

# Upplýsingabæklingur fyrir foreldra

Nóvember 2007 - Skarphéðinn Jónsson tók saman

Uppbyggingarstefna - Uppeldi til ábyrgðar - Uppbygging sjálfsgaga - Restitution

GRUNSKÓLINN Á ÍSAFIRÐI

## Uppeldi til ábyrgðar...

### Aðdragandinn ...

Skólaárið 2005-2006 kynntu kennarar skólans sér sk. Uppbyggingarstefnu\* sem er ákveðin uppeldisstefna sem búið er að aðlaga venjulegu skólastarfi.

Vorið 2006 var ákveðið að hefja innleiðingu stefnunnar að hausti, þ.e. í upphafi skólaársins 2006-2007. Sl. skólaár var því hafist handa við kynningu og innleiðingu þessarar stefnu.

Til að byrja með hittust starfsmenn skólans vikulega í sk. leshringjum, þar lásu þeir og ræddu fyrirfram ákveðið lesefni er varðaði uppbyggingarstefnuna og þá hugmyndafræði sem þar liggur til grundvallar.

Þessir fundir voru vel heppnaðir, þeir voru ekki bara vettvangur til að ræða um Uppbyggingarstefnuna heldur var einnig rætt um önnur viðfangsefni kennara og starfsmanna skólans. Þegar á veturinn leið var þessi vinna kynnt formlega fyrir t.d. fræðslunefnd,

foreldrum á foreldrafundi sem foreldrafélag GÍ stóð fyrir og víðar. Kennarar fóru svo að vinna að innleiðingu stefnunnar með nemendum t.d. með því að ræða um þarfirnar, hlutverkin o.fl.

Í nóvember á síðasta ári fóru nokkrir kennarar við skólann á námskeið í Uppbyggingarstefnunni til Minneapolis í Bandaríkjunum.

Sl. vor ritaði Jóna Benediktsdóttir fv. aðstoðarskólalastjóri skýrslu vegna þessa verkefnis sem skilað var til Menntamálaráðuneytisins þar sem innleiðingarferlið til sl. vors var rakið í stórum dráttum. Þessi skýrsla er til á bókasafni skólans.

Í haust tókum við upp þráðinn að nýju. Flestir nemendur þekkja grunnhugtök og vinnuferli sem Uppbyggingarstefnan byggir á.

Innleiðing stefnunnar er þróunarverkefni sem tekur nokkur ár.

\* Oft nefnd Uppeldi til ábyrgðar eða Uppbygging sjálfsgaga

### Þarfirnar...

Uppbyggingarstefnan er lífsgildismiðuð, þ.e. unnið er með ákveðin lífsgildi sem eiga sér stoð í ákv. þörfum sem við öll höfum, þeim reynum við að mæta, hvert og eitt okkar með þeim aðferðum sem við best kunnum.

Til að vera lífsglöð, hamingjusöm og andlega heil þurfum við reglulega að uppfylla þessar meðfæddu þarfir okkar fyrir: Ást og umhyggju (hjartað), áhrifavald og stjórnun (stjarnan), frelsi og sjálfstæði (fiðrildi), gleði og ánægju (blaðran, stundum broskarl) og öryggi og lífsafkomu (húsið). Sjá bls 3.

Hegðun okkar ræðst af því hvaða þörfum við viljum mæta. Stundum veljum við ranga leið og brjótum þá á þörfum annarra.

Uppbyggingarstefnan hjálpar okkur til að finna rétta leið.

### Já ef...

Í stað þess að segja nei er æskilegt að segja frekar **já en...** eða **já ef...** Betra er að svara játandi og bæta skilyrði við. Það er jákvæðara þótt merkingin sé oft sú sama.



## Gildin okkar

Í vinnuferlinu við að innleiða uppbyggingarstefnuna hefur mikið verið rætt um hvað skipti okkur mestu máli í skólastarfinu, þ.e.a.s. hver eigi að vera helstu gildi skólans okkar.

Starfsfólkið ræðir þetta sín á milli í stórum og smáum hópum og nemendur ræða það ásamt kennurum inni í bekkjunum.

Á síðasta skólaári komst starfsfólk skólans að þeirri niðurstöðu eftir miklar umræður, að það sem væri

mikilvægast af öllu í skólastarfinu og við vildum hafa fyrir gildi (slagorð) skólans, væri: **Virðing, samhugur og menntun.**

Þessi gildi og frekari útskýringar mynda ákveðinn sáttmála um skólastarfið.

