Bona Signum
Läromedel
Bok Film Spel

Lärarhandledning för läromedlet

Är du arg, Moa?



Att använda skönlitteratur i undervisningen.

Att använda väl anpassade texter i skönlitterära böcker i undervisningen är ett mycket bra sätt att nå fram till elever och väcka nyfikenheten för olika frågor. Man har sett att flera delar av inlärningen gagnas av detta, både motivationen men det är också så att när man kopplar ihop kunskap med en känsla så är sannolikheten för att man ska minnas det man lärt sig mycket högre än utan känslan. För erfarna pedagoger är detta inget nytt. Man har både klippt, klistrat och ”uppfunnit hjulet” under alla år på de sätt man vet att man når fram till sina elever.

För elever med kognitiva funktionsnedsättningar är det betydligt svårare med inlärning än för andra elever så därför passar skönlitterära berättelser (eller andra media där en känslomässig komponent är kopplad till det man ska lära sig) väldigt bra. Man har också sett i forskning om inlärning att högläsning skapar en interaktivitet som även den gagnar inlärningen.

Samtidigt ska man naturligtvis vara väldigt uppmärksam på att materialet man använder är på en kognitiv nivå som är anpassad till eleverna samt att texterna är utformade - både i utformning typografiskt men också i lättlästperspektiv - för eleverna. Att skapa känslor som inte kan förklaras skapar förstås mer problem än det löser.

Idag finns det fler elever än någonsin förut i anpassade skolan som kan läsa. Vissa elever i någon mån, andra riktigt bra. Därför är det av stor vikt att man ser till att skapa en läslust hos de eleverna för att fortsätta utveckla deras läsförmåga. På det sättet automatiserar man till slut läsandet vilket ger en betydligt högre grad av självständighet i vuxenlivet. Det är en demokratisk rättighet och det är samhällets skyldighet att bidra med möjligheter till att uppnå det.

Ann Gomér
Författare och VD
Bona Signum AB

I boken "Är du arg, Moa?" finns det plats för en hel det igenkänning för många tonåringar. Det är en besvärlig tid för vissa och det kan bero på många saker, så som hormoner och att dygnsrytmen förändras.
Moa hamnar i samma bråk varje morgon med sin mamma. I skolan blir det Linus som får ta hennes ilska, tills han tröttnar på det en dag. Han försöker vara snäll mot henne men det hjälper inte, hon är arg ändå.

Att jobba med sitt humör kan man göra på många olika sätt. I den här boken tas följande upp:

- Stress är något som kan få vem som helst i obalans. Att se till att man har tillräckligt med tid avsatt för det som ska göras är viktigt.
- Lågt blodsocker är även det en trigger för många. Moa får försöka att hålla en jämn nivå på sockret och absolut äta frukost på morgonen. Moas mamma kommer också med ett glas apelsinjuice som hon får dricka redan i sängen, för att kicka igång sockret.
- Tydlig stuktur är viktigt för att undvika stress. Att placera saker så att man slipper leta efter dem när man har bråttom är ett sätt att undvika stress.
- Moas mamma använder lågaffektivt bemötande mot Moa. Istället för att skrika tillbaka och höja tonläget ytterligare så behåller hon lugnet och försöker istället att tänka ut lösningar som fungerar på sikt. Diskussionen som Moa och hennes mamma har om lösningar kommer först när Moa är redo, när hennes agerade fått så stora konsekvenser att hon själv inser att något måste förändras. När man nått den insikten är man också betydligt mer öppen för förändringar.



I gymnasiesärskolans läroplan står under ämnesområde Idrott och hälsa om syftet med undervisningen:

Undervisningen ska leda till att eleverna utvecklar förmåga att samtala om och reflektera över vad fysiska aktiviteter betyder för den fysiska förmågan och hälsan. De ska även ges tillfälle att reflektera över livsstilens betydelse för hälsan.

Undervisningen i ämnesområdet idrott och hälsa ska ge eleverna förutsättningar att utveckla följande:

- Förmåga att genomföra fysiska aktiviteter som utvecklar fysisk förmåga och kroppsuppfattning.
- Förmåga att reflektera över livsstilens betydelse för hälsa och välbefinnande.

