HÁSKÓLI ÍSLANDS

Uppeldi til ábyrgðar

Fyrir frístundaheimili

Heiða Rafnsdóttir

Lokaverkefni til BA-prófs

Júní 2024

DEILD HEILSUEFLINGAR, ÍÞRÓTTA OG TÓMSTUNDA

Uppeldi til ábyrgðar

Fyrir frístundaheimili

Heiða Rafnsdóttir

Lokaverkefni til BA -prófs í Tómstunda og félagsmálafræði

Leiðbeinandi: Steingerður Kristjánsdóttir, Aðjunkt.

Deild Heilsueflingar, íþrótta og tómstunda

Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Júní 2024

Uppeldi til ábyrgðar
Fyrir frístundaheimili

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni til BA-prófs
í Tómstunda og félagsmálafræði við Deild heilsueflingar, íþrótta og tómstunda á Menntavísindasviði Háskóla Íslands

© 2024 Heiða Rafnsdóttir
Ritgerðina má ekki afrita nema með leyfi höfundar.

Ágrip

Lokaverkefnið mitt er greinargerð og handbók um það hvernig hægt er að nýta *Uppeldi til ábyrgðar* (UTÁ) í frístundastarfi. UTÁ er uppeldisstefna sem gengur út það að einstaklingar fái tækifæri til þess að þekkja þarfir sínar og að uppfylla þær á jákvæðan hátt. Með aðferðum stefnunnar læra einstaklingar að gera sér grein fyrir því að þeir hafi val um hegðun og fái aðstoð við að læra af mistökum sínum en ef þeir misstíga sig fá þeir tækifæri til að gera áætlun um að breyta um hegðun til þess að þeir verði besta útgáfan af sjálfum sér. Yfirleitt eru verkfæri UTÁ sniðin að skólastarfi en í handbókinni er sýnt fram á það hvernig hægt er að nýta þær leiðir í starfsemi frístundaheimilis. Á frístundaheimilum er unnið að því að tryggja öryggi barna og hugað að frjálsum leik þeirra í starfinu, UTÁ hentar vel fyrir starfið, þar sem er unnið er því að auka velferð barnanna með því að efla sjálfstraust þeirra og sjálfsþekkingu. Rannsóknir sem sagt er frá í greinargerðinni sýna fram á að UTÁ hentar vel í skólastarfi og það er áhugavert að sjá hvort það hefur einnig jákvæð áhrif á starfið innan frístundarinnar.

Efnisyfirlit

Ágrip **3**
Myndaskrá **5**
Formáli **6**
Inngangur **7**
1 Uppeldi til ábyrgðar (UTÁ) **8**
1.1 Bakgrunnur hugmyndafræði UTÁ 8
1.2 UTÁ á Íslandi 11
1.3 Rannsóknir á UTÁ 11
2 Þarfir **15**
3 Frístundaheimili **18**
4 Fræðsla um verkfæri UTÁ og tengsl við handbókina **19**
4.1 Skýr mörk 19
4.2 Mitt og þitt hlutverk: 19
4.3 Þarfirnar og þarfagreining 20
4.4 Y spjald 20
4.5 Frístundarsáttmáli 20
4.6 Hópefli og leikur 20
4.7 Sáttaleiðin 20
4.8 Sleikipinna heilinn 21
4.9 Inukshuk 22
4.10 Hver vilt þú vera – Y 22
4.11 Bjargirnar 22
4.12 Stutt inngrip 23
5 Lokaorð **24**
Heimildaskrá **25**

Myndaskrá

Mynd 1 Þarfahringurinn 16

Mynd 2 Sáttaleiðin 21

Mynd 3 Inukshuk 22

Formáli

Þessi greinargerð ásamt handbók er til B.A. - gráðu í tómstunda- og félagsmálafræði frá Háskóla Íslands. Markmiðið með greinagerð þessari er að fylgja úr hlaði handbók fyrir frístundaheimili um uppeldisstefnuna *Uppeldi til ábyrgðar* og því hvernig hægt er að nýta hana í vinnu með börnum á frístundaheimilum grunnskóla.

Á frístundaheimilum er unnið að því að tryggja öryggi barna og hugað að frjálsum leik í starfinu, UTÁ hentar vel við starfið sem þar er unnið og eykur UTÁ velferð barnanna með því að efla sjálfstraust þeirra og sjálfsþekkingu. Leiðbeinanda mínum, Steingerði Kristjánsdóttur, þakka ég fyrir góð ráð. Ég þakka Sigrúnu mágkonu minni fyrir að vera alltaf til staðar fyrir mig í gegnum allt námið. Einnig vil ég þakka Ásdísi Birnu fyrir leiðsögn og aðstoð á heimasíðunni Canva.com en sá vefur var notaður þegar handbókin var útbúin, aðstoð þín er ómetanleg. Eiginmaðurinn minn og börnin mín fá sérstaklega miklar þakkir fyrir þolinmæði, umburðarlyndi og umhyggju gangvart mér meðan ég sinnti náminu. Ég hefði ekki getað gert þetta án stuðnings þeirra.

Þetta lokaverkefni er samið af mér undirritaðri. Ég hef kynnt mér *Vísindasiðareglur Háskóla Íslands* (sjá www.hi.is/haskolinn/log_og_reglur, undir Sameiginlegar reglur). Ég hef gætt viðmiða um siðferði í rannsóknum og fyllstu ráðvendni í öflun og miðlun upplýsinga, og túlkun niðurstaðna. Notkun mín á heimildum er í samræmi við 4. mgr. 54. gr. reglna fyrir Háskóla Íslands nr. 569/2009. Ég vísa til alls efnis sem ég hef sótt til annarra eða fyrri eigin verka, hvort sem um er að ræða ábendingar, myndir, efni eða orðalag. Ég þakka öllum sem lagt hafa mér lið með einum eða öðrum hætti en ber sjálf/sjálft/sjálfur ábyrgð á því sem missagt kann að vera. Þetta staðfesti ég með undirskrift minni.

Reykjavík, ____._____ 20__

_____ _____

Inngangur

Markmiðið með handbókinni, sem þessi greinargerð fylgir eftir, var að gera aðferðir uppeldisstefnunnar *Uppeldi til ábyrgðar,* hér eftir nefnt UTÁ, aðgengilegri fyrir frístundaheimili. Forystuaðili UTÁ er Diane Gossen og byggir hún aðferðir sína á breiðum bakgrunni ýmissa fræðimanna og aðlagar hugmyndir sínar að skólaumhverfinu. Gossen (2002) segir að með því að taka upp hugmyndafræðina sem UTÁ byggir á verður til skólabragur þar sem umhyggja, samheldni og virðing bera af. Í UTÁ er talað um að hegðun einstaklinga stjórnist af þörfum þeirra en með verkfærum stefnunnar er reynt að hjálpa einstaklingunum að skynja og mæta eigin þörfum í gegnum jákvæðar leiðir í stað þess að sýna neikvæða hegðun. Einnig er lögð áhersla á það að efla sjálfstraust og bjargir einstaklinga í mismunandi aðstæðum, með öðrum orðum þá er einstaklingum hjálpað að finna leiðir til að vinna með þarfir sínar og lífsgildi (Gossen, 2006). Til þess að ná þessum markmiðum eru notaðar margar leiðir, hér á eftir verður fjallað nánar um nokkrar þeirra.

