



Af hverju erum við hérna?

Almar Gauti Ingvason og Tómas Þór Jacobsen

Lokaverkefni til BA-prófs

Ípróttta-, tómstunda- og þroskaþjálfadeild



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MENNTAVÍSINDASVIÐ

Af hverju erum við hérna?

Almar Gauti Ingvason og Tómas Þór Jacobsen

Lokaverkefni til BA-prófs í tómstunda- og félagsmálafræði

Leiðbeinandi: Árni Guðmundsson

Íþrótta-, tómstunda- og þroskaþjálfadeild

Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Júní 2016

Af hverju erum við hérna?

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni til BA-prófs
í tómstunda- og félagsmálafræði við íþróttá-, tómstunda- og
þroskaþjálfadeild,
Menntavísindasviði Háskóla Íslands

© Almar Gauti Ingvason og Tómas Þór Jacobsen 2016
Óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi höfundar.

Prentun: Lyng ehf
Hafnarfjörður, 2016

Ágrip

Meginviðfangsefni í ritgerðinni okkar er að sýna fram á mikilvægi hópastarfs fyrir börn og unglunga. Hversu mikil áhrif það getur haft á þroska og lífsgæði þeirra sem glíma við félagsleg vandamál. En það er einmitt eitt stærsta vandamálið í þjóðfélaginu í dag. Þrátt fyrir aukin tækifæri til tómsunda í samfélaginu, meiri þekkingu, umræðu og tækni þá eru samt börn og unglingar sem glíma við félagsleg vandamál eins og félagslega einangrun eða frávikshegðanir. Farið er ítarlega yfir hugtökin tómsundur og hópastarf. Rýnt er í mörg afbrigði af hindrunum, skoðað hlutverk leiðbeinanda í hópastarfi og farið í ýmsar kenningar. Í kjölfarið er sagt frá niðurstöðum ritgerðarinnar sem byggja á fræðilegum heimildum ásamt viðtölum við einstaklinga sem hafa mikla reynslu og þekkingu á hópastarfi. Í ritgerðinni var gerð eigindleg rannsókn í formi viðtala þar sem aðalspurningin var „Af hverju erum við hérna?“ Síðan fylgdu nokkrar undirspurningar með. Niðurstöður rannsóknarinnar er að hópastarf er gríðarlega mikilvægt og að það mætti grípa fyrir inn í hjá börnum og unglungum sem sýna merki um félagslega einangrun eða frávikshegðanir. Í hópastarfi fá þau stuðning til að styrkja félags- og samskiptafærni. Það er sérstaklega mikilvægt fyrir þau sem tilheyra ekki neinum hópi og veitir það tilheyringartilfinningu sem við mannfólkið höfum svo mikla þörf fyrir.

Efnisyfirlit

Ágrip	3
Myndaskrá	6
Töfluskrá	6
Formáli	7
1 Inngangur	8
1.1 Markmið verkefnisins.....	9
1.2 Uppbygging ritgerðar	9
2 Tómsundur	10
2.1 Skilgreining á tómsundum.....	10
2.2 Tómsundamenntun	10
2.3 Tómsundur barna.....	11
2.4 Tómsundahindranir	11
2.5 Stuðningur skóla og bæjarfélaga	12
3 Félagsleg vandamál	13
3.1 Félagsleg einangrun.....	13
3.2 Andfélagsleg hegðun	14
3.3 Einhverfa	14
3.4 Athyglisbrestur með ofvirkni	15
3.5 Einelti	15
3.6 Fötlun.....	16
3.7 Tourette.....	17
3.8 Asberger	17
3.9 Þroskaröskun	17
4 Hópar	19
4.1 Hópaþróunarkenning Tuckman	19
4.2 Hópaþróunarkenning Lacoursiere	20
4.3 Jafningjahópur	22
4.4 Greining hópa	22
5 Hópastarf	24
5.1 Undirbúningur hópastarf	24
5.2 Hópastarf með börnum og unglingum.....	25
5.3 Dagskrá hópastarfstíma	26
5.4 Trúnaður í hópastarfi	26

5.5	Ávinningur hópastarfs	27
5.6	Sértækt hópastarf	27
6	Mikilvægi leiðbeinandans	30
6.1	Fimm þættir leiðbeinandans	30
6.2	Mismunandi leiðtogastílar	31
6.3	Mat á hópastarfi	32
6.4	Markmiðasetning	33
7	Reynslunám.....	34
7.1	Óformlegt nám.....	34
7.2	Kenningar um reynslunám.....	34
7.3	Námshringur Kolb	35
7.4	Líkanið um þægindasvæðið	36
8	Aðferðafræði	37
8.1	Markmið rannsóknarinnar	37
8.2	Rannsóknaraðferð	37
9	Niðurstöður rannsókna.....	39
9.1	Bakgrunnur viðmælanda.....	39
9.2	Spurningar og greining viðtala	40
10	Lokaorð	44
	Heimildaskrá.....	46
	Viðauki 1: Spurningalisti	51

Myndaskrá

Mynd 1. Þróun hópa samkvæmt Tuckman.....	20
Mynd 2. Ferli hópa samkvæmt Lacoursiere	21
Mynd 3. Tengslarit einungis með jákvæðum ábendum	23
Mynd 4. Námskringur Kolb	35
Mynd 5. Breytingarsvæðin.....	36

Töfluskrá

Tafla 1. Sýnir ákveðið form svarmöguleika.....	32
------------------------------------------------	----

Formáli

Þessi ritgerð var unnin sem lokaverkefni til BA-prófs í Tómsunda- og félagsmálafræði við Háskóla Íslands vorönn 2016.

Meginmarkmið ritgerðarinnar er að sýna fram á hvað hópastarf er mikilvægt fyrir börn og unglinga. Hversu mikil áhrif það getur haft á þroska og lífsgæði þeirra og komið í veg fyrir félagslega einangrun og frávikshegðanir. En eitt stærsta vandamálið sem við glímum við í dag, í þjóðfélaginu, eru einmitt félagsleg vandamál.

Ástæðan fyrir því að við völdum hópastarf sem meginviðfangsefni í lokaritgerðina okkar er vegna þess að við störfum við málefnið og höfum báðir brennandi áhuga á því. Við viljum dýpka skilning okkar á hópastarfi og sýna fram á hversu mikilvægt það getur verið.

Áhuginn okkar á þessu starfi hefur vaxið gríðarlega undanfarið og þá sérstaklega eftir að við byrjuðum með sameiginlega umsjón yfir frístundaklúbbi fyrir börn sem glíma við félagsleg vandamál. Það er von okkar að þessi ritgerð á eftir að nýtast vel fyrir þá sem hafa brennandi áhuga á og vilja afla þekkingu sína á hópastarfi með börnum og unglingum sem glíma við félagsleg vandamál.

Vinnan að baki lokaverkefnisins hefur tekið mikinn tíma og útheimt mikla skipulagningu og þolinmæði. Okkur langar að þakka leiðbeinandanum okkar, Árna Guðmundssyni, fyrir að hafa óbilandi trú á okkur, fyrir góða leiðsögn og mikinn stuðning við gerð þessarar ritgerðar. Auk þess viljum við þakka kennurum okkar, fjölskyldum okkar og þá sérstaklega Ingva fyrir þá frábæru aðstoð og ráðleggingar sem hann veitti.

Þetta lokaverkefni er samið af okkur undirrituðum. Við höfum kynnt okkur *Síðareglur Háskóla Íslands* (2003, 7. nóvember, <http://www.hi.is/is/skolinn/sidareglur>) og fylgt þeim samkvæmt bestu vitund. Við vísum til alls efnis sem við höfum sótt til annarra eða fyrri eigin verka, hvort sem um er að ræða ábendingar, myndir, efni eða orðalag. Við þökkum öllum sem lagt hafa okkur lið með einum eða öðrum hætti en berum sjálfir ábyrgð á því sem missagt kann að vera. Þetta staðfestum við með undirskrift okkar.

Hafnarfjörður, 10. maí 2016

Almar Gauti Ingvason (sign)

Tómas Þór Jacobsen (sign)

1 Inngangur

Í þessari ritgerð fjöllum við um mikilvægi hópastarfs fyrir börn og unglunga sem glíma við félagsleg vandamál. Í leit okkar að rétta svarinu við rannsóknarspurningunni þurfum við að rýna í nokkur fræðileg hugtök auk þess að ræða við reynslumikla viðmælendur.

Til að byrja með förum við yfir mikilvægi tómsunda og hvaða áhrif þær geta haft á einstaklinginn. Farið er yfir algengar tómsundahindranir og sýnt fram á af hverju menntun fagaðila á þessu sviði er nauðsynleg. Frítími fólks er að aukast og það er ekki meðfætt að nýta hann á uppbyggjandi hátt (M. Leitner og S. Leitner, 2012:21; Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 3. október 2013).

Þrátt fyrir aukin tækifæri til tómsunda í samfélaginu, meiri þekkingu, umræðu og tækni þá eru samt börn og unglingar sem glíma við félagsleg vandamál eins og félagslega einangrun eða frávikshegðanir (Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 21. nóvember 2013). Þau eiga í mikilli hættu á að velja ranga braut í lífinu og eru líklegri til þess að hætta í skóla, neyta fíkniefna, beita ofbeldi og fremja sjálfsmorð (Berns, 2004: 270). Það eru margir þættir sem geta ýtt undir félagsleg vandamál og eru andlegar fatlanir eins og til dæmis einhverfa og athyglisbrestur með ofvirkni (e. adhd) meðal þeirra þátta. Þeir einstaklingar sem glíma við einhverfu skortir oft á tíðum samskipta- og félagshæfni (Berger, 2011: 313; Ralston, 2009: 8). Samkvæmt Barkley (1995: 181) á meðan þeir sem greinast með athyglisbrest með ofvirkni eiga í erfiðleikum með almennileg samskipti og að mynda tengsl við jafningja sína.

Það að vera partur af jafningjahópi getur haft jákvæð áhrif á félags- og sálrænan þroska (Berns, 2004: 291). Aftur á móti, að vera hafnað af jafningjahóp getur valdið því að börn og unglingar sýni óæskilega hegðun, mæta illa í skólann, verði einmana og jafnvel kvíðin í félagslegðum aðstæðum (Bukatko og Daehler, 2004: 534). Eitt af hlutverkum fagaðila er að finna einstaklinga sem eru félagslega einangraðir eða eiga í hættu að verða fyrir einelti. Algengast er að nota tækni sem kallast tengslarit (e. sociogram) til að greina félagsleg tengsl og samskipti innan hóps (Goodman og Scott, 1997: 220).

Hópastarf getur verið gríðarlega góð leið til þess að hjálpa þeim sem eiga við félagsleg vandamál að stríða. Þar fá þau stuðning til að leysa vandamál sín og styrkja félags- og samskiptafærni (Gladding, 2003: 13). Þar fá þau líka þessa tilheyningartilfinningu sem við mannfólkið höfum svo mikla þörf fyrir (Berns, 2004: 291). Leiðbeinandinn eða fagaðilinn í hópastarfi er gríðarlega mikilvægur og getur verið lykillinn af farsælum árangri. Hann þarf til dæmis að geta lagt mat á hópastarfið og hjálpað meðlimum hópsins að setja sér markmið (Gladding, 2003: 89; Smead, 1995: 18).

1.1 Markmið verkefnisins

Við höfundar verksins höfum í sameiningu umsjón yfir frístundarklúbbi fyrir börn sem eiga við félagsleg vandamál að stríða. Frístundarklúbburinn er í raun sértækt hópastarf og hálfgerð úrræði fyrir börn sem glíma við félagslega einangrun og andlegar fatlanir.

Markmiðið með þessari ritgerð og rannsókn er tvíþætt, að dýpka skilning okkar á hópastarfi og að svara rannsóknarspurningunni okkar sem er „Af hverju erum við hérna?“ En þessa spurningu fengum við frá ellefu ára strák í okkar frístundarklúbbi. Skemmtileg og áhugaverð spurning sem fékk okkur til að hugsa. Við túlkuðum spurninguna þannig af hverju eru börn og unglingar sem glíma við félagsleg vandamál í hópastarfi? Okkur fannst þetta það áhugaverð spurning að við ákváðum að tileinka henni BA verkefninu okkar. Við reynum að svara þessari spurningu með fræðilegri umfjöllun og fjórum eigindlegum viðtölum við einstaklinga sem hafa mikla þekkingu á hópastarfi.

1.2 Uppbygging ritgerðar

Við skiptum ritgerðinni okkar í tíu meginkafla allt frá inngangi til lokaorða. Í byrjun skilgreinum við hvað tómsundur eru, hver eru markmiðin og mikilvægi þeirra, útskýrum tómsundamenntun og förum yfir helstu hindranir einstaklinga í tómsundastarfi.

Förum síðan yfir nokkur félagsleg vandamál eins og til dæmis félagslega einangrun og andlegar fatlanir. Við rýnum einnig í hópa, helstu kenningar þeirra og skoðum tengslarit. Svo förum við í hópastarf og skoðum helstu undirflokkana. Við skoðum hlutverk leiðbeinandans ásamt því að fara í mikilvægi markmiðasetningu í hópastarfi. Næst förum við yfir óformlegt nám, reynslunám og aðferðafræði ritgerðarinnar ásamt því að niðurstöður viðtala verða útlistaðar. Síðan eru það lokaorðin þar sem við stiklum á stóru um niðurstöðu ritgerðarinnar.

2 Tómstundir

Tómstundir er það sem gefur lífinu gildi hjá flestum einstaklingum. Þær auka lífsánægjuna og ef þú ert ánægður og glaður í lífinu þá sendir þú frá þér jákvæða strauma. Í bók M. Leitner og S. Leitner (2012: 21) kemur fram að tómstundir skipta miklu máli varðandi hamingju, sjálfsþroska, sjálfsvitund og hefur áhrif á andlega og líkamlega heilsu.

Tómstundir eru vandmeðfarnar og því þarf að finna rétta jafnvægið á milli vinnu, heimilis og tómstunda því of miklar tómstundir geta líka eyðilagt út frá sér til dæmis vináttu, hjónabönd og starfsvettvang.

2.1 Skilgreining á tómstundum

Í grein Vöndu Sigurgeirsdóttur (2010) kemur fram að tómstundir (e. leisure) er hugtak sem erfitt er að útskýra. Ýmsir fræðimenn hafa skilgreint hugtakið en þeir eru ekki allir sammála um þýðingu þess. Líkleg ástæða gæti verið vegna þess að tómstundir eru skilgreindar eftir mismunandi fræðigreinum. Samkvæmt M. Leitner og S. Leitner (2012: 3) eru tómstundir sá frítími sem inniheldur enga vinnu eða önnur skyldustörf. Í bók Torkildsen (2005: 48) er vitnað í skrif Shivers (1981) að tómstundir séu allur okkar frítími.

Í bók Torkildsen (2005: 47-52) kemur einnig fram að sumir telja eftirfarandi fimm atriði lýsi tómstundum best en það eru tími, athöfn, viðhorf, gæði eða hlutverk. Tíminn er mikilvægur því það þarf að finna jafnvægi milli tómstunda, vinnu og fjölskyldu. Í athafnanálguninni er litið á tómstundir sem frjálst val athafna sem eykur ánægju og lífsgæði einstaklingsins. Í viðhorfanálguninni er það einstaklingurinn sem ræður hvað eru tómstundir og þær geta tekið breytingum eftir aldri eða félagsskap og geta bæði verið jákvæðar og neikvæðar. Í gæðanálguninni skiptir máli hvernig þú eyðir frítíma þínum en hann þarf að veita þér ákveðna lífsánægju og frelsistilfinningu. Hlutverkanálgunin hefur síðan bæði áhrif á einstaklinginn og samfélagið í heild sinni með áherslu á innihald og félagslegar afleiðingar. Samkvæmt Vöndu Sigurgeirsdóttur (2010) er aðalatriðið að fara eftir þeim hegðunareglum sem gilda innan samfélagsins.

