



HÁSKÓLI ÍSLANDS

Við erum vinir

Áhrif félagsfærni á vináttuhæfni barna

Birgitta Líf Albertsdóttir

Lokaverkefni til B.Ed.-prófs

Júní 2022

DEILD KENNSLU- OG MENNTUNARFRÆÐI

Við erum vinir
Áhrif félagsfærni á vináttuhæfni barna

Birgitta Líf Albertsdóttir

Lokaverkefni til B.Ed-prófs í grunnskólakennslu yngri barna

Leiðbeinandi: Þórhildur Helga Þorleifsdóttir, verkefnisstjóri

Deild kennslu- og menntunarfræði

Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Júní 2022

Við erum vinir

Áhrif félagsfærni á vináttuhæfni barna

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni til B.Ed-prófs
í grunnskólakennslu yngri barna við deild kennslu- og
menntunarfræði

á Menntavísindasviði Háskóla Íslands

© 2022 Birgitta Líf Albertsdóttir

Ritgerðina má ekki afrita nema með leyfi höfundar.

Ágrip

Ritgerð þessi fjallar um félagsfærni og vináttu barna á yngsta stigi í grunnskóla. Vinátta barna er nauðsynleg í lífi þeirra og byrja börn snemma að mynda nán tengsl við annað fólk. Til að barn geti eignast góða vini þarf það að öðlast góða félagsfærni þar sem félagsfærni er undirstaða vináttu. Markmiðið með þessari ritgerð er að gera grein fyrir því hvernig vinátta barna þróast og hvernig hægt er að stuðla að góðri vináttu þeirra. Til að svara rannsóknarspurningu verður bæði stuðst við fræðilegar greinar og bækur. Niðurstöður sýna fram á það að hægt er að nýta ýmis námsefni til að stuðla að góðri vináttu barna, sem dæmi vináttuverkefni Barnaheilla, Vinir Zippýs og PEERS námskeið. Þessi námsefni hafa verið mikið í notkun bæði í leik- og grunnskólum og eru til ýmsar rannsóknir um þessi verkefni. Helstu niðurstöður rannsókna sýna að verkefnin hjálpa börnum að öðlast betri félagsfærni og eiga þau því auðveldara með að eignast vini og viðhalda þeim. Án félagsfærni væri vinátta barna ekki til staðar og er því mikilvægt að efla félagsfærni þeirra, bæði í skólanum og heima við.

Efnisyfirlit

Ágrip	3
Formáli	5
1 Inngangur	6
2 Vinátta	7
2.1 Hvað er vinátta?	7
2.2 Vinátta barna	8
2.3 Áhrif vináttu á nám barna	9
2.4 Vinalaus börn.....	10
3 Félagsfærni	11
3.1 Hvað er félagsfærni?	11
3.2 Kennimenn og kenningar þeirra	11
3.2.1Émile Durkheim.....	12
3.2.2Elliot Turiel	12
3.2.3Carolyn Saarni	12
3.3 Opinberar samþykktir skólanámskrá.....	13
3.4 Kennsla í félagsfærni	14
3.4.1Vináttuverkefnið Blær.....	14
3.4.2Vinir Zippýs.....	15
3.4.3PEERS	15
4 Áhrif náms í félagsfærni á vináttuhæfni barna	17
4.1 Hvað sýna rannsóknir?	17
4.1.1Rannsókn á PEERS.....	17
4.1.2Rannsókn á Vinum Zippýs	18
4.1.3Rannsókn á vináttuverkefni Barnaheilla	18
4.2 Hvernig getum við nýtt rannsóknir?.....	19
5 Umræður og lokaorð	20
Heimildaskrá	22

Formáli

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni til B.Ed prófs í grunnskólakennslu yngri barna við Menntavísindasvið Háskóla Íslands. Eftir að hafa unnið með börnum síðastliðin fjögur ár hefur mér fundist vinátta barna vera afar merkileg. Ég vildi dýpka skilning minn mikilvægi góðrar félagsfærni og hvaða áhrif hún hefur á þróun vináttu barna. Með því að skoða þessi mál vel tel ég mig hafa betri möguleika á að geta aðstoðað þau í framtíðinni. Hvernig er best fyrir þau að eignast vini og viðhalda góðri vináttu? Viðfangsefnið vinátta varð því fyrir valinu. Ég ákvað að skoða betur hvernig vináttan þróast hjá börnum ásamt því að athuga hvernig hugtökin félagsfærni og vinátta tengjast. Ég vona að þessi ritgerð eigi eftir að koma bæði foreldrum og kennurum að gagni varðandi að efla vináttu og félagsfærni barna.

Ég vil þakka leiðbeinandanum mínum, Þórhildi Helgu Þorleifsdóttur, fyrir frábær ráð, yfirferð og stuðning við gerð ritgerðarinnar. Einnig vil ég þakka fjölskyldunni minni fyrir alla þolinmæðina, hvatningarorðin og ómetanlegan stuðning í gegnum allt ferlið. Ég vil þakka móður minni sérstaklega fyrir að vera stoð mín og stytta og fyrir að hafa trú á mér meðan á ritgerðarskrifum stóð. Án hennar hefði ritgerðin ekki orðið að veruleika.

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

Reykjavík, _____._____ 2022

1 Inngangur

Manneskjan er félagsvera. Frá því að börn fæðast hafa þau þörf fyrir að mynda náin tengsl við annað fólk, fyrst og fremst við móður og föður. Á fyrstu árum barnsins fara þau að njóta nærveru annarra og gleðjast yfir því að hitta önnur börn og fullorðna. Með því að umgangast annað fólk öðlast barnið félagslega hæfni og lærir að hafa samskipti við aðra (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 1995; Christophersen, E. R. og Mortweet, S. L., 2008). Vináttan er því nauðsynleg börnum. Til að börn geti eignast vini og viðhaldið þeim er mikilvægt að þjálfra félagsfærni þeirra. Félagfærni er undirstaða vináttu, með góðri félagfærni er hægt að eignast góða vini (Laugeson, 2013). Börn þjálfast í félagfærni í gegnum góðan vinskapa. Með því að eiga vini öðlast þau hæfni í að setja sig í spor annarra og í samvinnu (Dunn, 2004). Félagfærni geta verið erfið fyrir sum börn og því er mikilvægt að aðstoða börn við að eignast nána og góða vini ef þau eru ekki fær um að gera það sjálf.

Líklegra er að vinalausum börnum gangi verr í námi en börnum sem eiga vini. Það sama gildir um líkamlega og andlega heilsu barna. Börn, sem eiga enga vini, eru líklegri til þess að glíma við heilsufarsvandamál heldur en önnur börn. Barn, sem á enga vini, þarf ekki að eignast marga vini til þess að líða betur heldur er nóg að barnið eignist einn náinn vin. Það sem er mikilvægast í vináttu barna eru gæðin. Börnum sem eiga góða vini líður almennt betur og glíma síður við einmanaleika, börn sem eiga ekki góða og trausta vini eru líklegri til að vera einmana og eiga það til að láta lítið á sér bera. Algengt er að vinalaus börn upplifi sorg og jafnvel mikla vanlíðan (Cacioppo, Hawkley og Berntson, 2003; Dunn, 2004; Hawkley og Cacioppo, 2003).

Í þessari ritgerð verður fjallað um vináttu og félagfærni barna á yngsta stigi grunnskóla. Farið verður yfir hvernig vinátta barna þróast og hvers vegna vináttan er þeim mikilvæg. Í ritgerðinni verður rýnt í umfjöllun fræðimanna um málefnið sem og skoðaðar nokkrar aðferðir, sem nýttar eru í skólum, til eflingar félagfærni barna. Með verkefninu verður leitast við að svara rannsóknarspurningunni: Hvernig er hægt að stuðla að góðri vináttu barna á yngsta stigi í grunnskóla?