Under rubriken "Livsstil och hälsa" står det:

- Sambanden mellan livsstil, hälsa och välbefinnande, till exempel sambanden mellan fysisk aktivitet, utevistelse, sociala kontakter och hälsa.

I ämnesområdet Natur och miljö ska man behandla följande:

- Människokroppens olika delar och deras funktioner.
- Människors sexualitet, lust och relationer.
-

I gymnasiesärskolans läroplan står under ämnesområde Individ och samhälle:

- Konflikter och konfliktlösning. Hur man kan hantera olika intressen och åsikter.

Att diskutera:

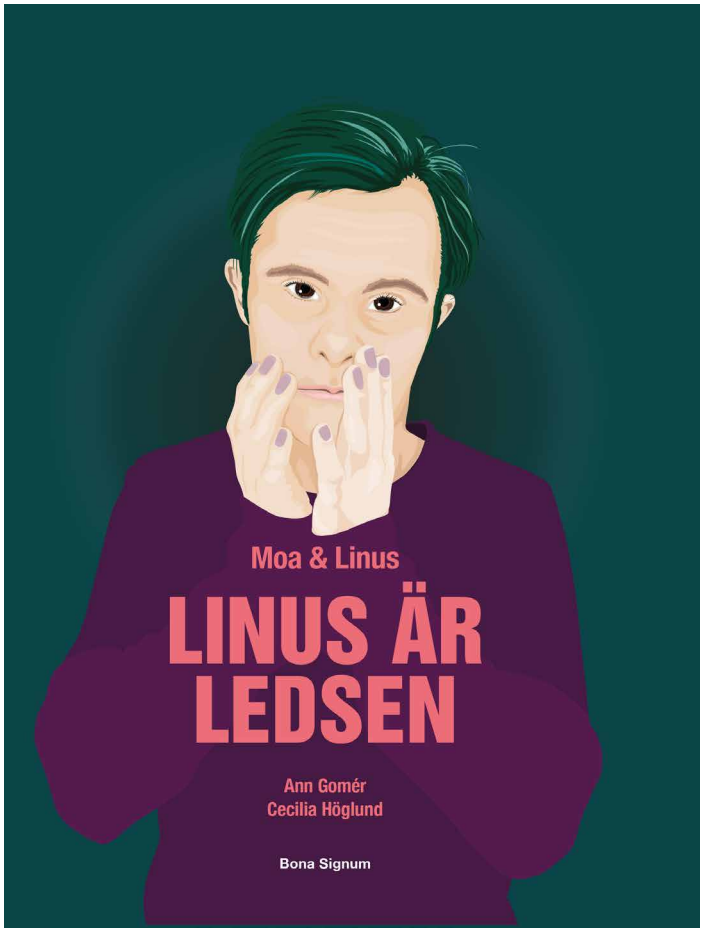
- Tycker du att det är svårt att gå upp på morgonen? Hur kan man lösa det?
- Hinner du alltid äta frukost på morgonen?
- Är det okej att låta sin ilska gå ut över andra?
- Om man säger förlåt efter man gjort något dumt, är det alltid bra igen då?
- Gjorde Linus rätt i att vägra bowla med Moa?
- Träna på lågaffektivt bemötande i en teaterpjäs där en person är jättearg och den andra måste behålla lugnet. Hur svårt är det?
- Ladda ner elevfrågorna till boken och låt eleverna jobba i grupp eller enskilt med dom.

En TAKK-bilaga finns att få till boken. Skicka ett mail till ann@bonasignum.se så mailas den som en pdf att skriva ut.

Bona Signum
Läromedel
Bok Film Spel

Lärarhandledning för läromedlet

Linus är ledsen



I boken "Linus är ledsen" finns många delar att diskutera för att upptäcka nycklar till välmående. Linus får tillgång till flera delar som motiverar honom och gör honom mer positiv.