Okkur finnst skilgreining Vöndu Sigurgeirsdóttur (2010) á hugtakinu tómstundir lýsa því best. Hún skilgreinir hugtakið tómstundir sem athöfn, hegðun eða starfsemi sem á sér stað í frítímanum. Skilyrðið er að starfsemin sé frjálst val sem hefur í för með sér ánægju og jákvæð áhrif. Þessar tilfinningar eiga að auka vellíðan og lífsgæði einstaklingsins.

2.2 Tómsundamenntun

Óskipulag er þekkt vandamál frítímans og getur tómsundamenntun fagaðila hjálpað mikið til. Markmið hennar er að fræða einstaklinga um jákvæða og heilbrigða notkun á frítíma sínum. Einnig að benda einstaklingum á gildi og mikilvægi hans og hvernig hann hefur

áhrif á lífsgæðin (M. Leitner og S. Leitner, 2012: 21; Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 3. október 2013).

Það er ekki meðfætt að nota frítíma sinn á uppbyggilegan hátt. Frítími fólks er að aukast ef eitthvað er þar sem styttri vinnutími og meiri tækni er á heimilum. Þess vegna er eftirsóknarvert að mennta fólk sem getur miðlað þekkingu sinni og færni til að hjálpa fólki að nýta frítíma sinn betur. Það gæti þurft ýta undir áhuga, finna það sem er í boði og hvað það getur gert (M. Leitner og S. Leitner, 2012: 21; Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 3. október 2013).

2.3 Tómstundir barna

Hægt er að setja sér tómstundar markmið um hvernig á að forgangsraða og hvað er mikilvægast í lífinu (M. Leitner og S. Leitner, 2012: 104). Farsælast er að fjölskyldan finni í sameiningu jafnvægið milli vinnu, frítíma og tómstunda. Í grein Amalíu Björnsdóttur, Baldurs Kristjánssonar og Barkar Hansen (2009) kemur fram að líf barnanna í byrjun uppvaxtar eru dagleg samskipti við foreldra og systkini og eru þau í raun þeirra fyrsti áhrifavaldur. Annar áhrifavaldur við mótun barnsins er hvað hann gerir utan skólans þar að segja í frítíma sínum. Frítíminn er sá tími þar sem börnin hafa tækifæri til að leika sér eða gera það þau vilja án teljandi eftirlits foreldra sinna.

Þarna ber foreldum að koma að tómstundaiðkun barna sinna og finna út hvað hentar hverjum og einum því allt snýst þetta um rétta félagskapinn og að börnin skynji það jákvæða í lífinu og alist upp í jákvæðu uppeldi. Foreldrar þurfa einnig að passa væntingarnar og kröfur sínar um getuna til að jákvæða viðhorfið snúist ekki upp í hið neikvæða í huga barnsins. Þau munu reka sig á í lífinu og er þá aðalatriðið að börnin líti á foreldra sína sem sínar fyrirmyndir og leiti til þeirra þegar eitthvað bjátar á (Vanda Sigurgeirsdóttir, 2010).

Í grein Feldman og Matjasko (2005) kemur fram að tómstundaiðkun örvi félagslegan þroska. Þar er vettvangur til að byggja upp vináttu og traust sem getur skipt sköpum. Samkvæmt Vincent og Ball (2007) telja foreldrar að tómstundir og íþróttaiðkun sé lykillinn að líkamlegu heilbrigði og jákvæðu uppeldi meðal barna sinna.

Það má því segja að tómstundir barna séu mjög mikilvægar því þar er hægt að þróa félagslega þátttöku sem getur leidd til vinskaps milli einstaklinga.

2.4 Tómstundahindranir

Tómstundahindranir eru þeir þættir sem hafa neikvæð áhrif og koma í veg fyrir þátttöku í tómstundum. Algengar hindranir eru tímaskortur, áhugaleysi, skipulagning, fjarlægðir, fjárhagur, þjóðerni, einelti, fötlun og félagsleg vandamál (M. Leitner og S. Leitner, 2012: 18-19; Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 21. nóvember 2013). Skortur á áhuga getur verið vegna minna aðgengis eða vegna fjölskyldu- eða menningarlegs uppeldis

(Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 21. nóvember 2013). Þessi hópur, einhverra hluta vegna, eiga á hættu að geta ekki tekið þátt í félagslegum athöfnum eða tómstundum og gætu þar af leiðandi einangrast (Atkinson og Hill, 1998). Að nógu er að taka fyrir fagaðila um félagslegar úrbætur (Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 21. nóvember 2013).

Unglingar hafa sínar tómstundahindranir en vandamálin hjá þeim gerast oftast í frítíma þeirra, ekki í skólanum og ekki í vinnunni. Af hverju ekki að hjálpa þeim að taka betri ákvarðanir um hvað þau geta gert í sínum frítíma. Án fræðslu í skólum þá nýtum við ekki þau tækifæri sem bjóðast til að stýra börnum og unglingum til jákvæðra verka og forða þeim að lenda á villigötum. Það sem einkennir samfélagið okkar og lífsgæði einstaklinga ákvarðast að mörgu leyti á gæðum tómstundanna. Þess vegna ættu stjórnvöld að hugsa um hag samfélagsins og auka möguleika barna til tómstundamenntunar (M. Leitner og S. Leitner, 2012: 18–21; Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 3. október 2013). Í næsta yfirkafla förum við nánar út í algengar tómstundahindranir.

2.5 Stuðningur skóla og bæjarfélaga

Á heimasíðu Einhverfusamtakanna (2012) kemur fram að börn og unglingar með sérþarfir fá ýmsa þjónustu í dag frá skólum og bæjarfélögum. Í boði fyrir þau eru til dæmis frístundaheimili og ýmis konar stuðningur í formi liðveislu. Þessi þjónusta er skiplögð af starfsmönnum, fagaðilum og foreldrum. Tilgangurinn er að börn og unglingar hafi val um fjölbreytta og skemmtilega tómstunda möguleika. Einnig er boðið upp á skammtíma vistarir, stuðningsfjölskyldur og sértækt hópastarf.

Þar að auki hafa frístundaklúbbar verið stofnaðir í auknum mæli fyrir einstaklinga sem glíma við félagsleg vandamál eins og til dæmis Frístundaklúbburinn Skylanders sem er fyrir krakka í fyrsta til sjöunda bekk í Hafnarfirði. Þessi þjónusta eru kostnaðarlaus fyrir einstaklinginn og fjölskyldu hans.

3 Félagsleg vandamál

Það er mikilvægt að hafa góð félagsleg samskipti, jákvæð samskipti hafa jákvæðar afleiðingar en einmannaleiki og einangrun neikvæðar afleiðingar (Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 21. nóvember 2013). Það er þörf að benda á að í bók Eitzen, Zinn og Smith (2009: 3) er vitnað í orð George E. Brown, Jr. að félagsleg vandamál er eitt stærsta vandamálið sem við í þjóðfélaginu glímum við í dag.

Þrátt fyrir aukin tækifæri til tómstunda, meiri þekkingar, umræðu og tækni eru samt börn og unglingar að glíma við félagsleg vandamál í dag (Vanda Sigurgeirsdóttir, munnleg heimild, 21. nóvember 2013). Þau eiga í mikilli hættu á að velja ranga braut í lífinu og eru líklegri til þess að hætta í skóla, neyta fíkniefna, beita ofbeldi og fremja sjálfsmorð. Þau glíma við geðræn, félagsleg og skólatengd vandamál. Algeng ástæða er að þeim skortir félagslegan stuðning frá fjölskyldum sínum (Berns, 2004: 270). Samkvæmt Ingram og Harris (2001: 1261) upplifa þau öryggisleysi og eiga í erfiðleikum með að treysta öðrum. Þau ná ekki að þroska tilfinningaþroskan sinn og það hefur áhrif á hvernig þau hegða sér.

Félagsleg vandamál hjá börnum og unglungum eru margskonar. Sumir krakkar eru vinsælli en aðrir einhverra hluta vegna. Ástæðan gæti til dæmis verið útlit einstaklings, líkamleg hæfni, jákvæðni og jafnvel þjóðfélagsleg staða foreldra. Fallegir krakkar eru talin vingjarnlegri og gáfaðari af jafnöldrum sínum. Þeir sem skara fram úr í íþróttum eru talin vera áhugameiri í augum jafnaldra. Neikvæðir krakkar eru talin líklegri að vera hafnað af jafningjum sínum og draga þau sig þá ósjálfrátt inn í skel félagslega (Bukatko og Daehler, 2004: 548).

3.1 Félagsleg einangrun

Dæmi um félagslegt vandamál er félagsleg einangrun og getur hún átt rætur sínar að rekja til margra þátta. Samkvæmt Laursen og Hartl (2013) er hugtakið félagsleg einangrun þegar einstaklingur er í litlum eða engum samskiptum við jafningja sína. Félagslega einangraðir einstaklingar eru í áhættuhópi og algengustu afleiðingarnar eru alkohólismi og offituvandi.

Krause-Parello (2008) segir það að vera félagslega útskúfaður úr hóp til lengri tíma getur haft veruleg áhrif á líf einstaklingsins til framtíðar. Samkvæmt Bukatko og Daehler (2004: 551) eiga börn og unglingar sem eru félagslega einangruð í hættu að vera kvíðin, einmana, hafa lítið sjálfsálit og glíma við þunglyndi. Sumir kjósa samt að vera einir en aðrir eru feimnir og hafa lélega félagsfærni, þau þrá samt félagsleg samskipti við aðra en kunna sig ekki almennilega og eru þar af leiðandi hafnað af jafningjum. Í grein Public Health England (2015) kemur fram að það þarf að hjálpa þeim að brjóta ísinn eins og sagt er, til að koma í veg fyrir að vandamálið stigmagnast.

Í handbók ÍTR eftir Huldu Valdísi Valdimarsdóttur og Sigrúnu Sveinbjörnsdóttur (2008: 9) kemur fram að það má samt ekki blanda saman þeim sem eru félagslega tilbaka

og þeim sem standa illa félagslega. Rannsóknir sýna að félagslega einangraðir skiptast í tvo hópa annars vegar þeir sem eru háværir, truflandi og eiga við samskipta- og hegðunarmál að stríða. Hins vegar þeir sem eru hlédregnir, kvíðnir, með lítið sjálfsmat, hafa lítil tengsl við jafnaldra og eiga fáa sem enga vini. Því er mikilvægt að fagaðilar taki á þessum þáttum.

3.2 Andfélagsleg hegðun

Annað félagslegt vandamál er þegar börn og unglingar sýna andfélagslega hegðun eins og frávikshegðanir. Sumir félagsfræðingar segja að andfélagsleg hegðun sé sú hegðun þar sem brotið er á reglum eða venjum samfélagsins (Thio, 2010: 4). Börn og unglingar eiga við aðlögunarvanda að stríða þegar kemur að skólum og jafnöldrum. Ef þau fá enga aðstoð sem börn þá getur það leitt til alkahólisma, atvinnuleysis og líkamlegs og andlegs veikinda á fullorðinsárunum. Helstu einkenni þeirra er ofbeldi, árasargirni og námsörðugleikar (Craig, 2000: 333-334). Samkvæmt Siegel (2008: 166) alast þau oft upp við fátækar aðstæður og þar sem félagslegur stuðningur er lítill. Þau mæta illa í skólann, eiga erfitt með að sitja kyrr og taka ekki þátt í verkefnum.

Rannsóknir sýna að börn með andfélagslega hegðun eiga frumkvæðið að höfnun. Þeim er hafnað vegna þess að þau sýndu árasargirni samanber gerðu eitthvað á hlut annars (Craig, 2000: 336). Reid, Patterson og Snyder (2002: 105) segja að það þarf að kenna þessum börnum margt sérstaklega þegar þau eru að koma inn í nýtt umhverfi eins og nýjan skóla. Hér er þörf fyrir fagaðila til að leiðbeina um hvað má og hvað ekki. Árangurinn af því getur stuðlað að því að börn sem sýna andfélagslega hegðun ná betri samskiptum við jafningja og þar að leiðandi meiri möguleika fyrir þau að eignast vini.

3.3 Einhverfa

Einhverfa er algengari en menn halda og eru strákar líklegri en stelpur að greinast með einhverfu (Robledo og Ham-Kucharski, 2008: 18-19). Einstaklingur sem greindur er með einhverfu á oft erfitt með að stunda tólmstundir sökum hömlunnar á félagslegum samskiptum og þroskaröskunar. Auðvelt er að sjá hverjir glíma við einhverfu þar sem erfitt getur verið að eiga almennileg samskipti við þá og þeir virðast oft sjálfum sér nógir (Ralston, 2009: 8). Samkvæmt Berger (2011: 313) er mjög léleg félagsfærni eitt megineinkenni einhverfu.

Einstaklingar með þessa greiningu eru félagslega fatlaðir. Þeir eiga erfitt með að lesa hvernig öðrum líður út frá svipbrigðum og einnig að setja sig í spor annarra. Það getur því verið erfitt fyrir þá að sjá þegar aðrir eru reiðir, leiðir eða í uppnámi (Ralston, 2009: 10; Siegel, 1996: 30). Þeir sjá ekki ástæðuna til þess að fara eftir samfélagslegri hegðun og skammast sín ekki þó þeir sýni óviðeigandi hegðun eins og til dæmis að ropa við matarborðið. Einhverfir geta lært að bæta upp fyrir skort á félagslegum skilningi með því

að læra reglur um félagslega hegðun (Siegel, 1996: 26-30). Það er því mikilvægt að einhverskonar hópastarf sé til staðar fyrir einhverfa þar sem farið er yfir hvað samfélagsleg hegðun er.

3.4 Athyglisbrestur með ofvirkni

Athyglisbrestur með ofvirkni (e. adhd) er hegðunarröskun sem kemur fyrir hjá börnum fyrir sjö ára aldur (Matthías Kristiansen og Málfríður Lorange, 1998: 8). Þetta er líffræðilegur sjúkdómur sem er í heila einstaklings. Sjúkdómurinn truflar boðefnakerfi heilans sem stjórnar hegðunarmynstri einstaklinga. Örsök athyglisbrestar er rakin til frávika í taugaproska (Green og Chee, 1997: 2).

Dæmi er um að börn og unglingar sem eru með þessi félagslegu vandamál eru með lélega samskipta- og tilfinningafærni. Þau eiga í erfiðleikum með að eiga almennileg samskipti og mynda tengsl við jafnaldra sína (Barkley, 1995: 181). Samkvæmt Matthías Kristiansen og Málfríði Lorange (1998: 11-13) er ástæðan vegna þess að þau verða hvatvís með mikla hreyfivirkni, þau missa einbeitingu og eru viðkvæm fyrir truflunum. Hvatvísinn kemur þannig fram að þau trufla alla í kringum sig, grípa fram í fyrir öðrum og þau eru sjálfum sér og öðrum hættuleg þar sem þau hugsa ekki út í afleiðingarnar fyrirfram.

Börn og unglingar eiga það til að vera hrædd við jafningja sína sem eru greindir með athyglisbrest með ofvirkni af því hegðun þeirra getur verið ögrandi og óútreiknanleg (Barkley, 1995: 181). Þau sem greinast eiga í hættu að vera auðveld skotmörk fyrir gerendum eineltis. Það er vegna þess að þau eru með svo stuttan þráð og eiga það til að taka brjálæðisköst (Green og Chee, 1997: 6).

Það er því gríðarlega mikilvægt að kenna börnum með hegðunarröskun þá hegðun sem viðgengst í viðkomandi samfélagi, hvernig á að eiga samskipti við aðra og að læra hafa stjórn á skapi sínu og tilfinningum. Mikilvægt er að börn fái greiningu og þá meðferð sem þau þurfa eins snemma og mögulegt er (Matthías Kristiansen og Málfríður Lorange, 1998: 18). Sérþækt hópastarf er mjög góð leið til þess því það getur hjálpað til að koma í veg fyrir óæskilega hegðun, bætt félags- og samskiptafærni þeirra og gefið einstaklingnum tækifæri til þess að vera í kringum aðra sem eiga við samskonar félagsleg vandamál að stríða (Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 9).

