



HÁSKÓLI ÍSLANDS

Nú! Get ég líka kennt?

Hekla Björk Hólmarsdóttir

Lokaverkefni í framhaldsnámi í leiðtogafærni
júní 2025

DEILD HEILSUEFLINGAR, ÍÞRÓTTA OG TÓMSTUNDA

Nú! Get ég líka kennt?

Hekla Björk Hólmarsdóttir

Lokaverkefni í Leiðtogafærni í starfstengdu diplómanámi

Leiðbeinendur: Ágústa Rós Björnsdóttir, verkefnastjóri, og Kristín Björnsdóttir,
prófessor

Deild Heilsueflingar, íþróttar og tómstunda

Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Júní 2025

Nú! Get ég líka kennt?

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni í leiðtogafærni í
starfstengdu diplómanámi við Deild Heilsuefningar, íþróttar og
tómstunda
á Menntavísindasviði Háskóla Íslands

© 2025 Hekla Björk Hólmarsdóttir

Ritgerðina má ekki afrita nema með leyfi höfundar.

Ágrip

Í íslensku skólakerfi eru fáir fatlaðir kennarar og því eru ekki margar fatlaðar fyrirmyndir í kennslu. Lokaverkefnið mitt fjallar um mig, Heklu Björk Hólmarsdóttur, sem fatlaðan kennara á námskeiðinu *Lokaverkefni í diplómanámi* sem kennt er í starfstengdu diplómanámi fyrir fólk með þroskahömlun í Háskóla Íslands. Þar sýni ég að fatlað fólk getur líka alveg kennt sem eru mjög mikilvæg skilaboð. Lokaverkefnið mitt fjallar um þátttöku mína í þróun og kennslu á námskeiðinu *Lokaverkefni í diplómanámi og rannsókn* sem ég gerði með diplómanemum. Helstu niðurstöður rannsóknarinnar sem ég gerði með nemendum í diplómanáminu sýna að það vantar fatlaðar fyrirmyndir í kennslu.

Í verkefninu fjalla ég um hlutverk mitt í námskeiðinu og hversu mikilvægt það er að fatlað fólk fái tækifæri til að kenna og miðla af þekkingu og reynslu sinni. Að auki fjalla ég um hvaða áhrif það getur haft á fatlaða nemendur að vera með fatlaðar fyrirmyndir í kennslu.

Í verkefninu mínu segi ég frá lokaverkefni nemenda í starfstengdu diplómanámi sem héldu málþing sem ber heitið Hvað með okkur? Þar var fatlað fólk í aðalhlutverki. Í þessari vinnu hefur falið undirbúningur, skipulagning og umræður um hvað það sé sem skipti nemendur mestu máli í lífinu. Á málþinginu var ég fundarstjóri og hélt utan um dagskrána með nemendum.

Þakkir

Ég vil líka þakka leiðbeinendunum mínum þeim Ágústu Rós Björnsdóttur og Kristínu Björnsdóttur fyrir aðstoðina við þetta lokaverkefni, ég hefði ekki getað gert þetta án þeirra aðstoðar. Einnig vil ég þakka fjölskyldu og vinum fyrir stuðninginn og aðstoð á meðan verkefninu stóð.

Efnisyfirlit

Ágrip	3
Þakkir	4
Formáli	6
Inngangur	8
Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks	9
Bakgrunnur verkefnis	10
Kennsla, lokaverkefnið og málþing	12
Rannsóknir um fatlaða kennara	17
Rannsóknin mín og niðurstöður	18
Lokaorð	20
Heimildaskrá	21

Formáli

Lokaverkefnið mitt byggist á minni eigin reynslu sem fatlaður kennari. Mig langaði að sýna fólki að við sem erum með fötlun getum líka alveg kennt þegar okkur er treyst til þess. Mig langaði að fjalla um þetta efni því það hefur lítið verið rannsakað. Kannski vegna þess að það eru fáir fatlaðir kennarar á Íslandi.

Þegar ég byrjaði að kenna þá hafði ég ekki ímyndað mér að ég gæti orðið kennari. En ég hef sýnt að ég get sko alveg kennt. Það sem er mikilvægt fyrir mig er að undirbúa mig vel. Ég er mjög skipulögð sem kemur sér mjög vel í kennslu. Það kom sér líka vel þegar ég var að vinna þetta verkefni. Ég var búin að skipuleggja vinnuna fram í tímann. Það hjálpaði mér mikið. Að búa niður verkefnin og vinna jafnt og þétt.

