



ÁÆTLUN UM SAMSKIPTAVANDA OG EINELTISMÁL Í HEIÐARSKÓLA REYKJANESBÆ

Einelti og annað ofbeldi er ekki undir neinum kringumstæðum liðið í Heiðarskóla. Leitað verður allra ráða til að fyrirbyggja einelti, stöðva og leysa slík mál á farsælan hátt. Heiðarskóli á að vera öruggur vinnustaður þar sem starfið mótast af virðingu og vináttu.

Efnisyfirlit

1	Stefna skólans í samskiptavandamálum.....	2
1.1	Samskiptaáætlun Heiðarskóla.....	2
2	Hlutverk	2
2.1	Teymi um samskiptavanda og umsjónarmaður	2
2.2	Skólinn og starfsmenn hans	2
2.3	Nemendur	3
2.4	Heimili	3
3	Skilgreiningar og verkefni	3
3.1	Samskiptavandi.....	3
3.2	Einelti.....	4
3.3	Óæskileg hegðun	4
3.4	Sá sem verður fyrir einelti	4
3.5	Sá sem leggur í einelti	4
3.6	Bekkjareglur	4
3.7	Bekkjарfundir og önnur forvarnarvinna.....	4
3.8	Fundareglur.....	5
3.9	„Leikjavinir“ - leikir í frímínútum.....	5
3.10	Sjálfsstyrkingarnámskeið.....	5
3.11	Hlutverkaleikir, myndbönd og klípusögur.....	5
3.12	Tengslakannanir og einstaklingsviðtöl	5
3.13	Eineltishringur	6
3.14	Skólapúlsinn	6
4	Samskiptavandi/grunur um einelti – tilkynningar og úrvinnsluferli.....	6
4.1	Skráningar og varðveisla gagna.....	7

1 Stefna skólans í samskiptavandamálum

1.1 Samskiptaáætlun Heiðarskóla.

Heiðarskóli miðar að því að skapa jákvætt og uppbyggjandi umhverfi þar sem öllum líður vel. Samskiptaáætlun skólans miðar að því að fyrirbyggja óæskilega hegðun og taka á samskiptavandamálum þegar þau koma upp. Allt starfsfólk skólans tekur þátt í vinnunni og leggur sitt af mörkum í að byggja upp félagslega sterkt samfélag þar sem eðlileg jákvæð samskipti fara fram.

Þegar upp kemur samskiptavandi á milli nemenda er mikilvægt að heimili og skóli vinni saman að lausn mála og uppbyggingu nemenda. Skólinn

Uppeldi til ábyrgðar (e. restitution) miðar að því að ýta undir ábyrgðarkennd og sjálfstjórn barna og unglunga og þjálfa þau í að ræða um tilfinningar sínar og átta sig á þörfum sínum. Vinnuaðferðunum er einnig ætlað að styðja starfsmenn skólans við að móta sér skýra stefnu varðandi samskipti og agamál. Öðru fremur er um að ræða aðferðir við að kenna sjálfstjórn og sjálfsaga og styrkja einstaklinga í því að læra af mistökum sínum. Meiri upplýsingar er að finna um uppbyggingarstefnuna á heimasíðu skólans.

2 Hlutverk

2.1 Teymi um samskiptavanda og umsjónarmaður

Í teyminu sitja námsráðgjafi, deildastjórar og kennari. Deildarstjóri eldra stigs er umsjónarmaður teymis og er faglegur leiðbeinandi. Umsjónarmaður teymis er með sýn yfir stöðu bekkja skólans og passar upp á að tengslakannanir séu lagðar fyrir alla bekki, að bekkjarfundir séu haldnir reglulega af umsjónarkennurum og að einstaklingsviðtöl á unglingastigi séu tekin einu sinni á hverri önn. Umsjónarkennari er hafður utan við vinnslu á samskiptavandamálum til að vera hlutlaus í málinu og geta stutt við sína nemendur.

Hlutverk teymisins er að fara yfir tilkynningarblöð um samskiptavanda og sjá um eftirfylgni ef grunur um einelti kemur upp. Hlutverk teymis er einnig að upplýsa annað starfsfólk, skiptast á skoðunum um samskiptavandann og/eða einelti og hvernig hægt er að stuðla að jákvæðu skólaumhverfi. Teymið hittist reglulega og fer yfir þau mál sem eru í gangi og framvindu þeirra.