2 Vinátta

Í þessum kafla verður hugtakið vinátta skilgreint og farið yfir hvers vegna hún er mikilvæg og hvernig hún þróast hjá börnum. Einnig verður komið inn á áhrif vináttu á námsárangur barna og skoðað hvernig vinaleysi getur haft áhrif á börn.

2.1 Hvað er vinátta?

Hugtakið vinátta er mjög stórt og vítt. Það er misjafnt hvernig fólk skilgreinir vináttu en þó eru flestir sammála um hvað vinátta er í raun og veru, orðabók Árnastofnunar (e.d.) skilgreinir orðið vináttu sem „að vera vinur einhvers, tilfinningar vina hvers til annars“. Vinátta hefur verið skilgreind sem gagnkvæm og kærleiksrík tenging milli tveggja einstaklinga sem einkennist af virðingu, hreinskilni, ástúð, jafnrétti, stuðningi, jákvæðum samskiptum og væntumþykju (Berndt, 2004; Dunn, 2004; Healy, 2011; Lawhon, 1997). Þegar við þroskumst þá þróast vináttan. Það, sem hjálpar okkur að eignast sanna vini, er til dæmis svipaður lífsstíll, kímni, áhugamál og skoðanir á ýmsum hlutum. Besta leiðin til að eignast góða og sanna vini er að koma fram við vini sína eins og maður vill láta þá koma fram við sjálfan sig (Hrafnhildur Sigurðardóttir og Unnur Arna Jónsdóttir, 2015).

Gríska heimspekingurinn Aristóteles hélt því fram í bókinni sinni *Siðfræði Nikomakkosar* (1995) að góður vinur væri þegar tveimur þyki vænt um hvorn annan, hafa eitthvað sameiginlegt og vilja eyða tíma með hinum aðilanum. Aristóteles fjallaði mikið um vináttuna og skipti hann henni í þrjár gerðir. Fyrsta gerðin af vináttu er þegar einstaklingi líkar vel við einhvern annan vegna þess að honum finnst hann vera góður einstaklingur. Önnur gerðin er þegar manni þykir vænt um einhvern vegna þess að sá nýtist manni á einhvern hátt, t.d. að maður eigi eitthvað sameiginlegt með hinum einstaklingnum. Þriðja og síðasta gerðin af vináttu er þegar manni þykir vænt um annan vegna þess að manni finnst gaman að honum og vill umgangast hann. Aristóteles hélt því fram að vinátta væri fullkomin þegar tveir einstaklingar eru báðir vingjarnlegar manneskjur og koma auga á góðsemi hjá hvorum öðrum. Hins vegar ef vináttan byggist ekki á sannri tengingu þá er vináttan orðin léleg og er því mikið um deilur og lítið sem ekkert traust milli einstaklinganna.

Fleiri hafa fjallað um vináttu, þeirra á meðal sálfræðingurinn Harry Stack Sullivan (1892-1949) frá Bandaríkjunum, en hann fjallaði mikið um vináttu á sínum tíma. Efnið vinátta var megináherslan í þroskakenningu hans. Sullivan hélt því fram að vináttan væri nauðsynleg í þroska barna vegna þess að vinátta kennir manningnum að tengjast við aðrar manneskjur á náninn hátt og er það mikilvægt til að efla félagsfærni. Hann lagði einnig áherslu á nán kynni milli manna þegar börnin eru komin á unglingsaldurinn og taldi hann að vinskapur hjálpi til að efla tilfinningar varðandi sjálfsvirðingu barna og einnig að vinátta komi í veg fyrir að börn

verða einmana. Sullivan var viss um að þetta myndi nýtast börnum í framtíðinni þegar þau yrðu fullorðin og hefðu fundið sér maka (Schneider, 2000).

2.2 Vinátta barna

Vinátta kennir börnum margt. Þau læra að tjá sig við annað fólk, mynda nán tengsl við aðra í gegnum mannleg samskipti, einkum við vini sína ásamt því að geta fundið lausn á ýmsum vandamálum. Börn læra að vinna saman, sýna virðingu og læra hvernig hegðun er viðeigandi. Það má þess vegna segja að vinátta barna sé verðmæt (Ferrer og Fugate, 2015). Fjölmargar rannsóknir varpa svipuðu ljósi á vináttu og fram hefur komið að góð vinátta barna er ákaflega þýðingarmikil í lífi þeirra. Hún hefur áhrif á tilfinningaþroska, félagsfærni og velferð þeirra. Sýnt hefur verið fram á að börn, sem eiga góða vini, eru hamingjusamari, hafa meira sjálfstraust og betri sjálfsmynd heldur en börn sem eru vinalaus eða eiga ekki trausta vini. Einnig eru minni líkur á því að þau glími við einmanaleika eða þunglyndi auk þess að námsárangur þeirra er betri ef þau eiga góða vini að (Berndt, 2002; Berndt og Murphy, 2002; Bukowski, 1994; Erdley, Nangle, Newman og Carpenter, 2001; Schwartz, Gorman, Duong og Nakamoto, 2008).

Laura Rosenbury (2007) fjallaði um vináttu barna og hélt því fram að góð vinátta væri sérstaklega mikilvæg í nútímanum þar sem fjölskyldur eru minni og algengt er að fólk búi langt frá fjölskyldumeðlimum sínum. Ef lítið er um tengsl við fjölskylduna þá geta góðir vinir bætt það upp. Vinátta getur hjálpað börnum, sem glíma við andleg vandamál, svo sem þunglyndi eða kvíða. Góð vinátta barna hefur jákvæð áhrif á líðan þeirra og bata meðan börn glíma við veikindi (Dunn, 2004).

Meginatriði vináttu barna er umhyggja og virðing. Sigrún Aðalbjarnardóttir hefur fjallað mikið um virðingu og umhyggju í gegnum árin. Í bókinni hennar *Virðing og umhyggja* (2007) segir hún að virðing sé nauðsynlegur þáttur í samskiptum fólks. Flestir hafa heyrt og jafnvel sagt að bera þurfi virðingu fyrir öðrum eða sýna öðru fólki virðingu. Margir læra að bera virðingu fyrir öðrum og er þá ekki tekið tillit til stöðu mannsins í samfélaginu, þ.e.a.s. aldur, kyn, kynþáttur, trúarbrögð eða þjóðerni skiptir ekki máli. Segja mætti að hugtökin virðing og umhyggja haldist hönd í hönd. Sigrún telur að munurinn á umhyggju og virðingu sé að þegar við berum virðingu fyrir öðru fólki þá séum við í vissri fjarlægð en hins vegar þegar við sýnum umhyggju þá séum við nánari vegna þess að umhyggjan einkennist af tilfinningum.

Aðalnámskrá grunnskóla kemur inn á virðingu og umhyggju barna og stendur þar að starfsfólk skóla þurfi að leggja áherslu á styrkingu sjálfsmyndar nemenda til að efla sjálfsvirðingu þeirra ásamt virðingu fyrir öðru fólki, eigum þess og umhverfi. Starfsmenn

skólans þurfa einnig að leggja áherslu á sjálfsaga og námsaga nemenda, umburðarlyndi, jákvæð samskipti, kurteisi, góða umgengni og sáttfýsi. Í aðalnámskrá stendur einnig að:

Hlutverk grunnskóla, í samvinnu við heimilin, er að stuðla að alhliða þroska allra nemenda og þátttöku þeirra í lýðræðisþjóðfélagi sem er í sífellldri þróun. Starfshættir grunnskóla skulu mótast af umburðarlyndi og kærleika, kristinni arfleifð íslenskrar menningar, jafnrétti, lýðræðislegu samstarfi, ábyrgð, umhyggju, sáttfýsi og virðingu fyrir manngildi. Þá skal grunnskóli leitast við að haga störfum sínum í sem fyllstu samræmi við stöðu og þarfir nemenda og stuðla að alhliða þroska, velferð og menntun hvers og eins (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013, bls 32).

