

Eydís Ásla

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir

Grunnskólar bera mikla skyldu að börn og ungmenni frá aldrinum 6-16 finna öryggi og að móta þau í manneskjunnar sem þau eiga eftir að verða að. Grunnskólar eiga að stuðla að frumkvæði og sjálfstæðri hugsun nemenda og þjálfra hæfni þeirra og samstarf við aðra. Forvarnarstarf í grunnskólum er til vernda nemendur frá því að lenda í vanda vegna neyslu áfengis, annarra vímuefna eða eineltis. Grunnskólinn er kjörinn staður til þess að vinna að forvarnar starfi vegna þess hann er stór þáttur í uppeldi barna o.s.f.

Ástæðan fyrir því að ég er að tala um grunnskóla og forvarnir er að ég vil að grunnskólarnir vinni meira með forvarnarstarf og “normalisa” að tala um þetta umræðu efni við ungmenni. Frá minni upplifun frá skólanum mínum hefur hann varla tekið umræðuefnið og eini staðurinn sem hefur rætt þetta við ungmenni eru Fjörheimar. Og þótt starfsfólkið þar eru að vinna starfið sitt vel og eru dugleg að ræða um þetta vil ég líka fá að heyra meira um þetta í daglegu lífi í skólanum. Einnig er gríðarlega nauðsynlegt er að tengja saman félagsmiðstöðvar, heimili, íþróttastörf, framhaldsskóla og grunnskóla í umræðunni um forvarnir.

Ég hef verið að skoða margar greinar um rannsóknir vegna vímuefna neyslu unglunga í 10. Bekk.

Þegar bjórinn var lögleiddur hér á landi 1988 jókst áfengisneyslan margfalt. Munurinn milli 1995 og 2018 er hvernig áfengis neyslan hefur lækkað gríðarlega mikið hjá ungmennum. Og niðurstöðurnar árið 2018 voru að 14% unglunga höfðu drukkið síðustu 30 daga. En árið 1995 var talan 46%, þetta er rosaleg breyting fyrir hið betra. En ekki allt gott hefur jákvæða hlið bak við það. Kannabisneysla hefur aukist gríðarlega síðustliðin ár hjá unglungum í 10. Bekk og það þarf að skoða það mál hvað er hægt að gera í því og snúa þeirri þróun við. Það er alveg ljóst að vímuefnaneysla er að aukast að nýju í formi kannabis. Þess vegna eru forvarnir gríðarlega mikilvægar.

Þetta er svo virkilega stórt vandamál í samfélaginu sem hefur áhrif á andlegu heilsu barna og sérstaklega unglunga. Ekki bara fyrir ungmenni í neyslu sjálf heldur einnig fyrir fólkið í kringum þau. Ég vona þið takið þessu til ykkar og gerið hvað sem þið getið til að koma orðinu fram um forvarnir og mikilvægi þeirra til að hjálpa ungmennum með andlegu heilsuna sína.

Frosti Kjartan Rúnarsson

Frábæri Forseti, Bæjarstjórn, Sverrir Bergmann og aðrir góðir gestir.

Símar.

Við notum öll símana okkar daglega. Og mörg okkar mjög mikið. En símanotkun er ekki bara vandamál hjá fullorðnu fólki, heldur dreifist þetta líka til okkar ungmennanna, og við erum sennilega verri en þið þegar það kemur að þessu málefni og hvað þá þegar við erum í skólanum.

Þegar ég var í grunnskóla var mikið um símanotkun hjá okkur krökkunum og er staðan algjörlega óbreytt í dag. Þetta hafði mikil áhrif á einbeitingu og margt fleira.

Þess vegna langar mig enn og aftur að tala um símalausa grunnskóla

Ef við myndum stefna að símalausum grunnskólum til framtíðar að þá trúi ég á að það geti haft jákvæð áhrif, og að jákvæðar breytingar gætu átt sér stað. Það er allavega ekkert að því að láta reyna á það.

En hvernig er hægt að láta símalausa grunnskóla ganga upp í okkar nútíma samfélagi.

