

Sála

tímarit sálfræðinema 2007



- ÁRNI SKORARSTJÓRI • VENNI PÁER • ELLIÐI BÆJARSTJÓRI • HVAR ERU ÞAU NÚ? •
- FORMAÐUR VÖKU • NÝJA STJÓRNIN • MUMMI Í MÓTORSMÍÐJUNNI • RES EXTENSA •



Ritstjórn:

Borgþór Ásgeirsson
Gestur Gunnarsson
Tjörvi Einarsson

Ábyrgð:

Ritsjórn

Útgefandi:

ANIMA, félag sálfræðinema

Umbrot:

Sírnir

Prentun:

Prenttækni

Höfundar greina:

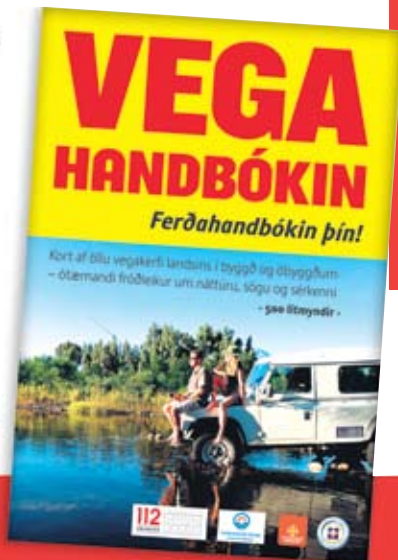
Venni Pácer
Guðmundur Týr
Þórarinnsson
Katrín Magnúsdóttir
Sigurbjörg Pálsdóttir
Andri Heiðar Kristinnsson

Ólafur Örn Bragason
Sigríður S Sigurjónsdóttir
Ella Björt (Teague)
Jón Grétar Sigurjónsson

Gerir ferðalagið fróðlegra og ánægjulegra.

Nýtt efni meðal annars:

- Vitar við strendur landsins
- Skógar - umfjöllun um heilstu skóga
- Hesta-, kúa-, og sauðalitr
- Þjóðgarðar
- Skálar á hálendinu
- Upplýsingar um verslanir, hótel gististaði, veitingahús, bensinstöðvar, sundlaugar o.fl.



Ávísun á gott ferðalag!
Ómissandi ferðafélagi

- vísar til vega í máli, myndum og kortum

Bókin er mikið endurbætt og full af nýju efni í nýstárlegu handhægu bandi. Hlaðin fróðlegum og skemmtilegum upplýsingum um landið okkar á sérlega góðu verði.



MGD
GENUINE DRAFT

Miller
GENUINE DRAFT



GENUINE DRAFT
LETTÖL

IT'S MILLER TIME.

Miller
GENUINE
America's
COLD-F



Ágætu sálfræðinemar



Ég vil byrja á því að þakka ykkur fyrir rosalega skemmtilegan vetur! Ég vil einnig óska ritnefnd til hamingju með glæsilega Sálu sem við sálar getum legið yfir í staðinn fyrir bækurnar.

Tíminn er alltaf svo fljótur að líða og nú fer stjórnartíð okkar að enda. Ótrúlegt. Við fjögur sem kosin vorum í stjórn seinasta vor tókum við

um miðjan maí og strax þá fór undirbúningur vetrarins af stað. Og áður en við vissum af þá voru nokkrir dagar í nýnemadjammi! En allavega, nýnemadjammið var í byrjun september og tókst bara mjög vel þrátt fyrir að tíminn líði hratt. Byrjað var á að bjóða nýnema velkomna í sálfræðideildina með léttum veitingum, þeim skipt í lið og farið í ýmsa skemmtilega leiki á háskólalóðinni. Þá röltum við upp í hljómskálagarð og grilluðum pylsur, drukkum og tilkynnt var hvaða lið sigraði leikina. Eftir það var ferðinni heitið í tjald Stúdentaráðs þar sem skemmtuninni var haldið áfram.

Eftir nýnemadjammið tóku við kosningar og vísindaferðir. Á kosningunum fengum við fjögur í stjórninni góða viðbót. Þá bættust við ritari og tveir meðstjórnendur. Einnig var fullskipuð skemmtinefnd kosin. Frábært! Októberfest var síðan haldin í öllu sínu veldi og margir hafa eflaust skemmt sér vel þar.

Persónuleikarnir voru í nóvember og heppnuðust mjög vel. Fólki mætti í allskonar flottum búningum en mest sexý búningurinn stendur án efa uppúr hjá mörgum!! Keppt var í ýmsum þrautum, eins og klósettþappírsvafning, þambi og hinn rosalegu danskeppni! Próflokadjammi var síðan haldið í sal á Seltjarnarnesi með stjórn málafræðinimum.

Við fórum í stóra vísindaferð í Kaupþing banka í byrjun febrúar og urðum svo fræg að klára bjórinn þeirra! En það hafði aldrei gerst áður hjá Kaupþingi. Það má með sannri segja að sálfræðinemar kunni að skemmta sér!

Árshátíðin okkar góða var svo haldin í Skíðaskálanum í Hverdölum 16. febrúar. Hún tókst mjög vel enda lögðu allir í stjórn og skemmtinefnd sig fram við að gera hana sem glæsilegasta. Fáir hafa þó séð jafn ljóta aðgöngumiða og voru á árshátíðina, en það gerði hana bara meira spes ;)

Þessi vetur hefur verið rosalega skemmtilegur og vil ég sérstaklega þakka stjórn Animu og skemmtinefnd fyrir vel unnin störf. Við höfum verið svo heppinn vegna þess að allir í stjórn og skemmtinefnd hafa tekið virkan þátt í að skipuleggja og taka þátt í félagslífinu og vona ég innilega að næsta stjórn verði eins heppinn. Svo þakka ég líka ykkur kærlega sálar fyrir virka þátttöku í félagslífinu, það er búið að vera mjög gaman að skipuleggja skemmtanir fyrir ykkur. Þetta hefði ekki verið svona góður vetur án ykkar, það er alveg á hreinu!

Að lokum vil ég óska ykkur góðs gengis í prófunum og hafið það gott í sumar!

Katrín Magnúsdóttir
Formaður Animu 2006-2007



Árni skorarstjóri



Um mig: Ég lauk BA-prófi við HÍ vorið 1996; skrifaði BA-ritgerð um lestur og leturskynjun hjá Jörgen Pind. Fór svo haustið 1997 til Boston í doktorsnám við Harvard Háskóla. Var þar í prógrammi sem snerist um rannsóknir á hug, heila og skynjun. Ég lauk doktorsprófi þaðan í maí 2002. Eftir það bauðst mér að vinna í 3 ár á svokölluðum post-doc styrk, við Institute of Cognitive Neuroscience við University College London. Styrkurinn var frá Human Frontiers Science Program, sem er rannsóknarsjóður sem rekinn er af G8 hópnum svokallaða. Þar lagði ég stund á rannsóknir á taugakerfum sjónskynjunar með starfrænni segulómmyndun (fMRI). Ég kom svo heim sumarið 2004 og var ráðinn lektor við HÍ í september 2004, og er dósent við HÍ frá hausti 2006. Ég hef verið formaður Sálfræðiskorar frá því í júlí 2006.

1. Hvert er hlutverk

skorarformanns, hvernig er hann valinn og hvað situr hann lengi?

Skorarformaður er kjörinn úr hópi fastra kennara á skorarfundi á tveggja ára fresti. Hlutverk skorarformanns er, sem dæmi, að annast almennan rekstur á skor í samráði við skorarfulltrúa, samskipti við hinar ýmsu stofnanir Háskóla sem og aðrar deildir og skorir, stuðla að stefnumótun, og hafa efirlit með því að við náum þeim markmiðum sem við setjum okkur hvað kennslu og rannsóknir varðar, sem og að sinna almennri stjórnsýslu í samstarfi við deildarforseta og deildarráð Félagsvísindadeildar.

Hvert er vægi nemenda og hvert er vægi kennara í stjórn á skorinni?

Fjórir nemendafulltrúar (tveir af BA-stigi, og tveir úr framhaldsnámi), ásamt 10 fastráðnum kennurum og

einum aðjúnkt sitja skorarfundi og hafa þar tillögu og atkvæðisrétt. Í þann tíma sem ég hef verið formaður hefur mér þótt þetta samstarf vera gott – en samstarfið mætti óneitanlega vera meira. Tillögur frá nemendum um það sem betur mætti fara eru að jafnaði teknar til umfjöllunar og hafa oft hlotið gott brautargengi.

Hvaðan kemur eftirlit með því að kennarar standi sig vel með slíku jafningjakerfi sem skiptir svo ört um formann?

Það er margt sem kemur til þegar mat á vinnuframlagi akademískra starfsmanna kemur til, og skorarformaður er ekki sá eini sem fylgir því eftir þó hann geri það að einhverju leyti. Ég veit hins vegar ekki hvort það veldur einhverjum vandkvæðum í slíku samhengi að skipt sé oft um formann.

Það verður einnig að hafa í huga að starfsskyldur Háskólakennara eru margvíslegar, t.d. er álíka stór

hluti starfsskyldu okkar helgaður rannsóknum og kennslu, og fylgst er vel með því að við stöndum okkur hvað báða þessa þætti varðar.

Hvernig væri það að vera með óháðan framkvæmdastjóra yfir skorinni?

Skorir innan HÍ eru ekki fyrirtæki, og mér finnst slíkar hugmyndir um „framkvæmdastjóra“ skora afleitar. Hins vegar kemur ekki fram í spurningunni af hvaða tagi slíkur „óháður“ framkvæmdastjóri væri, eða hvers konar starf hann myndi vinna, eða hvaðan hann myndi koma. Persónulega tel ég að fjármunum sem í slíkt færu væri sennilega betur varið í að fjölga föstum kennurum.

Það er kannski klisja að vísa í það hvernig þessir hlutir eru erlendis, en nokkurn veginn alls staðar í heiminum eru það akademískir starfsmenn innan viðkomandi fræðasviðs sem gegna embættum eins og skorarformennsku eða að sitja í forsæti deilda. „Óháður framkvæmdastjóri“ myndi þurfa að móta stefnu í rannsóknum og kennslu og þyrfti því að vera vel að sér í faginu – þyrfti, með öðrum orðum að hafa einhverja framhaldsmenntun í faginu til þess einfaldlega að hafa eitthvert vit á máluunum. Líklegast væri betra að ráða einfaldlega nýjan akademískan starfsmann. Aðkoma slíks „utanaðkomandi“ yfirmanns á þessu stjórnsýslustigi myndi vera algjörlega á skjön við allar akademískar hefðir hvar sem er í heiminum.

Grænjaxlinn



Nafn?
Guðríður
Magnús
Guðmunds-
dóttir

Aldur? 24

Í hvaða framhaldsskóla varstu?
Menntaskólanum í Kópavogi

Af hverju sálfræði?
Eftir að hafa klárað Kennaraháskólann og kennt litlum gríslum í eitt ár, fann ég að það var ekki alveg fyrir mig. Svo að ég ákvað að láta gamlan draum rætast og fara í sálfræði.

Var Sálfræðin eins og þú bjóst við?
Já held það barasta

Skemmtilegasti kennarinn?
Friðrik H. Jónsson

Skemmtilegasta fagið?
Lífeðlisleg sálfræði

Erfiðasta fagið?
Mér finnst tölfræði erfiðust

Fórstu strax í leshóp?
Já kynntist strax þremur yndislegum stelpum

Finnst þér eitthvað vera ábótavant í sálfræðináminu?

Já það mætti vera meiri áhersla á skilning en ekki bara utanbókarlærdóm.