Höfundur þessarar greinargerðar hefur undanfarin ár starfað í skóla sem vinnur eftir aðferðum UTÁ og hefur séð þau jákvæðu áhrif sem aðferðir UTÁ hafa á starfsfólk og nemendur. Höfundur hefur einnig verðið forstöðumaður frístundaheimilis sem er tengt skólanum og þó að UTÁ sé yfirleitt sniðin að bekkjar- og skólaumhverfi sér höfundur gagnsemi í því að innleiða samskonar aðferðir í frístundastarfið. Með því verður samfella í uppeldisaðferðum innan skólans en allir starfsmenn frístundaheimilisins starfa einnig í skólanum og þekkja til UTÁ og verkfæranna sem eru notað í tengslum við hana. Hér á eftir verður fjallað um það hvernig frumkvöðull UTÁ vann að því að móta stefnuna og gera hana að því sem hún er í dag. Fjallað verður um rannsóknir sem gerðar hafa verið í skólastarfi. Umfjöllunin tengist svo aðferðum UTÁ sem er beitt í skólastarfi. Þá verður rætt um frístundaheimili og áherslur þar og að lokum er reynt að útskýra hvernig aðferðir UTÁ geta nýst í frístundastarfi. Í handbókinni sem fylgir þessari greinargerð er svo búið að aðlaga verkfæri UTÁ að frístundaheimilum og er hún leiðarljós í gegnum innleiðinguna og starfið sem getur farið fram þar.

1 Uppeldi til ábyrgðar (UTÁ)

Samkvæmt Guðbjörgu Erlu Gunnarsdóttur (2021) þá kemur stefnan Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga (e. Restitution), eða UTÁ eins og fjallað er um hérna, frá Diane Gossen frá Saskatoon í Kanada. Gossen sjálf hefur unnið að þróun hennar í gegnum árin. Gossen (2002) gaf út fyrstu bókina sína um UTÁ árið 1996, í henni leggur hún grunninn að þeirri stefnu sem UTÁ snýst um. Grundvallarhugmynd Gossen er sú að það eigi að hætta að beita refsingum og umbunum og reyna þess í stað að byggja upp sterka einstaklinga sem þekkja sig og sínar þarfir, hafa mikinn sjálfsaga og góða sjálfsstjórn (Gossen, 2002). Með stefnunni er reynt að byggja upp og skapa umhverfi sem einkennist af samheldni og umhyggju. Fræðin sem liggja að baki hugmyndum Gossen koma úr mörgum áttum. Gossen sjálf lærði og starfaði með William Glasser í fjölda mörg ár og byggir hún hugmyndir sínar meðal annars á fræðum hans um gæðaskólann, ásamt sjálfstjórnar- og þarfakenningum hans (Guðbjörg Erla, 2021). Þá horfði Gossen einnig til heilarannsókna Erics Jensens sem snúast um að draga úr streituþáttum barna svo þau nái að nýta sér rökhugsun sem og rannsóknarskrifum Alfie Kohn um neikvæð áhrif umbunarkerfa. Gossen byggir einnig hugmyndir sínar á innblæstri frá uppeldisaðferðum frumbyggja í Ameríku (Gossen, 2002, Guðbjörg, 2021). Hér fyrir neðan verður fjallað nánar um þau fræði sem Gossen byggir kenninguna sína á og hvernig hún nýtir sér þessar ólíku leiðir í verkfærum UTÁ.

1.1 Bakgrunnur hugmyndafræði UTÁ

Eins og komið hefur fram áður þá hafði Dr. William Glasser mikil áhrif á Gossen, hann segir meðal annars að þegar einstaklingar fá ekki grunnþörfum sínum uppfyllt á jákvæðan hátt hafi það í för með sér vanlíðan og slæma hegðun. Markmið Glassers með gæðaskólann er að finna leiðir sem þjóna bæði nemendum og kennurum, breyta kerfinu og hjálpa nemendum að skilja og meta eigin hegðun ásamt því að hjálpa þeim að skilja hve áhrifarík hegðun þeirra er (Glasser 1992). Glasser flokkar grunnþarfirnar í fimm flokka, sem skiptast *í: ást og umhyggju, áhrifavald og stjórn, frelsi og sjálfstæði, gleði og ánægju, öryggi og lífsafkomu* en misjafnt er hvernig hver og einn uppfyllir sínar þarfir og hafa allir mismunandi sterkar þarfir í hverjum flokki (Guðlaug Erla Gunnarsdóttir og Magni Hjálmarsson, 2007). Glasser segir einnig að börn þurfi sterkar fyrirmyndir til að kenna sjálfsaga og talar um það hvernig sé hægt að uppfylla þarfir sínar á jákvæðan hátt. Hann segir að það sé gert með umræðum, samstarfi og lýðræðislegum vinnubrögðum, slíkt hafi góð áhrif á sjálfstjórn barna og gefur þeim tækifæri á að leiðrétta mistök sín þegar þau gerast. Þessi hugmyndafræði hans endurspeglast meðal annars í UTÁ stefnu Gossen þar sem hún hefur verið að kenna og þróa

leiðir fyrir skóla sem kenna börnum að tileinka sér sjálfsaga (Guðlaug Erla Gunnarsdóttir og Magni Hjálmarsson, 2007).

Gossen styðst einnig við kenningar bandaríska fræðimannsins Eric Jensen sem telur að það hafi mælanleg neikvæð áhrif á námsgetu barna að nota ógnun, refsingu eða mútur (Gossen, 2002). Jensen hefur gert ótal heilarannsóknir og niðurstöður þeirra sýna að draga þurfi úr streituþáttum barna til að þau geti nýtt sér rökhugsun. Þar sem rökræn hugsun fer fram í framheilanum, þá geta börn ekki nýtt það svæði þegar þeim er ógnað en þá virkjast ekki þessi hluti heilans (Jensen, 1995). Þessar niðurstöður Jensen nýtti Gossen í UTÁ þegar hún bjó til verkfæri sem hún kallar sleikipinnaheilann en þar notar hún sleikipinna sem samlíkingu við heila og reynir með því að útskýrir á einfaldan hátt hvernig heilinn virkar þegar hann bregst við áreiti (Shimoji, 2009).

Gossen (2006) talar einnig um að það séu fimm leiðir til að halda uppi aga, þær eru:

1. Refsa

a. Refsing virkar á þá sem hafa sterka sjálfsmynd og geta tekið henni, refsing eflir engan.

2. Vekja sektarkennd

a. Að nota þögn og vekja sektarkennd eða predika. Börnin verða þrautþjálfuð í að afsaka sig.

3. Fortölur og gylliboð

a. Stjórna með því að hrósa, hóla og veita viðurkenningu sem er gert til að hafa áhrif á einstaklinginn. Einstaklingurinn gerir þá einungis verk sem hann fær hól fyrir og sækist eingöngu eftir viðurkenningu á verkum sem hann er að gera.

