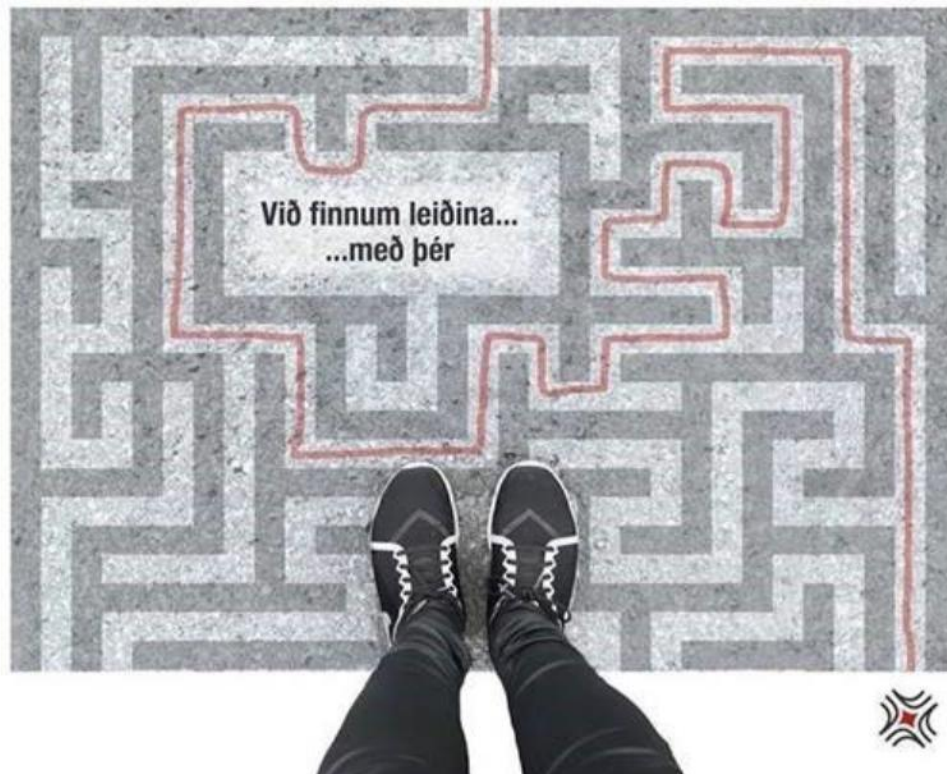


# Skýrsla náms- og starfsráðgjafar skólaárið 2025-2026



Jóhann Aðalsteinn Árnason

## Inngangur

Náms- og starfsráðgjöf FMOS er fyrir ALLA nemendur skólans og er skipulögð með það að leiðarljósi að hún sé **fyrirbyggjandi, græðandi, fræðandi og þroskandi**. Náms- og starfsráðgjafar eru sérfræðingar í ráðgjöf um nám, hvort heldur sem er í námi eða um nám en einnig um störf og vinnumarkað. Hlutverk þeirra er að stuðla að velferð nemenda með hagsmuni þeirra að leiðarljósi, vera trúnaðarmenn þeirra og talsmenn innan skólans.

Í ár var einn náms- og starfsráðgjafi við skólann í 100% stöðuhlutfalli.

Hér á eftir verður gerð nánari grein fyrir verkefnum náms- og starfsráðgjafar FMOS. Tilgangurinn er að leggja mat á starfið og fá heildarsýn til að bæta þjónustu við nemendur skólans.

### *Verkefni náms- og starfsráðgjafa*

Helstu verkefni náms- og starfsráðgjafar FMOS skiptast í *ráðgjöf, stjórnun, kynningar og endurmenntun*. Í töflu 1 má sjá verkefnalýsingu hvers flokks fyrir sig auk þess tíma sem áætlaður er í hvern flokk.

