

Áætlun gegn einelti



Innihald

Áætlun gegn einelti	3
Árbæjarskóli á að vera öruggur vinnustaður þar sem nemendum á að líða vel	3
Eineltisteymi skólans:	3
Skilgreining á einelti	3
Forvarnir gegn einelti	4
Áherslur skólans gegn einelti	4
Hlutverk foreldra	5
Hlutverk nemenda	5
Ferillýsing í eineltismálum	5
Til foreldra um einelti	7
Hvernig geta foreldrar hjálpað börnum sínum að takast á við einelti?	8
Áhugavert efni	9

Áætlun gegn einelti

Árbæjarskóli á að vera öruggur vinnustaður þar sem nemendum á að líða vel

Einelti er ekki liðið í skólanum og er liðið á það sem alvarlegt brot á skólareglum. Starfsfólk skólans berst gegn því með öllum tiltækum ráðum. Til þess að árangur náist er nauðsynlegt að góð samvinna sé á milli allra sem hlut eiga að máli. Starfsfólk skólans, foreldrar og nemendur þurfa að standa þétt saman gegn einelti. Mikilvægt er að allir sem vitneskju hafa um eineltismál tilkynni það strax til skólans svo hægt sé að vinna markvisst að því að uppræta það. Í skólanum er starfandi eineltisteymi sem ber ábyrgð á að réttum ferlum sé fylgt, s.s. með skráningum, upplýsingum til foreldra og stuðningi og ráðgjöf við viðkomandi börn og aðra sem á þurfa að halda. Eineltisteymi hittist reglulega og fer yfir stöðu mála. Í eineltisteymi skólans sitja eftirtaldir aðilar: Námsráðgjafi, skólastjórnandi, fulltrúi almennra starfsmanna og einn kennari af hvoru skólastigi.

Eineltisteymi skólans:

Eftirfarandi starfsmenn skipa eineltisteymi skólans:

Kristján Sturla Bjarnason, fulltrúi almennra starfsmanna.

Kristín Hrönn Guðmundsdóttir, fulltrúi kennara í 1. – 4. bekk.

Rannveig Þorvaldsdóttir, fulltrúi kennara í 5. – 7. bekk.

Guðbjörg Ingunn Magnúsdóttir, fulltrúi kennara í 8. – 10. bekk.

Vilborg Helgadóttir, fulltrúi Klettaskóla.

Skilgreining á einelti

Einelti er endurtekið ofbeldi, líkamlegt eða andlegt, þar sem einn eða fleiri níðast á einstaklingi sem á erfitt með að verjast. Einelti felur í sér misbeitingu á valdi með þeim afleiðingum að þolandi líður illa og hann finnur til varnarleysis.

Einelti birtist í mörgum myndum, það getur verið:

Líkamlegt: Barsmíðar, spörk, hrindingar...

Munnlegt: Uppnefni, niðrandi athugasemdir, endurtekin stríðni...

Skriflegt: Neikvæð tölvu- og símasamskipti, krot, bréfasendingar...

Óbeint: Baktal, útskúfun, útilokun úr félagahópi...

Efnislegt: Eignum stolið, þær eyðilagðar...

Andlegt: Þvingun til að gera eitthvað sem stríðir gegn réttlætiskennd og sjálfsvirðingu...

Einelti fer oft fram þar sem enginn sér. Sá sem er lagður í einelti vill oft ekki segja frá því sem gerist svo hann hljóti ekki verra af. Þess vegna er mjög áríðandi að allir þekki einkenni eineltis.

Forvarnir gegn einelti

Markmið Árbæjarskóla er að halda uppi öflugum forvarnarstarfi gegn einelti í 1. – 10. bekk og því hefjast fyrstu forvarnir gegn einelti þegar við upphaf skólagöngu. Til þess að fyrirbyggja einelti þarf samstillt átak og ábyrgð nemenda, forráðamanna og starfsmanna skólans. Miðlun góðra lífsgilda, regluleg fræðsla og umræður um eineltismál og afleiðingar þeirra eru nauðsynlegar. Allir þurfa að deila ábyrgð, sýna virðingu og láta sig líðan annarra varða.