Í framhaldsnáminu mínu hef ég unnið mikið með Andreu og Hrafnhildi samnemum mínum sem hafa stutt mig, verið til staðar, útskýrt og hjálpað mér. Mig langar að nota tækifærið og þakka þeim fyrir samstarfið. Það var ómetanlegt að fá tækifæri til að læra með ykkur og án ykkar hefði ég ekki komist svona langt í náminu.

Þetta lokaverkefni er samið af mér undirrituðu/undirritaðri/undirrituðum. 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 ráðvendni 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/sjálft/sjálfur ábyrgð á því sem missagt kann að vera. Þetta staðfesti ég með undirskrift minni/xx.

Reykjavík, 30. apríl 2025

Hekla Björk Hólmarsd.

Hekla Björk Hólmarsdóttir

Inngangur

Í íslenskum skólum eru fáir fatlaðir kennarar. Það hefur lítið verið fjallað um fatlaða kennara í rannsóknum. Þegar ég byrjaði að kenna þá hafði ég ekki velt því fyrir mér að kenna. Ég vissi ekki hvort það væri of flókið eða að ég gæti kennt. Umhverfið hafði sagt mér að ég gæti ekki kennt. Ég hafði aldrei verið með fatlaðan kennara fyrr en ég kom í háskólann og það opnaði augu mín fyrir því að ég gæti líka kennt. Fyrstu skrefin mín í kennslu voru fróðleg en líka erfið og flókin. Með því að spyrja spurninga og fá aðstoð frá samkennurum og nemendum þá fékk ég sjálfstraust og ég hef vaxið inn í hlutverkið.

Samkvæmt Samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks (2020) á fatlað fólk rétt á að fá vinnu á almennum vinnumarkaði og fá tækifæri til að velja sér starf sem það hefur áhuga á. Þar kemur líka fram að fatlað fólk eigi að fá tækifæri til að byggja sig upp í starfi og öðlast starfsframa. Það sem er líka mikilvægt er að fatlað fólk á rétt á stuðningi í starfi.

Í háskólanámi mínu hef ég verið frumkvöðull því ég er fyrsti nemandinn í starfstengdu diplómanámi sem fer í framhaldsnám í leiðtogafærni. Í náminu mínu hef ég fengið tækifæri til að kenna. Lokaverkefnið byggir á þeirri reynslu. Mig langaði að skoða og fá svar við spurningunni: Af hverju er mikilvægt að fatlaðir kennarar fái tækifæri til að kenna?

Til þess að svara spurningunni þá skoðaði ég heimildir og spurði nemendur í starfstengdu diplómanámi hvað þeim fyndist og svo svaraði ég sjálf spurningunni út frá eigin reynslu.

Verkefnið er mikilvægt vegna þess að það mun mögulega opna augu fólks fyrir því að fatlað fólk geti líka verið kennarar. Hvernig samfélagið getur orðið opnara, fjölbreytilegra og skemmtilegra með því að fjölbreyttari hópur fólks fái tækifæri til að kenna.

Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks

Tilgangur Samnings Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks (2020) er að tryggja að fatlað fólk njóti allra mannréttinda til jafns við aðra.

Það þarf að minna fólk á að fatlað fólk á líka rétt á að lifa sínu lífi en það gleymist stundum. Í samningnum er fjallað um menntun í 24. grein. Þar segir að fatlað fólk eigi rétt á inngildandi menntun á öllum skólastigum. Þar er sérstaklega tekið fram að fatlað fólk eigi að fá tækifæri til að stunda háskólanám og starfsnám þar sem það fær að virkja hæfileika sína.

Samningurinn segir líka að fatlað fólk eigi rétt á að taka þátt á öllum sviðum samfélagsins til jafns við aðra sem er sérstaklega mikilvægt. Við þurfum að vera sýnileg alls staðar og fá tækifæri til að taka þátt eins og aðrir. Samningurinn er mikilvægur vegna þess að hann minnir á sjálfsögð mannréttindi sem við öll eigum að hafa.