- I boken får han ansvar för Moas hund. Att få ett ansvar för någon annans välmående (ut på promenader, mat och kel) gör att man ofta för ett ögonblick kan sätta sina tankar på sitt eget i andra hand.
- Att ta hand om hunden tvingar Linus att gå ut och röra på sig. Han får också leka med hunden på ett kravlöst sätt.
- I samvaron med hunden får Linus en vän som man "kan viska tokiga saker i öronen på", dvs en kravlöshet i kombination med en kärleksfull fysisk kontakt.
- Mamman intar ett övervakande men icke-konfrontativt sätt som uppmuntrar men låter Linus själv styra över när han är redo.
- Läraren Anna får Linus att känna att han är saknad och omtyckt och erbjuder att man ändrar i schemat för att han ska komma tillbaka igen.
- Skolan lockar med dans för att man vet att Linus tycker att dans är jättekul samt att man vet att musik och dans har en positiv inverkan på mental hälsa.
- Vänner, sociala kontakter. Linus konstaterar att vänner är väldigt viktiga i livet för att man ska må bra.



I gymnasiesärskolans läroplan står under ämnesområde Idrott och hälsa att syftet med undervisningen ska vara att man:

Genom undervisningen ska eleverna ges tillfälle att utveckla kunskaper om naturen som en källa till rekreation under olika årstider. Undervisningen ska också bidra till att eleverna ges möjlighet att utveckla ett intresse för fysiska aktiviteter i naturen och i olika utemiljöer.

Undervisningen ska leda till att eleverna utvecklar förmåga att samtala om och reflektera över vad fysiska aktiviteter betyder för den fysiska förmågan och hälsan. De ska även ges tillfälle att reflektera över livsstilens betydelse för hälsan.

Undervisningen i ämnesområdet idrott och hälsa ska ge eleverna förutsättningar att utveckla följande:

- Förmåga att genomföra fysiska aktiviteter som utvecklar fysisk förmåga och kroppsuppfattning.
- Förmåga att genomföra olika former av friluftsaktiviteter.
- Förmåga att reflektera över livsstilens betydelse för hälsa och välbefinnande.

Under rubriken "Livsstil och hälsa" står det:

- Sambanden mellan livsstil, hälsa och välbefinnande, till exempel sambanden mellan fysisk aktivitet, utevistelse, sociala kontakter och hälsa.

- Mental träning och avslappning, till exempel genom kroppskontakt, naturupplevelser och andningsövningar. Hur mental träning och avslappning kan användas för att nå mål och ökat välbefinnande.

Att diskutera:

- Hur gör man för att bli glad igen när man blir ledsen? Ge förslag på olika aktiviteter som man kan göra för att bli gladare igen.
- Vad har djur för inverkan på oss? Hitta berättelser där djur hjälper människor på olika sätt.
- Vad betyder det att ha vänner i våra liv? Moa känner på sig att hunden Bobby kan trösta Linus och hon får rätt i det. Ge förslag på andra sätt som våra vänner kan hjälpa oss när vi mår dåligt.
- Naturen har en god inverkan på vår hälsa. Linus går ut flera gånger varje dag i parken med Bobby. Diskutera varför naturen har en läkande effekt på oss.
- Ladda ner elevfrågorna till boken och låt eleverna jobba i grupp eller enskilt med dom.

