

# Att arbeta med ordspråk

Ett processinriktat arbetssätt för elever att träna upp sin värderingsförmåga och sina ”känslomuskler”

Författare: Ulrika Hansén

Artikel nummer 2/2009

Denna artikel har i november 2009 accepterats för publicering i Skolportens numrerade artikelserie för utvecklingsarbete i skolan av Nacka kommuns läsgrupp med Björn Söderqvist, fil. dr. samt rektor, Nacka kommun, som gruppens ordförande.

Fri kopieringsrätt i ickekommersiellt syfte för kompetensutveckling eller undervisnings i skolan och förskolan under förutsättning att författarens namn, artikelns titel och källa: Skolportens artikelserie anges. I övrigt gäller Copyright för författaren och Skolporten AB gemensamt.

Denna artikel är publicerad i Skolportens nättidskrift Undervisning & Lärande.  
<http://www.skolporten.com/U&L>

Aktuell metodbok med författaranvisningar: [http://www.skolporten.com/U&L\\_Metodbok](http://www.skolporten.com/U&L_Metodbok)

Vill du också skriva en utvecklingsartikel? Maila till [info@skolporten.com](mailto:info@skolporten.com)

# Abstract

Att man behöver kontinuerlig träning för att utveckla sin läs- och skrivförmåga, eller sitt matematiska tänkande är lätt att förstå. Men den känslomässiga och sociala kompetensen förväntas barnen lära sig utan någon egentlig träning. Jag har i min undervisning använt ordspråkstolkningar som verktyg för att träna upp elevernas värderingsförmåga, emotionella kompetens och för att göra deras ”känslomuskler” starkare. Resultatet har varit mycket positivt, både för eleverna enskilt genom att de utvecklat sin egen tankeförmåga och lärt sig lita till den, samt för hela gruppen som tillsammans skapat ett varmt och tryggt gruppklimat där allas lika värde kommit till sin rätt.

*Ulrika Hansén arbetar som lågstadielärare på Boo Gårds skola i Nacka Kommun.*

*E-post: [ulrika.hansen@nacka.se](mailto:ulrika.hansen@nacka.se)*

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b> .....	<b>5</b>
1.1 Syften och avsikter.....	6
<b>2. Metod</b> .....	<b>6</b>
<b>3. Huvuddel</b> .....	<b>7</b>
3.1 Så här har jag genomfört ordspråksarbetet .....	8
3.2 Exempel på hur ordspråksarbetet kan se ut samt några elevtolkningar .....	9
3.3 Välja ordspråk med aktuella och angelägna innehåll .....	12
<b>4. Resultat</b> .....	<b>13</b>
<b>5. Diskussion</b> .....	<b>16</b>
<b>Referenser</b> .....	<b>18</b>
<b>Bilder</b> .....	<b>19</b>

# 1. Inledning

Jag har alltid dragits till ordspråk. Andemeningen i dem ger mig associationer på ett lustfyllt sätt, ofta även med direkta insiktsgivande känslöberöringar.

I början av 90-talet hände en sak som ledde mig vidare till att börja använda dem tillsammans med mina elever och så småningom även kontinuerligt i min undervisning. Det hela började med att jag hade en elev i år två som efter en rast inte ville komma in i klassrummet av rädsla för hur kamraterna skulle bemöta henne. Hon kände sig utsatt då hon bar på en sorg hon inte kunde hantera, och denna rast hade hon tillbringat gråtandes, gömd i rabatten. Jag försökte trösta och lugna, men ingenting hjälpte. Hon vägrade komma in, hon ville inte att de andra skulle se att hon hade gråtit.

Då använde jag mig av ett ordspråk ”Gråten är själens tvättmaskin” för att få henne att förstå att vi fått förmågan att gråta av en anledning. Jag frågade henne vad som skulle hända om hon ramlade och smutsade ner sina byxor? Vi diskuterade en stund och kom fram till att det inte skulle vara så farligt, det var ju bara att tvätta dem i tvättmaskinen så skulle de bli rena igen. Precis samma sak är det med gråten, berättade jag. Den hjälper oss att tvätta rent det som inte känns bra på insidan. Just när man gråter känns det ibland hopplöst, men tårarna behövs för att skölja bort det som ”känns nedsmutsat” på insidan. Sen när man gråtit klart är det lättare att se klart på situationen och känna sig starkare igen.

Genom den förklaringen kunde hon skapa den distans hon behövde för att se lite mer objektivt på sin situation. Jag fick lova henne att berätta samma sak för de andra i klassen, om jag gjorde det skulle det inte kännas så utlämnande att visa sig rödgråten för dem.

Jag berättade och klasskamraterna blev i den stunden engagerade, aktiva kamrater.

Finns det fler ”såna där” ordspråk undrade flera av dem. Efter det presenterade jag ett nytt ordspråk i veckan. Till en början använde vi oss av dem som diskussionsunderlag, men efter en tid fick alla varsin bok att själva dokumentera och göra sina tolkningar i. Det var då utformningen av det verkliga ordspråksarbetet började växa fram. Ett arbete som fortfarande utvecklas för varje ny klass jag tar emot grundat på mina observationer av vad som händer både med de enskilda eleverna och med hela klassen som grupp.