Gott dæmi er leið sem t.d er notuð í Írlandi og Bretlandi en þar er notað svokallað „Yondr pouch” í sumum skólum, en það er lítill vasi eða sakkur sem geymir síma nemenda og þeir hafa hann á sér allan skóladaginn, en hann er samt óaðgengilegur þeim. Þar af leiðandi þurfa þau ekki að geyma hann í símakassa né skúffu hjá kennurum. Svona virkar Yondr:

Fyrsta skref, nemendur mæta í skólann og setja símann í sakkinn.

Annað skref, þeir loka sakknum með segullæsingunni sem virkar líkt og þjófavarnarkerfi í fatabúðum.

Þriðja skref, í lok tímans, eða skóladags, fer eftir hvort þið viljið hafa algerlega símalausa skóla, eða bara í tímum þá pota þeir læsingunni á öflugan segul, rétt eins og við kassann í H&M og þá opnast sakkurinn og nemendur fá aðgang að símanum sínum á ný.

Þetta er bara dæmi um þær aðgerðir sem hægt er að framkvæma gegn símanotkun í skólum. Svo er auðvitað alltaf hægt að opna sakkinn ef ské kynni að það verði notað símann í verkefni.

Þetta fyrirtæki sendir ekki til Íslands en eins og ég segi þá er þetta bara dæmi.

Kær kveðja,

Frosti K. Rúnarsson

Kolbrún dís

19. nóvember, 2024

Góðan daginn, ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Ég heiti Kolbrún Dís. Í dag er ég komin til þess að ræða lestur barna og ungmenna í Reykjanesbæ. Hvernig getum við gripið fyrr inn í til að bæta árangur nemenda sem eru undir í lestrarviðmiðum?

Slök lestrafærni getur haft margvíslegar afleiðingar í för með sér eins og t.d. neikvæð áhrif á árangur í öðrum fögum, lægra sjálfstraust, kvíða, félagslega einangrun, skólaforðun og brotthvarf úr skóla.

Út frá minni eigin reynslu get ég sagt að lestrarnámið í grunnskóla var ekki nægur undirbúningur fyrir framhaldsskóla. Það er ekki auðvelt fyrir mig að standa hér og segja ykkur að fyrsta árið mitt í framhaldsskóla hefur reynst mér þung áskorun, þá sérstaklega vegna þess að krafan um sjálfstæðan lestur er meiri.

Þegar ég lít til baka þá man ég eftir því að fyrstu árin mín í grunnskóla var vel fylgst með heimalestri, við áttum að lesa heima daglega og svo lásúm við daglega líka fyrir kennarann okkar. Svo hægt og rólega minnkaði það.....og á unglingsárunum var eftirfylgnin svo nánast engin.

Þetta er ekki bara persónuleg reynsla mín, heldur endurspeglar hún t.d. bara vel síðustu PISA könnun sem var gerð árið 2022. Þar sýna niðurstöður okkur að lestrageta íslenskra nemenda sé ábótavant og hefur hrakað mjög mikið síðan árið 2009. Hlutfall þeirra sem náðu viðmiði 1 var hæst í 1.bekk eða 85 %, en svo hrakaði það niður fram að 6. Bekk og hlutfall þeirra sem náðu viðmiði 1 í 7-10 bekk voru svo einungis 62-69 %

Lestarpjálfun barna og ungmenna krefst auðvitað góðrar samvinnu milli foreldra og skóla. En heimilisaðstæður nemenda eru jafn ólíkar og við erum mörg. Það er því nauðsynlegt að skólinn komi til móts við þá nemendur sem geta ekki fengið aðstoðina heima fyrir sem krafist er fyrir heimalestur, því fyrr sem við hjálpum þeim einstaklingum sem vantar aðstoð, því fyrr getum við komið með nýja lausn á hvernig þeir geta æft lestur heima.

Kennaraskortur er mikið áhyggjuefni þar sem margir starfa sem kennarar en án viðeigandi kennsluréttinda. Ég vil samt taka skýrt fram að allt starfsfólk í grunnskólum er ómetanlegt, en það getur haft áhrif á námsútfærslu þegar kennarinn hefur ekki fengið sértæka þjálfun í að kenna grunnfærni í lestri. Þegar kennarar eru ekki með viðeigandi undirbúning, getur það haft áhrif á hvernig grunnfærni eins og lestur er kenndur og þar með á árangur nemenda.

