

*Eskifjarðarskóli
aðgerðaráætlun
gegn einelti*

Einelti er ekki liðið undir neinum kringumstæðum og er litið á það sem alvarlegt brot á skólareglum. Starfsfólk skólans vinnur gegn einelti með öllum tiltækum ráðum en til þess að árangur náist er nauðsynlegt að góð samvinna sé á milli allra sem hlut eiga að máli. Starfsfólk, foreldrar og nemendur þurfa að standa þétt saman um að uppræta einelti og mikilvægt að allir þeir sem verða varir við slíkt tilkynni það til skólans svo hægt sé að vinna markvisst í því að stöðva það.

Öll eineltismál, grun eða staðfestingu skal skrá á sérstakt eyðublað.

Eskifjarðarskóli skal vera öruggur vinnustaður, bæði fyrir nemendur og starfsfólk þar sem starfið mótast af virðingu og umhyggju. Til að uppfylla ofangreind markmið skal áætlun skólans í eineltismálum vera aðgengileg öllum og kynnt á viðeigandi hátt.

Eineltisteymi Eskifjarðarskóla 2021 – 2022

Aníta Ösp Ómarsdóttir, umsjónarkennari

Marta Magdalena Baginska, umsjónarkennari

Arndís Bára Pétursdóttir, umsjónarkennari

Jóhanna Rut Stefánsdóttir, þroskaþjálfari

Kamilla Borg Hjálmarsdóttir, þroskaþjálfari

Skilgreining - einelti

Einelti er endurtekið og oft langvarandi áreiti eða ofbeldi. Einelti getur verið líkamlegt eða andlegt, stýrt af einum eða fleirum og beinist að einstaklingi sem ekki getur varið sig á árangursríkan hátt og upplifir vanlíðan og vanmátt í kjölfar áreitis. Líkamlegt einelti getur komið fram í barsmíðum, spörkum, hrindingum eða meiðingum af öðru tagi. Í andlegu einelti felst m.a. stríðni, útilokun, hótanir eða höfnun og baktal. Neteinelti getur tekið á sig ýmsar myndir, útilokun, niðurlæging og fl. sem oft er erfitt að koma auga á.

<https://saft.is/> heimasíða samtaka foreldra um ábyrga tölvunotkun

Flókin samskipti í eineltismálum

Einelti getur tekið á sig ýmsar myndir og til að uppræta það er nauðsynlegt að hafa skilning á flóknum samskiptum milli einstaklinga og ólíkum hlutverkum sem hver og einn gegnir. Til að einelti geti átt sér stað þarf gerandi, helst aðstoðarmann og/eða meðhjálpara.

- **Gerandi:** Beitir líkamlegu og/eða andlegu ofbeldi gagnvart öðrum og oft og ítrekað gagnvart sama aðilanum. Getur falist í skemmdum eða þjófnaði á eignum viðkomandi (skólataska, föt, nesti, námsgögn og svo framvegis), uppnefnum, líkamsmeiðingum af einhverju tagi, félagslegri útilokun og fleiru.
- **Aðstoðarmaður:** Aðstoðar geranda í eineltinu og tekur beinan þátt í því, fylgir honum í einu og öllu. Leiðist út í ákveðna hegðun, ef til vill fyrir forvitni sakir eða vegna múgæsingar. Getur líka tekið þátt vegna ótta við geranda og/eða ósk um meiri vinsældir og styrk innan bekkjar. Aðstoðarmaður er oft á móti því sem er í gangi en tekur engu að síður þátt.
- **Meðhjálpari:** Fylgist með úr fjarlægð, tekur ekki beinan þátt í athöfnum geranda og aðstoðarmanns en hvetur til athafna með látbragði, hlátri, aðdáun, líkamstjáningu og orðum. Telur sig ekki bera ábyrgð á því sem er í gangi.
- **Áhorfandi:** Fylgist með, kannar hvað er að gerast en vill sem minnst af því vita. Skiptir sér ekki af. Kemur þólanda ekki til hjálpar.
- **Varnarmaður:** Er sá sem kemur þólanda til hjálpar, ver hann og mótmælir eineltinu. Getur þannig lagt sjálfan sig í hættu gagnvart hópnum sem tekur þátt

í eineltinu. Oft er enginn varnarmaður en ef hann er til staðar er það mikil aðstoð fyrir þolanda.