Utvecklingen till hur ordspråksarbetet ser ut idag fick jag efter att ha lyssnat på ett radioprogram där man berättade om hjärnforskaren Matti Bergströms teorier om att vi upp till tolv års ålder skapar våra grundläggande värderingar, vår värderingsförmåga, och att man förr fick denna träning genom att lyssna till sagor och fabler där man lärde sig om handling, konsekvens, etik och moral. De klassiska sagorna tränade barn att se djupt in i den mänskliga naturen och själens värdesystem. Enligt min erfarenhet finns inte den traditionen kvar och vi har inte ersatt det med något annat som fyller samma viktiga funktion.

Jag upptäckte att ordspråksarbetet kunde vara en bra ersättning för det gamla sagoberättandet och att det fyllde barnen med både energi och nyfikenhet därför att de ofta bar

med sig just den mängden av magi som behövdes för att beröra barnen känslomässigt på ett positivt sätt. Det passade dessutom alla i klassen och skapade en plattform där alla kunde mötas oavsett bakgrund eller kunskapsnivå.

När det gäller det som står i läroplanen om skolans värdegrund och uppdrag gällande grundläggande värden har arbetet med ordspråken visat sig passa mycket väl in. Förutom förhållningssätt är ordspråksarbetet för mig ett väl fungerande verktyg att främja just detta.

## 1.1 Syften och avsikter

Mitt syfte med ordspråksarbetet är att ge barnen ett nytt verktyg att träna sin värderingsförmåga och sin emotionella kompetens med. Genom att ge dem kontinuerlig träning att använda hjärnan som en verkstad och inte bara ett kunskapslager, och erbjuda dem ett lustfyllt sätt till eftertanke som motvikt till alla tv-program och olika typer av spel som påverkar dem idag. Lära dem gå inåt och i sig själva leta efter egna svar och lösningar och utveckla dem. Känna efter, reflektera och träna sina känslomuskler med avsikten att ge dem möjlighet att utvecklas på flera plan. Även att utveckla en förmåga att föra filosofiska diskussioner, framföra sina egna tankar och kunna lyssna aktivt till andras för att utveckla emotionell kompetens.

För genom att lyssna på andras tankar och tolkningar som är formade av just den personens bakgrund, personlighet och livsförhållanden får vi fler idéer, sätt att tänka, infallsvinklar och en ökad förståelse för hur andra är, tänker och har det.

Avsikten har genom detta varit att skapa en ökad respekt mellan barnen och en naturligt ökad acceptans till olikheter och mellan olika personligheter, ett slags känslomässigt brobygge mellan elever.

Syftet med artikeln är att dela med mig av mina positiva erfarenheter till andra pedagoger.

## 2. Metod

Under det senaste läsåret har jag genomfört ett nytt ordspråksprojekt i min klass, byggt på tidigare erfarenheter och litteratur jag läst. Jag har använt mig av deltagande observation som metod (vid deltagande observation ingår observatören i den grupp som ska observeras) vilket gett mig möjlighet att delta, observera samt forma och utveckla arbetet efter olika individers och även efter gruppens utveckling och behov under arbetets gång.

Jag har valt ett läsårslångt processinriktat arbetssätt för ordspråksarbetet, detta för att all varaktig förändring måste få ta tid att befästa och förankras.

Då jag arbetar på lågstadiet har jag valt att genomföra arbetet i år tre då eleverna själva klarar att skriva ner sina tolkningar och är mogna för arbetssättet.

Varje vecka har klassen fått ett nytt ordspråk att arbeta med i olika moment. Först som tankeläxa i syfte att låta eleverna träna upp tankeprocessen enskilt, och därefter med

uppföljning i klassrummet i grupp. Jag har valt ut meningsfulla ordspråk som jag tyckt passat in på aktuella skeenden i klassen, samt ordspråk som jag trott kunna berika eleverna på olika sätt till exempel genom att medvetandegöra hur olika förhållningssätt till en situation kan påverka ens situation och hur man mår.

Innan arbetet startade i klassen informerade jag föräldrarna på ett föräldramöte om syftet med arbetet och deras roll i processen. Jag gav även informationen skriftligt eftersom de som inte var med på föräldramötet behövde få samma information och förförståelse för att kunna hjälpa barnen på bästa sätt.

### 3. Huvuddel

I det här kapitlet kommer jag delge vilka litterära referenser jag inspirerats av samt beskriva hur jag rent praktiskt genomfört ordspråksarbetet.

Enligt hjärnforskaren Matti Bergström (1996) är värderingsförmågan en egenskap hos hjärnans ”Jag” som gör att vi kan se helheter, värdera olika situationer, producera egna värden och ställa dem mot andras, tillåta, tolerera, lösa inre och yttre konflikter, kunna kämpa och hitta lösningar och en förmåga att själva välja.