2.3 Áhrif vináttu á nám barna

Nokkrir hafa rannsakað hvort vináttan hafi áhrif á frammistöðu barna í skólanámi og þar á meðal var Gary Ladd (1990). Hann setti fram rannsókn til að athuga hvernig vinátta hefði áhrif á börn sem voru að byrja í nýjum skóla og hvort að vináttan hafði einhver áhrif á skólaaðlögun og námsárangurinn. Rannsóknin var gerð á fimm ára börnum sem voru að færa sig yfir í nýjan bekk í nýjum skóla. Niðurstöður hans sýndu fram á að börn sem áttu vini úr leikskólanum eða eignuðust vini í nýja skólanum áttu auðveldara með skólaaðlögunina og voru því fljót að aðlagast þessu nýja umhverfi. Þau voru einnig með jákvætt hugarfar og voru því líklegri til þess að sýna góða frammistöðu í námi. Þau börn sem eignuðust ekki vini eða byrjuðu í skólanum vinalaus áttu í erfiðleikum með aðlögunina og voru lengi að aðlagast hlutunum. Þessi börn voru einnig líklegri til þess að skröpa meira og forðast skólann.

Í beinu framhaldi hafa Wentzel, Jablansky og Scalise (2018) rannsakað hvort það sé rétt að vinátta geti haft áhrif á námsárangur. Þær rannsökuðu tengingu milli vináttu og akademískrar vitsmunafærni, þ.e.a.s. einkunnir á prófum. Vináttan var skilgreind á tvenna vegu. Annars vegar að vinna með sameiginlegum vinum í verkefnum og hins vegar sú upplifun að eiga vini, annaðhvort einn góðan vin eða nokkra vini. Niðurstöðurnar sýndu fram á að það, að eiga vini, hefur jákvæð áhrif á námsárangur barna. Í ljós kom að þau börn, sem eiga vini, voru með jákvæða útkomu í námi. Það skipti ekki máli hvort unnið var með vini í verkefni eða bara að eiga góða vini, niðurstöðurnar sýndu að þeir sem áttu einhverja vini voru með góða frammistöðu í námi.

Svipaðar niðurstöður komu fram hjá Wentzel (2004) sem rannsakaði einnig vináttu og hvernig hún hefur áhrif á hvatningu barna ásamt skólaaðlögun. Í þeirri rannsókn kom í ljós að börn sem eiga enga vini taka lítið þátt í félagsstarfi skólans, eiga það til að forðast bekkjarfélaga sína og eru líklegri til þess að sýna slakan árangur í skólanum.

2.4 Vinalaus börn

Það að eiga enga vini getur haft áhrif á sjálfstraust barna og eiga þau börn oft það til að spyrja sjálf sig hvers vegna þau eiga enga vini, þá sérstaklega þegar vinir fara að leita eitthvert annað og finna sér félagsskap hjá öðrum börnum. Vinalaus börn geta þá átt í vandræðum með að finna sér vini vegna mismunandi áhugamála. Algengt er að börnin skilji sig frá öðrum börnum en samt sem áður hafa þau þörf fyrir því að eignast vini. Þessi börn geta orðið einmana en oft finna þau sér féлага ef þau sækjast í íþróttir eða námskeið sem þau hafa áhuga á (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 1995).

Helsta orsökina fyrir einmanaleika hjá börnum er að þau fá ekki að vera með í hópnum. Þegar börn lenda í því, að fá ekki að vera með, finna þau fyrir mikilli vanlíðan og eiga þau það til að skilja sig frá öðrum ennþá meira. Vinalaus börn eru oftast ein, vita ekki hvað á að gera í matsalnum eða í frímínútum og reyna þau að láta lítið fyrir sér fara. Vinalaysi hefur mikil áhrif á sjálfsmýnd barna. Þau eiga það til að kenna sér um fyrir það að eiga enga vini og oftast skammast þau sín fyrir að vera ein. Börn, sem eiga enga vini, eru líklegri til þess að eiga við vandamál að stríða, þ.e.a.s. bæði andleg og heilsufarsleg vandamál (Cacioppo, Hawkley og Berntson, 2003; Hawkley og Cacioppo, 2003).

Það er margt sem getur haft áhrif á að börn eigi enga vini. Sem dæmi getur það verið vegna sálrænna vandamála (svo sem kvíða eða þunglyndis), útlits eða annara persónulegra einkenna eins og kynþáttar eða jafnvel kyns. Einnig getur það verið vegna ytri vandamála (sem dæmi: árásgjörn, ögrandi eða ofbeldisfull hegðun), eða jafnvel vegna lélegrar félagsfærni hjá þeim (Asher og Renshaw, 1981; Dunn, 2004; Laursen, Bukowski, Aunola og Numi, 2007). Fátækt getur einnig haft áhrif á vinalaysi barna. Þau börn sem búa við fátækt og geta ekki boðið vinum sínum í heimsókn eða haldið upp á afmælið sitt geta einangrast og því orðið vinalaus (Lovísa Arnardóttir, 2016).

Gott er að hafa í huga að börn, sem eru oft ein, eru ekki alltaf einmana. Sum börn vilja einfaldlega vera ein og finnst þeim það ánægjulegt. Þau hafa ekki verið útilokuð af öðrum börnum heldur vilja aðeins fá að vera ein í friði. Hins vegar eru önnur börn sem vilja vera partur af hópnum en ná því ekki, mögulega vegna lélegrar félagsfærni. Félagsfærnin hjá vinalausum börnum er oftast verri en hjá vinamörgum börnum. Þau kunna ekki að sýna viðeigandi hegðun og eru því oftast vandræðaleg, feimin, hlédræg eða reyna taka við stjórninni og sum geta jafnvel orðið árásgjörn (Dunn, 2004).

3 Félagsfærni

Í þessum kafla verður fjallað um félagsfærni barna, hvað er félagsfærni og hvers vegna er hún mikilvæg. Skoðaðir verða möguleikar þess að kenna börnum félagsfærni og hvað opinberar skólanámskrár segja um félagsfærni.

3.1 Hvað er félagsfærni?

Hugtakið félagsfærni (e. social skills) merkir færni í félagsmálum og mannlegum samskiptum samkvæmt nútímamálsorðabók Árnastofnunar (e.d.). Margir hafa fjallað um hugtakið og skilgreint það. Sigrún Aðalbjarnardóttir (2007) skilgreindi félagsfærni sem samskiptahæfni. Þeir einstaklingar sem geta sýnt skilning á samskiptum eru með góða félagsfærni. Hún telur að félagsfærni sé ekki meðfædd heldur sé það lærd hegðun sem börn læri eftir því sem þau eldist. Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal (1995) skilgreindu félagslega hæfni sem þá hæfni að geta tjáð tilfinningar sínar í samskiptum við annað fólk, sama hvort það séu jákvæðar eða neikvæðar tilfinningar. Með félagslegri hæfni ná einstaklingar að sýna viðunandi hegðun með því að taka mið af aðstæðum. Guðrún Helga Andrésdóttir (2019) hefur einnig fjallað um félagsfærni barna í meistararitgerð sinni og segir hún að félagsfærni sé sú færni að geta átt æskileg samskipti við aðra og að geta sýnt æskilega hegðun í mismunandi aðstæðum.