4. Reglufesta

a. Starfsmenn setja upp reglur og setja upp ákveðin ramma á því sem gerist ef ekki er farið eftir reglunum, þessi aðferð skilar kannski árangri en byggir ekki upp einstaklinga.

b. Ef settar eru reglur sem öll samþykkja þá gengur betur að fá öll til að fylgja reglunum af því að þau tóku þátt í þeim og samþykktu þær.

5. Uppbyggingarstjórnun

a. Aðferðirnar fjórar hér að ofan eru þar til gerðar að starfsmaðurinn gerir eitthvað við barnið og tekur ábyrgðina á hegðun barnsins á sig.

b. Þessi aðferð er til þess gerð að starfsmaðurinn gerir eitthvað með barninu og barnið tekur ábyrgð á eigin hegðun.

c. Barnið fær skilaboð um ákveðna hegðun og finnur lausn. Unnið er með barninu að finna lausn á vandanum og lagfæra eða bæta fyrir hegðunina. (Gossen, 2006).

Þ.S.M = Þarfir, sannfæring og mannleg vera – grundvallaratriði uppbyggingar. (Gossen, 2006).

Gossen (2002) var búin að kynna sér hugmyndir Alfie Kohn vel en hann segir í bók sinni *Punished by Rewards* (1993) að það séu fimm ástæður séu fyrir því að nota ekki umbun fyrir börn. Segir hann að það dragi úr sjálfstrausti þeirra og komi í veg fyrir góða frammistöðu, þar sem börnin leita eftir viðurkenningu út á við þegar þau eru með umbunarkerfi en ekki inn á við eins og þau læra meira af. Hann segir að umbun hafi neikvæð áhrif á samskipti og feli í sér refsingu og að með slíku kerfi þá sé erfitt að finna ástæður vandans. Hann leggur áherslu á að hugsa þurfi frekar um þörfina sem liggur á bak við hegðunina og reyna að hafa jákvæð áhrif á hana með því að efla sjálfstraust barna og sjálfstæði. Síðast en ekki síst segir Kohn að það eyðileggi innri áhugahvöt að beita umbun og að samkeppni geti hindrað börn við að ná árangri (Kohn, 1993). Þessa hugmyndafræði nýtir Gossen þegar hún skilgreinir áherslu UTÁ þannig að það þurfi *„að skapa skilyrði til að barnið geti lagfært mistök sín, snúið aftur til hópsins og vaxið við hverja raun"* (Guðlaug og Magni, 2007).

Í grein Guðlaug Erlu Gunnarsdóttur og Magna Hjálmarssonar (2007) kemur fram að frumbyggjar Norður Ameríku lögðu áherslu á að einstaklingurinn fengið tækifæri til að læra af mistökum sínum. Í uppeldinu hjá frumbyggjunum var einnig ýtt undir sjálfstæði og að einstaklingar færu eigin leiðir fremur en að sýna blindna hlýðni. Frumbyggjarnir lærðu einnig að það er ókurteisi að dæma aðra og að einstaklingurinn geti einungis speglað sjálfan sig og eigin líðan en ekki annarra. Með þessu tengja þeir hegðunina ekki við rót vandans heldur einstaklinginn og hvernig hann ætlar að taka ábyrgð á vandanum. Frumbyggjarnir báðu börnin sín að líta inn á við, til að sjá, hvort þau höfðu breytt rétt og innrættu börnin með sjálfstæði og sjálfsaga (Gossen, 2006). Gossen taldi að hugmyndin um meðvitað afskiptaleysi sem var hjá frumbyggjunum þar sem foreldrarnir unnu með það að leyfa börnum sínum að finna út úr vandanum sjálf, virka vel í samfélagi sem einkenndist af stöðugleika og virðingu og endurspeglast það í verkfærum UTÁ (Gossen, 2006).

Eins og talið var upp hér að ofan kemur stefnan UTÁ úr mörgum áttum og hefur Gossen verið að móta hana í gegnum árin með vinnu sinni í skólum, á meðferðarheimilum og fleiri stöðum um allan heim en hún er því í sífelldri þróun (Gossen, 2006). Því verður næst litið á UTÁ á Íslandi.

1.2 UTÁ á Íslandi

Það var að frumkvæði Ragnars Gíslasonar, skólastjóra í Foldaskóla, og Magna Hjálmarssonar, námsráðgjafa í Foldaskóla (Guðbjörg M. Sveinsdóttir 2021) að UTÁ kom til landsins en Diane Gossen hélt fyrsta námskeiðið sitt ”Restitution” á Íslandi í maí árið 2000 í Foldaskóla. Þeir félagar leituðu til hennar af því að þeir vildu finna nýjar leiðir til að vinna með samskipti starfsmanna og barna, leiðir sem tækju mið af uppbyggjandi jákvæðum samskiptum og myndu efla sjálfsábyrgð einstaklingsins með áherslu á innri hvatningu í stað ytri umbunar (Guðbjörg M. Sveinsdóttir 2021). Áðurnefndur Magni Hjálmarssona stofnaði einnig útgáfufélagið Sunnuhvol árið 2002 til að gefa úr bækur sem hann hafði þýtt og samið í gegnum árin í tengslum við UTÁ (Uppbygging sjálfsaga, e.d.).

Félag áhugafólks um UTÁ var svo stofnað árið 2008 og heitir það Uppbygging sjálfsaga, í félaginu í dag erum um 150 félagsmenn. Í byrjun var allt starf unnið í sjálfboðavinnu og félagsmenn sem skráðir voru/eru í félagið greiddu félagsgjöld en skólar gátu og geta enn í dag verið styrktaraðilar félagsins (Guðbjörg, 2021). Félag áhugafólks um UTÁ keypti bókalager Magna Hjálmarssonar og útgáfurétt árið 2012 og rekur enn útgáfuna í dag. Það er því hægt að nálgast efni tengt UTÁ og óska eftir námskeiðum og slíku, á einum stað og sama staðnum (Uppbygging sjálfsaga, e.d.). Sífellt fleiri skólar eru farnir að vinna með UTÁ sem agastefnuna sína en einungis tíu grunnskólar voru farnir að vinna með stefnuna í sínu starfi árið 2006 en árið 2021 hafði þeim fjölgað töluvert og þá störfuðu um 120 leik- og grunnskóla á Íslandi samkvæmt henni. Leiðbeinendur hér á landi eru sjö talsins og hafa þeir haldið fjöldann allan af námskeiðum vítt og breytt um landið og aðstoðað hópa við skipulagningu á námsferðum sem og skólaheimsóknum erlendis (Guðbjörg, 2021).

Fjölmargir skólar hafa tileinkað sér UTÁ um heim allan. Þá hafa verið gerðar ýmsar rannsóknir til að prufukeyra aðferðirnar sem Glassen leggur til og reynt hefur verið að sjá þau áhrif sem hún hefur haft á sjálfsmynd og hegðun barna. Hér á landi hafa einnig verið gerðar áhugaverðar rannsóknir.