Värderingsförmågan är en av våra viktigaste förmågor. Det är en förmåga som måste tränas, den kan inte läras in som kunskap, eftersom den inte är kunskap. Likaså är det med den emotionella styrkan, den behöver också tränas (Bergström 1995).

Jag har valt att kalla den emotionella styrkan för känslomuskler, vilket barnen har lätt att förstå, dessutom ger de dem positiva associationer till att träna dem starka.

Hjärnans ”Jag” utvecklas i det limbiska systemet, som hämtar sina intryck både från hjärnstam och hjärnbark. I hjärnstammen finns det som Matti Bergström kallar kaos och i hjärnbarken finns det som han kallar ordning. Ett möte med intryck från dem båda behövs för att utvecklas i det limbiska systemet där vi formar vårt ”Jag” och utvecklar sådant som har med värderingsförmåga och emotionell kompetens att göra. I hjärnan är ”Jaget” ett fritt system, mellan stammens medvetandekraft och barkens informationskraft (Bergström 1995).

Ett svagt ”Jag” i en hjärna som inte fått utveckla balans mellan de tre delarna ovan (hjärnstam, hjärnbark och det limbiska systemet) får inte samma möjligheter att kunna hantera framtida situationer som en hjärna som fått utveckla dem i balans med varandra. Vår verklighet är under ständig förändring. För att kunna hantera framtiden med alla de förändringar vi kommer att möta är denna träning oerhört viktig. Vi behöver klara av att möta nya situationer och kunna värdera dem med både helhetsseende och ett öppet sinne, beredda att skapa nya värderingar allteftersom vår verklighet förändras. När man möter helt nya situationer räcker det inte att bemöta dem enbart med gammal kunskap.

”Det krävs ett nytt sätt att tänka för att lösa de problem vi skapat med det gamla sättet att tänka” (Einstein e.d.).

Mina erfarenheter har visat att det ofta är svårt för elever att välja nya vägar och tankesätt eftersom man, många gånger omedvetet, hellre väljer det gamla som känns bekant. Det man känner igen känns oftast tryggast och blir därför det man väljer. För att ändra ett beteende behöver man få göra det nya många gånger för att det ska kännas igen, bli tryggt och ett alternativ man väljer självmant. Jag har uttryckt det så att man behöver gå på en ny stig många gånger för att den ska bli upptrampad. Det räcker inte med att en vuxen bara talar om för en vad man inte får eller bör göra, man behöver få beröra situationen känslomässigt och även hur man ska göra istället för att som jag tycker uppnå det bästa resultatet. Annars är det lätt hänt att man ändå gör om samma misstag nästa gång man hamnar i en liknande situation eftersom det är det enda beteende man känner igen, känner sig trygg i.

I ordspraksarbetet låter jag barnen gå på nya stigar genom de filosofiska diskussionerna som ordspråkstolkningarna ger. De blir berörda och känslomässigt engagerade, de blir erbjudna olika alternativ och lösningar på situationer som de sedan kan använda sig av i verkliga situationer. De lär sig tänka efter före och lita till sitt ”Jag” och sin egen värderingsförmåga, vilket ger en styrka som de kan behöva för att våga och kunna välja nya stigar.

### 3.1 Så här genomfördes ordspraksprojektet

Varje fredag presenterade jag det nya ordspråket. Jag skrev det på tavlan så eleverna kunde skriva av det i sina ordspråksböcker. I böckerna var översta halvan av sidan blank med plats för att illustrera sin text och den nedersta linjerad för att skriva tolkningen. Ordspråket skrevs som rubrik på den översta raden och togs sedan hem som läxa. Vi pratade inte om våra tankar om betydelsen under tiden före uppföljningen, med respekt för den egna tankeprocessen och att inte bli färgad av andras tankar. Föräldrarna var sedan föräldramötet informerade om detta samt vikten av att inte presentera egna tolkningar för sina barn, utan istället hjälpa till med uppmuntrande kommentarer och vid behov, genom att ställa frågor, för att hjälpa barnen att komma vidare i sin tankeprocess. Uppföljningen gjorde vi ca en vecka senare i klassrummet tillsammans. (Jag valde att göra det i halvklass då antalet elever i klassen var rätt stor.) Vi samlades i ring där en regel var att lyssna aktivt, och på så sätt ”hjälpa” den som redovisar. I ringen rådde alltid en miljö av trygghet och respekt för varandra vilket enligt mig var en viktig grund för hela processen att utvecklas på ett positivt sätt under läsåret.