Börn læra það sem fyrir þeim er haft. Fyrstu árin læra börn ýmislegt af öðrum í kringum sig, þ.e.a.s. foreldrum, systkinum og fleirum (Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal, 1995; Christophersen, E. R. og Mortweet, S. L., 2008). Börn læra félagsfærni í gegnum samskipti við fólk, þ.e.a.s. við kennara, systkini, foreldra og jafnaldra. Með tímanum læra þau meira á tilfinningar, bæði sínar eigin og tilfinningar annarra, áhuga, trú og hvernig hugur þeirra virkar (Johnston, Tobbell og Wolley, 2010; Astington, 1993). Cartledge og Kleefeld (2002) töldu að félagsfærni hjá börnum lærist í gegnum samskipti við annað fólk og einnig með því að fylgjast með samskiptum hjá öðrum. Christophersen og Mortweet (2008) hafa fjallað mikið um félagsfærni barna og hvernig sé best að kenna þeim félagsfærni. Þau segja að félagsfærni sé ekki meðfædd heldur sé hún lærd og því telja Christopher og Mortweet að kenna þurfi börnum félagsfærni eins fljótt og auðið er.

3.2 Kennimenn og kenningar þeirra

Hér verða nokkrir kennimenn kynntir og fjallað verður um kenningar þeirra. Þeir eru Elliot Turiel, Carolyn Saarni og Émile Durkheim.

3.2.1 Émile Durkheim

Franski félagsfræðingurinn Émile Durkheim (1858-1917) var einn helsti kennimaður félagsfræðinnar. Kenningar Durkheim voru byggðar á þremur misjöfnum nálgunum. Hann taldi að félagsfærni væri lærd hegðun en ekki meðfædd, að samfélagið þróaðist úr einföldum yfir í flókin samfélög og að áriðandi væri að skoða félagslega þætti í samanburði við aðra þætti í samfélaginu. Hugtökin, sem Durkheim notaði óspart í kenningum sínum, voru hugtökin félagsleg samvitund (e. collective consciousness) og félagslegar staðreyndir (e. social fact). Hann skilgreindi hugtakið samvitund sem sameiginlegar tilfinningar sem myndast í hópum og væri það eins og lím því það héldi samfélaginu saman. Skilgreiningin á félagslegum staðreyndum var að það væru hugsanir og hegðun sem samfélagið eða stjórnvöld hefðu neytt upp á vitund einstaklinga (Layton, 1997).

3.2.2 Elliot Turiel

Elliot Turiel, sálfræðiþrúfessor við Berkeley háskóla í Kaliforníufylki Bandaríkjana, hefur fjallað mikið um vitsmunabroska ásamt félags- og tilfinningabroska barna. Kenning hans um félagslegar víddir (e. social domain theory) (Berkeley University of California, án árs) fjallar um víddir siðferðisvitundar, persónuleika og félagslegra viðmiða (Turiel, Killen og Helwig, 1987). Meining Turiel um víddir félagslegra viðmiða eru svokallaðar reglur um hegðun fólks í samfélaginu við ákveðnar aðstæður, t.d. hvernig skal heilsa og kveðja annað fólk. Þessar reglur eru óskrifaðar reglur sem einstaklingar læra með tímanum. Turiel hélt því fram að víddir félagslegra viðmiða þróist hjá börnum í gegnum samskipti við aðra þar sem börn umgangast foreldra, systkini og aðra fullorðna einstaklinga á hverjum degi. Hins vegar þróist félagsfærni hjá börnum með því að binda saman reynslu sína af siðferðislegri hegðun og samskiptum við aðra (Turiel, Killen og Helwig, 1987; Brown og Prinstein, 2011). Samkvæmt Turiel eru víddir persónuleikans ekki út frá félagslegum reglum, sem samfélagið hefur sett fram, heldur taldi hann að víddir persónuleikans tengdust bæði persónulegum skoðunum og persónuleika fólks ásamt persónulegu vali, sem dæmi; val fólks yfir líkama sínum eða val á vinum (Kohlberg og Turiel, 1971).

3.2.3 Carolyn Saarni

Þroskasálfræðingurinn Carolyn Saarni (1945-2015) rannsakaði mikið tilfinningabroska bæði hjá börnum og unglíngum. Rannsóknir hennar fjölluðu mikið um tilfinningar og félagsmótun barna ásamt skilningi þeirra á sínum eigin tilfinningum. Hún rannsakaði mest tilfinningalega hæfni (e. emotional competence) og taldi hún að tilfinningaleg hæfni væri möguleikinn til að geta náð markmiðum sem við setjum okkur. Með rannsóknum sínum komst Saarni að því að

það sem skiptir mestu máli fyrir börn, til að þau nái sínum markmiðum, er að fjölskyldan sýni barninu ástúð (Saarni, 1999).

Árið 1984 framkvæmdi Saarni rannsókn um tilfinningastjórnun barna í grunnskóla. Í þeirri rannsókn voru nokkur börn á á fyrsta, þriðja og fimmta ári í grunnskóla fengin til að taka þátt og áttu þau að fá afhentan einn glaðning sem í raun var enginn glaðningur fyrir þau. Tilgangur rannsóknarinnar var að kanna viðbrögð þeirra við gjöfinni og athuga hvort þau sýndu réttar tilfinningar við henni eða hvort þau gætu falið tilfinningar sínar út á við, og hvernig þau gerðu það. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að því yngri sem börnin voru því erfiðara væri fyrir þau að fela sínar raunverulegu tilfinningar og eru þau þá líklegri til að sýna hvaða tilfinningar þau upplifa. Aftur á móti gekk eldri börnunum betur að fela sínar raunverulegu tilfinningar og taldi Saarni að ástæðan fyrir því væri sú að því eldri sem börn væru, því meiri tilfinningastjórnun hefðu þau (Saarni, 1984).

3.3 Opinberar samþykktir skólanámskrá

Aðalnámskrá grunnskóla sem gefin er út af Mennta- og menningarmálaráðuneytinu fjallar um hvað skólinn getur gert til að efla félagsfærni barna og stendur þar að grunnskólinn sé mikilvægur hlekkur í þroska einstaklingsins. Grunnskólinn þarf að skapa aðstæður þar sem nemendur geta fengið að njóta bernsku sinnar, fái að nýta sköpunarkraftinn sinn, rækta skilning sinn á náminu og manngildum jafnframt því að efla bæði félagsfærni og sjálfstraust sitt (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013, bls 32). Í aðalnámskrá kemur fram að félagsfærni sé undirstaða heilbrigðrar sjálfsmyndar barna og að þroskuð félagsfærni sé grundvöllur að lífsfyllingu og lífshamingju einstaklinga. Einnig kemur fram að börn, sem eru með góða félagsfærni, eru líkleg til þess að geta aðlagð sig að breyttum aðstæðum ásamt því að geta átt frumkvæði að samskiptum við annað fólk og viðhaldið þeim (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013, bls 37).

Það eru ekki aðeins grunnskólar, sem byggja upp félagsfærni, heldur koma leikskólar þar við sögu líka. Í aðalnámskrá leikskóla er talað um að börn séu félagsverur og hafi þau mikla þörf fyrir samskipti við aðra, bæði fullorðna og jafnaldra. Í gegnum góð samskipti skiptast þau á skoðunum, fá að tala saman um tilfinningar, hugmyndir og líðan ásamt því að spyrja spurninga og fá svör við þeim. Samskipti eru ekki eina leiðin sem börn nota til að tjá sig heldur nota þau líka ýmsar aðrar leiðir. Sem dæmi nota þau snertingu, tónlist, látbragð, myndmál, hljóð, dans og leikræna tjáningu. Í námskránni er talað um að sjálfsmynd og félagsfærni styrkist hjá börnum í gegnum skapandi leik og gefandi samskipti (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2011, bls 29). Í opinberum samþykktum skólanámskrár stendur að:

Félagsfærni miðar að því að geta átt jákvæð og árangursrík samskipti við aðra. Heilbrigð sjálfsmýnd er grundvöllur félagsfærni. Börn með góða félagsfærni eru líklegri til að eiga frumkvæði að samskiptum, viðhalda þeim og aðlaga sig breyttum aðstæðum. Þroskuð félagsfærni er grunnur að lífshamingju og lífsfyllingu hvers einstaklings (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013, bls 37).