**Tafla 1. Yfirlit yfir verkefni náms- og starfsráðgjafar FMOS, tímaáætlun og vægi verkefna (100% starfshlutfall)**

Verkefni	%	klst/ári
<b>I Ráðgjöf:</b> einstaklingsráðgjöf, hópráðgjöf, rafræn ráðgjöf, náms- og starfsval og náms- og starfsfræðsla (undirbúningur, eftirfylgni)	70	1224
<b>II Stjórnun:</b> áætlanagerð, skráningar, skýrslugerð og þróunarvinna, fundir, nefndarstörf og önnur tilfallandi verkefni í samráði við stjórnendur s.s. innritun og áfangar í boði.	20,5	360
<b>III Kynningar á skólanum og þjónustunni:</b> foreldrafundur, grunnskólakynningar, móttaka nýnema.	5	88
<b>IV Endurmenntun:</b> fræðslufundir, námskeið, námsferðir og faghandleiðsla.	4,5	80
<b>Alls:</b>	<b>100</b>	<b>1752</b>
<b>Viðbótarorlof (skv. kjarasamningi KÍ)</b>		<b>+48</b>

## Ráðgjöf

Heildarfjöldi innritaða nemenda á haustönn 2025 var 319 og á vorönn 2026 voru 279 nemendur við skólann.

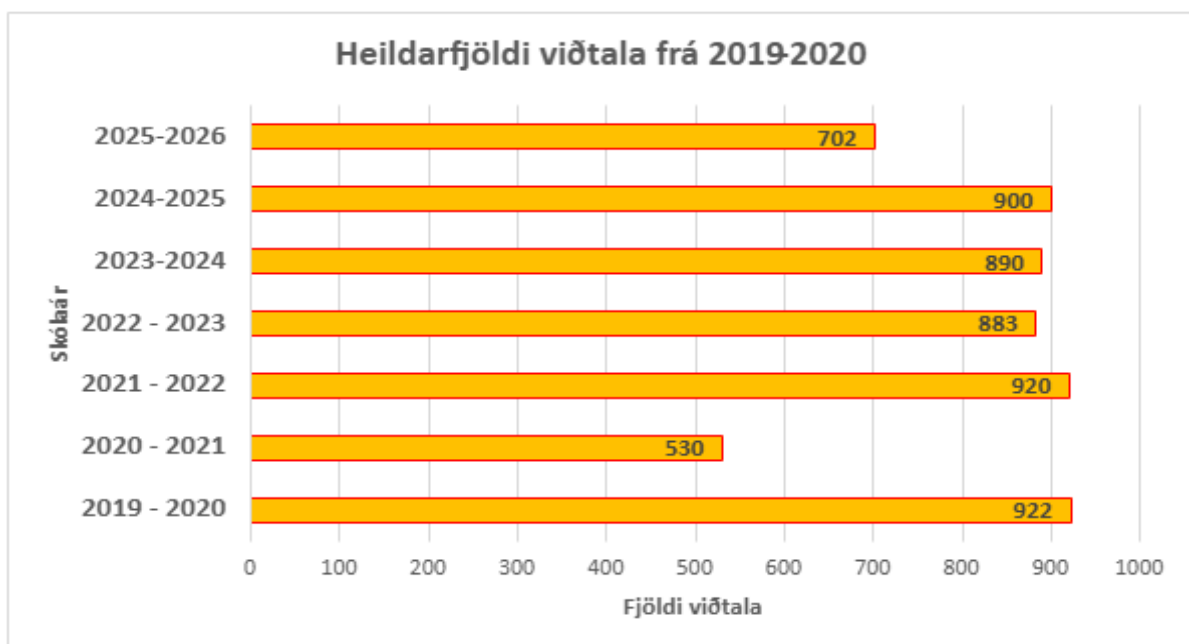
Hér á eftir fer nánari umfjöllun um verkefni náms- og starfsráðgjafa sem snúa beint að nemendum.

### Einstaklingsráðgjöf

#### Fjöldi ráðþega og ástæður fyrir komu

Náms- og starfsráðgjafi FMOS hefur komið að málum fjölda nemenda á skólaárinu. Alls leituðu 50% nemenda FMOS til ráðgjafarinnar um haustið og er það töluverð lækkun frá skólaárinu á undan, eða um 25% lækkun. Á vorönn leituðu 60% nemenda til náms- og starfsráðgjafa og er það einnig lækkun frá fyrra skólaári en aukning á milli anna. Það eru örugglega ýmsir þættir sem hafa áhrif á þessa lækkun. Til dæmis var 20% minna starfshlutfall og einum ráðgjafa færri þetta skólaár. Nemendur hafa verið að leita meira til hjúkrunarfræðingsins í skólanum og mögulega er það líka bara jákvætt merki að færri nemendur þurfi að leita til náms- og starfsráðgjafa yfir höfuð. Þá eru þetta meira sömu nemendur sem eru að koma oft heldur en margir einu sinni. Einnig er vert að geta þess að Íslenskrautarnemendur hafa lítið leitað til náms- og starfsráðgjafa þó að það hafi aukist aðeins á þessu ári. Heildarfjöldi viðtala á skólaárinu var 702 sem skiptist í 355 skráð viðtöl á haustönn og 347 skráð viðtöl á vorönn. Fjöldi viðtala er lægri en skólaárið á undan en sú breyting er aftur mögulega að það voru áður tveir náms- og starfsráðgjafar og herra starfshlutfall.

