



Det finns bara en av dig

Varje individ är unik, den du ser i spegeln finns det bara en av i hela världen. Det budskapet förmedlas till tjejerna på Gärdsmosseskolan när det står livskunskap på schemat.

VARJE VECKA HAR tjejerna i klass 5–6 på Gärdsmosseskolan lektion i ämnet livskunskap. De träffas på Backens fritidsgård alldeles nära skolan. Just den här dagen skall de diskutera kring temat Om att bli kvinna. De tio tjejerna är alla på väg eller har just gått in i sin pubertet.

– Vi sätter oss i soffan med levande ljus och soft musik, berättar Cecilia Zachrisson, en av ledarna.

Alla börjar med att berätta om en sak som gjort dem glada. I rummet finns ett blädderblock där de skriver vad de kommer på.

– Vi fortsätter att prata om vad som är det bästa med att vara tjej. Vad tjejerna längtar efter i sitt vuxna liv. Det blir en mysig diskussion, där många frågor kring kärlek,

barn, att gå på disco och killar kommer upp, fortsätter Cecilia.

Tillsammans med kollegan Siw Jacobsson på Backens Fritidsgård håller hon i två av tjejgrupperna på mellanstadiet på Gärdsmosseskolan/Siriusskolan. Enheten fritid och skola har sedan hösten 2001 bedrivit ett samarbete där livskunskapsämnet utgör en stor del. Redan från början fanns ett önskemål från lärarna i skolan att dela in eleverna i kill- och tjejgrupper. Det slog så väl ut, att gruppindelningen har blivit permanent.

– Barnen vågar vara mer ärliga i separata grupper, killarna vågar ställa frågor om tjejer. Vi försöker skapa ett forum där det finns mycket tid till diskussioner, bland annat för att ge barnen en möjlighet att sätta ord på känslor och tankar.

Alla barn på mellanstadiet erbjuds tjej- och killgrupper cirka en och en halv timme i veckan. Det är personalen på fritidsgården som är gruppleddare, förutom Cecilia och Siw ytterligare fem personer. Syftet är att utveckla och förstärka barnens självkänsla, och ge dem tillit både till sig själva och till andra. De skall även få kunskaper om en rad viktiga ämnen, till exempel sex och samlevnad, tobak och droger.

– Vi vill också hjälpa barnen att både i nuet och framtiden göra bra val, motstå gruppträck och att våga säga nej till sådant som är skadligt, säger Cecilia.

När tjejerna i soffan pratat en stund om fördelarna med att vara tjej övergår de till att prata om menstruation och vad det egentligen är. Vad är det som händer i kroppen när man får sin mens? Siw och Cecilia har med sig olika mensskydd som de demonstrerar.

– Varje gång har vi en frågekorg där var och en kan lägga ner sina frågor helt anonymt. Vi vuxna lägger också ner frågor. På så sätt behöver ingen känna sig utsatt.

Den här gången kom frågor om relationer och om kroppen, speciellt kvinnans könsorgan. Hur ser vi ut? Hur fungerar vi kroppsligt? Siw och Cecilia visade bilder på det kvinnliga könsorganet.

– Synonymer för kvinnans könsorgan skrev vi på blädderblocket. Vi pratade också om hur viktigt det är att reagera när man blir kallad könsord, och gav exempel på hur man kan svara när man blir tilltalad på ett kränkande sätt. Och hur viktigt det är att inte bete sig illa mot andra.

– Sånt måste man snacka om, det gör vi inte i skolan, säger Vanesa, en av tjejerna som varit med på dagens lektion.

– När Cecilia och Siw berättar, då fattar jag bättre än om jag läser om det, säger Nora, en annan elev.

Cecilia Zachrisson och Siw Jacobsson har tillsammans med sina kollegor gjort årskursplaneringar för både kill- och tjejgrupperna. Det innebär att de vet exakt vad de ska arbeta med i årskurs 4, 5 och 6. Ett flertal av ämnena är ständigt återkommande och löper som en röd tråd genom alla årskurserna. Man kan även återkoppla till tidigare ämnen när situationer uppstår som kräver detta, exempelvis vid mobbning. Självklart ser planeringarna olika ut, beroende på gruppsammansättning. I kill- och tjejgrupperna arbetar man också på olika sätt.

– I killgrupperna börjar vi alltid med en stunds

Gärdsmosseskolans mål och syfte med ämnet livskunskap

- Utveckla och förstärka barnens självkänsla.
- Utveckla och förstärka barnens tillit till både sig själva och andra.
- Arbeta för att barnen skall få alternativa strategier för att lösa konflikter och problem.
- Ge kunskaper om en rad viktiga ämnen t ex sex och samlevnad, tobak, droger mm.
- Hjälpa barnen att både i nuet och framtiden göra bra val, motstå gruppträck och att våga säga NEJ.
- Arbeta förebyggande både mot mobbning och andra trakasserier.
- Att få gruppen att fungera tillsammans utan konflikter.

Kommentarer från tjejerna

Varför är det viktigt att diskutera att vara kvinna, hur kroppen fungerar, vad mens är?

– För att man skall kunna säga nej till dåliga saker.

– För jag kommer att behöva det i livet.

– Jag behöver veta allt.

Det bästa med att vara med i tjejgruppen?

– Att man lär sig nya saker och att man kan säga nästan vilken åsikt som helst.

– Man kan prata om mycket man undrar och det är kul när det bara är tjejer.

– Man lär sig mycket om sånt man inte pratar om i skolan.

Vad har du lärt dig idag?

– Att det bara kommer cirka tre matskedar mens i månaden.



Tjejerna i klass 5-6 på Gärdsmosseskolan har bildat en dansgrupp. De skapar sin dans själva och uppträder när tillfälle ges.

avslappning, alla lägger sig på golvet och ljuset tonas ner. Många av killarna behöver detta för att lugna ner sig, och vi märker att det har en väldigt bra effekt. Annars tar vi upp i stort sett samma saker i alla grupper. Man måste självklart ta hänsyn till hur gruppen ser ut mognadsmässigt.

– Det är otroligt hur mycket det kan skilja i mognad på två olika grupper i samma åldrar, säger Cecilia.

En av skolans viktigaste uppgifter är att låta varje enskild elev finna sin unika egenart. Det kan ske på olika sätt. Siw och Cecilia valde följande för just den här lektionen:

Alla flickorna fick var sitt pären, som skulle symbolisera livmodern, och två mandlar som skulle symbolisera äggstockarna.

– Vi berättade för tjejerna att två miljoner spermier tävlade om att komma fram till ägget först. Och just de spermier som så småningom blev de själva vann loppet. Detta för att poängtera att varje individ är unik, säger Cecilia.

– När vi avslutade lektionen hade vi gjort i ordning en skattkista med en spegel i. Eleverna fick lämna rummet en och en. Gå in i ett annat rum, öppna kistan och titta i den – för att se något som det bara finns en enda utav i hela världen. ♠