2.2 Skólinn og starfsmenn hans

Í Heiðarskóla er unnið með Uppbyggingu sjálfsaga. Í skólanum berum við virðingu fyrir sjálfum okkur, öðru fólki og öllu í kring. Við vinnum alltaf að því að gera okkar besta. Sjálfstjórnarkenningin sem uppleddi til ábyrgðar byggir á kennir okkur að aðeins er hægt að stjórna sjálfum sér. Allt starfsfólk Heiðarskóla á að þekkja samskiptaáætlun skólans og taka þátt í þeirri vinnu sem henni tengist. Árlega eru haldnir fundir þar sem farið er yfir áherslupætti sem máli skipta, upprifjun starfsmanna og nýjum starfsmönnum kynnt áætlunin og stefnu skólans. Starfsfólk Heiðarskóla á að geta beitt íhlutun ef það verður vitni af samskiptavanda eða óæskilegri hegðun og láta sig málið varða.

Starfsfólk á að geta metið stöðuna hverju sinni og geta tekið á málum eftir „eðli“ þeirra og er ætlað að leita til réttara aðila ef þörf þykir (námsráðgjafa, umsjónarkennara, foreldra, skólustjórnenda o.s.frv.). Meginmarkmiðið er vitundarvakning allra starfsmanna fyrir því hvað samskiptavandi/einelti er, hvernig það birtist og samræming á viðbrögðum við því.

2.3 Nemendur

Heiðarskóli er uppbyggingarskóli. Við vinnum með þarfir nemenda og kennum þeim að vera besta útgáfan af sjálfum sér. Við vinnum með lífsgildi og í hverjum bekk er gerður bekkjarsáttmáli. Með því að vinna með lífsgildin og semja bekkjarsáttmálann er kennarinn að gera nemendur meðvitaðri um tilfinningar sínar og viðbrögð við þeim. Þeir læra að setja sig í spor annarra, sjá vandamál í nýju ljósi þannig að sjálfsþekking og félagsfærni þeirra eykst. Þeir verða færari í því að vinna úr togstreitum, hjálpast að við að finna lausnir og leita sér hjálpar hjá starfsfólki skólans.

Þrátt fyrir að hér sé öll áhersla lögð á að kenna börnunum sjálfsgaga - að bera ábyrgð á sinni eigin hegðun - verður kennarinn að hafa úrræði, þegar út af bregður og nemendur sýna óþekkt eða óábyrga hegðun af einhverju tagi, sem ekki er hægt að horfa fram hjá. Þá flytur hann sig niður á reglustjórn, en heldur ávallt opinni leið til uppbyggingar.

Á hverju skólaári er farið yfir bekkjarreglur gegn einelti og eiga nemendur að ræða reglurnar og þýðingu þeirra fyrir bekkinn. Umsjónakennarar hafa reglulega bekkjarfundir þar sem m.a. er rætt um líðan, samskipti og hegðun. Fundirnir eiga að stuðla að samstöðu nemenda gegn einelti. Nemendur eru þjálfaðir í að tjá eigin tilfinningar og sjónarmið. Hægt er að nota hlutverkaleiki og klípusögur til að auka upplifun nemenda og skilning á samskiptavanda/einelti og til að hvetja þá til að bregðast við því. Námsráðgjafi leggur fyrir tengslakannanir í bekkjunum tvisvar á skólaári og oftast ef þörf er á. Einstaklingsviðtöl eru tekin einu sinni á önn á unglingsstigi, þar sem farið er yfir spurningalista um bekkjarbrag og líðan. Mikil áhersla er á að nemendur þjálfist í að vinna í hópum og sýna hvor öðrum tillitssemi, sveigjanleika og umburðarlyndi. Allir nemendur Heiðarskóla eiga að:

1. Þekkja bekkjarreglur gegn einelti
2. Taka þátt í bekkjarfundum og virða fundarreglur.
3. Leggjast á eitt að uppræta samskiptavanda og einelti.

2.4 Heimili

Starfsfólk Heiðarskóla óskar eftir samstarfi heimila við að sporna gegn samskiptavanda/einelti og óæskilegri hegðun. Starfsfólk Heiðarskóla óskar eftir því að foreldrar:

1. Eigi góð og virk samskipti við foreldra bekkjarfélaga barna sinna.
2. Ræði við börnin sín um góðar samskiptavenjur.
3. Taki þátt í úrlausn mála.
4. Geri tilraun til að taka á samskiptavandamálum sem upp koma heima eða utan skólastarfsins.