En elev i taget fick läsa upp ordspråket och sin tolkning eller sina associationer av det. Därefter visades bilden man gjort som illustration upp och eleven fick berätta om den. Bilderna visade sig vara mycket populära, de besjälade texterna och gjorde dem mer levande och personliga. När alla redovisat pratade vi om deras tankar och erfarenheter från veckan då de arbetat med det aktuella ordspråket och eventuella nya tankar som kommit fram under redovisningarna. Vi avslutade med en filosofisk diskussion om saker att tänka på och lärdomar vunna ur veckans ordspråk. Under den avslutande diskussionen kunde även jag berätta om mina tankar. Jag som lärare har alltid en tanke med innebörden av ordspråket och valet av det. Tips och tankar jag vill ge vidare som jag på olika sätt tror kan hjälpa eller berika eleverna i



olika situationer; ge dem insikter de kan ha nytta av. Dessa nämner jag inte förrän barnen själva fått tänka under veckan, eftersom en av anledningarna till arbetet är att lära dem utveckla sina egna tankar och sin egen värderingsförmåga. Istället för att fylla på kunskapslagret utifrån sätts deras egen tankeförmåga igång när de letar associationer och tolkningar utifrån både fantasi och verklighet.

Jag har utvecklat och fördjupat arbetet genom att:

- vara tydlig med målet till föräldrarna innan vi startade ordspråksarbetet
  - byggt upp en bank av utvecklande och meningsfulla ordspråk
  - skapat utrymme och tid för tankearbetet
  - göra det till ett långvarigt processarbete; minst ett läsår, då all varaktig förändring måste få ta tid att befästas och förankras, både i rutin och i känsla
- skapat goda förutsättningar för barnens redovisningar
- uppmuntrat alla att bli goda lyssnare, vilket även resulterat i att de har övat upp sin empati och sitt förhållningssätt mot varandra
  - alltid följa upp med diskussioner som förankrar de nya insikterna

## 3.2 Exempel på hur ordspråksarbetet kan se ut samt några elevtolkningar

Genom att inte diskutera ordspråket innan alla fått egen tid att tänka presenterades många olika tolkningar av samma ordspråk varje vecka. Oftast lika många som antal elever. Några associerar kanske ur samma grundtanke, men beskriver dem med egna ord påverkade utifrån sin personlighet vilket leder till stor variation. Eleven som tolkar använder sig av sina ord och erfarenheter, blandar in sina känslor, sin bakgrund o.s.v. vilket gör att alla redovisningar tillför något nytt och därför alltid är lika intressanta att lyssna på. Det blir lätt för övriga att lyssna aktivt, som genom att göra det blir berikade av nya synsätt och tankegångar.

Jag kommer här ge några exempel.

### **Här kommer ordspråk 1:**

*”Du behöver inte släcka någon annans ljus för att din egen låga ska lysa klarare.”*

Syfte

- Lära sig fokusera på goda handlingar och hur man kan förbättra kamratskap.
- Lära sig tänka konstruktivt och söka efter positiva lösningar som gör alla inblandade nöjda.
- Få bort beteenden där någon har lägre status, blir utfrysad eller retad. Eller förhindra att sådana uppstår.
- Få barnen att förstå att alla kan påverka till en mer positiv anda och bidra till en bättre stämning.
- Lära barnen att fokusera på positiv utveckling och att leta så bra lösningar som möjligt i alla situationer.

### **Utdrag ur barnens olika tolkningar, ordspråk 1**

- Jag blir inte bättre på fotboll för att jag pikar någon annan på planen.
- Om jag är jättebra på matematik behöver jag inte skryta om det till den som inte förstår. Istället kan jag hjälpa den andra att förstå. Det känns bra att kunna hjälpa någon annan. Vi blir glada båda två.
- Istället för att visa sig bättre så kan man hjälpa sin kompis om det har hänt något.
- Du behöver inte vara dum mot någon annan för att du ska synas mer.
- Man blir inte bättre på någonting för att man är dum mot någon annan.
- Man ska vara snäll mot andra, det är inte coolt att göra andra ledsna.
- Man behöver inte mobba någon för att verka modig.
- Man behöver inte vara dum mot någon för att försöka imponera på andra.
- Man behöver inte vara elak mot någon annan för att få mer uppmärksamhet. Om man är elak för att få mer uppmärksamhet så får man inga vänner.

### **Exempel på mina kommentarer och diskussionsunderlag till ordspråk 1**

Fundera på dessa saker en stund:

- Hur känns det när man gjort något som verkligen gör någon annan glad? Eller gjort något som lett till att den personen mår bättre?
- Hur känns det när du hjälpt någon förstå ett nytt moment på matematiken?
- När du ställt upp för en kamrat som varit ledsen och nu mår bättre igen?
- Hur känns det när du visat bra bemötande till en person istället för att vända den ryggen?
- Skulle du våga visa civilkurage och säga ifrån till en kamrat som ”försöker släcka någons ljus”? Hur kan du göra det?
- Vad kan det leda vidare till om man törs säga stopp?
- Tänk om det t.o.m. gör att någon som förut alltid valt att ”göra ner andra” lär sig nya bättre sätt att handla på. Hur tror ni den personen känner sig då?
- Har du lärt dig något nytt av veckans ordspråk?

### **Här kommer ordspråk 2:**

*”Man lär inte för skolan utan för livet.”*

Syfte

Få barnen att ta ansvar för sitt lärande, känna arbetsglädje och se vilka möjligheter som finns i det.