Bakgrunnur verkefnis

Þegar ég var að klára starfstengt diplómanám í Háskóla Íslands, sem er tveggja ára nám, fann ég að ég vildi mennta mig meira. Mig langaði að vera lengur með samnemendum mínum sem ég kynntist í náminu og læra meira. Ég talaði við kennara mína og það var fundin leið til þess að ég gæti verið tvö ár í viðbót í háskólanum. Námið mitt er þróunarverkefni og því miður hefur ekki tekist að samþykkja það sem námslínu innan háskólans. Námið mitt heitir *Framhaldsnám í leiðtogafærni*.

Ég hef verið í fjögur ár í háskólanum og er fyrsti diplómaneminn sem fékk tvö auka ár í háskólanum. Námið er búið að styrkja mig og gefa mér meira sjálfstraust. Í framhaldsnáminu mínu fannst mér ég þurfa að taka meiri ábyrgð á námi mínu. Ég þurfti að spyrja ef ég var óviss og vera í meiri samskiptum við kennara námskeiðanna sem ég tók. Stjórnaði ég sjálf ferðinni og stundum þurfti ég að fá lengri tíma til að vinna verkefni.

Viðfangsefni námsins voru fjölbreytt:

- Ég fór í starfsnám í grunnskóla og kenndi þá í fyrsta skipti.
- Ég fór líka í starfsnám í starfstengdu diplómanámi fyrir fólk með þroskahömlun í Háskóla Íslands og kenndi líka þar.
- Ég kenndi svo líka á námskeiði sem ég tók sem heitir *Sjálffræði, velferð og vanræksla*. Þar var ég með fyrirlestur um sjálffræði og var með umræðuverkefni.
- Ég hafði sjálf frumkvæði að því. Ég hafði unnið verkefni um sjálffræði fyrr í náminu og fannst það passa svo vel inn á námskeiðið.
- Þegar ég átti svo að gera lokaverkefni þá fannst mér tilvalið að gera verkefni um kennslu og fatlaðar fyrirmyndir í kennslu sem er svo lítið um.
- Ég kynnti lokaverkefnið mitt á málþingi þroskaþjálfarafræðinema og var fyrsti diplómaneminn til að gera það sem mér finnst mjög áhugavert.
- Ég hafði ekki hugsað út í það að kenna áður en ég fór í diplómanámið. Ég sá að í diplómanáminu eru fatlaðir kennarar og það hafði þau áhrif að mig langaði líka til að kenna.

- Það er mjög mikilvægt að sýna fjölbreytileikann alls staðar í samfélaginu. Þannig verður fatlað fólk sýnilegra og tækifærin verða fleiri.
- Það að fá traust til að kenna hefur gefið mér sjálfstraust og þannig get ég verið fyrirmynd fyrir aðra.
- Ég sýni líka að ég get alveg kennt bara ef ég fæ tækifæri.

Kennsla, lokaverkefnið og málþing

Þegar ég byrjaði að kenna námskeiðið í janúar 2025 þá var fyrsta skrefið að funda með samkennurum og ákveða hvernig námskeiðið átti að vera.

- Námskeiðið var kennt einu sinni í viku, fjórar kennslustundir í einu.
- Við bjuggum alltaf til glærur fyrir hvern tíma og undirbjuggum tímana vel.
- Á námskeiðinu voru 9 nemendur í starfstengdu diplómanámi og einn nemandi á námskeiðinu *Nemi styður nema*.
- Við vorum þrír aðalkennarar og einn umsjónarkennari. Við unnum líka í samstarfi við Proskahjálp og fulltrúi þeirra var alltaf með okkur.
- Á námskeiðinu vorum við að undirbúa málþing.
- Hugmyndin var að diplómanemar myndu undirbúa og halda málþing í samvinnu við Proskahjálp.

Það var margt sem þurfti að gera:

- Það þurfti að ákveða hvaða efni nemendur vildu ræða um á málþinginu
- Það þurfti að ákveða hver myndu vinna saman og það þurfti að finna hlutverk fyrir alla nemendur á námskeiðinu.
- Nemendum var skipt í hópa og þurftu að undirbúa það málefni sem þau vildu ræða, þau þurftu að búa til spurningar og æfa sig í að svara og ræða saman.
- Fjórir hópar ákváðu að vera með sófaspjall þar sem þau sögðu sínar sögur af þátttöku í samfélaginu.
- Tveir nemendur bjuggu til myndbönd þar sem þeir sögðu frá því sem skiptir þá máli.
- Við bjuggum líka til auglýsingar þar sem nemendur svöruðu spurningum og hvöttu fólk til að koma á málþingið.