3 Skilgreiningar og verkefni

3.1 Samskiptavandi

Samskiptavandi er þegar tveir eða fleiri einstaklingar eiga í neikvæðum samskiptum sín á milli í styttri eða lengri tíma. Neikvæðu samskiptin eiga jafnt yfir báða aðila og vandinn getur verið leystur með samtali við báða aðila saman. Samskipti sem þessi geta þróast yfir í einelti.

3.2 Einelti

Við tölum um einelti þegar einstaklingur verður aftur og aftur fyrir neikvæðu og óþægilegu áreiti eins eða fleiri og viðkomandi á erfitt með að verja sig. Um getur verið að ræða beint einelti með höggum, spörkum, blótsyrðum, niðurlægjandi og háðslegum athugasemdum eða hótunum. Það er líka einelti ef stríðni er endurtekin og sá sem stríðnin beinist að hefur sýnt að honum mislíki. Óbeint einelti getur verið jafn slæmt. Með óbeinu einelti er átt við að maður verði útilokaður frá félagahópnum, verði fyrir illu umtali eða að aðrir komi í veg fyrir að maður eignist vini. Rafrænt einelti er orðinn stór þáttur af birtingarmynd eineltis og þurfa starfsmenn skóla og foreldrar að fylgjast sérstaklega með tækjanotkun og samskiptum barna sinna í gegnum veraldarvefinn.

Skólinn einn og sér mun þó aldrei geta tekið á þeirri vanlíðan sem fylgir því að vera lagður í einelti eða stuðlað að uppbyggingu samfélags þar sem einelti er ekki samþykkt. Hér verða heimilin og samfélagið allt einnig að leggja sitt af mörkum og því leitast Heiðarskóli eftir því að eiga gott samstarf við sitt nánasta umhverfi og þá sem samfélagið móta. Einelti er vandamál sem krefst samvinnu allra þessara aðila ef árangur á að nást.

3.3 Óæskileg hegðun

Með samskiptaáætluninni er lögð áhersla á að byggja upp jákvætt samfélag þar sem einstaklingar bera virðingu fyrir hver öðrum.

Óæskileg hegðun er sú hegðun sem bregður út frá félagslegum gildum og einstaklingar vanvirða rétt annarra. Einnig er átt við verknaði sem ekki samræmast viðurkenndri hegðun og þeim lögum sem gilda í samfélaginu.

3.4 Sá sem verður fyrir einelti

Einstaklingur sem lagður er í einelti þarf hjálp og stuðning við að stöðva eineltið og leiðsögn til að öðlast bætta sjálfsmynd.

3.5 Sá sem leggur í einelti

Stöðva þarf neikvæða hegðun þeirra sem leggja í einelti og aðstoða þá með að efla sjálfsaga sem leiðir til bættrar hegðunar. Hér getur íhlutun verið misjöfn og fer eftir eðli mála hverju sinni.

3.6 Bekkjareglur

Allir nemendur Heiðarskóla eiga að þekkja og tileinka sér bekkjarreglur. Bekkjareglurnar eru:

1. Við komum fram við hvert annað af kurteisi og virðingu.
2. Við látum líðan annarra í bekknum skipta okkur máli.
3. Allir tilheyra hópnum og við fögnum fjölbreytileikanum í hverjum hópi.
4. Við segjum fullorðnum frá ef við teljum að einhverjum líði illa, er útundan eða einhver er að leggja í einelti.

3.7 Bekkjarfundir og önnur forvarnarvinna

Bekkjarfundir eru haldnir reglulega. Á bekkjarfundum eru m.a. ræddar aðferðir til að sporna við og fyrirbyggja samskiptavanda/einelti, óæskilega hegðun og aðrar aðgerðir til að bæta samskipti. Bekkjarfundarformið er hægt að nota til að bæta almennan bekkjaranda og á þeim er hægt að leggja fram hin ýmsu mál til umræðu.

3.8 Fundareglur

Ætlast er til þess að fundarreglur séu virtar þegar bekkjarfundir og aðrir fundir eiga sér stað. Með því að virða reglurnar erum við um leið að bera virðingu hvert fyrir öðru. Á þetta við um starfsfólk og nemendur.