Hvað náðiru mörgum hugtökum í flaupþjálfuninni?
Stóðst prófið með glæsibrag

Hver er stefnan hjá þér eftir BA nám?

Í framhaldsnám. Langar að læra barnasálfræði eins og staðan er í dag, en það er alltaf að breytast.

Uppáhaldsfræðimaður innan sálfræðinnar?

Mér finnst alltaf jafn gaman að lesa myndnar hugmyndir Freud



www.thevirgins.se

Hins vegar mætti alveg hugsa sér að ráða fólk til starfa sem hefði yfirumsjón með einstökum þáttum eins og t.d. fjármálum skorar eins og Sálfræðiskorar. Einungis spurning hvort slíkur starfsmaður yrði peninganna virði. Einnig mætti alveg athuga hvort rétt væri að ráða skorarformenn til lengri tíma en til tveggja ára. Sá árafjöldi í starfi er, fyrir mér, langt frá því að vera heilagur. Einnig óttast ég um akademískt frelsi, sem er ein af frumforsendum alls heidarlegs vísindastarfs, og tel ólíklegt að „framkvæmdastjóri skorar“ væri vel til þess fallinn að standa vörð um það.

Af hverju er prófgráða sálfræðinnar BA en ekki BS?

Það er nú líklegast hefðin sem ræður því, og gráður á þessu stigi innan Sálfræði eru oftast BA-gráður, þó það sé engan veginn algilt. Þetta gæti alveg breyst, sérstaklega í því ljósi að miklar breytingar eru að verða á skólaskiptingu innan HÍ. Hins vegar er ég ekki viss um það skipti öllu máli fyrir nemendur í Sálfræði að vera með BA eða BS próf. Aðalmálið er að vera með gott próf, sem hefur gott orð á sér eins og BA-námið við HÍ hefur.

Hvers vegna er ekki prófdómari í sálfræðinni sem fer yfir BA verkefni eins og í öðrum skorum félagsvísindadeildar?

Þrjár skorir í Félagsvísindadeild (Mannfræði- og Þjóðfræðiskor, Félagsráðgjafarskor og Stjórn málafræðiskor) hafa haft þennan háttinn á að því að mér skilst. Kostnaðurinn við þetta er hins vegar tölverður og skriffræðilegt umfang við slíkt yrði gríðarlegur baggi á starfsmönnum deildar og skorar því BA-ritgerðir í Sálfræði eru töluvert miklu fleiri en í þeim greinum sem hafa tekið þetta upp. Við höfum einfaldlega treyst okkar kennurum til þess að sjá til þess að þessi verkefni séu vel úr garði gerð. Það er einnig svo að erfitt yrði að finna sérfræðinga hér á landi sem ekki eru tengdir HÍ sem hefðu þekkingu til þess að leggja fræðilegt mat á þessar ritgerðir. Raunar finnst mér ástæða til þess að snúa spurningunni við og spyrja að því af hverju ætti prófdómari að koma að því ferli að fara yfir BA-ritgerðir við HÍ og biðja um röksemdir fyrir því.

Hvernig líst þér á það að skipta Háskólanum upp í nokkra skóla? Og hvar á þá sálfræðin heima og af hverju?

Væntanleg skólaskipting Háskólans er að mínu mati gríðargott tækifæri til eflingar og vaxtar rannsókna og kennslu í Sálfræði við HÍ. Ég tel að þarna bjóðist okkur tækifæri til þess færa okkur nær þeim greinum sem við eigum mest samskipti við hvað varðar rannsóknir og kennslu. Sálfræðiskor hefur verið einhuga í því að stefna að því að verða deild í skóla þeim sem kallaður hefur verið Heilbrigðis- og Lífvísindaskóli í þeim tillögum sem nú eru uppi á borðinu. Svo til allt rannsóknasamstarf kennara er við vísindamenn á LSH og liggja helstu vaxtarbroddar Sálfræði í samstarfi við taugalækna, geislafræðinga o.fl. sem tilheyra LSH, vegna þess að það er að verða bylting í Sálfræði.

Nýjar aðferðir á borð við heilaskimun (þar sem starfræn segulómmyndun [functional magnetic resonance imaging, fMRI] er fremst meðal jafningja) veita okkur kost á því að skoða hug og heila með mun nákvæmari hætti en áður var hægt, oft á tíðum í samhengi við rannsóknir á sjúklingum með skerta heilastarfsemi af einhverjum orsökum. Með því að tengjast inn í slíkan skóla og láta að okkur kveða þar, getum við orðið hluti af því að koma slíkum rannsóknum á laggirnar hér á landi. Jafnframt stefnir allt í það að við gætum orðið sérstök deild innan slíks skóla með fjárhagslegt sjálfstæði, en það að fjárhagur Sálfræðiskorar og fjárhagur Félagsvísindadeildar hafa verið samtvinnaðir hefur ekki verið okkur hagstætt. Jafnframt er ljóst að fáir, ef nokkrir, nemar eru betur í stakk búnir til þess að stunda vísindalegar rannsóknir en þeir sem hafa numið Sálfræði.

Því tel ég að við höfum margt fram að fara við aðra sem hugsanlega kæmu að slíkum skóla.

Þegar ég vann í Englandi á svokölluðum Post-Doc styrk vann ég einmitt við rannsóknastofnun þar sem sálfræðingar, taugalækna, líffræðingar, eðlisfræðingar, lífeðlisfræðingar, geislafræðingar og stærðfræðingar unnu saman að því verkefni að leysa gátuna um það hvernig hugur og heili virka. Í slíkum rannsóknum er framtíðin í sálfræði einfaldlega falin, og ég hef mikinn hug á því að við færumst í þessa átt innan Sálfræðiskorar (sem ég er viss um að verður orðin Sálfræðideild

innan tíðar), kannski jafnvel í minni tíð sem skorarformaður.

Munu einhverjar breytingar verða hjá skorinni varðandi rannsóknarstofur með tilkomu Háskólatorgs?

Já – við munum fá stóra tölvustofu til afnota með allskyns hugbúnaði, sem tengist sálfræðirannsóknum sérstaklega, í Háskólatorginu nýja. Jafnframt losnar þá pláss í kjallara Odda fyrir fleiri rannsóknastofur í Sálfræði. Það er ekkert launungarmál að efling rannsókna er lykilatriði í nýrri stefnu Háskóla Íslands. Sálfræðiskor ætlar sér að taka fullan þátt í því – eitt af meginmarkmiðum okkar er, til dæmis, að efla rannsóknatengt framhaldsnám stórlega á næstu árum.

Þessar áherslur á rannsóknavirkni koma meðal annars fram í því hvernig ráðningum við HÍ er nú háttað, og er þetta mikil breyting til batnaðar frá því sem áður var. Rannsóknir eru hornsteinn að því að skapa góðan háskóla – góðar rannsóknir tryggja það að nemendur hljóta góða þjálfun í því að stunda rannsóknir, sem nýtist þeim í hverju því sem þeir taka sér fyrir hendur. Stundum hefur mér fundist að viðhorf margra til kennslu í HÍ sé að háskóli sé einungis menntaskóli þar sem áherslurnar eru aðeins sérhæfðari, og er „árangurinn“ metinn út frá því. Það er mikill misskilningur. Í háskóla læra nemendur að vera virkir þátttakendur í vísindasamfélagi.

Nú er HR með miklar áherslur á gervigreind og starfrækja gervigreindar setur. Hefur aldrei komið til tals að vera með samvinnu milli HR og HÍ í þessum fræðum?

Ég hef nú einmitt hugsað að það gæti verið skynsamlegt – hins vegar má ekki gleyma því að Sálfræðiskor hefur einmitt verið í samstarfi við Tölvunarfræðiskor í HÍ um námsleiðir og hafa nemendur í tölvunarfræði tekið nám við Sálfræðiskor sem hluta af sínu námi.

Ég er mikill talsmaður þess að við eigum samstarf um rannsóknir og kennslu við aðra háskóla hér á landi. Svo við tökum nærtækt dæmi, þá er, t.d. samkomulag milli Harvard og MIT (sem eru nágrannaskólar) um að nemendur geti tekið námskeið hver hjá öðrum og fengið þau metin til eininga inn í þann skóla sem

þau eru skráð í. Mér hugnast slíkt fyrirkomulag nokkuð vel hér við okkar skóla. Umræðan um háskóla á Íslandi hefur um of snúist um „samkeppni“ á milli þeirra enda hefur umræðan nokkuð verið mótuð af þeim sem telja samkeppni töfralausn í öllum málum, þar með talið menntamálum. Ég hef meiri trú á samvinnu milli mismunandi stofnana. Til dæmis er ég sjálfur í samstarfi við vísindamenn við HR, HÍ og LSH sem eiga sér þann draum að hægt verði að koma á fót rannsóknum með starfrænni segulómmyndun á Íslandi.

Eiga fjöldatakmörkanir rétt á sér innan sálfræðinnar?

Það fer eftir því hvort við erum að tala um grunnnám eða framhaldsnám, og margt sem taka verður mið af í þessu sambandi. Ég er fylgjandi því að nemendur eigi að geta lært það sem þeir vilja, svo lengi sem þeir standast þær kröfur sem eru gerðar um þekkingu innan fagsins. Engar formlegar fjöldatakmörkanir eru við lýði í BA-námi í sálfræði en hins vegar er ljóst að erfitt er að komast upp á annað ár og ekki komast allir þangað upp. Margar ástæður eru fyrir því að fyrirkomulagið er svona, sú mikilvægasta er líklega að við reynum að halda hér uppi rannsóknánámi með áherslu á kennslu í aðferðafræði vísinda, og áherslu á „hands on“ sálfræðitilraunir. Ef það væru 300 manns á hverju ári í annars og þriðja árs kúrsum gætum við ekki staðið undir slíkri kennslu. Þess vegna er ekki hægt við núverandi aðstæður, á meðan áhuginn á Sálfræðinámi er þetta mikill að taka við öllum þeim sem vildu sækja námskeið þar sem ætlunin er að kenna nemendum að stunda rannsóknir.

Varðandi framhaldsnámið þá eru fjöldatakmörkanir í Cand psych náminu, en ekki í rannsóknatengdu MA eða PhD námi. Ein helsta ástæðan fyrir fjöldatakmörkunum í Cand Psych námi er takmarkaður fjöldi starfsþjálfunarplássna. Jafnframt hafa fjárveitingar ríkisins til námsins ekki verið í samræmi við hvað það kostar að bjóða upp á þetta nám þannig að halli er á rekstri námsins sem stendur. Umræður standa yfir um að bæta úr þessu, og stefna okkar er að fjölga plássum í Cand Psych náminu í framtíðinni, raunar eins fljótt og mögulegt er enda full þörf á vel menntuðum sálfræðingum í faginu.

Grænjaxlinn

Nafn?
Egill
Einarsson

Aldur? 23



Í hvaða framhaldsskóla varstu?
Menntaskólanum við Sund

Af hverju sálfræði?

Af hverju ekki? Þetta var svolítið úllendúllendoff dæmi en ég varð ekki fyrir vonbrigðum. Ég held að sálfræði sé fín fyrir þá sem hafa ekki hugmynd um hvað þeim langar að læra.

Var Sálfræðin eins og þú bjóst við?
Hún er erfiðari og tímafrekari en ég bjóst við.....helvxxis tölfraði!

Skemmtilegasti kennarinn?

Ég hugsa að það sé Sigurður Grétarsson, en svo finnst mér Þór Eysteinnsson nokkuð skondinn kall.