3.5 Einelti

Samkvæmt Sharp og Smith (2000: 11-12) getur einelti verið ein af orsökum þess að einstaklingar einangri sig. Einelti er ofbeldi þar sem einn eða fleiri misbjóða einstaklingi sem ekki kemur vörnum við. Einelti er í raun valdníðsla þar sem gerandinn beitir líkamlegu eða andlegu ofbeldi gagnvart þólandanum. Einstaklingur sem verður fyrir einelti verður lífsleiður og getur dvölin í skólanum orðið nánast óbærileg. Langvarandi einelti minnkar sjálfstraust hjá þólandanum, sjálfsmýndin brenglast og einstaklingurinn einangrar

sig félagslega. Þeir sem hafa orðið fyrir einelti í æsku geta þjást af kvíða og þunglyndi á fullorðinsárunum. Alvarlegustu afleiðingar eineltis eru sjálfsvíg.

Einelti á sér oftast stað innan veggja skólans eða á skólalóðinni og eru gerendur og þolendur eineltis oftast á sama aldri. Í flestum tilfellum þá fer eineltið alveg framhjá kennurum og öðrum umsjónarmönnum skólans enda eiga þolendur mjög erfitt með að tilkynna eineltið. Strákar sem gerendur eineltis beita meiri líkamlegu ofbeldi frekar en stelpur en hjá stelpunum er það frekar andlegt, þær skilja útundan og baktala aðra. Talað er um að fórnarlömb eineltis skiptast í tvær megingtýpur. Annars vegar aðgerðarlausu fórnarlömbin og hins vegar ögrandi fórnarlömbin. Aðgerðalaus fórnarlömbin eru kvíðin, óvinsæl, óörugg og berjast ekki á móti þegar verið er að ráðast á þau heldur eru þau líklegri til þess að fara að gráta. Þau eiga í flestum tilfellum fáa vini og hafa lítið sjálfsálit. Ögrandi fórnarlömbin eru líkt og þau aðgerðarlausu óvinsæl meðal jafningja. Þau hafa að auki stuttan þráð, eru mjög árasargjörn og eru líkleg til að lenda í slagsmálum (Goodman and Scott, 1997: 218-219). Börn sem glíma við andlega og líkamlega fatlanir eru einnig í meiri hættu að vera lögð í einelti (Public Health England, 2015).

3.6 Fötlun

Ef við skoðum hugtakið fötlun sérstaklega sem tómsundahindrun þá er samkvæmt Rannveigu Traustadóttur (2006: 23-25) hægt að skilgreina hugtakið út frá tveimur mismunandi sjónarhornum. Annars vegar frá sjónarhorni læknávisinda og hins vegar frá félagslegu sjónarhorni. Læknávisindin skilgreina fötlun sem andstæðuna við það sem má kallast heilbriggt og eðlilegt. Tómsundahindranir fatlaða einstaklinga skapast oftast í umhverfinu samanber aðgengi, fátækt, fordómar og fleira.

Ef við einblínum aðalega á börn og unglunga sem glíma við fötlun þá sýna rannsóknir samkvæmt Solish, Perry og Minnes (2010) að það sé mikill munur á þátttöku venjulegra barna og fatlaðra í félags- og tómsundarstarfi. Fatlaðir einstaklingar eiga þar undir högg að sækja. Þarna skiptir miklu máli virkni og stuðningur foreldra hver ástundunin er hjá fötluðum en það hefur sýnt sig að fötluð börn eiga í erfiðleikum með að mynda og viðhalda vináttusamböndum sökum skort á hreyfi-, samskipta- og félagsfærni. Rannsókn sýnir að sirka helmingur forelda fatlaðra barna telja að barnið sitt eigi ekki einn náinn vin og glíma við mikinn einmanaleika. Þau eyði meiri tíma með fullorðnum en ófötluð börn. Í þeirra tilviki er mikilvægt að bjóða tækifæri til félagslegra samskipta þannig að þau eigi möguleika á að þróa með sér vináttu, efla félagsfærni sem er gott fyrir líkamlega og andlega heilsu barnsins.

Í dag er Ísland aðili að Barnasáttmála Sameinuðu þjóðarinnar. Samkvæmt honum ber ríkinu að tryggja að fötluð börn og fjölskyldur þeirra fái þá aðstoð sem þau þurfa og ekki rukka fyrir þjónustu sé þess kostur. Sáttmálinn ábyrgist einnig að allir hafi jafnan aðgang

að menntun, tómsundaiðju og fleiri mikilvægum þáttum (lög um samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi barnsins nr. 18/1992).

3.7 Tourette

Tourette heilkenni er sjúkdómur sem er taugalíffræðileg röskun í heilastarfseminni og einkennist af kækjum. Kækirnir koma yfirleitt í ljós í barnsku eða á unglingsárunum og er sjúkdómurinn mun algengari meðal drengja (Shimberg, 1992: 2). Fyrstu einkennin koma oftast fram við sjö ára aldur en það eru oftast tíðar og endurteknar ósjálfráðar hreyfingar í andliti og handleggjum eins og til dæmis blikka augu og gretta sig. Talið er að raddkækir komi á aldrinum átta til fimmtán ára og með þeim er átt við ýmisskonar hljóð eins og að öskra, hvæsa, stynja og gelta (Goodman og Scott, 1997: 106; Shimberg, 1992: 2-3).

Samkvæmt Robertson og Baron-Cohen (2007: 48-49) geta börn með Tourette sýnt athyglisbrest eða með öðrum orðum hegðunarröskun sem veldur meiri vanda en hreyfi- og hljóðkækir. Dæmi um hegðunarraskarnir eru einelti, hóta öðrum, byrja slag, beita vopni, meiða fólk, stela, ljúga, eyðileggja hluti sem aðrir eiga, kveikja í og að strjúka að heiman. Hluti barna þroskast með þessar hegðunarraskarnir og verða þær að persónuleika truflunum þegar þau eru orðin eldri. Þessar truflanir geta falið í sér andfélagslega hegðun eins og þjófnað og árásargirni.

Tourette heilkenni er einungis hægt að greina í grundvelli klínískra athugana. Margir listamenn eru með þessi einkenni og hafa náð að lifa ágætis lífi þrátt fyrir einkennin. Lykillinn er að greina þau tímanlega. Ekki eru til nein lyf sem einstaklingar geta tekið gegn hegðunarröskunum og persónuleika truflunum. Það er mikilvægt að fræða einstaklingana um siðareglur samfélagsins og gera þeim grein fyrir afleiðingum sem þær geta haft í för með sér ef þau eru til dæmis of árásargjörn (Robertson og Baron-Cohen, 2007: 48-49).

3.8 Asberger

Samkvæmt Steindal (1998: 28-37) skortir einstaklingum sem eru með Asberger einkenni félagslega færni. Nauðsynlegt er að vinna með þeim í hópstarfi og fá þau til að taka þátt í sameiginlegri virkni og félagslegri samveru. Það þarf að þroska með þeim návist annarra einstaklinga með því að fylgjast með og þannig læra af þeim. Það þarf sérstaklega að leggja áherslu á málnotkun. Þá er möguleiki á því að þau geta fallið í hópinn.

3.9 Þroskaröskun

Með þroskaröskun er átt við einstaklinga sem verða fyrir áföllum á fósturskeiði eða á fyrstu árum ævinnar sem hamlar bæði líkamlegu og andlegu þroskaferli. Bæði foreldrar og kennarar þurfa að vera vakandi yfir einkenni þroskavandamála þannig að hægt sé að staðsetja einstaklinginn á réttum stað þannig að hann fái sem fyrst viðeigandi aðstoð. Það eru til stöðluð flokkunarkerfi sem auðveldar greiningu og þegar því er náð þá þarf að vinna

markvisst af því að gera líf viðkomandi sem þægilegast eins og að draga úr neikvæðri afleiðingu (Matthías Kristiansen og Málfríður Lorange, 1998: 7-9).

4 Hópar

Hópar er ómissandi fyrirbæri í lífi okkar. Við eyðum stórum hluta lífs okkar innan einhvers hóps hvort sem það er tengt fjölskyldunni, vinnunni, skólanum eða félagslegum stofnunum (Trotzer, 2006: 21). Þessir félagshópar sem við erum partur af mótar okkur sem einstaklinga (Newman og O'Brien, 2008: 109). Í hópum deilum við persónulegum upplýsingum um hvaða vonir við höfum, vonbrigði okkar, gleði og sársauka, vandamálum og árangri sem við höfum náð (Trotzer, 2006: 21). Hópur eru skilgreindur á marga vegu en samkvæmt Gladding (2003: 3) er hópur samansafn af tveimur eða fleiri einstaklingum sem hittast í persónu og vinna saman að því að ná sameiginlegu markmiði. Allir innan hópsins þurfa að vera meðvitaðir um hvað markmiðið er.

Hver einstaklingur hefur mjög líklega verið partur af hóp í skóla frá aldrinum fimm til sextán ára (Westergaard, 2009: 5). En alveg frá leikskólaaldri verða sambönd við jafningja mjög mikilvæg. Vinátta getur skipt sköpum og stuðlað að jákvæðum þroska barnsins á meðan höfnun frá jafningjum, einelti og að vera partur af hópi sem sýnir óviðeigandi hegðun getur leitt til andlegra- og félagslegra vandamála (Berger, 2011: 364; Goodman og Scott, 1997: 218).

Nokkrar kenningar hafa verið settar fram um hópa og hvernig hópaþróun á sér stað. Við ætlum að fjalla um tvær kenningar sem okkur finnst koma með skemmtilega nálgun og bera af í umræðu um hópa og hópaþróun. Önnur þeirra er hópaþróunarkenning Tuckman en hin er kenning Lacoursiere. Bruce W. Tuckman setti fram sína kenningu um hópaþróun árið 1965. Upprunalega voru stigin fyrst fjögur talsins en því fimmta bætti Tuckman við nokkru síðar ásamt fræðimanninum Mary A. Jensen (Tuckman, 2001). Roy B. Lacoursiere setti fram sína kenningu um þróun hópa árið 1980 og skiptist hún líka í fimm stig (Lacoursiere, 1980: 29).

4.1 Hópaþróunarkenning Tuckman

Fyrsta stigið er mótunarstig (e. forming) þar sem meðlimir hópsins kynnast hver öðrum. Hópurinn er mjög óruggur á þessu stigi því enginn meðlimur er kominn með ákveðna stöðu eða hlutverk. Þeir eru að hugsa út í væntingarnar sem gerðar eru til þeirra, hvernig aðrir líta á sig, hvernig þeim muni líka við aðra og hvernig ætli sé að vinna með þeim. Þeir fara frekar varlega því þeir vilja ekki gera nein mistök og verða sér til skammar (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 112; Tuckman, 2001).

Á öðru stiginu sem er ágreiningsstig (e. storming) eru meðlimirnir að takast á innbyrðis eftir góðri stöðu innan hópsins. Einhverjir sækjast eftir leiðtoga hlutverki og fylgir því mikil spennan. Það er ágreiningur sem tengist markmiðum hópsins, þátttakendur verða óþolinmóðir og gagnrýna hugmyndir hjá hver öðrum vegna skorts á árangri (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 112; Tuckman, 2001).

Umræðustigið (e. norming) er þriðja stigið en þar mótast meðvitaðar og ómeðvitaðar reglur hópsins um hvernig hópurinn ætlar að vinna að því að ná markmiðum sínum. Það er kominn stöðugleiki í samskiptum milli meðlimanna og hópurinn hefur komið sér saman um hvernig best skuli unnið að settum markmiðum. Þeir eru opnir fyrir því að heyra skoðanir annarra og hafa átök og andstaða minnkað til muna. Þeir eru farnir að veita hvor öðrum aðstoð og stuðning (Jakob Frímánn Þorsteinsson, 2011: 112-113; Tuckman, 2001).

Árangurstigið (e. performing) er fjórða stigið en þar nær hópurinn niðurstöðu um samskipti og vinnulag. Meðlimir hópsins eru virkir í að finna lausnir á vandamálum sem hópurinn fæst við. Á þessu stigi eru allir farnir að þekkja styrkleika og veikleika hvers annars og hvert hlutverk þeirra er innan hópsins. Það er kominn mikill metnaður og frumkvæði í hópinn á þessu stigi. Hann er stoltur af þeim árangri sem hann hefur náð og er það hvatning fyrir hópinn. Það er alls ekki gefið að allir hópar nái þessu stigi (Jakob Frímánn Þorsteinsson, 2011: 113; Tuckman, 2001).

Fimmta stigið kallast frágangur (e. adjourning). Það er mikilvægt þegar unnið er með hóp að það séu formleg lok. Þá er algengt að meðlimir hópsins finni fyrir kvíða vegna aðskilnaðar, söknuð og sterkra tilfinninga til þeirra sem komu að hópnum (Jakob Frímánn Þorsteinsson, 2011: 13).

Hér á mynd 1 fyrir neðan sést línulega hvernig hópurinn þróast áfram. Athugið að fimmta stigið er ekki á myndinni.



Mynd 1. Þróun hópa samkvæmt Tuckman

4.2 Hópaþróunarkenning Lacoursiere

Í bók Lacoursiere (1980: 29-37) kemur fram að fyrsta stigið er könnun (e. orientation stage). Á því stigi mótast hóparnir, þeir eru að hittast í fyrsta skipti með jákvæðar væntingar og bjartsýn á hvað kemur út úr hópastarfinu. Það er samt mikill kvíði þar sem þau vita ekki hlutverk sín. Á þessu stigi leggja meðlimir hópsins allt sitt traust á leiðbeinandann. Hann gefur út sameiginleg markmið og skipuleggur næstu skref hópsins.

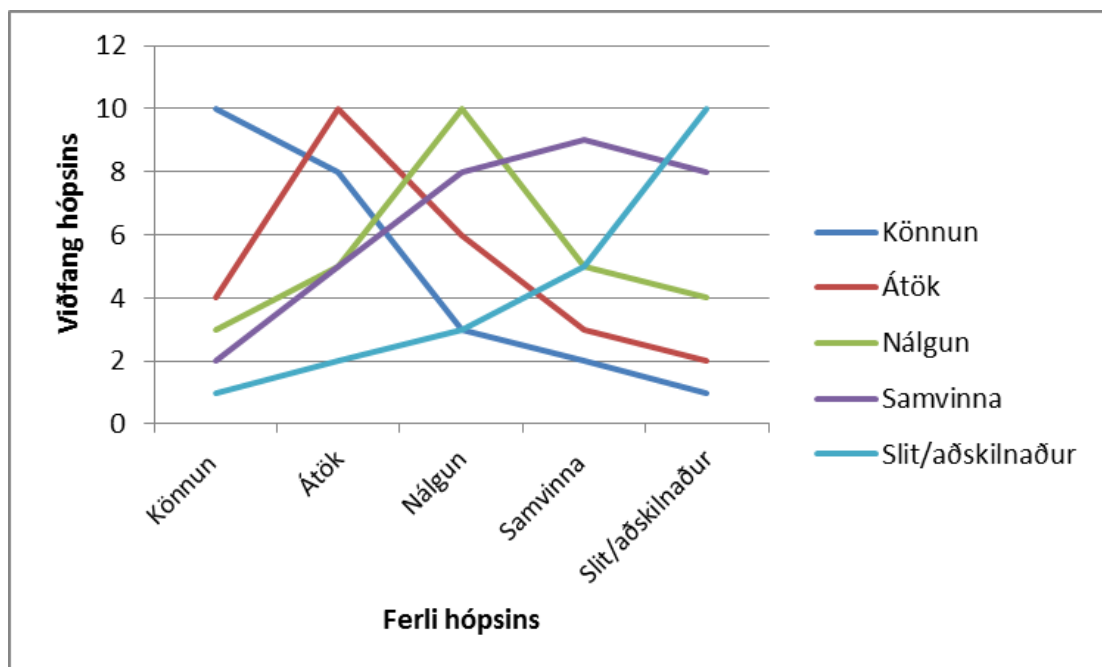
Átök (e. dissatisfaction stage) er annað stigið en þá er mesti möguleikinn á kloffingi og slitum þar sem hópurinn greinir á um hvert skuli stefna. Leiðbeinandi er búinn að leggja línuna varðandi hver stefnan er. Þátttakendur rökræða og eru með misjafnar skoðanir á hlutunum. Þessi ágreiningur getur valdið vanlíðan og reiði.