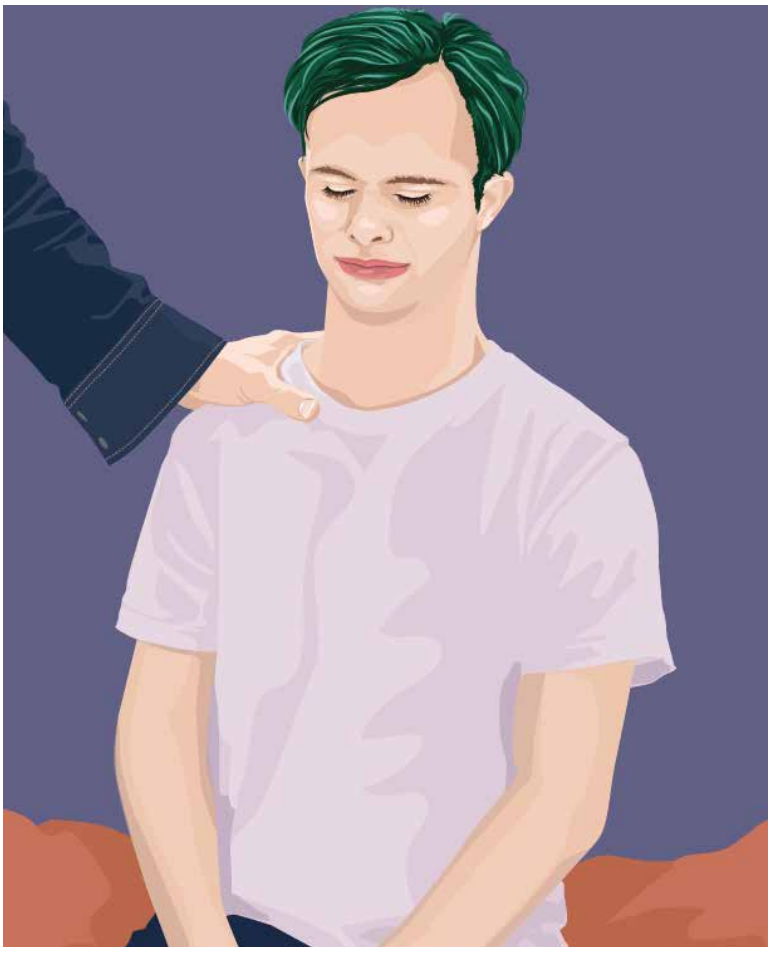
En TAKK-bilaga finns att få till boken. Skicka ett mail till ann@bonasignum.se så mailas den som en pdf att skriva ut.

Lärarhandledning för läromedlet

Moa <3 Leo?



I boken Moa <3 Leo? uppstår ett bråk mellan Moa och Linus på grund av svartsjuka. Linus blir arg och sårad och vill inledningsvis inte prata om det alls. Moa blir också ledsen. Hon försökte bara få den nya klasskamraten att känna sig välkommen, tycker hon.
Leo är homosexuell, upptäcker Moa. Hon lägger ingen värdering i det alls, och inte Linus heller. Men hur ser samhället generellt på HBTQ-personer? Hur ser det ut i andra länder?
I alla relationer finns två sidor av varje händelse, din sida och min sida. Att förstå hur kommunikation fungerar är en väg till att undvika att hamna i konflikter. Men även att kunna leva sig in i den andra personens tankar och bevekelsegrunder, allt är inte alltid som man tror att det är.
I slutet säger Moa till Linus:
- Trodde du att jag skulle strunta i dig?
Linus svarar:
- Jag tänkte inte så.
Precis så är det och att bära med sig det i relationen med andra människor är bra.



I gymnasiesärskolans läroplan står under ämnesområde Individ och samhälle:

- Konflikter och konfliktlösning. Hur man kan hantera olika intressen och åsikter.
- Aktuella samhällsfrågor, till exempel frågor som rör hälsa, miljö och globala händelser.
- Värdegrund, jämställdhet och demokrati samt alla människors lika värde.
- Etiska frågor och livsfrågor med betydelse för eleven, till exempel droger och jämställdhet. Livsfrågor i samband med födelse, liv och död.
- Relationer, kärlek, sexualitet och integritet. Hur man gör egna val samt tar ansvar för sig själv och andra.

Under ämnesområdet Språk och kommunikation finns följande:

- Kommunikation om känslor. Hur känslor kan uttryckas, beskrivas och tolkas.

Att samtala om:

