



Heilsustefnan

Skapar skólabragur velferð barna?



Heilsuleikskólinn Árbær

Þróunarverkefni í leikskólanum Árbær
Fossvegi 1, Selfossi
skólaárið 2010 til 2011

Verkefnisstjóri:
Kristín Eiríksdóttir
Leikskólastjóri

Efnisyfirlit

MARKMIÐ VERKEFNIS	3
LEIÐIR AÐ MARKMIÐUM VERKEFNISINS	3
Verkátun:	4
FRÁVIK MIÐAÐ VIÐ ÁÆTLUN VERKEFNISINS	5
HELSTU HINDRANIR SEM KOMU UPP VIÐ VINNU VERKEFNISINS	5
HELSTU ÁVINNINGAR AF VINNU VIÐ VERKEFNIÐ, JÁKVÆÐ ATRIÐI SEM FYLGDU Í KJÖLFAR EÐA SAMHLIÐA VERKEFNISVINNU	6
MAT Á VERKEFNINU SAMKVÆMT UMSÓKN	6
Hefur verkefnið, eða mun það hafa, áhrif á skólastarfið í heild?.....	7
NIÐURSTÖÐUR VERKEFNISINS:	7
Yfirlit yfir það sem fram kom við framkvæmd verkefnisins?	8
Náðust markmiðin? Hvað er til marks um það?	9
Heldur verkefnið áfram innan skólans eða í öðrum skólum?	9
ÁÆTLUN UM KYNNINGU Á AFRAKSTRI VERKEFNISINS OG HELSTU NIÐURSTÖÐUM	10
ANNAÐ SEM GAGNLEGT ER AÐ UPPLÝSA STJÓRN SPROTASJÓÐS UM	10
HEIMILDIR	11

Markmið verkefnis

Markmið verkefnisins er að stuðla að heilbrigði og velferð barna í Árbæ. Menntun barna í Árbæ á að gefa börnunum tækifæri til að þroskast á eigin forsendum, rækta hæfileika sína og undirbúa þau til að lifa ábyrgu lífi í frjálsum þjóðfélagi í anda skilnings og friðar¹. Tilgangur verkefnisins er að efla líkamlegt og andlegt hreysti barnanna. Einnig að skoða hvernig leikskólakennari getur ýtt undir og stutt námsferli barna, þar sem eðlileg örvun og verðskuldað hrós er lykilatriði í heilbrigðri mótun sjálfsmýndar barna². Árbær er Heilsuleikskóli³ þar sem áhersla er lögð á hreyfingu, hollt matarræði og listsköpun.

Leiðir að markmiðum verkefnisins

Leið að markmiðum verkefnisins er að starfsfólk skoðar leik barna og byggir þannig upp skilning á þörfum þeirra. Verkefni þetta er starfendarannsókn (*e. practitioner research; action research; teacher research*)⁴. Leikskólinn Árbær hefur starfað að Heilsustefnunni⁵ frá því árið 1999, í maí 2007 fékk leikskólinn viðurkenningu Heilsustefnunnar. Þar sem að Heilsustefnan⁶ er föst í sessi í Árbæ langar okkur (starfsfólk) að þróa starfið áfram með viðmið Heilsustefnunnar að leiðarljósi og leggja sérstaka áherslu á skólabrag leikskólans.

Með þátttöku í verkefninu breytir starfsfólk eða bætir eigin starfsaðferðir til þess að ná markmiðum verkefnisins. Einangrun starfsfólks er rofin, það bætir við þekkingu sína. Jafnframt gefst því kostur á að tengja fræðin við starfið. Það skoðar eigin kennsluáðferðir og vinnulag til þess að bæta sig í starfi, prófar eitthvað nýtt til að skilja og leysa vandamál og metur áfanga verkefnisins jafnhliða. Matið er jafningjamat, sjálfsmat og ígrundun. Þegar starfsfólk skoðar leik og samskipti barnanna, samskipti starfsfólks og starfsfólks og starfsfólks og barna hefur það viðmið Heilsustefnunnar að leiðarljósi. Það skoðar hvort virðing, gleði, kærleikur og frelsi komi fyrir í leik og samskiptum barna og starfsfólks og í leikskólastarfinu öllu. Það skoðar hvort viðmið Heilsustefnunnar móti skólabrag Árbæjar.

¹ Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna (1992). 29. gr.