Skemmtilegasta fagið?
Skýringar á hegðun.

Erfiðasta fagið?
Tölfraði 2....hingað til allavega.

Fórstu strax í leshóp?
Já ég fór í leshóp strax á nýnemadaginn.

Finnst þér eitthvað vera ábótavant í sálfræðináminu?

Ég var frekar ósáttur eftir síðustu önn hvernig var staðið að einkunna skilum í sumum fögum, ekki öllum samt. En ég er nú bara á fyrsta ári svo hvað veit ég?

Hvað náðiru mörgum hugtökum í flaumþjálfuninni?

Ég náði nógu mörgum og gott betur en það.

Hver er stefnan hjá þér eftir BA nám?

Að læra meira, ég er soldið að spá í að fara í lðnskólann í Hafnafirði í hárgreiðslu. En aðal markmiðið mitt er að ná lengra í lífinu en Bjarni Ben.

Uppáhaldsfræðimaður innan sálfræðinnar?

John B. Watson var mikill meistari sem við getum öll lært mikið af.

Kæru samfræðimenn

Það er mikið fagnaðarefni þið skuluð loksins hafa beðið mig um að skrifa í þetta læknatímarit núna en jafnframt finnst mér skrítið að þið skuluð ekki hafa getað notað einhverjar af greinunum sem ég hef sent ykkur á liðnum árum. Ekki að ég sé sár yfir að þær hafi ekki verið birtar en mig langar samt til að biðja ykkur um að lesa þær aftur yfir núna og þá getið þið dæmt hvort þær hafi ekki bara verið efnislega þó nokkuð á undan fortíðinni hvað varðar hugmyndafræði og þess háttar. Ef þið viljið biðjast velvirðingar, FORMLEGA, þá gerið þið það bara því það er oft gott að geta kyngt skólpinu eins og mig grunar að þið þurfið í þessu tilfelli. Ef ekki þá er ég greinilega enn lengra á undan fortíðinni en mig grunaði. En hættum að velta okkur upp úr því, snúum okkur að geðsjúklingunum.



Í þessum stutta pistli ætla ég að fara í grófum drætti yfir helstu geveikirnar, uppruna þeirra og hvaða aðferðir ég tel ráðlegastar til endurhæfingar.

Geð-sýki er samsett orð eins og allir vita og sett saman úr orðunum geð og sýki. Uppruni orðsins er sennilega orðið sýki en talað var um hversu djúpt í sýkið geðið væri sokkið eftir alvarleika sjúkdómsins. Sýki eru mis djúp og því getur alvarleiki sjúkdómsins verið misjafn. Ráðlegast er að láta fólk með geð-sýki taka léttar þolæfingar og teygja vel á milli. Forðast sund og skokk í rigningu.

Geð-hvarf er notað um einstaklinga sem misst hafa persónuleikann. Þetta geta verið sérlega erfið tilfelli þegar um fólk sem var með margfalda persónuleika er að ræða en þá er talað um geð-hvörf. Uppruni orðsins lýsir sér sjálfur og við þessu er lítið annað að gera en að taka nokkrar góðar þósuæfingar fyrir framan spegil og reyna að finna sjálfan sig.

Geð-klof er eins og þið ættuð að vita tæknilega heitið yfir „kláða í nára“. Unglingum og ölvuðum er hættast við að fá geðklof ef ekki er tekið rétt á í uppeldinu með aga, aðhaldi og auðvitað vænum skammti af próteini (60-80 grömm á dag ætti að duga).

Og að lokum:

Átsýki er einstakt form geðveiki og kannski óeðlilegasta sýkin, en hún byggir á því að fólk étur meira en það getur. Einfaldasta leiðin til að útskýra það er ef t.d. einhver myndi ekki geta lyft hundrad kílóum heldur bara hundrad og fimmtán kílóum. En það er óþarfi að blanda þyngdarlögmalinu og annarri efnisfræði við geðveiki. Það ruglar fólk, eins og þið „fræðimennirnir“ ættu nú að vita. Besta leiðin til að forðast átsýki er að líta á allann mat sem bíldekk en eins og allir vita að þá borðar enginn bíldekk. Nema kannski Hulk. Og hann er ekki til á Íslandi.

Með kveðju
Venni Pácer

 **FARFUGLAHEIMILIÐ LAUGARVATNI** WWW.LAUGARVATNIHOSTEL.IS

Ef Skinner væri uppi í dag, myndi hann gista á Farfuglaheimilinu Laugarvatni!

Farfuglaheimilið Laugarvatni býður uppá þægilega gistiðstöðu á sanngjörnu verði.
Gistingin rúmar 70 persónur í einmanns, tveggjanna og fjölskylduherbergjum, 10 þeirra hafa sér baðherbergi.

- Eldunarstada
- Setustofa
- Heilapottur
- Háhraða þráðlaus internetting

Komdu og njóttu lífsins í afsloppuðu andrúmslofti í fallegu umhverfi.

Sími: 899 5409
laugarvatni@hostel.is
www.laugarvatnihostel.is



LAVAZZA
ITALY'S FAVOURITE COFFEE

LAVAZZA
ITALY'S FAVOURITE COFFEE

LAVAZZA
ITALY'S FAVOURITE COFFEE

LAVAZZA
ITALY'S FAVOURITE COFFEE

Stúdentar!

Styðjum
skólann okkar
með miða í HHÍ.

Á þessu ári
greiðum við út um

37.000
vinninga.

Færð þú einn þeirra?



HAPPDRÆTTI
HÁSKÓLA ÍSLANDS
vænlegast til vinnings

Fáðu þér miða á hhi.is eða 800 6611

Viðtal við Elliða Vignisson

„Sálfræðin er í mínum huga æðst allra vísindagreina“

Hann er hávaxinn, dökkhærður og allajafna stutt í brosið; verður 38 ára í apríl. Það þykir ekki hár aldur hjá bæjarstjóra. Elliði Vignisson sálfræðingur er bæjarstjóri í Vestmannaeyjum, tók við því starfi eftir síðustu sveitarstjórnarkosningar, þar sem hann skipaði efsta sæti á lista sjálfstæðismanna, sem unnu stórsigur, og er því búinn að gegna starfinu í tæpt ár. Framkoma hans sem bæjarstjóra hefur þótt einkennast af jákvæðni og bjartsýni á framtíð byggðarlagsins og áhugi hans og eldmóður fer ekkert á milli mála þegar hann segir skoðanir sínar. Margir hafa haldið því fram að hann nýti þekkingu sína á sviði sálfræði til hins ítrasta í starfi og því ekki úr vegi að forvitnast nánar um hagi þessa eina sálfræðings á Íslandi sem gegnir stöðu bæjarstjóra.

Hver er maðurinn?

Maðurinn er Eyjamaður að atvinnu og sálfræðingur að mennt. Ég er 38 ára. Lauk stúdentsprófi frá Framhaldsskólanum í Vestmannaeyjum, BA í sálfræði 1994, kennslu- og uppeldisfræði til kennsluréttinda í grunn- og framhaldsskóla árið 1995, mastersgráðu (Cand Psyc) frá Kaupmannahafnarháskóla 1998 og er í dag í MPA (Master of public administration) námi við HÍ. Svo gegni ég í dag starfi bæjarstjóra í Vestmannaeyjum

Af hverju valdirðu sálfræði á sínum tíma?

Satt að segja ætlaði ég í mannfræði, sat kynningarfund í félagssálfræði og endaði svo sem betur fer í sálfræði. Sálfræði er í mínum huga æðst allra vísindagreina og lýsi ég mig reiðubúinn til að mæta hverjum sem er í rökræðum þar að lútandi.

Uppáhaldsfag og kennari?

Ég var svo heppinn að vera með marga framúrskarandi kennara þegar ég stundaði nám í HÍ. Minnistæðastir eru mér þeir félagar mínir Grétar og Friðrik auk Sigurjóns Björnssonar. Grétar var umsjónarkennari minn í BA ritgerðinni og reyndist mér afar vel. Báðir eiga þeir það sammerkt að vera hressilegir og hafa líflega nálgun á viðfangsefninu. Þeir bera virðingu fyrir faginu og tekst að innræta nemendum sínum slíkt. Svo eru þeir ætíð til í málefnaleg átök og því fagna ég. Hagnýtasta fagið sem ég tók var án efa “Greining og mótun hegðunar” ásamt öllu því sem snýr að atferlis- og aðferðarfræði. Það skemmtilegasta sem ég hef lært er hinsvegar “Analísan” og “húmanisminn”. Að læra sálfræði er eins og að undirbúa sig fyrir stríð. Maður þarf öll tiltæk vopn og því vara ég við því að fólk nálgist fagið eins og trúarbrögð og varpi öllu fyrir borð öðru en einni stefnu eða skóla. Ef sálfræði væru matvæli þá væru hún hlaðborð en ekki hamborgari.

Hvað finnst þér vera merkilegasta framlag sálfræðinnar?

Nú verður fátt um svör. Hvað er framlag sálfræðinnar og hvað er framlag einhverra annarra greina? Pavlov gamli veltir sér vafalaust við í gröfinni í hvert skipti sem hann er kenndur í undirbúningskúrsum sálfræði um allan heim. Sjálfur hef ég alla tíð verið hallur undir “Hugræna atferlisstefnu” en vil geta gripið til þess sem hentar í hvert skipti og þá jafnvel þótt ekki hafi verið sýnt fram á það með meðaltölum og staðalfrávikum. Ef ég ætti að nefna eitthvað eitt framlag myndi ég sennilega nefna atferlisfræðina sem heild. Hún er svo dásamlega einföld og fögur.

Finnst þér að það ætti að breyta gráðunni í BS í stað BA?

Einu sinni fannst mér það en ekki lengur. Í raun held ég að sú skoðun mín hafi verið einhverskonar minnimáttarkennd gagnvart BS greinunum. Í dag þykir mér langtum meira til sálfræði koma en nokkurra annarra greina. Sögulega séð er hún BA en í reynd er hún vísindagrein sbr. gömlu góðu skilgreininguna hans Grétars – “Sálfræði er vísindagrein sem rannsakar hátterni og hugsun og hagnýtir niðurstöður þeirra rannsóknna”.

Hvernig leggst það í þig að sálfræðin verði færð inn í læknskólann eins og hugmyndir eru um núna?

Ég þekki ekki þær hugmyndir en þær heilla mig ekki svona við fyrstu sýn. Sjálfur myndi ég frekar gera



læknadeildina að undirgrein við sálfræðiskorið.

Stundaðirðu eitthvað félagslíf, þá annaðhvort í stjórn Animu eða háskólapólitíkinni? Ef ekki var eitthvað sem þér fannst skemmtilegast við starf animu?

Ég hef alltaf verið svo hlédrægur að ég sat hvorki í stjórn Animu né tók þátt í háskólapólitíkinni. Vinir mínir í sálfræðinni eins og Finnur Oddsson núverandi stórlax við HR sáu alfarið um þá hlið málna. Ég stundaði hinsvegar mannlífsrannsóknir á skemmtistöðum af kappi. Ég vona að ég móðgi engan þegar ég lýsi þeirri skoðun minni að Anima á að vera faglega sterkari og beita sér fyrir öflugri þjóðfélagslegri umræðu hvað sálfræði varðar. Í kringum sálfræðina er enn mystik sem skadar greinina. Á því sviði auk almennrar hagsmunagæslu sálfræðinema getur Anima beitt sér meira.

Um hvað fjallaði BA ritgerðin þín? - af hverju það efni?

