

Því við erum miklu vanari því að segja hvað eigi ekki að finna, ekki sjá og ekki heyra. Þessu er lýst nánar í heftinu “Looks like – Sounds like” eftir Diane Gossen.



Eyvindarholti - 225 Álftanesi  
Sími: 860 7470

**Uppbygging sjálfsgaga**

# **SKÝR MÖRK**

**(Vefútgáfa)**

**Um óásættanlega hegðun  
og viðbrögð við henni**

**Magni Hjálmarsson tók saman**

**Álftanesi**

**2009**

## SKÝR MÖRK

Bók þessa má afrita.

Vefsíður þar sem fræðast má um uppbyggingarstefnuna:

[www.realrestitution.com](http://www.realrestitution.com)

[www.sunnuhvoll.com](http://www.sunnuhvoll.com)



Eyvindarholti - 225 Álftanesi

Sími: 860 7470

Rafpóstur: [magni.hjalmarsson@simnet.is](mailto:magni.hjalmarsson@simnet.is)

## Y – spjöld

Y- spjöld eru notuð til að skilgreina jákvæð hugtök og gildi en T-spjöld eru notuð bæði við skilgreiningar á neikvæðum, óæskilegum hugtökum og einnig til að finna andstæð hugtök um dygðir og lesti (ódygðir) eins og sýnt hefur verið hér að framan. Y-spjöldin eru notuð til að færa í orð það sem við *sjáum*, *heyrum* og *finnum* þegar hin jákvæðu gildi eru í heiðri höfð. Þegar við erum að færa okkur í átt til uppbyggingar sjálfsgaga, sem er lífsgildismiðuð aðferð, er mikilvægt að gera sér grein fyrir því að þetta tekur tíma bæði fyrir nemendur og kennara, því allt umhverfið og félagslegi arfur okkar hefur fremur tekið mið af reglum og viðurlögum. Reglur og viðurlög eru á hlutstæðu vitundarstigi en lífsgildi og sjálfsmynd á hærra og óhlutstæðu stigi. Y- spjöld eru notuð til að ferðast upp á hærra vitundarstig og ná samstöðu um mikilvæg gildi. Þegar þættirnir í Y-spjaldinu eru *sjá*, *heyra* og *finna* eru þeir allir jákvæðir og glíman er að orða þá án þess að nota neitunina *ekki*. Þetta reynist oft erfitt að gera í byrjun

## Afskipti vegna brota á reglu

(Tillaga um skráningu)

1. Fékk áminningu
2. Vísað afsíðis í stofunni
3. Vísað fram á gang
4. Látinn sitja eftir
5. Haldið í einangrun í frímínútum
6. Vísað til skrifstofu
7. Vísað með aðstoð til skrifstofu
8. Vísað heim – sóttur
9. Til bekkjarkennara frá öðrum
10. Hringt heim

U1 Fékk uppbyggingu munnlega

U2 Skrifleg uppbyggingaráætlun

F1 Fundur með foreldrum

F2 Fundur með foreldri og barni

F3 Leysti málið sjálfur við friðarborðið

Nöfn:	M	P	M	F	F

Skilist á skrifstofu í lok viku:

---

Undirskrift kennara

## Formáli vefútgáfu

Þessi bæklingur er tekinn saman til að kennarar og starfsfólk skóla geti unnið að því að setja mörkin milli minniháttar og meiriháttar brota. Ef hinir fullorðnu í lífi barns eru samtaka og gera svipaðar lágmarkskröfur um hegðun - setja skýr neðri mörk – veitir það öllum öryggi og barnið gerir sér betri grein fyrir væntingum skólans og samfélagsins.

Að grípa til varnarháttar við óásættanlegri hegðun er ekki það sama og að setja mörk. Að nota varnarhætti eins og reiði, hroka, fyrirlitningu, hneykslun, skammir hundsun eða aðra ógnandi framkomu til að ná stjórn á stjórnlausum nemendum er reynt að forðast eins og heitan eldinn, en öðlast í staðinn nægilegt sjálfstraust til að setja skýr mörk.

Að setja skýr mörk er því þannig að láta vita mjög ákveðið að hegðun sé óásættanleg af því að hún ógnar öryggi eða skólastarfi eins og þegar dómari á leikvöllinum flautar og vísar leikmanni út af vellið tímabundið.

Um leið og kennararnir og starfsmenn skólans hafa ákveðið að læra uppbyggingu og sjálfstjórnarkenningu og nota sér í skólstarfinu er þeim nauðsynlegt að gera þrennt:

- Skilgreina skýr mörk
- Ákveða hvaða viðurlög skólinn geti beitt.
- Skipuleggja verkaskiptingu þegar skýr þolmörk eru rofin

Þetta er til að allir finni til öryggis og misskilji ekki viðleitnina að skapa í skólanum manneskjulegra andrúmsloft fyrir alla því stundum ber það við að viðleitnin við að innleiða Uppeldi til ábyrgðar – Uppbyggingu sjálfsaga er álitin eftirgjöf og linkind sem muni leiða til geðþóttaákvarðana varðandi reglu og aga.

Ástæðan er oftast sú að skólinn er ekki klár á skýrum mörkum.

Þessi vefútgáfa er til komin nú vegna þess að prentaða útgáfan er uppseld.

Álftanesi í júní 2009  
Magni Hjálmarsson

**T-tafla um: Barefli og vopn**

<p><b>Óásættanlegt - verður að senda til skrifstofu</b></p>	<p><b>Minniháttar yfirsjón hægt að laga strax</b></p>
<p><b>ER=&gt; (Lýsir sér sem):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Allir hlutir sem notaðir eru til að berja með. Ásetningurinn skiptir öllu máli</li> <li>▪ Kylfur</li> <li>▪ Hnífar</li> <li>▪ Oddhvassir hlutir</li> </ul>	<p><b>ER EKKI:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ýmis verkfæri notuð af klaufaskap</li> </ul>

## 1. kafli

### Skýr mörk – “The Bottom Line”

(Tekið úr bókinni *Many Faces of Change* eftir Diane Gossen)

T-tafla um: Ávana og fíkniefni

<b>Óásættanlegt - verður að fjarlægja nemanda úr hópi</b>	<b>Misskilningur sem hægt er að leiðrétta strax</b>
<b>ER=&gt; (Lýsir sér í)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tóbaksnotkun</li><li>▪ Sniff</li><li>▪ Áfengisnotkun</li><li>▪ Ólögleg efni í fórum</li></ul>	<b>ER EKKI:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Vatn</li><li>▪ Matur</li><li>▪ Meðal tekið skv. lyfseðli</li><li>▪ Astmalyf</li></ul>

Sumir skilja orðið “bottom line” þannig að refsing fylgi á eftir. Það er ekki okkar hugmynd. Tilgangur ófrávíkjanlegrar reglu er að verja lífsgildin í félagssáttmála, sem við gerum saman og allir eru sammála um að séu mikilvæg leiðarljós að hafa í heiðri.

Við getum ekki leyft einstaklingum að troða á því sem hópurinn hefur ákveðið þó velkomið sé að hlusta á efasemdarraddir og ólíkar skoðanir. Jafnvel er hægt að taka tillit til þess ef einhver vill standa utan við og taka ekki þátt í að hjálpa til við að skilgreina tilganginn og mörkin.