² Uppeldisbókin. *Að byggja upp færnei til framtíðar* (2008). Edward R. Christophersen Ph.D. Susan L. Mortweet Ph.D. Þýðing: Gyða Haraldsdóttir og Matthías Kristiansen

³ Heilsustefnan. Samtök Heilsuleikskóla. [Rafræn útgáfa]. Sótt 12. maí 2011 af: <http://heilsustefnan.skolar.is/>

⁴ Hafþór Guðjónsson. (2009). *Starfendarannsóknir*. [Rafræn útgáfa]. Sótt 12. maí 2011 af: <http://starfsfolk.khi.is/hafthor/starfranns.htm>

⁵ Heilsustefnan. Samtök Heilsuleikskóla. [Rafræn útgáfa]. Sótt 12. maí 2011 af: <http://heilsustefnan.skolar.is/>

⁶ Heilsustefnan. Samtök Heilsuleikskóla. [Rafræn útgáfa]. Sótt 12. maí 2011 af: <http://heilsustefnan.skolar.is/>

Verkáætlun:

1. Áfangi: Mat unnið af starfsfólki, foreldrum og börnum, ábyrgðaraðili er leikskólastjóri. Matið er eftirfarandi:
Mat unnið 28. apríl til 4. maí 2010 af starfsfólki. Fylgiskjal 2
Fundur á hverri deild, þar sem starfsmenn bera saman bækur sínar og ígrunda starfið. Leikskólastjóri skráir niðurstöður.
Mat barna, maí til júní 2010. Fylgiskjal 3
Mat foreldra september 2010. Fylgiskjal 4
2. Áfangi: Einu sinni í mánuði frá 1. september 2010 til 1. júní 2011 er tekin myndband í 30 mín af barnahóp (2 eða fleiri) á hverri deild þegar hópurinn er í leik.
Starfsmannahópurinn á deildinni horfir á myndbandsupptökuna á starfsmannafundi/deildarfundi sem haldinn er einu sinni í mánuði og ræðir sín á milli um efni myndbandsins og skráir hjá sér um ákveðna þætti úr viðmiðum Heilsustefnunnar. Í Heilsustefnunni stendur: Mæta þarf eftirfarandi frumpörfum mannsins í öllu heilsuleikskóla samfélaginu, bæði einstaklings- og hópundið:
Kærleikurinn, það að tilheyra einhverjum. **Frelsi**, það að hafa valkosti. **Virðing**, að vera mikilvægur – viðurkenndur. **Glaðværð**, að upplifa gleði. Ábyrgðaraðili leikskólastjóri ásamt sex deildarstjórum leikskólans. Fylgiskjal 5
Leikskólastjóri tekur saman niðurstöður skráninganna.
3. Áfangi: Í desember 2010 er mat barna fylgiskjal 6, foreldra fylgiskjal 7 og starfsfólks fylgiskjal 8. Ábyrgðarmaður er leikskólastjóri. Aðferð er spurningarlistar/matslistar. Leikskólastjóri skráir niðurstöður matsins. Áfangaskýrsla.
4. Áfangi: Vorið 2011 frá apríl til maí meta allir starfsmenn starfið í leikskólanum fylgiskjal 9. Starfsfólk skilar skriflegum niðurstöðum til leikskólastjóra.
Börnin meta starfið í maí til júní 2011. Fylgiskjal 10
Foreldrar meta starfið í maí 2011. Fylgiskjal 11.
Ábyrgðarmaður er leikskólastjóri.
Leikskólastjóri fer yfir matið, frá starfsfólki, foreldrum og börnum, flokkar svörin og ber þau saman við fyrra mat og gefur út loka skýrslu. Þar sem árangur og niðurstöður verkefnisins er tilgreindur og ályktun er dregin af niðurstöðunum.
5. Áfangi: Skýrslan sett á Internetið, heimasíðu leikskólans í júlí 2011. Ábyrgðarmaður leikskólastjóri.