Þriðja stigið er nálgun (e. resolution stage) en það stig mótar þróun hópsins. Aðilar hópsins fá hlutverk og þeir fara að para sig saman og skipta með sér verkum. Hópurinn er orðinn jákvæðari, samheldnari og með meira sjálfstraust.

Samvinna (e. production stage) er fjórða stigið, sem er að okkar áliti eitt mikilvægasta stigið, en það stjórnar árangri hópsins. Þetta er lengsta skrefið og hér fer mesta vinnan fram til að ná settum markmiðum. Það er mikil jákvæðni í hópnum á þessu stigi og aukin færni meðlimanna.

Slit og aðskilnaður (e. termination stage) er fimmta stigið og er það óhjákvæmilegur hluti hvers hópstarfs. Hópur myndast og lifir, hann mótast og dafnar, hann líkur störfum og deyr. Þarna er sú hætta að tilfinningar geri vart við sig a ný og þá getur aðskilnaðurinn orðið erfiður.

Lacoursiere telur að hvert stig hefur engan ákveðinn líftíma. Hópurinn stendur í stað ef hann kemst ekki á næsta stig. Þarna skiptir miklu máli hlutverk leiðbeinandans. Á mynd 2 hér fyrir neðan sést hvernig hópaþróun Lacoursiere á sér stað. Liturinn sýnir hvernig hvert stig þróast og hvenær hver liður í hópaþróuninni nær hámarki hverju sinni.



Mynd 2. Ferli hópa samkvæmt Lacoursiere

4.3 Jafningjahópur

Jafningjahópur er hópur þar sem flestir eru að sama kyni, á sama aldri og hafa svipuð áhugamál. Jafningjahópar eins og til dæmis íþróttalið geta verið áhrifamiklir á einstakling og í sumum tilfellum áhrifaríkari en fjölskyldan og skólinn. Jafningjahópar stuðla einnig undir þroska einstaklings eins og félagsþroska og sálrænan þroska. Mannfólkið er þannig gert að þau hafa þörf fyrir að tilheyra einhverjum og jafningjahópur fullnægir þessari þörf hjá þeim (Berns, 2004: 291).

Það er heillandi fyrir börn og unglunga að tilheyra hópi því það býður upp á ákveðið meira sjálfræði. Þau fá þar gott tækifæri til að þroska hið eigið sjálf. Í gegnum jafningjahóp eiga börn og unglingar auðveldara með að móta persónulega sjálfsmynd heldur en í kringum fullorðna (Bukatko og Daehler, 2004: 535). Sjálfstraustið getur aukist hjá þeim, þau læra að eiga samskipti við jafningja, læra hvaða hegðun er samþykkt og hver ekki út frá viðbrögðum annarra innan hópsins (Berger, 2011: 449; Berns, 2004: 295; Bukatko og Daehler, 2004: 483).

Rannsóknir hafa sýnt fram á það að börn og unglingar sem ná litlu eða engu sambandi við jafningja sína eru líklegri til þess að eiga við ýmisskonar vandamál að stríða. Þetta geta verið skólatengd vandamál eins og að mæta illa í skólann eða hætta alfarið í skóla seinna á ævinni, neyta fíkniefna og sýna aðra óæskilega hegðun. Börn og unglingar sem ná ekki að tengja við jafningja sína eru líka líklegri til þess að verða einmana, þunglynd og kvíðinn í félagslegum aðstæðum (Bukatko og Daehler, 2004: 534).

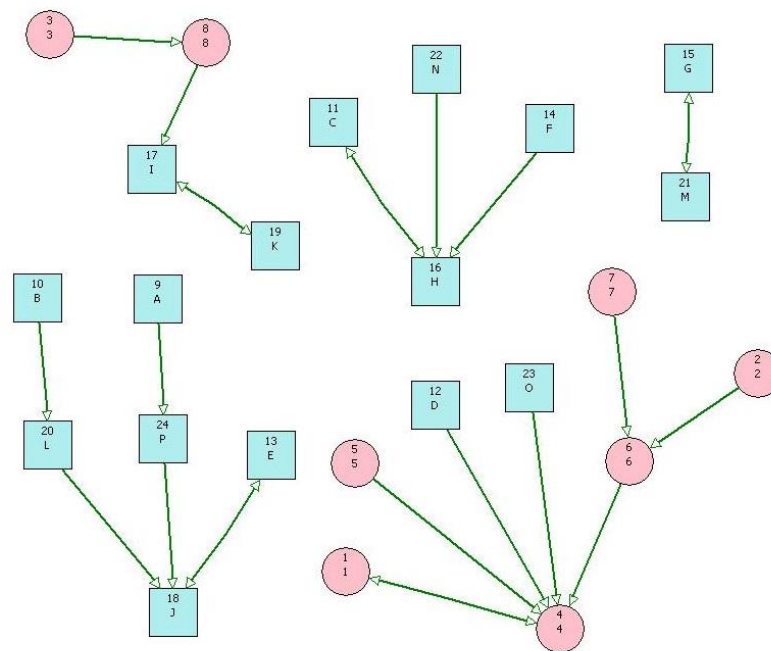
Fullorðið fólk er stundum hrætt við hugtakið hópþrýstingur því það telur það aðeins geta leitt til neikvæðra hegðunar eins og að prufa fíkniefni, brjóta lögina eða eitthvað sem barnið myndi ekki gera einsamalt. En hópþrýstingur frá jafningjum getur líka stuðlað að félagslega æskilegri hegðun eins og að byrja að æfa íþróttir, læra undir próf og að segja nei við tóbaki eða öðrum vímuefnum. Jafningjar geta sem sagt líka verið hjálpsamir (Berger, 2011: 442).

4.4 Greining hópa

Eitt að hlutverkum fagaðila í skólakerfinu er að finna nemendur sem eru félagslega einangraðir eða þá sem eru í hættu á að verða fyrir einelti. Algengast er að nota tækni sem kallast tengslarit (e. sociogram) til að greina félagsleg tengsl og samskipti innan hóps (Goodman og Scott, 1997: 220). Með tengslariti getum við fengið upplýsingar um stöðu einstaklinga í myndrænu formi, greint hópamyndum, hverjir eru lykilpersónur og hverjir standa höllum fæti. Tengslaritið sýnir ekki tilfinningalega líðan einstaklingsins né ástæðuna á stöðu þeirra í skólanum þannig að það er hlutverk fagaðilans að lesa út úr tengslaritinu hvert vandamálið er og leita lausna á því (Árni Guðmundsson, 2007: 34-37; Sjölund, 1981: 46-51).

Það má kannski lýsa þessu betur sem rannsókn til að finna út hvaða einstaklingar eru mikið saman og hverjir í bekknum eiga fáa eða enga vini (Sjölund, 1981: 46). Þetta er í raun greiningaraðferð sem danski félagsfræðingurinn Arne Sjölund útfærði sem greinir stöðu einstaklingana innan hóps (Árni Guðmundsson, 2007: 35-36). Þessi aðferð er útfærð á þann hátt að allir einstaklingarnir í hópnum svara skriflegum spurningum varðandi aðra í hópnum. Til dæmis eiga þeir bæði að skrifa niður með hverjum þeir vilja vinna með og með hverjum þeir vilja helst ekki vinna með. Það er hægt að einblína á frítímamann og spyrja hverja þeir vilja mest umgangast utan hópsins og hverja ekki. Það þarf samt að passa hvort neikvæði valmöguleikinn eigi að fylgja með (Árni Guðmundsson, 2007: 36; Sjölund, 1981: 46). Það gæti hentað betur að spyrja yngri krakkanna einfaldari spurningu eins og til dæmis ef þú ættir tvo bíómiða með hverjum myndir þú helst vilja fara með í bíó? Með þessari tækni er því hægt að finna út stöðu og félagsleg tengsl hvers og eins innan hópsins (Árni Guðmundsson, 2007: 36).

Á mynd 3 hér fyrir neðan er sýnishorn sem sýnir einfalt tengslarit með jákvæðum ábendum. Þetta tengslarit var notað þegar verið var að skoða stöðu og félagsleg tengsl krakka í einum bekk í grunnskóla í ákveðnu bæjarfélagi. Hvort kyn hefur sinn lit, stúlkurnar eru bleiku hringirnir og strákar eru bláu ferningarnir. Það má lesa út úr myndinni að innan bekkjarins eru þrjár klíkur og tveir leiðtogar af sitt hvoru kyni. Stelpu leiðtoginn er númer fjögur og stráka leiðtoginn hefur bókstafurinn joð. Það sést með því að skoða hversu mörg ábendi beinast að viðkomandi einstakling. Það er greinilega ekki mikil samheldni innan bekkjarins því þau halda sig í nokkrum litlum hópum.



Mynd 3. Tengslarit einungis með jákvæðum ábendum

5 Hópastarf

Samkvæmt Gladding (2003: 3-13) getur hópastarf verið hjálplegt verkfæri fyrir félagslega einangraða einstaklinga. Það eykur þroska þeirra, hjálpar þeim námslega og veitir mikilvægan stuðning á margan hátt. Hópastarf inniheldur einstaklinga þar sem markmiðið er að koma þeim saman í sem eina heild og vinna með þeim bæði sem einstaklingum og sem hópur. Starfið mótast af hugmyndum þátttakenda, oft frekar frjálslegar og mótaðar hugmyndir.

Í gegnum tíðina hefur hópastarf stuðst við margar skilgreiningar. Ein af þeim hljómar þannig að í hópastarfi er það fagaðili sem veitir einstaklingnum aðstoð við að ná sameiginlegum markmiðum þeirra. Með öðrum orðum er þetta faglegt starf þar sem unnið er með einstaklingum og hópi að ákveðnum markmiðum á árangursríkan hátt (Gladding, 2003: 3).

Önnur skilgreining á hugtakinu er að hópastarf er mannlegt net eða kerfi sem einkennist af trausti, viðurkenningu, virðingu, hlýju, samskiptum og skilningi þar sem leiðbeinandinn og meðlimir hópsins hjálpa hvor öðrum að skilja tilganginn og markmiðið og hvernig skuli ná þessum markmiðum sem hópur (Trotzer, 2006: 27).

Samband sérfræðinga í hópastarfi (e. the association for specialists in group work) skilgreina hópastarf sem faglegt starf sem stýrt er af fagmanneskju sem aðstoðar einstaklinga við að ná sameiginlegu markmiði sem getur verið af einstaklings-, samskipta, eða verkefnatengdum toga (Gladding, 2003: 3).

5.1 Undirbúningur hópastarf

Við myndun hóps skiptir undirbúningurinn miklu máli. Það stig kallast mótunarstig. Þegar það er ákveðið að byrja með hópastarf þarf að liggja fyrir skýr stefna um hvers vegna það er verið að fara á stað með þetta ferli. Þar að auki þurfa forsendur að vera fyrir því að það sé hægt að meta hópastarfið.

Í fyrsta lagi þarf að vera ástæða fyrir því að byrja með hópastarf. Hún er grundvöllur þess að þörf sé á hópastarfi. Hún getur bæði verið á jákvæðum og neikvæðum toga. Þess vegna þurfa skýr markmið að liggja fyrir bæði fyrir hópinn og einstaklingana í honum.

Í öðru lagi þarf að liggja fyrir ákveðin hugmyndafræði og vinnuaðferð og er það hlutverk leiðbeinandans að velja þá leið sem þeir telja að henti þessu starfi og þessum hópi best. Allar leiðir eru áskoranir út af fyrir sig hvort sem hann leggur áherslu á einstaklinginn, hópinn, samskipti, tilfinningar eða hvað eina (Gladding, 2003: 110-111; Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 13).

Í þriðja lagi þarf að ákveða hversu oft, hvar og hvenær hópurinn ætlar að hittast. Einnig þarf tímalengd hversrar samverustundar að liggja fyrir. Leiðbeinandinn þarf að huga að umhverfinu því þátttakendum þurfa að líða vel, finnast þeir öruggir því þá eru þeir tilbúnir

að leggja sig fram í hópastarfinu. Fjöldinn skiptir máli í svona hópastarfi og sýna rannsóknir að sex til tíu þátttakendur sé sá fjöldi sem virkar yfirleitt mjög vel. Þegar þátttakendur eru of margir þá er hættu á því að sumir verða óvirkir og aðrir verða ráðandi einstaklingar og er þá meiri líkur á samkeppni og spennu innan hópsins. Ef þeir eru of fáir þá geta einstaklingarnir verið að fá of lítið út úr hópastarfinu (Gladding, 2003: 111; Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 13; Trotzer, 2006: 23).

Fjórdða skrefið snýst að kynningu á hópastarfinu. Það þarf að kynna það fyrir foreldrum, samstarfsaðilum og síðast en ekki síst þátttakendum. Kynningin þarf að vera fagleg, hvort sem hún er munnleg eða skrifleg, til að þátttakendur skynji hópastarfið og hafa áhuga á þátttöku. Það getur nefnilega haft áhrif hvort þátttakendurnir fóru sjálfviljugir í hópinn eða voru þvingaðir til þess að mæta. Markmið þátttakenda og markmið hópsins í heild gæti þá verið mismunandi. Að lokum skiptir þolinmæði og viðhorf leiðbeinanda miklu máli gagnvart þeim ólíku persónuleikum þátttakenda í hópnum (Gladding, 2003: 112; Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 13-14).

Í fimmta og síðasta lagi ber að vanda val sitt á þátttakendum í hópastarfið. Það þarf að ákveða fyrir hverja er þetta hópastarf og finna þá þátttakendur sem henta best hverju sinni. Hægt er að notast við einstaklingsviðtöl sem gætu farið fram hjá leiðbeinendum, námsráðgjöfum eða hjá stuðningsfulltrúum. Þannig er hægt að sjá hvort markmið hópsins séu þau sömu og þátttakendur er að leitast eftir. Þátttakendur þurfa að vita hvað þeir eru að fara út í því þeir þurfa að hafa áhuga og vera opnir fyrir því að prófa hópastarf. En það þarf þá að endurspeglu það umfjöllunarefni sem á að taka fyrir í hópnum. Það getur verið áhrifaríkt að hafa ólíkan bakgrunn eins og uppruna eða þjóðerni því það gæti víkkað sjónvinkulinn hjá hópnum (Gladding, 2003: 112-114; Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 14).

Einnig mætti nefna að góður andi, gott samstarf og mikil virkni eru áhrifavalda sem á endanum ræður árangri hópastarfsins. Ef það er stöðugt vesen á milli þátttakenda þá er heildin að klikka. Sama er hægt að segja með leiðbeinandann ef hann nær ekki nýta styrkleika hópsins þá nær hann ekki því besta út úr hópnum (Gladding, 2003: 112-114; Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 15).

5.2 Hópastarf með börnum og unglिंगum

Hópastarf getur hjálpað börnum og unglिंगum að takast á við stress og togstreitu sem fylgir því að þroskast úr barni í fullorðinn einstakling. Þannig getur hópastarfið stuðlað að ýmiss konar þroska eins og félagsþroska, siðferðisþroska, vitsmunaproska og fleira. Hann veitir einstaklingum stuðning og hjálpar þeim að skilja gildi og viðhorf samfélagsins. Í gegnum hópastarf geta einstaklingar áhyggjulaust reynt á samskiptahæfni sína og þjálfað hana með því að vera í samskiptum við aðra í hópnum (Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 5).

Hópastarf með börnum krefst sérstakrar þekkingu á þroska barna. Hún krefst einnig meiri undirbúnings, betra skipulags og meiri stjórn á aðstæðum. Það hefur sannað sig að hópastarf með börnum hefur skilað góðum árangri, þá sérstaklega í skólum þar sem lagt er áherslu á lífsleikni (Gladding, 2003: 251).

5.3 Dagskrá hópastarfstíma

Þegar maður er að undirbúa sig fyrir hópastarfstíma er mikilvægt að skipuleggja það sem maður ætlar að gera í tímanum. Forsenda árangursríkar kennslu er að vinnutíminn sé markvisst uppbyggður (Ingvar Sigurgeirsson, 2011: 61). Gott er að skipta tímanum í þrjá hluta það er ísbrjótur/endurskoðun, vinnutími og ígrundun.