### **Utdrag ur barnens olika tolkningar, ordspråk 2**

- Det man lär sig i skolan har man nytta av hela livet och inte för att fröken ska tycka att man är duktig.
- Allt man lär sig i skolan kan förr eller senare komma till nytta i livet, till exempel att läsa tv-texten.
- Jag har lärt mig läsa och det har jag användning av när jag ska gå på bio.

- Jag mätte min säng för att se om mitt skrivbord får rum bredvid den i nya huset.
- Man lär sig inte för att skolan vill utan för att man ska klara sig i livet. Om man gör läxorna kan man satsa på att bli statsminister. Men gör man inte läxorna kanske man bara kan bli sånt som man själv tycker är tråkigt.
- Det man lär sig i skolan kan man använda hela livet.
- Man lär sig i skolan för att livet ska bli lättare, skolan gör livet mycket enklare.
- Om man lär sig olika språk så kan man prata med människor när man åker utomlands.
- Jag lär mig engelska i skolan för att kunna prata med människor i hela världen.
- Matematik är bra att lära sig så att man till exempel kan räkna ut vad saker kostar.
- Om man inte skulle lära sig i skolan så är det svårare att få jobb. Till exempel om man inte skulle lära sig matte så kan man inte lösa problem.
- Man lär sig inte bara för stunden utan för hela framtiden i livet.
- Det jag lär mig på hemkunskapen har jag nytta av när jag ska flytta hemifrån, till exempel städa och laga mat.
- Jag lär mig inte för någon annans skull utan för min egen. Till exempel jag lär mig inte för pappas skull att laga punka utan för min egen, för om inte pappa är där ska jag kunna göra det själv.

### **Exempel på mina kommentarer och diskussionsunderlag till ordspråk 2**

- Fundera på hur det skulle kännas att bo någonstans där man inte har möjlighet att få gå i skolan.
- Fundera på olika anledningar till varför man går i skolan.
- Fundera på några olika saker som kan påverka vilket arbete du får när du blir stor.
- Fundera på alla olika situationer du är med om i skolan varje dag och vad du lär dig av dem.
- Finns det andra saker än kunskap som du får genom att gå i skolan?
- Varför tror ni att vissa elever skolkar när de blir äldre? Vad skulle ni vilja säga till de elever som gör det?
- Vad har du lärt dig idag?
- Kan man lära sig saker på olika sätt, vilka?
- Har du lärt dig något nytt av veckans ordspråk?

### **Här kommer ordspråk 3:**

*”Det som göms i snö kommer upp i tö.”*

Syfte

Få igång en diskussion genom barnens olika tolkningar och olika dimensioner av dem. Några kommer kanske att tänka på något borttappat som dyker upp igen. Andra på olika handlingar som förr eller senare avslöjas. Diskussionen är viktig att ge tidsutrymme åt, den är lärorik då den bl.a. lär ut vikten av att tänka efter före, att ta ansvar för sina handlingar, att ärlighet varar längst och annat som kan dyka upp i diskussionen.

### Utdrag ur barnens olika tolkningar, ordspråk 3

- Om man tappar bort någonting så brukar det nästan alltid komma fram igen.
- Sanningen kommer alltid fram. Har man gjort något dumt så skäms man då.
- På vintern går björnen i ide, då syns den inte. Men på sommaren vaknar den och kommer fram igen.
- Om man tappar bort någonting så hittar man det när man städar.
- Om man ljuger för någon kommer den man ljugit för på det till slut.
- Om man försöker hålla något hemligt så kommer sanningen alltid fram förr eller senare.

### Exempel på mina kommentarer och diskussionsunderlag till ordspråk 3

- Hur känns det om man avslöjas med att ha ljugit?
- Vet alla hur dåligt samvete känns?
- Vad är dåligt samvete?
- Att ha dåligt samvete kan ”kännas dåligt”, men kan ändå vara något bra. Känslor kan man använda som hjälpmedel. Vårt samvete är ett redskap vi fått som ska hjälpa oss att göra rätt saker. En slags inre polis som talar om för oss att vi är på väg att göra fel eller att vi har gjort fel.
- Vad kan man göra när man gjort något som ger dåligt samvete?
- Hur känns det att säga förlåt till någon?
- Hur känns det att bli förlåten?
- Har du lärt dig något nytt av veckans ordspråk?

## 3.3 Välja ordspråk med aktuella och angelägna innehåll

Genom att välja veckans ordspråk med eftertanke kan man få ytterligare vinster insiktsmässigt hos eleverna. Då ska ordspråket behandla något som känns aktuellt i klassen eller kanske berör ett pågående problem. Ordspråket i sig skapar den distans man behöver för att kunna se klarare på en situation och leta lösningar på den utan att låsa sig känslomässigt och gå i försvar.

Man kan även göra jämförelsen av att klättra uppför ett berg på en stig. När man är på stigen ser man bara stället där man befinner sig just då. Men på avstånd ser man hela berget. På samma sätt ger ordspråket den distansen som behövs för att behandla det som är aktuellt, analysera det och leta efter lösningar; träna upp ett helhetsseende.