Sáttmálinn var skrautritaður og síðan undirritaður af öllu starfsfólki skólans, innrammaður og hengdur upp á áberandi stöðum í skólanum til þess að minna okkur á hvað við teljum mikilvægast af öllu í starfinu.

Á sama hátt ræða nemendur hvað þeir telji mikilvægast í samskiptum í sínum bekk og búa þannig til bekkjarsáttmála

eða nokkurs konar bekkjarreglur.

Bekkjarsáttmálarnir eru með ýmsu móti, allir fallegir og vel hugsaðir, sumir í bundnu máli og yfirleitt settir fallega upp og verða að vinnutæki sem gott er að vitna til og nota dags daglega.

Markmið okkar til lengri tíma er að við getum merkt gildin sem við höfum valið okkur í skólabragnum.



## Virðing ~ Samhugur ~ Menntun

### Innri og ytri stýring (umbun)

Margir skólar hafa markað sér ákveðna stefnu í agamálum. Víða eru notuð agastjórnunarkerfi sem byggja að einhverju marki á umbunum og refsingum.

Það gerir uppbyggingarstefnan hins vegar ekki.

Markmiðið með uppbyggingarstefnunni er að byggja upp sjálfsaga hjá nemendum og koma því til leiðar að þeir vilji haga sér vel til þess að vera ánægðir með

sjálfa sig, en ekki til þess að forðast refsingu eða hljóta umbun.

Þess vegna er mikil áhersla lögð á að nemendur velti fyrir sér spurningunni: Hvernig manneskja vil ég vera? Í stað þess að hugsa: Hvað fæ ég fyrir ef ég geri svona eða hinsegin?

Við teljum mikilvægt að hver og einn finni til ábyrgðar á hegðun sinni og sjái tilgang í því að

koma vel fram, hvort sem einhver sér til hans eða ekki.

Uppbyggingarstefnan byggir því á innri umbun, hún byggir á því að einstaklingurinn finnur til innri gleði við að leggja sig fram og breyta rétt! Í þessu er hinn sanni ávinningur fólgin.



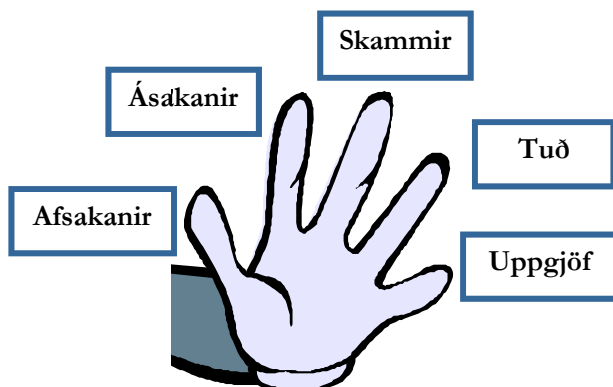
### Fimm vonlaus viðbrögð

Allir gera mistök og uppbyggingarstefnan segir okkur að það sé allt í lagi. Það sem skiptir máli er að við lærum af mistökunum og bætum fyrir þau.

Þegar börnum verður á í messunni, eins og kemur fyrir á bestu bæjum, er mikilvægt að hinir fullorðnu bregðist rétt við. Það hefur lítinn tilgang að fara að rifast og skammast.

Það sem helst ber að forðast eru vonlausu viðbrögðin fimm: Afsakanir, ásakanir, skammir, tuð og uppgjöf. Það sem skiptir máli er hvað barnið ætlar að gera næst, og hvernig hægt er að leysa málið.

Með öðrum orðum, við horfum fram á við og einbeitem okkur að lausninni, ekki að vandamálinu! Í lausninni er fólgin sá lærdómur sem við drögum.



# Að hjálpa nemanda að ná stjórn á sér...

Á vinnustað sem telur um 500 nemendur koma dags daglega upp alls kyns samskiptamál sem þarf að vinna með og leysa. Yfirleitt er um smávægilega árekstra að ræða en stundum stærri mál. Þegar eitthvað bregður útaf þá á starfsmaður að reyna að ræða við nemandann eða þá nemendur sem um ræðir. Reynt er að höfða til þeirra gilda sem skólinn og nemendahóparnir hafa samþykkt fremur en að horfa til reglna þar sem boð og bönn eru skilgreind. Þá er forðast að skamma því það hefur oft þveröfug áhrif. Málin eru rædd og þeir einstaklingar sem hlut eiga að máli hittast í þeim tilgangi að sættast og leggja drög að samskiptum sínum í framhaldinu. Reynt er að byggja nemandann upp í stað þess að brjóta hann niður. Liður í því er t.d. að benda nemandanum á að hann hefði eflaust getað gert eitthvað verra en hann gerði. Frá þeim útgangspunkti er oft hægt að ræða um atburðinn, sætta aðila og leggja drög að bættum samskiptum. Lífsgildin okkar eru notuð sem grunnur að lausn mála fremur en reglur og viðurlög. Sem sagt að byggja upp!