Málþingið fékk nafnið *Hvað með okkur?*

Hlutverkið mitt í kennslustundum var að:

- Skrá mætingu
- Lesa yfir undirbúnings glærukynningar sem voru upplýsingar varðandi hvað við ætluðum að gera í tímanum og bæta inn á þær ef það vantaði.
- Stjórna umræðuhópum og hjálpa nemendum í hugmyndavinnu.
- Ég las yfir hvað nemendur voru búnir að gera og svo undirbjó ég dagskrá málþingsins.

Ég var fundarstjóri á málþinginu ásamt Steinunni Ásu Þorvaldsdóttur sem brautskráðist úr diplómanáminu árið 2013. Við vorum tvær fundarstjórar og undirbyggjum okkur saman fyrir málþingið. Ég var ritari og spurði hvernig henni fyndist og hverju hún vildi bæta við. Ég passaði að við værum með jafn margar setningar og litakóðaði það sem hvor okkar átti að segja.

Niðurstaðan var mjög vel heppnað málþing. Sjá nánar um málþingið á heimasíðu Þroskahjálpar (Þroskahjálpar, 14. apríl 2025)

Það sem var rætt á málþinginu var:

1. Aðgengi að námi
2. Vinna á almennum vinnumarkaði.
3. Almennt aðgengi.
4. Viðhorf og hvernig talað sé við fatlað fólk.

Þetta var öðruvísi málþing en flestir eru vanir:

- Það voru sófaspjöll og minna af lengri erindum og kynningum.
- Það var fullur salur af fólki og við vorum líka með málþingið í streymi.
- Þegar mest var voru um 200 manns í salnum.
- Fundarstjórnir notuðu iPadinn minn til að lesa. Ég nota app til að litakóða hvað hvor okkar átti að segja.
- Ég aðstoðaði hinn fundarstjórnann og passaði upp á að hljóðneminn væri á réttum stað og aðstoðaði hana með textann.

- Það voru teknar myndir af okkur og það voru teiknarar sem teiknuðu það sem var í gangi á málþinginu.
- Mér fannst smá stressandi að vera á streymi.
- Ég þurfti að passa að vera nálægt hljóðnemanum til að það myndi heyrast vel í mér í salnum.
- Við hefðum þurft að æfa okkur á hljóðnemann áður til að læra betur á hann.
- Nokkrum sinnum heyrðist nefnilega ekki nægilega vel í okkur en þá létu málþingsgestir okkur vita.
- Málþingið var merkilegt vegna þess að í aðalhlutverki var fatlað fólk að segja sínar skoðanir og segja frá sinni reynslu.
- Viðtökurnar voru mjög góðar og margir sögðu þetta vera besta málþing sem það hafði komið á.
- Diplómanemarnir stóðu sig mjög vel og þau voru öll svo ánægð með sig, sem er mikilvægt.

Hér fyrir neðan eru myndir af málþinginu sem teknar voru af ljósmyndaranum Sigtryggi Ara Jóhannssyni (sjá mynd 1. klippimynd af málþinginu).





