



# Aðgerðaráætlun gegn einelti og ofbeldi

Einelti er ekki undir neinum kringumstæðum liðið í Ingunnarskóla.

Ávallt skal gæta trúnaðar í meðferð eineltismála.

Forvarnir og umræða um einelti byrja strax við upphaf skólagöngu.

## Stefnuyfirlýsing

Skólayfirvöld, starfsfólk og foreldraráð Ingunnarskóla lýsa því yfir að hvorki einelti né annað ofbeldi er liðið í skólanum. Leitað verður allra ráða til að fyrirbyggja einelti og ofbeldi og til að leysa þau mál sem upp koma á farsælan hátt. Ingunnarskóli á að vera öruggur vinnustaður þar sem starfið mótast af virðingu og umhyggju.

Mikilvægi þess skal undirstrikað með því að:

- Stuðla að góðri og traustri samvinnu heimila og skóla.
- Gangast fyrir fræðslufundum um einelti fyrir foreldra og nemendur.
- Gæsla og eftirlit í frímínútum sé virkt, eins í matarhléum, í íþróttahúsi og í ferðalögum á vegum skólans.
- Umsjónarkennarar ræði og vinni reglulega í umsjónarbekk með líðan, samskipti og hegðun nemenda (lífsleikni).
- Umsjónarkennari, í samvinnu við nemendur, setji skriflegar reglur í bekknum sem hafna ofbeldi og einelti. Líta beri á reglurnar sem samning milli nemenda.
- Umsjónarkennari hafi samráð um það við forráðamenn nemenda að settar séu reglur um þátttöku nemenda í afmælisboðum og öðrum samkomum er tengjast bekknum.
- Markvisst sé unnið að því að nemendur vinni sem hópur að sameiginlegum verkefnum og sýni hver öðrum tillitsemi, traust og umburðarlyndi.
- Hvetja til félagslegrar samstöðu innan bekkja og árganga s.s. á föstudagssamveru þar sem þátttaka allra nemenda og samvinna sé tryggð.
- Efla og styrkja með skipulögðum hætti “vinabekkjásamskipti” innan skólans.
- Blanda árgöngum og aldurshópum í þemaverkefnum innan skólans.
- Nemendur skólans skipti með sér umsjón í frímínútum og leitist við að vera fyrirmyndir um vingjarnleg og tillitsöm samskipti.
- Skipuleggja með sérstökum stýrihópi innan skólans fyrirbyggjandi aðgerðir.

## Skilgreining Ingunnarskóla á einelti og ofbeldi:

- Einelti er ofbeldi sem stendur oft yfir í langan tíma og lýsir sér m.a. í líkamlegu og andlegu ofbeldi, útilokun og útskúfun, særandi umtali, og sífelldu áreiti sem skapar vanlíðan.
- Einelti, líkamlegt eða andlegt, sem stýrt er af einstaklingi eða hópi og beinist að ákveðnum einstaklingi.
- Einelti er mjög neikvætt og meiðandi fyrirbæri. Sá sem verður fyrir einelti fyllist ótta og uppgjöf og er ekki fær um að verja sig eða rísa undir álaginu.
- Stríðni, átök og einstaka ágreiningur milli nemenda þarf ekki endilega að teljast til eineltis, en hafa verður vakandi auga með því að slíkt leiði ekki af sér frumstig eineltis.

**Einelti er:**

- a. Áreiti sem gerist nokkuð oft, nokkrum sinnum í viku eða oftár og yfir nokkurn tíma.
- b. Þegar það er misvægi á valdi, sá kraftmeiri ræðst á þann kraftminni.
- c. Gerendur geta verið einn eða fleiri.

**Einelti tekur á sig margvíslegar myndir**

- a. Líkamlegt t.d. lemja, hrinda, sparka, stela, skemma eigur annarra.
- b. Andlegt, t.d. hóta, uppnefna, stríða, niðrandi athugasemdir og bréf, útiloka úr hópnum, breiða út sögur, ljúga upp á.

Það er ekki formið sem skiptir mestu máli heldur hvaða áhrif áreitið hefur á þolandann.

Mikilvægt er að hafa í huga að gerendur eru ekki alltaf meðvitaðir um hversu sársaukafullt eineltið er fyrir þolandur.

Allir geta átt á hættu að lenda í eineltisaðstæðum, annað hvort sem þolandur, gerendur eða meðhlauparar.

Ofbeldi er vísitandi meiðandi hegðun þar sem einstaklingur eða hópur beitir valdi til að meiða eða niðurlægja aðra. Einstakt ofbeldisatvik getur verið merki um að sá sem fyrir ofbeldinu verður hafi verið lagður í einelti.

