



Giljaskóli  
v/Kiðagil  
603 Akureyri

S: 462 4820  
F: 461 3640

giljaskoli@akureyri.is  
www.giljaskoli.is

# Áætlun Giljaskóla gegn einelti

Endurskoðuð í okt. 2009

## Efnisyfirlit

1. Stefnuyfirlýsing Giljaskóla	2
2. Hvað er einelti?	2
Einelti getur verið:	2
3. Aðgerðateymi	2
4. Forvarnir til að koma í veg fyrir einelti	2
Áherslur skólans og almennar fyrirbyggjandi aðgerðir:	2
Ábendingar til umsjónarkennara	3
5. Ferli eineltismála	4
Könnunarferli	4
Aðgerðaferli	4
Mikilvægt er að:	5
Aðgerðaáætlun getur m.a. falið í sér:	5
6. Foreldrar – er barn ykkar lagt í einelti?	5
7. Foreldrar - er barn ykkar gerandi?	6
8. Foreldrar - fylgist með samskiptum barna	6
9. Heimasíður og efni um eineltismál:	7

## 1. Stefnuyfirlýsing Giljaskóla

Starfsfólk Giljaskóla lýsir því yfir að hvorki einelti né annað ofbeldi er liðið í skólanum. Leitað er allra leiða til að fyrirbyggja einelti og áhersla lögð á að leysa þau mál sem upp koma á farsælan hátt. Giljaskóli á að vera öruggur vinnustaður þar sem starfið mótast af umhyggju, ábyrgð og lífsgleði. Stefnt að því að nemendur læri að setja sig í spor annarra, sýna umburðarlyndi og bera virðingu fyrir öðrum.

## 2. Hvað er einelti?

Einelti er endurtekið ofbeldi, líkamlegt eða andlegt, þar sem einn eða fleiri níðast á öðrum, sem á erfitt með að verjast. Einelti getur birst í ýmsum myndum þótt algengast sé að flokka það í tvo flokka, andlegt og líkamlegt.

Einelti getur verið:

**Líkamlegt:** barsmíðar, spörk, hrindingar eða skemmdarverk

**Munnlegt:** uppnefni, niðrandi athugasemdir og endurtekin stríðni

**Skriflegt:** tölvuskeyti, sms–skilaboð, bloggsíðuskrif, krot og bréfasendingar

**Óbeint:** baktal, útskúfun eða útilokun úr félagahópi

**Efnislegt:** eigum barnsins stolið eða þær eyðilagðar

**Andlegt:** þegar barnið er þvingað til að gera eitthvað sem stríðir algjörlega gegn réttlætiskennd þess og sjálfsvirðingu.

Einelti er ofbeldi sem getur haft alvarlegar afleiðingar í för með sér bæði fyrir þolanda og geranda. Andlegt ofbeldi, eða áreiti, hefur oft verri afleiðingar í för með sér en líkamlegt. Einelti hefur iðulega alvarleg áhrif á nám, líðan og félagsþroska einstaklinga.

## 3. Aðgerðateymi

Aðgerðateymi hefur umsjón með og sinnir faglegri forystu í eineltismálum innan skólans og veitir kennurum, nemendum og foreldrum leiðsögn.

Í aðgerðateymi eru:

- Skólastjóri
- Aðstoðarskólastjóri
- Deildarstjóri
- Námsráðgjafi
- Skólahjúkrunarfræðingur

## 4. Forvarnir til að koma í veg fyrir einelti

Mikilvægt er að börn séu alin upp við jákvæða athygli. Í Giljaskóla er stefnt að því að nemendur læri að setja sig í spor annarra, sýna umburðarlyndi og bera virðingu fyrir öðrum. Sjálföruggt barn er síður líklegt til að vera lagt í einelti og er betur í stakk búið til að takast á við stríðni og einelti.

