

Einelti

Samanburður á eineltisáætlunum

Birna Þorsteinsdóttir
Guðmunda Fríða Bj. Karlsdóttir



Lokaverkefni lagt fram til fullnaðar B.ed.-gráðu
í grunnskólakennarafræði við Háskóla Íslands, Menntavísindasvið

Apríl 2010

Lokaverkefni til B.Ed.-prófs

Einelti

*Skuggamyndir í skúmaskotum
Samanburður á eineltisáætlunum*

Birna Þorsteinsdóttir

200885-2289

Guðmunda Fríða Bj. Karlsdóttir

280783-4479

Háskóli Íslands

Menntavísindasvið

Kennaradeild, grunnskólakennarafræði

Apríl 2010

Leiðsögukenari: Sigríður Sturludóttir

Ágrip

Í þessari ritgerð er fyrst og fremst fjallað um einelti. Teknar eru fyrir tvær áætlanir annars vegar *Olweusaráætlun*, höfundur hennar er Dan Olweus og hins vegar *Saman í sátt* eins og heitið er á íslensku eða Zero aðferðin eins og hún kallast á Norðurlöndunum. Höfundar *Saman í sátt* áætlunarinnar eru Erling Roland og Grete Sörensen Vaaland. Báðar áætlanirnar voru skoðaðar og greindar út frá skipulagi og uppsetningu þeirra. Bárum við saman hvað er sameiginlegt og hvað er ólíkt með áætlununum. Einnig var tekið fyrir hvernig einstaklingum líður bæði sem þolendur og gerendur og hvað einkennir hvorn hóp fyrir sig.

Rannsóknir voru skoðaðar og bornar saman við áætlanirnar um hvernig þær eru að koma fyrir og hvort þær séu að slá á eineltið í þeim skólum þar sem unnið er eftir þeim. Við unnum með eigindlega rannsóknaraðferð, þar sem viðtöl voru tekin og notast var við fyrirfram ákveðinn spurningarlista. Við ræddum við tvo einstaklinga sem eru vel inn í málum hvorrar eineltisáætlunar fyrir sig. Viðtölin voru tekin upp, rituð orðrétt niður og unnið var úr svörunum.

Efnisyfirlit

Ágrip	3
1. Fræðilegur kafli.....	6
Inngangur	6
Saman í sátt.....	8
Bekkarvinna-forvörn.....	8
Einelti - áætlun.....	9
Einelti - lausnir.....	9
Olweusaráætlun.....	12
Aðgerðaráætlun.....	12
Bekkarreglur gegn einelti.....	13
Komi upp einelti – lausnir.....	14
Samantekt.....	16
Erlendar rannsóknir.....	17
Saman í sátt.....	17
Olweusaráætlun.....	18
Líðan barna og áhrif eineltis	19
Þolendur eineltis.....	19
Líðan þolenda.....	19
Gerendur eineltis og líðan.....	20

2. Aðferðarfræði.....	22
Viðtöl	23
3. Niðurstöður	24
Umræður	28
Lokaorð	30
4. Heimildaskrá.....	32
Ritaðar heimildir	32
Rafrænar heimildir	32
5. Fylgiskjöl	33
Spurningar	33

1. Fræðilegur kafli

Inngangur

Einelti er ekki nýtt á nálinni. Undanfarin ár hefur orðið mikil vakning í íslensku skólasamfélagi. Misjafnt er milli skóla hvaða eineltisáætlun er unnið eftir. Þær áætlanir sem verða teknar fyrir í eftirfarandi ritgerð eru *Olweusaráætlunin - gegn einelti og andfélagslegu atferli* og *Saman í sátt - Leiðir til að fást við einelti og samskiptavanda í skólum*. Höfundar beggja áætlanna hafa rannsakað einelti og sett fram kenningar og aðferðir til að vinna eftir. Dan Olweus er sænskur prófessor sem starfar í Noregi, hann setti fram *Olweusaráætlunina*. Erling Roland og Grete Sörensen Vaaland eru norskir fræðimenn og hafa komið á legg eineltisáætluninni *Saman í sátt*.

Börn eyða stórum parti af degi í skólanum og því skiptir öllu máli að nemendum líði vel, en því miður er það ekki alltaf þannig. Börn eru misjöfn, þau vita flest hvar mörkin liggja en reyna samt aðeins að ýta, þrýsta og sjá hversu langt þau komast. Í upphafi er yfirleitt ekki ákveðið að leggja í einelti, smá stríðni breytist oft í eitthvað meira. Einelti getur átt sér stað hvar sem er í skólanum og því ber öllum sem verða vitni að taka á því. Hvort sem það er kennari, gangavörður, matráðskonan eða einhver annar. Maður á að skipta sér af. „Mikilvægt er að nemendur geti leitað til hvaða starfsmanns skólans sem er með mál sem snúa að velferð sinni og líðan og að brugðist sé við strax og á viðeigandi hátt ef upp koma vandamál af einhverju tagi, t.d. stríðni, einelti, agabrot eða vanlíðan“ (Aðalnámskrá gunnskóla. Almennur hluti 2006:22).

Einelti er tvennskonar, annars vegar beint einelti og hins vegar óbeint einelti. Mun algengara er að strákar noti beint einelti en stúlkur noti óbeint einelti. „Beint einelti er líkamleg þíning eða árás, orð og athafnir sem sjást og heyrast. Þá getur verið um að ræða endurteknar líkamlegar árásir og áníðslu, niðrandi og særandi athugasemdir og aðdróttanir um viðkomandi eða einhvern honum nátengdum. Óbeint einelti er að skilja útundan, hunsa og neita um aðgang að samfélagi jafningja“ (Guðjón Ólafsson 1996:13).

Viðtöl voru tekin við forsvarsmenn eineltisáætlanna í tveimur grunnskólum í Kópavogi. Einn sem starfar eftir *Saman í sátt* og annan sem starfa eftir *Olweusaráætlun*. Munu þessar áætlanir verða bornar saman og kenningar þessara aðferða greindar.

Fyrst er farið í gegnum Saman í sátt, bekkjarskipulag, forvörn og lausnir gegn einelti. Olweusaráætlun tekur svo við þar sem aðgerðaráætlun er tekin fyrir ásamt bekkjarreglum og lausnum gegn einelti. Vitnað er í erlendar rannsóknir sem sýna fram á ágæti þessa aðferða. Líðan barna er stór hluti eineltis og tökum við fyrir bæði þolendur og gerendur.

Aðferðafræðin sem við notum er eigindleg aðferð með viðtölum. Að lokum tökum við svo fyrir umræður ásamt lokaorðum.

Saman í sátt

Saman í sátt er aðferð sem unnið er eftir til að fást við einelti og samskiptavandamál í skólum. Aðferðin er byggð á efni eftir Erling Roland og Grete Sörenesen Vaaland. *Saman í sátt* er uppbyggð þannig að farið er í það hvernig hægt er að vinna gegn einelti með fyrirbyggjandi aðferðum gegn hegðunar- og samskiptavandamálum í skólum. Fyrirbyggjandi aðgerðir gegn einelti er vinna sem er í stöðugri þróun en er ekki átaksverkefni sem tekið er fyrir í stuttan tíma. Þegar starfað er eftir *Saman í sátt* áætluninni eru lagðar fyrir staðlaðar kannanir eða spurningalistar fyrir nemendur. Þessar kannanir eru tvenns konar, annars vegar er stuttur spurningalisti og hins vegar er lengri og mun ítarlegri listi um hvers kyns eineltið er, hvar það fer helst fram og fleira. Þessar kannanir eru framkvæmdar að minnsta kosti einu sinni á ári. Þegar niðurstöður liggja fyrir úr könnunum eru þær kynntar fyrir starfsmönnum skólans, foreldrum og forráðamönnum ásamt nemendum sjálfum. Í framhaldi af kynningarfundum eru niðurstöður skoðaðar og farið yfir gang mála. Unnið er út frá niðurstöðunum og aðgerðir skipulagðar (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson, 2001:5-17). Ákveðin forvörn er alltaf unnin og er hún til að mynda í formi ákveðinnar bekkjarvinnu sem kynnt er í næsta kafla.