Mynd 1. Klippimynd af málþinginu *Hvað með okkur?*/ Sigtryggur Ari Jóhannsson

Rannsóknir um fatlaða kennara

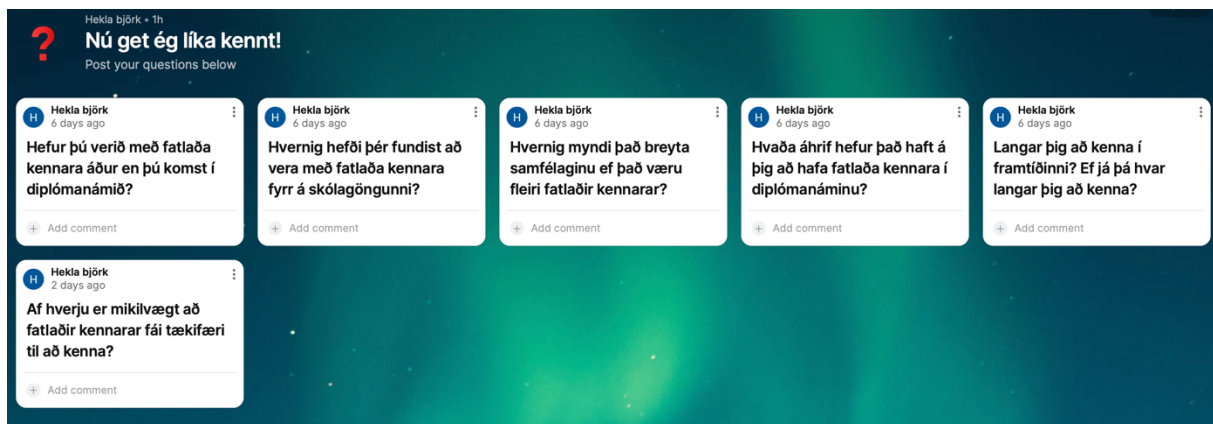
Eins og fram hefur komið áður í verkefninu þá er til lítið efni um fatlaða kennara. Ég skoðaði greinina „Peer Teachers with Autism Teaching 3D Modeling“ sem fjallar um fólk á einhverfurófi í kennslu. Fólkíð talaði um að fá meira sjálfstraust við að kenna og þeim fannst gaman að kenna námskeiðið þar sem það tengdist áhugasviði þeirra. Það hafði góð áhrif á fólkíð að fá tækifæri á að kenna og þeim fannst það læra margt á því. Þeim fannst þau styrkjast í hlutverkinu og fannst þau bæta sig á mörgum sviðum, bæði í að tjá skoðanir sínar, útskýra þær og hjálpa öðrum. Að starfa sem kennarar hjálpaði þátttakendum að öðlast sjálfstraust og bæta leiðtogaþæfileika og samskiptaþæfileika sína. Þau sögðu að þessi reynsla væri gagnleg fyrir vinnu í framtíðinni og hefði valdeflandi áhrif á þau (Wright o.fl., 2018).

Í grein um jafningjakennslu kom fram að það hefði haft jákvæð áhrif á fatlaða nemendur að vera með jafningjakennslu. Það bæði jók námsárangur þeirra og það hafði góð áhrif á sjálfstraust þeirra (Talbot, o.fl., 2017).

Fatlað fólk sem hefur fengið tækifæri til að kenna í háskólum hefur líka sagt að það sé mikilvægt að meta framlag þeirra til viðfangsefnisins sem er verið að kenna. Oft er fatlað fólk fengið til að heimsækja háskólanema og segja frá persónulegri reynslu sinni en fær sjaldan vinnu sem kennarar. Fatlað fólk hefur meira fram að færa heldur en bara persónulega reynslu sína. Fatlað fólk getur verið góðir kennarar til jafns við annað fólk (Leonhardt, o.fl., 2025).

Rannsóknin mín og niðurstöður

Til þess að geta svarað rannsóknarspurningunni, Af hverju er mikilvægt að fatlaðir kennarar fái tækifæri til að kenna, ákvað ég að spyrja nemendur í starfstengdu diplómanámi um þeirra hugmyndir og um reynslu þeirra af því að vera með fatlaða kennara. Ég spurði þau nokkurra spurninga sem tengjast kennslu og notaði til þess Padlet. Nemendur voru 18 talsins af bæði 1. og 2. ári í náminu.



Mynd 2. Skjámynd af niðurstöðum á Padlet.

Við ræddum allar spurningar og niðurstöður voru áhugaverðar:

- Þau voru mörg sem höfðu áhuga á að kenna til dæmis í leikskóla, grunnskóla, menntaskóla og háskóla.
- Það var einn nemandi sem hafði verið með fatlaðan kennara áður en hann fór í háskóla.
- Þau töluðu öll um að þau hefðu viljað hafa fatlaðan kennara fyrr á sinni skólagöngu.
- Þau töluðu líka um að þá myndi kennarinn skilja þau betur og vera með svipaða reynslu.
- Þau töluðu líka um að það yrði meiri inngilding og að samfélagið yrði opnara við að vera með fleiri fatlaða kennara.
- Þau töluðu um að það væri góð reynsla að hafa fatlaða kennara í diplómanáminu.

Hér er ein tilvitnun sem mér fannst passa við þetta verkefni:

”Ófatlaðir kennarar skilja ekki alltaf reynslu fatlaðra nemenda sinna,,

”Ófatlaðir kennarar skilja ekki alltaf reynslu fatlaðra
nemenda sinna„.

