130. doi:10.1016/S0191-8869(97)00145-1

Guðjón Ólafsson. (2003). Gerendur komast frekar í kast við lögin. Í Svava Jónsdóttir (ritstjóri), *Hið þögla stríð. Einelti á Íslandi* (bls.85-86). Reykjavík: Salka.

Hugo Þórisson. (2003). Það er svo sárt að hata. Í Svava Jónsdóttir (ritstjóri), *Hið þögla stríð. Einelti á Íslandi* (bls.41-47). Reykjavík: Salka

Olweus, D. (2003). Einelti meðal barna og unglunga – ráðleggingar til foreldra. Matthías Kristiansen þýddi. Reykjavík: Olweusaráætlun gegn einelti.

Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *Canadian journal of psychiatry*, 48(9), 583-590. Sótt af; <https://ww1.cpaapc.org/Publications/Archives/CJP/2003/october/rigby.pdf>

Rigby, K. (2007). *Bullying in schools: and what to do about it*. Camberwell: Acer press.

Rigby, K. (2013). Bullying in schools and its relation to parenting and family life. *Family matters*, 92, 61-67. Sótt af; <https://aifs.gov.au/sites/default/files/fm92f.pdf>

Þorlákur H. Helgason. (2009). *Einelti. Góð ráð til foreldra*. Reykjavík: Heimili og Skóli.

Æskulýðsvettvangurinn (2022).