Bekktjarvinna - forvörn

Dagleg vinna að jákvæðum anda í bekknum er mikilvæg. Einn helsti staðurinn sem einelti fer fram er í frímínútum. „Andfélagsleg hegðun birtist oft í ýmsum myndum í frímínútum og ef einelti á sér stað, fer það oftast fram þá. Nærvera (gæsla) kennara getur hins vegar oft hindrað að einelti þrífist úti á skólalóðinni...Ef hópurinn splundrast þegar kennarinn nálgast getur það verið tákni um að einhverjir hafi slæma samvisku...Það er því mikilvægt að kennarar á útivakt líti eftir öllum nemendum á öllum aldri...Þeir staðir sem oft eru nefndir hættustaðir í könnuninni þurfa að vera undir stöðugu eftirliti“ (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson 2001:25). Að láta eldri nemendur gegna ákveðnum hlutverkum í forvarnarstarfinu getur verið lykillinn að góðu starfi. Þá eru skipulagðir vinnuhópar, þar sem tíundi bekkur tekur að sér fyrsta bekk og svo framvegis. Ef að farið er í ferðir eða annað slíkt þá líta eldri nemendur eftir þeim yngri. Einnig eru vinnuhópar innan bekkja góð forvörn (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson,

2001:19-26). Að sama skapi eru ákveðnar áætlanir lagðar fyrir til langtíma, þessum áætlunum verða gerð skil hér á eftir.

Einelti - áætlun

Þegar talað er um fyrirbyggjandi aðgerðir til að sporna við einelti, er verið að tala um langtímavinnu innan skólans, sem lítur að góðum félagsanda í skólanum, jákvæðni og samvinnu nemenda og starfsfólk skólans. Ekki er síður mikilvægt að samstarf heimilis og skóla sé farsælt og þar ríki traust. Getur það skipt sköpum að samstarfið sé mótað áður en einhver vandamál koma upp. Mikilvægt er að starfsmenn skólans afli sér trausts hjá nemendum. „Í góðum bekk eru góð öfl virkjuð, skýrar reglur og jákvæð viðmið. Kennari getur ýtt undir að slíkt andrúmsloft skapist og um leið fyrirbyggjandi aðstæður gegn einelti og öðrum hegðunarvandkvæðum“ (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson 2001:28). Mikilvægt er að hafa bekkjarreglur, bæði skráðar og óskráðar þar sem nemendur viti hvaða hegðun er æskileg, viðurkennd og hvaða hegðun er ekki viðurandi. Það verður gera öllum grein fyrir því að einelti er neikvætt atferli sem einstaklingar líða fyrir, lendi þeir fyrir slíku. „Mótmæli og örvænting þolanda er eins konar mótafl en er oft mjög veikt. Þriðja aflið eru aðrir nemendur og það afl má ekki vanmeta. Það getur snúist gegn þolanda í bekk þar sem neikvæð félagsöfl eru ríkjandi. Á hinn bóginn getur þriðja aflið verndað nemendur sem annars væru auðveld bráð. Þessi vörn styrkist í bekkjum sem búa við skýrar reglur og viðmið af hendi kennara síns“ (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson 2001:30). Í skólum þar sem yfirvald leggur traust sitt á kennara og samstarf milli allra aðilla er gott, er auðveldara að vinna úr vandamálum komi þau upp. Mikilvægt er að hafa kynningarfund með öllum nýju starfsfólki í byrjun hvers árs til þess að kynna fyrir þeim eineltisstefnu skólans svo að allir séu upplýstir og samstíga. (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson 2001:27-31). Þegar kemur upp einelti eða samskiptavandamál er reynt að finna lausnir en skýrt er frá þeim í næsta kafla.

Einelti - lausnir

Skólinn sem heild þarf að hafa ákveðna áætlun um hvernig eigi að bregðast við einelti, komi það upp. Kennarar þurfa að útbúa í samvinnu við nemendur sína eigin áætlun um hvernig skuli bregðast við, komi upp sú staða í bekknum að um einelti sé að ræða. Skólinn setur fram ákveðinn leiðarvísir um hvernig skuli bregðast við vandamálum en

ekki hvernig sé staðið að einstökum málum. Samvinna fagfólks í skólanum og ákveðnum teyllum getur leiðbeint hverjum og einum hvernig bregðast eigi við málum sem koma upp. Þetta skapar samstöðu milli kennara og eru þeir á einu máli um hvernig eigi að leysa erfið mál. Þetta er því mikið öryggisnet fyrir alla viðkomandi. Þegar komið hefur upp einelti er til dæmis „mælt með aðferð sem felst í skipulögðum viðtölum við gerendur og þolendur. Einnig er mælt með vinnu og þátttöku allra í bekknum. Líta má á þetta sem tvo valkosti til að takast á við vandamálið. Meta verður hvor aðferðin er heppilegri hverju sinni. Oftast mun þó vera heppilegra að byrja á einstaklingsviðtölum við gerendur og þolendur og vinna síðan með bekknum í heild“ (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson 2001:33). Ef tekist er á við vandamálið með samtölum eru þau ávallt gerð í ákveðinni röð og er sú röð eftirfarandi:

1. Samtal við þolanda, eftirfylgni.
2. Samtal við geranda einn og einn í einu.
3. Samtal við gerendur saman.

Að endingu eru allir kallaðir saman sem koma að málinu og haldinn er sameiginlegur fundur.

Þegar kemur að því að brjóta upp einelti þarf allaf að grandskoða hvert mál fyrir sig. Bekkir eru jafn misjafnir og þeir eru margir. Horfa verður á hvernig bekkjarandinn er, hvort að það sé búið að vinna vel að félagslega þættinum í bekknum og hvort það hafi verið settir skýrar reglur um hvað sé ásættanleg hegðun og hvað ekki. Ef settar hafa verið reglur er auðveldara að koma með uppbyggilegar og rökfærðar umræður sem ná oft á tíðum að leysa vandann og komast til botns í málinu. Ýmsar leiðir eru farnar til þess að leysa mál í bekkjum. Þegar kennari finnur að eineltismál er í uppsiglingu er gott að ræða á jákvæðum nótum um hvernig skuli bregðast við hinum ýmsu aðstæðum án þess að nefna nokkur nöfn. Mikilvægt er að ræða við nemendur og fá þeirra sjónarhorn á málið. Að setja upp aðgerðaráætlun í bekknum er grundvöllurinn fyrir því að nemendur taki sér afstöðu með jákvæðri félagslegri hegðun. Slík hegðun verður að vera á forsendum nemendanna sjálfra og því verður að ræða við þá til þess að góður árangur náist. Mikilvægt er að bregðast ekki við í skamman tíma, heldur viðhalda jákvæðri hegðun með því að halda bekkjarfundi reglulega og ræða málin. Ef vandamál leysast ekki með

viðtölum eða bekkjarfundum þarf að ganga lengra með málið og beita vissum aðgerðum gagnvart gerendum og gæti þurft að taka til ákveðinna viðurlaga sem skólinn hefur sett sér (Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson 2001:32-47).

Olweusaráætlun

Dan Olweus er eins og fram kemur hér að ofan sænskur prófessor starfandi í Noregi. Hann hefur þróað og sett fram aðgerðaráætlun gegn einelti sem er í nokkrum liðum. Aðgerðaráætlun Olweusar byggir á nokkrum lykilatriðum sem hafa mótast við rannsóknir hans (Olweus 2002:13). Þegar Olweusaráætlun er tekin upp í skólum er hún hugsuð sem aðgerðaráætlun sem er til langtíma. Framkvæmdin skal vera í föstu formi í starfi kennarans með bekknum. Olweusaráætlun leggur megináherslu á góða bekkjarstjórnun og áhrif kennarans (Olweus 2002:7). Skólakerfið gegnir í heild sinni miklu hlutverki í áætluninni. Í hverjum skóla þar sem Olweusaráætlun er notuð er lagður fyrir staðlaður spurningalisti að hausti fyrir fjórða til tíunda bekk. Þessar spurningakannanir eru sendar út til Noregs og því næst fá skólarnir sendar niðurstöður til baka um hvernig málin standa í einelti, hvar það fer fram, hverjir verða helst fyrir því og hvernig það lýsir sér.