Ísbrjóturinn og endurskoðunartíminn ætti að vera sirka einn fjórði af öllum tímanum og er sérstaklega mikilvægur í fyrsta hópastarfstímanum. Ísbrjótur er athöfn til þess að fanga athygli nemenda, fá meðlimi hópsins til þess að kynnast og skríða út úr skelinni (Ingvar Sigurgeirsson, 2011: 60; Smead, 1995: 52-53). Hann getur verið í formi leikja, brandara og fleira. Endurskoðun er þegar farið er yfir seinasta hópastarfstímann og byrjar því ekki fyrr en í öðrum tíma. Endurskoðunartíminn er mikilvægur hluti af hópastarfinu til þess að gefa þátttakendum tækifæri að fara yfir það sem þau lærðu í seinasta tíma og hvað þau hafa lært í millitíðinni (Smead, 1995: 52-53). Ef það sé þörf fyrir reglur í hópastarfstíma skal setja þær í fyrsta tímanum og helst í samstarfi við þátttakendur því það veitir þeim ábyrgðartilfinningu (Smead, 1995: 94).

Vinnutíminn er lengsti parturinn af hópastarfstímanum þar sem farið er í verkefni dagsins. Þau verða að vera viðráðanleg þannig nemendur gefist ekki upp (Ingvar Sigurgeirsson, 2011: 61). Í lok hópastarfstímann er síðan farið í mikilvægasta dagskráliðið sem er ígrundun þar sem þátttakendur ígrunda um upplifun sína og hvað þeir lærðu í tímanum. Frábært er ef þátttakendur deila síðan með hópnum niðurstöðum sínum (Smead, 1995: 52-53). Einnig er nauðsynlegt að slá á léttu strengi í lok tímans til að allir gangi út með bros á vör (Ingvar Sigurgeirsson, 2011: 62).

5.4 Trúnaður í hópastarfi

Trúnaður er mjög mikilvægur í hópastarfi vegna þess að án trúnaðar þá eiga meðlimir hópsins erfðara með því að treysta leiðbeinandanum og öðrum innan hópsins og þar af leiðandi munu þau ekki opna sig eins mikið. Það er því mikilvægt að taka það fram í byrjun hópastarfsins að meginregla hópastarfsins númer eitt, tvö og þrjú er að trúnaður ríki nema ef upp koma mál sem leiðbeinanda ber lagaleg skylda til að tilkynna en það er þegar verið er að brjóta á til dæmis rétti barna (Smead, 1995: 14).

5.5 Ávinningur hópstarfs

Ef við ætlum að gefa okkur það að einstaklingar sem mynda, vinna og haldast í hópum muni hagnast eitthvað á hópstarfi þá verðum við geta greint hver ávinningurinn er sem því fylgir. Ávinningurinn getur verið margskonar og ætlum við að nefna nokkra. Þeir geta fundið sér félaga sem eykur sjálfsöryggi hjá einstaklingum. Þeir geta dregið úr kvíða sem fylgir því að takast á við félagsleg vandamál. Þeir geta bætt sjálfsálitið, sjálfsmyndina og skerpt hugmyndaflugið. Þeir geta lært viðmiðið um hvað telst eðlileg hegðun í samfélaginu. Þeir öðlast andlegan félagslegan stuðning eins og kærleik og umhyggju. Þessi stuðningur hefur jákvæð áhrif á andlega heilsu einstaklinga sem ýtir undir betri líkamlegri heilsu. Þeir eru partur af hóp en það kemur í veg fyrir félagslega einangrun, einmannaleika og auðveldar meðlimum hópsins með að mynda tengsl við annað fólk (Stangor, 2004: 58).

5.6 Sértekt hópstarf

Svo eru líka til sértekt hópstarf en helsti munurinn á sérteku hópstarfi og venjulegu hópstarfi að markmiðin eru skýr og oftast fyrirfram ákveðin þegar um sértekt hópstarf er að ræða. Það er lagt mikil vinna í að ná tilsettum markmiðum sem og að reyna sameina þann hóp sem vinna á með (Gladding, 2003: 3; John Bond, munnleg heimild, 5. október 2015). Markmiðin eru að styrkja sjálfsmynd einstaklinganna innan hópsins, efla samskipta- og félagsfærni þeirra og að brjóta niður óæskilega hegðun (Gladding, 2003: 13). Sértekt hópstarf er oftast fyrir einstaklinga sem glíma við einhverskonar félagsleg vandamál eins og einelti, félagslega einangrun og fíkniefnaneyslu (Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 9).

Algennt er að það séu skólastjórnendur, starfsmenn félagsmiðstöðva, námsráðgjafar og félagsþjónusta sem ákveða hverjir þurfa á slíku hópstarfi að halda. Almenn hópstarf er miklu opnara því þar er það oftast áhugahvötin sem raðar í hópa til dæmis þeir sem hafa áhuga á íþróttum fara í íþróttahóp og svo framvegis (Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 9; John Bond, munnleg heimild, 5. október 2015).

Ef við tökum dæmi um félagslega einangraða í sérteku hópstarfi þá væru það einstaklingar sem eiga ekki nein áhugamál nema til dæmis að spila tölvuleiki. Þar þyrfti líklegast að vinna með sjálfsmynd einstaklinganna. Meginverkefnið á unglingsárunum er að móta persónulega sjálfsmynd til að einstaklingar samlagist öðrum (Árni Guðmundsson, munnleg heimild, 24. febrúar 2014). Markmiðið fyrir félagslega einangraða í sérteku hópstarfi gæti því verið að finna sér fleiri en eitt áhugamál eða skipulagðar tómsstundir til þess að stunda. Það myndi um leið efla samskipta- og félagsþæfni og vonandi koma í veg fyrir áhættuhegðun eins og fíkniefnaneyslu (B. Newman og P. Newman, 2001). Forvarnarstarf er mjög mikilvægt í sérteku hópstarfi því það þarf að upplýsa þátttakendur um skaðsemi fíkniefna, heilbrigðs lífnis, mikilvægi tómsstunda og hvað telst til góðrar fyrirmyndar (Umboðsmaður barna, án ártals).

Sértækt hópastarf er orðið þekktara fyrirbæri í dag heldur en áður. Sértækt hópastarf er góð leið til að styðja þá sem þurfa á stuðning að halda, koma einstaklingum á rétta braut í lífinu, hjálpa þeim einstaklingum að taka góðar lífsákvarðarnir, leysa vandamál sem einstaklingar glíma við og að styrkja félagsfærni (Gladding, 2003: 13). Til eru ólíkar gerðir af sértæku hópastarfi og skipti samband sérfræðinga í hópastarfi því niður í fjóra flokka. Það eru leiðbeininga-, ráðgjafa-, sálfræðimeðferðar- og vinnu/verkefnishópar (Gladding, 2003: 23). Stiklað verður á því helsta úr þeim hópum hér fyrir neðan auk þess sem tekinn er fyrir krefjandi hópur.

5.6.1 Leiðbeiningahópar

Fyrsta afbrigðið eru leiðbeiningahópar (e. psychoeducational groups) en það eru hópar sem taka á alkohólistum, fólki í fíkniefnavanda, mórál á vinnustöðum og fleira.

Meginmarkmiðin eru oftast þau sömu að koma í veg fyrir að einstaklingar þrói með sér slæma hegðun og styrkja sjálfsmýnd einstaklingsins. Sem og að styrkja samskipta- og félagsfærni og hvaða hegðun telst rétt í viðkomandi samfélagi. Ekki er óvenjulegt að það séu tuttugu til fjörtíu einstaklingar í slíku hópastarfi en þá er mikilvægt að skipta þeim niður í smærri hópa til að hver og einn einstaklingur fái að tjá sig og finni að þeir séu mikilvægir í hópnum. Leiðbeinandi heldur utan um ferlið, virkjar hópana og stýrir þeim (Gladding, 2003: 26).

5.6.2 Ráðgjafahópar

Annað afbrigðið eru ráðgjafahópar (e. counseling groups) en aðalmarkmiðið í þeim hópum er að breyta hegðunarmynstri hjá einstaklingum. Það eru sett markmið bæði fyrir hópinn og fyrir hvern og einn einstakling. Þessi tegund hópa leggur áherslu á hópvirgni og mannleg samskipti. Ráðgjafahópar er góð aðferð til þess að vinna með óæskilega hegðun og lagt er áhersla á að finna lausn á vandamálinu (Gladding, 2003: 29).

5.6.3 Sálfræðimeðferðarhópar

Þriðja afbrigðið eru sálfræðimeðferðarhópar (e. psychotherapy groups) en þeir leggja áherslu á að hjálpa einstaklingum sem hafa átt í langan tíma að stríða við alvarleg sálfræðileg vandamál. Þessi tegund af hópastarfi eru því oftast inn á stofnunum eins og á sjúkrahúsum eða geðsjúkrahúsum. Markmiðið með þessu hópastarfi er að betrubæta persónuleika þátttakenda í hópnum. Stærð hópsins skal vera á bilinu tveir til tólf þátttakendur og getur hópastarfið verið í marga mánuði eða jafnvel mörg ár. Nauðsynlegt er að leiðbeinandi hafi góða þekkingu á andlegri heilsu og vandamálum sem geta fylgt henni eins og þunglyndi (Gladding, 2003: 30-31).

Dæmi um slíkan hóp getur verið fyrir einstaklinga sem annaðhvort hafa orðið fyrir misnotkun eða þá sem hafa misnotað aðra kynferðislega. Vandamál þeirra er að þeir eiga í

erfiðleikum við að eiga heilbrigð samskipti og að mynda heilbrigð tengsl við annað fólk. Gerendur eiga mjög erfitt með því að breyta hegðun sinni en þolendur eiga það til að loka sig inni og tala ekki um það sem kom fyrir þau. Þau eiga líka til að halda sér uppteknu svo að þau þurfi ekki að takast á við það sem þau gengu í gegnum. Í báðum þessum tilfellum er afneitun sem þyrfti að vinna sérstaklega með (Gladding, 2003: 30-31).

5.6.4 Vinnu/verkefnishópar

Fjórða afbrigðið eru vinnu/verkefnishópar (e. task/work groups) en þeir fá þátttakendur til þess að vinna að ákveðnum verkefnum og tilsettum markmiðum. Þetta eru ekkert endilega einstaklingar sem eiga við félagsleg eða sálfræðileg vandamál að stríða. Þetta geta verið nefndir í skólum, hópar sem skipuleggja til dæmis árshátíðir, umræðuhópar og lærdómshópar. Sama hvernig hópurinn er þá er alltaf unnið að því að ná að klára þá vinnu sem hópurinn hefur sett sér fyrir með góðu samstarfi þátttakenda. Það getur verið mikill fjöldi þátttakenda í hópnum en best er ef þátttakendur séu ekki fleiri en tólf talsins (Gladding, 2003: 32-33).

5.6.5 Krefjandi hópar

Það geta komið upp hópar þar sem einstaklingar innan hópsins haga sér svo illa að erfitt getur verið fyrir leiðbeinandann að ráða við hópinn. Þeir eru kallaðir krefjandi hópar (e. challenging behaviour). Krefjandi og slæm hegðun í hópi er til dæmis læti og hamagangur, neita að taka þátt í starfinu, blóta og nota ljót orð, kasta hlutum og stríða öðrum bæði líkamlega og andlega. Til eru margar típur af erfiðum og krefjandi þátttakendum í hópum. Þær helstu eru sá sem veitir viðnám eða mótstöðu, sá sem þykist vita allt, ósjálfbjarga típan, undirgefna og stjórnsama típan, einangraða típan, þeir sem eru kvíðnir og óvinnalega típan (Kottler og Forester-Miller, 1997: 60; Westergaard, 2009: 133-134).

Þegar einstaklingar sýna slæma hegðun er það mögulega vegna þess að þeir vilja hafa völd yfir öðrum í hópnum eða einfaldlega vegna þess að þeir þrú athygli. Sama hversu slæm og krefjandi hegðun einstaklinga innan hópsins er þá er mikilvægt að leiðbeinandinn hafi stjórn á hópnum (Westergaard, 2009: 133-134).

6 Mikilvægi leiðbeinandans

Leiðbeinandinn í hópastarfi er gríðarlega mikilvægur og er gulls í gildi. Hann getur verið lykillinn að góðum og farsælum árangri. Hlutverk hans er að nálgast alla aðila hópastarfsins af virðingu, hlusta á þá, veða og meta þeirra hugmyndir þannig að allir fái að njóta sín. Þannig viðheldur hann áhuga og vinnusemi hópsins.

Hann þarf að leggja fram sameiginleg framsýn markmið sem falla að getu og markmiði hópsins. Hann á að leiðbeina og vera hvetjandi, skipta með þeim hlutverkum og halda aðilum að verki með innbyrðis samskiptum og passa að einhverjir sitji ekki hjá og láti aðra um vinnuna. Einnig þarf leiðbeinandinn að vera óhræddur við að gagnrýna og vera vakandi fyrir mögulegum átökum meðal hópsins (Árni Guðmundsson, munnleg heimild, 7. september 2015; Gladding, 2003: 75; Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 47).

Ein könnun sýndi að einstaklingar virtust fá meira sjálfstraust þegar lögð var meiri fagmennska og gæði í hópastarfið þar sem fagaðilar voru leiðbeinendur (Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 6).

6.1 Fimm þættir leiðbeinandans

Samkvæmt John Bond (munnleg heimild, 5. október 2015) eru fimm þættir sem leiðbeinandinn þarf virkilega að hafa í huga en það eru til dæmis umhverfið, undirbúningurinn, einstaklingurinn, hópurinn og hann sjálfur.

Umhverfið er allt það sem tengist hópnum eins og skóli, félagsmiðstöðvar, foreldrar og lögregla en það er mikilvægt að hafa þá með sér í liði. Einnig getur menning einstaklingana verið mismunandi. Undirbúningurinn er mikilvægur og því þurfa markmiðin og tilgangur hópsins að vera skýr. Leiðbeinandinn þarf að kynna sér vel alla einstaklingana innan hópsins því þau hafa öll mismunandi persónuleika og bakgrunn. Ytri rammi undirbúningsins þarf líka að vera til staðar, það þarf að ákveða val og fjölda af þátttakendunum, fyrir hverja hópastarfið er og hversu oft og lengi á starfið að vera. Mikilvægt er að hafa traust og opin samskipti, halda trúnað við alla aðila því þá myndast virðing. Hann þarf því að vera kunnugur reglum um þagnarskyldu og trúnaðarmál. Best er að skila sameiginlegri niðurstöðu sem allir innan hópsins eru sáttir við og styðja en það kallast einróma ákvörðunarferli.

Samkvæmt Vöndu Sigurgeirsdóttur (munnleg heimild, 24. október 2013) eru þrjú mikilvægustu orð leiðbeinandans hrós, gagnrýni og hlustun. Ef þau eru notuð á réttan hátt öðlast hann traust og virðingu meðal hópsins. Leiðbeinandinn þarf að vera kurteis, hafa hlýlega útgeislun, sjálfsöruggur, umhyggjusamur, þekkja sjálfan sig og sitt hlutverk. Vera vinur innan hópsins en ekki trúnaðarvinur, bregðast við neikvæðri hegðun að festu án þess

að missa stjórn á skapi sínu. Hann þarf að skapa jákvætt, hlýlegt og hvetjandi andrúmsloft til að ná sem mestum árangri í hópastarfinu.

6.2 Mismunandi leiðtogastílar

Leiðtogafærni birtist í mismunandi leiðtogastílum sem beitt er meðvitað eða ómeðvitað til að hafa áhrif á aðra. Hann getur verið verkefnamiðaður (e. task oriented) sem þýðir að leiðtoginn skipuleggur og skilgreinir hlutverk hvers og eins. Stíllinn getur líka verið tengslamiðaður (e. relation oriented) sem lýsir sér þannig að leiðtoginn sýnir umhyggju, heldur góðum tengslum við þátttakendur og veitir þeim stuðning (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 23). Hér fyrir neðan förum við í frekari útlistun á leiðtogastílum.