Det verkar finnas ordspråk som stämmer in på de flesta situationer och sinnestämningar. Här kommer några exempel:

Man kan använda dem mot mobbing, både förebyggande och i aktuella situationer. ”Du behöver inte släcka någon annans ljus för att din egen låga ska lysa klarare.”

Som tröst: ”Gråten är själens tvättmaskin.”

Positivt formande inställningar: ”Ett moln är nog att förmörka hela solen.” (Som bl.a. leder till diskussionen: Vem vill du vara, ”solen” eller ”molnet”?) ”Vi är vad vi tänker.”

”Ditt livs lycka beror på arten av dina tankar.”

Ta ansvar för sina handlingar: ”Som man sår får man skörda.” ”Som man bäddar får man ligga.” ”Det man ger ut får man tillbaka.” ”Ett gott samvete är bästa huvudkudden.” ”Det sprider sig som ringar på vattnet.”

Att lära sig tänka lösningsfokuserat: ”Att klaga är som att gunga gungstol. Visst känns det trevligt när man sitter där, men man kommer ingenstans.”

I samarbeten: ”Ingen kedja är starkare än sin svagaste länk.” ”Daggen räcker till alla grässtrån.”

För att sätta upp mål, hitta mod och uthållighet: ”Man upptäcker inga nya världsdelar om man inte har mod att släppa alla kuster ur sikte.” ”Det är i motvind och inte i medvind som en drake stiger.” ”Det är de som går vilse som hittar de nya vägarna.”

För att främja aktivt kamratskap: ”Vänliga ord kan vara små och enkla att uttala, men de ekar i oändlighet.” ”Främlingar är vänner som vi ännu inte känner”.

Ordspråket kan också höra ihop med ett ämne eller något annat som pågår. Till exempel då vi i år tre arbetade med en NTA-låda (Naturvetenskap och teknik för alla) med temat förändringar innehållande olika experiment och laborationer. En av uppgifterna innebar att eleverna fick starta en kemisk reaktion, där de skapade ett tredje ämne genom att blanda två ämnen som reagerade med varandra. Då hade vi ordspråket ”Ett möte mellan två personligheter är som att blanda två kemiska ämnen. Om det sker en reaktion förvandlas båda.”

## 4. Resultat

Resultat jag kunnat märka är bland annat ett förbättrat gruppklimat och en stärkt självkänsla för var och en av eleverna i deras utveckling. De har lärt sig att lita till sina egna tankar genom att fördjupa sig i dem, och fått träning i att framföra dem för andra. Alla har fått komma till tals vilket kanske kan låta som en självklarhet, men i verkligheten är det inte alltid naturligt att alla får göra det på lika villkor. Ofta finns en ledare, eller en grupp man följer och lyssnar till. Många gånger omedvetet, andra för att man inte vågar ta för sig eller har styrkan att ensam kunna bryta mönster i en grupp.

Enligt min uppfattning behöver alla få träna sin egen förmåga till eftertanke kontinuerligt och att framföra sina egna tankar till andra. Eleverna behöver även få träna sin egen empatiska förmåga kontinuerligt. Genom redovisningsmomentet tränar de dessutom sin förmåga att lyssna då de lyssnar aktivt till de andras tolkningar, och får på så sätt den empatiska träningen med på köpet. Det hände att några elever kunde känna ny gemenskap när de upptäckte att någon annan haft samma grundtanke. De fick lära känna och förstå en kamrat på ett nytt sätt och knyta nya band genom det.

Eleverna har lärt sig se saker från olika synvinklar då varje elev grundar sin tolkning utifrån den verkligheten han eller hon befinner sig i, eller genom vilken bakgrund han eller hon

kommer ifrån. Det har även lett till en slags ny organisation i hur gruppkonstellationer brukar formas, den så kallade ”outtalade hierarkin” har påverkats positivt och tagit nya vägar där allas lika värde fått växa fram på ett mycket positivt sätt. Jag anser att det är ett resultat av att alla fått träna sin tankeförmåga utan påverkan av kamraterna, och att de sedan fått redovisa sina tankar för de andra i gruppen och på så sätt fått träna sig i att stå för dem.

Matti Bergström skriver om grupperns interaktion på följande sätt: ”En intern gruppering kan leda till att vissa hjärnor bildar kompakta enheter som skyddar sig med inbördes regler mot andra enheter så att in och utflöde av kapacitet begränsas. Detta kan ske i ungdomsgång men också i skolor. Ofta leds gruppen av en dominant individ som dikterar reglerna. Om detta sker bildas i den ursprungliga, större gruppen relativt isolerade enheter med relativt litet antal kontakter till andra enheter.” (Bergström 1995, sid.135)

Jag tror att gruppen har utvecklats på ett annat sätt än den skulle ha formats utan arbetet och förhållningssättet det medfört. Genom att ha utvecklat sin egen förmåga till eftertanke, sitt helhetsseende och sin värderingsförmåga tycker jag mig även se att vissa elevers civilkurage stärkts. Att våga stå för och lita till sina egna tankar, sitt eget omdöme och att våga säga nej tror jag är ett direkt resultat av de stärkta känslomuskelnerna. Eleverna har även blivit starkt inkännande och de har definitivt varit med om att aktivt skapa ett varmare gruppklimat. Empatin för andra och tryggheten som genomsyrat verksamheten ser jag som en följd av arbetet.

