

HALLA VALGEIRSDÓTTIR  
MENNTAVÍSINDASVIÐ HÁSKÓLA ÍSLANDS

## „SJÁLFSTRAUSTIÐ ER RAUÐI ÞRÁÐURINN“ ÁHRIF LÁGS SJÁLFSMATS OG SJÁLFSTRAUSTS Á ÞÁTTTÖKU Í FULLORÐINSFRÆÐSLU



Halla Valgeirsdóttir

Lágt sjálfsmat eða sjálfstraust er ein af mörgum ástæðum fyrir fjarveru fullorðinna frá fræðslu. Í þessari grein verður þessi ástæða skoðuð nánar í ljósi niðurstaðna úr viðtalsrannsókn við starfsmenn símenntunarmiðstöðva á Íslandi þar sem fjallað er um þátttöku fullorðinna með stutta formlega skólagöngu í fræðslu. Rannsóknin er hluti af meistaraverkefni höfundar til M.Ed.- gráðu í menntunarfræðum við Menntavísindasvið Háskóla Íslands og byggist á aðferðarfræði eigindlegra rannsókna. Tekin voru hópviðtöl við 22 starfsmenn átta símenntunarmiðstöðva. Sex viðtöl fóru fram á símenntunarmiðstöð viðmælanda. Eitt viðtalið fór fram á opinberum stað þar sem sátu fulltrúar tveggja símenntunarmiðstöðva. Starfsmenn símenntunarmiðstöðva hafa mikla þekkingu á stöðu þeirra sem hafa stysta skólagöngu að baki og sækja síst fræðslu vegna samskipta við einstaklinga í markhópum sínum. Upplifun þeirra og reynsla getur veitt nýtt sjónarhorn sem lítið hefur verið beitt í rannsóknum á þátttöku og fjarveru frá þátttöku.

Markmið þessarar greinar er að varpa ljósi á það hvernig starfsmenn símenntunarmiðstöðva á Íslandi upplifa lágt sjálfsmat og sjálfstraust fólks í markhópi miðstöðvanna og hvernig það birtist þegar kemur að þátttöku í fræðslu á þeirra vegum. Í upphafi er fjallað örstutt á almennan hátt um hvernig lágt sjálfsmat og sjálfstraust birtist í þátttöku fullorðinna í fræðslu. Síðan kemur umfjöllun um lágt sjálfsmat og sjálfstraust út frá viðtölum við starfsmenn símenntunarmiðstöðvanna þar sem fjölmargir þættir í starfseminni koma fram sem tengjast viðfangsefninu. Vert er að geta þess að þeir þættir, sem dregnir eru fram í greininni um starfsemi símenntunarmiðstöðvanna, eru langt frá því að vera tæmandi. Hér eru einungis til umfjöllunar atriði sem snúa að viðfangsefni greinarinnar og komu fram í viðtölunum. Í greininni eru það starfsmenn símenntunarmiðstöðvanna sem segja frá, þeirra orð fá að standa án mikillar túlkunar eða flokkunar. Í umfjöllun um upplifun og viðhorf starfsmanna er ekki tilgreint hvar þeir starfa eða hvaða starfi þeir gegna.

Ég vil nota þetta tækifæri og þakka viðmælendum mínum fyrir þann tíma sem þeir gáfu í fróðlegar og skemmtilegar umræður.

Þrátt fyrir að þátttaka í fullorðinsfræðslu sé mikið rannsakað viðfangsefni þá hafa ekki komið fram heildstæð líkön og kenningar sem geta skýrt af hverju ákveðinn hópur fullorðinna tekur ekki þátt í fræðslu. Bent hefur verið á að ástæður fyrir fjarveru frá fræðslu séu mjög persónubundnar og þær kenningar, sem hafa verið settar fram, skýra aðeins að hluta til af hverju ákveðinn hópur einstaklinga tekur ekki þátt í fræðslu (Hróbjartur Árnason, Halla Valgeirsdóttir og Svava Sigurðardóttir, 2010).

