14. KVEIKINGARAGUR

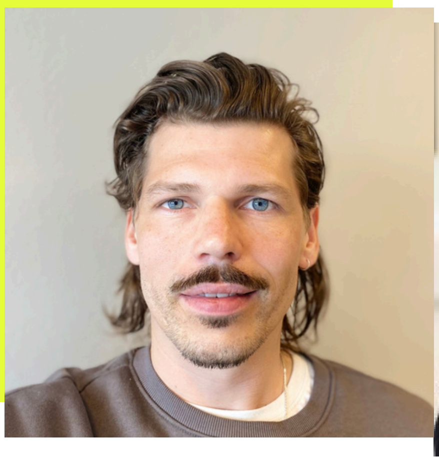
Mikudagin **18. februar** 2026

KVEIKINGARDAGUR

MOTIVATIÓN Í ROYND OG VERU

RUNE KAPPEL
Cand.psych.aut., leiðandi sálarfrøðingur og rithøvundur

DORTHE BIRKMOSE
Sálarfrøðingur og fyrilestrahaldari



PÆTUR ZACHARIASSON
Ph.D lesandi og útbúgvin sálarfrøðingur

KATRIN DAM Á NEYSTABØ
Ítróttarráðgevi , ÍSF

SSP ráðstevnan, har vit hittast tvørtur um geirar við tí máli, at vit í felag kunnu gera okkara til, at børn og ung trívast í Føroyum.

SSP
Skúli
Sosialir myndugleikar
Politi

KVEIKINGARDAGUR

SKRÁIN

Skráseting og morgunmatur		8:15 - 9:00
Setan av kveikingardegnum *Djóna N. Joensen*, landsstýrismanni í barna- og útbúgvingarmálum		9:00 - 9:20
Frá firring til luttøku- ein Ph.d-verkætlan um skúlaaftran í Føroyum *Pætur Zachariasson*		9:20 - 9:50
	Steðgur	**9:50 - 10:10**
Sjálvstamarhald vs. vitsevni *Rune Kappel*		10:15 - 11:15
Vit hava kortini ikki roynt alt *Dorthe Birkmose*		11:15 - 12:00
	Miðmáli	**12:00 - 13:00**
Vit hava kortini ikki roynt alt - framhald *Dorthe Birkmose*		13:00 - 13:50
	Steðgur	**13:50 - 14:10**
Flest møguligt, longst møguligt í ítróttarfelagsskapinum *Katrin Dam á Neystabø*		14:10 - 14:45
Samanumtøka og takk fyri í dag		14:45 - 15:15

Um fyrilestrarnar

Sjálvstamarhald og drívmegi eru høvuðsevni í fyrilestrinum. Hvussu kunnu vit hjálpa børnum og ungum at taka betri avgerðir?
Tú fært grundleggjandi vitan um, hvat sjálvstamarhald í veruleikanum er, hvussu hann verður mentur, og hvønn leiklut vitsevni hevur. Við støði í bæði teoretiskum og praktiskum dømum, verður víst á ítøkiligar metodir og teknikkir til at venja sjálvstamarhald.

Rune Kappel er leiðandi sálarfrøðingur á barna- og ungdómspsykiatri, á Aarhus Universiteti. Hevur áður arbeitt innan ráðgeving til lesandi við sálarligum avbjóðingum. Hann hevur drúgvar royndir við bæði børnum, vaksnum og ungum, og er høvundur til bókina, "Selvkontrol hos børn og unge".

At megna at skifta sjónarhorn, er okkara sterkasta amboð. Tá ið vit fáa eitt rímiligt innlit í hvørja hjálp onnur hava tørv á, kunnu vit velja ímillum nógvar ymiskar arbeiðshættir – bæði at leiða, fylgja og vegleiða. Dorthe Birkmose fer at tosa um óvæntaðu styrkina í konsekvenspedagogikki, hvussu trot á starvsmegi og tíð, ávirkar okkara evnið at samstarva – og hví menniskju *eru* motiverað.

Dorthe Birkmose er royndur fyrilestrarhaldari, rithøvundur og sálarfrøðingur. Hon hevur vitjað í Føroyum áður og havt fyrilestur um forráðan. Kendu bøkurnar eru "*Når gode mennesker handler ondt*" og "*Mennesker er motiveret*".

Framløgan tekur støði í PhD-verkætlan um drúgva skúlafráveru í føroyska fólkaskúlanum. Hugt verður eftir skúlafráveru frá bæði teoretiskum og praktiskum sjónarhornum, umframt at nomið verður við nakrar av fyribils úrtøkunum og ábendingunum frá granskingini.

Pætur Zachariasson er sálarfrøðingur og PhD-lesandi á Fróðskaparsetri Føroya, har hann granskar innan drúgva skúlafráveru í føroyska fólkaskúlanum. Hann hevur fakligar royndir frá granskingarstovninum Center for Music in the Brain í Danmark (2019-21), og sum sálarfrøðingur í Sernámi (2021-24).

Vit vita, hví børn velja at íðka ítrótt – og hví tey velja hann frá. Vit vita eisini, hvat skapar trivnað í ítróttarfelagsskapum. Avbjóðingin er at skapa hesar karmar allastaðni og alt árið, so børnini velja ítróttin til, koma aftur. Og so sjálvbodnu eldsálirnar og venjarar hava nøktandi amboð og karmar til at skapa barnavinaligar felagsskapir, har tað er pláss fyri bæði børnunum, breiddini og teimum bestu.

Katrin Dam á Neystabø er ítróttarráðgevi hjá Ítróttarsamband Føroya innan breiddarítrótt og samskipari av skúlaleikum.

KVEIKINGARDAGUR 2027

VERÐUR AFTUR Í FEBRUAR 2027

EFTIRMETING

Hjálp okkum at gera tað betri.

Vit vilja hoyra tína meining!

- trýst á leinkjuna og útfyll stuttu eftirmetingina

Vitja okkum á ssp.fo ella á okkara sosialu miðlum

SSP Skúli Sosialir myndugleikar Politi