Hún hét því leiðinlega nafni "Próffræðileg úttekt á gátlista DuPaul" og innihaldið er álíka skemmtilegt

og titillinn. Ég var á þessum tíma að daðra við þá hugmynd að gagnlegt væri að geta skimað heilu árgangana í grunnskóla með einföldu skimunartæki og þannig greint þau sem líkur eru til að séu með ADHD (ofvirkni).

Hvert fórstu í framhaldsnám og af hverju?

Ég byrjaði á að næla mér í kennsluréttindi við HÍ og fór í uppeldis- og kennsluréttindanám þar. Að því loknu fór ég í framhaldsnám við Kaupmannahafnarháskóla. Núna er ég svo í MPA námi við HÍ. Í mínum huga er nám lífsstíll og ég stefni að því að verða í námi alla ævi. Ástæðan fyrir því að Kaupmannahafnarháskóli varð fyrir valinu á sínum tíma var fyrst og fremst sú að mig langaði í eitthvað öðruvísi nám en HÍ - með þá Friðrik og Sigurd í broddi fylkingar – var búið að troða í mig. Ég taldi mig nokkuð vel undirbúinn hvað varðaði alvöru vísindi. Þekkti vel til vísindalegra vinnubragða, hafði kynnst aðferða- og tölfraði vel, fengið finan grunn í atferlisfræði og svo framvegis. Námið í Kaupmannahöfn virkaði á mig sem analískra og húmanískra en HÍ hafði verið og því fór ég þangað. Ég hef ekki séð eftir því enda fjölgaði mjög vopnumum

í körfunni og mörg þeirra nota ég á hverjum degi í núverandi vinnu. Hinsvegar viðurkenni ég fúslega að þess meira sem ég læri þess meiri virðingu fæ ég fyrir þeim frábæra grunni sem sálfræðideildin við HÍ veitir.

Var áhuginn við klínískt starf?

Ekki endilega. Ég hef kynnst klínísku starfi og það er feikilega skemmtilegt. Stundum hefur mig rennt í grun að hún jafri við sjálfesku sú vellíðan sem maður finnur til þegar maður upplifir það að hafa haft inngríp í dýpstu persónulegu málefni einstaklings eða fjölskyldu og lagt sín lóð á vogaskálarnar til að bæta lífsgæði þeirra. Hinsvegar er klínískt starf ekki eins og bíómyndirnar leggja það upp. Ég var til dæmis aldrei með skjólstaðing eins og Sharon Stone í Basic Instinct. Sálfræði undirbýr fólk fyrir gríðarlega fjölbreytt starfssvið. Ég var ekki að mennta mig fyrir einhvern einn stól heldur að auka getu mína og hæfni til þátttöku í atvinnulífinu. Það tel ég hafa tekist með því að læra sálfræði.

Varstu lengi í námi erlendis? Og um hvað var lokaritgerðin þín í meistaranáminu?



Ég var í tvö ár í Kaupmannahöfn og átti þar góðan tíma, bæði við nám og störf. Mastersritgerðin mín hét “Maternal stress in Icelandic fisherman’s families” eða Mæðrastreita í íslenskum sjómansfjölskyldum. Feikilega skemmtileg vinna og ólíkt skemmtilegri lesning en blessuð BA-ritgerðin. Ég ætlaði um tíma að fjalla um sjóveiki og hef hálfpartinn séð eftir því að hafa ekki hellt mér meira út í þá stúdíu. Það er kannski ágætt að hvetja sálfræðinema til að skoða þau fræði. Svo mikið er víst að ég er tilbúinn til að bjóða þeim upp á aðstöðu og aðgengi að rannsóknargögnum ef einhver hefur áhuga.

Hvað svo? Af hverju kennari?

Svo kom ég heim og af sjálfsgöðu kom aldrei neitt annað til greina en að flytja til Vestmannaeyja. Ég var um tíma að velta fyrir mér doktorsnámi en ákvað frekar að ná mér í fleiri mastersgráður enda hef ég ekki stefnt á akademískt starf. Kennslustarfið við framhaldsskólann datt bara í fangið á mér, ég ætlaði að kenna 2 ár en endaði með því að vera þar í 10 ár. Að kenna er það næst skemmtilegasta sem ég hef gert.

Nýttist sálfræðinámið þér við kennsluna?

Sálfræðinámið hefur nýst mér í nánast öllu sem ég hef tekið mér fyrir hendur og skiptir þá einu hvort um er að ræða kennslu, harða pólitík eða hvað annað. Er hægt að vera betur undirbúinn en að vera sérfræðingur í mannlegu hátterni og mannlegri hugsun?

Svo kom pólitíkin, hvað varð til þess að þú fórst út í hana?

Pólitík er í raun bara þátttaka í mótun samfélagsins. Það ættu allir að taka einhvern þátt á þeim vettvangi. Ég hef alla tíð verið mjög pólitískur þótt ég hafi ekki fundið mér neina ákveðna fjöl í þeim efnunum fyrr en í seinni tíð. Ég er hægisinnadur og met frelsi einstaklingsins mikils. Eitt af það mikilvægasta við frelsið er frelsi til búsetu. En ekki koma mér af stað í þessa átt því þá snýst þetta viðtal upp í ritröð.

Notaðirðu gamla takta frá tímunum hans Friðriks í kosningabaráttunni?

Eins og sagði áðan þá færir sálfræðin manni vopn í hendur. Eitt þessara



vopna eru einmitt merkilegar félagsálfærðirannsóknir Friðriks á stjórnmaláamönnum, skoðanamyndandi þáttum og fleira. Það er í engu lagið þegar ég segi að ég hef notað gamla takta frá Friðriki og öðrum góðum mönnum. Ég hef meira að segja fengið hann til að koma hingað til Eyja til að undirbúa frambjóðendur. Sálfræðingar eru að mínu viti of lítið notaðir í þeim tilgangi.

Hefur námið nýst þér sem bæjarstjóri?

Já mikið, bæði beint og óbeint. Við skulum ekki gleyma því að bæjarfélög eru þjónustuaðili og ráðandi hluti snýr að rekstri skóla og félagsþjónustu. Ég er með menntun og reynslu á þessum sviðum og það hjálpar mér mikið. Svo er það hitt sem snýr meira að fagþekkingu á sviði hegðunar og hugsunar. Hjá Vestmannaeyjabæ starfa um 500 starfsmenn þannig að stjórnunin er víðtæk og oft reynir á lipurð í mannlegum samskiptum. Þá er sálfræðin einnig sterkur grunnur á öllum sviðum viðskipta því allt snýst þetta um mannlegt eðli, hegðun og hugsun þegar upp er staðið.

Hvað tekur við?

Ég er ráðinn sem bæjarstjóri til ársins 2010 og þann tíma ætla ég að nota vel. Vestmannaeyjar eru eitt stærsta og öflugasta bæjarfélag á Íslandi með mikla möguleika til vaxtar. Á næstu árum verða samgöngur stórefldar og blómlegt framundan hjá okkur í Vestmannaeyjum ef við bara grípum þau tækifæri sem koma sannarlega til með að berast. Hvað mig persónulega varðar hef ég aldrei haft áhyggjur af framtíðinni og nenni ekki að byrja á því núna. Það eru bara til verkefni en engin vandamál.

Að lokum

Ef svo ólíklega vill til að einhver sálfræðinemi hafi ekki komið til Vestmannaeyja þá er það mitt faglega mat að sá hinn sami sé ekki nema hállifadur. Legg þú til að næsta ferð Animu verði til Eyja enda slík vísindaferð afar vel til þess fallin að efla dád og dug verðandi leiðtoga í íslensku þjóðlífi.

SPOEX



*„Vissir þú að á Íslandi eru sex til níu þúsund
manns með Psoriasis og enn fleiri með Exem“*

www.psoriasis.is

Hvar eru þau nú ?

ÓLAFUR ÖRN BRAGASON

Þegar ritnefnd Sálu bað mig um að skrifa grein um hvað hafi tekið við hjá mér eftir B.A. nám í sálfræði komu upp í huga minn margar góðar minningar af félagsstörfum mínum fyrir Animu. Í þá tíð var Sála full af húmor þar sem fast var skotið á bæði nemendur og kennara, þó allt í góðu af sjálfsögðu. Á þessum tíma þótti mér sjálfum áhugavert að heyra sögu starfandi sálfræðinga og því fagna ég því tækifæri að fá að segja frá þeirri leið sem ég hef nú farið eftir að B.A. náminu lauk.



Ég lauk B.A. prófi í sálfræði í júní 2002 og hélt út til Englands í framhaldsnám þá um haustið enda hafði ég lengi stefnt á að fara í nám erlendis. Nokkrum árum fyrr hafði ég tekið þá ákvörðun að læra réttarsálfræði eftir að hafa tekið samnefndan áfanga hjá Jóni Friðriki Sigurðssyni. Til að auka þekkingu mína hafði ég starfað sem lögreglumadur sumrin 2000 og 2001 auk þess sem ég starfaði á meðferðarheimilinu Háholt í Skagafirði sumarið 2002. Þessi reynsla hjálpaði mér til að komast í framhaldsnám í réttarsálfræði við Háskólann í Surrey haustið 2002. Um var að ræða bóklega námsgráðu sem var þrjár annir. Þar var fjallað um hagnýtingu sálfræðilegrar þekkingar í þágu lögreglu, áhættumat og meðferð á fólki sem framið hefur afbrot.

Lokaverkefni mitt var um afbrotahegðun og persónuleikaeinkenni

barna sem voru í meðferð á vegum Barnaverndarstofu. Niðurstöðurnar hafa verið birtar á veggspjaldi og í erindi á ráðstefnum hér á landi og erlendis. Ég tel mjög mikilvægt að þátttaka fólks í rannsóknum sé virt með þeim hætti að niðurstöður séu birtar og notaðar en ekki láttnar safna ryki í bókahillum nemenda.

Ég bjó á heimavist háskólans með 19 öðrum nemendum frá mismunandi löndum og heimsálfum. Það var ómetanleg lífsreynsla að kynnast fólki af ólíkum uppruna og kennurum með aðrar skoðanir og hugmyndir en var haldið á lofti í B.A. náminu hér á sínum tíma.

Þegar námi mínu lauk í Englandi ákvað ég að snúa aftur til Íslands þar sem ég taldi mörg spennandi tækifæri vera þar. Eftir að heim var komið bætti ég við mig námi í klínískri sálfræði og tók hagnýta starfsþjálfun

til að fá starfsréttindi sem sálfræðingur. Sálfræðiskor H.Í. mat nám mitt og veitti leyfi til að taka það sem vantaði upp á svo ég fengi starfsréttindi. Ég vill nota tækifærið og þakka skorinni fyrir þetta tækifæri og get ég sagt að þeir áfangar sem ég tók í klínískri sálfræði hafi reynst mjög góðir og gagnlegir í starfi.

Rétt áður en ég hlaut réttindi sem sálfræðingur hóf ég störf hjá embætti Ríkislögreglustjóra og gegni þar nú starfi sálfræðings á stjórnslusviði. Störf mín þar hafa fyrst og fremst snúið að tölfærði, rannsóknum og þróun. Verkefni mín hafa m.a. lotið að heiðarleika lögreglumanna, ofbeldi gegn lögreglumönnum og skipulagningu á sálrænum stuðningi við lögreglumenn. Í framtíðinni tel ég að sú þekking sem sálfræðingar hafa muni nýtast lögreglumönnum við að auka fagmennsku þeirrar stéttar, m.a. á

sviði lögreglurannsóknna, vörnum gegn spillingu, vali á lögreglumönnum, eftirliti með hættulegum afbrotamönnum, þjónustu lögreglu við þolendur afbrota og þjálfun lögreglumanna. Síðast en ekki síst vill ég nefna að aðferðarfræðileg og tölfærðileg þekking er eftirsóknarverð á atvinnumarkaðnum í dag og lögreglan er þar ekki undanskilin.