**Að þekkja einelti**

Sá einstaklingur sem verður fyrir einelti eða ofbeldi segir oft ekki frá því heldur skammast sín og kennir sjálfum sér jafnvel um. Þess vegna er mjög áriðandi að allir þekki einkenni eineltis.

**Hugsanlega er um einelti að ræða ef nemandinn:**

- Er hræddur við að ganga einn í skólann eða heim.
- Vill ekki fara í skólann.
- Kvartar undan vanlíðan á morgnana.
- Hættir að sinna náminu, einkunnir lækka.
- Fer að koma heim með rifin föt og skemmdar námsbækur.
- Byrjar að stama, missir sjálfstraustið.
- Leikur sér ekki við önnur börn.
- Neitar að segja frá því hvað amar að.
- Kemur heim með marbletti eða skrámur sem hann getur ekki útskýrt.
- Verður árásgjarn og erfiður viðureignar.
- Kemur heim í öllum hléum í skólanum.
- Vill ekki taka þátt í félagsstörfum í skólanum.

Verði foreldrar/forráðamenn eða starfsmenn varir við einhver þessara einkenna eða önnur sem benda til að barninu líði illa er mikilvægt að kanna málið, hafa samband við kennara/foreldra og e.t.v. foreldra/forráðamenn bekkjarfélaga barnsins.

**Könnunarstig**

Þegar vitneskja eða grunsemdir berast til skólans um einelti frá nemanda, foreldrum/forráðamönnum eða starfsmönnum skólans, er málinu vísað til umsjónarkennara.

- a. Umsjónarkennari kynnir sér efnisatriði og greinir málsatvik skv. skilgreiningu skólans á einelti.

- b. Á könnunarstigi leitar umsjónarkennari eftir upplýsingum frá starfsfólki skólans, kennurum og sérgreinakennurum.
- c. Hann tekur síðan ákvörðun um næstu skref og getur við það ráðfært sig við námsráðgjafa, skólasálfræðing, skólahjúkrunarfræðing og aðra þá sem hann telur að geti orðið að liði í málinu

#### **Vinnuferli í eineltismálum.**

1. Hver sá í skólanum er fær vitneskju um einelti skal gera umsjónarkennara þolanda grein fyrir málinu.
2. Umsjónarkennari greinir málið samkvæmt skilgreiningu skólans á einelti með því að leita eftir upplýsingum frá þolanda, forráðamönnum hans, hugsanlegum gerendum og starfsfólki skólans. Einnig getur umsjónarkennari lagt fyrir tengslakönnun. Hann getur ráðfært sig við námsráðgjafa eða sálfræðing á öllum stigum málsins.
3. Meti umsjónarkennari að um einelti sé að ræða gerir hann foreldrum/forráðamönnum aðila málsins grein fyrir stöðunni. Farið er yfir:
  - a. Hver tilboð skólans eru til að aðstoða þolanda og gerendur.
  - b. Hvað foreldrar/forráðamenn geta gert til aðstoðar barni sínu og skólanum og hver ábyrgð þeirra er í meðferð eineltismála.
  - c. Að foreldrar/forráðamenn geta sjálfir haft samband við námsráðgjafa eða sálfræðing.
  - d. Mikilvægi samstarfs foreldra/forráðamanna og umsjónarkennara um eftirfylgd málsins.Umsjónarkennari skráir allt ferlið og foreldrar/forráðamenn eru einnig hvattir til að skrá hjá sér málsatvik.
4. Umsjónarkennari geri skólastjórnendum og þeim kennurum og starfsfólki sem hafa með málið að gera, grein fyrir stöðu mála.
5. Beri ofangreindar aðgerðir ekki árangur að mati umsjónarkennara vísar hann málinu til nemendaverndarráðs.

#### **Vinnureglur nemendaverndarráðs í eineltismálum:**

1. Nemendaverndarráð ræðir tilvísun eineltismála. Málið er skoðað og fer það eftir eðli þess til hvaða aðgerða verður gripið. Ákveðnir fulltrúar í nemendaverndarráði taka að sér umsjón áframhaldandi úrvinnslu og ákveða leiðir að settu marki.
2. Nemendaverndarráð fylgist með framgangi málsins. Gangi ekki að uppræta eineltið innan skólans skal leitað sérfræðiaðstoðar utan skóla í samráði við þá sem málinu tengjast.

#### **Hvernig tekið er á einelti**

Eineltismál eru mjög ólík innbyrðis og það sama má segja um ofbeldi sem upp getur komið í skólum. Þess vegna er ekki hægt að setja fram reglur um eitt ákveðið vinnuferli sem alltaf eigi að fara eftir. Þeir sem taka á málum verða að veða og meta hverju sinni hvaða leið sé líklegust til árangurs.