### Mynd 1. Yfirlit yfir heildarfjölda viðtala, samanburður á milli skólaára.



Ástæður fyrir komu til náms- og starfsráðgjafa voru helst:

- aðstoð við skipulag, utanumhald verkefna og námstækni
- persónulegir og félagslegir erfiðleikar
- ráðgjöf og aðstoð vegna námsvals á áföngum, töflubreytinga og innritunar
- ráðgjöf vegna náms- og starfsvals, áhugagreining og almenn upplýsingagjöf

Flestir nemendur sem nýta sér þjónustuna koma af eigin frumkvæði en nokkuð er um tilvísanir frá forráðamönnum, kennurum og stjórnendum.

FMOS er með samning við Kvíðameðferðastöðina (KMS) og var send beiðni um aðstoð fyrir 14 nemendur. Náms- og starfsráðgjafi sér um að senda beiðni á KMS og eiga nemendur að fá viðtal innan 2 vikna. Hver nemandi á rétt á tveimur viðtölum á kostnað skólans. Þetta er mikilvægur samningur og hefur reynst mjög vel.

### *Mæting nemenda*

Fylgst var sérstaklega með mætingu nemenda og haft samband við þá nemendur sem voru með slaka mætingu. Haft var samband við forráðamenn nemenda undir 18 ára eftir þörfum og í samráði við kennara. Tilgangurinn var að ná til nemenda áður en þeir hættu alveg að mæta í skólann þar sem slök mæting er sterk vísbending um brotthvarf. Í stað umsjónarkennara þá eiga kennarar í hverjum áfanga að senda nemendum og forráðafólki ef við á tölvupóst ef mæting eða verkefnaskil eru slök. Ef engin breyting til hins betra er hjá nemandanum þá vísa kennarar málinu til farsældarteymis skólans sem var sett á laggirnar á síðasta ári. Ferlið er enn í mótun og þarf að skipuleggja betur. En farsældarteymið fór yfir mætingarlista og hringdi eftir þörfum í nemendur eða foreldra nemenda sem voru að mæta illa, eða að byrja að mæta illa.

### *Námserfiðleikar nemenda*

Á nýnemakynningu eru nemendur hvattir til að skila inn greiningum um námserfiðleika sem og eru forráðamenn minntir á það á foreldrafundi í upphafi haustannar. Ferlið er þannig núna þar sem að við viljum ekki geyma greiningar hjá okkur lengur, þá þurfum við bara að sjá greiningu/greiningar viðkomandi sem eru svo skráðar í Innu eins og nemandinn óskar eftir. Enn er töluvert um það að foreldrar/nemendur haldi að greiningar færist á milli skólastiga.

### *Rafræn ráðgjöf*

Ráðgjöf fer einnig fram mikið í gegnum hina ýmsu miðla eins og síma, Teams og tölvupósta. Tekið skal fram að þessi samtöl eru ekki skráð inn í viðtalsfjölda hjá náms- og starfsráðgjöfum.

## *Bendill*

Nemendum FMOS er boðið upp á að taka áhugakönnunin Bendill I og II. En Bendill er könnun sem metur áhuga og birtast niðurstöður myndrænt. Áhugakönnunin hjálpar nemendum að vera markvissari og skilvirkari í leit að námi eða starfi. 3 nemendur tóku könnunina á vorönn 2026.

## **Stjórnun**

### *Fundir og nefndarstörf*

Náms- og starfsráðgjafi sat kennara- og starfsmannafundi og fundaði eftir þörfum með stjórnendum á haust- og vorönn. Náms- og starfsráðgjafi var í töluverðu og góðu samstarfi með sérnámsbraut skólans og fundaði einnig með deildarstjóra og starfsmönnum hennar eftir þörfum bæði á haust- og vorönn. Náms- og starfsráðgjafi sat einnig fundi með íslenskubraut.

Náms- og starfsráðgjafi fundar með og hittir kennara ef þess þarf. Hvert ár eru mörg samtöl og fundir og viðtöl við kennara vegna nemenda eða annara mála sem upp koma. Náms- og starfsráðgjafi er í farsældarteymi skólans sem hittist reglulega.