1.3 Rannsóknir á UTÁ

Fjölmargar rannsóknir á UTÁ hafa verið gerðar um allan heim. Hægt er að nefna rannsóknir sem gerðar voru í Kanada og Makedóníu ásamt rannsókn Guðlaugar Erlu Gunnarsdóttur (2007), en Guðbjört Lóa Þorgrímsdóttir (2020) bar einnig saman þrjár uppeldisaðferðir í rannsókn sinni, þessar aðferðir eru Uppeldi til ábyrgðar, SMT-skólafærni sem er agamótandi kerfi sem unnið er út frá bandarísku aðferðinni „PBS sem er positive behavior support“ og LÍM sem stendur fyrir *leiðtoginn í mér*. Íris Rut Jónsdóttir og Nína Ósk Kristinsdóttir (2015) skoðuðu einnig viðhorf kennara og skólastjórnenda á stefnunni með viðtölum í grunnskóla

og einnig Pollý Rósa Brynjólfsdóttir (2013) sem gerði tilviksathugun í Brekkuskóla árið 2013. Hér fyrir neðan er nánari umfjöllun um þessar rannsóknir.

Þær Penner og Wallin (2012) skoðuðu skóla í Kanada þar sem kennarar, sem höfðu lokið grunnnámskeiði Gossen *Restitution I* störfuðu í. Þær skoðuðu viðhorf þeirra sjálfra og nemenda þeirra á því hvaða áhrif agastefnan UTÁ hafði á skólabraginn. Niðurstöður þeirra bentu til þess að nemendur væru þakklátir fyrir það að fá tækifæri til að leiðrétta hegðun sína en þeir sögðu einnig að það skipti þá miklu máli að kennarinn hjálpaði þeim skref fyrir skref að gera það. Þá töluðu nemendur einnig um að þeim fannst gott að vera í skóla þar sem kennurunum líkaði við þá. Kennararnir sjálfir nefndu að stutt inngrip sem þeir fóru í gegnum með nemendum þegar þeir gerðu mistök væru mjög gagnleg í uppbyggjandi vinnu með þeim og þeir sögðu allir að það skipti gríðarlegu máli að gefa sér tíma með nemendum til að kynnast þeim. Þá komust rannsakendurnir að því að uppbygging á jákvæðum samböndum þar sem nemendur sýndu ábyrgð á hegðun sinni og vissu að kennurunum líkaði vel við þá þrátt fyrir mistök þeirra, skiptir gríðarlega miklu máli (Penner og Wallin, 2012).

Árið 2013 í Makedóníu gerðu Grncharovska og fl. rannsókn ásamt kennara í bekk einum í skóla í Makedóníu. Fylgst var með bekknum áður og á meðan UTÁ var kynnt fyrir bekknum, aðferðir UTÁ voru nýttar og svo var þeim fylgt í gegnum ferlið. Niðurstöðurnar sýndu fram á það að kennarinn var sá sem gat mótað góðan bekkjaranda og hann var því mikilvægur aðili í að nýta aðferðir stefnunnar sem notaðar voru til að koma í veg fyrir hegðunarerfiðleika. Rannsóknin fór fram með þeim hætti að kennarinn byrjaði á því að breyta því hvernig hann tók á agamálum innan bekkjarins, áður hefði hann notað neikvætt orðaval og sýnt nemendum neikvæðar tilfinningar, en núna var hann að hjálpa nemendum að finna leiðir til að forðast þessi mistök og kenna þeim að finna betri uppbyggjandi leið en með tímanum þá gátu nemendurnir sjálfir fundið leið til að vinna úr mistökum sínum (Grncharovska og fl, 2013). Þá var könnun um bekkjaranda lögð fyrir nemendur fyrir og eftir innleiðingu UTÁ og mátti sjá mikinn mun á milli kannanna (Grncharovska og fl, 2013). Fleiri athuganir voru einnig gerðar á bekkjaranda og voru niðurstöðurnar einnig jákvæðar. Framfarir voru í samskiptum kennara við nemendurna sem og á milli nemenda. Nemendur virtust einnig bera meiri virðingu fyrir skoðunum hvers annars og þar af leiðandi var minna um árekstra sem leituðu á borð kennara eða skólastjórnenda. Á meðan rannsóknin fór fram unnu nemendur betur saman og úr varð meiri vinskapur innan bekkjarins (Grncharovska og fl, 2013).

Í rannsókn Guðlaugar Erlu Gunnarsdóttur frá árinu 2007 voru skoðuð áhrif UTÁ á stjórnunaraðferðir að mati skólastjórnenda. Hún talaði við skólastjórnendur í tveimur skólum á Íslandi og tveimur skólum í Kanada. Þar sýndu niðurstöður hennar að aðferðir UTÁýttu

undir öryggi þeirra, sjálfstraust og færni í starfi og að þeir fundu fyrir minni kvíða gagnvart því að taka erfið viðtöl. Stjórnendurnir töldu að þeir beittu markvissari stjórnunarháttum sem gerði það að verkum að þeir náðu betri árangri í stjórnun bæði meðal nemenda og starfsfólks. Þeim fannst einnig verkfæri UTÁ stuðla að því að samskipti og skipulag varð einfaldara en þeir fundu einnig aukna færni við að leysa agamál og ágreininga hvort sem það var hjá nemendum eða starfsfólki (Guðlaug, 2007).

Guðbjört Lóa Þorgrímsdóttir bar saman þrjár agastefnur í rannsókn sinni árið 2020, með rannsókninni var hún að skoða hvaða agastefna myndi henta fyrir skólann sem hún vann hjá. Í rannsókninni skoðar hún UTÁ, SMT-skólafærni og LÍM eins og áður sagði. Niðurstöður fyrir UTÁ hluta rannsóknarinnar bentu til þess að þátttakendur töldu stefnuna ekki aðeins góða fyrir börn heldur einnig fyrir starfsfólk. Þetta töldu þau vera vegna þess að hún er stöðugt að minna starfsfólk á að það sé fyrirmyndir unga fólksins og mikilvægi þess að líta í eign barm.

Íris Rut Jónsdóttir og Nína Ósk Kristinsdóttir (2015) skoðuðu viðhorf kennara og skólastjórnenda á stefnunni, þetta gerðu þær með viðtölum í grunnskóla sem innleiddi stefnuna 2008 og lauk innleiðingunni árið 2012 en þær ræddu bæði við kennara og skólastjórnendur. Í niðurstöðum þeirra kom fram að viðmælendur þeirra voru allir sammála um að UTÁ hefði jákvæð áhrif á skólabrag, agamál og kennsluna alla. Þátttakendur voru einnig á því að þeir væru færari í mannlegum samskiptum og að þekking þeirra og skilningur á hegðun annara væri betri. Mikilvægt var að þeirra mati að þekkja vel þarfir barnanna svo hægt væri að mæta þeim þar sem þarfir þeirra lágu. Í viðtölunum kom einnig fram að UTÁ ýtti undir ábyrgðarkennd og sjálfstjórn nemenda og að þeir væru reiðubúnir að ræða um tilfinningar sína og höfðu meiri skilning á því hverjar þarfir þeirra væru. Nemendur voru reiðubúnir að leiðrétta mistök sín og höfðu hæfni til að spyrja sig hvort þeir væru á réttri leið og hvort þeir væru að nálgist hlutina á sama hátt og áður (Íris Rut og Nína Ósk, 2015).