Foreldrar vilja ekki senda börnin sín í skóla þar sem ofbeldi, fíkniefnaneysla eða áreitni er daglegt brauð. Nemendur finna sig ekki örugga ef kennarinn getur ekki náð stjórn á bekknum við hættulegar aðstæður.

Kennaraliðið og foreldrarnir þurfa að ákveða hvaða hegðun er alveg óásættanleg í samfélagi

skólans. Samstaða um ófrávíkjanlegar reglur og skýr mörk er nauðsynleg og síðan þarf að framfylgja þeim af festu og mildi.

Þegar framfylgja þarf slíkri reglu á að gera það opinberlega þannig að nemendur sjái að við fullorðna fólkið meinum það sem við segjum um öryggi og nám. Þetta þýðir að við hinir fullorðnu erum færir um að segja af alvöru, festu og í hugarró: “Svona hegðun er ekki leyfileg, þetta er andstætt þeim lífsgildum sem við höfum valið okkur og trúum á”. Síðan verðum við að vera fær um að fylgja orðunum eftir af öryggi og festu.

Þegar nemandi sýnir óásættanlega hegðun þarf að senda hann á skrifstofuna þar sem skólastjórnandi tekur við honum. Viðurlögum eða afleiðingum er beitt þannig að meta þarf hvert einstakt tilvik. Taka þarf með í reikninginn fjölda svipaðra brota að undanfögnu og hve alvarlegt brotið er, sem framið var í þetta sinn. Skólastjórnandi þarf því að hafa mismunandi úrræði á takteinum. Niðurstaðan af mati hans getur t.d. verið að nemandinn sé tafarlaust sendur heim eða að hann sé látinn vinna í einangrun á fyrirfram ákveðnum stað.

**T-tafla um: Skemmdarverk**

<b>Óásættanlegt - verður að fjarlægja nemandan úr hópi</b>	<b>Minniháttar brot - hægt að fá að laga strax</b>
<p><b>Er =&gt; (Lýsir sér í):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Vísitandi skemmdir á eignum skólans og annarra               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ rúðubrot</li> <li>○ húsgögn</li> <li>○ o.fl.</li> </ul> </li> <li>▪ Þjófnaður</li> </ul>	<p><b>▪ Er ekki:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Smávægileg brot sem bæta má fyrir:               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ krot</li> <li>○ tyggjóklessur</li> <li>○ boltaför</li> </ul> </li> </ul>

**Bein ógnun eða ögrun við starfsfólk eða kennara í starfi eða gesti í skólanum**

<p><b>Óásættanlegt - verður að fjarlægja nemanda úr hópi</b></p>	<p><b>Minniháttar brot - hægt að reyna að laga strax</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Er = (Sést og heyrst sem):</b></li> <li>▪ Hótanir með orðum, líkamstjáníngu eða barefli</li> <li>▪ Hóta illu umtali</li> <li>▪ Meðvituð truflun</li> <li>▪ Búa til hengingarsnúru</li> <li>▪ Kveikja eld</li> <li>▪ Kveikja á eldspýtu í óleyfi</li> <li>▪ Apa eftir starfsmanni, kennara</li> <li>▪ Leggjast í gólfið og neita að standa upp</li> <li>▪ Gengið fast upp að kennara, starfsmanni</li> <li>▪ Kasta hlutum í fólk</li> <li>▪ Uppnefna starfsmann upp í opið geðið á honum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Er ekki:</b></li> <li>▪ Fer eftir tilgangi (þarf að spyrja)</li> <li>▪ Galsi</li> <li>▪ Óþekkt</li> <li>▪ Vanlíðan</li> <li>▪ Skapvonska</li> <li>▪ Frekja</li> <li>▪ Fíflagangur</li> </ul>

Mikilvægast er að ákveða fyrirfram hvaða úrræði hægt er að nota við þessar kringumstæður. Allir kennarar, foreldrar og börn þurfa að vita um mögulegar afleiðingar og almennt samþykki þarf um að þær séu sanngjarnar.

Eftir að viðurlögum hefur verið beitt og nemandi “afplánað dóminn” er honum boðin uppbygging (kennsla í að sinna þörfum sínum af meiri ábyrgð næst) ef mögulegt er. Ekki er hægt að þvinga nemanda til þess að fara í uppbyggingu.

**Af hverju þarf skýr mörk um óásættanlega hegðun?**

Í fyrsta lagi vegna þess að það tryggir öryggi. Í öðru lagi vegna þess að það er alvarleg yfirlýsing um skoðanir hópsins á því sem hann telur algjörlega óásættanlega hegðun. Skilningur á því hvað ekki er í lagi í samskiptum skapar besta samband milli manna. Ef þessi skilningur er rofinn, er það skylda hópsins að tala um brotið mildilega og af festu en ekki með háði eða skömmum.

Sem fæst orð þarf að nota á þessu augnabliki. Best er að gera eitthvað sýnilegt. Ef við förum að ráðleggja viðkomandi þegar hann hefur farið yfir mörkin fer bitið úr því að hafna hegðun hans að öðrum ásjáandi.

Þegar hegðun manns er ósæmileg er manni boðið að meta sjálfur eigin hegðun og snúa sterkari til leiks á ný með ósk um að lagfæra það samband við aðra sem orðið hefur fyrir skakkaföllum.

Algengasta kvörtun kennara er sú að skólastjórinn sé óklár á því hvað sé óásættanleg hegðun nemenda. En það er ekki bara á ábyrgð skólastjórnar að skilgreina það. Þetta er verk sem þarf að vera á ábyrgð starfsmanna, sveitarfélags og stundum nemenda líka og þarf því að vinnast í sameiningu. Þegar þeirri vinnu er lokið, verður það hlutverk skólastjórnenda að fylgja ákvörðuninni eftir, þegar einhver fer yfir mörkin sem dregin hafa verið. Það er líka á ábyrgð skólastjóra að ræða skýrt við nemendur um þessi mörk og styðja þannig við bakið á kennurum sem á þurfa að halda.

Ófrávíkjanlegar reglur er stuttur listi yfir hegðun sem er algjörlega óásættanleg að dómi

T- tafla um: Andlegt ofbeldi

<b>Óásættanlegt - verður að fjarlægja nemanda úr hópi</b>	<b>Minniháttar brot - hægt að fá að leiðrétta strax</b>
<p><b>Er =</b></p> <p><b>(Sést og heyrist sem):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Að uppnefna</li> <li>- Augngotur og grettur (Ákv. svipbrigði hjá stelpum notuð í neikvæðum niðurlægjandi tilgangi)</li> <li>- Hrækja</li> <li>- Baktala</li> <li>- Söguburður</li> <li>- Lygi</li> <li>- Skilja útundan (síendurtekið)</li> <li>- Dónaleg merki (fingur)</li> <li>- Hunsa</li> <li>- Þögn (þegja í hel)</li> <li>- Neikvætt orðbragð</li> </ul>	<p><b>Er ekki:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saklaust pískur</li> <li>- Grín sem ekki meiðir</li> <li>- Hrós</li> <li>- Menningarleysi</li> <li>- Smekkleysi</li> </ul>



## Álftanesskóli

Hér að neðan kemur samantekt skilgreininga sem unnin var á tveimur tveggja tíma fundum í febrúar 2003 með starfsmönnum skólans. Unnið var að því að koma sér saman um hvar þolmörkin væru, hvað starfsmenn ætluðu sér að leysa sjálfir með nemendum og hvaða atvik yrði að senda til skrifstofu til úrlausnar.