## Meira um þarfirnar...



Þörfin fyrir **öryggi** sker sig úr hinum, að því leyti að hún er okkur lífsnauðsynleg. Ef við búum ekki við öryggi skiptir fátt annað máli fyrir okkur. Ef við eigum ekki mat að borða, snýst líf okkar um það að komast yfir mat. Öll höfum við þörf fyrir mat, föt, hvíld, skjól o.s.frv. En þrátt fyrir að þessi þörf sé í grunninn mikilvæg, getur verið nokkur munur manna á milli um hversu mikilvæg hún er. Þeir sem hafa ríka öryggisþörf eru t.d. þeir sem spara, gera áætlanir, tryggja eigur sínar og gæta heilsu sinnar, svo eitthvað sé nefnt.



Þörf fyrir **frelsi og sjálfstæði** lýsir sér í því að við viljum ráða vissum hlutum sjálf. Friðhelgi einkalífs er grundvallarþáttur í því. Fyrir þá sem hafa ríka þörf fyrir frelsi er mikilvægt að hafa valmöguleika, sveigjanlegt umhverfi og tilbreytingu. Ferðalög eru ríkur þáttur í því að sinna þörfinni. Þessi hópur fólks hefur gaman af tilraunum og að prófa nýja hluti. Frelsisfólki er oft sama um hvað öðrum finnst um það. Að fá að sitja í næði og fá frið frá öðrum til að gera og hugsa það sem maður vill er algeng leið til að fá útrás fyrir frelsisþörfina.



Þörfin fyrir **ást og umhyggju** er rík í mörgum. Þrátt fyrir nafnið snýst hún ekki um að vera væminn, heldur er grunnurinn sá að við þurfum flest að tilheyra hópi eða hópum. Þeir sem hafa ríka þörf fyrir umhyggju láta sig hlutina varða, deila með öðrum og hafa unun af samvinnu. Það að upplifa sig sem hluta af bekk, fjölskyldu eða vinahópi er þeim afar mikilvægt. Umhyggjufólk á oft gott með að sýna ástúð og að mynda tengsl við fólk í kringum sig. Þessari þörf er svarað með samskiptum við annað fólk, s.s. fjölskyldu, vini, vinnufélaga og skólasystkini.



Þörf fyrir **áhrifavald og stjórnun** lýsir sér í því að við viljum hafa stjórn á vissum hlutum í okkar lífi og að upplifa okkur sem mikilvæg á einhvern hátt. Við höfum þörf fyrir að vinna ýmis afrek, stór og smá, þ.e. við höfum þörf fyrir að standa okkur vel. Þeir sem hafa ríka áhrifspörf eru oft skipulagðir, jafnvel stjórnsamir og þrífast á samkeppni við aðra. Hrós eða viðurkenning er mikilvæg fyrir áhrifsfolk. Til að svara þessari þörf eru ýmsar leiðir, s.s. að sinna vinnu eða verkefnum, tómsundur, líkamsrækt, mennta sig og vera sterkur. Sumir fá þessa útrás gegnum mont og frekju.



Flest höfum við þörf fyrir að líf okkar sé **ánægjulegt** og að það sé gaman hjá okkur. Á þessu er þó munur milli einstaklinga. Það er einmitt eitt af því skemmtilegasta við að velta fyrir sér þörfunum að þær útskýra á margan hátt af hverju við erum ólík. Það er mismunandi hvað okkur finnst skemmtilegt að gera og því fáum við útrás fyrir ánægju á mismunandi hátt. Þeir sem hafa ríka þörf fyrir ánægju gera gjarnan að gamni sínu og hlæja að sjálfum sér og öðrum. Þeir sækja í spennu og ákafi er mjög einkennandi fyrir þennan hóp. Þörfinni er svarað á marga vegu, t.d. gegnum leik, nám, sköpun og að taka áskorun. Nýbreytni og nýjungagirni er algeng hjá folki með ríka ánægjuþörf.

