

## Upplýsandi um happing

### Skúlin á Fløtum

#### **Hvat er happing?**

Glóðin sigur: Eg eri ímyndin av happing. Allastaðni har vit eru saman, eri eg til staðar, til dømis í einum skúlaflokki. Eg eri ikki vandamikil, men beri bara boð um, at vit øll skulu vera varin, tá ið vit eru saman. Eg festi bara í, um eg fáí høvi til tað. Tá ið ótryggleiki ella ótti er í bólkinum, sleppi eg frammat, og eg festi í, um ótti í bólkinum fær valdið. Tá ið eg festi í, er talan um happing. Men ofta er tað tilvildin, sum ræður, tí glóðin festir í, har hon sleppur frammat.

#### **Hvussu kunnu vit lýsa happing?**

Tað finnast nógvar lýsingar av happing. Her eru nøkur dømi:

- Happing er, tá ið vit ikki lova onkrum upp í part ella siga særandi orð. Tað kann vera tí, at vit ikki góðtaka onnur, sum tey eru, vegna útsjónd, klæði, frítíðarítriv, átrúnað o.s.fr.
- Happing kann fara fram upp á nógvar mátar: andlit til andlits ella við farteleson, interneti og kjatti.
- Happing kann vera beinleiðis og sjónlig ella óbeinleiðis og krógvað.

#### **Happing í fólkaskúlanum - ein spurnakanning**

Kanningin var gjørd fyri Mentamálaráðið í øllum 5., 7. og 9. flokkum ein avtalaðan dag í farna skúlaári. Øll, sum vóru í skúla, 1995 næmingar, hava svarað. Hetta er 94% av árgangunum, sum er 2.125.

Endamálið við kanningini var at fáa dagfórda vitan um happing. Hetta fyri at skilja, hvussu happing kann fyrbyrgjast og steðgast, og harvið økja um trivnað og læring.

*Eg haldi, at tit skulu finna útav, hvussu tað byrjar.*

Samanbera vit hesa kanningina við eina líknandi kanning frá 2007, so sæst, at happing í fólkaskúlanum er minkað við 2%. Í 2007 høvdu 15% av spurdu næmingum verið fyri happing, meðan talið í 2015 var 13%. Hesi tølini eru nøkulunda tey somu, sum í grannalondum okkara.

#### **Hvussu skilja vit happing – fyrr og nú**

Í nýggju kanningin skilja vit happing sum eitt sosialt fyrbrigdi, har mong hava ábyrgd at fyrbyrgja happing.

Fyrr

- Einstaklingur
- Viðføddir eginleikar
- Persónleiki

Nú

- Samspæl
- Ótti í bólkinum
- Samskifti (relatióin)

#### **Óttin fyri útihýsing**

Ringast er ikki at sleppa upp í part og at verða útihýst/ur. Í kanningini siga 48% av gentunum, at tær ræðast at verða útihýstar. 21% av dreingjunum eru bangir fyri at verða útihýstir. Óttin fyri útihýsing kann gera, at vit missa tamarhaldið, og at glóðin kyknar.

Glóðin spyr:

- Hevur tú nakrantíð verið útihýst/ur?
- Nær kennir tú teg útihýsta/n?
- Hevur tú útihýst øðrum?
- Hvat gjørði tú?

*Eg bleiv altíð kallað ljót orð, men eg spældi, sum um eg ikki legði nakað í tað, men tað gjørði eg ...*

*Eg havi ikki verið happað, men eg havi ongar vinir. Eg havi tó tveir vinir, men teir ganga ikki í mínum skúla. Eg eri nógv einsamøll í fríkorterunum.*

### **Longsul eftir at hoyra til**

Øll menniskju, børn og vaksin, hava eina felags grundtráan í lívinum: At hoyra til.