6.2.1 Stuðningsleiðtoginn

Stuðningsleiðtoginn (e. support leader) styður hópinn, greinir hæfileika hvers og eins, deilir valdi sem er öfugt við til dæmis einræðisleiðtogann og hann hvetur til sjálfstæðra vinnubragða (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 27).

6.2.2 Þáttökuleiðtoginn

Þáttökuleiðtoginn (e. participatory leader) situr ekki hjá heldur tekur hann þátt í starfinu með hópnum. Líkt og stuðningsleiðtoginn deilir hann valdi sínu með hópnum og tekur hópurnir ákvarðarnir saman. Með því að deila valdi er þáttökuleiðtoginn að auka ábyrgðartilfinningu hjá öllum í hópnum sem ýtir undir það að hæfileiki hvers og eins fái að njóta sín. Þessi leiðtogastíll skapar mikið traust milli leiðtogans og þátttakenda (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 27).

6.2.3 Náðargjafarleiðtoginn

Náðargjafarleiðtoginn (e. charismatic leader) miðlar orku og hvatningu til þátttakenda og hefur þessi leiðtogastíll oft verið kallaður hetjuleiðtogastíll. Það getur skapast hætta með þessum stíl ef leiðtoginn situr of mikið hjá því þá reynir of mikið á persónuleg traust þátttakenda. Náðargjafarleiðtoginn er oft með góða samskiptahæfni og nær því vel til þátttakenda. Hann á auðvelt með að treysta þátttakendum sem getur stundum verið galli ef þátttakendur eiga það ekki skilið (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 25).

6.2.4 Samráðsleiðtoginn

Samráðsleiðtoginn (e. consultative leader) er að einhverju leyti líkur samstöðuleiðtoganum (e. consensus leader) en báðir þessir leiðtogar hvetja til samræðu, umræðu og álits í hópnum. Samráðsleiðtoginn veit þó að hann þarf að vera sá sem tekur endanlega ákvörðun (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 28).

6.2.5 Lýðræðisleiðtoginn

Lýðræðisleiðtoginn (e. democratic leader) er nokkuð líkur ofangreindum leiðtogum en lýðræðisleiðtoginn vill að hópurinn komi með hugmyndir og taki síðan lokaákvörðun með lýðræðislegri ákvarðanatöku. Tekur oftast lengri tíma að vinna verkefnið en það jákvæða er að hann gefur hópnum mikla ábyrgð og hópurinn verði samheldnari. Hópurinn er sem ein heild og koma með ákvörðun sem hópurinn stendur og fellur með (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 28-29).

6.2.6 Umbótaleiðtoginn

Umbótaleiðtoginn (e. transformation leader) er leiðtogi sem hrekkur í gang þegar þarf að gera breytingar á hóp eða þegar þarf að virkja þátttakendur í hópnum. Hann gerir grein fyrir markmiðum og hvert lokatakmark hópsins er. Umbótaleiðtoginn getur komið með nýja sýn og hvatt aðra til þess að vinna eftir henni. Um leið og hann er búinn að virkja alla og allt komið á fullt skrið þá dregur hann sig í hlé. Þannig það má segja að umbótaleiðtoginn sé virkur þegar þarf á því að halda (Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason, 2011: 29).

6.3 Mat á hópastarfi

Góður leiðbeinandi getur lagt mat á hópastarfið. Hann þarf að geta séð hvort vinna hópsins sé að skila því sem stemmt er að (Gladding, 2003: 89). Mat á hópastarfinu er í raun og veru sönnun fyrir því hversu árangursríkt hópastarf getur verið. Þar af leiðandi er matið meginþáttur þegar er verið að vinna með úrvinnslu og árangur hópastarfsins (Trotzer, 2006: 417).

Hann getur stuðst við þrenns konar matsaðferðir. Það er fyrst og fremst mótandi mat en það á sér stað á meðan hópastarfið er í gangi. Þar spyr leiðbeinandinn sjálfan sig hvort allt sé að ganga eins og lagt var upp með. Svo er það endanlegt mat en það er metið í lok hópastarfsins. Þar fer leiðbeinandinn yfir hvort tilsettum markmiðum var náð. Síðan er það mat á hæfni en það er að segja ef markmiðasetning hafi legið fyrir í upphafi (Ingram og Harris, 2001: 51).

Það er einnig hægt að meta árangurinn á eigindlegan (e.qualitative) og meginlegan (e. quantitative) hátt. Á eigindlegan hátt er hægt að styðjast við könnun sem hægt er að framkvæma eftir hópastarfið. Þar geta þátttakendur svarað ýmsum spurningum og gefið þeim einkunn frá skalanum núll til fimm (sjá töflu 1) þar sem þau lýsa tilfinningum sínum hvernig þau skynja sig bæði fyrir og eftir hópastarfið. Í meginlegu mati er meira skoðað mætingin, tíðnin, aldur og kyn (Ingram og Harris, 2001: 53).

Tafla 1. Sýnir ákveðið form svarmöguleika

0	—	1	—	2	—	3	—	4	—	5
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

6.4 Markmiðasetning

Þó svo að hópurinn sé með sameiginleg markmið þá geta meðlimir hópsins einnig verið með sín einstaklings markmið. En það eru ekki allir sem kunna að setja sér markmið hvort sem þau eru fyrir skammtíma- eða langtímamarkmið. Það er ábyrgð leiðbeinandans að hjálpa meðlimum hópsins að læra hvernig eigi að setja sér raunhæf markmið og hvernig skal vinna úr þeim (Smead, 1995: 18).

Samkvæmt niðurstöðum ýmissa rannsókna þá skilar vönduð markmiðasetning jákvæðum áhrifum sem auðveldar leiðbeinandanum að koma markmiðum sínum til einstaklinga á skilmerkilegan hátt (Ingvar Sigurgeirsson, 2011: 15). Mikilvægt er að markmiðin nái til allra þeirra þátta sem áherslan er lögð á (Ingvar Sigurgeirsson, 2011: 18).

Markmið hvers hóps fyrir sig geta verið mismunandi eins og að læra að takast á við nýjar aðstæður, að tjá tilfinningar sínar, læra félags- og samskiptafærni eða læra að tjá reiðistilfinningar sínar á jákvæðari hátt (Smead, 1995: 32). Leiðbeinandinn þarf að gera sér grein fyrir því hvernig hóp hann er með og hvaða markmið eru raunhæf og viðeigandi fyrir þann hóp.

7 Reynslunám

Í þessum kafla fjöllum við um óformlegt nám og kenningar um reynslunám. Einnig útskýrum við námshring Kolb og líkanið um þægindasvæðið.

7.1 Óformlegt nám

Óformlegt nám krefst ekki skipulegrar eða sérstakrar dagskrár og því verða þeir sem kenna óformlegt nám að geta hugsað út fyrir kassann (Jeffs og Smith: 6-7). Þetta nám á sér stað utan skólabyggingar og hefur einstaklingurinn val um að taka þátt eða ekki. Formlegt nám er hins vegar hefðbundið nám sem á sér stað í skólaumhverfi og er yfirleitt skyldunám (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 16-17).

Samkvæmt Jeffs og Smith (2005: 6-23) eru þeir sem kenna óformlegt nám að skapa umhverfi, tækifæri og aðferðir fyrir þátttakendur til þess að læra þar sem áherslan er lögð á samtöl og samskipti. Óformlegt nám er nám með valmöguleikum en ekki þvingunum, meira frelsi en ekki endalausar reglur. Óformlegt nám hefur einnig verið mikið notað í sértæku hópastarfi með börnum og unglingum. Á einum tímamarki geta þeir verið að efla heilsueflandi lífverni og á öðrum tímamarki geta þeir verið að hjálpa öðrum að tjá tilfinningar sínar.

7.2 Kenningar um reynslunám

Ein áhrifamesta námskenningin sem hefur þróast er kenningin um reynslunám. Hún gengur út á að einstaklingar upplifi eitthvað og læri af reynslunni. Til þess að nám á sér stað þá þurfa einstaklingar að ígrunda upplifunina sem þeir upplifðu til þess að átta sig á hvort þeir myndu gera eitthvað öðruvísi ef þau myndu lenda í sömu aðstæðum aftur (Westergaard, 2009: 20).

Faðir reynslunáms er talinn vera John Dewey en hann trúði því að allt nám, bæði jákvætt og neikvætt, kæmi í gegnum reynslu og upplifun (Dewey, 2000: 35; Prouty, Collinson og Panicucci, 2007: 34). Hann taldi öflugustu námsupplifunina vera þegar einstaklingar leggja sig fram við að leysa vandamál og byggja upp skilning sinn á því sem þeir voru að takast á við (e. learning by doing) (Prouty o.fl., 2007: 35).

Sá fræðimaður sem talinn er hafa náð hvað mestum árangri með námskenningu sinni um reynslunám er atferlissálfræðingurinn David A. Kolb. Samkvæmt honum er reynslumiðað nám ferli þar sem þú vinnur þig inn ákveðna þekkingu í takt við þá nýju reynslu sem þú upplifir (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 80).

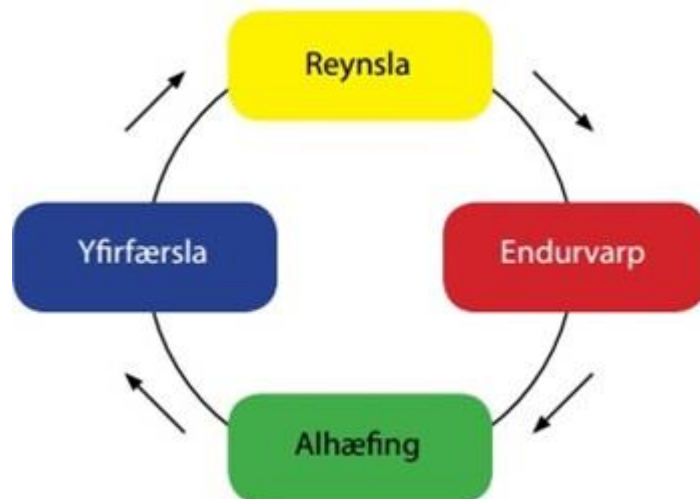
Samkvæmt honum fellur einnig hugmyndin um reynslunám vel að hópastarfi. Reynslunám er þegar einstaklingur lærir það sem hann framkvæmir. Það er síðan skoðað og rætt á gagnrýninn hátt. Þannig dregur hann lærdóm af reynslu sinni sem hann nýtir

síðan í sínu daglega lífi (Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir, 2008: 7).

7.3 Námskringur Kolb

Hér fyrir neðan á mynd 4 má sjá reynslunámshring Kolb en þessi kenning hefur fengið mikið lof fyrir að lýsa einna best hvernig reynslunám á sér stað. Í þessari kenningu er ákveðið ferli sem inniheldur fjóra þætti sem nauðsynlegt er að þátttakandi gengur í gegnum. Þættirnir eru reynsla (e. concrete experience), endurvarp (e. reflective observation), alhæfing (e. abstract conceptualization) og yfirfærsla (e. active experimentation). Þar sem reynsla og alhæfing einblína á hvernig við meðtökum reynslu á meðan endurvarp og yfirfærsla einblína á hvernig við tökumst á við reynsluna (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 81).

Reynslan verður til í gegnum þátttöku í starfi eða verki. Í endurvarpi, eða í ígrunduninni eins og hún er oft kölluð, þarf að ræða reynsluna en það er mjög mikilvægt til þess að nám eigi sér stað. Síðan kemur alhæfing en þar eiga þátttakendur að nýta sér reynsluna í því sem þeir taka sér fyrir höndum eins og í skóla eða starfi. Að lokum er það yfirfærsla og þá er mikilvægt að reynslunám sé árangurrikt að þátttakendur framkvæmi það sem þeir hafa lært í raunverulegum aðstæðum. Þá myndast ný þekking annars er hætta á að sú þekking lærist ekki að lokum (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 81-82; Prouty o.fl., 2007: 36-37).



Mynd 4. Námskringur Kolb

7.4 Líkanið um þægindasvæðið

Þægindasvæðið (e. comfort zone model) eða breytingarsvæðið öðru nafni er í raun svæðaskipt módel (sjá mynd 5) sem leiðbeinendur í hópastarfi vinna ósjálfrátt eftir þegar kemur að stjórnun á hópastarfi. Módelið inniheldur fjögur svæði en farið verður í þau hér fyrir neðan (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 90; Prouty o.fl., 2007: 38).

Fyrsta er nefnt þægindasvæðið (e. comfort zone), svæði eða staður þar sem allt er rólegt og lítið sem ekkert nám á sér stað. Á þægindasvæðinu eru þátttakendur hópsins við hámarksöryggi (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 90; Prouty o.fl., 2007: 38).

Næsta svæði kallast andvörpunarsvæðið (e. groan zone). Á því svæði finna einstaklingar fyrst fyrir óöryggi og ójafnvægi. Einstaklingar hópsins hafa mögulega vantrú á sjálfum sér og eru ekki nógu móttækilegir fyrir breytingum. Þeir verða að yfirstíga þær tilfinningar svo nám geti átt sér stað (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 90; Prouty o.fl., 2007: 38).

Þriðja svæðið nefnist teygjusvæðið (e. growth zone). Á því svæði vaknar áhugi fyrir því að læra eitthvað nýtt. Miklir möguleikar fyrir nýju námi geta átt sér stað en það þarf að hvetja þátttakendur hópsins að setja sér markmið þar sem þeir eru mögulega óöruggir (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 90; Prouty o.fl., 2007: 38).

Fjórða svæðið nefnist örvæntingarsvæðið (e. panic zone). Svæði sem er svo streituvaldandi að nám getur ekki átt sér stað. Svæði sem leiðbeinendur þurfa að forðast að setja þátttakendur í þannig að nám geti ekki átt sér stað (Jakob Frímann Þorsteinsson, 2011: 91; Prouty o.fl., 2007: 39).



Mynd 5. Breytingarsvæðin

8 Aðferðafræði

8.1 Markmið rannsóknarinnar

Markmið rannsóknarinnar hjá okkur var bæði að dýpka skilning okkar á sértæku hópastarfi og sýna fram á hversu mikilvægt hópastarf er fyrir þá sem glíma við félagsleg vandamál. Til að ná markmiði rannsóknarinnar og að svara rannsóknarspurningunni „Af hverju erum við hérna?“ Var fræðilegum heimildum aflað og tekin einstaklingsviðtöl við fjóra aðila sem hafa mikla reynslu og þekkingu af hópastarfi.

8.2 Rannsóknaraðferð

Rannsókn okkar byggir á eigindlegri rannsóknaraðferð (e. qualitative research). Það er við rýnum mjög djúpt ofan í rannsóknarefnið sem er í okkar tilfelli hópastarf fyrir börn og unglinga sem glíma við félagsleg vandamál (Sigurlína Davíðsdóttir, 2013: 232).

Eigindlegar rannsóknir eru heildrænar og megintilgangurinn er að skilja og ná yfirsýn yfir ákveðið verk eða starf þar að segja hvernig það virkar innan ákveðins kerfis og samfélagsins. Í eigindlegum rannsóknum er rannsakandinn mælitækið og það er mikilvægt að hann sé vel undirbúinn fyrir viðtölin. Hann verður að vera vel að sér á málefninu, taka vel eftir og reyna að vera hlutlaus þannig að viðmælandinn tali frá sínu sjónarhorni (Sigríður Halldórsdóttir, 2013: 239).

Eigindlegar rannsóknir eða viðtöl henta vel þegar skoða á umhverfi, reynslu og líf fólks. Reynsla fólks er mikilvæg og auðveldar okkur að skilja hlutina frá þeirra sjónarhorni og draga þannig fram sameiginlega niðurstöðu. Viðtölin geta verið persónuleg sem ýmist eru opin, djúp og óstöðluð (e. unstructured, in-depth) eða hálf opin (e. semi-structured). Viðtölin felast í samræðum þar sem umræðuefnið er ákveðið af rannsakanda sem leggur sig fram um að mæta viðmælenda á jafnréttisgrundvelli. Þegar verið er að rannsaka félagsleg málefni er reynt að skoða hvað gerðist og hvernig það gerðist og jafnvel hvað er hægt að gera í því (Helga Jónsdóttir, 2013: 143).