Áherslur skólans gegn einelti

- virk gæsla í frímínútum, matarhléum, íþróttahúsum og í ferðalögum á vegum skólans
- regluleg fræðsla fyrir starfsfólk skólans um einelti
- umsjónarkennarar vinna með nemendum þar sem árgangurinn setur sér samskiptareglur
- haldnir eru reglulegir hópfundir innan árganga þar sem líðan, samskipti og hegðun er rædd
- umsjónarkennarar fara reglulega yfir eineltisáætlun skólans sem og skólareglur/samskiptareglur með sínum árgangi
- umsjónarkennarar bera ábyrgð á því að árgangurinn fái fræðslu um ólíkar gerðir eineltis og afleiðingar þess
- skólinn nýti hinn árlega „Dag gegn einelti“ til þess að vekja athygli á mikilvægi góðra samskipta með það að markmiði að vinna gegn einelti

- reglulegar kannanir á líðan nemenda í skólanum
- skýr ferillýsing í eineltismálum
- námsráðgjafar huga sérstaklega að nýjum nemendum
- umsjónarkennari vekur athygli foreldra á skólareglum og aðgerðaráætlun geng einelti að hausti

Hlutverk foreldra

- að kynna sér stefnu skólans í eineltismálum
- að eiga gott samstarf um málefni barna sinna við skólann
- að fræða börn sín um jákvæð samskipti, kurteisi og gagnkvæma virðingu í samskiptum við aðra
- að tilkynna til skólans ef grunur vaknar um að nemandi sé lagður í einelti

Hlutverk nemenda

- að temja sér kurteisi, tillitssemi og virðingu í samskiptum sín á milli og við starfsfólk skólans
- að kynna sér vel skólareglur Árbæjarskóla og fara eftir þeim
- að vera vakandi fyrir líðan samnemenda sinna og láti sig varða ef þeir sjá neikvæða framkomu í garð skólafélaga sinna með því að tilkynna starfsfólki skólans um slíka hegðun

Ferillýsing í eineltismálum

Ef vitneskja um einelti berst til skólans vinnur starfsfólk hans eftir ákveðnu ferli

Grunur um einelti tilkynnist til umsjónarkennara, skólastjórnenda eða námsráðgjafa og er tilkynning skráð á þar til gert eyðublað.

Umsjónarkennara er gerð grein fyrir málinu ef tilkynning berst til annarra en hans.

Umsjónarkennari virkjar skráningarblaðið og skráir málið í Mentor. Til að kanna málið frekar, getur umsjónarkennari m.a.:

- rætt við viðkomandi nemendur og foreldra þeirra
- rætt við starfsmenn skólans sem vinna náið með börnunum s.s. kennara, námsráðgjafa og skólaliða
- lagt fyrir eineltiskönnun eða tengslakönnun

Umsjónarkennari ákveður framvindu málsins í samstarfi við skólastjórnendur, námsráðgjafa og foreldra. Tengist eineltið út fyrir árganginn vísar umsjónarkennari málinu til skólastjórnenda sem ákveða framhaldið.

Umsjónarkennari hefur samband við foreldra þolenda og gerenda í sínum bekk.

Foreldrum er gerð grein fyrir

- stöðu málsins
- hvaða leið verður farin til að uppræta eineltið
- þeirri aðstoð sem skólinn veitir viðkomandi nemanda
- hvað foreldrar geta gert til að aðstoða börn sín

Umsjónarkennari vinnur markvisst að því að uppræta eineltið í árganginum í samstarfi við skólastjórnendur, námsráðgjafa og foreldra.

Skólastjórnandi og námsráðgjafi gera nemendaverndarráði grein fyrir stöðu mála.

Umsjónarkennari skráir allt ferlið í Mentor.

Ef ekki tekst að leiða mál til lykta er málinu vísað til nemendaverndarráðs til úrlausnar.