- **Polandi:** Er sá sem stríðni og einelti beinist að. Líður oftast illa og kvíðir því að fara skólann.

Forvarnir – fyrirbyggjandi aðgerðir og viðbrögð

Fræða skal alla nemendur, foreldra og starfsfólk um stefnu skólans í eineltismálum. Einelti og ofbeldi líðst ekki og tekið verður án tafar á málum sem upp kunna að koma.

- **Nemendur samskipti:** Markvisst unnið að því að kenna nemendum jákvæð samskipti og þeir þjálfaðir í að setja sig í spor annarra. Áhersla lögð á þetta frá upphafi skólagöngu til loka hennar. Nemendum kennt að þegar upp kemur ágreiningur þeirra á milli sé rétt að ræða málin og reyna að komast að málamiðlun og fá aðstoð til þess hjá öðrum ef á þarf að halda. Nemendum kennt að taka vel á móti nýjum nemendum.
- **Fræðsla og umræða um einelti:** Nemendur fá fræðslu og aðstoð við að svara spurningunni „Hvað er einelti“? Nemendur hvattir til að láta vita ef þeir eða aðrir verða fyrir einelti eða ofbeldi. Dregið verði úr neikvæðum áhrifum þess að segja frá, þ.e. þeirri tilfinningu að verið sé að klaga. Reynt að höfða til samkenndar og ábyrgðartilfinningar. Nemendur hvattir til að taka afstöðu gegn einelti og ofbeldi í verki með því að bregðast við til hjálpar og láta vita. Jafnframt sé nemendum gerð grein fyrir því að með því að horfa á og aðhafast ekkert, eru þeir að taka þátt í eineltinu.
- **Aðgerðir sem snúa að nemendum:** Hafa skólareglur fáar og skýrar. Að skólareglur séu áberandi í öllum skólastofum. Skólareglur innihaldi ákvæði um góð samskipti og að einelti og ofbeldi leyfist ekki.

Foreldrar og fræðsla um einelti

Allir foreldrar/forsjáraðilar fá upplýsingar um stefnu skólans í eineltimálum og eru þeir hvattir til að leggja skólanum lið. Aðgerðaráætlun gegn einelti í Eskifjarðarskóla er aðgengileg á heimasíðu skólans.

- Foreldrar upplýstir á heimasíðu skólans um hvaða starfsmenn skólans sitji í eineltisnefnd viðkomandi skólaár.
- Stefnan kynnt á haustfundum og foreldrum gerð grein fyrir mikilvægi þeirra í fyrirbyggjandi aðgerðum og við lausn á eineltismálum.
- Foreldrum bent á að jákvæð umræða um stefnu skólans í eineltismálum sé mikilvæg þar sem þeirra skoðanir og viðhorf móti skoðanir og viðhorf barna þeirra.
- Foreldrar beðnir um að ræða við börn sín um einelti og afleiðingar þess.

Starfsfólk fræðsla og umræða um einelti

Skólastjórnendur sjái um að starfsfólk fái fræðslu um einelti og að fram fari umræða og kynning um stefnu skólans í eineltismálum. Við skólann skal vera starfandi eineltisteymi og það skal kynnt á starfsmannafundi í upphafi skólaárs fyrir starfsfólki. Í því sitja námsráðgjafi, kennari, aðstoðarskólastjóri og skólastjóri.

Í upphafi hvers skólaárs fundi eineltisteymið til þess að fara yfir áætlun í eineltismálum og meta árangur síðasta skólaárs með tilliti til hugsanlegra breytinga. Í breytingum getur til að mynda falist endurskoðun á áætlun, aðferðum og áherslum.