Frávik miðað við áætlun verkefnisins

Í grundvallaratriðum hefur verkefnið gengið samkvæmt verkáætlun. Helstu frávik eru þau að á stundum hefur starfsfólki deilda reynst erfitt að finna sameiginlegan tíma til þess að horfa á mánaðarlegt myndband og það hefur þá dregist í einhvern tíma. Jafnframt var leikskólastjóra gert að skera niður rekstur leikskólans um 4% fyrir árið 2011. Þannig að ekki gafst neitt svigrúm til að koma til móts við Sprotasjóð vegna yfirvinnulauna vegna verkefnisins á vorönn. Í ljósi þessa og vegna örðugleika nokkurra deilda við að hittast eftir að leikskólinn lokaði á daginn, ákvað stjórnunarteymi Árbæjar að breyta skipulagi verkefnisins. Fundir vegna verkefnisins voru haldnir á vinnutíma þegar hægt var en annars þegar búið var að loka leikskólanum. Þetta tókst með sameiginlegu átaki allra starfsmanna í Árbæ. Það heppnaðist að ljúka verkefninu, jafnframt tókst að láta peningana frá Sprotasjóði duga fyrir kostnaði verkefnisins.

Helstu hindranir sem komu upp við vinnu verkefnisins

Tímaskortur er helsta hindrunin sem komu upp við vinnu verkefnisins. Tímaskorturinn lýsir sér á þann veg að það gefst ekki tækifæri innan daglegs vinnutíma á deildum að ræða saman um starfið. Í leikskólum starfa faglærðir og ófaglærðir á sömu deild og ófaglærðir hafa engan undirbúningstíma, heldur eru þeir í starfi með börnum í átta klukkutíma á dag miðað við 100% starf. Leikskólinn er opin í 9,5 tíma og þar af leiðandi gátu deildarfundir eða áhorf deildanna, ekki hafist fyrir en að leikskólanum var lokað þ.e. um og eftir klukkan 17:15. Leikskólakennarar eiga rétt á undirbúningstíma en þeim gefst ekki öllum tækifæri til þess að vera í undirbúningi á sama tíma. Búið er að skera niður öll fundarhöld fyrir utan daglegan vinnutíma og starfsmannafundir eru einungis einu sinni á önn í 4 klukkutíma í senn. Skipulagsdagar eru tvisvar á ári og eins og gefur að skilja eru mörg mikilvæg málefni sem bíða þeirra, einn námskeiðsdagur er á ári og er haustþing 8. deildar FL og FSL haldið á þeim degi. Af þessu má sjá að lítill tími er gefinn til fundarhalda.

Helstu ávinningar af vinnu við verkefnið, jákvæð atriði sem fylgdu í kjölfar eða samhliða verkefnisvinnu

Helsti ávinningur af verkefninu var í raun verkefnið sjálft. En verkefnið gerir ráð fyrir að starfsfólk hveðrar deildar setjist niður og horfi á myndbandsupptöku af leik barna og ræði saman um það sem fyrir augum ber. Það merki við og skoði leik og samskipti og gefist þannig tækifæri til þess að byggja upp skilning á þörfum barna. Þannig gafst starfsfólki kostur á að ræða saman um starfið og ígrunda eigin starfsaðferðir.

Starfsfólk skoðaði leik og samskipti í leikskólanum. Við áhorf á myndbandsupptökum vöknudu umræður um starfið, um leik barna og samskipti almennt. Auðvelt er að sjá hvað vel er gert og ýta undir það og gera þannig góðu atriðin ráðandi í leikskólastarfinu. Þannig aukast gæði í leikskólastarfinu.

- „Starfsmaður segir: „Til þess að gera betur getum við haldið áfram á þeirri braut sem við höfum verið á í vetur. Efla þarf samskipti milli leikskólakennara til að styrkja þá í faglegu starfi“.
- Foreldri leikskólabarns í Árbæ segir: „Ég upplifi verkefnið jákvætt og styðjandi við skólastarfið. Ég tel það hljóti að vera eflandi fyrir allt það góða starf sem er unnið á deildinni/leikskólanum, þar sem að rýnt er í störf og leik barnanna, ekki svo síður störf og atferli starfsfólks þar sem að það getur farið í gegnum uppbyggjandi gagnrýni á sjálfst sig og sín störf. Ég tel leikskólann heppinn að hafa fengið styrk fyrir þetta góða verkefni.“
- Annað foreldri segir: „Ég hafði gaman af foreldrafundinum og að fá að fylgjast með. Mér finnst það mætti þó upplýsa foreldra betur um hvað sé í gangi hverju sinni t.d. með því að skrifa á töfluna þegar verið er að taka myndbönd, skrá upplýsingar eða þess háttar. Annars finnst mér í heildina litið allt mjög jákvætt í sambandi við verkefnið“.