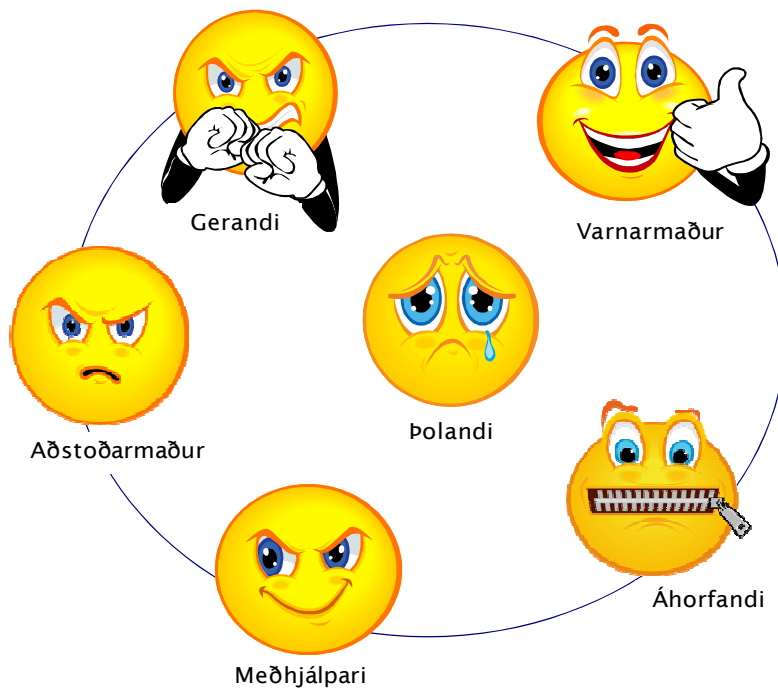
Áherslur skólans og almennar fyrirbyggjandi aðgerðir:

- Áhersla á jákvæðan, lýðræðislegan skólabrag
- Vinna með áherslur í sýn skólans og leitast við að láta þær einkenna vinnubrögð og viðmót starfsmanna
- Öflugt samstarf heimila og skóla frá byrjun skólagöngu

- Markviss innleiðing Uppbyggingarstefnu og regluleg notkun „verkfæra“ sem henni fylgja
- Reglulegir bekkjarfundir þar sem rætt er um samskipti innan hópsins og við aðra
- Fræðsla um einelti fyrir nemendur, foreldra og starfsfólk
- Heimsóknir, t.d. frá lögreglu, sálfræðingi eða öðrum sem koma að eineltismálum eða hafa jafnvel orðið fyrir einelti
- Opin umræða um einelti í bekkjardeildum, t.d. með lestri á sögum og umræðum um einelti, hegðun, samskipti og líðan
- Stuðningur við kennara og aðra starfsmenn með menntun og fræðslu
- Reglulegar kannanir þar sem spurt er um einelti
- Aðstoðarmenn úr hópi bekkjarfélaga fyrir nýja nemendur 2. – 10. bekkjar
- Gott samstarf vinabekkja þar sem eldri nemendur eru hvattir til að gæta þeirra yngri
- Skipulagðir leikir og leikjastöðvar í frímínútum
- Virk gæsla í vinnuhléum, á göngum, í matsal, á útisvæði og í íþróttahúsi
- Skipulag kennslu taki mið af þjálfun nemenda í samvinnu og samstarfi
- Áhersla á góða bekkjarstjórnun, reglusemi og öguð vinnubrögð
- Þjálfun kennara í viðtalstækni vegna eineltismála
- Skilvirkt upplýsingaflæði
- Regluleg endurskoðun eineltisáætlunar Giljaskóla.