**T-tafla um: Líkamlegt ofbeldi**

<b>Óásættanlegt - verður að fjarlægja nemanda úr hópi</b>	<b>Minniháttar brot - hægt að reyna að laga strax</b>
<b>Er = (Sést og heyrst sem):</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kýlingar</li><li>▪ Spörk</li><li>▪ Grjót kast</li><li>▪ Klípa</li><li>▪ Hárreita</li><li>▪ Beita vopnum</li><li>▪ Bíta</li><li>▪ Klóra</li><li>▪ Hrinda</li><li>▪ Hrækja</li><li>▪ Hálstak</li><li>▪ Klippa hár</li><li>▪ Ekki hætt þegar óskað er</li></ul>	<b>Er ekki:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Þegar báðir eða allir eru sáttir</li><li>▪ (tuskast í góðu)</li><li>▪ Gelgjuslagur</li><li>▪ “Gannislágur”</li></ul>

kennara og foreldra. Þetta er venjulega hegðun sem truflar nám eða ógnar öryggi. Algengast er að listinn varði líkamsmeiðingar, fíkniefni, vopn og beina ögrun við fullorðinn starfsmann skólans. Slík hegðun þarf að hafa í för með sér frávísun nemandans, þ.e. burt úr skólastofunni, matstofunni, eða af leikvellingum. Fyrst er nemandanum vísað frá síðan fær hann ráðgjöf. Tími frávísunar er háður því hve brot er alvarlegt. Frávísunina verður að skilgreina sem afleiðingu brotsins. Frávísunin er ekki uppbygging. Uppbygging getur byrjað síðar, en þegar farið er yfir strikið og ófrávíkjanleg regla brotin, er það nægilega alvarlegt til að bregðast við með tafarlausri brottvísun úr hópnum. Ef barn neitar að yfirgefa stofuna verður skólinn að hafa varaáætlun til að fylgja ákvörðun kennarans eftir.

Nú mætti spyrja af hverju verið er að leggja á ráð um svona ytri agastjórn samkvæmt reglum og viðurlögum, þegar dagskrárefnið fjallar um innri stjórn og uppbyggingu. Svarið byggir á reynslu minni af skólum sem eru að innleiða uppbyggingarstefnuna. Vegna þess að nemendur eru orðnir vanir ytri agastjórn finnst þeim til að byrja með að hugmyndir

uppbyggingarstefnunnar sé veikleikamerki. Þetta er sérstaklega áberandi ef þeir hafa haft strangan kennara. Nemendur sem sjá engin mörk munu prófa sig áfram til að finna hvar þau liggja. Skólar hafa kennt mér að við getum forðast að lenda í þessu með því að skerpa á ófrávíkjanlegu reglunum um leið og við færum áhersluna í átt að lífsgildismiðaðri innri agastjórn með aðferðum uppbyggingarstefnunnar. Það eru ekki allir nemendur tilbúnir að taka við uppbyggingaraðferðinni. Fyrir þá sem ekki eru reiðubúnir til sjálfsskoðunar og sjálfsmats og til að lagfæra eigin mistök þurfum við enn á að halda að geta beitt viðurlögum. Skilgreind ófrávíkjanleg regla er hreinræktuð og samþykkt og viðbrögð við broti á henni er ekki geðpóttákvörðun. Hún er gerð fyrir starfsfólk, nemendur og foreldra í heimsókn í skólanum. Skólastjórar sem lesa þennan texta þekkja þá miklu ábyrgð sem þeir bera á að öryggi í skólanum sé tryggt. Þótt jákvæður skólaandi sé besta vörnin gegn ofbeldi og ofsóknum í skólanum, má það ekki koma fyrir að skólastjórar grípi í tómt þegar taka þarf á alvarlegum brotum. Ef skólinn lætur viðgangast óátalið ýgi og yfirgang,

## T- TAFLA um grimmd eða grín

Illkvittni og andstyggð	Góðlátlegt grín
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hættulegt</li> <li>▪ Óþægilegt</li> <li>▪ Sumum ekki skemmt</li> <li>▪ Ekki sagt frá</li> <li>▪ Móðgandi</li> <li>▪ Endurtekið oft og við öll tækifæri</li> <li>▪ Einkamál</li> <li>▪ Niðrandi tónn</li> <li>▪ Meiðir mann</li> <li>▪ Mann langar að fara eða hefna sín</li> <li>▪ Valdi beitt</li> <li>▪ Þér finnst þú vera skotmark</li> <li>▪ Tilgangur að meiða</li> <li>▪ Talað um viðkvæma líkamshluta, kynþátt, trú</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fyndið</li> <li>▪ Þægilegt</li> <li>▪ Allir skemmta sér</li> <li>▪ Vilt segja öðrum</li> <li>▪ Ekki móðgandi</li> <li>▪ Sami brandarinn sagður bara einu sinni</li> <li>▪ Sagt í góðra vina hópi</li> <li>▪ Vinsamlegur tónn</li> <li>▪ Meiðir ekki</li> <li>▪ Ekki á kostnað annarra í hópnum</li> <li>▪ Væntumþykja að baki</li> <li>▪ Þér finnst þú tilheyra hópnum</li> <li>▪ Tilgangur að skemmta</li> <li>▪ Maður þarf ekki að forða sér burt</li> </ul>

starfsmanna og þeir tali einum rómi gegn agabrotum. Hvenær breytist vinsamleg stríðni í meiðandi ummæli - græskulaust grín í grátt gaman? Til að vinna með slíkar spurningar er gagnlegt að búa til T- spjöld sem eru tveir dálkar með yfirskrift. Annað hvort finnur maður andheiti eða hefur eina yfirskrift og segir hvað sést og heyrst í annan dálkinn og hvað hvorki sést né heyrst í hinn. Þannig skýrist fyrir þátttakendum hvar þolmörk hópsins liggja. Á næstu síðu er til dæmis verið að finna út hvenær gamanið verður grátt.

fíkniefnaneyslu eða stöðuga truflun á kennslu erum við að senda þau skilaboð að við trúum ekki því sem við boðum og meinum ekki það sem við segjum. Að fjarlægja nemanda hljóðlega af festu og öryggi, nemanda sem hefur misst sig, er á hinn bóginn yfirlýsing um virðingu bæði fyrir nemandanum og skólanum.

Það er mikilvægt að við séum ekki að reyna að nota uppbyggingarspurningarnar á meðan við erum að fjarlægja nemandann. Hann er í uppnámi og ekki í standi til að hugsa. Eftir að hann hefur fengið tíma til að jafna sig og hugsa sinn gang getum við notað spurningar af uppbyggingar-þríhorninu til að lagfæra sambandið sem beið hnekki.