Í viðtölum mínum við starfsfólk símenntunarmiðstöðva kemur skýrt fram að lágt sjálfsmat og sjálfstraust hamlar mörgum að taka þátt í fræðslu eða veldur því að skrefin í átt að þátttöku eru oft þung og erfið. „... Og svo bara vantar ... sjálfstraustið hjá fólki ...“ eru ummæli sem komu víða fram í viðtölunum. Það vekur þó athygli að nýrri norrænar rannsóknir sýna að dregið hefur úr því að ástæður eins og slæm

reynsla úr skóla eða lítil trú á eigin skriftar- og lestrargetu séu gefnar fyrir fjarveru frá fræðslu (Wahlgren, 2010) en þetta eru einmitt þættir sem hafa mikil áhrif á sjálfsmat og sjálfstraust fólks, ekki síst þegar kemur að þátttöku í fræðslu.

Annað sem hefur breyst í seinni tíð er að það virðist útbreiddara viðhorf nú en fyrir nokkrum áratugum að nám og menntun á fullorðinsárum sé eftirsóknarvert. Áhugi á því að sækja fræðslu og öðlast meiri menntun er gríðarlega mikill hjá þeim hópi sem símenntunarmiðstöðvarnar sinna. Til að mynda sagði einn viðmælandi:

*Ég kannski vil ekki alhæfa en nánast ... allir hafa áhuga á því að mennta sig og læra eitthvað, þó það hafi ekki allir áhuga á háskólanámi eða langskólanámi eða einhverju slíku þá blundar alltaf þráin í fólki að menntast og læra eitthvað.*

Knud Illeris (2006) bendir einmitt á að fólk sé yfirleitt meðvitað um þörf fyrir aukna menntun, t.d. að bæta tölvu- og tungumálakunnáttu sína sem og að bæta lestrar- og stærðfræðihæfni sína. Hins vegar er til dæmis skortur á sjálfstrausti og óþægindin við að fara aftur í nám afl sem hamlar fólki oft að taka þátt. Þess vegna er mikilvægt að tengja hvatningu til þátttöku við þá þörf á fræðslu sem fólk upplifir að sé fyrir hendi og draga þannig úr þeim hindrunum sem gefið er í skyn að séu til staðar.

Á sama tíma er nauðsynlegt að skapa aðstæður sem eru ekki niðurlægjandi, barnalegar eða á annan hátt óviðeigandi því fyrir suma geta slíkar aðstæður og framkoma af hendi fræðsluaðila verið kærkomin afsökun fyrir að hætta eða sleppa því að taka þátt. Viðfangsefnið er fullorðinsfræðsla og fullorðið fólk vill að borin sé virðing fyrir því og þeirri ábyrgð sem það axlar á eigin lífi (Illeris, 2006).

Þegar fólk snýr aftur í nám eftir lengra hlé er það að stíga inn í heim sem það þekkir oft ekki, stíga út fyrir þægindaramann og takast á við áskorun sem því óraði ef til vill ekki fyrir eða takast á við verkefni sem það hefur beðið lengi eftir að fá tækifæri til að glíma við.

## STARFIÐ Á SÍMENNTUNARMÍÐSTÖÐVUNUM

Á símenntunarmiðstöðvum á Íslandi starfar fólk sem er fullt af eldmóði og hefur brennandi áhuga á starfi sínu. Það vinnur hörðum höndum að því að hvetja og efla fullorðið fólk og fá það til að taka þátt í fræðslu sem lið í að auka tækifæri og hæfni þess á vinnumarkaði sem og til að efla persónulega hæfni. Mikil breyting hefur orðið á starfi símenntunarmiðstöðvanna undanfarin ár og tilkoma Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins hefur þar haft mikið að segja:

*... við erum náttúrulega með þessar námskrár í samstarfi við Fræðslumiðstöð atvinnulífsins sem hefur gjörbreytt landslaginu að mínu mati, það kom líka aukið fjármagn inn í þennan geira með þessum námsleiðum þannig að það gerir okkur líka auðveldara fyrir að bjóða upp á þetta og markaðurinn svaraði þessu framboði strax ... yfir heildina hefur aðsóknin verið mjög góð og þátttakan hefur bara margfaldast milli ára.*