Sagt er að þegar einelti á sér stað þá „verði einstaklingur aftur og aftur fyrir neikvæðu og óþægilegu áreiti eins eða fleiri og viðkomandi á erfitt með að verja sig. Þá getur verið um að ræða beint einelti með höggum, spörkum, blótsyrðum, niðurlægjandi og háðslegum athugasemdum eða hótunum“ (Olweus 2003:3). Greint verður frá ofanefndri aðgerðaráætlun hér á eftir.

Aðgerðaráætlun

Aðgerðaráætlun Olweusar skiptist niður í fjóra þætti. *Almennar forsendur, aðgerðir í hverjum skóla, aðgerðir í hverjum bekk og aðgerðir vegna einstaklinga.* Undir almennar forsendur flokkast þátttaka hinna fullorðnu og vitund þeirra. Undir þáttinn aðgerðir í hverjum skóla, flokkast kannanir með spurningarlista sem lagður er fyrir nemendum í fjórða til tíunda bekk, en þessi spurningarlisti er nafnlaus. Í skólunum eru svo einnig stofnaðir stýrihópar en þessir hópar bera meginábyrgð á eineltisáætlun skólans. Þessir stýrihópar funda nokkrum sinnum á ári (Olweus 2005:19). Þriðji þátturinn ber heitið aðgerðir í hverjum bekk sem inniheldur þrjá undirflokk. Í hverri viku eru fastir bekkjarfundir með nemendum og kennurum og málin rædd, hvort sem upp hafi komið vandamál eða ekki. Fastir fundir með foreldrum barna í hverjum bekk fyrir sig eru einnig nauðsynlegir. Fjórði og síðasti þátturinn er aðgerðir vegna einstaklinga. Undir þann flokk

falla alvarleg viðtöl við gerendur og þolendur eineltis. Viðtöl eru bæði við foreldra þolenda og gerenda (Olweus 2005:13).

Mikilvægasti partur aðgerðaráætlunarinnar er góð bekkjarstjórnun. „Jákvæð samskipti við nemendur, að móta mynduglegan stjórnarstíl, að notast við bekkjarreglur og stefnufasta eftirfylgni og framkvæmd reglna, eru mjög samrýmanleg meginreglum eineltisáætlunarinnar. Báðar stefnurnar leggja mikið upp úr því að endurskipuleggja „umhverfið“ (félagskerfið) til að komið sé í veg fyrir að einelti og unnið gegn andfélagslegri hegðun. Það er með öðrum orðum sameignleg skoðun vísindamanna og uppeldisfræðinga á því hvernig skólabragur eigi að vera svo hann þjóni bæði nemendum og hinum fullorðnu í skólanum“ (Olweus 2005:13). Eins og nefnt var hér að ofan er ákveðin bekkjarstjórnun mjög mikilvæg. Til þess að bekkurinn láti að stjórn eru settar upp reglur sem greint verður frá í næsta kafla.

Bekkarreglur gegn einelti

Til að jákvæður andi myndist í bekknum eru settar upp ákveðnar bekkjarreglur. Einnig eru haldnir vikulegir bekkjarfundir sem eiga að móta fast skipulag eða starfsaðferð í bekkjum. Með þessum fundum á að stuðla að því að draga markvisst úr einelti og óviðurkenndri hegðun. Bekkarreglurnar eiga að innihalda reglur sem falla undir allan skólann, til dæmis reglan sem tilgreind er í bókinni *Einelti í skólum* „við leggjum ekki aðra í einelti“ hún skal bæði vera í bekkjarreglum og skólareglum. Fjórar meginreglur eru hafðar til brunns og því ber að hafa þær allar í bekkjarreglunum sem kennari kemur til með að kynna fyrir nemendum. Eru þessar reglur eftirfarandi:

- Við leggjum ekki aðra í einelti,
- Við reynum að aðstoða þá nemendur sem verða fyrir einelti,
- Við eigum að vera með nemendum sem auðveldlega verða einir,
- Ef einhver nemandi er lagður í einelti eigum við að segja umsjónarkennaranum (eða starfsmanni) frá því og líka fólkinu heima (Olweus 2005:46-47).

Miklu máli skiptir að allir nemendur og aðrir starfsmenn skólans fari eftir reglum sem settar eru og geri sér grein fyrir því hvers kyns hegðun er viðurkennd innan skólans. Mikilvægt er að kennarinn setjist niður með sínum nemendum og fái þeirra hugmyndir

um það hvernig hægt sé að framfylgja reglunum og hvernig hægt sé að hjálpa og aðstoða komi sú staða upp. Ein hugmynd Olweusar, þegar slíkar umræður eru í gangi er að þá sé oft hægt að grípa til hlutverkjaleikja. Þar sem til dæmis er hægt að byggja á aðstæðum sem upp hafa komið. Önnur hugmynd frá honum er að kennarinn nýti sér brot úr barnabókum og lesi upphátt sögu fyrir nemendur og þeir vinna úr henni með umræðum (Olweus 2002:61). Að sama skapi og refsing eða tiltal fylgir neikvæðri hegðun er jafn mikilvægt að fylgja eftir jákvæðri hegðun með styrkingu við atferlið. Leiðir það af sér að mun líklegra sé að slík hegðun sé endurtekin. Kennarinn þarf fyrst og fremst að vera meðvitaður um hegðun og framkomu sína vegna þess að hann er fyrirmynd nemenda sinna. Jákvæður kennari skapar betri bekkjaranda en neikvæður. Því miður þá geta alltaf komið upp einhver vandamál og við þeim þurfa að vera lausnir sem eru ákveðnar aðgerðir sem gripið er til. Verður þessum aðgerðum útlistað í næstkomandi kafla.

Komi upp einelti – lausnir

Ef grunur liggur á að um einelti sé að ræða er strax gripið til aðgerða. Ef eineltið er þannig að engin hefur tilkynnt það, hvorki nemandinn sjálfur, foreldrar eða aðrir nemendur, en kennari hefur tekið eftir því í frímínútum eða annars staðar þá byrjar umsjónarkennarinn á því að fylgjast betur með. Umsjónarkennarinn getur kannað hjá samkennurum sínum hvort að þeir hafi orðið varir við einhverja athugaverða hegðun gagnvart viðkomandi nemanda. Hvort hann sé félagslega einangraður eða verði fyrir neikvæðri hegðun frá öðrum nemendum. Þannig geta allir kennarar sem við koma bekknum auk umsjónarkennara fylgst betur með. Þá er líka lagt upp með að kennari geri ákveðna tengslakönnun í bekknum og athuga hvernig málin standa. Einnig er önnur lausn í Olweusaráætluninni og er hún að kalla eftir skriflegum svörum hjá nemendum ásamt því að hafa viðtöl við ákveðið úrtak af nemenda. Eitt af því fyrsta sem umsjónarkennari gerir er að hafa samband við foreldra þess þolanda sem hugsanlega er að verða fyrir einelti. Þegar umsjónarkennari hefur fylgst með nemandanum og finnst að um einelti sé að ræða er gripið til aðgerða. Tekið er upp á því að hafa einstaklingsviðtal við þolandann og foreldra eða forráðamenn hans. Þegar kennarinn talar einslega við þolandann skiptir miklu máli að það sé gert á rólegum stað án vitneskju annarra nemenda. Út frá þessum viðtölum við þolanda geta komið margar mikilvægar upplýsingar um staðreyndir málsins sem hafa áður farið fram hjá kennara. Fyrst og fremst þarf að sýna þolendum stuðning og

koma honum í skilning um að nú verði komið í veg fyrir frekara einelti. Þeir sem verða fyrir einelti eru yfirleitt afskaplega hræddir að segja frá, oft telja þeir að um verra einelti verði þá að ræða að hálfu geranda. Umsjónarkennarinn verður að gera þolandanum fyllilega grein fyrir því hvernig hann muni bregðast við og hvers konar aðgerðir hann muni koma til með að beita til þess að laga ástandið. Að sama skapi skiptir miklu máli að þolandinn segi strax frá því komi aftur upp eitthvað atvik þar sem hann verður fyrir einelti. Næst er gripið til alvarlegra viðtala við geranda eða gerendur. Það er umsjónarkennarinn sem tekur viðtalið en hann getur einnig haft annan fullorðinn einstakling með sér til þess að gera nemendunum grein fyrir um alvarleika málsins. Með viðtölunum er verið að gera gerendunum grein fyrir því að við sættum okkur ekki við einelti í skólanum og muni vera tryggt að því ljúki. Möguleiki er að halda eftirfylgnifundi með hverjum og einum en einnig er hægt að halda þá sameiginlega. Þessir fundir eru stuttir og hnitmiðaðir. Áður en þessir fundir eru haldnir er mikilvægt að hafa samband við þolanda og foreldra hans og gengið sé úr skugga um að eineltið sé yfirstaðið (Olweus 2002:97-103).