Pollý Rósa Brynjólfsdóttir (2013) gerði einnig tilviksathugun í Brekkuskóla um það hvort UTÁ hafi haft áhrif á líðan og samskipti innan skólans. Hún afmarkaði athugunina við 8. bekk og ræddi við kennara, nemendur og foreldra nemenda. Niðurstöður hjá nemendum sýndu að þeim fannst þeir vera öruggari í samskiptum við alla innan skólans. Nemendur töldu það mikilvægt að halda bekkjarfundi þar sem ýmis mál voru rædd og sögðu að slíkir fundir hefðu jákvæð áhrif á samskiptavanda, sem var til staðar áður en UTÁ var tekin upp í skólanum. Nemendur töluðu einnig um að starfsfólk skólans væri þolinmóðara við þau en áður (Pollý, 2013). Foreldrarnir sem tóku þátt í athuginni virtust ekki taka eftir neinum sérstökum mun á hegðun barna sinna heima við og skoðun þeirra var sú að áhrif UTÁ kæmi meira fram í skólasamfélaginu. Þá fannst þeim upplýsingagjöf til þeirra um stefnuna vera ábótavant og

fannst hún ekki vera mjög sýnileg nema þá í yngri bekkjum skólans (Pollý, 2013). Kennurunum fannst að stefnan skilaði jákvæðari viðhorfum, auknu öryggi og sjálfstraust í starfi sínu. Þeim fannst nemendur sýna meiri ábyrgð og virðingu gagnkvæmt öðrum nemendum og starfsfólki skólans. Kennararnir töldu einnig að þeir sjálfir þyrftu tíma til að tileinka sér stefnuna, en sögðu að það myndi koma með aukinni þátttöku á námskeiðum og meiri fræðslu (Pollý, 2013). Niðurstöðurnar Pollýjar sýndu að það hafi orðið jákvæð breyting á hegðun nemenda í Brekkuskóla og að innleiðing UTÁ hafði bætt samskipti og gert starfsumhverfið jákvæðara og öruggara ásamt því að það hafði jákvæð áhrif á líðan nemenda (Pollý, 2013).

2 Þarfir

Hugmyndafræði UTÁ byggir á því að við höfum öll okkar þarfir og að þær séu misjafnar milli allra. Samkvæmt Guðlaugu og Magna (2007) segir William Glasser að einstaklingar geti eingöngu stjórnað sjálfum sér og til að hafa stjórn á sér sjálfum þurfa þeir að þekkja og skilja þarfir sínar. Samkvæmt þeim þá segir hann einnig að öll hegðun hafi tilgang ásamt því að hann telur að vanlíðan og óæskileg hegðun komi fram þegar einstaklingurinn nái ekki að uppfylla sínar þarfir (Guðlaug Erla Gunnarsdóttir og Magni Hjálmarsson, 2007). Samkvæmt honum þá eru þarfirnar fimm:

- Tilheyra - einstaklingurinn hefur sterka þörf fyrir ást og umhyggju, að vera hluti af hópi og er góður í samvinnu. Þörfin er uppfyllt með því að eiga í samskiptum og finna að maður sé samþykktur.

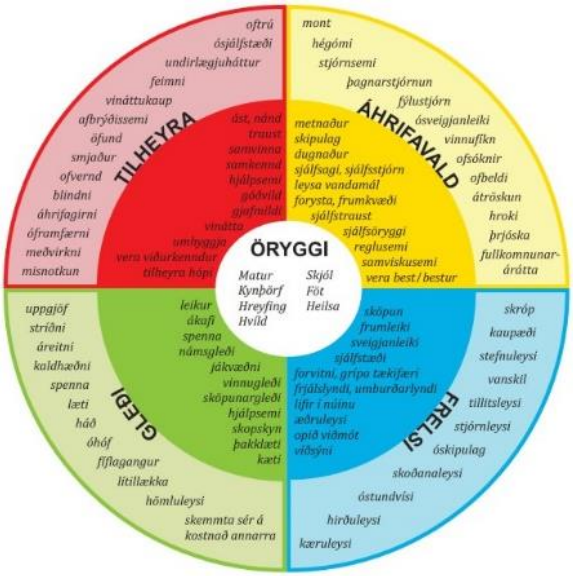
- Áhrif - einstaklingurinn hefur ríka þörf fyrir vald og stjórn og vill standa sig vel á öllum sviðum. Verður að vera vel skipulagður áður en hann framkvæmir, er metnaðarfullur, öruggur og getur verið stjórnsamur. Hefur þörf fyrir viðurkenningu og hrós.

- Frelsi - einstaklingurinn tekur áhættu og vill taka eigin ákvarðanir. Hann vill fá val, umhverfi sem er sveigjanlegt og er til í að prufa nýja hluti. Er uppátækjasamur, lifir í núinu og gerir það sem hann langar til en er frekar óskipulagður.

- Gleði - einstaklingurinn hefur mikla þörf fyrir gleði, ánægju og hlátur, er hamingjusamur, hefur húmor og er áhyggjulaus. Hann er sáttur við umhverfið og hefur gaman af lífinu, gerir grín og hlær af sjálfum sér og öðrum.

- Öryggi - öryggið er það sem við öll þurfum að uppfylla, þar er líkamlegum þörfum mætt. Öruggt húsaskjól, fæði, heilsa og fjölskylda. Þessari þörf verður að fullnægja svo hægt sé að sinna öðrum þörfum (Gossen, 2008).

Stefna Gossen UTÁ byggir á því að við höfum öll okkar þarfir og að þær séu mismunandi fyrir okkur öll. Börn hafa mismiklar þarfir í hverjum þarfaflokki og þar af leiðandi eru mismunandi aðferðir til að mæta þeim þörfum. Það getur verið flókið að uppfylla þarfir okkar og verða allir að finna sína leið (Gossen, 2006). Gossen hefur því búið til nokkuð sem hún kallar þarfahringinn.



Mynd 1 Þarfahringurinn

Börn eru þjálfuð í því að nýta þarfahringinn til að sjá hvernig þau geta uppfyllt þarfir sína á jákvæðan og neikvæðan hátt. Börnin þjálfast í því að ræða þarfir sína og leysa ágreining á jákvæðan og uppbyggjandi hátt. Hluti af þeirri vinnu er mikilvægi þess að skoða sína eigin hegðun, með þarfirnar og tilfinningar til hliðsjónar, hafa ábyrgðarkennd og stjórn á sjálfum sér. Uppbygging sjálfsaga er byggð á agastjórnun og því að hver og einn einstaklingur beri ábyrgð á sér og sinni hegðun, kunni að mæta sínum þörfum án þess þó að stíga á aðra. UTÁ snýst um jákvæð samskipti milli allra, starfsmanna og barna en svo að vel takist er best að þeir fullorðnu byrji að vinna með sjálfan sig og sínar leiðir til að skapa góðan brag, sem einkennist af samheldni og umhyggju (Kvennaskólinn e.d.).

