



# Ferill eineltismála hjá Sundráði ÍRB

---

1. Tilkynning um einelti berst til stjórnar Sundráðs ÍRB á viðeigandi eyðublaði. Hægt er að nálgast eyðublaðið á heimasíðu félagsins.
2. Ef tilkynning kemur inn til stjórnar og hún er ekki frá foreldrum eða þolanda sjálfum eru foreldrar og þolandi upplýstir um tilkynninguna. Foreldrum/forráðamönnum þolanda og þolanda sjálfum gerð grein fyrir næstu skrefum í málinu og þeir látnir skrifa undir að næstu skref í málinu hafi verið kynnt þeim. Ef þolandi er fullorðin einstaklingur er foreldrum/forráðamönnum ekki tilkynnt um hið meinta einelti heldur einungis þolanda. (t.d. ef um þjálfara, foreldra, stjórnarmenn o.þ.h er að ræða )
3. Foreldrum/forráðamönnum meints geranda er tilkynnt um hið meinta einelti. Þeim er gert grein fyrir að til standi að ræða við meintan geranda og þeim boðið að sitja þann fund. Meintum geranda er gert ljóst að hann sé grunaður um að vera gerandi í eineltismáli. Foreldrar/forráðamenn meints geranda eru látnir skrifa undir að þeim hafi verið tilkynnt um hið meinta einelti og að þeim hafi einnig verið gerð grein fyrir því ferli sem slík mál fara í. Ef gerandi er fullorðinn einstaklingur er foreldrum/forráðamönnum ekki tilkynnt um hið meinta einelti heldur einungis hinum meinta geranda.
4. Stjórn setur saman eineltisteymi þar sem í eru stjórnarmenn og/eða utanaðkomandi aðili/aðilar eftir eðli málsins. Þeirra hlutverk er að fara í gagnaöflun og viðtöl við meintan þolanda og foreldra, hugsanleg vitni, meintan geranda, aðra sundmenn í hópnum og aðra þá sem búa yfir upplýsingum um hið meinta einelti.
5. Ef við á, er foreldrum í þeim hópi sem hið meinta einelti á að hafa átt sér stað, sendur tölvupóstur um að komið hafi tilkynning um einelti í hópnum og beðið um leyfi til að ræða við sundmenn á einstaklingsgrundvelli um málið og þeim boðið að sitja þann fund. Ef eineltisteymið þarf að ræða við barn þ.e. einstakling undir 18 ára aldri þarf að fá samþykki foreldra/forráðamanna og þeim er boðið að sitja þá fundi.
6. Eineltisteymið skilar greinagerð til stjórnar þegar upplýsinga hefur verið aflað.
7. Stjórn boðar foreldra/forráðamenn þolanda og geranda á fund í sitthvoru lagi til að fara yfir niðurstöður málsins.
8. **Niðurstaða eftir gagnaöflun: Ekki einelti:**  
Ef ekki er um einelti að ræða er foreldrum/forráðamönnum og meintum þolanda kynnt niðurstaða málsins. Meintum geranda er einnig tilkynnt um niðurstöðu málsins. Foreldrar/forráðamenn beggja aðila, þolanda og geranda, verða að skrifa undir að þeim hafi verið tilkynnt um þessi málalok. Ef annarhvor aðilin er fullorðinn þá þarf hann að skrifa undir málalokin.
9. **Niðurstaða eftir gagnaöflun: Einelti í gangi:**  
Ef um einelti er að ræða er þolanda og foreldrum kynnt niðurstaða málsins. Gerandi er boðaður í viðtal ásamt foreldrum/forráðamönnum og honum kynnt niðurstaðan og til hvaða aðgerða verði gripið. Mikilvægt er að það komi skýrt fram að einelti er ekki liðið og gripið verði til harðari aðgerða ef gerandi lætur ekki af háttsemi sinni s.s. brottrekstur úr hópi eða úr sunddeild. Ef gerandi er þjálfari fær hann skriflega áminningu í starfi. Ef háttsemi er viðvarandi tekur stjórn ákvörðun um viðeigandi viðbrögð s.s. tilfærslu í starfi eða brottrekstur. Sé annarhvor aðili fullorðinn eru foreldrar/forráðamenn ekki boðaðir.
10. Ef foreldri/forráðamaður þolanda eða meints geranda er ekki sáttur við niðurstöðu Sundráðs ÍRB getur hann tilkynnt málið til stjórnar ÍRB.