### **Nokkrar meginreglur eiga þó alltaf við:**

Tryggja þarf öryggi þolanda og afla góðra upplýsinga um málið eins fljótt og hægt er. Ekki á að spyrja þolanda í viðurvist annarra barna og varast skal að gefa gerendum kost á að hópa sig saman í varnarstöðu.

Þolandi og foreldrar/forráðamenn hans eiga að fá stuðning. Þolandinn á að fá að vita að eineltið sé ekki honum að kenna.

Árangursríkast er að tala við gerendur einn og einn í einu.

Þegar talað er við gerendur á að gera þeim ljóst að þeir verði að hætta eineltinu. Sá sem ræðir við gerendur á að sýna þeim kurteisi, varast skammir en ganga út frá því að þeir bæti ráð sitt. Leggja skal áherslu á að ná góðu samstarfi við foreldra/forráðamenn. Gera skal ráð fyrir að foreldrar/forráðamenn vilji ekki að barn þeirra leggi aðra í einelti. Foreldrar/forráðamenn eiga oft erfitt með að trúá því að barn þeirra hagi sér þannig.

Þegar nemandi leitar hjálpar vegna eineltis eða ofbeldis verður að koma í veg fyrir að hann verði fyrir hefndaraðgerðum.

Fylgjast þarf með málsaðilum eftir að unnið hefur verið að lausn eineltismála til þess að sama sagan endurtaki sig ekki.

Ef einelti er illviðráðanlegt getur þurft að láta geranda skipta um umhverfi. Hafi einelti staðið lengi getur verið réttlætanlegt að þolandi skipti um umhverfi til þess að auðvelda honum að skipta um hlutverk. Ef ekkert annað dugar er einelti kært til barnaverndaryfirvalda og lögreglu. Skólastjórnendur taka ákvörðun um slíkt ef eineltið er á alvarlegu stigi.

### **Hvernig tekið er á ofbeldi**

Ofbeldismál þar sem börn verða fyrir líkamlegum áverkum eða öðru ólöglegu athæfi í skólanum skulu alltaf tilkynnt viðkomandi foreldrum/forráðamönnum. Jafnframt áskilur skólinn sér allan rétt til að grípa til viðeigandi aðgerða gagnvart gerendum í slíkum málum. Skólinn mun einnig tilkynna þau mál er geta varðað hegningarlög til viðkomandi yfirvalda lögreglu og barnaverndarmála.

### **Ágreiningur um meðferð eineltis og ofbeldismála**

Komi upp ágreiningur um meðferð mála sem ekki tekst að leysa getur hvor aðili um sig vísað málinu til fræðslufyrvalda.

### **Hlutverk starfsmanna skólans:**

Stefna skólans leggur þær skyldur á herðar allra starfsmanna skólans að vera vakandi fyrir vellíðan og velferð nemenda. Mikilvægt er að skólastjórn, kennarar, sérgreinakennarar, starfsmenn skóla, skólahjúkrunarfræðingur og námsráðgjafi komi vitneskju eða grunsemdum um einelti sem allra fyrst til umsjónarkennara.

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

Umsjónarkennarar leggi áherslu á góðan bekkjaranda og brýni fyrir nemendum að einelti og ofbeldi leyfist ekki í skólanum. Jafnframt sé lögð áhersla á samkennd nemenda og að þeir eigi að láta vita ef þeim eða öðrum líður illa. **Unnið skal að því að nemendur geri sér grein fyrir þeim sáru afleiðingum sem meiðandi framkoma hefur og þeir séu hvattir til að setja sig í spor annarra.**

Umsjónarkennari nemanda, sem orðið hefur fyrir einelti, ber ábyrgð á að koma upplýsingum um málið til annarra kennara og fólks sem annast gæslu.

Starfsfólk þarf að vera tilbúið að hlusta á nemendur og nemendur verða að geta treyst því að þeir geti talað við starfsfólk í trúnaði og njóti nafnleyndar. Trúnaður er í flestum tilfellum forsenda þess að nemendur láti vita ef einelti og/eða ofbeldi.

Þegar foreldrar/forráðamenn eða nemendur snúa sér til starfsfólks vegna eineltis- eða ofbeldismála er mikilvægt að starfsfólk taki ábendingum alvarlega og sé tilbúið að hlusta, aðstoða og benda á við hvaða aðila er hægt að tala.