### **Ófrávíkjanlegar reglur**

1. Engar líkamsmeiðingar
2. Engin vopn
3. Engin fíkniefni
4. Engin bein ögrun við fullorðna
5. Engar ofsóknir eða áreitni

Þegar fylgja þarf eftir ófrávíkjanlegri reglu er áriðandi að vera rólegur og stutturður. Við hvorki refsingum né vekjum sektarkennd við að framfylgja reglunum. Kennari eða foreldri sem vill leiðbeina barninu, forðast refsingar og sektarkennd af ýmsum ástæðum. Í fyrsta lagi tekur það mikla orku, sem hægt væri að nota til að finna lausn á vandanum sem upp er kominn. Í öðru lagi höfum við neikvæða sjálfsmynd þegar við finnum til sektar. Í þriðja lagi heldur sektarkenndin okkur föstum í fortíðinni sem við höfum enga stjórn á því við getum engu breytt um það sem þegar hefur gerst. Við getum aðeins haft áhrif á það sem er í nútíð og framtíð. Fyrsta leiftrið af eftirsjá og sektarkennd er merkið sem við nýtum til að byrja að endurnýja og byggja upp sjálfstraustið. Uppbygging sjálfins styrkir okkur innanfrá. Uppbygging þýðir að lagfæra mistök, gera rétt og vera sá sem maður vill vera.

### **5. kafli**

#### **Skilgreining á hugtökum**

Ófrávíkjanlegu reglurnar fjalla um óásættanlega háttsemi eða hegðun. Til að það sé sem minnstur munur á túlkun, hvar mörkin liggja milli hins ásættanlega og hins óásættanlega, þurfa kennarar og aðrir starfsmenn skólans að vinna saman að því að skilgreina það. Hér á eftir er sýnt hvernig hægt er að bera sig að við þessar skilgreiningar sem koma fyrir í ófrávíkjanlegu reglunum:

#### **Hugtök að skilgreina**

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| - Líkamlegt ofbeldi  | - Andlegt ofbeldi     |
| - Skemmdarverk       | - Vopn og barefli     |
| - Ógnanir og ögranir | - Ávana- og fíkniefni |

#### **Hörð agabrot/Minniháttar brot**

T-spjöld eru notuð til að skilgreina hvað felst í ófrávíkjanlegu reglunum, því stundum erum við á gráu svæði hvað þetta varðar. Finna þarf hvar línan liggur milli meiri og minni brota og þetta krefst töluverðrar umræðu svo samræmi sé í viðbrögðum

## ÓFRÁVÍKJANLEGAR REGLUR

- ❖ Hvorki líkamlegt né andlegt ofbeldi.
- ❖ Engin skemmdarverk.
- ❖ Engin barefli eða önnur vopn.
- ❖ Engar ógnanir eða ögranir við starfsmenn skólans.
- ❖ Engin fíkniefni, áfengi eða tóbak.

### VIÐURLÖG OG MÖGULEGT FRAMHALD ÞEIRRA

Ef ég brýt ófrávíkjanlega reglu, sendir starfsmaður skólans mig til skrifstofu. Þar er metið hvort það þurfi lengri tíma að bæta úr og byggja upp traust, eða hvort ég fæ aðstoð við að leiðrétta mistök. Ef það þarf lengri tíma þá veit ég að ég verð að:

- ❖ Yfirgefa staðinn samstundis og síðan skólann í fylgd forráðamanna minna a.m.k. til næsta dags.
- ❖ Á fundi með skólastjórnanda, umsjónarkennara og forráðamanni þarf ég að lýsa vilja mínum að koma aftur í skólann og gera bragarbót.
- ❖ Á þeim fundi fæ ég tækifæri til að gera áætlun um úrbætur og fæ að velja mér hjálparamann (sjá kaflann um leiðréttingu/uppbyggingu hér að framan).
- ❖ Að öðrum kosti setja skólinn og heimili mitt mér sameiginlega skilyrði að fara eftir.

## 2. kafli

### Um ófrávíkjanlegar reglur og eftirfylgd með þeim

(Eftir Yves Bousquet skólastjóra í frönskumælandi skóla í Kanada)

### Strangur agi og slakur

Ég legg áherslu á að það er undir mati þess skólastjórnanda komið, sem er að hjálpa barninu, hvað gerist næst eftir að það hefur rekið sig utan í ófrávíkjanlega reglu. Það er ekki hægt að afgreiða málin vélrænt eftir lista yfir viðurlög eða afleiðingar. Þegar barn er látið gjalda fyrir afleiðingar gerða sinna geta viðurlögin sem beitt er, verið allt frá því að fá áminningu í samtalinu (og það fari því aftur inn í bekkinn eftir afskipti skólastjórnandans) og til þess að það sé endanlega rekið úr skólanum.

Markmið með uppbyggingu er að kenna, en ekki að útdeila viðurlögum eða refsar. Hvenær sem ég kemst í færi við að kenna barni að hegða sér betur, þá vil ég nota tækifærið sem býðst. Ég færi mig um set í stöðu reglustjórnunar ef barnið þiggur ekki tilboð um að læra nýjar leiðir, lagfæra og bæta. Sömuleiðis ef sama barnið er sífellt að koma til mín af sömu ástæðunni.

Komið hefur fyrir kennara í sumum skólum, eftir að þeir hafa farið á Restitution I námskeið, að þeir hafa tekið upp **slaka** stjórn á agamálum. Þeir byggja þá eingöngu á lífsgildum og börnin þurfa aldrei að taka afleiðingum gerða sinna. Börnin eru þá fljót að læra það að ef þau gera mistök, þarf bara að spjalla smá stund við einhvern og þá er allt í lagi. Ekki er gerð áætlun um að bæta fyrir mistökin eða um að breyta rétt og ekkert er rætt um nýjar leiðir til að breyta framkomu. Niðurstaðan verður sú að hegðunin batnar ekkert.

Í öðrum skólum hafa kennarar komið heim að loknu námskeiði og orðið **strangir**. Þeir hafa farið að einblína á öryggisreglurnar og viðurlögin við þeim. Þeir kenna börnunum hverjar öryggisreglurnar eru og fylgja þeim síðan eftir af ákafa. Það er mjög lítið talað um lífsgildi. Ferlið er einfalt, þú gerir þetta – og þetta gerist. Ekki eru kenndar nýjar leiðir til lausnar á ósætti. Aðferðin við að leiðrétta mistök nemendanna er útfærð á refsandi hátt fremur en að líta á atvikið sem tækifæri til að læra. Hegðunin hefur tilhneigingu til að versna.

## REGLUR – VERKASKIPTING – VIÐBRÖGD

(Formið frá Jeff Grumley en samið af MH og kennurum í Folda- og Álftanesskóla)

### ALMENNAR REGLUR

Stofureglur/umgengnisreglur:

- ❖ *Tala af kurteisni.*
- ❖ *Láta aðra í friði.* (Halda höndum og fótum í skefjum.)
- ❖ *Bera ábyrgð á eigin skóladóti.*
- ❖ *Sinna hlutverki sínu.*

### LEIÐRÉTTING - UPPBYGGING

Brjótí ég ofanskráðar reglur býðst mér að leiðrétta mig: Kennarinn metur hvort ég má leiðrétta mig inni í stofunni eða fara afsíðis til þess.