Síðast en ekki síst , þá er mikilvægt að efla ábyrgðartilfinningu nemenda gagnvart eigin námi. Ég er með nokkrar hugmyndir um hvernig við getum reynt að gera það og er listi yfir þær fyrir neðan ræðuna mína. Ég mun taka ábyrgð á þessu máli og taka þetta fyrir á næsta menntaráðsfundi Reykjanesbæjar

Ég er vel meðvituð um, að það sem ég hef nefnt hér, er aðeins hluti af stærri mynd, þetta er flókið mál. Það eru margar aðrar áskoranir sem spila einnig inn í, svo sem greiningar eins og ADHD, lesblinda og öðrum námsvanda sem hafa áhrif á nemendur.

Að lokum vil ég nefna, að í skýrslu sem unnin var hjá Reykjanesbæ, kemur fram að lestur ungs fólks er orðinn áhyggjuefni. Ég vil þakka bæjarstjórn fyrir að hafa haft frumkvæði að því að setja fram slíkar upplýsingar, því þær eru mikilvægur grunnur fyrir aðgerðir til að bæta lestrarstöðu.

Vinum áfram saman og tökum þetta skrefinu lengra. Setjum þetta í forgang og tryggjum að lestrarfærni verði styrkleiki sem styður við áframhaldandi nám og framtíðarmöguleika en ekki hindrun. Takk fyrir mig

Linda Líf Hinriksdóttir

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Í dag langar mig að tala um andlega heilsu ungmenna.

Ég hef sjálf lent í því hversu erfitt það getur verið að glíma við andlega erfiðleika. Ég gekk í gegnum tímabil þar sem ég vildi ekki mæta í skólann af því mér leið illa og ég beið í **Fjóra mánuði** eftir að fá tíma hjá sálfræðing. Á þessum tíma þorði ég ekki að tala við neinn um mínar tilfinningarnar, ekki einu sinni við foreldra mína...

Þegar ég fékk loksins tækifæri til að fá stuðning breyttist allt. Ég fékk loksins tíma hjá sálfræðing og svo talaði ég við foreldrana mína um hvernig mér leið. Stuðningur þeirra hjálpaði mér að komast í gegnum erfiða tíma. Ég var opnari fyrir nýjum tækifærum, var virk í félagsstarfi og kynntist nýjum krökkum, ég fann stuðning og fékk meira sjálfstraust sem hjálpaði mér að opna mig og tjá mig með tilfinningarnar mínar. Það sýndi mér að það er hægt að komast í gegnum erfiða tíma með réttum stuðning.

En.. nú er komið að okkur, hvað getum við gert til að bæta heilsu ungmenna í Reykjanesbæ., Þetta er ekki bara eitthvað sem við viljum, þetta er eitthvað sem við **ÞURFUM** að gera....

Við þurfum að fá fleiri sálfræðinga í Reykjanesbæ, því enginn ætti að þurfa að bíða mánuðum saman eftir aðstoð. Félagsráðgjafar ættu að vera í öllum skólum, svo það sé alltaf einhver til staðar til að hlusta á okkur þegar við viljum opna okkur með erfið mál, því þeir ættu að geta veitt stuðning og ráðgjöf fyrir okkur öll.

Einnig ættum við að koma með fræðslu um andlega heilsu í skólum, þar sem við getum rætt um þreytu, kvíða og hvernig best er að takast á við þau. Félagsráðgjafarnir í skólunum gætu t.d. fengið það hlutverk. Við ættum að skapa öruggt og styðjandi umhverfi þar sem enginn á að skammast sín fyrir að leita og biðja um hjálp og öll hafa aðgengi að einhverjum til þess að tala við.

Ef að ungt fólk fær aukin tækifæri til að blómstra, þá blómstrar samfélagið okkar líka.

Ísey Rún

Kæri forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Þetta er annað árið mitt sem varaformaður í nemendaráði Stapaskóla. Á þeim þremur árum sem ég hef starfað í nemendaráði hef ég fundið fyrir miklum ágreiningi á milli skóla varðandi hvað hver skóli fær að gera.

Það er ekki samræmi á milli hvað er í boði hjá á hverjum stað, þar af leiðandi upplifum við rífg á milli skóla. Það skiptir máli fyrir okkur nemendur að það sé félagsstarf í skólunum.