Samantekt

Hér að ofan höfum við verið að greina hvora eineltisáætlun fyrir sig. Höfum við reynt að taka sama pólinn á báðar aðferðir og varpa ljósi á hvernig þær eru uppbyggðar og hvernig unnið er eftir þeim. Hvernig er brugðist við, komi upp einelti eða samskiptavandamál og hvernig er unnið markvisst að forvörnum gegn slíkri hegðun. Áætlanirnar eru um margt líkar en nokkur atriði eru þó frábrugðin um hvernig staðið er að í eineltismálum. Svo við stikkjum á stóru þá eru til að mynda kannanir lagaðar fyrir allan skólann strax frá fyrsta bekk í *Saman í sátt* en eingöngu eru gerðar kannanir frá fjórða bekk og upp í tíunda bekk þegar unnið er eftir *Olweusaráætluninni*. Í báðum áætlunum er lagt upp með að hafa bekkjarfundi vikulega, en meira er haldið utan um þá þegar unnið er eftir *Saman í sátt*. Í báðum áætlunum er skýrt greint frá því hvernig skuli unnið að forvörnum og einnig hvernig eigi að bregðast við, komi upp samskiptavandamál eða einelti. Ákveðið ferli sem unnið er eftir er greint frá í hvorri áætlun fyrir sig.

Í næsta kafla munum við greina frá því hvernig rannsóknir hafa komið út á Norðurlöndunum þá einkum Noregi þar sem höfundar beggja áætlana starfa og vinna sínar rannsóknir.

Erlendar rannsóknir

Saman í sátt

Aðferðin Saman í sátt ber heitið ZERO í Noregi og öðrum Norðurlöndum. Árið 2002 setti forsætisráðherra Noregs fram stefnuyfirlýsingu gegn einelti. Tvær aðferðir voru lagðar fram og bauð hann öllum skólum landsins að taka þátt í þessu verkefni. Sex skólar í Noregi tóku þátt í ZERO rannsókninni sem var önnur af þessum tveimur verkefnum. Einblínt var á framkvæmdarferlið innan skólanna. Markmiðið var að sjá hvernig skólum tækist að starfa eftir þessari stefnu. Til gagnaupplýsinga voru tekin hópviðtöl við stýrihópa innan hvers skóla og símaviðtöl við yfirumsjónarmenn. Niðurstöður sýndu fram á að yfirumsjónarmaður skipaði veigamiklu hlutverki, bæði hvað varðar upphaf ferilsins og í framkvæmdinni sjálfri. Þeir skólar sem voru virkir við það að sporna við einelti áður en þessi aðferð var tekin upp, gekk mun betur að komast inn í þetta verkefni. Ein af mörgum niðurstöðum úr þessu verkefni var að mikilvægt er að hafa mismunandi framkvæmdaleiðir til að styðja á bakvið mismunandi skóla. Lykilorð framkvæmdarinnar voru: bættur skóli, breytt athafnarsemi, framkvæmd, skólaþróun, framkvæmdarstefna.

Sýnt hefur verið fram á að þessi rannsókn var krefjandi í framkvæmd fyrir skólana. ZERO aðferðin krefst þess að allir starfsmenn innan veggja skólans taka þátt í aðferðinni ásamt foreldrum og börnum. Þegar lagt var af stað með þetta verkefni stóð það yfir í eitt ár. Þrír af skólunum sex voru þegar að vinna eftir ákveðinni eineltisáætlun en vildu samt taka þátt. Það kom í ljós að allir voru sammála um það að mikilvægt væri að allir innan veggja skólans ásamt fjölskyldum tækju þátt í verkefninu. Samkvæmt yfirumsjónarmönnum fannst starfsfólkinu þessi vinna mjög mikilvæg þar sem hún fyrirbyggir á jákvæðan hátt einelti í skólum. Niðurstöðum úr rannsókninni má skipta í tvennt, annars vegar í skóla sem voru alveg tilbúnir og hins vegar í skóla sem voru að hluta til tilbúnir til að takast á við verkefnið. Hjá þeim skólum sem voru alveg tilbúnir gekk verkefnið greiðlega fyrir sig en þeir skólar sem voru að hluta til tilbúnir sýndu fram á að þeir ættu aðeins lengra í land, forvinnan væri góð en nokkrar hindranir þyrfti að yfirstíga. Niðurstöður sýndu að leiðtogi innan hvers skóla væri mikilvægur, einhver sem héldi utan um rannsóknina og að allt starf færi fram eins og það átti að gera. Kom í ljós að mikilvægt væri að yfirkennarinn væri með traust annara starfsmanna á sínu bandi.

Þeir skólar sem voru með góð tengslanet gekk best. Sem segir okkur það að þetta litla „auka“ sem fólk er tilbúið að sýna gefur svo mikið af sér. Mikil samheldni skiptir máli til þess að markmiðum náist.

Olweusaráætlun

Olweusaráætlun ber sama heitið í öllum löndum þar sem unnið er eftir henni. Samkvæmt norskum rannsóknum hefur Olweusaráætlun verið að koma virkilega vel út. Gerð var rannsókn á árunum 2001-2003 sem sýnir fram á að einelti hefur minnkað um 30-50%. Í úrtakinu tóku þátt 400 skólar og 125 „lykilstarfsmenn“. Allir skólarnir starfa samkvæmt Olweusaráætluninni. Einnig kom í ljós í þessari rannsókn, þegar unnið er eftir Olweusaráætluninni voru annarskonar hegðunaryvandamál í betri farvegi, jákvæðari andi í skólunum og minna um neikvæða hegðun bæði í Noregi og í Bandaríkjunum þar sem rannsóknin var gerð. Rannsóknin var framkvæmd þannig að lagður var spurningalisti fyrir nemendur í byrjun skólaársins og síðan var áætlunin kynnt fyrir nemendur og unnið markvisst eftir henni allan veturinn. Að ári liðnu var svo sama könnunin lögð fyrir nemendur og niðurstöðurnar skoðaðar og bornar saman við árið áður. Einelti dróst mjög mikið saman en eins og fram kom hér að ofan var það um 30-50% minnkun á því í skólunum sem tóku þátt. Þykir þetta gífurlega þýðingarmikið og jákvætt að eineltið skuli minnka um svona mikla prósentu. Einnig kom fram í niðurstöðum rannsóknarinnar að einelti hafði minnkað svipað mikið hjá stelpum og stráku. Aðrar rannsóknir sem framkvæmdar hafa verið á undanförunum árum hafa verið að koma jákvætt út, jákvæðara andrúmsloft er í bekkjum og því hefur þessi starfsáætlun gegn einelti ekki bara áhrif á eineltishegðunina sjálfa heldur einnig samskiptamáta og andrúmsloftið bæði í skólanum og í bekkjarstofunum sjálfum.