# William Glasser og Diane Gossen

Geðlæknirinn William Glasser setti fram þá kenningu að hægt væri að hjálpa sjúklingum sínum með sk. samtalsaðferð (Reality Therapy). Hann taldi einnig að orsök vanlíðunar og slæmrar hegðunar stafi oft af því að einstaklingarnir nái ekki að uppfylla meðfæddar þarfir sínar. Glasser setti fram hugmyndir um gæðaskólann (Quality School) og sjálfstjórnarkenningu (Control Theory).

Diane Gossen samstarfsmaður Glassers til margra ára hefur þróað Uppbyggingarstefnuna frá kenningum Glassers og aðlagð kenningar hans að grunnskólastarfi. D. Gossen hefur vitanlega sótt ýmislegt til annarra en í grunninn eru það einkum kenningar W. Glassers sem byggt er á. Haustið 2007 var Diane Gossen með þriggja daga námskeið fyrir allt starfsfólk GÍ.

## Skýr mörk...

Starfsfólk skólans hefur skilgreint ákveðin mörk sem eiga að stuðla að auknu öryggi í skólanum og skapa aðstæður til að nemendur geti öðlast sjálfstjórn og eflst að þroska og vísu. Þessi mörk eru sem hér segir:

- *Ekkert ofbeldi.*
- *Engin vopn.*
- *Engin fíkniefni.*
- *Engar ógnanir, ögranir eða hótanir við neinn í skólasamfélaginu.*
- *Engin meðvituð truflun á skólastarfi.*
- *Engin skemmdarverk eða þjófnaðir.*
- *Engin mismunun vegna uppruna eða litarháttar*



Að fara yfir skýru mörkin stangast á við hugmyndir okkar um öryggi einstaklingsins í skólanum og hópsins sem heildar. Það stangast einnig á við hugmyndir okkar um virðingu fyrir sjálfum okkur, öðrum og umhverfinu.

Ef nemandi verður á að fara yfir þessi mörk er honum vísað til skólastjórnanda sem fer yfir málsatvik með honum. Nemandinn fer þá í flestum tilvikum heim og fær tækifæri til að hugleiða það sem gerst hefur og finna lausn í samráði við forráðamenn sína. Skólastjórnendur aðstoða nemandann og forráðamenn við lausn málsins og kalla til þá aðila sem að málinu koma.

Ef brot eru endurtekin mun málefnum nemandans verða vísað til nemendarverndarráðs.

Í uppbyggingarstefnunni er gengið út frá því að eina manneskjan sem við getum stjórnað séum við sjálf, spurningin er því: Hvernig manneskjur viljum við vera?

## Hlutverkin...

Kennarar hafa rætt töluvert um þarfirnar (sbr. þarfahringinn) og lífsgildin (sbr. lífsgildi skólans og/eða bekkjarins) við nemendur. Annað sem mikil áhersla er lögð á eru hlutverk hvers og eins. Kennararnir og nemendur skilgreina saman hlutverk hvers og eins í skólastofunni. Sem dæmi má nefna að hlutverk kennarans er t.d. að kenna, hlutverk nemenda er t.d. að fylgjast með kennslunni. Þetta er unnið á svipaðan hátt og bekkjarsáttmálarnir og hengt upp í stofunni. Í framhaldinu er eflaust full þörf á að

## Lesefni um Uppbyggingarstefnuna

Foreldrar hafa oft spurt okkur í skólanum hvar hægt sé að nálgast lesefni um uppbyggingarstefnuna. Til er handhægt lesefni á íslensku, t.d. bækurnar Sterk saman og Uppeldi til ábyrgðar og lítill leshefti sem heita Skýr mörk, Verkfærakistan, Sáttmálar um samskipti og Mitt og þitt hlutverk. Bókin Sterk saman hefur fengist í bókabúðinni á Ísafirði.

Lesheftin og bækurnar má panta hjá útgefanda (magni.hjalmarsson@simnet.is) eða [www.sunnuhvoll.com](http://www.sunnuhvoll.com). Einnig má finna efni á vefsíðunni [www.realrestitution.com](http://www.realrestitution.com), á heimasíðu Álftanesskóla og víðar. Sjá einnig grein Netlu, vefriti Kennaraháskólans: <http://netla.khi.is/greinar/2007/003/index.htm>

Til stendur að setja efni á heimasíðu skólans okkar, vonandi verður það gert alveg á næstunni.