*Ef ég fer út úr bekknum fæ ég tækifæri til að:*

- ❖ *Fá aðstoð við að byggja upp eigið sjálfstraust og síðan:*
- ❖ *Skrifa niður hvað ég hefði getað gert öðruvísi og betur (útfylla eyðublað).*
- ❖ *Bæta þeim upp sem hafa orðið fyrir barðinu á mér.*
  - *Ræða við hann/hana og:*
  - *Viðurkenna að við höfum öll sama rétt.*
  - *Útskýra mína eigin yfirsjón.*
  - *Finna, ef mögulegt er, viðeigandi skaða- eða sárabætur.*
- ❖ *Ég átta mig á að vegna þess að ég hef brotið reglur, kemst ég ekki inn í hópinn minn aftur, fyrr en kennarinn minn er tilbúinn að taka við mér.*

**T-tafla um hlutverk**

Kennari	Nemandi
<p><b>Mitt hlutverk er að...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kenna</li> <li>▪ Læra</li> <li>▪ Vera verkstjóri þegar við setjum reglur</li> <li>▪ Meta vinnu nemenda</li> <li>▪ Skrifa hjá mér atriði</li> <li>▪ Kenna sjálfsmat</li> <li>▪ Fylgja eftir reglum, setja mörk</li> <li>▪ Aðstoða þig við að gera uppbyggingaráætlanir</li> </ul>	<p><b>Þitt hlutverk er að...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Læra</li> <li>▪ Taka ákvarðanir</li> <li>▪ Gera áætlanir</li> <li>▪ Taka þátt í að setja reglur</li> <li>▪ Gefa mér eitthvað til að meta</li> <li>▪ Læra að meta eigin framlag</li> <li>▪ Fylgja settum reglum</li> <li>▪ Gera uppbyggingaráætlanir</li> </ul>
<p><b>Mitt hlutverk er EKKI að..</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Láta þig læra</li> <li>▪ Fljúgast á við krakka</li> <li>▪ Móðga eða taka við móðgunum</li> </ul>	<p><b>Þitt hlutverk er EKKI að..</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Vinna mitt starf</li> <li>▪ Siða aðra til</li> <li>▪ Taka við móðgunum eða móðga</li> </ul>

\* Sjá nánar um “Mitt og þitt hlutverk” í samnefndum bæklingi.

Leið uppbyggingar liggur einhvers staðar þarna á milli. Við hættum ekki að beita viðurlögum. Öryggisreglurnar eru til að styrkja lífsgildin sem við höfum valið. Við byrjum með því að hjálpa og kenna barni sem gerir glappaskot. Ótti og þvingun eru ekki hluti af því námsferli. Við leitumst við að átta okkur á þörfinni sem að baki býr. Tölum um lífsgildi. Sköpum skilyrði til að barnið geti sinnt eigin þörf og haldi jafnframt í heiðri þau gildi sem lögð er áhersla á í skólanum.

Uppbygging þarfnast þess að ráðgjafinn (skólastjóri, kennari) vefi eða reki sig varlega milli stöðu 4 í stjórnun (Hver er reglan? Hvað gerðir þú? Hvað gerist nú?) og stöðu 5 (Hver eru lífsgildin okkar? Eru það líka þín lífsgildi? Ef þú lagfærir það sem þú gerðir skakkt, á hvaða leið ertu þá?).

Munið þetta: Bæði kennarar, skólastjórnendur og börn munu gera alls konar mistök við að innleiða nýjar aðferðir. Það munu koma upp árekstrar. Það er eðlilegur hluti breytinga. Hvernig við hegðum okkur, þegar árekstrar verða er það sem skiptir mestu máli um það hvort við lærum á mistökunum. Stundum

skellum við bara skuldinni á aðra og látum þar við sitja.

Gott ráð er að reyna að skilja aðra, áður en við reynum að fá þá til að skilja okkur. Sýnið hvert öðru þolinmæði. Styðjið hvert annað, jafnvel þegar sjónarmiðin eru ólík.

### Lífsgildi sem leiðarljós í samskiptum



### Reglur og verkaskipting styðja lífsgildin

Mitt hlutverk er...	Pitt hlutverk er...
Það er ekki mitt að...	Það er ekki þitt að...

----- Þ - O - L - M - Ö - R - K ----- (bottom line) ---

Ófrávíkjanlegar reglur



#### 4. kafli

### Lífsgildi annars vegar en reglur og verkaskipting hins vegar

Samantekt: Magni Hjálmarsson

Lífsgildin eru eins og leiðarstjörnur í samskiptum fólks en verkaskiptingin gefur öryggi og festu.

Verkaskiptingin er kjarninn í umgengnisreglunum og þær styðja við lífsgildin sem allir eru sammála um. Síðan taka ófrávíkjanlegu reglurnar við sem enn frekara bakland kennarans. Kannski eru þær hafsbótinn. Á ensku eru þær kallaðar botnlína (bottom line).

Reglur fjalla um það sem er sýnilegt eða heyrnlegt en lífsgildin fjalla um það sem er finnanlegt og þau ákvarða meginmarkmið hópsins sem vinnur saman.

#### 3. kafli

### Polmörk vernda sannfæringuna

(Tekið úr bókinni It's all about WE eftir Diane Gossen)

Sumir fara að hugsa um refsingu þegar þeir heyra orðið polmörk (e.bottom line). Það er ekki ætlunin hér. Hlutverk polmarkanna er að vernda félagslega samninginn sem við gerum öll saman. Við getum ekki látið einstaklinga vaða yfir það sem við höfum ákveðið sem hópur, þó að við tökum til greina spurningar þeirra og jafnvel óánægju sem lið í því að skilgreina mörk okkar og tilgang. Ef einstaklingur vill ekki skoða sjálfan sig nánar, velta fyrir sér gildum eða bæta fyrir, getum við ekki breytt honum. Ef við erum hins vegar í ábyrgðarstöðu verðum við að beita ytri stjórnun í formi reglna. Við verðum sérstaklega að koma í veg fyrir að aðrir skaðist. Til þess að geta framfylgt þessu þurfum við polmörk.

Polmörk eru notuð þegar ljóst er að einhver einstaklingur er að ráðast á og skaða sannfæringu sem hópnum er umhugað um. Þegar þetta gerist er algengast að sá einstaklingur sé fjarlægður frá hópnum á einhvern máta. Það getur verið burt úr

stofunni, af leikvellinum, úr leikfimi, matsalnum eða skólanum, allt eftir því hve alvarlegt brotið er. Við reynum að beita þolmörkum mjög sparlega, og aðeins ef og þegar okkur hefur mistekist að skapa aðstæður fyrir einstaklinginn til að hugleiða og stjórna sér á þann hátt að það skaði ekki aðra eða umhverfið. Polmörkin eru þannig síðasta úrræðið og allir í starfsliðinu verða að vinna saman að því að finna hvar þau eru. Í þeirri vinnu byggja þeir á sameiginlegri sýn og starfsmenn verða að vera samkvæmir sjálfum sér og samtaka í að beita þeim.