Eigindlegar rannsóknir eiga einnig við þegar rannsökuð er skynjun, viðhorf, þekking, heilbrigðisvenjur, væntingar og gildismat. Það er rannsakandans á ákveða hvernig hann fái sem bestar upplýsingar um málefnið. Að nota viðtöl við reynslumikið fólk getur verið besta leiðin til þess (Helga Jónsdóttir, 2013: 137-138). Það er nauðsynlegt að fá viðmælendur sem eru frásagnargóðir, færir um að ígrunda reynslu sína og viljugir til að deila henni (Katrín Blöndal og Sigríður Halldórsdóttir, 2013: 132).

Ef við notum meginlega nálgum teljum við okkur vita fyrirfram niðurstöðuna af því sem við erum að spyrja. Við skoðum svörin og fáum þannig svar við því hvort rannsóknar tilgátur okkar standist. Ef við vitum hins vegar ekki hvert svörin muni leiða okkur er rétt að nota eigindlega nálgun (Sigurlína Davíðsdóttir, 2013: 232).

8.2.1 Viðtöl

Í eigindlegum viðtölum er reynt að kafa djúpt í málefnið. Líta þarf á það frá öllum sjónarhornum þar sem ólík sjónarmið koma fram en samt í þágu rannsóknarinnar. Glímt er við flókin, fjölbreytileg og stundum mótsagnakennd viðfangsefni og sérstakur gaumur gefinn að aðstæðum og reynslu. Slík viðtöl hafa á sér form samræðna. Rannsakandinn og viðmælandinn eru leiddir áfram af umræðuefninu við að hugsa saman og skapa sameiginlegan skilning (Helga Jónsdóttir, 2013: 143-144).

Í lok viðtals er mikilvægt að draga saman helstu efnisatriði. Það lokar samræðunum en er jafnframt mikilvægur þáttur í að tryggja réttmæti rannsóknargagna. Rannsakandi spyr þátttakenda hvort hann sé sammála túlkun sinni á tilteknum efnisatriðum og hvort hann hafi einhverju við að bæta (Helga Jónsdóttir, 2013: 148).

Viðtöl rannsakanda við vinnslu þessarar ritgerðar voru hálf opin sem gaf viðmælendum svigrúm til að svara með einni eða fleiri setningum (Sigríður Halldórsdóttir, 2013: 26). Í eigindlegum viðtölum er í meginatriðum um tvær spurningar að ræða. Í okkar tilfalli var spurningin „Af hverju erum við hérna?“ Síðan fylgdu efnislegar spurningar um viðfangsefnið (Helga Jónsdóttir, 2013: 146).

8.2.2 Úrtak

Úrtök í eigindlegum rannsóknum eru mjög ólíkt því sem gerist í meginlegum rannsóknum, bæði hvað varðar fjölda þátttakenda og val á þeim. Það getur skipt máli fyrir gæði rannsóknarinnar hvernig valið er, en í okkar tilviki var um huglægt val á þátttakendum (Katrín Blöndal og Sigríður Halldórsdóttir, 2013: 129).

Úrtakið okkar voru fjórir einstaklingar, tveir karlar og tvær konur. Viðmælendur höfðu að einhverju leyti mismunandi bakgrunn og koma úr sama bæjarfélagi. Ástæðan fyrir því var til þess að gera rannsóknina aðeins þrengri. Viðtölin voru tekin upp á síma og voru sirka þrjátíu mínútna löng. Spurt var alfarið út í hópastarf fyrir börn og unglunga sem glímdu við félagsleg vandamál. Viðtölin eru ekki birt í ritgerðinni en þau voru notuð við úrvinnslu niðurstaðna og þegar því var lokið þá var þeim eytt.

9 Niðurstöður rannsókna

Við greiningu viðtala kemur fram ákveðinn samhljómur viðmælenda um hversu mikilvægt hópastarf er fyrir börn og unglinga sem glíma við félagsleg vandamál.

Úrtak rannsóknarinnar var einungis fjórir viðmælendur og er því ekki hægt að alhæfa niðurstöður um samfélagið í heild sinni. Aftur á móti höfðu viðmælendur okkar mikla þekkingu og reynslu af hópastarfi í sama bæjarfélaginu og gætu því niðurstöðurnar gefið ákveðna mynd í þessu tiltekna bæjarfélagi.

Helstu niðurstöður verða útlistaðar hér á eftir sem samantekt í bundnu máli um hvernig þau skynja hópastarf. En fyrst viljum við kynna viðmælendur okkar, menntun þeirra og reynslu.

9.1 Bakgrunnur viðmælenda

Fyrsti viðmælandi okkar var Geir Bjarnason íþrótt- og æskulýðsfulltrúi Hafnarfjarðar. Hann er kennari og með MA gráðu í uppeldis- og menntunarfræði. Má segja að hann hafi alist upp í félagsmiðstöðvum, fyrst sem unglingur og síðan sem stjórnandi. Hann starfaði líka hér á árum áður sem forvarnarfulltrúi bæjarins.

Annar viðmælandi okkar var John Friðrik Bond Grétarsson deildarstjóri hjá Vinakoti. Hann er með BA gráðu í tómstunda- og félagsmálafræði. Hann hefur starfað mest í Hafnarfirði á vegum ÍTH sem leiðbeinandi í félagsmiðstöðvum, aðstoðar forstöðumaður og aðstoðar verkefnastjóri. Hann hefur tekið mikinn þátt í hópastarfi með börnum og unglungum bæði með félagsþjónustunni og barnaverndarnefnd.

Þriðji viðmælandi okkar var María Birna Jónsdóttir, starfsmaður ungmennaráðs Hafnarfjarðar. Hennar bakgrunnur er í tómstunda- og félagsmálafræðinni. Tók diplómanám á félagsvísindasviði og fékk BA gráðu þegar tómstundafræðin var komin á menntavísindasvið. Skrifaði lokaritgerð um tómstundahindranir fyrir fatlaða krakka. Hún hefur starfað við hópliðveislu frá árinu 2009 fyrir Hafnarfjarðarbæ.

Að lokum var fjórði viðmælandi okkar Jóhanna Margrét Fleckenstein forstöðumaður og meðeigandi Vinakots. Hún er með diplóma í tómstundafræðum, fór í Ráðgjafaskólann og hefur að auki farið á ótal námskeið tengd börnum og unglungum með fjölpættan vanda. Hún starfaði 14 ár hjá ÍTH í Hafnarfirði og þá fyrst sem tómstundaleiðbeinandi og síðan sem forstöðumaður auk þess sem hún hefur mikið komið að hópastarfi tengd börnum og unglungum.

9.2 Spurningar og greining viðtala

9.2.1 Af hverju eru börn sem glíma við félagsleg vandamál í hópastarfi?

Viðmælendur okkar voru sammála um það að börnin eru í hópastarfi því það er kjörinn vettvangur til að vinna með félagsfærni, bæta sjálfsmynd og takast á við þau ýmiss önnur málefni sem brenna á þeim sem eru með félagsleg vandamál.

Þar eru þau í öruggu umhverfi með leiðbeinendum sem eru til taks fyrir þau. En viðmælendur telja að börn og unglingar með félagsleg vandamál þurfa leiðsögn frá fagaðila til að hjálpa þeim í samskiptum og umgengi við aðra en það skiptir líka miklu máli hvernig komið er fram við þau. Einn viðmælandi sagði að við lærum mest í núinu og með upplifun og undir leiðsögn góðs hópstjóra myndast dýnamík sem getur kallað fram mikilvægar stundir og lærdóm. Allir hafa þörf að tilheyra einhverjum og í hópastarfi „fá þau tækifæri til þess að tilheyra hópi“. Þeir sögðu jafnframt að „það að vera í hóp hefur meira smitandi uppeldisáhrif en djúpar samræður“.

Viðmælendur okkar voru á því að í hópastarfi ná þau smá saman að finna traust, öryggi, umhyggju, kærleik og vettvang til að deila líðan sinni með öðrum og líka með því hlusta og styðja aðra. Hópastarf á vera skemmtileg reynsla til framtíðar sem „getur rofið félagslega einangrun“. Þetta eru oft krakkar sem passa ekki inn í hefðbundinn ramma samfélagsins og þá er markmið leiðbeinandans að aðstoða þau við að læra reglur samfélagsins í gegnum hópastarf.

Viðmælendur voru sammála um að hópastarf sé frábært verkfæri að virkja einstaklinga sem eru einmana eða félagslega einangraðir. Þeir glíma að auki oft við ýmsar þroskaskerðingar sem kemur í veg fyrir að þeir nái að tengjast eðlilegum vinahópum.

9.2.2 Finnst þér vera góður árangur af hópastarfi?

Viðmælendur okkar telja að „erfitt sé að mæla árangur í hópastarfi“. Vandamálið er að það er enginn opinber tölfræði, matskýrslur eða neitt sem gæti skilgreint árangurinn. En „menntun okkar og reynsla segir okkur að þetta virki“ sem og tilfinning leiðbeinandans. Viðmiðun eins og „hann væri ekki á þeim stað ef það hefði ekki verið unnið með hann“. Þessi aðferð það er að segja að fylgjast með þróun einstaklinga eftir hópastarf og sjá hvernig líf þeirra þróast er ekki gallalaus því ekki er hægt að fylgjast með öllum. Svo eru til rannsóknir sem styðja það að hópastarfið sé að virka eins og rannsóknir um áfengis- og vímuefnaneyslu en hún er ekki gallalaus heldur.

Viðmælendur voru sammála um það að þau hafa séð mismikinn árangur af hópastarfi en það „skiptir mjög miklu máli hvenær er gripið inn í“ hjá þeim sem þurfa á hópastarfi að halda. Þau voru einnig sammála um að leiðbeinendur eða starfsfólk þarf að hafa áhuga á starfinu ef hópastarfið á að skila árangri.

9.2.3 Hvenær á að grípa inn í hjá börnum og unglingum sem eiga við félagsleg vandamál að stríða?

Allir viðmælendur okkar voru sammála um að það er dýrmætt að geta gripið snemma inn í eða eins og einn viðmælandinn sagði „því fyrr sem við vitum hver vandinn er og bregðumst við því betra en því seinna sem við bregðumst við því verra“. Það sést munur á árangri í hópastarfi því fyrr sem gripið er inn í, það er bara spurning um hvenær. Þeir töldu að best væri að grípa inn í frá fjórða til sjöunda bekk og þeir voru einnig sammála um að það væri heldur seint að grípa inn í þegar í tíunda bekk væri komið.

Einn viðmælandi bendir á að með góðri yfirsýn og öfluglu leitarstarfi er hægt að grípa inn í snemma í barnadeild og sagði enn fremur að „ef við bíðum of lengi þá eykst vandinn á meðan“. Því ef barn á ekki vin í gegnum skólaárin þá glímir sá aðili líklegast við einhver önnur vandamál eða mun glíma við vandamál seinna meir á ævinni. Það getur því skipt sköpum að eiga vin í gegnum skóla árin. Þarna er ástæða að benda á að „félagsmiðstöðvar og hópastarf er verkfæri sem býr til vináttu“.

9.2.4 Finnst þér það mætti vera meiri eftirfylgni eftir hópastarfið?

Allir viðmælendur okkar tóku það skýrt fram að „eftirfylgnin mætti vera mikið meiri“ og það myndi styrkja hópastarfið til muna ef það væri í boði, sem það er ekki, „en klárlega vert að skoða betur“. Viðmælendur voru til dæmis með hópastarf í félagsmiðstöð fyrir unglunga í tíunda bekk en í lok skólans þá missa þau tök á þeim.

Einn viðmælandi tók hins vegar fram að „oft er einstaklingum bent á að fara í félagsmiðstöðvar eftir hópastarf en það gengur ekki alltaf“ því það gæti verið eftirfylgni í félagsmiðstöðvum en samt sem áður engin markviss eftirfylgni.

9.2.5 Hversu mikilvægt er hópastarfið?

Allir viðmælendur voru sammála um að hópastarf sé „sérstaklega mikilvægt fyrir þá sem standa höllum fæti“. Einn viðmælandinn tekur fram að honum fyndist að hópastarf ætti að vera skylda í öllum félagsmiðstöðvum því „að hafa hópastarf er eitt af því mikilvægasta sem félagsmiðstöðvar gera“.

Þeir voru sammála um að „hópastarf gefur möguleika á að bæta lífsgæði margra og mynda vináttu“ Það getur ýtt undir þroska barna og unglunga, aukið félagsfærni þeirra og sjálfsmynd. Það er „mikilvægt að vera með öðrum, kynnast og tilheyra hópi“. Einn viðmælandi nefnir að þau eigi það til að einangrast í tölvuleikjum og sínum og eiga síðan mannleg samskipti í gegnum netið. En hópastarf getur brotið þessa einangrun upp. Við „eigum ekki að eiga öll okkar samskipti í gegnum internetið eins og margir krakkar gera í dag“.

9.2.6 Almenn umræða við viðmælendur

Þeir áttu það öll sameiginlegt að finnast spennandi og áhugavert að vinna með ungmennum. En meginástæða þeirra var misjöfn. Einn viðmælandi vildi betrubæta félagsmiðstöðvarnar á meðan annar vildi helga lífi sínu málefnum barna og unglinga sem passa ekki inn í hið „hefðbundna norm“. Öll telja þau að þetta málefni þarfnist meiri skilnings, þekkingar og viðeigandi úrræðis. Einum viðmælenda finnst þróun hópastarfs ekki vera nógu öflugt og myndi vilja sjá mun meiri metnað þar og fagmennsku. Einnig þarf leitarstarfið að vera markvissara og betra. „Við eigum að finna þessa einstaklinga og kynnast þeim og mæta þeim“

Viðmælendur telja að með góðri umönnun, rétttri nálgun og þjónustu við hæfi er hægt að styðja þau í þá átt að nýta getu sína og njóta mannsæmandi lífs. Þetta er fjársjóður til framtíðar sem fáir sína skilning til að mæta þeim, þar sem þau eru stödd, í stað þess að reyna stöðugt að láta þau aðlagast umhverfinu og passa í fyrirfram ákveðna kassa.

Þrír af viðmælendum okkar hafa lokið námi í tólstunda- og félagsmálafræði en sá fjórði sagði að hann hefði farið þá leið ef brautin hefði verið til þegar hann var í skóla. Þau nefndu öll að menntunin hafi hjálpað þeim að í sínu starfi. Hún gaf þeim dýpri skilning, betra skipulag og meira starfsöryggi. Tveir viðmælenda okkar vildu meina að aðalmenntunin byrjar um leið og þú byrjar að vinna í kringum ungmennin því þá sérðu fagaðila og reynslumikið fólk að störfum. „Við lærum best af reynslunni og hópastarf er öruggur vettvangur til að æfa sig“ eins og einn viðmælandinn sagði.

Einnig kom fram að mannfólk eru hópsálir og í gegnum hópastarf fá félagslega einangraðir einstaklingar tækifæri á að fara til dæmis í bíó. Minningin um bíómyndina er yfirleitt ekki mikil heldur það að hafa fengið að vera hluti af hóp og með jafningjum sínum. „Það að vera með jafningjum undir leiðsögn leiðbeinanda gefur tækifæri á að auka félagsfærni og sjálfstraust með upplifun“. Það er þess vegna miklu meira gefandi og áhrifameira að vinna að vandamáli í gegnum hópastarf heldur en með einstaklingsþjónustu. Þó eru alltaf dæmi til um hið gagnstæða „að einstaklingsvinna samhliða hópastarfi sé mikilvæg í þungum tilfellum“.

Allir viðmælendur okkar voru sammála um að hópastarf sé rétta leiðin fyrir félagslega einangraða einstaklinga þó einn aðilinn efaðist í upphafi en sá að sér þegar árangurinn fór að koma í ljós. Viðmælendur voru líka sammála um að hópastarf er góð leið til þess að fá börn og unglinga til þess að læra samskiptareglur, taka tillit til aðra og að setja sig í spor annarra. Einn viðmælandi okkar sagði að í hópastarfi fá einstaklingar sem sýna áhættuhegðun tækifæri til þessa að leysa vandamál sín með jafningjum og leiðbeinanda. Það sem skiptir þó mestu máli er að einhver hlusti á þau, aðstoði og sýni þeim umhyggju og kærleik.