Í sjálfstjórnarkenningunni Glassers (1992) er farið yfir þá staðreynd að við stjórnum okkur sjálf og við veljum okkur hegðun sem passar við sjálfsmynd okkar. Glasser segir að einstaklingar geti eingöngu stjórnað sjálfum sér og til þess þurfa þeir að þekkja og skilja þarfir sínar. Hann segir einnig að öll hegðun hafi tilgang. Hann telur að vanlíðan og óæskileg hegðun komi fram þegar einstaklingurinn nái ekki að sinna sínum þörfum. Ein leið UTÁ er sú að ef upp kemur vandamál eða ef að barn er að gera eitthvað sem það á ekki að vera að gera er alltaf byrjað á að nota 30 sekúndna inngrip, ef það virkar ekki er farið að rekja á milli reglufestu og uppbyggingar. Sú aðferð fær barn til að finna lausn á vandamálinu sem það er að kljást við og styrkjast í leiðinni, því þá er unnið að nemendur takist á við afleiðingar sem valda óþægindum. Það er möguleiki á því það þurfi að rekja atburði oftar en einu sinni á milli til að ná árangri en það verður að gæta þess að enda alltaf á uppbyggingunni svo að barnið

styrkist og langi til að bæta ráð sitt (Guðlaug og Magni, 2007). Stefnan UTÁ inniheldur margar gagnlegar og mismunandi aðferðir til þess að vinna með agastjórnun og sjálfsmynd eins og áður sagði og nú verður fjallað um nokkrar þeirra sem eru handbókinni, einnig eru ýmis fylgiskjöl sem tengjast umræðunni hér fyrir neðan.

Hugmyndafræði UTÁ getur haft mikil áhrif á skólasamfélagið, samskipti starfsfólks sín á milli og við nemendur, þá er meðferð agamála önnur en áður fyrr. Með því að vinna eftir hugmyndafræðinni þurfa stjórnendur að skapa tíma og rými fyrir starfsfólk til að sækja sér þekkingu bæði með lestri bóka og að sækja námskeið. Starfsfólk þarf að vinna saman og kynnast stefnunni áður en byrjað er að vinna með hana. Skapa þarf skýr mörk innan skólakerfisins um óásættanlega hegðun en með því skapast traust og nemendur finna fyrir öryggi. Ef brotið er á þessum reglum eru barninu skapaðar aðstæður til að fara yfir það átti sér stað og gefið tækifæri á að leiðrétta mistök sín og koma aftur í hópinn (Guðlaug og Magni 2007, Gossen 2006).

3 Frístundaheimili

Frístundaheimili og áherslan á stefnumótun þeirra hefur mikið breyst í gegnum tíðina en árið 2018 gaf Mennta og menningarráðuneytið út veggspjald sem á voru viðmið um gæði starfs á frístundaheimilum. Þar er farið yfir hlutverk frístundaheimila og er þar meðal annars haft að leiðarljósi að bjóða öllum börnum þátttöku án aðgreiningar með það markmið að efla sjálfstraust barna og félagsfærni þeirra. Hlutverk frístundaheimila er einnig að bjóða upp á innihaldsríkt starf í umhverfi þar sem frjáls leikur og val er aðaláherslan (Mennta- og menningarmálaráðuneytið, 2018).

Árið 2021 gaf Mennta- og menningarráðuneytið út þemahefti fyrir frístundaheimili sem var útbúið í kjölfar viðmiðanna til að nýta viðmiðin betur og er það fyrsta sinn sem að það hefur verið gert hér á landi. Áður fyrr var það val hvers og eins bæjarfélags að bjóða upp á samfelldan skóladag barna en í dag er það skjalfest í lögum nr.76/2016 í 33.grein, að allir grunnskólar landsins eigi að gefa nemendum kost á því að taka þátt í tómstunda og félagsstarfi (Alþingi, 2016).

Á frístundaheimilum er unnið að því að þjálfa börn í vináttu og samskiptum og hefur það mikil áhrif á félagsþroska þeirra að vera á frístundaheimili og taka þátt í slíku starfi. Börn læra að það eru ekki allir eins ásamt því að læra að bera virðingu fyrir sjálfum og öðrum. Frístundastarfsmenn hlusta á börnin, tala við þau og aðstoða þau við að leita leiða ef að vandamál koma upp og hvetja þau til dáða við að tjá tilfinningar sína og skoðanir. Mikilvægt er að vekja athygli þeirra á eigin framförum þegar kemur að sjálfsmynd og félagsfærni.

Með þessi viðmið að leiðarljósi telur höfundur handbókarinnar að gagnlegt væri að nýta verkfæri og aðferðir UTÁ í frístundastarfi við skóla þar sem nú þegar er verið að vinna eftir stefnunni. Með því verður samfella í starfinu öllu og það mun vonandi hafa jákvæð áhrif á sjálfsmynd og félagsfærni nemenda og starfsfólks.

4 Fræðsla um verkfæri UTÁ og tengsl við handbókina

Eins og komið hefur fram hér fyrir ofan þá er þessi greinargerð tengd gerð handbókar um það hvernig hægt er að nýta verkfæri UTÁ í frístundastarfi. Hér fyrir neðan verður nánar farið í þau verkfæri sem höfundur leggur til í handbókinni, að nýttar séu á frístundaheimili grunnskóla. Umræðan um þessi verkfæri birtast hér fyrir neðan í sömu röð og þau koma fram í handbókinni.

4.1 Skýr mörk

Það er mikilvægt að allir á frístundaheimilinu finni að þeir séu öruggir og geti stundað sínar frístundir án þess að aðrir hafi neikvæð áhrif á þá. Til þess að stuðla að þessu þá eru sett *Skýr mörk* og eru það ófrávíkjanlegar grundvallarreglur.

Bannað er að:

Ógna öryggi með ögrandi framkomu

Líðum ekki líkamlegt, andlegt eða tilfinningalegt ofbeldi

Engin barefli né vopn eru leyfð

Engar ögranir, hótanir eða einelti er í boði (verkfærakistan)

Ef ófrávíkjanlegu reglurnar eru brotnar þá beitir starfsmaður brottvísun úr aðstæðum samstundis án umræðu og vísar jafnvel málinu til annara í úrvinnslu. Reglurnar eru settar upp á vegg þar sem allir sjá þær og er farið yfir þær með börnum og starfsfólki, allir eru meðvitaðir um reglurnar og hverjar afleiðingarnar eru ef reglurnar eru brotnar. Með þessum reglum er verið að tryggja öryggi allra sem eru í frístundinni, ef að reglurnar eru brotnar þá er markmiðið ávallt að barnið læri af mistökum sínum og fær það tækifæri á að koma til baka þegar það er tilbúið til þess (Guðlaug Erla Gunnarsdóttir og Magni Hjálmarsson, 2007).

4.2 Mitt og þitt hlutverk:

Mitt og þitt hlutverk er verkefni sem unnið er í sameiningu starfsfólks og barnanna, í frístund væru þetta börn og frístundastarfsfólk. Þá er farið yfir hver á hvaða hlutverk í frístundastarfinu og niðurstöðurnar eru settar í sameiningu á T spjald og hengt upp í rýminu sem það á við. Einnig er farið yfir þau hlutverk sem við eigum ekki. Með þessu er verið að dreifa valdinu og vinna börnin og starfsfólkið í sameiningu til að gera starfið uppbyggilegt (Gossen, 2006).

