EG VIL EISINI
HOYRA TIL
- UM HAPPING

HVUSSU KANN HAPPING SKILJAST?

Happing er eitt sosialt fyribrigdi, sum í hesum faldara verður lýst sum ein glóð. Glóðin er altíð til staðar, tá ið vit eru saman, men vit kunnu gera nógv fyri, at glóðin ikki festir í og happing tekur seg upp.

EG ERI GLÓÐIN.
Allastaðni, har vit eru saman, eri eg til staðar, til dømis í einum skúlaflokki. Eg umboði tráanina, sum øll hava: At hoyra til.
Eg eri ikki farlig, men beri bara boð um, at vit øll skulu vera varlig, tá ið vit eru saman. Eg festi bara í, um eg fái nøring.
Tað er tá ótryggleiki ella ótti er í bólkinum.
Tá eg festi í, er talan um happing.

Hvussu lýsir tú happing?

HVUSSU KUNNU VIT LÝSA HAPPING?

Tað finnast nógvir mátar at lýsa happing. Her er ein:

- Happing er, tá ið vit ikki lova onkrum upp í part, skaða onkran 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 fartelefon, 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. Øll, sum vóru í skúla, 1995 næmingar, hava svarað. Hetta er 94% av árgangunum, sum er 2.125 næmingar.

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

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

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

HVUSSU SKILJA VIT HAPPING – FYRR OG NÚ

Í nýggju kanningini skilja vit happing sum eitt sosialt fyribrigdi, har mong hava ábyrgd av at fyribyrgja happing.

FYRR

- Einstaklingur
- Viðføddir eginleikar
- Persónleiki

NÚ

- Samspæl
- Ótti í bólkinum
- Samskifti (relatión)

ÓTTIN FYRI ÚTIHÝSING

Eg bleiv altíð kallað ljót orð, men eg spældi, sum um eg ikki legði nakað í tað, men tað gjørdi eg…

Ringast er ikki at sleppa upp í part og at verða útihýst/ur. Ongin hevur tað gott við ikki at sleppa upp í part ella at verða útihýst/ur. Í kanningini siga 48% av gentunum, at tær eru bangnar fyri at verða útihýstar. 21% av dreingjunum eru bangnir fyri at verða útihýstir. Óttin fyri útihýsing kann gera, at vit missa tamarhaldið, og at glóðin kyknar. Hon fær nøring, tí vit ikki hava føling.

Hevur tú nakrantíð verið útihýst/ur?
Nær kennir tú teg útihýsta/n?
Hevur tú útihýst øðrum?
Hvat gjørdi tú?
Hvussu hevði tú tað?

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 upp í part. Happing er ein kapping: Hvør er inni? Hvør er úti? Hvørji eru "vit", og hvørji eru "tit"? Hetta skiftir alla tíðina. Tí er happing ein kapping, har tað ongantíð verður nakar vinnari. Happing er ein kapping um løtuvinning. Øll enda við at tapa.

Fyrst varð 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 dreingjunum 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.

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

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

SOSIALIR MIÐLAR

2% av næmingunum uppliva ofta, at aðrir næmingar hava sent teimum særandi boð ella myndir í fartelefonini 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.

HUGSA 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 ikki 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 mann 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 løtuni, 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.

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

HVAT GER SKÚLIN?

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

> Hvussu er trivnaðarætlanin í tínum skúla? Hvussu kanst tú brúka títt flokstoymi?

> *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.*

> Hvat heldur tú kundi verið gjørt øðrvísi?

VARNAST TÚ HAPPING SKAL TÚ BEINAVEGIN:

Venda tær til ein vaksnan. Tað kann til dømis vera:

- Flokslæraran
- Lærarar ella onnur starvsfólk í skúlanum
- Heilsufrøðingin
- Leiðsluna í skúlanum

Flokslærarin og flokstoymið samskipa og samskifta um trivnaðarátøkini, sum skulu setast í verk fyri at steðga happingini.

> Ivast tú onkuntíð í, hvønn tú kanst venda tær til?

HVAT EIGA VIT ØLL AT GERA?

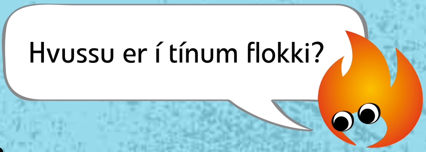
Í flokkinum eiga vit at ansa eftir hvørjum øðrum. Tá kunnu vit tálma glóðini. Tá kunnu vit læra at vera saman við glóðini upp á ein góðan máta, soleiðis at ongin happing er. Eingin skal happa. Eingin skal verða happaður. Øll skulu hava tað gott í flokkinum. Vit skulu tora at vera so, sum vit eru. Og 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.

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

SPURNINGAR Í FLOKKINUM

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



ANNIJANNI

GOTT AT VITA

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

TILFAR Á NETINUM

Kanningin, spurnarbløð og samrøður í Skúlablaðnum í sambandi við kanningina, eru til skjals her

snar.fo/happing

MENTAMÁLARÁÐIÐ

mmr.fo