Náms- og starfsráðgjafar í Mosfellsbæ og Kjalarnesi hittast nokkrum sinnum yfir árið til skrafs og ráðagerða. Þetta er mikilvægur samstarfsgrundvöllur þar sem markmiðið er að auka tengsl á milli grunnskólanna í næsta nágrenni og Framhaldsskólans í Mosfellsbæ.

### *Innritun*

Náms- og starfsráðgjafi aðstoðar verðandi nemendur í umsóknarferlinu á meðan að innritun nýnema fyrir vor- og haustönn stendur yfir. Aðstoðin felur í sér almenna upplýsingagjöf varðandi skólann og námið, áfangaval, brautirnar, mat á eldra námi og fleira.

### *Val og námsferlar*

Náms- og starfsráðgjafi sjá um að aðstoða nemendur við að velja áfanga fyrir næstu önn og aðstoða þá við að skipuleggja námið fram í tímann.

### *Nemar í náms- og starfsráðgjöf frá HÍ*

Náms- og starfsráðgjöf FMOS hefur verið í samstarfi við Háskóla Íslands vegna nema í náms- og starfsráðgjöf. Á vorönn 2026 fékk náms- og starfsráðgjafi tvo nema á fyrsta ári í styttri heimsókn. Nemarnir komu í eina viku og fengu að kynna starfinu og skólanum og skólastarfinu. Sátu í viðtölum, fóru í kennslustundir og fleira. Það gekk vel og er alltaf gaman að fá nema í heimsókn. Það er endurmenntun í sjálfu sér.

### *Farsældarlögin*

Náms- og starfsráðgjafi er tengiliður farsældarlaga barna. En tilgangurinn með farsældarlögunum í þágu barna er að foreldrar og börn hafi aðgang að samþættri þjónustu við hæfi. Ekki hefur enn reynt mikið á þessi nýju lög sem enn eru í mótun

### *Forvarnarhópur Mosfellsbæjar*

Náms- og starfsráðgjafi og forvarnarfulltrúi FMOS eiga sæti í forvarnarteymi Mosfellsbæjar en Tómsunda- og forvarnarfulltrúi bæjarins heldur utan um verkefnið. Þeir sem eiga aðild að fundunum eru forstöðumaður félagsmiðstöðva, yfirmaður barnaverndar, náms- og starfsráðgjafar í grunnskólum Mosfellsbæjar og FMOS, Forvarnarfulltrúi FMOS, verkefnastjóri farsældarhingsins og fulltrúi lögreglu. Fundir eru haldnir mánaðarlega. Á vorönn var mikil áhersla lögð á farsældarlögin og farsæld í Mosfellsbæ, með æfingum og fundum o.fl. Þessu starfi lauk svo í vor með flottu málþingi um farsældina og hvernig hún sé að virka.

Samfélagslögreglan kom í heimsókn í FMOS bæði á haustönn og vorönn með bæði fyrirlestur og svo líka bara að spjalla við nemendur og vera í hádegismat. Heimsóknirnar hafa alltaf verið vel heppnaðar samkvæmt nemendum og lögreglunni og er stefnt á að halda áfram því góða samstarfi.

### *Námskeið/fræðsla*

Ákveðið var að halda ekki áfram með stuðningsáfangann fyrir nemendur þar sem að hann gekk ekki nógu vel önnina á undan. Það var ekki sýnilegur árangur af þeim áfanga. Strax var farið að skoða nýjar hugmyndir að einhverju í staðinn. Þá var ákveðið að prufa á haustönn að hafa sameiginlegan opinn tíma einu sinni í viku með náms- og starfsráðgjafa, forvarnarfulltrúa/íþróttakennara og hjúkrunarfræðingi. Hugmyndir var að þetta yrði mjög óformlegt og að nemendur gætu bara gengið að þessum þremur starfsmönnum í sömu stofunni sama dag í hverri viku. Nemendur kæmu bara að spjalla og svo myndi það þróast yfir í dýpra spjall eða ekki. Bara vera til staðar og ræða málin. Þessir tímar fengu nafnið Viltu spjalla? Við erum til staðar.