Viðmælendur töldu að það væri mikil þörf á hópastarfi í dag og jafnvel meira nú en áður. Það hafa verið örar breytingar í samfélaginu, samskipti færst mikið á rafrænt form, tölvunotkun aukist, hraðinn meiri og þess háttar. Að sama skapi er meira um menntað fagfólk til að takast á við þetta félagslega vandamál.

10 Lokaorð

Við teljum að við höfum sýnt fram á hversu mikilvægt hópastarfið er fyrir börn og unglunga. Þrátt fyrir aukin tækifæri til tómsunda og meiri þekkingar á vandamálinu þá er aukning á meðal barna og unglunga sem glíma við félagsleg vandamál eins og félagslega einangrun eða frávikshegðanir.

Frítími fólks er að aukast og því eru tómsundir og hópastarf góður kostur fyrir alla aðila þar að segja ef sá tími sé notaður á uppbyggilegan hátt. Fyrir börn og unglunga með félagsleg vandamál er þetta aðal lausnin. Hópastarf eða tómsundir sem eru skipulagðar og stjórnað af fagaðilum getur haft mikil áhrif á þroska, félagsfærni, sjálfsmynd og lífsgæði þeirra og verið einhverskonar forvörn gegn félagslegri einangrun og frávikshegðunum. Hópastarf er mikilvægt verkfæri fyrir börn og unglunga sem glíma við félagsleg vandamál því þar fá þau þessa tilheyningartilfinningu sem hjálpar þeim að komast hjá félagslegri einangrun.

Til að börn og unglingar með félagsleg vandamál geti stundað tómsundir og hópastarf þarf að brjóta niður þær tómsundahindranir sem á vegi þeirra verða. Til eru mörg afbrigði að þeim eins og tímaskortur, áhugaleysi, skipulagning, fjarlægðir, fjárhagur, þjóðerni, einelti og fötlun. Þarna er vettvangur fyrir fagaðila að koma að skipulagningu tómsunda. Annar vettvangur fyrir fagaðila eru einstaklingar sem hafa verið félagslega útskúfaðir úr hóp. Allir einstaklingar vilja tilheyra hópi að einhverju leyti og sérstaklega meðal jafningja. Það getur skipt sköpum meðal barna og unglunga því þar fá þau tækifæri til að þroska hið eigið sjálf. Þarna er mikilvægt að grípa snemma inn í þroskaferlið.

Í okkar ritgerð sem studdar eru af fjórum reyndum viðmælendum teljum við okkur hafa sýnt fram á mikilvægi hópastarfs meðal barna og unglunga sem glíma við félagsleg vandamál. Einnig teljum við okkur hafa sýnt fram á mikilvægi þess að leiðbeinandinn sé fagaðili það er menntaður á nátengdu sviði. Því réttur fagaðili getur verið lykillinn að góðum og farsælum árangri í hópastarfi.

Með því að hafa hópastarf í skólum, félagsmiðstöðvum eða í bæjarfélögum erum við að huga að framtíð komandi kynslóða og samfélagsins alls. Hópastarfið býður upp á fjölda möguleika og vonum við innilega að það verði meira um hópastörf í framtíðinni.

Niðurstöður viðtalanna voru í samræmi við fræðilega hluta ritgerðarinnar en sýndu samt að við getum með markvissara leitarstarfi, meiri þekkingu og öfluggu samstarfi gert miklu betur í þessu málefni. Við þurfum að leggja meiri fagmennsku og metnað í þróun hópastarfs því þörfin er mikil og tækifærin eru fyrir hendi.

Við settum fram rannsóknarspurninguna „Af hverju erum við hérna?“ Eða eins og við túlkum hana af hverju eru börn og unglingar sem glíma við félagsleg vandamál í hópastarfi? Við vildum dýpka skilning okkar á hópastarfi og sýna fram á hversu mikilvægt

það er. Okkur finnst þetta málefni mjög áhugavert og viljum eiga þátt í því að skapa betra líf fyrir börn og unglunga með því að leggja okkar að mörkum í starfi sem stuðlar að betra samfélagi fyrir þau.

Okkur finnst við hafa lært gríðarlega mikið við gerð þessarar ritgerðar. Bæði frá öllum þeim fræðilegu heimildum sem við höfum unnið með og út frá þeim viðtölum sem við tókum við reynslumikið fagmenntað fólk. Við höfðum mjög gaman að því að skrifa þessa ritgerð og teljum okkur hafa náð markmiðum okkar. Ritgerðin er strax byrjuð að nýtast okkur í starfi og vonumst við að hún muni einnig nýtast öðrum í framtíðinni.

Heimildaskrá

- Amalía Björnsdóttir, Baldur Kristjánsson og Börkur Hansen. (15. desember 2009). Tíminn eftir skólann skiptir líka máli. *Netla, vef tímarit um uppeldi og menntun*. Sótt 22. febrúar 2016 af <http://netla.hi.is/greinar/2009/010/index.htm>
- Atkinson, A. B. og Hills, J. (1998). Exclusion, employment and opportunity. *LSE STICERD research paper no. CASE004*. Sótt 9. mars 2016 af <http://sticerd.lse.ac.uk/dps/case/cp/Paper4.pdf>
- Árni Guðmundsson. (2007). *Saga félagsmiðstöðva í Reykjavík 1942-1992*. Hafnarfjörður: höfundur.
- Barkley, R.A. (1995). *Taking charge of ADHD: the complete, authoritative guide for parents*. New York: Guilford Press.
- Berger, K.S. (2011). *The developing person through the life span* (8. útgáfa). New York: Worth Publishers.
- Berns, R. (2004). *Child, family, school, community: socialization and support* (6. útgáfa). Belmont, CA: Thomson Learning.
- Bukatko, D og Daehler, M.W. (2004). *Child development: a thematic approach* (5. útgáfa). Boston: Houghton Mifflin.
- Craig, W. (2000). *Childhood social development: the essential readings*. Oxford: Malden, MA: Blackwell.
- Dewey, J. (2000). *Reynsla og menntun* (Gunnar Ragnarsson þýddi). Reykjavík: Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.
- Einhverfusamtökin. (19. Janúar 2012). Réttindi. Sótt 10. mars 2016 af <http://einhverfa.is/rettindi?showall=1>
- Eitzen, D.S., Zinn, M.B. og Smith, K.E. (2009). *Social Problems* (11. útgáfa). Boston: Pearson/Allyn and Bacon.
- Feldman, A. F., & Matjasko, J. L. (2005). The role of school-based extracurricular activities in adolescent development: A comprehensive review and future directions. *Review of educational research*, 75(2), 159-210. Sótt 2. apríl 2016 af <http://rer.sagepub.com/content/75/2/159.full.pdf+html>
- Gladding, S.T. (2003). *Group Work: a counseling speciality* (4. útgáfa). New Jersey: Merrill/Prentice Hall.
- Goodman, R. og Scott, S. (1997). *Child psychiatry*. Oxford: Malden, MA, USA: Blackwell Science.

- Green, C. og Chee, K. (1997). *Understanding A.D.H.D.: a parent's guide to attention deficit hyperactivity disorder in children*. London: Vermillion.
- Haukur Ingi Jónasson og Helgi Þór Ingason. (2011). *Leiðtogafærni: sjálfsskilningur, þroski og þróun*. Reykjavík: JPV.
- Helga Jónsdóttir. (2013). Viðtöl í eigindlegum og megindlegum rannsóknum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri). *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 137-153). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.
- Hulda Valdís Valdimarsdóttir og Sigrún Sveinbjörnsdóttir (ritstjórar). 2008. *Handbók um hópastarf*. Sótt 11. febrúar 2016 af http://reykjavik.is/sites/default/files/yomis_skjol/skjol_utgefid_efni/handbok_um_hopastarf_2008.pdf
- Ingram, G. og Harris, J. (2001). *Delivering good youth work: a working guide to surviving and thriving*. Lyme Regis: Russell House.
- Ingvar Sigurgeirsson. (2011). *Að mörgu er að hyggja: handbók um undirbúning* (7. útgáfa). Reykjavík: Iðnú.
- Jakob Frímann Þorsteinsson. (2011). *Að leika, læra og þroskast úti: um útilíf, úti- og ævintýranám í frístundum og skólastarfi*. Reykjavík: Áskorun.
- Jeffs, T. og Smith, M. (2005). *Informal education: conversation, democracy and learning*. Nottingham: Educational Heretics.
- Katrín Blöndal og Sigríður Halldórsdóttir. (2013). Úrtök og úrtaksaðferðir í eigindlegum rannsóknum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri). *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 129-136). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.
- Kottler, J.A. og Forester-Miller, H. (1997). *Issues and challenges for group practitioners*. Denver Colo: Love Pub. Co.
- Krause-Parello, C. A. (2008). Loneliness in the school setting. *The journal of school nursing*, 24(2), 66-70. Sótt 15. apríl 2016 af <http://jsn.sagepub.com/content/24/2/66.full.pdf+html>
- Lacoursiere, R. (1980). *The life cycle of groups: Group Developmental Stage Theory*. New York: Human Sciences Press.
- Laursen, B., & Hartl, A. C. (2013). Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. *Journal of Adolescence*, 30, 1-8. Sótt 22. febrúar 2016 af https://www.researchgate.net/profile/Brett_Laursen/publication/250918855_Understan

[ding loneliness during adolescence Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation/links/0c96051f282a31cfd1000000.pdf](#)

- Leitner, M.J. og Leitner, S.F. (2012). *Leisure enhancement* (4. útgáfa). Urbana, IL: Sagamore Publishing.
- Lög um samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi barnsins nr. 18/1992.
- Matthías Kristiansen og Málfríður Lorange. (1998). *Þroski og hegðunarbætur*. Reykjavík: Una.
- Newman, B. M. og Newman, P. R. (2001). Group identity and alienation: Giving the we its due. *Journal of youth and adolescence*, 30(5), 515-538. Sótt 22. febrúar 2016 af <http://link.springer.com/article/10.1023/A:1010480003929>
- Newman, D.M. og O'Brien, J. (2008). *Sociology: exploring the architecture of everyday* (7. útgáfa). Los Angeles: Pine Forge Press.
- Prouty, D., Collinson, R. og Panicucci, J. (2007). *Adventure education: theory and applications*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Public Health England. (2015). *Reducing social isolation across the lifecourse*. Sótt 9. apríl 2016 af https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/461120/3a_Social_isolation-Full-revised.pdf
- Ralston, Karen Kristín. (2009). *Baráttan fyrir börnin: reynslusaga móður af einhverfu* (Styrmir Guðlaugsson þýddi). Reykjavík: Salka.
- Rannveig Traustadóttir. (2006). Í nýjum fræðaheimi: Upphaf fötlunarfræða og átök ólíkra hugmynda. Í Rannveig Traustadóttir (ritstjóri), *Fötlun: Hugmyndir og aðferðir á nýju fræðasviði* (bls. 13-36). Reykjavík: Háskólaútgáfa.
- Reid, J.B., Patterson, G.R. og Snyder, J.J. (2002). *Antisocial behaviour in children and adolescents: a developmental analysis and model for intervention*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Robertson, M.M. og Baron-Cohen, S. (2007). *Tourette: staðreyndir* (Bogi Arnar Finnbogason og Hilmar Pétursson þýddu). Reykjavík: Tourette-samtökin.
- Robledo, S. og Ham-Kucharski, D. (2008). *Bókin um einhverfu: spurt og svarað* (Eiríkur Þorláksson þýddi). Reykjavík: Umsjónarfélag einhverfa.
- Sharp, S. og Smith, P.K. (2000). *Gegn Einelti handbók fyrir skóla* (Ingibjörg Markúsdóttir þýddi). Reykjavík: Æskan (frumútgáfa 1994).

- Shimberg, E.F. (1992). *Sjúkdómur Tourettes: sjúkdómurinn einkennist af kækjum og einkennilegum hljóðum hljóðum: upplýsingar fyrir foreldra* (Sigurður Thorlacius þýddi). Reykjavík: Landlæknisembættið: Tryggingastofnun ríkisins.
- Siegel, B. (1996). *The world of the autistic child: understanding and treating autistic spectrum disorders*. New York: Oxford University Press.
- Siegel, L.J. (2008). *Criminology* (10. Útgáfa). Belmont, CA: Thomson/Wadsworth.
- Sigríður Halldórsdóttir. (2013). Yfirlit yfir eigindlegar rannsóknaraðferðir. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri). *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 239-249). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.
- Sigríður Halldórsdóttir. (2013). Inngangur að aðferðafræði. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri). *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 17-30). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.
- Sigurlína Davíðsdóttir. (2013). Eigindlegar eða megindlegar rannsóknaraðferðir? Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri). *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 229-237). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.
- Sjölund, A. (1981). *Gruppepsykologi*. Kobenhavn: Gyldendal.
- Smead, R. (1995). *Skills and techniques for group work with children and adolescents*. Champaign, III: Research Press.
- Solish, A., Perry, A., & Minnes, P. (2010). Participation of children with and without disabilities in social, recreational and leisure activities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 23(3), 226-236. Sótt 9. mars 2016 af <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1468-3148.2009.00525.x/epdf>
- Stangor, C. (2004). *Social groups in action and interaction / Charles Stangor*. New York: Psychology Press.
- Steindal, K. (1998). *Aspergerheilkenni: Hvernig er hægt að skilja og hjálpa fólki með Aspergerheilkenni og velvirkum einhverfum* (Margrét Kolka Haraldsdóttir þýddi). Reykjavík: Umsjónarfélag einhverfra.
- Thio, A. (2010). *Deviant behaviour* (10. útgáfa). Harlow: Pearson Education.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management* (5. útgáfa). London: New York: Routledge.
- Trotzer, J. P. (2006). *The counselor and the group: integrating theory, training and practice* (4. útgáfa). New York: Routledge.

- Tuckman, B.W. (2001). Developmental sequence in small groups. *Group Facilitation*, (3), 66. Sótt 9. mars 2016 af <http://search.proquest.com/docview/205826761/fulltextPDF/C205F68F228B408APQ/1?accountid=135943>
- Umboðsmaður barna. *Réttindi og ráðgjöf – Vímuefni* (án ártals). Reykjavík: Umboðsmaður barna. Sótt 27. apríl 2016 af <https://www.barn.is/boern-og-unglingar/rettindi-og-radgjoef/vimuefni/>
- Vanda Sigurgeirsdóttir. (31. desember 2010). Skilgreining á hugtakinu tómsundur. *Netla, vef tímarit um uppeldi og menntun*. Sótt 3. mars 2016 af <http://netla.hi.is/menntakvika2010/025.pdf>
- Vincent, C. og Ball, S. J. (2007). Making up the middle class child: Families, activities and class dispositions. *Sociology*, 41(6), 1061–1077. Sótt 18. mars 2016 af <http://soc.sagepub.com/content/41/6/1061.full.pdf+html>
- Westergaard, J. (2009). *Effective group work with young people*. Maidenhead: Open University Press.

Viðauki 1: Spurningalisti

1. Hver er bakgrunnur þinn og hvert er þitt núverandi starf?
2. Af hverju ákvaðst þú að fara þennan starfsveg?
3. Telur þú að menntun þín hefur hjálpað þér í starfi?
4. Af hverju eru börn sem glíma við félagsleg vandamál í hópastarfi?
5. Af hverju heldur þú að hópastarf virki frekar en eitthvað annað?
6. Finnst þér vera góður árangur af hópastarfi?
7. Finnst þér það mætti vera meiri eftirfylgni eftir hópastarfið?
8. Finnst þér mætti grípa fyrir inn í hjá börnum og unglingum sem eiga við félagsleg vandamál að stríða og þá hvenær?
9. Hversu mikilvægt er hópastarfið?
10. Telur þú hafa verið miklar breytingar síðustu ár á þróun hópastarfs?
11. Er meiri þörf fyrir hópastarfi í dag heldur en áður?
12. Finnst þér hópastarf þá vera rétta leiðin?
13. Er eitthvað sem þú vilt bæta við?