4.3 Þarfirnar og þarfagreining

Þarfagreining á yngstu stigum er unnin með því að börnin fá blöð með myndum af táknunum sem fylgja hverri þörf, hjarta fyrir að tilheyra, stjarna fyrir áhrif, fiðrildi fyrir frelsi og blaðra fyrir gleði, hús er svo tákn fyrir öryggið. Það eru tíu myndir af hverju tákni með mismunandi texta inn í og eiga börnin að lita myndina með textanum sem passar við það. Mikilvægt er að starfsfólk átti sig á þörfum hvers barns til að aðstoða það við að finna leiðir til að uppfylla þarfir þess á jákvæðan hátt. Þegar barn er búið að þarfagreina sig þá fer mynd af barninu undir þá þörf sem sterkust er hjá því upp á vegg þar sem stórar myndir af þörfunum eru.

4.4 Y spjald

Þegar unnið er að frístundasáttmálanum þá er fyrst unnið með Y spjald, sett er stórt Y á pappa og er skipt í þrjá hluta og er merkt með, „við sjáum“ efst á pappann, „við finnum“ hægra megin og „við heyrum“ vinstra megin. Í þessa hluta er síðan skrifað inn það sem börnin og starfsfólk segja að þau vilji sjá/heyra og finna svo að þeim líði sem best í frístundinni (Gossen, 2006).

4.5 Frístundarsáttmáli

Sáttmálinn er verkfæri sem gerður er í sameiningu þar sem starfsfólk og börn finna út hvaða gildi þeim þykir mikilvægast að fara eftir og hafa að leiðarljósi í frístundastarfinu. Mikilvægt er að allar raddir fái að heyrast og væri þá gott að vinna gildin í litlum hópum og sameina svo. Sáttmálinn er svo hengdur upp í rými þar sem allir sjá hann. Þeir sem koma að sáttmálanum samþykkja hann með því að skrifa nafnið sitt, setja fingrafar eða jafnvel mynd af sér á sáttmálann. Sáttmálinn má vera í hvaða formi sem er en það er um að gera að nota ímyndunaraflið og fá börnin til að koma með hugmyndir að útfærslu.

4.6 Hópefli og leikur

Hópefli er góð leið til að þjappa börnum og fullorðnum saman. Að fara í samvinnuleiki getur hjálpað við að kynnast öðrum betur og á annan hátt. Í handbókinni eru nokkrar hugmyndir af hópleikjum sem gott er að hafa við höndina og nýta þegar tækifæri fæst til þess.

4.7 Sáttaleiðin

Eins og komið hefur fram hér fyrir ofan þá starfar höfundur þessarar greinargerðar og handbókar í skóla þar sem unnið er eftir UTÁ. Þessi aðferð er hluti af starfinu þar en eins og Bylgja Baldursdóttir (munnleg heimild, 1. apríl 2024) útskýrir þá unnu nemendur við skólann saman í að útbúa sáttaleið sem þeir unnu út frá umræðum, sjá mynd fyrir neðan:



Mynd 2 Sáttaleiðin

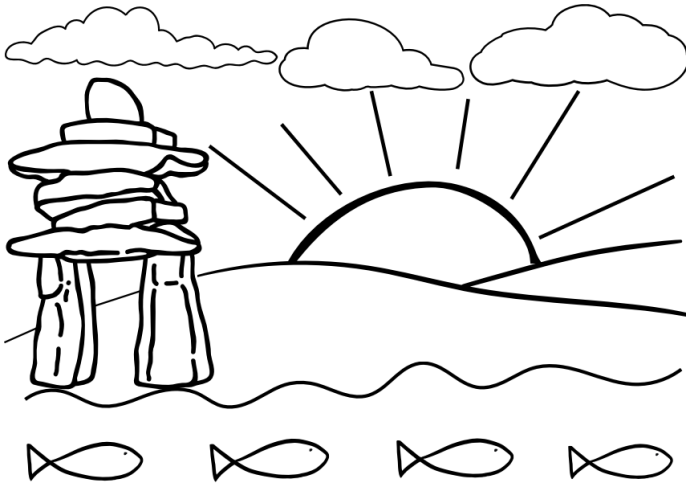
Við notkun sáttaleiðarinnar fá allir tækifæri við að segja sína hlið málsins, hlusta á alla aðila og finna sameiginlega niðurstöðu. Einnig er mikilvægt að muna að enginn er fullkominn og allir geta gert mistök. Þannig er það nýtt við að aðstoða nemendur við að leysa úr samskiptavanda, farið er í gegnum ferlið og fundin lausn sem hentar öllum sem koma að málinu (Gossen, 2007).

4.8 Sleikipinna heilinn

Í UTÁ er sleikipinni notaður sem myndlíking fyrir heilann eins og áður sagði. Þessi myndlíking er notuð til að börn þekki sína hegðun og annarra betur (Setrið Sunnulækjaskóla, e.d.). Ysta lag sleikipinnans er líkt við heilabörkinn, sem þekkist einnig sem mennski heilinn, og hefur sá hluti heilans það hlutverk að vera lausnamiðaður, sjá um markmiðasetningu, áætlunargerð og samvinnu. Randkerfið er miðjan í sleikipinnanum og þar eru tilfinningar okkar. Þegar jákvæðar tilfinningarnar koma til heilans þá liggur opin leið fyrir orku til heilabarkarins en þegar neikvæðar tilfinningarnar koma þá lokast leið orkunnar upp til heilabarkarins og leiðin til heilastofnsin opnast, sem er þá niður (Gossen, 2006). Í heilastofninum sem er spýtan á sleikipinnanum eru hvatir sem allir eru fæddir með og nýtum við okkur þær til að lifa af, þegar að við sendum skilaboðin niður í heilastofninn þá höfum við þrjá möguleika, þeir eru að berjast, flýja eða frjósa. Hegðun sem við sýnum þegar við erum á spýtunni er oftar en ekki óskynsamleg og þá er besta lausnin að stoppa og fara á rólegan stað og finna leiðina af spýtunni og koma svo til baka í það sem var verið að gera (Setrið Sunnulækjaskóla, e.d.).

4.9 Inukshuk

Elín Yngvadóttir (munnleg heimild, 31. mars 2024) segir að Inukshuk komi frá Inúítum í Kanada og Grænlandi. Þeir stöfluðu upp vörðum sem áttu að leiðbeina þeim sem voru á ferðinni. Þessar vörður táknuðu von, vináttu og gestrisni. Í uppeldi til ábyrgðar er verkefni sem nefnist Inukshuk notað sem samantekt fyrir börn og að fá þau til að sjá heildarmyndina af sér. Í verkefninu eru skoðaðar fimm þarfir í tengslum við Inukshuk. Nafnið sitt skrifa þau í sólina, á sólargeislana skrifa þau það sem þeim finnst skemmtilegt að gera, á steinana setja þau nöfn þeirra sem þau treysta, í skýin skrifa þau hluti sem þeim langar að prófa eða markmið sem þau vilja ná, í fiskanna setja þau það sem þau eru góð í, á landið setja þau nöfnin á þeim sem þeim langar til að eyða tíma með og síðast en ekki síst þá skrifa þau drauma sína í sjóinn.