Felagsskapurin í skúlanum og undirvísingin er tað, vit hava til felags meðan vit eru í skúla, og sum skapar trivnað og læring. Tí royna vit allatíðina hvør sær og saman at finna útav, hvussu og hvat skal til fyri at vera í felagsskapinum. Tá ið hetta eydnast, er trivnaður, og tað er gott fyri læringina. Men tá ið longsulin eftir at vera partur av felagsskapinum ikki verður nøktaður, fær glóðin høvi at festa í, og happing tekur seg upp. Hetta vísir, at happing ofta er tekin um longsul eftir at hoyra til, og tískil útihýsa vit øðrum fyri sjálv at sleppa uppí part. Happing er ein kapping: Hvør er inni? Hvør er úti? Hvørji er “vit”, og hvørji er “tit”? Hetta skiftir allatíðina. Tí er happing ein kapping, har tað ongantíð verður nakar vinnari. Øll enda við at tapa. Happing er ein kapping við ongari “happy ending”!

*Fyrst var eg hildin uttanfyri eitt sindur, men so tá ein annar næmingur byrjaði at blíva happaður, fylgdi eg bara við, tí eg var bangin fyri at tað sama skuldi henda við mær aftur.*

*Vil bara byrja av nýggjum í einum øðrum skúla. Tími ikki at vera hildin uttanfyri meira, orki ikki at royna at sleppa innaftur.*

### **Tøl, tøl, tøl**

13% av næmingunum verða happaðir. 15% av dreingum verða happaðir, meðan talið er 11% hjá gentunum. 24% av dreingjunum siga seg hava verið við til at happa, meðan 12% av gentunum siga tað sama. Mesta happingin fer fram í skúlagarðinum og í flokshølinum. Í 5. flokki siga 18%, at tey hava upplivað happing, í 7. flokki eru tað 10%, og í 9. flokki er talan um 7%, sum hava upplivað happing. Happing fer mest fram millum ein ella fleiri næmingar í flokkinum, men tað er ikki óvanligt, at næmingar úr øðrum flokkum luttaka.

*Eg sá, at nakrir dreingir happaðu ein í 1. flokki við at taka mynd av honum og senda tað út á Snapchat.*

*Ein genta togaði buksurnar hjá einari aðrari gentu niður framman fyri øllum flokkinum.*

### **Sosialir miðlar**

2% av næmingum uppliva ofta, at aðrir næmingar hava sent teimum særandi boð ella myndir í fartelesfonini ella internetinum, og 9% hava upplivað hetta viðhvørt. Til samans er talan um 164 næmingar. Tað er serliga millum gentur í 7. og 9. flokki, at happingin fer fram í sosialu miðlunum.

Glóðin sigur: Hugsu teg væl um, áðrenn tú sendir. Fer vinurin, gentan ella drongurin at vera glað/ur ella kedd/ur um tað? Hvussu hevði tú sjálv/ur havt tað við tí?

*Eg havi ekki happað á Snapchat. Eg havi sent nakrar myndir, men tað hava tey flestu.*

*Eg haldi, at happing gjøgnum netið er eitt av tí ringasta, sum er akkurát nú, tí man kann ikki gera nakað við tað.*

### **Bara til stuttleika**

Tað er púra vanligt, at vit flenna og skemta, tá ið vit hava tað stuttligt saman við øðrum. Men skemt og látur kann eisini vera útihýsandi og spottandi ella háðandi. Øll skilja ikki skemt upp á sama máta. Ofta verður látur brúktur í sambandi við happing. Í lötuni vit flenna, meðan vit siga ella gera eitthvørt særandi, kunnu vit kanska halda, at tað minkar um ábyrgdarkensluna og samvitskuna. Tey, sum tað gongur út yvir, kunnu kanska eisini flenna við, men ofta er tað í eini roynd at sleppa upp í part.

*Tað er ikki serliga ofta, at vit happa. Tað er mest fyri stuttleika og persónurin, sum verður happaður, flennir sum oftast.*

### **Happing rakar meint**

At vera rakt ella raktur av happing er altíð pínufult, og avleiðingarnar kunnu vera langdrignar og álvarsamar.