1. Réttu upp hönd ef þú vilt fá orðið.
2. Allir hafa leyfi til að tjá sig.
3. Við nefnum ekki nöfn.
4. Við leyfum öðrum að ljúka máli sínu án þess að grípa fram í (með nokkrum eðlilegum undantekningum).
5. Við getum verið ósammála án þess að blóta eða vera orðljót.

3.9 „Leikjavinir“ - leikir í frímínútum

Í Heiðarskóla er verkefnið „Leikjavinir“ sem unnið er í samstarfi með 7.bekkingum. Verkefnið hefur það markmið að efla þátttöku allra í leikjum í frímínútum og draga úr stríðni ásamt því að styrkja ábyrgðartilfinningu ungmenna. Öll ungmenni í 7.bekk skipta með sér vikunum á skólaárinu og standa fyrir leikjum þrisvar sinnum í viku. Sex leikjavinir eru úti í einu og skipta sér á tvö svæði þar sem þeir hafa umsjón með fyrirfram ákveðnum leikjum. Vonast er eftir að verkefnið skili sér í ánægjulegri upplifun nemenda í frímínútum sem ýtir undir góð samskipti á milli nemenda.

3.10 Sjálfsstyrkingarnámskeið

Nemendum 6. bekkjar er boðið upp á sjálfsstyrkingarnámskeið sem byggir á aðferð Baujunnar. Markmið aðferðarinnar er að nemendur efla sjálfsöryggi sitt í gegnum tilfinningarvinnu og slökunaröndun. Fjórir til sex nemendur eru saman á námskeiðinu sem kennt er einu sinni í viku í sex vikur.

Nemendur í 5. bekk sækja félagsfærni námskeið sem kallast ART. Nemendur fá fræðslu um reiðistjórnun, siðferði og æfa sig í ólíkum færniþáttum. Markmiðið er að nemendur öðlist sjálfsþekkingu og geti nýtt sér verkfæri úr ART til þess að hjálpa sér í erfiðum aðstæðum. Námskeiðið er þrisvar sinnum í viku og stendur yfir í 8 vikur.

3.11 Hlutverkaleikir, myndbönd og klípusögur

Hlutverkaleiki, myndbönd og klípusögur er hægt að nota til að auka upplifun nemenda, skilning á samskiptavanda/einelti og til að hvetja þá til að bregðast við því. Í hlutverkaleik bregða nemendur sér í hlutverk í fyrirfram ákveðnum ímynduðum aðstæðum. Þessi aðferð gefur nemendum möguleika á að upplifa ólíkar aðstæður og setja sig í spor annarra.

Í eineltismyndböndum eru sýndar margar birtingarmyndir eineltis, nemendur ræða saman, finna lausnir og gera verkefni út frá myndböndum.

Klípusögur eru notaðar til að kveikja umræðu og fá nemendur til að vinna sjálfstætt eða í hóp við að reyna að finna lausnir á hinum ýmsu vandamálum.

3.12 Tengslakannanir og einstaklingsviðtöl

Námsráðgjafi leggur fyrir tengslakannanir í bekkjunum tvisvar á skólaári og oftast ef við á. Ef upp kemur grunur um samskiptavanda/einelti er alltaf hægt að óska eftir að lögð verði fyrir

tengslakönnun sem gæti gefið vísbendingar um stöðu hópsins. Námsráðgjafi fer yfir kannanir til að meta félagslega líðan og stöðu innan bekkjarins.

3.13 Eineltishringur

Eineltishringurinn er útskýringarmynd með orðskýringum. Eineltishringinn eiga allir nemendur að þekkja og geta staðsett sjálfan sig innan hans.

3.14 Skólapúlsinn

Heiðarskóli leggur fyrir nemendur í 6. -10. bekk könnun Skólapúlsins þrisvar til fjórum sinnum á skólaárinu. Þeir sem taka þátt í Skólapúlsinum hverju sinni njóta nafnleyndar. Könnunin er unnin í tölvustofu í litlum hópum. Umsjónarmaður teymis um samskiptavanda skoðar niðurstöðurnar eftir hverja fyrirlögn og fer yfir það með teyminu sem betur má fara í hverjum nemendahópi eða rými fyrir sig. Upplýsingarnar eru nýttar til að vinna að úrbótaáætlun skólans ár hvert.