Mynd 3 Inukshuk

4.10 Hver vilt þú vera – Y

Þetta er verkefni þar eru börnin að skoða hvernig manneskjur þau vilja vera og hvaða lífsgildi þau vilja hafa. Þarna er einnig notast við Y spjaldið sem fjallað var um fyrir framan. Sjálfsmatið sem börnin fara í gegnum þegar þessi vinna er unnin gefur þeim frekari sýn á sjálfan sig, drauma sína og vonir (Gossen, 2007).

4.11 Bjargirnar

Bjargirnar er verkefni sem börn vinna saman í litlum hópum en í kjölfarið er unnið með niðurstöður frá öllum hópum og þær settar á eitt blað. Verkefnið snýst um að finna út hvert þau geta leitað ef þeim vantar aðstoð, til dæmis við að leysa úr ágreiningi eða ef þeim líður ekki vel. Þau finna líka staði sem þau geta farið á ef þau þurfa næði til að jafna sig og fá góð ráð sem þau geta nýtt til að aðstoða sig við það en ráðin koma frá öllum hópnum.

4.12 Stutt inngrip

Stutt inngrip taka sirka 30 sekúndur og henta vel þegar búið er að byggja grunninn á uppbyggingunni. Þá á að spyrja þann sem er á rangi leið eða er ekki að gera það sem til hans er ætlast, spurningu af listanum og fá hann til að svara henni: hvar hann eigi að vera?, hvað hann eigi að vera að gera? eða hvort hann sé tilbúinn að vera með hópnum? Þegar stutt inngrip eru notuð þarf að muna að orðin eru einungis 10%, 35% er raddbeiting og 55% er líkamstjáning og svipbrigði (Gossen, 2006).

5 Lokaorð

Höfundur er forstöðumaður frístundarheimilis sem starfrækt er í grunnskóla sem vinnur eftir agastefnu Gossens, UTÁ. Þar hefur höfundur tekið þátt í og séð hvernig unnið er með nemendum og starfsfólki til að stuðla að góðum skólabrag. UTÁ er stefna sem leggur áherslu á að við höfum öll ólíkar þarfir og að það séu mismunandi leiðir sem hentar einstaklingum til að efla sjálfsmynd og sjálfsaga þeirra. Markmiðið er einnig að einstaklingar finni að þeir eru hluti af heild, að það sé leyfilegt að gera misstök og að þeir læri að bera ábyrgð á gjörðum sínum. UTÁ hefur verið rannsakað töluvert í gegnum tíðina og niðurstöður þeirra rannsókna gefa til kynna að þessi agastefna hentar vel í skólastarfi.

Í markmiðum Menntamálastofnunar um gæðaviðmið og þemahefti um frístundastarf er lögð áhersla á að öll börn geti tekið þátt í slíku starfi á eigin forsendum, einnig er áhersla á að efla sjálfstraust barna og félagsfærni. Út frá þessum markmiðum og reynslu sinni telur höfundur um verkfæri og áherslur UTÁ geti haft mjög góð áhrif á frístundastarfið sér í lagi vegna þess að nemendur sem sækja þangað þekkja þessi verkfæri og aðferðirnar sem er beitt. Með þetta í huga ákvað hann að búa til handbók sem hægt er að nota í innleiðingu á UTÁ í frístundastarfi.

Heimildaskrá

Alþingi. (2008). Þingskjal nr. 1466, 145/2016. Lög um breytingu á lögum um grunnskóla, nr. 91/2008, með síðari breytingum (sjálfstætt reknir grunnskólar, breytt valdmörk ráðuneyta, tómstundastarf og frístundaheimili).

Glasser, W. (1992). The quality school: Managing students without coercion. Harper Collins Publishers.

Gossen, D. (2002). Uppeldi til ábyrgðar (Magni Hjálmarsson þýddi). Útgáfufélagið Sunnuhvoll.

Gossen, D. (2006). Sterk saman (Magni Hjálmarsson, Guðlaugur Valgarðsson og Fanny Kristín Tryggvadóttir þýddu). Útgáfufélagið Sunnuhvoll.

Gossen, D. (2007). Verkfærakistan (Magni Hjálmarsson tók saman). Útgáfufélagið Sunnuhvoll.

Gossen, D. (2008). Barnið mitt er gleðigjafi (Fanny Kristín Tryggvadóttir og Magni Hjálmarsson þýddu). Útgáfufélagið Sunnuhvoll.

Grncharovska, S. P., Stankovska, G. og Osmani, F. (2013). Implementation of the restitution in the contemporary teaching practice in the Republic of Macedonia. International

Guðbjörg M Sveinsdóttir. (2021). ”Ekkert barn á að vera eitt að glíma við vandamáli”. Mbl.is „Ekkert barn á að vera eitt að glíma við vandamál“ (mbl.is)

Guðbjört Lóa Þorgrímsdóttir. (2020). Agastefna fyrir Auðarskóla. Skemman. http://hdl.handle.net/1946/36168

Guðlaug Erla Gunnarsdóttir og Magni Hjálmarsson (2007). Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga. Netla – veftímarit um uppeldi og menntun, Grein 003. https://netla.hi.is/greinar/2007/003/index.htm

Guðlaug Erla Gunnarsdóttir. (2007). Forystustjórnun í grunnskólum, Hagnýting stjórnunarhátta í anda uppeldis til ábyrgðar. Skemman. http://hdl.handle.net/1946/2018

Íris Rut Jónsdóttir og Nína Ósk Kristinsdóttir. (2015). Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga, Öll hegðun hefur tilgang. Skemman. http://hdl.handle.net/1946/22515

Jensen, Eric. (1995). Brain Based Learning & Teaching. *Turning point Publishing*.

Journal of Cognitive Research in science, engineering and education, 1(2).38–44. https://ijcrsee.com/index.php/ijcrsee/article/view/2

Kohn, A. (1993). Punished by rewards. Houghton Mifflin.

Mennta- og menningarmálaráðuneytið. (2018). Hlutverk frístundaheimila. Stjórnarráðið. Frístundaheimili fyrir 6-9 ára börn, hlutverk, leiðarljós, markmið og viðmið (stjornarradid.is)

Penner, C. og Wallin, D. (2012). School Attachment Theory and Restitution Processes: Promoting Positive Behaviors in Middle Years Schools**.** *Canadian Journal of Educational Administration and Policy.*

Uppbyggingarstefnan. (e.d.). Uppbyggingarstefnan | Kvennaskólinn í Reykjavík (kvenno.is)

Pollý Rósa Brynjólfsdóttir. (2013). Reynsla Brekkuskóla af Uppbygginarstefnunni. Skemman. http://hdl.handle.net/1946/15263

Setrið Sunnulækjasjóla. (e.d.) Veggspjöld. http://setrid.sunnulaek.is/sattthrounarverkefni/frabaer-felagi/veggspjold

Shimoji, Joel. (2009). *Leiðarvísir um uppbyggingu sjálfsaga* (Magni Hjálmarsson þýddi). Útgáfufélagið Sunnuhvoll.

Uppbygging sjálfsaga. (e.d.). Uppbygging sjálfsaga – uppeldi til ábyrgðar