Til að hjálpa kennurum að finna þolmörkin spyr ég oft: „Hvað myndu foreldrar segja að væri algerlega óásættanlegt – þau myndu ekki senda börn sín í skólann ef það ætti sér stað?“ Þá komumst við að því að foreldrar myndu ekki senda börn sín í skóla þar sem væri ofbeldi, eiturfjaneysla, áreitni eða þar sem ekkert nám færi fram. Nemendum finnst þeir ekki vera öruggir ef kennari getur ekki haft stjórn á bekknum eða á leikvellinum við erfiðar aðstæður. Starfslið og foreldrar þurfa að koma sér saman um hvaða hegðun sé algerlega óásættanleg í „samfélagi

spurðu þig um réttmæti alls, en gerðu það af virðingu. Hugleiddu hvernig manneskja þú viljir vera og hvernig þú viljir láta koma fram við þig. Hugleiddu hvort þú getir verið samstíga okkur. Sannfæring hópsins verndar hvern einstakling í honum. Við höfum öll skyldur gagnvart hópnum sem heild, til að tryggja öryggið og frelsið sem við höfum öll rétt á.“

## Við viljum hvorki sjá, heyra né finna

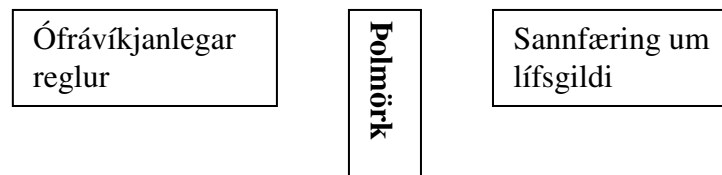
Ófrávíkjanlegar reglur og þolmörk við uppbyggingu sjálfsaga eiga ekki að vera eins og „stór hamar“. Hlutverk þeirra er að aðskilja þann frá hópnum sem brýtur af sér.

Efnislega þarf kennari að segja við nemanda sem hefur rofið þolmörk hans og skólans eitthvað á þessa leið:

„Vegna þess að þín sannfæring, (það sem þú trúir að sé mikilvægast), er ekki samhljóma því sem við erum viss um að sé mikilvægt, skulum við nota staðinn og stundina núna til þess að þú getir hugleitt sannfæringu þína og talað við okkur um hana. Þú getur ekki breytt neinu ef þú skilur ekki. Ef við höfum ekki útskýrt nógu vel fyrir þér af hverju þessir hlutir skipta okkur máli, er það hluti af vandanum. Við getum ekki neytt þig til að trúa einhverju eða að hafa í heiðri það sem við höfum ákveðið. Við getum heldur ekki látið þig eyðileggja það sem við höfum byggt upp saman til að við getum öll lært saman. Við viljum að þú sért hugsandi einstaklingur. Dragðu allt í efa,

okkar.“ Þolmörk þarf að ákveða og þau þarf að virða og fylgja eftir af mikilli samkvæmni fyrir allra augum svo að nemendur sjái að þeim fullorðnu sé umhugað um nám og öryggi. Fyrir allra augum þýðir ekki að nemandi þurfi að ganga um með spjald framan á sér sem á stendur “ég stel” eða “ég bít “. Það þýðir að hinn fullorðni segi við erfiðar aðstæður “Þessi hegðun er ekki ásættanleg, hún stríðir gegn sannfæringu okkar eða fullvissu.”

Fyrst skráum við þolmörkin, og finnum síðan hvaða *sannfæring* (e. *belief*) um mikilvægi eða fullvissa um lífsgildi liggur að baki.



**Engin áreitni**

**Ekkert ofbeldi**

**Engin eiturlyf**

**Engin vopn**

**Engan harkalegan mótþróa**

**Virðing**

**Öryggi**

**Heilbrigði**

**Öryggi**

**Nám**

## Við gerum það sem við segjum

Margir hafa lagt það til að koma á agakerfum með *engu umburðarlyndi* (zero tolerance) gagnvart ákveðnum brotum. Polmörkin sem sett eru þegar þessi aðferð er notuð við að kenna sjálfsaga þýða nákvæmlega þetta, *ekkert umburðarlyndi*, gagnvart skilgreindum brotum, en þau ganga enn lengra. Það fyrsta sem við þurfum að skilja varðandi þolmörkin í uppbyggingu sjálfsaga, er að þeim er komið á til að vernda þá sannfæringu sem hópnum er annt um - þau lífsgildi sem við höfum í hávegum, vegna þess að þolmörk endurspeglar vilja „skóla-*sam*-félagsins“ og þeim þarf að koma á í náinni samvinnu foreldra og annarra í samfélaginu. Þegar einhver rýfur þolmörk – og treður þar með á ófrávíkjanlegum reglum og við beinum athyglinni að þessu, þurfum við líka að tengja við sannfæringuna að baki og draga hana skýrt fram. Til dæmis, ef einhver er með ummæli sem eru lituð kynþáttafordómum í matsalnum, þarf umsjónarmaður að segja: „Það er ekki leyfilegt (regla) að segja þetta. Í skólanum okkar trúum við á virðingu (sannfæring). Komdu með mér.“ Síðan að taka nemandann út.

## T-tafla um mótþróa og storkun

Blátt bann	Viðvörðun
Ef við <i>sjáum eða heyrum</i> eftirfarandi þarf að bregðast við með því að fjarlægja viðkomandi frá samnemendum sínum:  (Óásættanleg hegðun sem er ekki til samninga)	Þó við <i>sjáum eða heyrum</i> eftirfarandi þarf ekki að bregðast við með brottvísun úr hópi:  (Væg brot sem reyna má að laga strax)
<ul style="list-style-type: none"><li>- Neitun við að fylgja fyrirmælum ( t.d. Nei, ég vil það ekki)</li><li>- Blótsyrði beind að kennurum</li><li>- Skemmdarfýsni</li><li>- Ógnun við eigið öryggi eða annarra</li><li>- Persónuleg ógnun (sálfræðileg, líkamleg, í orðum)</li><li>- Að ganga út úr tíma og gefa kennara langt nef.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Að ranghvolfa augum</li><li>- Líkamstjáníng (tal )</li><li>- Merkjasendingar og tuldur</li><li>- Kaldhæðni</li><li>- Að blóta út í loftið</li><li>- Að tefja eða slóra</li></ul>

**Bætið í listana ykkar eigin hugmyndum !**

viðbrögð séu nothæf fyrir okkur. Yfirleitt er nokkur sátt um það hvað sé alvarlegt brot. Ef allt starfslið - ekki bara kennarar, ákveða að framfylgja þolmörkunum og stjórnin ákveður að styðja við bakið á starfsliðinu við að beita viðurlögum, eruð þið komin vel á veg. Munið að þolmörkin eiga ekki bara við um nemendur, heldur líka um samskipti ykkar í milli og einnig hvernig við komum fram við nemendur og foreldra. Með því að taka tíma í að koma á skýrum þolmörkum, erum við að styrkja sannfæringu okkar. Það veitir okkur samkvæmni í öllu því sem er mikilvægt, og gefur okkur þannig traust og öryggi. Heilbrigð samskipti fela í sér að þolmörk séu til staðar, því þau vernda sameiginlega sannfæringu okkar. Í bæklingi sem heitir: „Birtist sem - Hljómar sem“ (Looks like – Sounds like) eru mörg dæmi um hvernig þolmörk eru sett í T-töflur og nemendur hafa unnið. Það er ekki gott að dreifa þeim beint í bekkina, því sköpun nemenda sjálfra er sameiginlegt ferli.