# Skilgreining á einelti

---

Einelti er endurtekið líkamlegt og/eða andlegt ofbeldi, þegar einn eða fleiri níðast á eða ráðast aftur og aftur á sama einstakling.

Gerandinn eða gerendur sameinast um að gera fórnarlambi sínu, þolandanum, lífið nánast óbærilegt.

Fólk hefur misjafnt sársaukapol, misjafnt skopskyn og tilfinningar. Ef einelti varir og enginn styður þá sem verða fyrir því, er hættu á að viðkomandi beri þess merki ævilangt. Einnig eru mörg dæmi þess að gerendur eigi um langt skeið í vanda vegna gerða sinna, þeir þurfa því ekki síður á hjálp að halda.

## **Andlegt einelti – ofbeldi felst t.d. í því að:**

Skilja einhvern útundan, eða setja einhvern „út í kuldann“.

Tala illa um einhvern, ógna eða hæða með orðum, niðrandi og særandi athugasemdum.

Skemma eða eyðileggja æ ofan í æ fyrir einhverjum, föt og eða annað.

## **Líkamlegt einelti felst t.d. í því að:**

Ráðast á, hrinda, sparka, slá eða klípa einhvern.

Halda einhverjum föstum eða loka einhvern inni gegn vilja hans.

## **Það sem einkennir einelti er einkum tvennt:**

Margendurtekið atferli eða háttsemi, sem varir í langan tíma, stundum marga mánuði eða jafnvel ár. Einn einstakur atburður telst ekki einelti.

Ójafnvægi í styrkleikasambandi milli þess sem verður fyrir eineltinu og hinna sem beita því. Sá sem verður fyrir barðinu á eineltinu getur ekki varið sig sjálfur og lætur það yfir sig ganga.

## **Hverjir leggja aðra í einelti :**

Þeir sem eru sjálflægir, eiga erfitt með að skilja tilfinningar annarra.

Þeir sem hafa ekki góða sjálfsmynd, upphefja sjálfan sig með því að niðurlægja aðra.

Þeir sem eiga við persónuleg vandamál að stríða (t.d. búa við lakar heimilisaðstæður eða gengur illa í námi) og láta það bitna á öðrum.

*Það er ekki hægt að útrýma einelti í eitt skipti fyrir öll, en með fyrirbyggjandi aðgerðum er hægt að draga stórlega úr einelti. Umræða um einelti þarf sífellt að vera í gangi og allir verða að vera vakandi og meðvitaðir um vandamálið. Samræmdar aðgerðir og skipulagðar forvarnir hafa sýnt bestan árangur í baráttunni gegn einelti.*



Sundráð ÍRB

# TILKYNNING

## Grunur um einelti

Berist stjórn Sundráðs ÍRB

Tilkynnandi: \_\_\_\_\_ Dags: \_\_\_\_\_

Tengsl við þolanda: \_\_\_\_\_

Hópur og þjálfari: \_\_\_\_\_

Móttakandi tilkynningarinnar \_\_\_\_\_ Dags: \_\_\_\_\_

Þolandi: \_\_\_\_\_ kt: \_\_\_\_\_

Meintur gerandi: \_\_\_\_\_

Meintur gerandi: \_\_\_\_\_

Meintur gerandi: \_\_\_\_\_

Meintur gerandi: \_\_\_\_\_

Fleiri sem hugsanlega vita um meint einelti:

\_\_\_\_\_

Hvar á meint einelti sér stað? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hversu lengi hefur meint einelti staðið yfir? \_\_\_\_\_

Í hverju er meint einelti fólgið \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