Þetta fór strax vel af stað um haustið. Nemendur mættu og héldu svo bara áfram að mæta alla önnina. Alltaf nóg að ræða og aðstoða. Þetta hjálpaði mikið með að byggja tengsl við nemendur og vera aðgengilegri. Haldið var áfram með þennan tíma á vorönn og gekk bara alveg jafn vel. Við vorum mjög ánægð og vonumst til að halda þessu áfram. Það kom einnig fram í kveðjuræðu útskriftarnema að þessir tímar hefðu verið ómetanlegir.

### *Kennsla og önnur störf*

Náms- og starfsráðgjafi tók virkan þátt í viðburðum hjá nemendafélaginu á haustönn, en minna á vorönninni.

## *AFS - skiptinemar*

FMOS hefur tekið á móti þeim skiptinimum sem AFS óskar eftir. Í ár kom einn skiptinemi frá Ítalíu og gekk það allt saman mjög vel. Við fáum vonandi fleiri skiptinema til okkar. Þeir setja alltaf skemmtilegan svip á skólalífið.

FMOS gerðist aðili af verkefninu Erasmus+ í gegnum AFS. Það er í vinnslu að senda einn nemanda frá okkur í skiptináám næsta haust.

## *Íslenskubraut*

Íslenskubraut er tveggja ára braut fyrir nemendur sem þurfa ýmist að læra íslensku frá grunni eða þurfa að efla íslenskukunnáttuna áður en þeir fara í annað nám. Náms- og starfsráðgjafi var með í viðtölum við verðandi nemendur í haust ásamt Deildarstjóra/kennara. Það jókst aðeins þetta skólaár að nemendur á íslenskubraut leituðu til náms- og starfsráðgjafa. Mögulega vegna þess að náms- og starfsráðgjafi fór í tíma á íslenskubraut og kynnti sig.

## **Kynningar á skólanum og þjónustunni**

### *Foreldrafundur*

Einn fundur var haldinn fyrir forráðamenn nemenda í upphafi haustanna og kynnti náms- og starfsráðgjafi sig þar og var til ráðgjafar.

Náms- og starfsráðgjafi kynnti sig einnig á nýnemadegi um haustið.

### *Grunnskólakynningar*

Á vorönn voru skipulagðar kynningar á FMOS fyrir nemendur í 10. bekk í Lágafellsskóla, Helgafellsskóla, Tjarnarskóla, Kvíslarskóla, Hólabrekkurskóla og Klébergsskóla. Ákveðið var að breyta aðeins til og hrista upp í þessum grunnskólaheimsóknum. Við tókum tvo bekk í einu og sýndum þeim stutt myndband sem nemendur gerðu. Eftir myndbandið var þeim skipt í hópa og fóru þau í skemmtilegan ratleik um skólann og svöruðu alls konar spurningum. Eftir ratleikinn var svo boðið þeim í hádegismat. Það voru allir sammála um þetta væri mun skemmtilegra og mjög vel heppnað. Það verður gaman að sjá hvort að þetta skili sér í fleiri umsóknum og að halda áfram að þróa þetta og hvernig best sé að haga þessum grunnskólaheimsóknum. Myndbandið var einnig sent ásamt upplýsingum og boði í heimsókn á grunnskólana á Akranesi, Árbæ, Grafarholti, Breiðholti, Grafarvogi og úlfarsárdal.

FMOS tók einnig þátt í hverfakynningu í Seljaskóla þar sem margir framhaldsskólar komu saman að kynna.

Viðburðurinn Bræðingur var ekki haldinn þetta skólaár. Ákveðið var að sleppa því núna vegna dræmrar mætingar síðasta skipti. Það verður skoðað aftur á næsta skólaári.

Eitthvað var um að forráðamenn og/eða nemendur hefðu samband og óskuðu eftir kynningu á námsframboði skólans og skólahúsnæðinu. Þessar kynningar eru óskráðar ásamt þeim kynningum þar sem ráðgjafar grunnskólanna koma með einn til tvo nemendur að skoða skólann.

FMOS var eins og alltaf með opið hús fyrir grunnskólanemendur og forráðafólk þeirra. Opna húsið gekk vel og var líf og fjör í húsinu. Nokkrir nemendur FMOS gengu með gesti um húsið og stóðu þau sig mjög vel. Boðið var upp á vöfflur með rjóma og kaffi. Náms- og starfsráðgjafi stakk upp á því að hafa bás inni í matsal á opna húsinu þar sem foreldrar og börn gátu komið með vöffluna og kaffið og sest og spjallað um skólann og framtíðina við náms- og starfsráðgjafa. Það var mjög vel heppnað og gekk vel.