Mat á verkefninu samkvæmt umsókn

Með þátttöku í verkefninu breytir starfsfólk eða bætir eigin starfsaðferðir til þess að ná markmiðum verkefnisins. Einangrun starfsfólks er rofin og starfsfólki er gefin tími til þess að ræða um starfið, um námsferli barna og hvernig megi stuðla að heilbrigði barna. Jafnframt gefst því kostur á að tengja fræðin við starfið. Það skoðar eigin kennsluáðferðir og vinnulag til þess að bæta sig í starfi, prófar eitthvað nýtt til að skilja og leysa vandamál og metur áfanga verkefnisins jafnhliða.

Hefur verkefnið, eða mun það hafa, áhrif á skólastarfið í heild?

Það að skoða eigin starfsaðferðir, samskipti og leik barna með velferðar barna að leiðarljósi, er ekki nýtt í leikskólastarfi. En að skoða þessi atriði markvisst, með myndbandsupptökum, merkja við, skrá niður, velta vöngum og meta, skoða hvað aðrir eru að gera og líta gagnrýnum augum á starf sitt með það að leiðarljósi að bæta það, ýtir óneitanlega undir fagmennsku í starfi með börnum. Það dregur fram það góða sem gert er sem verður þess valdandi að það góð vex og verður að ráðandi þætti í leikskólastarfinu. Það eru áhrif verkefnisins á skólabraginn og skólastarfið í heild.

Niðurstöður verkefnisins:

Leitað var svara við rannsóknarspurningunni: Skapar skólabragur velferð barna?

Foreldrar leikskólabarna í Árbæ svöruðu spurningunni: Telur þú að skólabragur hafi áhrif á líðan barna í leikskólanum? Hér á eftir fara nokkur svör þeirra við spurningunni:

Telur þú að skólabragur hafi áhrif á líðan barna í leikskólanum?:

- „Já, alveg tvímælalaust“.
- „Já, alveg tvímælalaust. Góður skólabragur (jákvæður), ánægt starfsfólk og þar af leiðandi ánægð börn“.
- „Já“.
- „Hef ekki mótað mér sterka skoðun á því, öll fagvinna og áhugi starfsfólks á þroska og velferð barnanna, hefur án efa góð áhrif sem skilar sér í starfinu og þar af leiðandi betri líðan barnanna“.
- „Tvímælalaust. Það er með enn skipulegri hætti og annarri nálgun, skoðuð líðan og atferli barnanna þar sem reynt er að koma til móts við þau með nýrri nálgun á annan hátt. Meiri athygli á þessa þætti hljóta að mínu mati að gefa af sér jákvæða hluti sem hafa áhrif til góðs á líðan barnanna.“
- „Ánægð með leikskólann sem hefur haft góð áhrif á börnin mín og ég er ánægð með störf kennaranna“.
- „Já, alveg örugglega“.
- „Klárlega. Umhverfi og andi skólans hefur mikil áhrif á barnið og hvernig það upplifir sig í skólanum“.
- „Held að þetta hafi góð áhrif“.
- „Já, það tel ég. Það er gott fyrir börnin að læra um kærleik, gleði, virðingu o.fl. Því þá verða þau hamingjusöm og þá líður þeim vel og verða í andlegu jafnvægi. Það er

gott að byrja að kenna þeim þessa hluti snemma því þá eru þau betur undirbúin fyrir lífið þegar þau þurfa að standa á eigin fótum og vera sjálfstæð“.

- *„Að sjálfsögðu. Hann er stór hluti af því að þeim líði vel. Börnin þurfa að finna fyrir hlýju og umhyggju frá starfsfólki til að vilja dvelja á leikskólanum“.*
- *„Já, mér finnst haldið betur utanum hvert og eitt barn en oft gengur og gerist, fylgst með hegðun og þroska hvers og eins barns vel á hverju sviði sem skilar sér tvímælalaust í samskiptum starfsmanna við barnið. Mjög jákvætt“.*
- *„Já, ég tel það. Hef velt fyrir mér áhrifum skólabrags á líðan grunnskólabarna og tel að það sama eigi við um leikskóla. Skólabragur og starfsandi meðal starfsfólks hefur ótrúlega mikið að segja“.*
- *„Að sjálfsögðu. Ég tel þetta verkefni góða viðbót við þá þætti sem fyrir voru í leikskólanum við athugun á líðan barna og þar með stuðla að betri líðan“.*

Niðurstöður verkefnisins eru þær að skólabragur hefur áhrif á líðan barna og skapar velferð þeirra. Draga má eftirfarandi ályktanir af niðurstöðum verkefnisins: Það skiptir máli hvernig komið er fram við börnin í leikskólum. Það skiptir máli að það sé borin virðing fyrir leikskólabörnum og rétti þeirra. Það skiptir máli að í leikskólum ríki gleði í daglegu starfi, að börnin hafi frelsi þ.e. valkosti og að það ríki kærleikur í starfi með börnunum.