### Ábendingar til umsjónarkennara

- Við leiðbeinum nemendum um eftirsóknarverða hegðun
- Við gerum bekkjarsáttmála með bekknum
- Við skilgreinum Mitt hlutverk – Þitt hlutverk og minnum reglulega á það
- Við minnum nemendur á hlutverk á göngum, í matsal, í íþróttahúsi, í sundlaug, á ferðalögum og á skólalóð
- Við fjöllum um þarfir einstaklinga og samstöðu um að allir geti uppfyllt þarfir sínar í skólanum
- Við höldum reglulega bekkjarfundi þar sem m.a. er leyst úr ágreiningsmálum
- Við höfum eftirlit með líðan nemenda í frímínútum með fyrirspurnum og samstarfi við þá sem sinna eftirliti
- Við hvetjum nemendur og foreldra til að gera okkur viðvart ef þeir hafa grun um að einhver sé misrétti beittur
- Við ræðum við samstarfsfólk og nemendur og biðjum ákveðna aðila um að fylgjast með nemendum sem eru í áhættuhópi eða grunur leikur á að verði fyrir áreiti/einelti
- Við fjöllum markvisst um samskipti og veitum nemendum sérstaka fræðslu um ofbeldi og einelti og afleiðingar þess
- Við gefum nemendum kost á að undirrita yfirlýsingu um vilja sinn til að leggja sitt af mörkum í baráttu gegn hvers kyns ofbeldi í skólanum
- Við biðjum nemendur um að skrifa um líðan og bekkjaranda
- Við gerum tengslakönnun í bekknum
- Við gerum skólafundina að griðastað þar sem öllum nemendum líður vel
- Við kennum nemendum um HLUTVERK sem einstaklingar velja sér í eineltismálum og hvetjum þá til að taka stöðu varnarmanns, sjá mynd.



## 5. Ferli eineltismála

Eineltismál eru ólík og því verður að miða viðbrögð við hvert einstakt tilfelli. Nauðsynlegt er að bregðast strax við og setja af stað ákveðið vinnuferli.

Vinnuferli skólans má skipta í Könnunarferli (K) og Aðgerðaferli (A).

### Könnunarferli

- Grunur um einelti tilkynnist til **umsjónarkennara**, skólastjórnenda og aðgerðateymis.
- Umsjónarkennari gerir foreldrum/forráðamönnum viðvart (ef ábending kemur ekki þaðan) og biður þá að fylgjast með líðan barns í tiltekinn tíma. Þeir ræða við barnið daglega og skrá, með skipulögðum hætti, það sem fram kemur.
- Umsjónarkennari leitar eftir frekari upplýsingum frá kennurum, starfsfólki skólans, foreldrum og nemendum.
- Umsjónarkennari heldur fund með kennurum og starfsmönnum sem annast viðkomandi nemenda. Þeir fylgjast með þolanda og geranda í ákveðinn tíma og halda skrá yfir það sem þeir verða varir við.
- Umsjónarkennari leggur fyrir tengslakönnun og/eða spurningalista um líðan í bekk.

### Aðgerðaferli

- Umsjónarkennari leggur upplýsingar sem hann hefur aflað fyrir aðgerðateymi skólans. Ef álitnið er að um einelti sé að ræða kemur til frekari framkvæmda.
- Aðgerðateymi vinnur með umsjónarkennara að upprætingu eineltisins og áætlun þar um er kynnt viðkomandi starfsmönnum innan skólans.
- Foreldrar/forráðamenn þolanda og geranda eru kallaðir til samráðs.

Foreldrum er gerð grein fyrir:

- hverjar aðgerðir skólans eru til að aðstoða þolanda og geranda og hvaða afleiðingar það hefur ef einelti heldur áfram
- hvað foreldrar geta sjálfir gert til að aðstoða barn sitt
- mikilvægi samstarfs varðandi eftirfylgni máls
- að foreldrum geranda og þolanda standi til boða stoðþjónusta skólans (námsráðgjafi, sálfræðingur).
- Áætlunin er kynnt foreldrum/forráðamönnum geranda og þolanda. Leitað er eftir góðri samvinnu þeirra við að fylgja áætlun og stöðva eineltið.
- Umsjónarkennari og/eða aðili úr aðgerðateymi ræðir einslega við geranda og þolanda.
- Áætlun er gerð um tímamörk og mat á aðgerðum.

Skil á milli þessara ferla eru ekki alltaf skýr. Þannig getur umsjónarkennari ráðfært sig við einstaklinga úr aðgerðateymi um öflun upplýsinga í könnunarferli (K). Þá getur kennari enn fremur hafist handa við aðgerðir til að uppræta mögulegt einelti á könnunarstigi.