Ef verið er að svindla í kappleik, gæti íþróttakennarinn kallað: „Stopp. Þetta má ekki (regla).“ Og segja svo rólega: „Hér í skólanum er það sannfæring okkar að íþróttamannsleg hegðun sé mikilvæg (sannfæring). Farðu á bekkinn.“

Ef eiturlyf finnast, gæti deildarstjóri sagt: „Þetta er ólöglegt (regla). Hér í skólanum trúum við því að heilbrigðir lífnaðarhættir séu mikilvægir (sannfæring). Hefur einhver talað við þig um þetta?“ (Boðið upp á samtali eftir æfingu.)

Ef kennari getur ekki kennt vegna þess að nemandi hagar sér illa og hann hefur beitt þeim úrræðum sem honum eru möguleg, ætti skólustjórinn að segja við nemandann: „Helgi kennari hefði ekki sent þig hingað ef þetta væri ekki alvarlegt (reglufesta). Hér í skólanum tökum við nám alvarlega (sannfæring)“.

Þegar ég var í starfsnámi sem ráðgjafi lærði ég að taka nemendur afsíðis til að ræða við þá. Þetta kom í veg fyrir niðurlægingu þeirra og að þau gætu verið með stæla fyrir framan bekkinn. Við uppbyggingu sjálfsaga, þegar þolmörk eru rofin fyrir allra augum, til

dæmis þegar nemandi áreitir annan kynferðislega, og það skaðar sannfæringu okkar um virðingu og jafnrétti, verður að bæta sannfæringuna fyrir allra augum og taka síðan nemandann burt frá hópnum. Ef ummælin eða áreitnin er ekki strax tengd sannfæringunni á opinskáan hátt, er skaðinn óbættur.

Annað atriði sem mig langar að ræða um varðandi þolmörkin, er að ef þau eru notuð ein og sér, eru þau ekki nægjanleg. Þau munu þá virka eins og víti til varnaðar um stund, sérstaklega ef nýbúið er að kynna þau fyrir nemendahópnum. Við þurfum hins vegar að nota þann tíma sem ógn okkar virkar, til að fræða nemendur um sjálfsaga. Við þurfum þá að kenna þeim að stjórna tilfinningum sínum, skilja þarfir sínar, hafa stjórn á athöfnum sínum, hugsa um hverjir þeir vilja vera og skapa sameiginlega sannfæringu.

### **Stjórnun og þolmörk**

Sú kvörtun sem ég heyri hvað oftast frá kennurum er að stjórn skólans sé ekki nógu skýr í að setja

### **Að ergja nemendur**

Ég segi á námskeiðum mínum að allir kennarar hafi á valdi sínu að ergja nemandann svo mikið að hann rjúfi þolmörk. Algengast er að þetta gerist þegar nemandi neitar að vinna verkefni sín.

Polmörk eru ekki rofin ef nemandi situr bara á stólnum. Kennarinn getur sagt: „Ég kem til þín þegar ég hef tíma“ og haldið áfram að sinna bekknum. Ef kennari ætlar að neyða nemandann til að vinna með því að standa yfir honum og heimta hlýðni getur komið að því mjög fljótlega að þolmörkin verði rofin. Í því tilviki er nemandanum ekki gefinn tími til að hugleiða málið. Ef honum hefur hins vegar verið gefið tækifæri til þess, en hann gerir kennaranum samt sem áður erfitt fyrir að kenna, er það rof á þolmörkum því að sannfæring okkar segir okkur að nám sé mikilvægt.

Allir í starfsliði skólans þurfa að hafa skýra mynd af því hvar þolmörkin liggja. Gera þarf Y-töflur um ofbeldi, mótþróa, áreitni, vopnaburð og eiturlyf. Svo þarf að prófa dæmi um aðstæður sem kennarar hafa lent í. Þetta er fært inn á töfluna til að sjá hvort

tómstundaherberginu. Við þurftum að hringja í móður hans til að láta ná í hann. Við útskýrðum fyrir henni að við værum ekki í stakk búin til að fást við eyðileggingu af þessu tagi.

Annað samtal af þessu tagi var við foreldri eftir að barn þess hafði ítrekað hlaupið út úr skólanum og út af lóðinni og við gátum ekki ábyrgst öryggi þess.

Þegar barn á yngsta stigi fór undir borð og beit í fætur hinna var litið á það sem rofin þolmörk þar sem kennari gat ekki kennt.

Barn sem kúkaði á gólfið inni á snyrtingunni var að rjúfa þolmörk. Við tókumst á við það, beittum viðurlögum og unnum að því að hjálpa honum að hafa stjórn á skapi sínu og að komast aftur inn í hópinn.

Að æpa „fökk jú“ að kennara er að rjúfa þolmörk. Það skaðar virðinguna. Að henda disknum í gólfið í matsalnum og hrópa: „þetta er ógeð“ er að rjúfa þolmörk. Ef nemandi hefði hins vegar tautað það um leið og hann tók diskinn sinn hefði það ekki verið rof. Við hefðum sagt rólega við hann: „Vertu þá ekki að borða þetta.“ Það væri tækifæri til að beina honum á rétta braut á ný.

þolmörkin. Það sem mig langar að segja er að þolmörkin eru ekki einungis á ábyrgð stjórnarinnar. Að koma þeim á ætti að vera á ábyrgð starfsliðsins, „samfélags skólans“ og síðar nemenda sjálfra. Þegar þolmörkum hefur verið komið á, en þeim ekki framfylgt, er það hins vegar hlutverk stjórnarinnar að minna starfslið á og herða og skýra þolmörkin. Það er líka hlutverk stjórnenda að þolmörkin séu ljós öllum nemendum og styðja þá kennara sem finnst þau rofin. Þegar kennari sendir nemanda til skólastjórans þarf hann að láta í ljós að aðstæðurnar séu alvarlegar með því að segja hluti eins og: „Lára virðist ekki skilja að okkur er annt um öryggi.“ En það að fjarlægja nemandann verður að líta á sem afleiðingu eða viðurlög. Það er ekki uppbygging. Uppbygging getur átt sér stað síðar, en rofin þolmörk eru nógu alvarleg til að fjarlægja nemandann strax frá hópnum. Ef barn neitar að yfirgefa stofuna, þarf hver skóli að hafa áætlun til að mæta því. Yfirleitt kemur gangavörður (eða kennarar í eyðu), sækir barnið og fer með það.

Þið eruð kannski að velta því fyrir ykkur af hverju við erum að ræða um eftirlit þegar við trúum á uppbyggingu. Ástæðan er sú að mér hefur lærst nokkuð mikilvægt af ferlinu, þegar skóli er að færast í átt til Uppbyggingar. Nemendur hafa tilhneigingu til að líta á Uppbyggingu sem veiklundað kerfi. Það er vegna þess að þau eru svo vön eftirliti okkar með hegðun þeirra. Það verður sérstaklega augljóst í bekkjum þar sem kennarinn hefur stundað mikið einræði. Nemendum sem finnst eins og það séu engin mörk, munu reyna að prófa sig áfram til að finna hvar mörkin liggja.