### **Endurmenntun**

- Listin að vera leiðinlegt foreldri: sjálfsagi, ábyrgð, félagshæfni og þolinmæði
- Lestur ýmissa bóka og fræðigreina
- Heilsueflandi framhaldsskóli málþing
- Kynning og málstofa hjá stoðþjónustu háskóla Íslands
- Fyrirlestur um skólaforðun
- Farsæld barna æfingar og fundir
- Málþing um farsæld barna og hvernig hún er að ganga

### **Lokaorð**

Haustönnin hófst með venjubundnum hætti og gekk allt vel fyrir sig. Það var mikið í gangi eins og vanalega og nóg að gera í hinum ýmsu fjölbreyttu verkefnum starfsins. Skólinn iðar af lífi og skemmtilegum nemendum sem gaman er að vinna með og sjá dafna í náminu. Það er mjög gaman að sjá og fylgjast með hversu öflugt nemendafélagið hefur orðið. Það eru alltaf einhverjir skemmtilegir viðburðir og nemendafélagið duglegt að taka þátt í að kynna skólann og hjálpa. Rými nemenda er einnig orðið vel nýtt og alltaf gaman þar. Íslenskubrautin heldur áfram og er alltaf mikið fjör þar. Eins og fram kemur í skýrslunni þá hafa þessir nemendur ekki leitað mikið í ráðgjöfina og það væri örugglega hægt að auglýsa hana enn betur fyrir íslenskubrautarnemendur.

Við höldum áfram með samning skólans við Kvíðameðferðastofuna (KMS). Samstarfið gengur vel og það er alveg greinilegt að þetta er mjög mikilvæg þjónusta fyrir nemendur og sé að nýtast vel.

Á síðasta ári var rædd sú hugmynd að bjóða 10. bekkjum í heimsókn á vorönn í stað haustannar þegar styttra er í að innritun í framhaldsskólana hefjist. Það var gert á þessu skólaári og á vorönn kom fjöldi 10. bekkinga bæði úr Mosfellsbæ og nokkrum öðrum grunnskólum á höfuðborgarsvæðinu. Kynningarnar voru með öðru sniði en verið hefur í

mörg ár og heppnaðist sú breyting vel. Þessar kynningar eru alltaf skemmtilegar og gengu vel. Hvort það skili árangri að færa þær yfir á vorönn og breyta fyrirkomulaginu er erfitt að meta en vonandi verður aðsókn í skólann meiri en hefur verið.

Sú breyting varð á náms- og starfsráðgjöfinni á þessu skólaári að Svanhildur var í leyfi frá störfum í eitt skólaár og tók Aðalsteinn að fullu við boltanum. Það gekk bara ljómandi vel og voru einhverjar breyttar áherslur og stefnur sem að tókust allar vel til. Það voru skráð færri viðtöl á þessu ári sem má mögulega rekja til þess að starfshlutfallið minnkaði og það var einum ráðgjafa færra.

Mjög gott samstarf hefur verið á milli stjórnenda og náms- og starfsráðgjafa sem og ráðgjafa og kennara og annarra starfsmanna. Það er ekki sjálfsagt að það sé þannig og því ber að fagna.

Það er alltaf gaman að hafa skiptinema og setti hann mark sitt á skólaárið. Aðlagaðist fljótt og vel skólanum og naut sín í botn. Það var ánægjulegt.

Undirritaður er líka mjög ánægður með samstarfið með forvarnarfulltrúa/íþróttakennara og hjúkrunarfræðing skólans. Þá sérstaklega í tengslum við nýju tímuna sem kallast viltu spjalla. Þessir tímar voru mjög skemmtilegir og reyndust nemendum vel. Samstarfið reyndist einnig mjög gott þegar kom að viðkvæmari málum einstakra nemenda og sömuleiðis í farsældarteyminu.

Talsverðar breytingar verða svo á skólastarfinu í haust. Það verður farið af stað með spennarkerfi þar sem önninni er skipt í tvennt og búið er að fækka brautum við skólann. Það verður mjög spennandi að prufa og sjá hvernig það gengur og leggst í nemendur.

Gott skólaár sem var eins og alltaf stútfullt af alls konar ólíkum skemmtilegum verkefnum. Alltaf jafn gaman, þó að það sé líka krefjandi á köflum.

Gleðilegt sumar og takk fyrir samstarfið á árinu 😊

Jóhann Aðalsteinn Árnason

Náms- og starfsráðgjafi FMOS.