Mikilvægt er að:

- Öll málsatvik, mat á aðstæðum og framvinda séu færð til dagbókar og ákveður aðgerðateymi hver er ábyrgur fyrir því hverju sinni
- Fyllsta trúnaðar sé gætt við meðferð eineltismála
- Tveir aðilar taki viðtal við gerendur. Það undirstrikar alvöru málsins og kemur jafnframt í veg fyrir misskilning
- Umsjónarkennari – námsráðgjafi hitti þolanda og geranda reglulega og hafi reglulegt samband við foreldra
- Byggja upp gott samstarf við forráðamenn
- Í öllum tilvikum séu gefin skýr skilaboð um að einelti verði ekki liðið og að skólinn muni með öllum ráðum tryggja að einelti sem upp kemur ljúki strax.

Aðgerðaáætlun getur m.a. falið í sér:

- Aukna gæslu sem miðar að því að stöðva einelti
- Viðtöl við foreldra viðkomandi nemenda
- Tengslakönnun í bekk
- Breytta sætisskipan í bekk
- Vinakerfi
- Umfjöllun í bekk um einelti og eineltisyfirlýsingu skólans
- Aukna áherslu á samskiptabók
- Stuðning frá öðrum starfsmönnum
- Birtingu aðgerðaáætlunar, t.d. öllum foreldrum í bekknum
- Fund með öllum foreldrum eða hluta þeirra
- Tímabundin aukin/hert viðurlög við einelti.

## 6. Foreldrar – er barn ykkar lagt í einelti?

Mögulegar vísbendingar:

- Barnið virðist einangrað eða einmana
- Einbeitingarörðugleikar, barnið hættir að sinna námi og einkunnir lækka

- Barnið neitar að fara í skólann eða hræðist að fara eitt í og úr skóla, biður um fylgd og/eða fer aðra leið
- Barnið skrópar og/eða kemur of seint
- Breytingar á skapi, tíður grátur, viðkvæmni
- Árásargirni og erfið hegðun
- Lítið sjálfstraust, hræðsla, kvíði, svefntruflanir
- Breyttar matarvenjur, lystarleysi eða ofát
- Líkamlegar kvartanir
- Áverkar, rifin föt og/eða skemmdar eigur
- Barnið týnir peningum og/eða öðrum eigum
- Barnið forðast ákveðnar aðstæður í skólanum t.d. leikfimi og sund
- Barnið neitar að segja frá hvað amar að.

Hvað getið þið gert?

- Rætt við og hlustað á barnið segja frá starfinu í skólanum og ferðum til og frá skóla
- Haft samband við umsjónarkennara, námsráðgjafa, stjórnendur skólans og/eða forráðamenn gerenda
- Brugðist við vanda barnsins með þolinmæði og umhyggju
- Látið barnið finna að það á ekki sök á eineltinu.

## 7. Foreldrar - er barn ykkar gerandi?

Mögulegar vísbendingar:

- Barnið er árásargjarnt og sýnir yfirgang
- Barnið uppnefnir, stríðir og hótar
- Barnið stjórnar vinum og útilokar einhvern úr vinahópnum
- Barnið er ógnandi í samskiptum
- Barnið talar niðrandi um aðra.

Hvað getið þið gert?

- Gefið barninu skýr skilaboð um að einelti er alvarlegt mál og slík hegðun verði ekki liðin
- Fylgst vel með barninu og lagt ykkur fram um að kynnast vinum þess og hvernig það ver frítíma sínum
- Haft samband við skólann og fengið aðstoð við að bæta og breyta hegðun barnsins.

## 8. Foreldrar - fylgist með samskiptum barna

Einelti viðgengst oft vegna þess að nemendur vilja ekki vera stimplaðir sem klöguskjóður. Ræðið við börnin ykkar um muninn á því að klaga og segja frá. Með því að segja frá er hugsanlega verið að koma öðrum til aðstoðar sem líður illa.

Foreldrar eru bestu kennarar barna sinna og grunnur að góðum samskiptum er lagður á unga aldri. Foreldrar eru hvattir til að ræða um líðan og samskipti við börnin. Mikilvægt er að hafa strax samband við umsjónarkennara til að ræða áhyggjur af líðan barnsins í skólanum eða ef grunur vaknar um að einelti sé í gangi í félagahópnum. Gott upplýsingaflæði milli heimilis og skóla er forsenda þess að vel gangi að sporna við einelti.