Reynsla í skólum hefur kennt okkur að við getum komist hjá þessu, ef við herðum og skýrum þolmörkin á sama tíma og við færumst yfir í aga sem byggist á sannfæringu í gegnum Uppbyggingu. Það eru ekki allir nemendur reiðubúnir fyrir Uppbyggingu. Fyrir þá nemendur sem vilja ekki stunda sjálfsmat eða laga vandamál sín sjálf, þurfum við enn um sinn að beita viðurlögum (afleiðingum). Við eyðum ekki miklum tíma í þetta, ekki þarf meira en tvær mínútur. Að rjúfa þolmörk hefur skýrar afleiðingar sem búið er að koma

sem ég vann í að nemandi sagði við kennara: „Ef ég næ ekki þessu prófi verður einhver drepinn.“ Kennarinn spurði: „Meintirðu virkilega það sem þú sagðir?“ Þegar nemandinn endurtók ógnunina reiðilega var hann sendur til skólastjóra.

Annað dæmi er af nemanda í New York, sem skrifaði miða þar sem hann hótaði að drepa kennara sinn og barn hennar. Ég spurði hver afleiðingin hefði verið. Hún sagði að ekkert hefði verið gert. Ég sagði henni að þolmörkin í skólanum hennar væru ekki nægilega skýr. Hún svaraði að lögin í New York vernduðu hagsmuni barna með sérþarfir, og leyfðu ekki að þeim væri vísað úr skóla. Ég held að ef sú er raunin þurfi að endurskoða lögin. Skólinn þarf að vera öruggur staður og til þess þarf myndugleika. Ég hef ekki komið í þann framhaldsskóla sem hefur ekki þurft að kalla til lögreglu einhvern tímann á skólaárinu.

Einu sinni sá ég nemanda í þriðja bekk berjast um á hæl og hnakka og öskrandi, þar sem hann var borinn eftir ganginum eftir að hafa eyðilagt hluti í



## Dæmi um þolmörk

Það er mjög mikilvægt að allt starfsliðið tali saman um hvar nákvæmlega þolmörkin eigi að liggja og hvaða sannfæring búi að baki hverri reglu fyrir sig. Ákvörðun þeirra er háð venjum samfélagsins. Til dæmis er til skóli í Mennonítasamfélagi sem gat sett *Engin blótsyrði* sem ófrávíkjanlega reglu. Það var vegna þess að nemendur heyrðu engan blóta heima fyrir eða í samfélagi sínu. Þeir myndu grípa andann á lofti ef þeir heyrðu það í skólastofunni. Í flestum skólum er það þannig að ef nemandi blótar ósjálfrátt, t.d. ef hann missir bók eða þ.u.l., og leiðréttir sig svo, er það ekki dæmi um rofin þolmörk, heldur tækifæri til að beina þeim í átt að betra málfari. Í öllum skólum er bannað að nota blótsyrði upp í opið geðið á kennara eða beina þeim að honum. Þetta eru skilyrðislaus rof á þolmörkum sem þarf að bregðast við án tafar. Langtímamarkmið okkar er að þoka þolmörkunum sífellt ofar eftir því sem nemendum lærist sjálfsgá. Það gerist líka þannig að því fækkar sem skapraunar nemendum og þeir þurfa að fá útrás fyrir. Annað dæmi um þolmörk er þegar einhver hótar því að drepa einhvern. Til dæmis gerðist það í einum skóla

sér saman um. Þetta á við ef brotið er á starfsliði, nemendum og/eða foreldrum sem eru staddir í eða við skólann. Þó að jákvætt starfsumhverfi sé besta forvörnin gegn ofbeldi í skólum, má það ekki gerast að stjórnendum fallist hendur ef nemandi ögrar þolmörkunum. Að leyfa ofbeldi, áreitni, eiturfjaneyslu eða handahófskennda truflun á kennslu, er yfirlýsing um að við förum ekki eftir sannfæringu okkar, trúum ekki því sem við segjum. Að fjarlægja nemandann rólega og af öryggi, gefur til kynna sjálfsvirðingu og virðingu fyrir skólanum.

Þolmörk sem oft eru rofin af slæmri hegðun, skapa óöruggt umhverfi fyrir hópinn. Í skólastofunni getur ástandið verið þannig að hegðun er slík að ekkert nám getur átt sér stað fyrr en búið er að fjarlægja nemandann. Stundum lýsi ég þessum aðstæðum eins og „hnút í maganum“. Nemandi hefur þá opinberlega ögrað kennara eða skólaliða. Það er dauðapögn í stofunni. Allir eru að bíða eftir því hvað gerist næst og kennarinn er með hnút í maganum. Við þessar aðstæður getur ekkert nám átt sér stað. Því miður hafa aðstæðurnar breyst á slíkum

stundum, frá *allir-sigra- aðstæður* yfir í *sigra-tapa- aðstæður*. Kennarinn verður nú að sigra til að bekknum eða hópnunum finnist hann öruggur á ný.

Í ljósi reynslu okkar er það ekki góð hugmynd að koma með þolmörks- inngríp og reyna Uppbyggingu á sama tíma. Aðalástæðan fyrir því er að þolmörkin ber að taka alvarlega; þau eru síðasta og áhrifamesta tæki okkar til stjórnunar og nemandi ætti að vera áhyggjufullur þegar við beitum því og skynja alvarleika brotsins. Þegar svo er getur hann ekki lært. Heili hans hefur skipt niður. Við þurfum hvorki að messa yfir þeim eða gera lítið úr þeim til að það gerist. Nemandinn þarf tíma til að róa sig niður og hugsa málið í eina klukkustund eða heilan dag. Önnur ástæða fyrir því að reyna ekki að beita uppbyggingu og þolmörkum samtímis, er að ef þið notið uppbyggingu við ráðgjöf verður nemandinn ekki sá sami að viðtalinu loknu og þið verðið kannski orðin afhuga því að beita afleiðingunum sem fylgja þolmörkunum. Polmörk ber að nota sparlega. Þeim er venjulega „beitt“ eftir að kennari hefur þegar haft nokkur afskipti af hegðun nemandans. Við

uppbyggingu sjálfsaga eru flest agabrot leyst í kennslustofunni.

Þegar ég hugsa til baka til allra þeirra skipta sem ég var ströng án þess að hugsa um hvað ég væri að gera, eða taka mér tíma til að gera nemandanum grein fyrir því, blöskrar mér gjörsamlega! Oft var ekki um neitt nám að ræða, aðeins sýning á einræðisvaldi mínu sem var byggt á ótta mínum við að missa stjórnina. Þetta þarf ekki að gerast í dag. Þegar samfélag hefur komið sér saman um sannfæringu og þolmörk, þegar við stöndum þétt saman hlið við hlið, getum við öðlast tilfinningu fyrir stjórn og áhrifavaldi sem kemur djúpt að innan og sú tilfinning leiðir til þess að við finnum fyrir samkennd með manneskjunni fyrir framan okkur. Við getum tjáð með orðum af hverju við gerum það sem við gerum - og þá finnst okkur við vera göfug en ekki grim, þegar við verndum sannfæringu okkar með þolmörkum.