### **Hlutverk nemenda skólans:**

Með markvissri fræðslu og handleiðslu er mikilvægt að skapa þann anda meðal nemenda að þeir geti komið á framfæri vitneskju og/eða grunsemdum um einelti til umsjónarkennara, kennara, skólastjórnar, skólahjúkrunarfræðings, námsráðgjafa eða annarra starfsmanna skóla. Allir nemendur skulu fræddir um eineltisstefnu skólans.

Nemendum séu markvisst kennd góð samskipti frá skólabyrjun. Lögð sé áhersla á að nemendur séu skólasystkini og eigi að koma vel fram hvert við annað og að ekki megi skilja útundan eða stríða.

Nemendum sé kennt að þegar ágreiningur kemur upp þeirra á milli sé rétt að ræða málin og reyna að komast að málamiðlun og fá aðstoð til þess hjá fullorðnum ef á þarf að halda.

Nemendur séu hvattir til að láta vita ef þeir eða aðrir verða fyrir einelti eða ofbeldi, öllum á að geta liðið vel í skólanum og njóta virðingar sem einstaklingar. Gera þarf nemendum grein fyrir því að þeir eru ekki að klaga ef þeir segja frá því að einhverjum líði illa vegna eineltis eða annars ofbeldis.

Nemendur séu hvattir til að taka afstöðu gegn einelti og ofbeldi í verki með því að bregðast við til hjálpar og láta vita. Einnig er mikilvægt að gera nemendum grein fyrir því að það að skilja útundan og hunsa er jafnmikið einelti og að hæðast að eða berja.

### **Hlutverk foreldra:**

Að vera vakandi fyrir vellíðan, námsgengi og félagslegri stöðu barna sinna. Leggja verður áherslu á að foreldrar séu reiðubúnir að setja sig inn í m.a. eineltismál með það að narkmiði að leysa þau á farsælan hátt með hagsmuni allra nemenda að leiðarljósi.

Allir foreldrar/forráðamenn fái upplýsingar um stefnu skólans í eineltis- og ofbeldismálum og séu hvattir til að leggja skólanum lið.

Foreldrar/forráðamenn láti börn sín vita að þeir styðji stefnu skólans og vilji hvorki að þau séu lögð í einelti, leggi aðra í einelti né séu áhorfendur að einelti eða ofbeldi.

Foreldrar/forráðamenn geta best stutt stefnu skólans með því að kenna börnum sínum að bera virðingu fyrir öðru fólki og hvetja þau til góðra samskipta við skólafélaga sína.

Foreldrar/forráðamenn hvetji börn sín til að láta vita ef þeim eða öðrum líður illa og séu tilbúnir til að hlusta á þau og veita þeim stuðning.

Foreldrar/forráðamenn hafi samband við umsjónarkennara, ef þeir fá grun um einelti eða ofbeldi í skólanum.

## **Kannanir og upplýsingar**

Umsjónarkennari kanni líðan nemenda í október og febrúar ár hvert með könnunum, sem eineltisteymi lætur hann fá og hæfir aldri viðkomandi bekkjar. Hann getur leitað aðstoðar teymisins við að leggja könnunina fyrir. Eineltisteymið sér um að láta vinna niðurstöður.

Æskilegt er að umsjónarkennari sé með símat í bekknum t.d. í tengslum við foreldraviðtöl.

Aflað sé upplýsinga um nýja nemendur frá foreldrum og fyrri skóla svo hægt sé að vinna að því að skólaskipti gangi vel.

Foreldrar/forráðamenn barna sem verða fyrir einelti eða öðru ofbeldi í skólanum fá upplýsingar um það eins fljótt og verða má ásamt upplýsingum um hvernig skólinn ætli að tryggja sem best öryggi barnsins.

Foreldrar/forráðamenn gerenda fá einnig upplýsingar um gerðir barns síns og taki virkan þátt í því með skólanum að setja barninu mörk og eigi kost á aðstoð og leiðbeiningum við hegðunarmótandi aðgerðir fyrir einstaklinginn.

## **Skráning**

Kennarar haldi eigin skrá um eineltis- og ofbeldismál sem upp koma hjá þeim, hvernig mál þróast og hvernig unnið er úr þeim.

Skólastjórnendur fylgi eftir að upplýsingar um eineltis- og ofbeldismál sem upp koma séu skráð í gagnagrunn skólans. Þar komi fram lýsing á því hvernig tekið var á málinu, hvernig það leystist og hverjir eiga að fylgja málinu eftir.

**Einelti er ekki ásættanlegt. Það er böll sem skerðir rétt þess sem fyrir verður til þess að njóta lífsins. Einelti í æsku getur verið afdrifaríkt og getur komið í veg fyrir að þeir sem fyrir verða nái að þroska með sér eðlilega sjálfsmynd, sjálfstraust og lífssýn.**