Mikilvægt er að umsjónarkennarar hafi bekkjarfund a.m.k. einu sinni í mánuði og oftár ef þörf krefur. Á unglingastigi má nota umsjónartíma. Mál bekkjarins eru rædd, farið yfir skóla- og bekkjarreglur, börnum hrósað og gefnar leiðbeiningar um lausn mála sem upp koma.

Á kynningarfundum að hausti kynna umsjónarkennarar eineltisáætlun skólans fyrir foreldrum og benda þeim á hvar hún er aðgengileg. Þá verði farið yfir forvarnir og hlutverk umsjónakennara í því ferli.

Hvaðan koma upplýsingarnar

Vitneskja um einelti getur komið víða að og er mikilvægt að allir starfsmenn skólans hafi það í huga og tilkynni til umsjónakennara ef grunur vaknar um samskiptavanda.

Frímínútur og önnur gæsla

Skólastjórnendur bera þá ábyrgð að góð gæsla sé í frímínútum, á göngum, á skólalóð og í búningsklefum og sturtum í íþróttahúsi. Sérstaka áherslu skal leggja á gæslu í búningsklefum. Mikilvægt er að skipulögð gæsla sé á skólavellinum.

Umsjónarkennarar leggja fyrir tengslakannanir í samráði við náms- og starfsráðgjafa a.m.k. einu sinni á önn og oftast ef þörf er á vegna mála sem upp koma innan bekkjarins. Kennarar geta aðeins sagt foreldrum frá niðurstöðum kannana fyrir bekkinn í heild. Þeir geta sagt einstaka foreldri frá niðurstöðum í kringum þeirra barn án þess að nefna önnur nöfn. Umsjónarkennarar láti foreldra vita að tengslakönnun fari fram.

Hvernig er unnið úr upplýsingum

Vakni grunur um að einelti eigi sér stað í einhverri mynd skal láta umsjónarkennara vita. Hann safnar upplýsingum til að fá grun þennan staðfestan eða hrakinn.

Umsjónarkennari getur fengið aðstoð eineltis- og lausnateymis við að meta ástandið og skoða niðurstöður tengslakönnunar ef er til. Hann getur leitað upplýsinga um viðkomandi börn og talað við aðra kennara og starfsfólk skólans. Hann getur beðið um að fylgst sé með ákveðnum einstaklingum, gert nýja tengslakönnun, gert vettvangsathugun (fylgst með viðkomandi börnum í aðstæðum), boðað foreldra í viðtal, rætt um líðan viðkomandi barna í skólanum og talað við börnin sjálf. Grunur um einelti er þá annað hvort hrakinn og máli lýkur eða þá að grunur er staðfestur og þá er máli haldið áfram.

Staðfestur grunur – Umsjónarkennari skal:

- 1) Hafa umsvifalaust samband við foreldra þeirra barna sem um ræðir, þ.e. foreldra bæði þolenda og gerenda. Nauðsynlegt að umsjónarkennari komi því til skila að í slíkum málum sé það oft samstarf milli foreldra og skóla sem geri gæfumuninn og að öllum líkindum verði kallað til þeirra eftir aðstoð.
- 2) Hafa samband við þá kennara og starfsmenn sem geta komið til aðstoðar við að fylgjast með viðkomandi börnum og grípa inn í ef óæskileg samskipti eiga sér stað. Tala við skólaliða, baðverði og aðra starfsmenn skólans.