Då Goleman (1995) skriver om emotionell intelligens i en grupp påpekar han att den absolut viktigaste faktorn när det gällde att maximera gruppens prestationer var att medlemmarna kunde skapa ett tillstånd av inre harmoni, så att man kunde dra nytta av allas talanger. Men i grupper med kraftiga emotionella och sociala störningar, vare sig det rörde sig om rädsla eller ilska, rivalitet eller ovilja, kunde inte folk göra sitt bästa.

Jag har märkt att konflikter uppstått mer sällan och gått väldigt lätt att lösa. Eleverna har haft lätt att mötas utan försvar på den känslomässiga plattformen som blivit till genom ordspråksarbetet. Förklaringen till det kopplar jag till vad Bergström (1995) skriver om vad som sker när ”elevhjärnan” ges talrika tillfällen att möta ”andra hjärnor”. I detta möte bildas helt nya världar. De nya världarna kan bilda början till nya kulturer, värden och tankesätt. Om det sker ett möte mellan två ”hjärnor” med olika kulturer, bildas en tredje kultur som utgör den terräng som är gemensam för de båda ”hjärnor” som möts. Då behöver inte heller dessa ”hjärnor” avstå från sin egen kultur. Detta är en fördel eftersom ”hjärnornas” olika synsätt då lättare kan förenas.

I klassen har som redan nämnts även civilkuraget stärkts hos eleverna och det har blivit naturligt att kunna säga nej. Värderingsförmågan har använts till att tänka ett steg längre, hitta åtgärder och förslag till handlingsätt. Ett slags lösningsfokuserat tankesätt med en positiv förväntan på tillvaron och en förmåga att känna framtidstro.

Goleman (1995) beskriver det som det positiva tänkandets makt. Förmågan att hoppas ger de största skillnaderna i resultatet och ger även den målmedvetenhet som behövs för att lösa

ett problem eller klara en uppgift. Han kallar barndomen för möjligheternas tid därför att den intensivaste tillväxten av hjärnans utveckling sker då. Hjärnan förlorar de nervkopplingar som används minst, medan de synapskretsar som används mest bildar starka förbindelser. Detta är en snabb process som ständigt pågår, synapsförbindelser kan bildas på några timmar eller dagar. Våra upplevelser och erfarenheter formar hjärnan.

Det jag läst har ytterligare stärkt min övertygelse om hur viktigt det är att ge barn idag nya verktyg till att kunna utvecklas på alla plan. Eleverna behöver själva få utveckla sin tankeförmåga och sin värderingsförmåga, istället för att bli serverade färdiga lösningar. Jag har lagt märke till hur bra eleverna mått av att lära sig utveckla sina "Jag" och lära sig lita till dem. På vår utvärdering av läsåret har de flesta uttryckligen skrivit att de gärna vill fortsätta med ordspråksarbetet på mellanstadiet. Detta trots att en del av dem var motsträviga i början p.g.a. att de hade svårt att komma igång under den första uppstartsperioden. Min erfarenhet från tidigare år har visat samma sak, därför har jag som ett förbättringsområde valt att inte starta med ordspråksarbetet innan jag delgivit föräldrarna syftet med arbetet, hur de kan hjälpa sina barn med igångsättningsfrågor och uppmuntran och vikten av det. Det är processen som är det viktiga, och insikterna man får genom den. För en del tar det några extra veckor innan de kommer igång för egen motor, och vågar känna sig nöjda med sina egna tolkningar. När de fått lyssna till de övrigas olika tolkningar brukar det lossna och hända något positivt som gör att de sen vågar använda sin fantasi utifrån sina egna värderingar och tankar på ett lustfyllt sätt. Eleverna lär sig att det inte finns några svar som är fel, de vågar ta ut svängarna och lita till sina egna tankar. Flera svar kan vara rätt och berika på olika sätt. Det är ingen tävling, utan mångfalden är bra. Eleverna blir lyhörda och mottagliga för andras tankar och att se och höra andra, de lär sig känna och visa respekt.

Svårigheter kan uppstå om en elev inte får tillräcklig hjälp eller uppmuntran från hemmet. Men då anser jag att upplevelsen eleven ändå får genom att ta del av de andras tolkningar vid redovisningarna är ännu viktigare att få vara med om. Jag går alltid igenom elevernas ordspråkstolkningar innan de redovisar för varandra. Är det då så att jag ser att någon inte är klar med sin läxa tar jag mig tid att bli den som hjälper till genom att uppmuntra och ställa de igångsättningsfrågor som behövs.