Markhópur miðstöðvanna er að einhverju leyti mismunandi eftir svæðum þó þær eigi það allar sameiginlegt að leggja áherslu á að sinna þeim hópi sem hefur stutta formlega skólagöngu að baki. Jafnframt hefur sums staðar orðið vart við breytingar á þeim hópi sem sækir fræðslu hjá símenntunarmiðstöðvunum, „... áður var fólkið sem kom til okkar fólkið sem hafði sjálfstraustið og ... var búið að læra eitt-hvað og vildi efla sig og halda sér við og það voru sterku einstaklingarnir.“ Með tilkomu námskrárbundnu námsleiðanna er í auknum mæli að koma inn fólk sem hefur áhuga en er ekki öruggt um að það geti þetta. Þessi hópur þarf stuðning og mikla hvatningu, „það er mjög mikilvægt fyrir okkur að geta mætt þessu fólki þar sem það er og sýnt þeim fram á að það geti lært ...“

„... VIÐ ÞURFUM BARA STANSLAUST AÐ VERA ÚTI Á AKRINUM, ÚTI Í FYRIRTÆKJUM, ÚTI Í STOFNUNUM OG ... ÚTI UM ALLT.“

Í markhópi símenntunarmiðstöðvanna eru einstaklingar sem hafa þá trú að þeir geti ekki lært og hafa jafnvel fengið skilaboð um það frá skólakerfinu sem hafa svo fylgt þeim allar götur síðan. Það fer mikil vinna í að ná í þennan hóp og telja einstaklinga, sem tilheyra honum, á að taka þátt.

*En sko, ég vil taka það sérstaklega fram eins og með markhópinn okkar, við þurfum miklu, miklu meira að hafa fyrir því að ná til þeirra og sannfæra heldur en, t.d. háskólarnir auglýsa sitt námsframboð, skilurðu, á vefnum og hérna í blöðum. Það er ekkert nóg fyrir okkur ... við þurfum bara stanslaust að vera úti á akrinum, úti í fyrirtækjum, úti í stofnunum og ... úti um allt.*

Til að ná í þennan hóp eru farnar ýmsar leiðir og eins og fram kom í viðtölunum þá er þetta ferli sem tekur oft langan tíma.

*Við tókum fullt af viðtölum í vor, fórum inn á vinnustaði og þá er kannski ekki allt að fara af stað og síðan núna bara í haust, við skráum niður allt í þessum viðtölum og bókum niður hvað viðkomandi er að hugsa og það*

*fara einhver markmið af stað. Og svo er það þetta að fólk gerir ekki það sem það ætti að vera að gera. Svo hringdum við í ágúst/september, hringdum í stóran hóp af fólki sem við töluðum kannski við fyrir hálfu ári síðan, þá bara tók það skrefið. Þá þekkti það okkur, hugsunin tekur smá tíma, það virkaði mjög vel. Þetta þarf langan tíma, þú stekkur oft ekki, þetta er svo mikið mál fyrir fólk, það er dauðhrætt við þetta.*

„... TRAUST, ÞAÐ ER NÁTT-  
ÚRULEGA GRUNNATRIÐI Í RÁÐ-  
GJÖF ...“

Ein af ástæðum þess að erfiðlega gengur að ná til hópsins er að nokkuð margir sem tilheyra honum líta ekki á nám sem tækifæri fyrir sig. Þeir líta á nám sem eitthvað fyrir einhverja aðra, ekki það sjálft og ástæðan getur til dæmis verið sú að þeir telja sig ekki geta lært. Brotin skólasaga og sértækir námsörðugleikar geta verið hluti af skýringu á þeirri mynd sem fólk hefur af sjálfu sér sem námsmanni.