Önnur störf sem ég hef einnig gegnt eru stundarkennsla í réttarsálfræði við H.Í., sálfræðimeðferð barna á meðferðarheimilunum Árbót og Berg auk þess sem ég hef tekið að mér sálfræðilegt mat og meðferð á börnum fyrir barnaverndarnefndir í landinu.

Það er því hægt að segja að á hverjum degi nýti ég sálfræðilega þekkingu sem ég aflaði mér við nám í Háskóla Íslands og Háskólanum í Surrey.

Helga Lára Haarde

„Drifkraftur Vöku vakti áhuga minn“

Helga Lára Haarde er ung Reykjavíkurmær sem útskrifaðist árið 2004 frá Menntaskólanum í Reykjavík. Eftir MR fannst Helgu eina rökrétta framhaldið vera að fara í lögfræði í Háskóla Íslands svo hún byrjaði á því og var að þvælast í því námi í heilan vetur þar til að hún sá ljósið og hljóp yfir bílastæðið yfir í Odda og byrjaði í sálfræði haustið 2005. Helgu fannst ekki nóg að vera í þessu gríðarlega erfiða námi sem sálfræðin er og fór því strax að blanda sér í stúdentapólitíkina enda kannski stutt að sækja þann áhuga. Helga var kjörin formaður Vöku fyrr í vetur og er því 9 konan sem gegnir því embætti hjá Vöku. Blaðamaður Sálu fór á stúfana og náði tali af Helgu þar sem hún lá sveitt yfir bókunum í skynjunarsálfræði.



Fullt nafn og fæðingarár

Helga Lára Haarde fædd árið 1984

Þú ákvaðst að fara í lögfræði fyrst, var það pressa heima fyrir, áhugi eða elta alla hina MR-ingana?

Valið stóð alltaf milli lögfræði og sálfræði. Ég ákvað að prófa lögfræðina og þó að mér fyndist hún áhugaverð og skemmtileg átti hún bara ekki við mig og námið hentaði mér ekki. Þegar ég skipti svo yfir í sálfræðina fann ég strax að hún hentaði mér miklu betur. En ég hef mikinn áhuga á báðum fögum, en niðurstaðan var að leggja sálfræðina fyrir mig og fylgjast með lögfræðinni úr fjarlægð

Og stóðst sálfræðin væntingarnar?

Já klárlega, þetta er ótrúlega skemmtilegt nám.

Varstu smeyk við síuna miklu í Sálfræðinni?

Já ég var það, sérstaklega eftir hálf slappt gengi í lögfræðinni. En svo var þetta ekki eins mikið mál og ég hélt og það tengist auðvitað áhuganum

á náminu. Manni gengur ósjálfrátt betur þegar áhugi á efni er til staðar

Hvaða kennari og hvaða fag finnst þér standa upp úr enn sem komið er?

Þetta er erfið spurning. Mér fannst almenna sálfræðin mjög skemmtileg. En síðan þá fannst mér kannski foreldraþjálfun skemmtilegasta námskeiðið sem ég hef tekið hingað til. Ég er líka mjög spennt að taka félagslegu sálfræðina og vinnusálfræði í haust. Mér finnst erfitt að gera upp á milli kennarana og get það varla. Langflestir kennarnir standa sig vel þó að lengi megí gott bæta.

Af hverju að blanda sér síðan í Stúdentapólitíkina?

Ég tel að máttur stúdenta sé mikill og í sameiningu getum við náð miklu fram. Það má því ekki vanmeta hlutverk okkar stúdenta í baráttunni fyrir bættum háskóla. Ég ákvað að ganga til liðs við Vöku því drifkrafturinn sem einkennir starfið þar kveikti í mér löngun til að leggja mitt af mörkum. Í Vöku starfar fólk sem leggur mikið á sig

í sjálfbodavinnu fyrir bættum hag stúdenta og betri háskóla.

Heldurðu að þú hafir einhvern tíma fyrir námið núna þegar þú ert orðin formaður Vöku?

Það er mjög góð spurning. Ég reyni alltaf að gera það sem ég tek mér fyrir hendur sem best. Ég hef mikinn metnað fyrir Vöku og mun reyna að halda nafni félagsins hátt á lofti í vetur. Ég held að ég muni minnka aðeins við mig í skólanum næsta vetur og taka námið á aðeins lengri tíma. Mér liggur ekkert á í lífinu og ég vil líka geta notið þess að sinna skólanum á fullu án mikilla truflana. En þetta hefst allt með smá skipulagningu og viljastyrk

Hver eru aðal baráttumál Vöku fyrir Sálfræðinema?

Ég mundi vilja sjá að boðið yrði upp á þann möguleika að fara í skiptinám. Einnig þarf minni kennslueiningar, þ.e. færri nemendur á kennara. Einnig þarf sálfræðin að fá greitt sérstaklega fyrir framhaldsnámið en ekki reka það á tekjum frá grunnnáminu eins og núna er gert. Ef þessu væri breytt væri hægt að taka fleiri nemendur inn

ÁRSHÁTÍÐIN

Árshátíð Animu 2007 var haldin þann 16. febrúar í Skíðaskálanum Hveradölum. Byrjað var á fordrykk í Odda og haldið svo með langferðabílum upp í Hveradali. Þar tók við seinni fordrykkurinn og þriggja rétta kvöldmáltíð fylgdi í kjölfarið. Um skemmtiatriði sáu Sveppi og Jói við góðar undirtektir hátíðargesta. Eyjólfur Örn Jónsson var heiðursgestur að þessu sinni og talaði hann meðal annars um netfíkn og almennt sálfræðinám. Árni Kristjánsson kom með nokkur heilræði í sinni ræðu en hann talaði fyrir hönd kennara. Þeir kennarar sem ekki mættu komu þó stutt fyrir í myndbandaannál Animu 2007. Í þessu myndbandi fengu nemendur að kynna annarra hlið kennaranna. Þar kom meðal annars fram að sumir þeirra eru ekki bara klárir í lífeðlisfræði heldur líka fræðum sem tengjast tantra. Dregið var í happadrætti en einn af aðalvinningum kvöldsins varð eftir í rútunni. Blessuð sé minning hans. Eftir mat og skemmtiatriði voru tekin nokkur nett dansspor á gólfinu við undirleik DJ Yamaho. Aðrir töluðu um tilfinningar, reyktu vindla og drukku koníak í betri stofunni. Þegar líða fór á kvöldið var aftur farið með langferðabílum til Reykjavíkur þar sem dansað var fram eftir nóttu.

Sigurbjörg Pálsdóttir
Skemmtanastýra



í t.d. cand.psych. námið en nú er gert.

Finnst þér að það eigi að skipta HÍ upp í nokkra skóla, ef svo er þá með hvaða skóla á sálfræðin að fylgja?

Ég er mjög fylgjandi því að skólanum verði skipt upp í smærri skóla. Ég tel að það muni koma Háskólanum til góða að gera deildirnar sjálfstæðari og skilvirkari. Persónulega finnst mér að sálfræðin ætti að vera með heilbrigðisvísindaskóla. Þar tel ég að hagsmunum deildarinnar verði best borgið og hún geti notið meiri sérstöðu en innan félagsvísindaskóla. Það þarf þó að fara fram mikil og góð umræða innan deildarinnar um þetta og mér finnst að nemendur eigi að hafa eitthvað með það að gera í hvaða skóla sálfræðin lendir.

Er sanngjarnt að það skuli ekki prófdómari fara yfir BA verkefni sálfræðinema?

Mér finnst í raun í lagi að prófdómari fari ekki yfir BA verkefni. Þau eru unnin undir faglegri handleiðslu kennaranna. Það þyrfti að finna prófdómara með sérþekkingu á því sviði sem verkefnið kemur inn á. Það gæti reynst erfitt. Ég held

að prófdómari ætti frekar að vera undantekningin fremur en reglan.

Hvað finnst þér vera merkilegasta framlag sálfræðinnar?

Ég á erfitt með að velja eitthvað eitt, en ætli mér finnst ekki merkilegast þegar fólk fór að gera sér grein fyrir því að öfgastefnur í eina átt virkuðu ekki og fór í staðinn að nota sitt lítið af hverju til að aðstoða fólk með vandamál sín. Annars finnst mér persónulega gaman að lesa kenningar Freuds og tel þær merkilegar svo langt sem þær ná.

Við hvað vinnur sálfræðimenntað fólk?

Sálfræðingar annast meðal annars sálfræðilegar greiningar með notkun prófa og viðtala. Þeir sinna einnig meðferð og ráðgjöf. Sálfræðingar stunda einnig rannsóknir og sinna vísindastörfum. Svo eru margir sálfræðingar sem sinna vinnu- og skipulagsmálum. Ég tel að sálfræði gagnist manni við hvað það sem maður tekur sér fyrir hendur. Það er undir hverjum og einum komið að skapa sér vettvang þar sem sálfræðimenntunin fær notið sín.

Er sálgreining málið?

Mér persónulega finnst sálgreining og Freud áhugavert fyrirbæri. Það er gaman að kynna sér sálgreiningu og aðferðir hans þó að sálgreining sé kannski ekki mjög vísindaleg. Það ber að taka sálgreiningu með fyrirvara þó að vissulega geti hún verið skemmtileg nálgun.

Hvað dettur þér fyrst í hug þegar þú heyrir þessi orð?

Rorschach

Þetta er held ég blekslettuprófið til að meta persónuleika.

Electroencephalogram

Þetta er eitthvað sem ég á pottþétt að vita, en man hreinlega ekki. Maður getur ekki munað allt úr þessum blessuðu bókum.

Freudian slip

Þetta er vinsælt orðatiltæki hjá mér og mínum vinum. Þetta vísar til þess þegar fólk mismælir sig en Freud vildi meina að mismæli væri dulvitundin að brjótast fram. Mér finnst það skemmtileg hugmynd í sjálfu sér.

Nýja Stjórnin



FORMAÐUR

Nafn: Óttar G. Birgisson

Kt og fæðingarstað.
150884-3069. Fæddur og
uppalinn í Sandgerði.

Á hvaða ári í sálfr: Ég er að klára fyrsta árið.

Af hverju ert þú hæfastur í starfið? Ég set markið hátt ná alltaf mínum markmiðum.

Upphaldsfag:

Lífðlisleg Sálfræði

Upphaldskennari: Þeir eru nú flestir góðir en tríóið sem kennir Almenna Sálfræði eru pottþéttir.

Er Sálgreining málið:

Hún er kannski ekki málið, en sálgreining eru litríkar og skemmtilegar þælingar.

Stefnan næsta vetur:

Gera gott félagslíf sálfræðinema betra.



GJALDKERI

Nafn: Sigríður Sigurjónsdóttir

Kt: 231283-2509

Fæðingarstaður:

Ég fæddist á Fæðingarheimilinu í Reykjavík.

Ár í sálfræði: Ég er á öðru ári í sálfræði núna en verð á því þriðja þegar ég verð gjaldkeri animu.

Af hverju er ég hæfastur í starfið:

Því ég veit að ég mun sinna starfi gjaldkera mjög vel og ráðstafa peningum félagsins í skemmtilega og hagnýta hluti fyrir nemendur sálfræðinnar.

Upphalds fag:

Það er nú góð spurning. Flest fögin eru svo skemmtileg á sinn hátt en þau fög sem standa upp úr eru heilsusálfræði hjá Heiðdís og fortölu, viðhorf og hegðun hjá Friðriki.