Líðan barna og áhrif eineltis

Polendur eineltis

Því miður er það þannig að allir eiga hættu á því að taka þátt í einelti þó svo að þeir leggji ekki af stað með það í upphafi. Annaðhvort sem áhorfandi, þolandi eða gerandi. Oftast er það þannig að gerendur koma úr sama bekk eða árgangi og þolandinn, ef það er aldursmunur á milli þeirra, þá er það yfirleitt þannig að gerendur eru eldri (Sharp og Smith 2000:13). Því miður þá segja polendur eineltis ekki alltaf frá því. Það er mun líklegra að þeir segi foreldrum sínum eða vinum frá því heldur en starfsmönnum skólans. Ástæður þess að nemendur segja ekki frá því hverju þeir eru að lenda fyrir er hræðsla og skömm. Þeir eru hræddir við hótanir og að gerandi verði ennþá verri eftir að talað hefur verið við hann og því tekur hræðslan yfirhöndina og þolandi heldur þessu út af fyrir sig. Flestir nemendur upplifa stríðni einhvern tímann á skólaleiðinni en því miður eru sum börn í meiri hættu en önnur að verða fyrir langvarandi einelti sem þarf að bregðast við (Sharp og Smith 2000:13-14). „Nemendur sem ekki eiga vini í skólanum, eru oft einir og eiga erfitt með að verja sig gegn stríðni, eru líklegri til að verða fyrir einelti en aðrir. Nemendur sem eiga í námsörðugleikum og nemendur sem að einhverju leyti eru „öðruvísi“ virðast vera líklegri fórnarlömb en þetta er þó alls ekki einhlítt. Það að barn sé „öðruvísi“ getur verið notað af gerandanum sem ástæða eða réttlætning fyrir eineltinu. Það veltur síðan að miklu leyti á hæfileikum þolandans til þess að verja sig hvort eineltið viðhelst eða ekki“ (Sharp og Smith 2000:14).

Þeir nemendur sem eru feimnir, óöruggir, hlédrægir, hæglátir, viðkvæmir eða börn sem eru hægverkari almennt, eiga það oft sameiginlegt að verða fyrir einelti af einhverskonar tagi. Rannsóknir hafa sýnt fram á, að þessi börn eru oft á tíðum tengdari foreldrum sínum en önnur börn og þá sérstaklega mæðrum sínum. Þetta samband er oft á mörkum þess að vera ofverndun. Þessi börn einkennast einnig af því að þau eru ekki mikið í því að stríða öðrum börnum og eru ekki árásgjörn, og grípa þar af leiðandi ekki til lausnar ofbeldis við ágreining.

Líðan þolenda

Eins og gefur að skilja líður þeim sem verður fyrir einelti ekki vel. Þolandinn finnur fyrir ákveðinni höfnun frá skólafélögum sínum og það vill engin finna fyrir höfnun. „Einelti

hefur sömu áhrif og annað ofbeldi. Fórnarlambið missir smátt og smátt allan þrótt, gleði og lífsvilja og kennir sjálfum sér jafnvel um hvernig komið er. Þeir sem verða fyrir einelti eru því oft einmanna og yfirgefnir í skólanum og eru ekki vinsælir meðal félaganna. Þeir hafa neikvæða sjálfsmynd og álíta sig heimska, mislukkaða og lítið aðlaðandi“ (Guðjón Ólafsson 1996:23).

Viðbrögð þeirra sem verða fyrir einelti eru í flestum tilfellum mjög samsvarandi. Má skipta viðbrögðunum niður á nokkur stig. Á fyrsta stigi gráta börn og eru óörugg, skilja ekki hvers vegna þau verða fyrir óvild að hálfu annarra nemenda. Barnið upplifir mikið óréttlæti og finnur til ótta og lítilsvirðingar. Annað stigið einkennist af því að þolandinn fær bræðisköst og tryllist af reiði sem leiðir ekki gott af sér. Í flestum tilfellum bætast fleiri í hópinn og stríðnin verður meiri. Á þriðja stiginu reynir þolandinn eftir fremsta megni að láta lítið fyrir sér fara og fylgir öðrum eftir í skólanum og reynir að falla inn í hópinn, forðast eftir lengstu lögun að vera þar sem hinir eru. Á næsta stigi eða því fjórða reynir barnið oft að verða „hirðfílið“ í samfélaginu. Það virðist vera leið sem börnin fara til þess að taka niðurlægingunni þegjandi og hljóðalaust, því fær eineltið að ganga yfir nemandann. Fimmta er síðasta stigið og þar með hæsta sem hægt er að komast á. Á því stigi flýja þolendur yfir í annan heim. Annað hvort með því að flýja úr raunveruleikanum í óraunveruleikann eða með því að stytta sér aldur. Það má með sanni segja að það sé vonlaust að lifa við stöðugar árásir og óréttlæti frá öðrum og því er það mjög mikilvægt að þeir sem verði fyrir slíkum árásum leiti sér tafarlaust hjálpar. Með því að tala við þá sem þeir treysta og vita að gangi í málið fyrir þeirra hönd. Það er samt sem betur fer gríðarlega sjaldgæft að ekki sé gripið inn í málin og komist að lausn áður en að börn ná á síðasta stigið (Guðjón Ólafsson 1996:24).

Gerendur eineltis og líðan

Það eru ekki allir til þess fallnir að leggja aðra einstaklinga í einelti. Það sem einkennir gerendur fyrst og fremst er að þeir eru skapbráðir og vilja stjórna, vera með yfirhöndina yfir aðra nemendur. Þeir hafa litla samúð hvað varðar tilfinningar annarra, þykir spennandi að kvelja aðra á þeirra kostnað. Viðhorf þeirra til ofbeldis er jákvætt. Það er mjög margt sem bendir til þess að þessir einstaklingar hafa verið aldir upp við ákveðnar aðstæður sem eru ekki best á kostnar. Þeir hafa líklega fengið minni hlýju frá sínum

nánustu, nálægð og öryggi er í minnihluta. Þeir gera sér ekki grein fyrir því hvar mörkin liggja og hversu langt má ganga í samskiptum við aðra. Tilsettar reglur um almenn samskipti hafa litið undanhaldi. Þau hafa ekki fengið tilsögn um hvað er rétt og hvað er rangt. Þau hafa verið alin upp á „harðari“ máta en önnur börn og refsingar við viðurlögum oft á tíðum líkamlegar. Einnig eiga þessir nemendur oft en ekki í hættu á að lenda í útistöðum við samfélagið og kerfið þegar á fullorðinsárin kemur. „Öfugt við það sem oft hefur verið haldið fram af sálfræðingum og barnageðlæknum, að þessir nemendur séu í raun hræddir og óöruggir undir yfirborðinu, kemur í ljós við athuganir að þeir eru miðlungs öruggir með sig miðað við jafnaldra. Í langtímarannsóknum Olweusar frá 1993 kemur fram að um 60% nemenda sem höfðu verið gerendur í eineltismálum í sjötta til tíunda bekk grunnskóla höfðu hlotið einn dóm eða fleiri fyrir 24 ára aldur. Enn alvarlegra er að 35-40% fyrrverandi gerenda höfðu fengið þrjá eða fleiri dóma vegna afbrota á þessum aldri“ (Guðjón Ólafsson 1996:25-26). Þeir sem leggja aðra í einelti eru oft á tíðum undir meðallagi hvað námsárangur varðar og sama má segja um vinsældir félaganna, sem fara dvínandi eftir því sem ofar í skólastigann er náð. Þeir koma þó aldrei til með að verða eins óvinsælir og þolendur eineltis (Guðjón Ólafsson 1996:25-27).