## 9. Heimasiður og efni um eineltismál:

### Heimasíður um einelti og samskiptamál:

Áfengis- og vímuvarnarráð <http://www.vimuvarnir.is>  
Barna- og unglingsgeðdeild Landspítala Íslands (BUGL) <http://www2.landspitali.is/bugl/>  
Barnaheill <http://www.barnaheill.is/>  
Barnalög <http://www.domsmalaraduneyti.is/raduneyti/starfssvid/barnamal/>  
Barnaverndarstofa <http://www.bvs.is/>  
Doktor.is <http://www.doktor.is/>  
Fjölskyldumiðstöðin á Heilsværndarstöðinni <http://www.barnivanda.is/>  
Foreldrahús <http://www.foreldrahus.is>  
Geðrækt <http://www.ged.is/>  
Götusmiðjan <http://www.gotusmidjan.is/>  
Heimili og skóli <http://www.heimiliogskoli.is/einelti/>  
Hitt húsið <http://www.hitthusid.is>  
Hugarafli <http://www.hugarafi.is/?c=a8news3&id=2&lid=40&pid=>  
Hugskot <http://frontpage.simnet.is/hugskot/>  
Menntamálaráðuneytið <http://www.menntamalaraduneyti.is>  
Olweus <http://www.olweus.is>  
Persona.is <http://www.persona.is/index.asp>  
Regnbogabörn <http://regnbogaborn.is>  
SAFT <http://www.saft.is>  
SÁÁ <http://www.saa.is>  
Skoðun.is/einelti <http://www.skodun.is>  
Rauði krossinn: Ef ég bara hefði vitað <http://rki.is>  
Tóbaksvarnarnefnd <http://www.reyklaus.is/>  
Tótalráðgjöf <http://www.totalradgjof.is>  
Umboðsmaður barna <http://www.barn.is>

### Námsefni og myndir um einelti:

Að vaxa úr grasi fyrir 1. til 5. bekk <http://namsgagnastofnun.is/allt-namsefni/vorunr/2788>  
Gaman saman fyrir yngstu börnin <http://namsgagnastofnun.is/allt-namsefni/vorunr/1001>  
Samvera - verum vinir fyrir yngsta stig og miðstig <http://namsgagnastofnun.is/allt-namsefni/vorunr/288>  
Að ná tökum á tilverunni fyrir mið- og unglingsstig <http://namsgagnastofnun.is/allt-namsefni/vorunr/1251>  
Saman í sátt – handbók um leiðir til að fást við einelti og samskiptavanda í skólum <http://namsgagnastofnun.is/allt-namsefni/vorunr/997> Í bókinni má m.a. finna leiðbeiningar í viðtalstækni við gerendur og þolendur eineltis auk þess sem í henni er spurningalisti sem leggja má fyrir nemendur til að kanna stöðu mála. Spurningarlistinn er aðgengilegur á [http://www.nams.is/pdf/saman\\_spurn.pdf](http://www.nams.is/pdf/saman_spurn.pdf)  
Í sátt og samlyndi. Áhersla er á samskiptafærni og reiðistjórnun. Sérstakar kennslustundir eru tileinkaðar einelti og yfirgangi. Um er að ræða kennsluleiðbeiningar með vinnublöðum til ljósritunar <http://www.nams.is/allt-namsefni/vorunr/1028>  
Einelti—helvíti á jörð. Heimildarmynd með viðtölum við fórnarlömb eineltis <http://www.nams.is/allt-namsefni/vorunr/2881>  
Katla gamla - Leikin mynd eftir sögu Iðunnar Steinsdóttur <http://www.nams.is/allt-namsefni/vorunr/3236> Myndinni fylgja nýútkomnar kennsluhugmyndir á pdf: [http://www.nams.is/katla\\_gamla/katla\\_gamla\\_klb.pdf](http://www.nams.is/katla_gamla/katla_gamla_klb.pdf)  
Ýmsir leikir, Þjóðleikhúsið — <http://fd.leikhusid.is/Forsida/Leiklistiskolum/>