*Eg flutti, tá eg var í 3. flokki, og í 4. flokki byrjaði tað, og steðgaði ikki aftur fyrr enn í 7. flokki. Tey hava umringað meg, farin illa við tingum hjá mær, rópt ljót orð og nøvn eftir mær, hildið meg illa uttanfyri, flent, peikað og mangt, mangt annað. Eg havi enn sálarligar trupulleikar av hesum.*

*Tá tey siga, at eg ikki dugi at sparka, eri ljótur, býttur og brekaður, so blívi eg so óður og svakur, at eg sparki stólar og borð, gráti mega lætt og rými heim og verði heima í tveir dagar, kanska tvær vikur. Og so, tá eg komi í skúla aftur, verði eg aftur happaður. Hetta var fyrr. Nú er gott, men eg gráti nokkso lætt.*

### **Hvat ger skúlin?**

Lærarar siga, at happing fer fram í skúlanum, men at trivnaðarætlan og eitt gott flokstoymi eru góð amboð at fyrirbyggja happing, so glóðin ikki festir í.

Glóðin spyr: Hvussu er trivnaðarætlanin í tínum skúla? Hvussu kanst tú brúka títt flokstoymi?

*Eg haldi, at tað verður gjørt ov lítið við, tá ein lærari happar. Fyrilestrar og annað er altíð um, tá ið ein næmingur happar ein annan næming.*

*Ein drongur í flokkinum gekk leingi og segði, at ein genta í flokkinum var ljót og feit. Eg royndi onkuntíð at steðga tí, men drongurin vendi sær ímóti mær og happaði meg. Eg segði frá heima, og mamma fór til læraran og mammu gentuna. Eg føldi ikki, at lærararnir gjørdu serliga nógv við tað.*

Glóðin spyr: Hvat heldur tú kundi verið gjørt øðrvísi?

### **Hvat skal eg gera, um eg varnist happing?**

Varnist eg happing, skal eg beinavegin:

- Venda mær til flokslæraran, sum hevur ábyrgd av trivnaðinum í flokkinum.

Flokslærarin og flokstoymið samskipa og samskifta um trivnaðaráttøkini, sum skulu setast í verk fyri at steðga happingini.  
Glóðin spyr: Havi tit onnur hugskot til, hvat mann kann gera?

*Í okkara flokki eru næstan altíð ein ella tveir næmingar, sum hava tað ræðuliga ringt, men teir velja ikki at siga frá.*

### **Hvat eiga vit øll at gera?**

Í flokkinum eiga vit at ansa eftir hvørjum øðrum. Tá kunnu vit tálma glóðini. Eingin skal happa. Eingin skal verða happaður. Øll skulu hava tað gott í flokkinum. Vit skulu tora at vera so, sum vit eru. Og vit skulu tola, at øll ikki eru eins. Tí skulu vit altíð tora at siga frá.

Glóðin er ein áminning til okkum øll um, hvussu avgerandi tað er, at øll taka sær av hvørjum øðrum. Tað er okkara uppgáva at vera varug við glóðina og syrgja fyri, at hon ikki fær nøring og verður hildin niðri.

### **Spurningar í flokkinum**

Hvussu er í mínum flokki?  
Hava øll tað gott?  
Havi eg happað? Happi eg?  
Hví gjørði eg tað? Hví geri eg tað?  
Hví gjørði eg tað ikki? Hví geri eg tað ikki?  
Havi eg verið happaður/ur? Verði eg happaður/ur?  
Hvussu kendist tað at verða happaður/ur?  
Hvat er happing?  
Hvør hevur ábyrgdina av at steðga happingini?  
Hvussu heldur tú, at vit steðga happingini í skúlanum?

### **Gott at vita**

Í flokkum, har næmingarnir halda saman, eru færri fyri happing  
Í flokkum, har tey fáa at vita, at tey eru ein góður flokkur, er minni happing  
Í flokkum, har tað er arbeidsfriður, er minni happing  
Í flokkum, har øll trívast, er minni happing  
Í flokkum, har næmingar eru vinir, er minni happing

*Øll vilja vit hoyra til...*

Happing í fólkaskúlanum - ein spurnakanning, MMR 2015.