*Það eru ansi margir sem ... eiga mjög leiðinlegar minningar úr skóla og eru bara mjög hræddir við að stíga þetta skref. Þetta er bara mjög stórt og mjög þungt skref og þess vegna er líka mjög mikilvægt að náms- og starfsráðgjöfin sé þarna fyrir, til að aðstoða og líka bara til að fá þá til að trúna að þeir geti þetta eins og allir aðrir.*

Breyttar aðstæður í lífi fólks geta leitt til þess að það snýr aftur og fer að hugleiða möguleika á að sækja fræðslu en það er ekki alltaf svo auðvelt. Það er ekki nóg með að þurfa að stíga skrefið og leita sér upplýsinga um hvaða möguleikar eru fyrir hendi, stíga skrefið og skrá sig í það fræðslutilboð sem í boði er heldur krefst það líka þess að endurskoða sína eigin ímynd, „... þetta er ein af þessum hindrunum ... bara að sjá þig í nýju hlutverki.“

Starfsfólk símenntunarmiðstöðvanna þarf því að aðstoða fólk við að breyta þeirri mynd sem það hefur af sjálfu sér og samfara því að hjálpa því að efla eigið sjálfsmat og sjálfs-traust. Þannig getur það betur unnið bug á þessari hræðslu sem hefur gjarnan búið um sig hjá fólki og er meðal annars

tilkomin vegna þess að „[fólk] bara upplifir sig ekki sem sterkt í þessum aðstæðum, felur sig bara í sinni vinnu, þetta eru bara ógnvænlegar aðstæður. Maður áttar sig kannski ekki á því sjálfur af því að maður er í öðrum farvegi sjálfur.“ Þetta vekur upp vangaveltur um það hverjir það eru sem skipuleggja og sinna fræðslu fyrir þá sem hafa stutta formlega skólagöngu að baki. Gjarnan eru það einstaklingar sem hafa lengri skólagöngu að baki og góða upplifun af skóla-kerfinu. Sú ólíka reynsla sem þeir sem bjóða upp á fræðslu og þeir sem þiggja boð um fræðslu hafa í farteskinu felur augljóslega í sér að fræðsluaðilar verða á einhvern hátt að setja sig í spor markhópsins. Það kom skýrt fram að starf náms- og starfsráðgjafa hjá símenntunarmiðstöðvunum er afar mikilvægt og þeirra tengsl við markhópin skapa grundvöll fyrir þátttöku margra. Sökum mikilla breytinga á vinnumarkaðnum hefur orðið mikil fjölgun þeirra sem leita ráðgjafar hjá náms- og starfsráðgjöfum símenntunarmiðstöðvanna. Hins vegar eru margir hverjir tortryggir þegar þeir setjast niður hjá náms- og starfsráðgjafa til að fara yfir stöðu mála, margir þurfa í fyrsta skipti að horfast í augu við það að þurfa að setja traust sitt á aðra í leit að leiðum til að auka möguleika sína á vinnumarkaðnum.

*Maður sér að þeir eru ekki sáttir þegar þeir setjast en svo þegar maður byrjar að tala og nær þessu ákveðna trausti að þá kannski, ..., ég er ekki óvinurinn, ég er ekkert að fara að skikka þá í neitt, ... heldur er ég bara að finna út hvernig ég geti hjálpað þeim ...*

Traust er þó ekki bara nauðsynlegt þegar um er að ræða atvinnuleitendur sem eru að vinna í að bæta stöðu sína á vinnumarkaði heldur líka þegar markmiðið er að sannfæra fólk um að það sé því í hag að auka menntun sína og að það sé ekkert að óttast á námskeiðum,

*... margir fullorðnir sem ... luku bara skyldunámi út af einhverjum námserfiðleikum, einelti í skóla, slæmum tilfinningum, heimilisaðstæðum eða einhverju slíku og hérna það er kannski með mjög lágt sjálfstraust og þess vegna þarf svolítið að hafa fyrir því að vinna traustið og ... sýna því fram á að það geti farið í nám, þótt þú*

*sért með dyslexíu þá getirðu lært, það eru til úrræði og tímarnir eru breyttir, ... fullorðinsfræðsla er á þínum forsendum, ekki á sömu forsendum og þegar þú varst í skyldunámi í grunnskóla. Og það er oft svona ýmis tortryggni og þið vitið, fólk þarf svolítið að fara í gegnum það að endurskoða, ... skoðanir sínar á námi og eigin getu og möguleikum.*