Að okkar mati þyrfti það að vera þannig að þeir skólar sem vilja gera mikið megi það, en að það sé lágmark sem hvert nemendaráð þurfi að gera í hverjum mánuði fyrir nemendur. Það að sum nemendaráð geri ekkert fyrir nemendur utan skólatíma skapar leiðindi á milli skóla sem er ekki gott fyrir okkur sem samfélag.

En staðreyndin er sú að sumir skólar fá ekki sömu tækifæri til halda viðburði bæði á og utan skólatíma, sumir fá ekki að vera með aðgang inná samfélagsmiðla og hafa ekki eða fá ekki aðstoðu fyrir viðburði meðan aðrir eru með viðburði nokkrum sinnum í mánuði.

Kennararnir þurfa að treysta krökkunum í nemendaráði og aðstoða þau við að skapa skemmtilega stemningu og félagslíf fyrir nemendur í skólanum. Mér finnst að við eigum öll að hafa tækifæri til að vera með gott og öflugt félagslíf í skólanum og það verði meira samræmi milli skólanna því við höfum öll svipuð markmið og viljum getað unnið saman í staðin fyrir að vera á móti hvort öðrum.

Krakkar í öðrum skólum eiga ekki að þurfa að horfa á aðra skóla gera margt skemmtilegt en þau fá hreinlega bara að gera ekki neitt. Mig langar svo að sjá þetta breytast og vona að við getum breytt þessu saman.

Mér finnst að allir eigi skilið að geta gert ýmislegt skemmtilegt og fá að taka þátt í öflugum félagslífi bæði á skólatíma og eftir skóla.

Aðalheiður Ísmey Davíðsdóttir

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Ég heiti Aðalheiður Ísmey, og er hér komin til að ræða svefn unglunga.

Táningar fá lítinn svefn, það vitum við öll. En vitum við hvers vegna?

Á seinasta ári var gerð tilraun í Vogaskóla tengt svefn venjum unglunga. Niðurstöðurnar sýna að unglingar í Vogaskóla, sem byrjuðu skóladaginn klukkan 9:10, 40 mínútum síðar en venjulega, fengu betri svefn og upplifðu minni klukkupreytu samanborið við unglunga í öðrum skólum.

„Það eru ákveðnir þættir sem gerast á unglingsaldri við kynþroskann. Þá seinkar dægursveiflu unglunga, þannig að þau byrja seinna á kvöldin að framleiða svefnhormón og verða seinna þreytt. Þannig að unglingar verða gjarnan svona náttúrulegir náttþrafnar.“ Segir Erla Björnsdóttir, sálfræðingur og doktor í svefnrannsóknnum.

Erla segir einnig að klukkan hér á landi hefur mikil áhrif á svefn og að við á Íslandi förum seinna að sofa en nágranna lönd okkar. Við höfðum barist lengi til að breyta íslensku klukkunni en það hefur ekki verið gert. Erla telur að það að klukkan í okkar samfélagi sé stillt á röngum tíma hafi mikil áhrif á svefnleysi unglunga.

Flestir unglingar sinna tómstundum, íþróttum eða félagsstörfum sem dragast seint til kvölds og eru þá komin heim til sín enn seinna, og eiga þá eftir að sinna heimilisstörfum og heimavinnu.

Okkar fyrsta skref til að bæta svona vanda væri t.d að seinka byrjun skólatíma á unglingastigi.

Reykjavíkurborg tók þetta til sín og í byrjun vorannar var skrifað undir samning sem mun seinka byrjun skólatíma unglunga í Reykjavík til í fyrsta lagi 08:50 næstu þrjú árin.

Flestir skólar í Reykjanesbæ byrja klukkan 8:15-8:30 nema Myllubakkaskóli, sem seinkaði byrjun skólatíma til klukkan níu.

Hér er frásögn frá formanni nemendaráðs Myllubakkaskóla.

Við seinkuðum okkar skólatíma til klukkan niu til að bæta svefn unglunga. Perla Dís segir að kennarar og nemendur hafa orðið hressari og einbeiting nemenda hefur bæst mikið. Hún segir einnig frá að svefn í tíma á unglingastigi hefur fækkað ótrúlega mikið.

Við viljum öll betri svefn fyrir kennara, unglunga og starfsfólk skólans okkar. Ég skora á ykkur til að prófa þessa tilraun og sjá niðurstöður sem ég trúi að verði allar jákvæðar.