Upphalds kennari:

Heiðdís Valdimarsdóttir sem kennir heilsusálfræðina.

Er sálgreining málið:

Sálgreining er alls ekki málið sem meðferðarúræði fyrir mjög veikt fólk sem þarf virkilega á hjálp að halda en að spjalla um sálgreiningu og gagnrýna hana er hins vegar mjög skemmtilegt því þetta er svo vitlaust að hægt er að hlæja mikið að þessu.

Stefna næsta vetur:

Að hafa árið sem skemmtilegast, fullt af vísindaferðum og góðum uppákomum og að sjálfsögðu að hafa fjárhagstöðu animu sem besta og helst í plús.





RITARI

Nafn: Berglind Stefánsdóttir

Kt og fæðingarstað:
fædd 2.júní 1986 í
Vestmannaeyjum

Á hvaða ári í sálfr: Ég er á
1.ári

Af hverju ert þú hæfust í starfið?: Alltaf dreymt um að vera ritari og tel mig hafa einstaklega fallega rithönd. Neinei, hef gaman af þessu hlakkar til að fara að plana félagslíf sálfræðinema ásamt nýju stjórninni! ;)

Upphaldsfag: á þessari önn er það greining og mótun, annars var almennan fin.

Upphaldskennari: hmmm margir frábærir, en Friðrik er góður!

Er Sálgreining málið: jáá það er mikið til í verkum Freud, en þó ekki allt jafn viturlagt ;)

Stefnan næsta vetur: Halda áfram í sálfræðinni og taka perrann með stæl!



VEFSTJÓRI

Nafn: Guðrún Ólafsdóttir

Kt og fæðingarstað:
1004843319, fæddist á
Akranesi.

Á hvaða ári í sálfr: Öðru ári.

Af hverju ert þú hæfust í starfið?: Af því að ég ætla að gera góða hluti í næsta vetur, bæði sem vefstjóri og meðlimur í ritstjórn sálu. Ég hef mikinn metnað til að leggja mitt af mörkum í að gera félagslífið skemmtilegt á næsta ári. Ég ætla að reyna bæta animu síðuna, setja fleira skemmtilegt inn á hana, viðtöl og aðrar nytsamlegar og skemmtilegar upplýsingar.

Upphaldsfag: Fortölur, viðhorf og hegðun.

Upphaldskennari: Friðrik.

Er Sálgreining málið: Nei.

Stefnan næsta vetur:

Félagslífið í vetur var mjög skemmtilegt og stjórnin var að gera góða hluti. Ég vil halda því áfram og gera næsta vetur jafn skemmtilegan eða jafnvel skemmtilegri en síðasta vetur. Að lokum vil ég þakka fyrir frábæran vetur og ég hlakka til að halda áfram að skemmta mér með ykkur á næsta ári. Vonandi eigði öll eftir að skemmta ykkur vel í sólinni í sumar.

SKEMMTANASTÝRA

Nafn: Katrin Kristjánsdóttir

Kt og fæðingarstað:
210184-2449 Reykjavík

Á hvaða ári í sálfr: 1. ári

Af hverju ert þú hæfust í starfið?: Ég var í skemmtinefnd á þessu ári og vann mjög náíð með ofurskemmtanastýrunni henni Boggu og lærði alveg óteljandi mikið af henni, þannig að það getur bara ekki verið annað en að ég sé hæfust í þetta starf.

Upphaldsfag: Skýringar á hegðun, alltaf hægt að hlæja af bröndurunum hans Sigurðar.

Upphaldskennari: Guðmundur B. Arnkels-son, u have to learn to love him ;)

Er Sálgreining málið:

Já tvímanna-laust

Stefnan næsta vetur: Að léttu samnemendum mínum lífið með skemmtun og sprelli svo að sálfræðinemarnir missi nú ekki alveg vitid í bókunum.



Misskipting fjármagns til deilda Háskólans

Andri Heidar Kristinsson



Á hverju ári fær Háskóli Íslands ákveðið fjárframlag frá ríkinu til að reka skólann en auk þess eru aðrar tekjuöflunarleiðir nýttar í einhverjum mæli. Langstærsti hlutinn kemur þó úr ríkiskassanum. Hvernig þessum fjármunum er í fyrsta lagi útteilt og síðan ráðstafað í þágu deilda skólans er ferli sem fáir þekkja vel, enda furðulega flókið og ógegnsætt. Í þessu ferli er bæði notast við reiknilíkan og deililíkan og vegna þess hversu orðin eru lík er kannski ekki furða að menn rugli þessu tvennu saman og skilji hvorki upp né niður. Í stuttu máli virkar ferlið þannig að ríkið notar reiknilíkan til að ákveða hversu mikinn pening Háskólinn fær en skiptir sér ekki af því hvernig sá peningur er nýttur. Síðan notar Háskólinn deililíkanið til að deila peningunum niður á deildir háskólans. Deililíkanið tekur að talsverðu leiti mið af reiknilíkaninu en það er notað til að jafna fjárframlög til deilda miðað við forsendur reiknilíkansins, t.d. ef deild er fámenn/fjölmenn eða á í mikilli samkeppni við aðra skóla.

Reiknilíkan ríkisins notast við kerfi sem gerir ráð fyrir því að nemendur fái mismikinn styrk frá ríkinu eftir því hvaða nám þeir stunda. Í ljósi jafnréttis- og frelsissjónarmiða er þarna því um klára mismunun að ræða. Líkanið er einnig að mörgu leiti úr sér gengið, enda ennþá byggt á frumgerðinni frá árinu 1994 sem gert var að fyrirmynd svipaðs líkans í Svíðþjóð þar sem miðað var við mun fjölmennari skóla en Háskóla Íslands. Sem dæmi má taka að nemi í tannlækningum fær um tvær milljónir króna á ári en nemi í sálfræði fær einungis brot af

þeirri upphæð. Ástæðan fyrir þessu er, ásamt öðru, að gert er ráð fyrir umtalsvert meiri fjármunum til tækjakaupa vegna rannsókna í sumum deildum en öðrum. Einnig er greitt meira fyrir nemendur sem leggja stund á nám í deild þar sem gert er ráð fyrir meiri þörf á verklegum tímum og dæmatímum. Það er hins vegar ljóst að mjög erfitt er að meta þörfina á slíkum verklegum tímum og dæmatímum á milli deilda og einnig getur þörfin verið mjög misjöfn milli skora í sömu deild – sem þó hljóta sömu upphæðir á nemenda. Ásamt þessu er ekki tekið tillit til annars

konar tíma s.s. umræðutíma en slíkum tímum hefur fjölgað mikið undanfarin ár og hafa sannað gildi sitt í mörgum fögum, t.d. sálfræðinni.

Þegar ríkið hefur útteilt peningum til háskólans eftir reiknilíkaninu þar sem gert er ráð fyrir ákveðinni upphæð fyrir hverja deild tekur deililíkan Háskólans við og er það eins og áður segir að mestu leiti byggt á reiknilíkaninu en þó nokkrar aðrar breytur teknar inn svo sem fámenni eða margmenni í deildum. Að deililíkaninu loknu tekur deildarráð hverrar deildar við fjármununum og skiptir því niður á skorir. Þar getur skiptingin einnig breyst lítillega frá því sem deililíkanið gerir ráð fyrir, sérstaklega á það við ef deild fær meiri fjármunum úthlutað samkvæmt deililíkaninu heldur en reiknilíkan ríkisins gerir ráð fyrir.

Eins og af öllu þessu sést er núverandi ferli flókið og ógegnsætt ásamt því sem mjög auðveld rök má færa fyrir því að nemendum sé mismunad. Það fer því að koma tími á að bæði ríkið og Háskólinn endurskoði núverandi fyrirkomulag í takt við nýja tíma og breyttar aðstæður.

Hvar eru þau nú ?

ELLA BJÖRT (TEAGUE)

Ella Björt (Teague) útskrifaðist með BA frá sálfræðiskor HÍ vorið 2005. Hún segist lengi hafa haft áhuga á tengslum hugar og heila og fann þeim áhuga farveg í taugasálfræðinni.



Veturinn 2005 vann Ella að rannsókn á vegum Íslenskrar erfðagreiningar undir leiðsögn Smára Pálssonar taugasálfræðings og Jakobs Smára prófessors sem varð að BA verkefni hennar og hún segir að hafi komið sér á bragðið. Rannsóknin fólst í taugasálfræðilegu mati á systkinum Alzheimers-sjúklinga og viðmiðunarhópi sem ekki átti nákominn ættingja með Alzheimers-greiningu. Allir þátttakendur höfðu verið prófaðir sex árum áður og var því markmiðið að bera hópana aftur saman og skoða hugsanlegar breytingar á niðurstöðum prófa sem sýnt hefur verið að séu næm á byrjunarstig Alzheimers-sjúkdóms. Eftir að hafa unnið að fleiri rannsóknum á svipuðu sviði segist hún hafa haft nokkuð góða hugmynd um hvað hana langaði að gera í framhaldinu og ákvað að hella sér út í umsóknarferli til doktorsnáms í Bandaríkjunum með öllu því brjálæði sem því fylgir.

Núna er Ella að klára fyrsta árið af sex í klínisku taugasálfræði prógrammi við the Graduate Center of the City University of New York og kveðst ferlega sátt við námið. Hún segist vinna með prófessor sem stundar rannsóknir á sviði emotional processing eða getu fólks til að vinna úr tilfinningatengdum áreitum eins og raddblæ, svipbrigðum og texta. Auk rannsóknarvinnu og klínískrar þjálfunar sem byrjar eftir annað árið er talsvert álag af kúrsum og taka nemendur mikið af taugavísindakúrsum auk sálfræðikúrsum. Og hvað gerir maður svo eftir sex ára nám í fræðunum og slatta af klínískri þjálfun?? „Nú, draumurinn er að koma mér í stöðu þar sem ég get bæði hitt sjúklinga í greiningu og endurhæfingu og haldið áfram að stunda rannsóknir. Hvort það gengur eftir og þá í hvaða heimsálfu verður bara að koma í ljós...“

JÓN GRÉTAR SIGURJÓNSSON

Jón Grétar Sigurjónsson útskrifaðist frá HÍ 2004 og er núna við framhaldsnám við National University of Ireland í Galway. Lokaritgerð Jóns frá sálfræðiskor bar heitið „Um hvarfhyggju og róttæka atferlishyggju B.F. Skinners“ ritgerð sem hann ræður öllum frá að lesa. Rannsóknarverkefnið hans núna kallast „Electrophysiological activity during stimulus class formation“ þar sem hann er að blanda saman aðferðum atferlisfræðinnar og lífeðlisfræðinnar með því að nota heilalínurit til þess að mæla breytingar á heilastarfsemi á meðan þátttakendur leysa áreitajöfnunarverkefni.



En af hverju Írland?

Af því að danskan mín var svo léleg! Svona í alvöru talað þá valdi ég Írland af því að ég vildi fara til enskumælandi lands en gat ekki hugsað mér að búa í Bandaríkjunum eða Bretlandi. Þá fann ég Galway, deildin hérna hefur verið að stækka mjög hratt, hefur bætt við sig að meðaltali einum kennara á ári undanfarin ár, hér var að byrja meistaranám í hagnýtri atferlisgreiningu og heilsusálfræði og hérna er líka hægt að taka doktorsnám í klínískri sálfræði. Rannsóknarnámið hérna (M.Litt og Ph.D) hefur líka verið í örum vexti, þegar ég kom hingað í júlí 2005 voru hér 8 framhaldsnemar en við erum núna 22 talsins! Stefnan er sett á að hafa rúmlega 50 framhaldsnema eða um það bil 3 nemendur á hvern kennara.