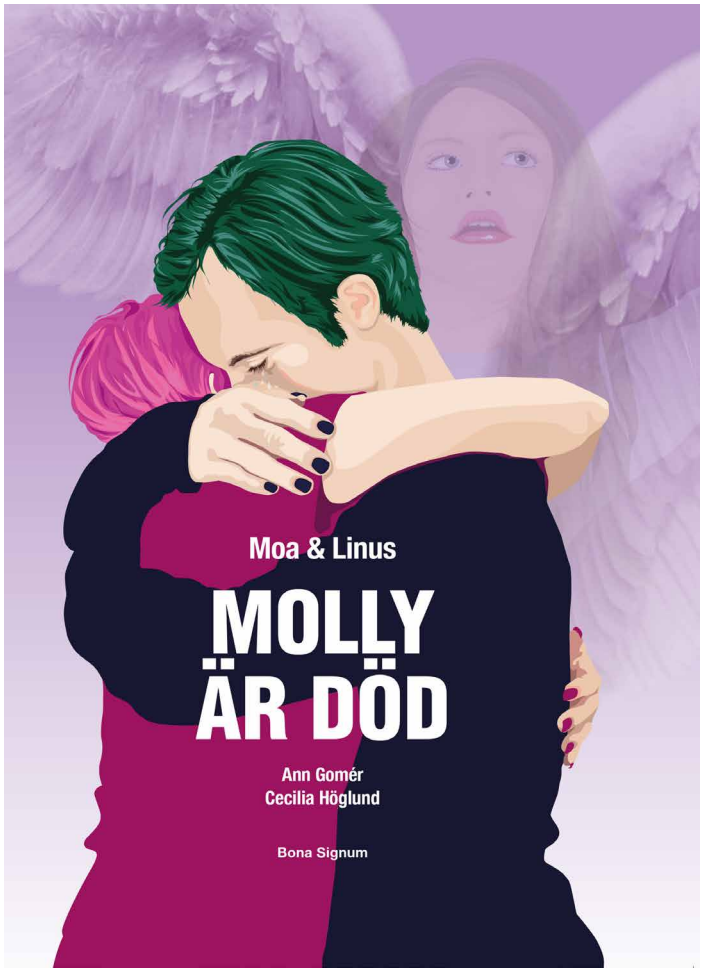
- Moa försöker vara snäll mot Leo men gjorde Linus ledsen. Diskutera hur hon kunde ha gjort annorlunda.
- Leo har en pojkvän. Moa och Linus reagerar inte så starkt på att han är homosexuell. Diskutera om det är något eleverna tycker är märkligt eller helt normalt.
- Linus vill verkligen inte prata med Moa när han är arg. Moas pappa säger att det kanske är bra eftersom man kan säga dumma saker som man sedan ångrar när man är arg. Diskutera hur man kan undvika den situationen.
- Både Linus pappa och Moas pappa säger att man ska säga hur man känner och vad man tänker, så blir det rätt. Diskutera om det är så i ALLA situationer. När man det vara bäst att INTE vara ärlig?
- Linus blir svartsjuk och mår dåligt över det. Är det alltid den svartsjukas fel att man blir svartsjuk?
- Ladda ner elevfrågorna till boken och låt eleverna jobba i grupp eller enskilt med dom.

En TAKK-bilaga finns att få till boken. Skicka ett mail till ann@bonasignum.se så mailas den som en pdf att skriva ut.

Bona Signum
Läromedel
Bok Film Spel

Lärarhandledning för läromedlet

Molly är död



I boken "Molly är död" får Moa och Linus uppleva hur en klasskompis dör i en sjukdom. Att förhålla sig till döden och till sorg är svårt för oss alla. Men vi blir så illa tvugna att göra det ändå.

För många elever med särskilda behov så finns det sjukdomar med i funktionsnedsättningen så elever i grundsärskolan och gymnasiesärskolan löper en betydligt högre risk än andra att drabbas av att en klasskompis går bort. Behovet att kunna prata om sorgen finns hos många elever och i boken finns en del saker man gör som hjälper till i sorgearbetet. Till exempel:

- Man pratar öppet om vad som hänt och försöker inte linda in döden i något annat. Molly finns inte mer. Hon är död. Det blir lättare att förhålla sig till det om budskapen är tydliga.
- I skolan låter man sorgen få ta både tid och plats.
- I boken symboliseras bildmässigt livscykeln av rosen som först är i sin prakt och sedan har vissnat.
- Moa ritar ett kort och lämnar i Mollys brevlåda, vilket gör både Molly och hennes föräldrar glada. Att förstå hur ens agerande faktiskt påverkar andras humör är en bra sak att ta upp.
- Moa undrar om Molly blivit en ängel. Vad betyder symboler som änglar med vingar i himlen i sammanhang som detta?



I ämnesområdet Individ och samhälle finns ett syfte som formuleras:

- Eleverna ska också ges möjlighet att utveckla kunskaper om olika traditioner och livsåskådningar och om hur dessa påverkar våra liv och samspelet i samhället. Vidare ska undervisningen utveckla elevernas förmåga att samtala om och reflektera över etiska och existentiella frågor.