Ég hefði kannski fengið fyrir sjálfstraust að kenna ef ég hefði verið með fatlaðan kennara áður en ég byrjaði í HÍ. Fyrirmyndir eru nefnilega svo mikilvægar vegna þess að við getum speglað okkur í þeim. Ef ég hefði verið með fatlaðan kennara fyrir þá hefði mér kannski dottið fyrir í hug að ég gæti líka kennt.

Ég hef fengið meira sjálfstraust við það að kenna og það að fara út fyrir þægindarammann hefur styrkt mig. Ég hef lært að treysta betur á sjálfa mig og er óhræddari við að spyrja fólk spurninga.

Hugmyndir nemenda í diplómanáminu og mín reynsla eru á margan hátt svipaðar og það sem kemur fram í þeim rannsóknum sem ég skoðaði um fatlaða kennara. Fyrir fatlaða nemendur getur það að sjá fatlaðar fyrirmyndir haft áhrif á sjálfsmynd og sjálfstraust þeirra við að láta drauma sína rætast (Talbot, o.fl., 2017; Wright ofl., 2018;).

Lokaorð

- Ég er búin að læra mjög mikið á því að vinna þetta lokaverkefni.
- Ég er búin að skoða sjálfa mig og þetta nýja hlutverk mitt sem kennari.
- Ég hef sýnt nemendum og öðru fólki að ég geti líka kennt og það finnst mér mikilvægt.
- Ég hef lagt á mig mikla vinnu í náminu og hef undirbúið mig vel fyrir alla kennsluna.
- Það mun nýtast mér til framtíðar.
- Ég hef fengið nýtt starf sem aðjúntkt við Háskóla Íslands.
- Þannig að ég mun halda áfram að kenna og fræða háskólanema.
- Ég hef margt að segja og ég er opnari og óhræddari við að segja mínar skoðanir.
- Ég er líka sérfræðingur í mörgu sem kemur að fötlunarfræði og hef lært til dæmis að gera rannsóknir, þannig að ég get miðlað mörgu.
- Ég vona að í framtíðinni verði fleiri fatlaðir kennarar sýnilegir í kennslu og að skólakerfið okkar sýni meiri fjölbreytileika.
- Ég vona að þetta verkefni opni huga fólks og muni gefa fleira fötluðu fólki tækifæri á að kenna.

Heimildaskrá

Leonhardt, N., Björnsdóttir, K., Goldbach, A., Smára, R., Martick, S., og Schlothauer, B.

(2025). The diversity of voices in universities: A critical reflection on representation

Based on two university projects in Iceland and Germany. *British Journal of Learning*

Disabilities, 53(1): 124-133. <https://doi.org/10.1111/bld.12623>

Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks. (2020). Sótt af

<https://www.althingi.is/altext/151/s/0960.html>

Talbott, E., Trzaska, A. og Zurheide, J.L. (2017). *A Systematic Review of Peer* .(Ritstjórar),

Deversity in special education. (bls. 319-356). John Wiley & Sons, Inc.

<https://doi.org/10.1002/9781118768778.ch16>

Wright ,C., Diener M., Wright S., Rafferty D., og Taylor, C. (2018). *Peer Teachers with Autism*

Teaching 3D Modeling. International Journal of Disability, Development and

Education Volume 66, 2019 - <https://doi.org/10.1080/1034912X.2018.1540770>

Þroskahjálp. (14. apríl 2025). *Hvað með okkur? Vel heppnað málþing*.

<https://www.throskahjalp.is/is/samtokin/frettir/category/1/hvadmedokkur-vel->

[heppnad-](https://www.throskahjalp.is/is/samtokin/frettir/category/1/hvadmedokkur-vel-heppnad-)

[malthing?fbclid=IwY2xjawJ_XWJleHRuA2FlbQlxMABicmlkETE5ZmVibVRDYnc3WEhOZkhyAR7eowS54Rqc2TA8Ma2nHLaQzGBCVjoMi61fxq7zJmMeg5rpAdqLZbdyvdC2uA_aem_nqfUSZ9A4A5NwKp7qss0qA](https://www.throskahjalp.is/is/samtokin/frettir/category/1/hvadmedokkur-vel-heppnad-malthing?fbclid=IwY2xjawJ_XWJleHRuA2FlbQlxMABicmlkETE5ZmVibVRDYnc3WEhOZkhyAR7eowS54Rqc2TA8Ma2nHLaQzGBCVjoMi61fxq7zJmMeg5rpAdqLZbdyvdC2uA_aem_nqfUSZ9A4A5NwKp7qss0qA)