2. Aðferðarfræði

Í rannsóknarritgerð okkar er notast við eigindlegar rannsóknaraðferðir. Til eru margar ólíkar nálganir innan rannsóknarhefðarinnar. Eigindlegar rannsóknaraðferðir byggjast á aðleiðslu og þar af leiðandi eru þær sveigjanlegar. Það sem átt er við þegar sagt er að þær séu sveigjanlegar er að þegar einstaklingur leggur af stað í ferð án þess að vera búinn að kortleggja hana. Þeir vita hvert þeir ætla en ekki hvernig þeir munu skoða staðinn. Eigindlegar rannsóknir krefjast mikillar aðferðafræðilegrar nákvæmni þó svo að ekki sé farið eftir ákveðnum stöðlum. Eigindlegir rannsækendur þurfi ekki að fara eftir ákveðnum reglum. Rannsækendur eiga eftir fremsta megni að setja sínar skoðanir og viðhorf til hliðar (Bogdan og Biklen, 1998). Til eru margar aðferðir til þess að koma sér upp gögnum innan eigindlegra rannsóknaraðferða. Hægt er að afla gagna í gegnum bækur, ljósmyndir, viðtöl, opinber skjöl, þátttökuathuganir, auglýsingar o.fl. (Bogdan og Biklen, 1998). Í okkar rannsókn var gögnum safnað með viðtölum. Byrjað var á því að móta spurningar (sjá fylgiskjal). Næst höfðum við upp á viðmælendum sem við töldum að hefðu mikið til brunns að bera í sambandi við málefni ritgerðar okkar. Því næst voru viðtölin tekin upp og afrituð orðrétt niður, bárum við svörin við spurningum saman, annars vegar *Saman í sátt* og hins vegar við *Olweusaráætlunina* og rannsökuðum hvort að ferlið væri það sama. Passað var upp á að halda í allt samhengi svo að ekki væri unnið vitlaust úr viðtölunum. Viðtölin eru notuð til þess að safna lýsandi gögnum um málefnið (Bogdan og Biklen, 1998). Gætt er að því að hafa viðtalsspurningarnar opnar þannig að viðmælandinn geti tjáð sig um málefnið. Meginmarkmiðið er að fá dýpri sýn á málefnin innan ritgerðarinnar, hvernig sýn viðmælanda er á málefnið og hvernig ofangreindar eineltisáætlanir eru að koma út í skólunum. Rannsækendur eiga ekki að reyna að hafa áhrif á sýn viðmælanda heldur að hlusta eftir því hvað þeir hafa að segja (Bogdan og Biklen, 1998).

Viðtöl

Bæði viðtölin voru við fulltrúa í skólum í Kópavogi. Annar viðmælandinn er námsráðgjafi og fulltrúi eineltisáætlunarinnar *Saman í sátt*, hinn viðmælandinn er skólastjóri og fulltrúi Olweusaráætlunarinnar. Ákveðið var að ræða við þessa viðmælendur vegna þess að við töldum að þeir væru góðir forsvarsmenn, áreiðanlegir og hafa töluvert á sinni könnu til þess að deila með okkur. Viðtölin fóru fram í skólum hvors viðmælanda fyrir sig. Niðurstöður úr viðtölum eru bornar saman við kenningarleg sjónarhorn úr bókum og fræðiritum og hvernig þau leggja sitt af mörkum til kenninganna sem unnið er eftir.

Í skólanum þar sem unnið er eftir eineltisáætluninni *Saman í sátt* eru gildi skólans: *virgni, virðing og vellíðan*. Þessi skóli er með sérdeild innan skólans sem er fyrir einhverf börn. Stefna skólans er að skapa tækifæri til lærdóms og þroska sem grundvallast af gildum skólans, bæði fyrir nemendur og starfsmenn. Meginmarkmið skólans er að nemendur, starfsmenn og foreldrar standi saman að því að skólinn einkennist af gildunum. Nemendafjöldi í skólanum eru rétt tæplega 400 börn. Heimasíða skólans er mjög aðgengileg og strax á forsíðunni er linkur sem hægt er að lesa sig til um eineltisstefnu skólans.

Í skólanum þar sem unnið er eftir *Olweusaráætluninni* eru gildin ýmsar stefnur og áætlanir. Einkunnarorð skólans eru eftirfarandi: *viska, virðing, víðsýni og vinsemd*. Formleg sérdeild er innan skólans sem ætluð er fyrir unglunga í Kópavogi sem lifa við skerta námsgetu. Í markmiðum skólans kemur fram að unnið sé að því að hver og einn nemandi fái að njóta sín og þroskast og hver og einn fái að þjálfa færni sína náms-, félags- og tilfinningalega. Skólastarfið miðast að því að allir séu opnir fyrir nýjungum og breytingum til þess að bæta skólastarfið. Mikið er lagt upp úr góðum samskiptum milli heimilis og skóla. Einnig er lagt upp úr því að nemendur beri virðingu hvor fyrir öðrum, sjálfum sér og starfsmönnum skólans. Skólinn gerir reglulega sjálfsmat sem er framkvæmt með allskonar ólíkum aðferðum hverju sinni. Með þessu sjálfsmati reyna þau að bæta það sem betur má fara innan veggja skólans. Nemendafjöldi í skólanum er rúmlega 500 börn. Heimasíðan er nokkuð aðgengileg og ef maður leitar sig aðeins áfram er linkur þar sem segir frá eineltisáætlun skólans.

3. Niðurstöður

Við byrjuðum á því að spyrja eftir hvaða aðferð viðmælendur okkar störfuðu, annar viðmælandinn sagði að skólinn starfaði eftir *Saman í sátt* en hinn viðmælandinn sagði að hans skóli starfaði eftir Olweusaráætlun. Til þess að einfalda þá höfum við ákveðið að kalla viðmælandann sem starfar eftir *Saman í sátt* Önnu og viðmælandann sem starfar eftir *Olweusaráætlun* Siggu. Viljum við taka það fram að nöfnum viðmælanda hefur verið breytt.

Hversu lengi hefur verið notast við eineltisáætlunina?

Við vildum vita hversu lengi hefði verið starfað eftir þessum aðferðum í skólanum. *Saman í sátt* hefur verið starfandi síðan 2004-2005 í skólanum hennar Önnu, en í skólanum hennar Siggu hefur *Olweusaráætlun* verið notuð síðan 2002.

Hvernig er unnið markvisst gegn einelti?

Okkur langaði að vita hvernig skólarnir vinna markvisst gegn einelti og fengum eftirfarandi svör: Anna sem starfar eftir *Saman í sátt* sagði frá því að þau eru með ákveðið árshjól sem farið er eftir. Í því er mikil vinna lögð upp úr fyrirbyggjandi starfi. Í þessu árshjóli er kynning fyrir nýja kennara í ágúst. Það eru vinabekkir í skólanum þar sem tíundi bekkur heldur höndum um fyrsta bekk, níundi bekkur heldur höndum um annan bekk og svo koll af kolli. Unglingarnir eru svo í gæslu úti í frímínútum og kallast þeir skólavinir. Þeir fylgjast með yngri barna stiginu og hræðslan minnkar til muna hjá litlu krökkunum. Þetta er unnið eins og áætlunin *Saman í sátt* er sett upp. Lagðar eru tengslakannanir fyrir á ákveðnum tímum sem er fyrirfram ákveðin. Anna segir að nemendafulltrúar eru virkjaðir í hverri bekkjardeild og mæta þeir á fjóra fundi yfir skólaárið, tvo fyrir jól og tvo eftir jól. Allt er þetta samkvæmt áætluninni. Á þessum fundum getur náðst gott samband við nemendur og þeir segja frá ef þeir sjá eitthvað vera að gerast. Oft sjá þessi nemendur meira en reyndustu kennarar segir Anna. Þau eru hvött til að segja frá ef eitthvað er í gangi í skólabilnum eða búningasklefum. Nemendur eru einnig hvattir til að segja frá því sem skiptir máli. Þau eru ekki nafngreind og geta sett miða undir hurðina hjá Önnu ef eitthvað er að. Við leggjum mikla áhersla í byrjun skólaárs hjá öllum bekkjum að segja frá. Látum þau einnig vita að segja frá er ekki það

sama og kjafta frá bætir Anna við. Byrjað er að leggja þessi orð inn strax í fyrsta bekk. Bekkjarfundir eru reglulega þar sem tekin eru upp málefni vikunnar og þau rædd. Við leggjum fyrir spurningarkönnun á vorin til að gera upp veturinn og taka allir nemendur hana. Anna vinnur síðan úr þessari könnun, tekur bæði allan skólann og líka hvern bekk, þannig að umsjónarkennarar geta sýnt bekknum hvernig þau svöruðu og hvernig sé einnig hægt að einangra málin strax ef upp koma. Á haustin eru niðurstöður kynntar fyrir foreldrum á morgunfundum. Foreldrarnir fá að sjá hvernig þeirra stig kom út, ekki einstaka bekki nema þau biðji sérstaklega um það. Er þetta allt samkvæmt áætlun *Saman í sátt*.