Til foreldra um einelti

Eftirtaldar vísbendingar geta bent til þess að einelti eigi sér stað:

Skólinn

- Barnið vill ekki alltaf, stundum eða tímabundið fara í skólann.
- Barnið hræðist að fara eitt í og úr skóla.
- Barnið mætir iðulega of seint í skólann og fer að skrópa.
- Barnið forðast ákveðnar aðstæður í skólanum, t.d. leikfimi og sund.
- Barnið fær lægri einkunnir, skortir einbeitingu eða örðugleikar gera vart við sig í námi.
- Barnið leggur fyrir eða seinna af stað í skólann en venjulega.

Félagarnir

- Barnið forðast vini og önnur börn.
- Barnið lokar sig af og hættir að sinna áhugamálum sínum.

Hegðun

- Barninu líður illa en vill ekki segja hvað er að.
- Barnið rýkur upp af litlu tilefni, er pirrað eða stjórnlaust í skapi.
- Barnið biður um aukapening eða byrjar að hnupla þeim.

Heilsufar

- Líkamlegar kvartanir t.d. höfuðverkur og magaverkur.
- Svefn- og matarvenjur barnsins breytast.
- Barnið er með marbletti og skrámur sem það getur ekki skýrt.

Ef grunur leikur á að barnið verði fyrir einelti

Ræða skal opinskátt við barnið, hlusta á það, trúá því og gefa því tíma. Til dæmis má byrja að ræða almennt um veruna í skólanum, með hverjum barnið leikur sér, hvað það gerir í frímínútum o.s.frv. Reynið að hafa stjórn á tilfinningum, forðist ásakanir og reiði.

Hafið samband við umsjónarkennara sem fer af stað með viðeigandi aðgerðir innan skólans.

Ekki gefast upp, það getur tekið tíma að koma upp um og leysa eineltismál. Gott samstarf við skóla er mikilvægt. Einnig er mikilvægt að láta skólann vita strax ef aðgerðir virðast ekki bera árangur.

Hvernig geta foreldrar hjálpað börnum sínum að takast á við einelti?

Upplýsa þarf börn um þjár grundvallarreglur sem gott er að fara eftir

- vera ákveðin/n
- leita eftir stuðningi foreldra, kennara og félagar
- forða sér strax úr aðstæðum

Mikilvægt er að foreldrar hvetji börn sín til að segja frá því sem er að gerast í skólanum og tala um líðan sína. Foreldrar mega ekki ofvernda börn sín og passa þarf upp á að þau einangri sig ekki og hjálpi þeim að mynda vinatengsl. Einn vinur getur skipt sköpum.

Foreldrar kenni börnum sínum að bregðast við stríðni og æfi/ þjálfu þau heima. Þetta eru viðbrögð eins og að láta sem stríðnin hafi engin áhrif, svara ekki, vera yfirvegaður og afslappaður, nota fyndni og grín, beita sjálfsstyrkjandi aðferðum eins og að hugsa að þetta sé vandamál þeirra sem standa að eineltinu. Efla þarf sjálfstraust barna. Munið að hrósa barninu fyrir að takast á við vandann.

Þolandi eineltis sýnir mikið hugrekki með því að segja frá og mæta í skólann á hverjum degi.

Hvað ef barnið mitt er gerandi?

- Hafið samband við skóla, þar er hægt að setja í gang viðeigandi aðgerðir.
- Reiði og skammir duga skammt. Árangursríkara er að setjast niður og ræða málin.
- Skýra þarf út fyrir barninu að það er alveg ólíðandi að særa aðra, bæði líkamlega og andlega. Barnið þarf að skilja að maður ræðst ekki á aðra.
- Gott er að fá barnið til að setja sig í spor þolenda og ímynda sér hvernig þeim líður. Þannig eflum við samkennd barnsins með öðrum.
- Skoðið eigin hegðun og hegðun annarra í fjölskyldunni.
- Það er mikilvægt að barnið viti að foreldrarnir eru í sambandi við skólann og fylgist með framgangi málsins. Ef vel gengur má ekki gleyma að hrósa barninu.

Áhugavert efni

Handbók um einelti gefin út af heimili og skóla:

<https://www.heimiliogskoli.is/fraedsla/einelti/>

http://www.heimiliogskoli.is/wp-content/uploads/2017/11/HS_einelti_handbo%CC%81k_net.pdf