3.4 Kennsla í félagsfærni

Eins og hefur komið fram þá læra börn það sem fyrir þeim er haft. Félagsfærni þroskast hjá einstaklingum með þátttöku í lýðræðislegu samstarfi þar sem þau fá tækifæri til þess að tjá sig um skoðanir sínar. Til að öðlast félagsfærni er mikilvægt að gefa þeim tækifæri til að sýna öðrum virðingu og vinsemd jafnframt því að setja sig í spor annarra (Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar, 2018). Félagsfærni er áhrifarík fyrir einstaklinga svo þeir geti öðlast gott og innihaldsríkt líf. Þar sem daglegt líf felst fyrst og fremst í samskiptum við fólk, skiptir miklu máli að styrkja félagsfærni barna svo að þau geti tekist á við daginn. Góð félagsfærni stuðlar að góðu jafnvægi tilfinninga barna (Bee og Boyd, 2004) og eru ýmsir verkferlar, verkefni og aðferðir sem bæði kennarar og foreldrar geta stuðst við til að efla félagsfærni barna bæði heima við og í skóla.

3.4.1 Vináttuverkefnið Blær

Vínátta er forvarnarverkefni sem Barnaheill gaf út. Það er ætlað fyrir leikskóla, yngstu bekk í grunnskóla og frístundaheimili en einnig geta dagforeldrar notað verkefnið. Verkefnið byggir á rannsóknum um einelti og er ætlað að kenna börnum umburðarlyndi, virðingu, umhyggju og hugrekki. Námsfnið í verkefninu kemur í sérstökum töskum. Í töskunum er allt efni sem er ætlað fyrir börn, foreldra, kennara og annað starfsfólk sem vilja vinna með verkefnið. Töskurnar eru til í þremur mismunandi litum, gul taska er ætluð fyrir börn á aldrinum 0-3ja ára, græn taska er fyrir 3-6 ára börn og blá taska er fyrir börn í 1-4. bekk í grunnskóla.

Í töskunum er bangsinn Blær, sem er ætlaður til að aðstoða við verkefni. Blær er einnig notaður til að hugga börn og gleðja þau. Eitt verkefni sem er í töskunum er samræðuverkefni fyrir börnin. 21 samræðuspjöld eru notuð í verkefninu. Það er mynd framan á hverju spjaldi og spurningar aftan á sem kennari spyr nemendur um myndina á spjaldinu. Þessi spjöld henta í umræður um tilfinningar og samskipti. Önnur verkefni í töskunni eru nuddæfingar, ýmis konar hópefli og þemavinna. Sögubók fylgir töskunni og er bókin um börn í skóla sem eru að læra margt um lífið. Annað efni sem má finna í töskunum eru tónlistardiskur og tónlistarhefti, veggspjöld og klípusögur fyrir foreldra og kennara. Vináttuverkefnið felst í því að fyrirbyggja einelti með því að eiga góð samskipti við aðra, vera með jákvæð viðhorf og móta góðan skólabrag (Barnaheill, e.d).

3.4.2 Vinir Zippýs

Vinir Zippýs er geðræktarnámsefni og er ætlað börnum á aldrinum 5-7 ára. Embætti landlæknis hefur séð um verkefnið síðan árið 2011 (Landlæknir, e.d. a). Verkefnið var gefið út af *Befrienders International* og var það notað fyrst til að kenna börnum ýmsa færni. Náms efnið var svo forprófað í Danmörku árin 1998-1999 og fór svo innleiðing fram í bæði Litháen og Danmörku á árunum 2000-2001. Árið 2002 var ákveðið að *Partnership for Children* myndi taka við verkefninu. Árið 2005 var verkefnið tekið í notkun á Íslandi á vegum Lýðheilsustöðvar og var fyrst gerður samningur um þróunarverkefnið til tveggja ára en síðan var samningurinn lengdur til fimm ára. Margir leik- og grunnskólar hafa notað námsefnið frá árinu 2005 ásamt fleirum stofnunum, m.a. barna- og unglingageðdeild Landspítalans (BUGL) (Landlæknir, e.d. b).

Kennarar sem ætla sér að nota námsefnið í kennslu sinni þurfa að sækja námskeið til að geta öðlast réttindi svo þeir geti fengið námsefnið í hendurnar. Verkefnið skiptist í sex þætti og hefur hver þáttur eitt yfirmarkmið. Allir þættirnir hafa eitt megin efni sem nýtist í 3-7 kennslustundir. Sem dæmi er fyrsti námsþátturinn um tilfinningar þar sem lögð er áhersla á öfund, kvíða, reiði, pirringi, vanlíðan og vellíðan. Í hverjum þætti er sérstök saga sem kennarinn les í upphafi kennslustundarinnar. Sagan er um Zippý sem er gælufuga og vinir hennar eru barnahópur. Í öllum sögunum þurfa Zippý og vinir hennar að takast á við ýmsar aðstæður sem mörg börn þekkja, til dæmis einelti, einmanaleika, vináttu, samskipti og að þurfa takast á við erfiðar breytingar eins og sorg, missi eða skilnað foreldra. Með hverri sögu fylgir verkefni sem kennir börnum að takast á við ýmsa hluti sem geta komið fyrir í daglegu lífi. Vinir Zippýs segir ekki börnunum hvernig á að leysa úr verkefnunum heldur hvetur verkefnið þau til þess að hugsa sjálfstætt (Landlæknir, e.d. c).

3.4.3 PEERS

PEERS (Program for the Evaluation and Enrichment of Relational Skills) er námskeið í félagsfærni sem er ætlað fyrir börn og unglinga sem eiga erfitt að eignast vini og halda þeim (Laugeson og Frankel, 2010). Markmiðið með námskeiðinu er að kenna bæði börnum og unglingum félagsfærni til að þau nái að eignast vini. Á námskeiðinu taka foreldrar þátt með börnunum sínum og fá þau leiðbeiningar um hvers konar aðferðir skal nota til að kenna börnunum félagsfærni (Laugeson, 2013; Shum, K., Cho, K., Lam, W., Laugeson, K., Wong, L. og Law, M., 2019). Til þess að geta tekið þátt í PEERS námskeiðinu þarf að fara í inntökuviðtal þar sem er farið yfir inntökuskilyrði fyrir þátttökunni. Inntökuskilyrðin eru að málþroski barnsins sé sæmilegur, greindarvísitala barnsins sé yfir þroskahömlunarmörkum og að barnið samþykki sjálft að taka þátt í námskeiðinu (Laugeson og Frankel, 2010).

Námskeiðið er haldið vikulega í 14 skipti og hvert skipti er í 90 mínútur. Á námskeiðinu læra þátttakendur að velja sér vini, leysa úr deilum meðal vina og hvernig á að takast á við einelti, stríðni og kjaftasögur. Námskeiðið er unnið í tveimur hópum, þ.e. barna- og unglíngahópur og foreldrahópur og stjórnar einn leiðbeinandi hvorum hóp. Í foreldrahópnum byrjar leiðbeinandinn á því að fara yfir heimavinnu sem er sett fyrir í lok hvers tíma sem foreldrar eiga að vinna með börnunum sínum. Í hverjum tíma er svo farið yfir hvað gekk vel og hvað gekk illa. Foreldrar fá blöð með öllum upplýsingum um kennsluefnið, hvaða æfingar þau eiga að gera með börnunum og hvert hlutverk foreldra og barna er í heimaæfingunum. Í barna- og unglíngahópnum er einnig farið yfir heimavinnuna. Þegar því er lokið fara börnin í hlutverkaleiki og gera æfingar í félagsfærni. Í lok tímans fá þau kynningu um næstu heimaæfingar og svo sameinast hóparnir tveir til að fá skipulag á heimaæfingum fyrir næstu viku (Guðrún Helga Andrésdóttir, 2019).