Sigga sem starfar eftir *Olweusaráætlun* sagði frá því að þau störfuðu algerlega eftir handbókinni. Það hefði verið rosalega mikil vinna fyrsta árið en þá voru allir starfsmenn skólans á fundum 1-2 í mánuði. Fólk las sig til um kaflana sem átti að ræða. Eins og fram kemur hér að ofan í *Olweusaráætlun* er mjög mikilvægt að allir innan skólans, nemendur, starfsmenn og foreldrar taki þátt. Sigga lagði mikla áherslu á þátttöku, henni fannst það vera grundvallaratriði að allir væru með sömu sýn. Allt starfsfólkið hefur ákveðið hvernig á að bregðast við og allir eru með stefnuna í undirmeðvitundinni og vita hvað á að gera. Í rannsóknum hefur verið sýnt fram á það, að þeir skólar sem eru samstíga gengur mun betur að uppræta einelti. Eftir fyrsta árið fór starfið að rúlla og nýjir starfsmenn fá þjálfun á hverju hausti. Eins og greint er frá í *Olweusaráætluninni* er mikilvægt að hafa verkefnastjóra sem heldur utan um hlutina í hverjum skóla. Sigga sagði frá því að slíkur verkefnastjóri væri í þeirra skóla og sér hann um að kynna stefnuna fyrir nýjum starfsmönnum. Á hverju ári eru lagðar fyrir kannanir í nóvember fyrir fjórða til tíunda bekk eins og greint er frá í *Olweusaráætluninni* og eru þær framkvæmdar í skólanum. Niðurstöðurnar eru síðan sendar út til Noregs og fær skólinn svo útkomuna senda til baka eftir tvo mánuði og sér þá hvernig málin standa.

Hefur einelti farið minnkandi eftir upptök áætlunarinnar?

Okkur langaði að vita hvort að einelti hafi minnkað síðan þessar vinnuáætlanir voru teknar upp og telja báðir viðmælendur að svo sé. Við vildum fá að vita hvort að einhverjar kannanir hefðu verið lagðar fyrir í skólunum. Anna sem starfar eftir *Saman í sátt* hefur hjá sér spurningalista og niðurstöður frá því árið 2004, spurningalistinn er

breytilegur frá ári til árs þar sem hann er alltaf í þróun. Ef einhver spurning kemur ekki nógu vel út er reynt að breyta orðalagi til að börnin skilji hana betur. Sigga sem starfar eftir *Olweusaráætlun* er bæði með tölur frá fyrstu könnuninni og þeirri síðustu. Í fyrstu könnuninni var einelti í skólanum um 8% en í síðustu könnun var það komið niður í 3,5% sem er í samræmi og jafnvel enn betri niðurstöður heldur en erlendar rannsóknir eru að sýna.

Fyrirbyggjandi aðgerðir

Hvers konar fyrirbyggjandi aðgerðir eru unnar höfðum við áhuga á að vita og voru svörin eftirfarandi: Bæði Anna og Sigga fara bókinni sem fylgir þeirra áætlun mjög vel. Sigga bætir því við að þetta sé ekki eingöngu forvörn gegn einelti, heldur bætir þetta líka bekkjarandann. Ákveðnir bekkjarfundir eru haldnir einu sinni í viku í báðum áætlunum. Það sem okkur fannst mikilvægt að vita var hvort að eitthvað samstarf væri við heimilin. Í báðum skólunum eru ákveðnir foreldrafundir árlega. Einnig er haft samband við foreldra í báðum skólum komi upp eineltismál. Er þetta eins og lagt er upp með skipulagið í báðum áætlunum. Sigga bætti því við að ekki væri hægt að vera með vinnu gegn einelti nema að hafa foreldra með.

Næst vildum við vita hvort að sjáanlegur munur væri á líðan barnanna í skólunum. Anna sem starfar eftir *Saman í sátt* greindi frá því að kannanirnar sem lagðar eru fyrir nemendur á hverju ári endurspeglir líðan barnanna og þessar kannanir eru að koma betur og betur út í hvert skipti. Anna sagði eftirfarandi: “Við höfum gott verkfæri í höndunum með þessari könnun og bregðumst við. Við höfum traust samfélagsins, foreldra og annarra. Við kynnum þessa könnun í skólasamfélaginu og nemendur vita það að öflugt kerfi fer í gang ef þeim líður illa.” Sigga svaraði að í skólanum væru lagðar fyrir ofangreindar kannanir einu sinni á ári og væru þær töluvert lýsandi fyrir því hvernig líðan barnanna er. Aðrar kannanir eru einnig lagðar fyrir sem viðkoma ekki *Olweusaráætlun*, ef kennara grunar að um einelti sé að ræða. Sigga finnst að Olweuskannanirnar vera meiri forvörn gegn einelti en aðrar kannanir sem lagðar eru fyrir og sýnir hvernig skólabragurinn er hverju sinni.

Eru allir ánægðir og samstíga?

Við vildum vita hvort að ánægja væri með þessar vinnuáætlanir og bæði Sigga og Anna voru sammála um að svo væri. Hvorug þeirra hafði orðið vör við neikvæðni eða gagnrýni í garð áætlunarinnar sem hvor um sig starfar eftir. Að lokum fannst okkur mikilvægt að fá svör við því hvort að allir starfsmenn skólanna væru samstíga hvorri aðferð fyrir sig. Anna sagði að svo væri, allir umsjónarkennarar væru virkir og það væri mikilvægt, því að það er kennarinn sem er fagmaðurinn. Sigga sagði að hún heyrði ekki á kennurum að þeir vildu breyta um aðferð, en nýlega hafi verið lagt fyrir kennarana könnun um hvernig þeim þætti að vinna eftir *Olweusaráætluninni* og er verið að vinna úr þeim niðurstöðum.

Umræður

Hér að framan höfum við verið að fjalla um eineltisáætlanirnar *Saman í sátt* og *Olweusaráætlunina*. Í byrjun rekjum við hvora aðferð fyrir sig. Hvernig unnið er eftir þeim og hvernig þær eru settar upp. Hvernig bregðast skuli við og hvernig hægt sé að vinna markvisst gegn einelti í skólum.

Einelti hefur alltaf verið viðloðandi mannkynið. Einelti er tvennskonar, annars vegar beint og hins vegar óbeint. Beint einelti felur í sér orð, athafnir, árás og jafnvel líkamlega misnotkun. Óbeint einelti er afskaplega dulið og lýsir sér þannig að einstaklingur er útilokaður frá félögum, baktalaður, hunsaður og skilinn útundan. Mikilvægt er að vera ávalt vakandi gagnvart einelti og styðja undir jákvæða hegðun.

Í báðum aðgerðunum er notast við bekkjarreglur um jákvæða hegðun og að samskipti við aðra eigi ávalt að vera kurteis og bera skuli virðingu fyrir náunganum. Í báðum aðgerðum er mælt til um það að haldnir séu vikulegir bekkjarfundir. Í *Olweusaráætlun* er fyrirfram ákveðið skipulag um hvernig eigi að framfylgja eineltisáætlun.

Í *Saman í sátt* er það skólinn sem býr til sína eigin áætlun og getur breytt henni eftir aðstæðum hverju sinni. Báðar áætlanirnar eru þannig upp settar að þær eru langtímaverkefni en ekki skammtímalausn sem grípa skuli til. Það sem greinir aðferðirnar einnig að eru staðlaðar kannanir sem lagðar eru fyrir í *Olweusáætluninni* frá fjórða til tíunda bekk. Í *Saman í sátt* eru lagðar fyrir kannanir strax frá fyrsta bekk og út grunnskólagönguna. Kannanirnar geta þó verið breytilegar frá ári til árs og fer það allt eftir hvort að einhver spurning er að koma illa út, þá er orðalaginu breytt til þess að fá nákvæmari niðurstöður. Í *Olweusaráætlun* eru kannanirnar sendar til Noregs þar sem þær eru yfirfarnar og niðurstöðurnar sendar til baka og kynntar fyrir kennurum. Í *Saman í sátt* er hins vegar yfirumsjónarmaður sem heldur utan um áætlunina innan skólans og fylgir eftir könnunum ásamt því að kynna niðurstöður fyrir kennurum. Báðar aðferðirnar leggja mikið upp úr því að allir starfsmenn innan skólans eru þátttakendur og viti hvað er viðeigandi hegðun og hvað lýðist ekki.