Það er mikilvægt að vinna með viðhorf starfsfólks. Það er mikilvægt að starfsfólk geri sér grein fyrir hlutverki sínu í uppeldi barna í leikskólum. Það er mikilvægt að starfsfólk geri sér grein fyrir og axli ábyrgð á áhrifum sínum á velferð barna sem dvelja í leikskólum

Yfirlit yfir það sem fram kom við framkvæmd verkefnisins?

Það sem að kom á óvart var hve mikill tímaskortur er hjá starfsfólki í leikskólum, þar sem að starfsfólki gefst lítil sem enginn tími til að ræða starfið innan dagvinnutímans. Verkefnið fólst meðal annars í því að innleiða myndbandsathugun með starfsfólki og því að starfsfólk horfði á sjálf sig vinna jafnframt horfði það á börnin í leik og starfi. Það skoðaði samskipti innan leikskólans og athugaði hvort það sæi viðmið Heilsustefnunnar koma fram í samskiptum og leik í leikskólanum.

Starfsfólk og foreldrar voru spurðir hvernig þeir upplifðu verkefnið, hér á eftir eru svör þeirra. Svar starfsmanna: *„Það er fróðlegt og skemmtilegt að horfa á myndbandið (sér ýmislegt sem fer fram hjá manni í amstri dagsins)“.*

- „Við fylgjumst betur með samskiptum barnanna, hvað hver er að gera, viðveru í leik og með hverjum þau leika sér“.
- „Sé kannski betur á vídeóupptökunni hvernig þau leika, því ekki getum við vaktað hvern hóp eins vel og lengi og upptaka er vegna fjölda barna/starfsfólks, þ.e. hlaup á milli“.
- „Þegar við horfum á myndband ræðum við samskipti barnanna og hvað hægt er að gera ef eitthvað bjátar á“.
- „Höfum unnið með ýmislegt sem við höfum rætt um þegar við horfum á vídeó“.

Svör foreldra við spurningunni: Hvernig upplifir þú verkefnið?

- „Ég upplifi það bara á góðan hátt og finnst gott mál að hugað sé að þessum málum“.
- „Ég er jákvæð fyrir þessu verkefni og vona að komi sem best út fyrir alla. Þannig að hægt verði að gera góðan skóla enn betri“.
- „Fínt verkefni“.

Þegar starfsfólk er spurt er um annað sem það vill að komi fram, svarar það eftirfarandi:

- „Það hefði þurft að útskýra betur orðið skólabragur fyrir foreldrum og starfsfólki“.
- „Betri útskýringu á efninu“.

Náðust markmiðin? Hvað er til marks um það?

Með þátttöku í verkefninu skoðar starfsfólk myndbandsupptöku af börnum á deildinni í leik og eða starfi. Það skoðar hvað börnin eru að fást við hverju sinni, það skoðar samskipti og athugar hvernig hægt er að gera betur með viðmið Heilsustefnunnar að leiðarljósi. Þannig verður Heilsustefnan virkari/ráðandi í leikskólastarfinu. Heilsustefnan miðar að því að auka andlegt og líkamlegt heilbrigði barna og markmið verkefnisins eru að stuðla að heilbrigði og velferð barna í Árbæ. Með því að stuðla að því að viðmið Heilsustefnunnar séu ríkjandi í skólabrag Árbæjar eykst heilbrigði og velferð barnanna sem þar dvelja.

Heldur verkefnið áfram innan skólans eða í öðrum skólum?

Verkefnið heldur áfram í leikskólanum Árbæ en þó með nokkrum breytingum. Áfram verður unnið með skólabrag leikskólans með Heilsustefnuna að leiðarljósi. Jafnframt mun stjórnunarteymi Árbæjar stuðla að áframhaldandi tækifærum fyrir starfsfólk leikskólans til þess að skoða og ígrunda leikskólastarfið.