### **Bækur um einelti/áreitni/stríðni:**

- Andersen, H.C.: Ljóti andarunginn
- Andrés Indriðason: Mundu mig, ég man þig
- Arnheiður Borg: Valli á enga vini
- Arnheiður Borg: Rut fer í nýjan skóla; Rut á afmæli; Rut og Gunnar; Rut og raddirnar tvær
- Auður Jónsdóttir: Heillaráð Ófeigs; (smásaga í 23. apríl), Félag Íslenskra bókaútgefenda 2004
- Birkeland, Thøger: Lassi í baráttu; Æskan, 1983
- Carpelan, Bo: Boginn; Paradís; Iðunn, 1968 og 1973
- Eðvarð Ingólfsson: Hnefaréttur; Æskan, 1981
- Egill Egilsson: Sveindómur; Iðunn, 1979
- Elfa Gísladóttir: Solla bolla; Solla bolla og Támína
- Fossum, Gunnvor: Vertu Hugrökk Lilla
- Friðrik Erlingsson: Litla lirfan ljóta (Myndband)
- Golding, William: Höfuðpaurinn; (Lord of the flies), AB, 1970
- Gribe, Maria: Elvis Karlsson; Elvis, Elvis; Hagþrent, 1978 og 1979
- Guðmundur Ólafsson: Klukkubjófurinn klóki
- Guðrún Helgadóttir: Bækurnar um Jón Odd og Jón Bjarna; Í afahúsi
- Gunnhildur Hrólfsdóttir: Þið hefðuð átt að trúa mér
- Hallfríður Ingimundardóttir: Pési og verndarenglarnir; Mál og menning, 1998
- Hartmann, Evert: Einn í stríði
- Haugen, Tormod: Náttfuglarnir; Jóakim; Iðunn, 1981 og 1985
- Helga Ágústsdóttir: Ekki kjafta frá
- Helgi Jónsson: Skotin! Saga um vináttu
- Herdís Egilsdóttir: Vatnsberarnir; AB, 1992
- Jacobson, Gun: Bróðir minn frá Afríku; Æskan, 1978
- Janson, Tove: Pípuhattur galdrakarlans; Örn og Örlygur, 1992
- Janus, Grete: Láki – skemmtilegu smábarnabækurnar 7, Bókaútgáfan Björk
- Janus, Grete: Stubbur – skemmtilegu smábarnabækurnar 4 Bókaútgáfan Björk
- Karl Helgason: Í pokahorninu; Vaka Helgafell, 1990
- Kirkegaard, Ole-Lund: Gúmmí Tarsan; JPV, 2002
- Kristín Steinsdóttir (Léttlestrarbækur): Trú, von, Kærleikur; Ugly sat á kvisti; Átti börn og misti; Eitt, tvö, þrjú; Og það varst þú
- Kristín R. Thorlacius: Sunna þýðir sól; Muninn, 1999
- Kristín Helga Gunnarsdóttir: Mói hrekkjusvín; Mál og menning 2000
- Lindgren, Astrid: Bróðir minn ljónshjarta; Mál og menning, 1991
- Ljone, Oddmundur: Villtur vegar
- Guðrún Ásmundsdóttir: Lóma; Höfundur 2000
- Marinó L. Stefánsson: Dísa í Dunhaga
- Nöslinger, Christine: Skólasögur af Frans; Sögur af Frans
- Ragnheiður Gestsdóttir: Leikur á borði; Vaka Helgafell, 2000
- Ragnar A. Þorsteinsson: Röskir strákar og ráðsnjallir
- Ragnheiður Jónsdóttir: Í Glaðheimum
- Sigríður Eypórsdóttir: Lena Sól
- Stark, Ulf: Ekki bara töffarar
- Stefán Jónsson: Fólkið frá Steinshóli; Óli frá Skuld
- Thor, Annika: Sannleikann eða áhættuna; Æskan, 1999
- Thorvall, Kerstin: Pétur og Sóley
- Valgeir Skagfjörð: Saklausir Sólardagar
- Vestly, Anne-Cath: Óli alexander á flugi
- Þorsteinn Marelsson: Milli vita
- Jón Sveinbjörn Jónsson: Pétur hittir Svart og Bjart; PP forlag, 2002