#### „ÞETTA SNÝST NÁTTÚRULEGA ALLTAF UM EINSTAKLINGINN“

Til þess að endurskoðun einstaklinga á eigin viðhorfum beri árangur og leiði til þátttöku í fræðslu í einhverri mynd er mikilvægt að skapa öryggi og vellíðan hjá hverjum og einum, það er ekki nóg að horfa á markhópin sem eina heild, „þetta snýst náttúrulega alltaf um einstaklinginn þegar upp er staðið, hvað hentar honum, það er svo misjafnt hvað hentar hverjum og einum einstaklingi. Þannig að það er aldrei hægt að horfa á þetta út frá heilum hópi.“ En jafnframt þarf að huga að því að hópurinn, sem sækir fræðslu á sama tíma, nái saman. Það getur til að mynda veitt öryggi að sækja fræðslu með einhverjum öðrum og það eru dæmi um að einstaklingar hafi fengið aðra með sér á ákveðin námskeið hjá símenntunarmiðstöð. En það er líka í höndum fræðsluaðilans að tryggja að hópurinn nái sem best saman, „ef við náum saman í hóp þá reynum við að búa til góða hópstemningu ... það er alveg lykilatriði að það myndist góð hópstemning og samheldni í hópnum ...“ Það er eitt að ná fólki inn í fræðslu en svo er annað að halda því við efnið og hjálpa því að komast í gegnum allt ferlið, „þó svo að við séum búin að fá fólkið inn þá er bara hellings vinna að halda í það áfram.“

Umgjörð og aðstaða fræðslunnar skiptir einnig máli til þess að mögulegt sé að auka vellíðan óöruggra þátttakenda. Húsnæðismál símenntunarmiðstöðvanna eru mismunandi en sums staðar er húsnæði framhaldsskólans á staðnum nýtt fyrir kennslu á vegum símenntunarmiðstöðva. Það getur haft mikil áhrif á þátttakendur. „Bara að fara inn í skólann, við höfum verið með húsnæði í skólanum oft og bara það að stíga inn í skólann það er bara alveg rosalega mikið átak ...“ Hins vegar hefur það á einhverjum stöðum verið með

vilja gert að nýta húsnæði framhaldsskólans á svæðinu, „Það er í rauninni með vilja gert hjá okkur að vera með þessi námsúrræði inn í framhaldsskólunum vegna þess að ..., þá þekkir fólkið umhverfið og það hefur gefist mjög vel ...“

„... SVO SÉR MAÐUR ... BARA HÉRNA Á GÖNGUNUM HVERNIG ÞAD LYFTIST ...“

Árangur af starfi símenntunarmiðstöðva er ekki einungis metinn í því hvort af þátttöku í fræðslu verður heldur líka hverju hún skilar til þátttakenda. Undantekningarlaust kom fram í viðtölunum að starfsmenn símenntunarmiðstöðva upplifa almenna ánægju með þá fræðslu sem boðið er upp á og að þátttakendur fara í gegnum heilmikið ferli sem hefur jákvæð áhrif á sjálfsmynd þeirra og líðan, „... þannig að þegar maður nær inn fyrir skelina og nær þessu fólki þá eru þetta þeir sem eru ánægðastir og ... eru þú veist hvað gláðastir að hafa tekið þátt.“ Annar viðmælandi lýsir þessari upplifun á þennan hátt.

*Horfa bara á sjálfstraustið, maður er að sjá fólk sem er að byrja hérna alveg svona samanþakkað og kemur kannski eftir viðtal og ákveður að fara inn í einhverja námsleið, svo sér maður það bara hérna á göngunum hvernig það lyftist ..., þegar mánuðirnir líða, farið að sinna sjálfum sér aðeins.*

Með því að huga að einstaklingnum, veita honum ráðgjöf og stuðning, tengja hann við hóp og skapa aðstæður sem veita honum öryggi hafa símenntunarmiðstöðvarnar náð að breyta hugarfari fólks til sín sjálfs og veita þeim annað tækifæri til náms.