Af viðtölunum að dæma vinna báðir skólarnir samviskusamlega eftir sinni eineltisáætlun. Báðir skólar eru með fyrirbyggjandi aðgerðir sem þeir fylgja vel eftir,

aðgerðaráætlunin hjá þeim báðum er vel skipulögð og er sett fram eins og fyrirmæli hvorrar áætlunar fyrir sig segir til um. Í báðum áætlunum er lagt upp úr því að einelti fari minnkandi eftir að eineltisáætlunin er tekin upp í skólanum, er það sjáanlegt í báðum skólunum samkvæmt Önnu og Siggju. Báðar áætlanir eru lagðar upp sem langtímaverkefni en ekki skammtímalausn. Í skólanum hjá Siggju hefur verið unnið eftir áætluninni síðan 2002 og í skólanum hjá Önnu hefur verið starfað eftir áætluninni síðan 2004-2005. Skólarnir eru því ekki að nota þetta áætlanirnar sem skammtímalausn heldur verkefni sem stanslaust er í gangi í skólanum. Báðir skólarnir eru ánægðir með sína áætlun og munu koma til með að halda áfram að vinna eftir henni

Einnig var farið stuttlega í það hvernig bæði þolendum eineltis og gerendum eineltis líður. Allir eiga í raun hættu á því að lenda fyrir einelti en því miður eru alltaf einhverjir nemendur sem eru í meiri áhættuhóp heldur en aðrir. Það er nokkuð gefið að sá sem verður fyrir einelti líður ekki vel, hann finnur fyrir höfnun og vanmætti. Skipta má viðbrögðum þolenda niður í nokkur stig. Það eru ekki allir til þess fallnir að leggja í einelti, yfirleitt eru gerendur skapbráðir einstaklingar sem hafa það að markmiði að vilja stjórna öðrum einstaklingum og aðstæðum. Gerendur eru yfirleitt með jákvætt viðhorf gagnvart einelti og litla samkennd. Þeir sem hafa átt erfiða æsku eru taldir vera líklegri til að leggja aðra í einelti.

Báðar eineltisáætlanirnar eiga það sameiginlegt að vinna gegn einelti og samskiptavandamálum. Lagt er upp úr því að koma vel fram við alla og bera virðingu fyrir hvort öðru, á það við um bæði nemendur og annað starfsfólk skólanna.

Lokaorð

Þegar við lítum til baka gekk vinnan að þessu lokaverkefni mjög vel. Við vorum strax sammála í upphafi hvað okkur langaði til að skrifa um. Báðar höfum við mikinn áhuga á þessu viðfangsefni og fannst okkur spennandi að sökkva okkur í lestur og tileinka okkur meira um þetta málefni. Til þess að geta tileinkað okkur efnið betur lásúm við um nokkrar aðferðir sem unnið er eftir til þess að sporna við einelti. Að okkar mati stóðu *Olweusaráætlun* og *Saman í sátt* upp úr. Eftir að hafa lesið okkur til og kynnt okkur þessar tvær áætlanir höllumst við báðar meira að *Saman í sátt* aðferðinni þar sem okkur finnst jákvæðara og léttara yfir þeirri aðferð þó svo að báðar búi yfir góðum vinnuaðferðum.

Við byrjuðum á því að búa til hugmyndalista yfir það sem okkur langaði að taka fyrir, eftir nokkrar umræður afmörkuðum við efnið. Að lokum ákváðum við að taka fyrir báðar aðferðirnar og bera saman, hvernig þær væru uppsettar og hvernig unnið væri eftir þeim á vettvangi. Okkur langaði að sjá hvernig stuðlað væri að upprætingu eineltis innan sama bæjarfélags. Nauðsynlegt að okkar mati var að koma bæði inn á líðan þolenda og gerenda eineltis. Hvaða einstaklingar eru í hvorum áhættuhóp fyrir sig og hvernig eineltismyndir eru, annars vegar beint einelti og hins vegar óbeint.

Til að fá meiri dýpt í ritgerðina okkar leituðum við í erlendum rannsóknum sem styðja við eineltisáætlanirnar. Tókum við fyrir tvær rannsóknir og fjölluðum um þær. Önnur sýnir fram á að *Olweusaráætlun* er að skila góðum árangri og hin sýnir fram á að *Saman í sátt* eða *Zero* áætlunin er að gera góða hluti í upprætingu eineltis og öðrum samskiptavandamálum.

Til þess að eineltisáætlanirnar beri tilsettan árangur er ekki nóg að eingöngu skólarnir vinni að þessum málum. Allir þurfa að leggjast á eitt foreldrar, nemendur og allir starfsmenn skólanna. Það er líka mikilvægt að samfélagið í heild sinni sé vakandi og geta stjórnvöld séð til þess með því að vekja umræður á málefninu og stuðla að því að allir tileinki sér að koma fram við aðra eins og aðrir vilja láta koma fram við sig. Langt er í land að einelti upprætist og spurningin er hvort það gerist einhverntíman.

Okkar von er að samstaða náist í eineltismálum og allir leggist á eitt. Það sem við getum gert sem kennarar í málunum er að kenna okkar nemendum vinsemd og virðingu og gera þeim ljóst hversu alvarlegt það er að leggja einstakling í einelti.

Birna Þorsteinsdóttir

Guðmunda Fríða Bj. Karlsdóttir

4. Heimildaskrá

Ritaðar heimildir

Aðalnámsskrá grunnskóla. *Almennur hluti*. 2006. Reykjavík, Menntamálaráðuneyti.

Bogdan, Robert C. og Sari Knopp Biklen. (1998). *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods*. Boston: Allyn and Bacon.

Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson (Þýddu og staðfærðu). Byggt á efni Erling Roland og Grete Sörensen Vaaland. 2001. *Saman í sátt*. Reykjavík, Námsgagnastofnun.

Guðjón Ólafsson. 1996. *Einelti*. Reykjavík, Ritroð uppeldis og menntunar.

Olweus, Dan. 2003. *Einelti meðal barna og unglunga – ráðleggingar til foreldra*. Matthías Kristiansen þýddi. Reykjavík, Olweusaráætlun gegn einelti.

Olweus, Dan. 2005. *Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – handbók önnur útgáfa*. Þorlákur H. Helgason þýddi. Reykjavík, Olweusarverkefnið gegn einelti.

Olweusarkerfið gegn einelti – handbók. 2002. Reykjavík, Menntamálaráðuneytið, Samband íslenskra sveitarfélaga, Kennarasamband Íslands og Heimili og skóli.

Sharp, Sonia og Peter K. Smith. 2000. *Gegn einelti – handbók fyrir skóla*. Ingibjörg Markúsdóttir þýddi. Reykjavík, Æskan.

Rafrænar heimildir

Midthassel, U. V., Sigrun K. Ertesvåg. 2007. *Schools implementing Zero: The process of implementing an anti-bullying program in six Norwegian compulsory schools*. Vefslóð: <http://www.springerlink.com/content/lp2026745q675308/fulltext.pdf> sótt á vef [29.mars 2010]

Olweus, Dan. 2010. *Olweus-programmet mot mobbing og antisosial atferd i grunnskolen 2010/2011*. Vefslóð: <http://www.helse.uni.no/upload/OP10%20doc%20endelig.pdf> Sótt á vef [29.mars 2010]

5. Fylgiskjöl

Spurningar

1. Eftir hvaða áætlun vinnið þið?
2. Hvenær tókuð þið þessa aðferð upp?
3. Hvernig vinnið þið markvisst gegn einelti?
4. Teljið þið að einelti hafi minnkað eftir að þið hófuð að starfa eftir þessari áætlun?
5. Hafa verið gerðar einhverjar kannanir? Hvernig komu þær út?
6. Eru þið með einhverjar fyrirbyggjandi aðgerðir, ef svo er hverjar eru þær?
7. Er eitthvað samstarf við heimilin í þessum málum, ef svo er hvernig er því samstarfi háttað?
8. Er sjáanlegur munur á líðan barna?
9. Eruð þið ánægð með þessa vinnuaðferð?
10. Eru allir kennarar samstíga þessari aðferð?