Hvernig deild er þetta?

Hér hefur áherslan fyrst og fremst verið á heilsusálfræði

en eftir að námið í atferlisgreiningu byrjaði eru kennarar í atferlisgreiningu og fræðum orðnir fjórir auk þess sem starfandi atferlisfræðingar koma og kenna í bekknum. Við höfum líka verið að koma upp rannsóknarstofum og höfum núna fimm rannsóknarstofur. Cortisol, hemodynamic and cardiographic (báðar notaðar í stress rannsóknum), sáeðlisfræði og auðvitað heilalínuritíð. Svo er ætlunin að stækka heilalínurits rannsóknarstofuna og fjölga tækjunum.

Hvernig er Írland?

Svolítið eins og Ísland! Hér er mjög fjöruget næturlíf og fólk hefur gaman af því að skemmta sér. Veðrið er líkt og heima, þú getur fengið allar árstíðir fyrir hádegi, en það aðeins heitara hér. Þegar þetta er skrifað er snjór heima en ég á leiðinni að setjast úti á pöbnum og sötra eitthvað svalandi. Ég verð að kæla mig niður einhvern vegin til að hafa orku til að halda áfram ;)

Með reynsluna að vopni

Eftir Guðmund Tý Þórarinsson forstöðumann Götusmiðjunnar.

Eftir að hafa starfað með unglíngum í nokkur ár og horft upp á úrræðaleyfi í meðferðarmálum þeirra á Íslandi fékk ég þá snilldarhugmynd að opna meðferðarheimili fyrir ungt fólk í vímuefnavanda. Það hvarflar stundum að mér í hvaða ástandi ég sjálfur var þegar ég tók þessa ákvörðun. Líklega var það bjargvætturinn í alkabarninu í mér sem var að verki. Staðreyndin er sú að ég kem frá mjög brotnu heimili, er fullorðið barn alkohólísta og var fíkiill sjálfur. Ég fór í ótal meðferðir sem virkuðu illa eða alls ekki. Fyrir 15 árum komst ég að því að eina sem ég þurfti að gera var að þora að vera ég sjálfur. Ég þurfti bara einhvern til að leiðbeina mér. Loksins hittu ég meðferðaraðila sem var tilbúinn að tengjast mér og gat labbað mér í gegn um þá vanlíðan sem var rót vandans hjá sjálfum mér.

Á þeim 10 árum sem Götusmiðjan hefur starfað hef ég eflaust verið að reyna að bjarga sjálfum mér sem og öllum þeim unglíngum sem lifa á jafri samfélagsins og hafa ratað inn í dimman heim fíkniefnaneyslunnar. Sú reynsla sem ég hef af þeim heimi, lífstílnum og afleiðingunum sem honum fylgir var og er það sem ég byggji meðferð Götusmiðjunnar á. Ég spurði mig spurninga. Hvað hefði á sínum tíma fengið mig til að snúa af þessari ógæfubraut. Hvernig hefði unglíngurinn Mummi viljað láta mæta sér? Mummi sem hafði allt á hornum sér, var reiður út í lífið, leitaði vellíðunar í vímuefnum og var tilbúinn að brjóta lög og reglur til að halda úti þessum ömurlega lífsstíl. Já, hvernig hefði þurft að nálgast hann? Ég taldi mig vita það fyrir 10 árum og tel mig vita það núna.

Sú leið sem ég valdi að fara í uppbyggingu meðferðarnálgunar í Götusmiðjunni byggist á mannlegri nálgun og tilfinningavinnu því einhverstaðar hjá öllum fíknium einstaklingum er undirliggjandi tilfinningalega vanlíðan í einhverju formi. Mín reynsla er sú að fíkn er alltaf birtingarform öðrum vanda. Það þarf því að mínu mati kenna fólki að snúa vanlíðan í vellíðan án þess að þurfa nota til þess vímuefni. Það kennum við í Götusmiðjunni og lykillinn að því að unga fólkið læri að skilja og greina tilfinningar sínar og komast þannig að rót vandans er að allt starfsfólk meðferðarheimilisins, fagmenntað og ófagmenntað, sé tilbúið í mannlega nálgun með því, sé tilbúið að tengjast.

Það reyndist í raun auðveldara að byggja upp hugmyndafræðina og meðferðarnálgunina í Götusmiðjunni heldur en að finna starfsfólk sem var tilbúið til að starfa eftir henni. Sjálfur hafði ég reynsluna eina að vopni en gerði mér fulla grein fyrir því að ég þyrfti að fá til liðs við mig fagmenntað fólk. Gallinn við fagmennskuna er stundum sá að hana skortir oft reynsluna og hún skýlir sér með hinum faglegu mörkum og gallinn við reynsluna er oft sá að hana skortir fræðin og hún er oft markalaus. Í ljósi þessa taldi ég gáfulegast að fá til mín blöndu af starfsfólki. Reynslubolta og akademískt menntað starfsfólk.

Sú blöndun gekk ekki eins vel og ég hafði vonað. Það var endalaus pissukeppni milli starfsfólks um eigin getu og ágæti. Reynslan og fræðin stóðu enni í enni. Faglegu mörkin fuku út í veður og vind, allavega hvað samskipti starfsfólks. Þetta gekk einfaldlega ekki upp. Smátt og smátt hörfuðu reynslan undan fræðinni. En það skrýtna var að þegar Götusmiðjan var orðin stútfull af kenningum og fræðum sem átti að nýta í hina mannlegu nálgun þá upphófts pissukeppni dauðans fyrir alvöru. Ég skildi hvorki upp né niður í þessu og mér féllust hreinlega hendur. Hvers vegna gat fólkið ekki unnið saman? Hin mannlega meðferðarnálgun var draumur í dós ef starfsfólkið, hvort



sem var fagmenntað eða ófagmenntað var með hundshaus út í hvert annað í vinnunni.

Smátt og smátt lærðist mér að það er ekki menntunin ein og sér eða reynslan sem skiptir mestu máli þó að hvorutveggja verði vissulega að vera til staðar. Það er manneskjan sem heldur á reynslunni/menntuninni sem er aðalatriði. Hvernig er sýn hennar á lífið og tilveruna? Hvernig sér hún sjálfa sig í starfi með unglingum? Hvernig er innsæi hennar og færni í mannlegum samskiptum? Er eigin garður í þökkalegri rækt? Hér skiptir mestu máli að þora að nálgast viðfangsefnin sem eru fyrst og fremst ungar brotnar sálir sem þarf að hjálpa út í lífið á nýjan leik með því að sýna virðingu, hlýju og kærleik.

Síðustu árin hef ég aftur blandað saman fagfólki og reynslubólum. Það

sem ég hef að leiðarljósi við ráðningu eru fyrst og fremst mannkostir og sú sýn sem viðkomandi hefur á mannlega nálgun. Í ráðningarviðtölum spyr ég fólk að því hvort að það sé tilbúið að tengjast skjólstæðingnum. Flestir segja já við þeirri spurningu en þegar á reynir kemst viðkomandi að því að það er hægara sagt en gert því að viðkomandi hefur ofmetið hæfileika sína til að tengjast á þeim forsendum sem meðferðin gerir ráð fyrir og eigin garður er kannski ekki alveg í eins góðri rækt og talið var. Unglingarnir geta verið harður spegill og starfið með þeim gerir miklar kröfur til okkar.

Flestir skjólstæðingar sem koma til Götusmiðjunnar hafa mikla reynslu af því að sitja fyrri framan allskyns fagfólk og tala um tilfinningar sínar og reynslu en hafa ekki hugmynd um það við hvern þau eru að tala. Það myndast ekki gagnkvæm tenging og lítil

mannleg nánd. Hin faglegu mörk eru skýr, stundum kuldaleg og þau eru sett af meðferðaraðilanum. Vera má að slík meðferð henti einhverjum. Margir meðferðaraðilar skilja ekki að það er hægt að tengjast og sýna samkennd án þess að opna hurðina að eigin persónulífi eða missa sig í meðvirkni. Um það snýst ekki tengingin sem hér um ræðir. Hún felst gagnkvæmri virðingu, hlýju og áhuga á hinum mannlegu þáttum sem fæst þeirra unglinga sem til okkar koma hafa mikla reynslu af en við viljum kenna þeim. Vissulega þurfa allir að læra að virða mörk. Það læra skjólstæðingar okkar líka, bæði sín eigin mörk og annarra.

Í mannlegri nálgun er hinum faglegu mörkum oft ógnað. Þau verða loðin, óljós og jafnvel engin. Staðreyndin er sú að fagleg mörk eiga illa heima í mannlegri meðferðarnálgun, eiginlega eiga þau alls ekki heima þar. Þetta gengur mörgum illa að skilja, sérstaklega þeim sem koma með akademíska menntun inn í Götusmiðjuna. Getur verið að hin faglegu mörk séu notuð sem tæki til að verja sig gagnvart áreitni skjólstæðingsins? Ég hef oft séð það gerast að starfsmenn, fagmenntaðir sem og ófagmenntaðir sem ekki hlúa að sjálfum sér, fara að upplifa skjólstæðinginn sem áreitni. Þeir fara að kalla á harðari reglur og refsingar í meðferðinni því allt er að fara til fjandans hjá þeim sjálfum. Í raun og veru er ekkert að gerast annað en það að starfsfólkið hefur ekki passað upp á garðinn sinn. Ég hef horft á eftir nokkrum starfsmönnum öskrandi niður afleggjarann í bullandi "burnouti", eigandi langa þerapíu fyrir höndum ef þeir ætla að eiga afturkvæmt í meðferðarvinnu með fólki.

Vinnan með þessar ungu brotnu manneskjur er ein sú erfidasta sem hægt er að velja sér. Skiptir þá engu hvort viðkomandi starfsmaður er háskólagenginn, menntaður vímuefnaráðgjafi, meðferðarfulltrúi eða kokkur.

ALLIR starfsmenn eru jafn mikilvægir í meðferðinni hjá Götusmiðjunni. Bros og hlýleg orð frá kokkinum á réttum stað á réttum tíma getur sett meðferðina í jákvæðari farveg. Ég hef séð slíka hluti gerast oftar en einu sinni og verð alltaf sannfærðari um gildi hinnar mannlegu nálgunar sem ég lagði upp með fyrir 10 árum.

Res Extensa:

Félag um hug, heila og háttarni



Heiða María Sigurðardóttir er mikill námshestur og útskrifaðist með BA-próf í sálfræði frá Háskóla Íslands í júní 2005. Var hún með hæstu meðaleinkunn sem gefin hefur verið í sálfræði við Háskóla Íslands og viljum við hjá Sálu skora á nemendur að gera betur. Frá útskrift hefur Heiða María unnið á Vísindavefnum þar sem hún svarar spurningum á borð við „Hversu háa greindarvísitölu þarf manneskja að hafa til að geta gengið í Mensa?“ „Er hægt að heyra hárið og neglurnar vaxa?“ og „Hvað eru til margar gerðir af sálfræði?“ Í haust mun Heiða halda til Bandaríkjanna í doktorsnám í taugavísindum við Brown University.

Auk þess að vera starfsmaður Vísindavefsins gegnir Heiða formennsku nýstofnaðs félags sem ber nafnið Res Extensa. Við hittum Heiðu Maríu til að forvitnast aðeins meira um félagið.

Hvað er Res Extensa? Fyrir hverja er það og kostar eitthvað að vera með?