Under rubriken Religion och livsfrågor står det att man ska behandla följande:

- Kristendomens påverkan på kulturen i det svenska samhället, till exempel helgdagar och ritualer.
- Olika religioner och andra livsåskådningar samt några av deras traditioner och levnadsregler.
- Etiska frågor och livsfrågor med betydelse för eleven, till exempel droger och jämställdhet. Livsfrågor i samband med födelse, liv och död.

Inom estetiska ämnesområden finns formuleringen:

- Komposition av bilder för att förmedla tankar och känslor.

Att samtala om:

- I boken om Molly diskuteras döden. Vad sker efter vi dött? Diskutera olika synsätt på döden i olika trosuppfattningar.
- Riter och ritualer omkring döden. Hur gör man i olika delar av världen och i olika religioner när någon går bort? Varför gör man/tror man så?
- Varför är det så svårt för oss att förstå döden? Hitta skrönor om döden och prata om varför man skapar påhittade berättelser om det vi inte förstår.
- Hur har vi sett på döden historiskt?
- Rita känslor. Hur ritar man sorg? Hur ritar man kärlek? Varför är det så?
- Ladda ner elevfrågorna till boken och låt eleverna jobba i grupp eller enskilt med dom.

En TAKK-bilaga finns att få till boken. Skicka ett mail till ann@bonasignum.se så mailas den som en pdf att skriva ut.

Lärarhandledning för läromedlet

Ska vi ha sex?



I boken "Ska vi ha sex?" diskuteras många delar av både relationer och sexualitet. Vad är sexualitet, vad är lust, vad är ett samlag? Att skilja på begreppen kan ibland vara viktigt så att man förstår varandra. Moa säger att hon fått veta på ungdomsmottagningen "hur man gör". Vad hon fått veta beror ju förstås lite på hur hon ställt frågan. Men att ha en kravlös kontakt med ungdomsmottagningen där man kan ställa de frågor man vill är förstås väldigt bra för alla ungdomar och kanske ännu mer för ungdomar med kognitiva funktionsnedsättningar.
Att ha en relation innebär för de flesta att man så småningom även kommer att ha sex tillsammans. Men hur man gör kan variera i all oändlighet och i de fall funktionsnedsättningar finns så kan det även finnas begränsande faktorer att ta hänsyn till. Att diskutera det, både hinder och möjligheter i kärlek, sex och relationer, ger en god grundplåt inför ett vuxenliv i samvaro med andra.



Under rubriken Religion och livsfrågor står det att man ska behandla följande:

- Relationer, kärlek, sexualitet och integritet. Hur man gör egna val samt tar ansvar för sig själv och andra.

I ämnesområdet Natur och miljö ska man ta upp:

- Människokroppens olika delar och deras funktioner.
- Hygien och hälsovård, till exempel smittspridning.
- Människors sexualitet, lust och relationer.

Att samtala om:

- Vad är sex? Är även onani sex?
- Vad innebär det att man har delar av sin kropp som är "privata"?
- Hur ska man agera om man får ett nej när man vill ha sex? Är det till exempel tillåtet att tjata sig till sex?
- Vad är en könssjukdom? Hur skyddar man sig mot dem och hur vet man att man har drabbats av en könssjukdom?
- Frågan "ska vi alltid leva ihop?" andas en viss ängslan och oro. Vad avgör om man lyckas eller inte?
- Moa och Linus funderar på framtiden också i boken. Att flytta ihop, gifta sig och få barn är ju det många gör. Men vad innebär det för påfrestningar?
- Moas svar när Linus avslöjar att han inte har någon kondom hemma andas viss besvikelse. Kanske var det bristen på kondom som gjorde att det inte blev någon sex?
- Finns det en könsskillnad i förhållandet till sexualitet?
- Ladda ner elevfrågorna i webbutiken och låt eleverna arbeta enskilt eller i grupp med dem.

En TAKK-bilaga finns att få till boken. Skicka ett mail till ann@bonasignum.se så mailas den som en pdf att skriva ut.