Áætlun um kynningu á afrakstri verkefnisins og helstu niðurstöðum

Verkefnið hefur verið kynnt fyrir leikskólastjórum á Suðurlandi. Nokkrir leikskólar, víðs vegar af landinu, hafa heimsótt Árbæ á skólaárinu og hefur verkefnið verið kynnt fyrir þeim. Verkefnið var kynnt fyrir fulltrúum Heilsuleikskóla á Íslandi í upphafi aðalfundar Heilsusamtakanna sem haldinn var á Selfossi 31. mars 2011. Verkefnið verður kynnt fyrir starfsfólki í öðrum leikskólum og þeim sem að hafa áhuga á því, þegar tækifæri gefst. Þar sem kynning á því og umræður um það, geta ýtt undir umræður um velferð barna í leikskólum á Íslandi, skólabrag og þannig verið hvati til þróunar og umræðna um skólabrag í leikskólum og þá um velferð barna.

Annað sem gagnlegt er að upplýsa stjórn Sprotasjóðs um

Kröfur starfsfólks leikskóla, foreldra, sveitarfélaga og samfélagsins alls um að leikskólinn sinni hlutverki sínu eins og best verður á kosið verða sífellt meiri. Það skiptir samfélagið okkar máli að kennsla í leikskólum sé góð og að góður grunnur að velferð barna sé lagður í leikskólum. Sveitarfélögin aftur á móti leggja áherslu á hagræðingu og sparnað í rekstri leikskóla og þau fara fram á aukna þjónustu leikskóla við foreldra fyrir minna fé. Þetta skapar ákveðin vandamál í rekstri leikskóla sem lýsir sér í stuttu máli sem tímaskortur. Starfsfólk í leikskólum þarf að sinna ákveðnum barngildum á vinnutíma sínum. Þar af leiðandi gefst lítil tími til að ræða um starfið, ígrunda það og þróa það áfram innan daglegs vinnutíma.

Þetta verkefni hefur gefið starfsfólki Árbæjar tækifæri til þess að rjúfa einangrun þess og bæta við þekkingu sína. Starfsfólk hefur hist fyrir utan daglegan vinnutíma og á vinnutíma, horft á myndbandsupptöku af börnunum á deildinni og þannig gefist kostur á að ígrunda þarfir barna og samskipti í leikskólanum. Það hefur skoðað hvernig og hvort stefna leikskólans, Heilsustefnan, birtist í leikskólastarfinu. Heilsustefnan leggur m.a. áherslu á þörf barna fyrir kærleik, frelsi virðingu og gleði sé mætt í leikskólanum, bæði einstaklings- og hópbundið.

Þrjár til fimm starfsmenn starfa á hverri deild og vinnutími þeirra sem starfa í fullu starfi er átta klukkutímar á dag, unnið er samkvæmt ákveðinni vaktarúllu til þess að koma til móts við 9,5 klukkutíma opnun leikskólans, sem er frá 7:45 til 17:15. Það hefur komið verkefnisstjóra á óvart hve erfitt er að finna sameiginlegan tíma til að horfa á myndbandsupptökurnar eftir að daglegum vinnutíma lýkur á daginn, klukkan 17:15. Þar sem að starfsfólk þarf að sinna fjölskyldu og eigin málefnum eftir að vinnutíma lýkur á daginn.

Þessi reynsla sýnir hve mikilvægt er að gera ráð fyrir sameiginlegum fundartíma starfsmanna og að gert sé ráð fyrir deildafundum, innan daglegs vinnutíma.

Heimildir

Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna (1992). 29. gr.

Edward R. Christophersen Ph.D. Susan L. Mortweet Ph.D. (2008). *Uppeldisbókin. Að byggja upp færni til framtíðar*. Þýðing: Gyða Haraldsdóttir og Matthías Kristiansen. Reykjavík.

Hafþór Guðjónsson. (2009). *Starfendarannsóknir*. [Rafræn útgáfa]. Sótt 12. maí 2011 af:

<http://starfsfolk.khi.is/hafthor/starfranns.htm>

Heilsustefnan. Samtök Heilsuleikskóla. [Rafræn útgáfa]. Sótt 12. maí 2011 af:

<http://heilsustefnan.skolar.is>