4 Samskiptavandi/grunur um einelti – tilkynningar og úrvinnsluferli

Mikilvægt er að allir sem hafa grun eða vitneskju um samskiptavanda tilkynni það strax til skólans svo að hægt sé að vinna markvisst að því að stöðva það.

Einelti er ekki liðið undir neinum kringumstæðum og er lítið á það sem alvarlegt brot á skólareglum. Ávallt skal gæta trúnaðar í meðferð eineltismála.

Ef vitneskja um samskiptavanda berst til skólans, mun starfsfólk skólans vinna samkvæmt eftirfarandi ferillýsingu:

1. Grunur um samskiptavanda tilkynnist til skólans og mun teymi um samskiptavanda hefja vinnslu í málinu.
2. Sá starfsmaður sem fær upplýsingar um samskiptavanda skráir málið á skráningarblað sem er skilað til deildarstjóra sem situr í teyminu, þar sem það er varðveitt í möppu.
3. Umsjónarmaður teymis um samskiptavanda upplýsir aðra kennara/starfsfólk sem koma að viðkomandi nemendum og tryggir að vel sé fylgst með.
4. Umsjónarmaður teymis um samskiptavanda er í sambandi við foreldra á meðan unnið er með tilkynningarblað um samskiptavanda. Hann skráir alla framvindu málsins í til þess gert skjal, Vinnuferli 1. Einnig skráir hann framvindu málsins í skráningarskjal sem hann heldur utan um. Verkáætlunin er leiðandi og auðvelt að fara eftir. Umsjónarmaður sér til þess að farið sé í alla þættina sem koma fram á verkáætlun, viðtöl, tengslakönnun, fundi og samráð með foreldrum.
5. Meti teymið að um einelti sé að ræða vinnur það áfram út frá gátlistanum og fer þá í vinnuferli 2. Teymið hefur samband við foreldra þolanda og gerenda. Foreldrum er gerð grein fyrir því hvað þeir geta sjálfir gert til að aðstoða barn sitt og mikilvægi samstarfs varðandi eftirfylgni málsins. Foreldrum stendur alltaf til boða að ræða við umsjónarmann eða aðra í teyminu.
6. Teymi um samskiptavanda vinnur markvisst að því að uppræta samskiptavanda/einelti sem koma upp út frá þeim reglum sem bekkurinn hefur sett sér um einelti. Þar er þolandinn alltaf settur í fyrsta sætið og öryggi hans tryggt eins og kostur er. Tekin eru einstaklingsviðtöl við þolanda og meinta gerendur hvern fyrir sig. Viðtalið er skráð niður. Notast er við ákveðna viðtalstækni en það mikilvægasta í viðtali við gerendur er að sýna þeim fram á að staða

málsins sé þekkt, þeim er gert ljóst á ákveðinn hátt að það eigi að hætta neikvæðu samskiptunum og þeim er sagt frá því að fylgst verði með þróun málsins.

7. Eftirfylgni er mjög mikilvæg og er það hlutverk teymis um samskiptavanda að hitta þolanda og geranda reglulega og hafa reglulegt samband við foreldra.

8. Ef einelti heldur áfram þrátt fyrir ofangreindar aðgerðir er málinu vísað til fagráðs eineltismála.

4.1 Skráningar og varðveisla gagna

Öll mál sem upp koma er varða ákveðna einstaklinga eru skráð á tilkynningarblað og verkskjal.

Ef um er að ræða sérstaka meðhöndlun mála er berast aðgerðarteymi fylgir skýrsla nemandi og geymist hún í skjalaskáp líkt og gert er með önnur sérúrræði og greiningar.

Áætlun þessi var unnin árið 2013 og síðast uppfærð af samskiptateymi skólans skólárið 2020 – 2021. Byggir hún í grunninn á eineltisáætlun Grunnskóla Sandgerðis og uppeldisstefnu skólans Uppeldi til ábyrgðar.

Heimildir:

Olweus, D. (2005). *Einelti meðal barna og unglinga*, Reykjavík: Námsgagnastofnun.

Williams, K. D., Forgas, J. P., & von Hippel, W. (Eds). (2005). *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying*. NY: Psychology Press.