4 Áhrif náms í félagsfærni á vináttuhæfni barna

Eins og hefur komið fram í fyrri köflum þá eru börn, sem eru með góða félagsfærni, líklegri til að eiga góða vini og geta viðhaldið þeim (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013, bls 37). Börn, sem eiga vini, eru vanalega hamingjusamari og eru með meira sjálfstraust og góða sjálfsmynd (Berndt, 2002; Berndt og Murphy, 2002; Bukowski, 1994, Erdley, Nangle, Newman og Carpenter, 2001; Schwartz, Gorman, Duong og Nakamoto, 2008). Komið hefur í ljós að börn, sem eiga góða vini, eru líklegri til að ganga vel í námi og vera með jákvætt hugarfar gagnvart skólanum (Wentzel, Jablansky og Scalise, 2018; Ladd, 1990). Þetta sýnir okkur að félagsfærni barna er mikilvæg og hún hefur bæði áhrif á vináttuhæfni þeirra og námsárangur.

4.1 Hvað sýna rannsóknir?

Fjölmargar rannsóknir hafa verið gerðar um félagsfærninám barna. Rannsóknirnar sýna fram á hvaða aðferðir virka best til að efla félagsfærni barna ásamt því að kenna hvernig skal vinna með börnum í félagsfærniþjálfun. Námsefnin sem fjallað var um í kaflanum hér á undan hafa verið í notkun í fjölmörg ár og hafa margir leik- og grunnskólar notað þessi verkefni til að efla félagsfærni barna. Það, sem allar þessar rannsóknir sýna, er að námsefnið virkar fyrir nánast alla nemendur og eru þessi verkefni en í notkun í dag. Hér verður fjallað um þær rannsóknir sem gerðar hafa verið og hvaða niðurstöður komu úr þeim.

4.1.1 Rannsókn á PEERS

Þónokkrar rannsóknir hafa verið gerðar á PEERS. Mandelberg, Frankel, Cunningham, Gorospe og Laugeson (2014) framkvæmdu rannsókn á námskeiðinu PEERS og vildu þau rannsaka langtímaáhrif félagsfærniþjálfunar hjá börnum. Í rannsókninni tóku 53 einhverf börn og unglingar þátt og voru þau á aldrinum 12-18 ára. Börnin höfðu sótt námskeiðið á árunum 2006-2009 og voru u.þ.b. tvö og hálf ár liðin frá því þátttöku þeirra lauk. Til að geta rannsakað árangur barnanna voru matslistar lagðir fyrir, bæði fyrir og eftir námskeiðið, ásamt því að leggja matslistana fyrir aftur einu til fimm árum seinna til að mæla langtímaáhrif. Matslistarnir áttu að meta áhrif PEERS á félagsvirkni, félagsfærni og þekkingu á félagsfærni. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu marktækan mun eftir að þátttöku lauk auk þess að árangur var enn til staðar einu til fimm árum seinna. Langtímaniðurstöður sýndu að meirihluti barnanna sem tók þátt í námskeiðinu átti a.m.k. einn góðan og náinn vin.

Shum o.fl (2018) rannsökuðu einnig árangur barna sem sóttu námskeiðið. Þátttakendur voru 72 einhverf börn á aldrinum 11-15 ára og voru matslistar lagðir fyrir börnin og foreldra

þeirra. Ákveðið var að rannsaka áhrif PEERS námskeiðsins á samskiptahæfni, þekkingu á félagsfærni og félagsvirkni barnanna. Helstu niðurstöður sýndu aukna félagsfærni og að félagsleg samskipti voru bætt hjá börnunum. Hins vegar var lítill sem enginn munur á félagsvirkni og taldi Shum að menningarmunur væri helsta orsök fyrir því (Shum o.fl., 2019).

4.1.2 Rannsókn á Vinum Zippýs

Nokkrir hafa rannsakað verkefnið um vini Zippýs. Helsta rannsóknin var gerð bæði í Litháen og í Danmörku. Í ljós kom að verkefnið hentar vel í báðum löndum þrátt fyrir mismunandi tungumál. Allar helstu niðurstöður voru jákvæðar, hæfni barnanna var betri til að takast á við ýmsar áskoranir í daglegu lífi og voru þau með meiri og betri sjálfsstjórn, samvinnufúsari og voru einnig með minni hegðunarerfiðleika. Í öðrum athugunum voru niðurstöðurnar einnig jákvæðar. Allar athuganir sýndu fram á að verkefnið um vini Zippýs skilar góðum árangri hjá börnum (Landlæknir, e.d. a).

4.1.3 Rannsókn á vináttuverkefni Barnaheilla

Elsa Margrét Árnadóttir (2019) fjallaði um rannsóknir um vináttuverkefnið í meistararitgerð sinni. Þar kom fram að rannsókn var gerð í sex leikskólum eftir að Barnaheill tók upp verkefnið hér á landi. Þrjú mismunandi spurningalistar voru lagðir fyrir, sá fyrsti var lagður fyrir áður en leikskólinn hóf verkefnið, annar var lagður fyrir meðan verkefninu stóð og sá þriðji var lagður fyrir eftir að verkefnið hafði verið notað í lengri tíma. Í fyrsta spurningalistanum voru spurningar fyrir kennara um upplifun þeirra á einelti og hvernig þeir skilgreindu það. Niðurstöðurnar úr þeim spurningalista sýndu að flestir kennararnir höfðu vitað að það væri munur á einelti og stríðni, höfðu velt fyrir sér hugtakinu einelti og voru flestir sammála því að umburðarlyndi, góð samskipti og samkennd væru mikilvæg til að koma í veg fyrir einelti og stríðni (Sigrún Sif Jóelsdóttir, Lára Rún Sigurvinsdóttir og Kristín E. Harðardóttir, 2015).

Í öðrum spurningalistanum voru spurningar fyrir kennara um upplifun þeirra af verkefninu og sýndu niðurstöðurnar að leikskólakennarar gátu greint jákvæðan mun á hegðun barnanna og voru meðvitaðri um eineltishegðun þeirra. Niðurstöðurnar sýndu einnig að kennararnir voru sammála því að börnin væru áhugasöm um verkefnið og sýndu börnin ánægju og gleði þegar verkefnið var í notkun. Þriðji og síðasti spurningalistinn var um hvernig verkefnið tókst. Niðurstöðurnar sýndu að allir þátttakendur voru ánægðir með verkefnið og fannst þeim verkefnið hafa jákvæð áhrif á börnin. Þau voru tilbúin til þess að verja vini sína, voru hugrakkari og gátu leyst úr vandamálum og deilum. Þátttakendurnir töldu að verkefnið

hjálpaði mikið til að tryggja jákvæð samskipti milli barna og til að koma í veg fyrir einelti (Lára Rún Sigurvinsdóttir, Sigrún Sif Jóelsdóttir og Kristín E. Harðardóttir, 2016).

