

## Skilgreining á einelti

Einelti er ofbeldi, líkamlegt og/eða andlegt þar sem einn eða fleiri niðast á einum. Einelti er endurtekið atferli og á sér stað reglubundið um lengri eða skemmri tíma.

### Einelti getur birst í ýmsum myndum:

1. Stríðni
2. Hótunum
3. Útilokun/höfnun
4. Endurteknu líkamlegu ofbeldi
5. Rafrænu einelti
6. Öðru niðurlægjandi áreiti

### Birtingarmyndir eineltis:

- Uppnefningar og baktal eða hvísl um einhvern annan
- Neikvæðar sögur, frásagnir eða lygar um einhvern sem koma honum illa
- Segja öðrum að útiloka einhvern ákveðinn einstakling, tala ekki við hann, hunsa hann
- Þegar einhver er skilinn útundan, gefið í skyn að hann einn sé ekki velkominn
- Þegar gert er grín að öðrum vegna útlits eða þyngdar
- Þegar hæðst er að menningu, trú eða húðlit einhvers
- Þegar hæðst er að fötlun eða heilsuleysi einhvers
- Þegar einhver einn einstaklingur fær ekki að vera með í samverustundum, leikjum eða íþróttum
- Þegar gert er grín að einhverju og síðan þóst að verið sé að „djórka“
- Þegar neitað er að vinna með eða sitja hjá ákveðnum einstaklingi í skólanum
- Þegar eigur annarra eru eyðilagðar, þeim stolið eða þær faldar
- Þegar einstaklingur er meiddur, í hann sparkað, hann sleginn, hrækt á hann eða honum hrint, klipinn, klóraður, eltur, honum haldið föstum gegn vilja hans

### Rafrænt einelti

Þegar illkvittin skilaboð eru send eða komið til skila með einhverjum hætti t.d. þegar Netið eða gsm síminn er notaður til að gera eitthvað af því sem nefnt hefur verið hér að ofan. Þegar neikvæðum, skaðlegum skilaboðum um einhvern er komið áleiðis til annarra í gegnum:

- MSN
- Tölvupóst
- Facebook
- Blogg
- SMS
- Tekin mynd með GSM síma og sett á Netið til að hæðast að eða svívirða þann sem myndin er af
- Aðrar netsíður sem einelti hefur stundum viðgengist á:
- Myspace
- YouTube
- Spjallrásir

(Efnið *Birtingarmyndir eineltis og Rafrænt einelti* er tekið af netsíðu Kolbrúnar Baldursdóttur sálfræðings, [www.kolbrunbaldurs.is](http://www.kolbrunbaldurs.is), 27. okt.2011)