Res Extensa er félag um hug, heila og háttarni, og er opið öllum sem hafa áhuga á þessum viðfangsefnum. Þar eru ekki innheimt nein félagsgjöld en í staðinn er fólk hvatt til að gefa frjáls framlög svo að félagið geti haldið áfram að vaxa og dafna. Í Res Extensa eru skráðir yfir 80 félagar og enn fleiri eru að bætast við. Ég vil endilega hvetja alla til að kíkja á heimasíðu félagsins (www.resextensa.org) og athuga hvort þeir vilji ekki vera með.

Hvernig kom sú hugmynd að stofna Res Extensa?

Ég og sálfræðifólkið í kringum mig vorum búin að ganga með hugmyndina í maganum í meira en ár áður en við létum verða af þessu. Við vissum af fullt af fólki sem fékkst við rannsóknir á hug, heila og háttarni en virtist lítið vinna saman heldur hélt sig hvert í sínu horni. Okkur fannst þannig vanta vettvang fyrir fræðimenn sem áhugamenn á ákveðnum sviðum til að hittast og læra hver af öðrum.

Sömuleiðis vorum við orðin leið á því hvernig stundum er fjallað um þessi málefni út á við, til dæmis í fjölmiðlum. Það virðist því miður nokkuð algengt að hinir og þessir slengi einhverju fram sem heilögum sannleik (Rítalín er stórskadlegt, búið að finna trúarstöðina í heilanum og svo framvegis) án þess að fótur sé fyrir

því, oftúlki, rangtúlki eða vísi í vondar rannsóknir máli sínu til stuðnings. Okkur fannst vanta rödd sem gæti staðið vörð um þessa umfjöllun og vonandi bætt hana. Það var einmitt út af þessu sem við ákváðum að fyrsti viðburður Res Extensa yrði ráðstefna um gagnrýna hugsun.

Viltu segja okkur meira frá þessari ráðstefnu?

Við vildum að fyrsti viðburðurinn yrði stór til að vekja athygli á félaginu. Res Extensa er ætlað að vera þverfaglegt félag og því var hóað í fyrirlesara af ýmsum sviðum hugvísinda, félagsvísinda og raunvísinda til að tala um gagnrýna hugsun og gagnrýnisleysi. Ráðstefnan var haldin 10. mars síðastliðinn og var fjölbreytt og sniðug þótt við segjum sjálf frá, allavega erum við rosalega þakklát öllum sem komu að henni. Þetta verður örugglega ekki í síðasta skipti sem Res Extensa stendur fyrir ráðstefnu.

Hvað er á döfinni hjá Res Extensa?

Það er margvíslegt á döfinni, til dæmis að halda úti vefriti á vefsíðu félagsins, www.resextensa.org. Svo er planið að gera fræðakvöld að reglulegum viðburði. Þar fáum við fræðimenn til

að hitta fólk í afslappaðri stemmningu þar sem menn geta fengið sér að borða eða drekka á meðan þeir hlusta á fyrirlestra. Það sem gerir þetta svo skemmtilegt er að í stað þess að fyrirlesarar haldi þurrt og leiðinlegt eintal fá þeir salinn miklu frekar til að taka þátt og spyrja spurninga.

Við erum einmitt núbúin að halda fræðakvöld þar sem Karl Ægir Karlsson, lektor við HR, sagði okkur ýmislegt um svefn, eða í raun hversu ótrúlega lítið er vitað um þetta skrýtna ástand. Margrét Dóra Ragnarsdóttir, aðjúnt við HÍ, fræddi okkur svo um starf nytsemisfræðingsins og hvernig mætti „vera notalegur“. Mér fannst sjálfri ótrúlega skemmtilegt að hlusta á þau, enda eru þau bæði algjörir snillingar.

Af hverju nafnið Res Extensa?

Nafnið virkar kannski óþjálft fyrst en það venst einkar vel og rúllar núna vel í munni! Við vorum búin að velta fyrir okkur ýmsum nöfnum en þau náðu eiginlega aldrei yfir allt starfssvið félagsins: Hug, heila og hátterni. Það var svo Baldur Heiðar Sigurðsson góðvinur minn sem datt niður á þetta og okkur hinum leist strax vel á. Nafnið er tilvísun í tvískiptinu heimspekingsins Descartes

sem einhverjir sálfræðinemar, allavega þeir sem eru búinir með söguna, ættu að kannast við. Ég get ímyndað mér að þeir hafi skemmt sér einkar vel við að lesa frumtextana hans fyrir umræðutíma.

Descartes hélt því allavega fram að skipta mætti heiminum í res cogitans og res extensa, sem maður gæti snarað yfir á íslensku sem hið andlega og hið efnislega. Res Extensa merkir þá í raun hinn efnislegi heimur sem virðist kannski svolítið skritið þar sem hugur er eitt af viðfangsefnum félagsins. Þessi útúrsmuningur er samt með vilja gerður. Með þessu viljum við vekja athygli á þessari tvíhyggju og spyrja hvort hún eigi rétt á sér; andi og efni eru nátengd fyrirbæri, jafnvel óaðskiljanleg. Þeir sem rannsaka hugann ættu þannig ekki að vera grandalausir um heilastarfsemi og öfugt. Hið sama á við um hátterni; öll eru þessi fyrirbæri svo tengd að erfitt getur reynst að skilja á milli hvar eitt endar og annað byrjar. Önnur ástæða fyrir nafninu er að það er sama hvort maður hefur áhuga á hug, heila eða hátterni; hin vísindalega aðferð nær illa utan um annað en hið efnislega og því er það líklega efnið sem við á endanum rannsökum.

Hvar sérðu Res Extensa fyrir þér eftir tíu ár?

Ég sé fyrir mér að Res Extensa verði hagsmuna- og rannsóknarstofnun um hug, heila og hátterni í eigin húsnæði. Til þess þarf auðvitað peninga; það er ekki nóg að stunda rannsóknir og önnur vísindi í sjálfbodaðastarfi. Einnig finnst mér hlutverk Res Extensa vera að miðla vísindum til almennings og búa til betri tengingu á milli fræðimanna og fólksins í landinu. Ég vona að sú tenging verði komin eftir 10 ár.

Ég vil líka að eftir áratug verði Res Extensa nógu öflugt til að lokka fólk aftur heim til Íslands eftir framhaldsnám í stað þess að það flýi land vegna þess að hér sé ekkert fyrir það að gera. Ég vona allavega sjálf að eftir doktorsnám geti ég komið heim og fundið hér samfélag fræðimanna og áhugamanna um hug, heila og hátterni. Þannig gæti ég stundað rannsóknir hér heima í stað þess að hrökklast úr landi, þar sem hér yrði aðstaða, tæki og aðilar sem ég gæti unnið með. Þetta er allavega óskadraumurinn, og ég ætla að reyna að leggja mitt af mörkum til að hann geti orðið að veruleika.

FÉLAGSSTOFNUN stúdentana

Þjónustufyrirtæki fyrir stúdentana við HÍ

www.fs.is

BÓKSALA stúdentana

Allar námsbækurnar og miklu meira, www.boksala.is

KAFFISTOFUR stúdentana

Fjölbreytt og gott úrval á lágmarksverði í átta byggingum á háskólasvæðinu

LEIKSKÓLAR stúdentana

Þrír leikskólar á háskólasvæðinu fyrir börn stúdentana, frá 6 mánaða til 6 ára

stúdentagARÐAR

Húsnæði af ýmsum stærðum og gerðum, www.studentagardar.is

stúdentamiÐLUN

Atvinnu-, húsnæðis-, lokaverkefna- og námsbókamiðlun, www.studentamidlun.is



Nýnemadjammið

Nýnemadjammið var haldið 8. september víðsvegar um háskólasvæðið og nágrenni. Í byrjun kvölds voru nýnemarnir temmilega feimnir en eftir einn bjór losnaði um málbeinið. Fyrri nýnemadjömm hafa sýnt að marktækur munur er á fjölda fólks sem þekkist fyrir og eftir nýnemadjamm. Tilgátan var því sú að eftir nokkra bjóra myndu fleiri heilsast á bókhlöðunni vikuna eftir nýnemadjammið.

Aðferð

Þátttakendur

Þátttakendur voru nýnemar í Sálfræðiskori Háskóla Íslands haustið 2006 á aldrinum 18 ára og eldri. Þátttakendum var skipt í átta hópa af handahófi.

Áreiti

Nokkrir kassar af bjór

Tækjabúnaður

Blað og skriffæri til ljóðagerðar, límband, fótbolti, tröppur við aðalbyggingu Háskóla Íslands og grill.

Rannsóknarsnið

Rannsóknin var millihópa samanburður. Frumbreytan var áfengismagn og fylgibreytan atferli nýnema gagnvart hvor öðrum.

Framkvæmd

Þátttakendum var skipt í átta hópa og fengu fyrirmæli um að vinna saman sem hópur. Hóparnir leystu þrautir á svæði Háskóla Íslands og fengu stíg fyrir frammistöðu eftir hverja þraut. Aukastig voru veitt fyrir að safna dósum í poka. Hvatt var til bjórdrykkju til þess að reyna að ná fram sem mestri ölvun. Eftir þrautirnar voru þátttakendur sendir í Hljómskálagarðinn þar sem atferli þeirra var styrkt með pylsum og bjór. Eftir matinn voru þátttakendur sendir í tjald Stúdentaráðs þar sem kvöldið tók enda.

Niðurstöður

Fjöldi nýnema sem þekktust var marktækt meiri eftir nýnemadjamm heldur en fyrir ($p < 0,01$).

Umræða

Tilgátur stjórnar Animu stóðust fleiri nýnemar þekktust eftir nýnemadjammið heldur en fyrir. Líklega má þakka Dr. Beck's og Dr. Stellu fyrir það.

Sigurbjörg Pálsdóttir
Skemmtanastýra



KAUPÞING VEX MEÐ ÞÉR AÐ NÁMI LOKNU

NÝTT!

Fyrstu 5 árin borgar þú **BARA** vextina af Íbúðaláni Kaupþings

Hvort sem þú hyggst fara beint út á vinnumarkaðinn eftir útskrift, halda áfram að mennta þig eða skoða heiminn, aðstoðar Kaupþing þig við að láta draumana verða að veruleika.

Eftirfarandi er meðal þess sem bankinn getur boðið þér upp á þegar þú útskrifast úr háskólanámi eða sambærilegu námi:

- **80% lán til íbúðakaupa – fyrstu 5 árin borgar þú bara vextina***
- **20% Viðbótarlán til íbúðakaupa**
- **Námslokalán – allt að 3 milljónir****
- **Fjármálaráðgjöf**
- **Gullkreditkort**
- **Persónulegur þjónustufulltrúi**
- **Tryggingar**
- **Lífeyrissparnaður**

Námslokatilboð Kaupþings gildir í eitt ár frá útskrift. Kynntu þér nánar á kaupthing.is eða í síma 444 7000.

Kaupþing vex með þér



*Fyrstu fimm árin eru einungis greiddir vextir af 80% íbúðaláninu, en eftir þann tíma er einnig greitt af höfuðstól. Gildir einungis fyrir útskriftarnema úr háskóla eða sambærilegu námi. ** Að því gefnu að umsækjandi standist mat bankans.

Goldfinger

Heimsklassa
næturklúbbur
þar sem við
leggjum
okkur fram
við að stjarna
við þig.

Fjölbreytt
úrval
viskítegunda.

Opið öll
kvöld frá
kl. 20.00



Smiðjuvegi 14, 200 Kópavogur
Sími 577 4230
www.goldfinger.is