4.2 Hvernig getum við nýtt rannsóknir?

Þessar rannsóknir nýtast bæði kennurum og foreldrum vel sem vilja efla félagsfærni barnanna sinna. Rannsóknir sýna að verkefnið Vinir Zippýs, vináttuverkefni Barnaheilla og PEERS námsefnið nýtast og hjálpa börnum að efla félagsfærni. Eins og kom fram hér áður þá sýndu langtímaniðurstöður rannsókna á PEERS að félagsfærni barna jókst og áttu flest börnin að minnsta kosti einn vin eftir námskeiðið (Shum o.fl., 2018). Rannsóknir varðandi vináttuverkefni Barnaheilla sýndu líka góðar niðurstöður um félagsfærni og vináttu barna, þau gátu leyst úr deilum án nokkurra vandræða og voru tilbúin til að verja vini sína (Elsa Margrét Árnadóttir, 2019). Að lokum voru niðurstöðurnar úr rannsókn á verkefninu Vinir Zippýs jákvæðar. Börnin voru með góða sjálfstjórn og minni hegðunarerfiðleika (Landlæknir, e.d. a). Þar sem að félagsfærni lærist að mestu leyti í nánasta umhverfi einstaklingsins (Cartledge og Kleefeld, 2002) þá geta bæði kennarar og foreldrar nýtt þessar rannsóknir og námsefnið til að efla félagsfærni hjá börnum ásamt öðrum sem koma að börnum, eins og frístundaheimildum.

5 Umræður og lokaorð

Í þessari ritgerð lagði ég áherslu á hvernig mætti bæta félagsfærni barna til að þau geti eignast vini og viðhaldið þeim. Upphaflega ætlaði ég aðeins að fjalla um vináttu barna en eftir því sem ég fór að kynna mér efnið betur þá varð mér ljóst hvað félagsfærni barna er mikilvæg fyrir vináttu þeirra og því tók viðfang verkefnisins annan pól í hæðina og í ritgerðinni var því eftirfarandi spurning sett fram: Hvernig er hægt að stuðla að góðri vináttu barna á yngsta stigi í grunnskóla?

Helstu rannsóknir sýna fram á að þau börn, sem hafa öðlast góða félagsfærni, eru líklegri til þess að eiga fleiri vini og eiga auðveldara með að viðhalda þeim. Fjölmargir fræðimenn hafa fjallað um félagsfærni, þar á meðal Émile Durkheim. Hann talaði um félagsfærni í sínum kenningum og taldi hann að félagsfærni væri lærd hegðun (Layton, 1997). Durkheim var ekki sá eini sem fjallaði um félagsfærni. Elliot Turiel fjallaði um félagslegar víddir í sinni kenningu og lagði hann áherslu á óskrifaðar reglur fólks í samfélaginu sem við lærum með tímanum. Hann taldi að félagsfærni þróast með því að binda saman reynslu og samskiptum við annað fólk (Turiel, Killen og Helwig, 1987; Brown og Prinstein, 2011). Kenningar Carolyn Saarni fjölluðu um félagsmótun og tilfinningaþroska barna. Hún hélt því fram að tilfinningaleg hæfni væri góður möguleiki til að geta náð markmiðum sem við setjum okkur. Hún taldi einnig að til þess að börn geti náð sínum markmiðum þyrfti fjölskyldan að sýna barninu ástúð (Saarni, 1999).

Eftir að hafa skoðað rannsóknir, sem gerðar hafa verið um vináttu og félagsfærni, barna hef ég komist að þeirri niðurstöðu að hægt sé að stuðla að góðri vináttu barna með því að efla félagsfærni þeirra bæði í skólanum og heima við. Til eru mörg námsefni um félagsfærni og vináttu sem hægt er að nota í skóla og heima við, sem dæmi vináttuverkefni Barnaheilla, Vinir Zippýs og PEERS. Rannsóknir voru gerðar á þeim námsefnum og leiddu helstu niðurstöðurnar í ljós að félagsfærni barna hefur aukist til muna eftir að hafa tekið þátt í verkefnunum. Í rannsókn sem var gerð á vináttuverkefni Barnaheilla kom í ljós að allir þátttakendur voru sammála því að verkefnið hafði jákvæð áhrif á börnin og voru þau duglegri að leysa úr vandamálum sjálf, þau vörðu vini sína og voru almennt hugrakkari en áður (Lára Rún Sigurvinsdóttir, Sigrún Sif Jóelsdóttir og Kristín E. Harðardóttir, 2016). Niðurstöður úr rannsókninni á Vinum Zippýs voru jákvæðar. Þær sýndu fram á að börnin urðu sjálfstæðari, þau voru samvinnufúsari og með betri sjálfstjórn ásamt því að vera með minni hegðunarerfiðleika (Landlæknir, e.d. a). Í rannsókn eftir Shum o.fl (2018) kom í ljós að PEERS námskeiðið hafði mikil áhrif á samskiptahæfni, félagsvirkni og félagsfærni barna. Börnin sýndu aukna félagsfærni og voru með betri félagsleg samskipti eftir að hafa tekið þátt í námskeiðinu.

Helstu niðurstöður ritgerðarinnar eru að vel er hægt að stuðla að góðri vináttu barna á yngsta stigi í grunnskóla með því að efla félagsfærni þeirra. Þar sem þónokkrar rannsóknir sýna að góð félagsfærni er lykilþátturinn í góðri vináttu er því mikilvægt að efla félagsfærni barna. Hugtökin félagsfærni og vinátta haldast hönd í hönd. Án félagsfærni væri vinátta barna ekki til staðar þar sem félagsfærni kennir börnum hvernig þau eigi að haga sér í ýmsum aðstæðum, bera virðingu fyrir öðrum ásamt því að eiga góð samskipti við annað fólk, bæði börn og fullorðna (Cartledge og Kleefeld, 2002; Ferrer og Fugate, 2015). Bæði foreldrar og kennarar geta eft félagsfærni barnanna með því að notast við námsefnið Vinir Zippýs, PEERS eða vináttuverkefni Barnaheilla. Vonast er til að bæði foreldrar og kennarar geti nýtt sér niðurstöður þessarar ritgerðar til að ýta undir félagsfærni barna og stuðla þannig að góðri vináttu barna sem eru á yngsta stigi í grunnskóla.

Við umfjöllun á þessu efni í ritgerðinni kom á óvart hvað það er lítið til af rannsóknum sem rannsaka áhrif vináttu á námsárangur barna. Þegar ég fór að lesa mér til um efnið var lítið af rannsóknum til um tengsl milli námsárangurs barna og vináttu þeirra. Þar sem vinátta barna er mikilvæg í lífi þeirra mætti gera grein fyrir því hvernig hún getur haft áhrif á námsárangur. Eflaust er einhver tenging þarna á milli og væri því hægt að gera frekari rannsóknir á því. Ef til vill munu niðurstöður koma á óvart, hvort sem það er um hvernig vináttan getur haft áhrif á nám barna eða hvort vináttan hafi yfir höfuð einhver áhrif á nám þeirra. Það yrði áhugavert að sjá og væri ef til vill hægt að framkvæma rannsókn á því efni hér á landi.

Heimildaskrá

- Aristóteles. (1995). *Siðfræði Níkómakkosar*. (Svavar Hrafn Svavarsson þýddi). Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag.
- Asher, S. R. og Renshaw, P. D. (1981). Children without friends: social knowledge and social-skill training. Í S. R. Asher. og J. M. Gottman (ritstjórar), *The development of children's friendships* (bls. 273–296). New York: Cambridge.
- Astington, J. W. (1993). *The Child Development & Care*, 172(1), 9–22.
- Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal. (1995). *Barnasálfræði*. Reykjavík: Mál og menning.
- Barnaheill.is. (e.d.). Um vináttu. <https://www.barnaheill.is/is/forvarnir/vinatta/um-vinattu>
- Bee, H. og Boyd, D. (2004). *The developing child*. Boston: Pearson-A & B.
- Berkeley University of California. (Án árs). Elliot Turiel.
<http://gse.berkeley.edu/people/elliott-turiel>.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship Quality and Social Development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7–10.
- Berndt, T. J. (2004). Children's friendships: Shifts Over a Half-Century in Perspectives on their Development and their Effects. *Merrill-Palmer Quarterly*, 50(3), 206–223.
- Berndt, T. J. og Murphy, L. M. (2002). Influences of friends and friendships: Myths, Truths, and Research Recommendations. *Advances in Child Development and Behavior*, 30, 275–310.
- Brown, B. B. og Prinstein, M. J. (2011). *Encyclopedia of adolescence*. Academic Press.
- Bukowski, W. M. (1994). Measuring friendship quality during pre- and early adolescence: The Development and Psychometric Properties of the Friendship Qualities Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1(3), 471–484.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C. og Berntson, G. G. (2003). The Anatomy of Loneliness. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 71–74.
- Cartledge, G. og Kleefeld, J. (2002). Gaman saman. Í Aldís Yngvadóttir (ritstjóri), *Kennsluefni í lífsleikni* (Margrét Tryggvadóttir og Snjólaug Elín Árnadóttir þýddu). Reykjavík: Námsgagnastofnun (frumútgáfa 1991).
- Christophersen, E. R. og Mortweet, S. L. (2008). *Uppeldisbókin: að byggja upp færni til framtíðar*. Skrudda.