- 3) Gera nauðsynlegar og viðeigandi ráðstafanir til að tryggja öryggi þolanda, bæði í skóla og á leið í og úr skóla. Umsjónarkennari getur leitað eftir upplýsingum og ráðgjöf hjá eineltisteymi.
- 4) Umsjónarkennari fylgir máli eftir svo lengi sem nauðsyn krefur.
- 5) Þegar sýnilegt þykir að mál hafi verið leyst farsælega skal Umsjónarkennari ljúka máli formlega með því að hafa samband við foreldra þeirra barna sem um ræðir.
- 6) Við endurtekið einelti:
 - Viðtöl eineltisteymis við foreldra og skólayfirvöld og gerðar tillögur um áframhald.
 - Máli vísað til Nemendaverndarráðs.
 - Tilkynna um málið til lögreglu / barnaverndaryfirvalda
 - Flytja gerendur í annan bekk/ skólahverfi.

Hvað geta foreldrar og nemendur gert?

Foreldrar þolanda hjálpa barninu með því að:

- Styrkja sjálfsmynd barnsins og benda á og ýta undir jákvæða eiginleika þess.
- Hjálpa barninu að komast í samband við önnur börn á sama aldri t.d. í gegnum íþróttir eða aðrar tómsundur.
- Styðja tilraunir barnsins við að skapa sér sambönd utan fjölskyldunnar.
- Varast að ofvernda barnið, en fylgjast vel með hvað er að gerast.
- Vera meðvitaðir um að einelti og stríðni getur leitt til þess að viðkomandi barn fer að verja sjálft sig á þann hátt að það liggur enn betur við höggi en áður. Þegar um slíka hegðun er að ræða, þurfa foreldrar að hjálpa barninu að finna jákvæðar leiðir til samskipta.
- Vinna með skólanum að lausn málsins með jákvæðu hugarfari, benda á það sem betur mætti fara og það sem vel er unnið.

Foreldrar geranda hjálpa barninu með því að:

- Styrkja sjálfsmynd barnsins og benda á og ýta undir jákvæða eiginleika þess.
- Gera barninu grein fyrir að þeir líti alvarlegum augum á eineltið og sætti sig ekki við slíka hegðun.
- Eyða góðum tíma með barninu og fylgjast vel með hverjum barnið er mest með og hvað það gerir.

- Ræða hreinskilnislega við barnið um málið, láta það ítrekað vita af því að það sé hegðun viðkomandi barns sem ekki er ásættanleg en ekki barnið sjálft. Láta væntumþykju sína í ljós bæði með orðum og látbragði.
- Muna að ef ætlast er til að barn hætti ákveðinni hegðun, þarf að kenna því nýja hegðun í staðinn.
- Velta því fyrir sér að ótal rannsóknir benda til þess að ofbeldi í kvikmyndum og tölvuspilum hafi áhrif á árásarhneigð barna. Endurskoða reglur heimilisins með tilliti til þess. Hafa reglurnar fáar en skýrar.
- Vinna með skólanum að lausn málsins með jákvæðu hugarfari, benda á það sem betur má fara og hvað er vel unnið. Beina kvörtunum og aðfinnslum beint til skóla.
- Leita aðstoðar fagfólks innan skóla eða utan ef hegðun barnsins breytist ekki. Allir foreldrar geta hjálpað með því að ræða við sín börn um samskipti, kurteisi, samskiptavenjur, virðingu og hæfileikann til að setja sig í spor annarra.

Nemendur geta tekið afstöðu gegn einelti með því að:

- Gagnrýna hegðun geranda
- Hleypa þolendum inn í félagahópinn
- Neita að taka þátt í einelti
- Sýna vanþóknun sína á hvers kyns einelti án orða, með fasi, svipbrigðum og athöfnum
- Kalla á hjálp frá fullorðnum
- Biðja geranda að láta þolanda í friði
- Hjálpa þolanda að forða sér úr aðstæðunum
- Hvetja aðra nemendur til að taka afstöðu gegn hegðun gerandans

Mikilvægt er að allir gæti sín á því sem sagt er heima um skólann, einstaka starfsmenn, aðra nemendur og skólustjórn. Gott er að hafa í huga að „Aðgát skal höfð í nærveru sálar”.

Aðgerðaráætlun gegn einelti í Eskifjarðarskóla