#### LOKAORÐ

Aukna áherslu á þátttöku fullorðinna í fræðslu má meðal annars rekja til aukinnar umræðu um gildi menntunar fyrir einstaklinga og samfélag. Ýmislegt virðist þó standa í vegi fyrir að sumt fullorðið fólk taki þátt í fræðslu og í því sambandi hefur hér verið sérstaklega horft til þeirra sem hafa

stutta formlega skólagöngu að baki. Starfsfólk símenntunarmiðstöðva um allt land vinnur hörðum höndum að því að koma upplýsingum um fræðslu á framfæri og aðstoða fólk við að finna fræðslu við hæfi en það er oft þrautin þyngri. Lágt sjálfsmat og sjálfstraust er að mati viðmælanda minna áberandi ástæða fyrir fjarveru frá fræðslu. Ástæða lágs sjálfsmats og sjálfstrausts getur verið af ýmsum toga, það sem kom skýrast fram í viðtölunum var slæm reynsla af fyrri skólagöngu og námsörðugleikar.

Það er því mikil vinna fólgin í því að ná til hluta markhóps símenntunarmiðstöðvanna og ferlið við að ná þátttakendum inn í fræðslu getur tekið langan tíma þar sem það er ekki fljótunnið verk að hjálpa fólki að breyta viðhorfum til sjálfs sín. Starfsfólk símenntunarmiðstöðvanna vinnur mikið starf til að skapa traust og umgjörð um fræðslu fyrir fullorðna sem veitir þeim einstaklingum sem til þeirra sækja öryggi til að þróast og þroskast. Árangurinn er ekki aðeins metinn í því hversu margir sækja fræðslu heldur einnig í þeirri breytingu sem fólk upplifir á sjálfu sér í gegnum fræðsluna því eins og einn viðmælandi sagði: „Ég held samt að rauði þráðurinn í þessu öllu sé sjálfstraustið, það ber alltaf að sama brunn.“

## HEIMILDIR

Hróbjartur Árnason, Halla Valgeirsdóttir og Svava Sigurðardóttir. (2010). Af hverju taka þau ekki þátt? *Gátt – Ársrit um fullorðinsfræðslu og starfsmenntun*.

Illeris, K. (2006). Lifelong learning and the low-skilled. *International Journal of Lifelong Education*, 25(1), 15–28.

Wahlgren, B. (2010). *Voksnes læreprocesser – Kompetenceudvikling i uddannelse og arbejde*: Akademisk Forlag.

## UM HÖFUNDINN

Halla Valgeirsdóttir starfar sem sérfræðingur hjá Fræðslumiðstöð atvinnulífsins. Helstu verkefni hennar tengjast námskráskrifum. Hún var áður fræðslustjóri hjá Leikskólum Reykjavíkur. Hún er að ljúka M.Ed. prófi í menntunarfræði með áherslu á fræðslustarf með fullorðnum frá Háskóla Íslands og er með BA. próf í félagsfræði frá sama skóla.

## ABSTRACT

Low self-esteem or self-confidence is one of the reasons given for the absence of adults from education. The paper takes a closer look at this reason in view of the findings from research based on interviews with the personnel of lifelong learning centres in Iceland where the subject was the participation of adults with short formal education. The research was part of the author's Master's project for M. Ed. degree in education studies at the School of Education at the University of Iceland and is based on the methodology of qualitative research. Semi-structured interviews were conducted with a focus group of twenty-two staff members of eight lifelong learning centres. Six interviews took place at the centre where the interlocutor worked. One interview with representatives from two centres took place in a public place. Through their interaction with the individuals in their target groups, the personnel of these education centres have extensive knowledge of the conditions of those who have the shortest education and are least likely to accept education offers. Their experience and knowledge can add a new point of view that has not been applied in studies of the participation in and absence from education.

The objective of this paper is to demonstrate how the staff of Icelandic lifelong learning centres experiences the low self-esteem and self-confidence of people in the target group of the centres and how this is revealed when it comes to participation in the adult education programmes of the centres. First there is a short introduction on low self-esteem and self-confidence of adults generally in education. Then there is a discussion of low self-esteem and self-confidence based on the interviews with the personnel of the lifelong learning centres where various elements of the work of the centres are linked to the subject. It is worth noting that the features of the operation of the centres that are discussed in the paper are far from being exhaustive. The elements covered here are only those conducive to the subject discussed in the paper and appeared in the interviews. In the paper it is the staff of the lifelong learning centres that have their say; their words appear without lengthy explanation or categorisation. In discussing the experience and opinions of the staff, there is no mention of their occupation within the centres or where those centres are located.