- Dunn, J. (2004). *Children's friendships. The beginnings of intimacy*. Oxford: Blackwell.
- Erdley, C. A., Nangle, D. W., Newman, J. E. og Carpenter, E. M. (2001). Children's friendship experiences and psychological adjustment: Theory and Research. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 91, 5–24.
- Elsa Margrét Árnadóttir. (2019). *Hugmyndir barna og reynsla kennara af Vináttuverkefni Barnaheilla*. [óútgefin meistara ritgerð]. Skemman. <http://hdl.handle.net/1946/34175>.
- Ferrer, M. og Fugate, A. (2015). The Importance of Friendship for School-Age Children. Department of Family, Youth and Community Sciences. <https://edis.ifas.ufl.edu/fy545>.
- Guðrún Helga Andrésdóttir. (2019). *Mat á árangri PEERS námskeiða í félagsfærni: börn og unglingar á aldrinum 9-14 ára*. [óútgefin meistara ritgerð]. Skemman. <http://hdl.handle.net/1946/34613>.
- Hawkley, L. C. og Cacioppo, J. T. (2003). Loneliness and Pathways to Disease. *Brain, Behavior, and Immunity*, 17(1), 98–105.
- Healy, M. (2011). Should we take the friendships of children seriously?. *Journal of Moral Education*. 40(4), 441-456.
- Hrafnhildur Sigurðardóttir og Unnur Arna Jónsdóttir. (2015). *Hugarfrelsi: aðferðir til að efla börn og unglinga*. Forlagið.
- Johnston, J., Tobbell, C. og Woolley, R. (2010). *Personal, social and emotional development*. New York, NY: Continuum International.
- Kohlberg, L. og Turiel, E. (1971). Moral Development and Moral Education. Í G. S. Lesser, (ritstjóri), *Psychology and educational practice* (bls. 410–465). Glenview, IL: Scott, Foresman & Company..
- Ladd, G. W. (1990). Having Friends, Keeping Friends, Making Friends, and Being Liked by Peers in the Classroom: Predictors of Childrens Early School Adjustment. *Child Development*, 61(4), 1081.
- Landlæknir. (e.d. a). Vinir Zippýs. <https://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/verkefni/item17786/Vinir-Zippys>
- Landlæknir. (e.d. b). Vinir Zippýs, sagan. <https://www.landlaeknir.is/um-embattid/greinar/grein/item17834/Vinir-Zippys---Sagan>
- Landlæknir. (e.d. c). Zippý, fyrir kennara. <https://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/verkefni/item17805/Zippy---Fyrir-kennara>

- Laugeson, E. (2013). *The science of making friends : Helping socially challenged teens and young adults.* (1.útgáfa). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Laugeson, E. A. og Frankel, F.(2010). *Social skills for teenagers with developmental and autism spectrum disorder: The PEERS treatment manual.* New York: Routledge
- Laursen, B., Bukowski, W. M., Aunola, K. og Nurmi, J. (2007). Friendship moderates prospective associations between social isolation and adjustment problems in young children. *Child Development, 78*(4), 1395-1404. doi: 10.1111/j.1467- 8624.2007.01072.x
- Lawhon, T. (1997). Encouraging Friendships among Children. *Childhood Education, 73*(4), 228-231.
- Layton, R. (1997). *An introduction to theory in anthropology.* Cambridge: Cambridge University Press.
- Lára Rún Sigurvinsdóttir, Sigrún Sif Jóelsdóttir og Kristín E. Harðardóttir. (2016). *Free of bullying. Findings from the third pilot survey.*
<https://www.barnaheill.is/static/files/Vinatta/free-of-bullying-skyrsla-3-lr-keh.pdf>
- Lovísa Arnardóttir. (2016). *Réttindi barna á Íslandi: Börn sem líða efnislegan skort.*
http://unicef.is/sites/unicef.is/files/atoms/files/unicef_rettindi_barna_efnislegur_sko_rtur_medal_barna_0.pdf
- Mandelberg, J., Frankel, F., Cunningham, T., Gorospe, C. og Laugeson, E. (2014). Long-term outcomes of parent-assisted social skills intervention for high-functioning children with autism spectrum disorders. *Autism, 18*(3), 255–263. doi: 10.1177/1362361312472403
- Mennta- og menningarmálaráðuneyti. (2011). *Aðalnámskrá leikskóla 2011.*
<http://www.menntamalaraduneyti.is/utgefid-efni/namskrar/adalnamskra-leikskola/>
- Mennta- og menningarmálaráðuneyti. (2013). *Aðalnámskrá grunnskóla: Almennur hluti 2011: Greinasvið 2013.* Höfundur.
- Reykjavíkurborg (2018). *Látum draumana rætast: Menntastefna Reykjavíkurborgar til 2030.* Reykjavík: Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar.
- Rosenbury, L. (2007). Friends with Benefits? *Michigan Law Review, 106*(2), 189–242.
- Saarni, C. (1984). An Observational Study of Children's Attempts to Monitor their Expressive Behavior. *Child Development, 55,* 1504–1513.
- Saarni, C. (1999). *The Development of emotional competence.* New York, NY: The Guilford press.

- Schneider, Barry H. (2000). *Friends and Enemies*. University of Ottawa: Canada.
- Schwartz, D., Gorman, A. H., Duong, M. T. og Nakamoto, J. (2008). Peer Relationships and Academic Achievement as Interacting Predictors of Depressive Symptoms During Middle Childhood. *Journal of Abnormal Psychology*, 117(2), 289–299.
- Shum, K., Cho, K., Lam, W., Laugeson, K., Wong, L. og Law, M. (2019). Learning how to make friends for chinese adolescents with autism spectrum disorder: A randomized controlled trial of the Hong Kong Chinese version of the PEERS[®] intervention. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(2), 527–541. doi: 1007/s10803-018-3728-1.
- Sigrún Aðalbjarnardóttir. (2007). *Virðing og umhyggja – Ákall 21. aldar*. Reykjavík: Heimskringla.
- Sigrún Sif Jóelsdóttir, Lára Rún Sigurvinsdóttir og Kristín E. Harðardóttir. (2015). *Free of bullying. Findings from the second pilot survey*.
<https://www.barnaheill.is/static/files/Vinatta/free-if-bullying-skyrsla-2-.pdf>
- Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum. (e.d.). Íslensk nútímamálsorðabók.
<https://islenskordabok.arnastofnun.is/ord/61313>
- Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum. (e.d.). Íslensk nútímamálsorðabók.
<https://islenskordabok.arnastofnun.is/ord/45722>
- Wentzel, K. R., McNamara, B. C. og Caldwell, K. A. (2004). Friendships in Middle School: Influences on Motivation and School Adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 96(2), 195.
- Wentzel, K. R., Jablansky, S., Scalise, N. R. (2018). Do Friendships Afford Academic Benefits? A Meta-analytic Study. *Educational Psychology Review*, 30(4), 1241-1267.