Sammantaget har resultatet varit utöver det förväntade, jag har märkt en stor utveckling både hos enskilda elever i form av eget ansvarstänkande, helhetsseende och ett ökat självförtroende samt i gruppen som helhet. Det har blivit ett mycket varmt gruppklimat där allas lika värde kommit till sin rätt. Ordspråksarbetet har gjort att de vågat pröva nya saker, lyssnat till andras åsikter och vågat göra positiva förändringar på flera olika plan, både enskilt och i grupp.

Ordspråksarbetet har för mig blivit ett mycket viktigt verktyg som är lätt och roligt att använda, och det fungerar verkligen i praktiken. Eleverna visar tydligt att de mår bra av att utveckla sin tankeförmåga och sin värderingsförmåga. De har dessutom utvecklat en större lyhördhet, nyfikenhet samt en stor empati för varandra, deras känslomuskler har blivit starkare.

## 5. Diskussion

”Fantasi är viktigare än kunskap. För kunskapen är begränsad, medan fantasin omgärdar hela världen, stimulerar framsteg och föder utveckling.” (Albert Einstein, 1929)

Samhället våra barn och ungdomar växer upp i idag har ett hårdnande klimat där vi ofta får höra talas om hemska händelser ungdomar utsatt varandra för. Det många av oss säkert frågar sig är hur det kunnat bli så och vad vi kan göra för att motverka detta och istället skapa ett varmare, tryggare klimat och nya förhållningssätt bland våra ungdomar i samhället.

För att kunna göra det behöver vi förstå hur problemen uppstått och utifrån det forma nya förutsättningar och utvecklingsmöjligheter att påverkas av.

Våld och mobbing uppstår enligt Bergström (1995) av en obalans då hjärnan inte har förmåga att få fram det den vill. Barkindividens hjärnstam arbetar på minnivå och har ett relativt outvecklat ”Jag” vilket gör att de är lättprogrammerade utifrån och saknar egna initiativ.

Det positiva som talar för att vi kan förändra är att hjärnans huvuduppgift enligt Bergström är att skapa. Det gamla förlorar sitt värde och vi utvecklas till ett högre tillstånd.

Åtgärderna som redan görs är många, bl.a. finns stiftelsen Friends som sprider kunskap och engagemang på olika sätt. I skolorna arbetar många med Livskunskap och olika former av samarbetsövningar. Men för att det arbetet ska fungera på bästa sätt och för att eleverna som arbetet sker med ska kunna ta det till sig anser jag att de behöver ha en redan utvecklad värderingsförmåga. Vi behöver därför som första steg skapa situationer och möjligheter där våra barn och ungdomar redan från unga år får träna upp det kontinuerligt.

Bergström (1995) skriver om hur leken är en förutsättning för hjärnans utveckling. Lek och sagor öppnar barkens slutna system så man utvecklas. Man ”leker” in kaos i sin rationella värld som på så sätt utvecklas.

Dryden och Vos (1994) skriver om hur de bästa inlärningssystemen är enkla och lustfyllda. De har gemensamt att de uppmuntrar till att använda alla intelligenser och sinnen genom musik, rytm, rim, bilder, känslor, emotioner och handling. Det bästa kan vara både enkelt och roligt. Den emotionella ”limbiska” delen av hjärnan utgör porten till långtidsminnet. All god undervisning uppmuntrar varma känslor, barn lär sig snabbast i rätt atmosfär.

För varje gång jag genomför mitt ordspråksarbete försöker jag förbättra det utifrån erfarenheterna arbetet ger. En av anledningarna att arbetet gick så bra detta läsår tror jag var att föräldrarna var informerade om syftet med arbetet, och att de stöttade sina barn vid uppstarten. När jag nästa gång genomför mitt ordspråksarbete kommer jag att lägga till ytterligare ett inslag. Jag kommer då även använda en bok som heter Ordspråksskatten skriven av musiklearen Linda Börjesson (2009). Det är en bok som just innehåller flera av momenten som Dryden och Vos nämner ovan. Ordspråksskatten har två delar, en del med sånger om ordspråk och en fördjupningsdel där man kan läsa om ordspråkens betydelse, leka, rita, samtala och reflektera över innebörden i dem. Det finns även en tillhörande cd med inspelning av sångerna.



Av det jag läst har jag lärt mig att det är just under barn-och ungdomsåren vår hjärna har extra förutsättning att utvecklas. Man vet att hjärnan förblir formbar under hela livet, men inte i samma fantastiska omfattning som under barndomen. Goleman (1995) skriver om hur all inlärning leder till förändringar i hjärnan, en förstärkning av synaptiska förbindelser. De känslomässiga reaktioner som upprepas gång på gång under barndomen och tonåren hjälper till att forma dessa nervkretsar. Det gör att barndomen är en tid av möjligheter under vilken känslolivet formas för resten av livet; vanor som förvärvas under barndomen är svåra att förändra längre fram i livet.

Martin Ingvar (professor i neurofysiologi vid Karolinska institutet) har i en artikel sammanfattningsvis beskrivit det på följande sätt (2002). Hjärnceller som fyrar av tillsammans knyts samman. Efter den enkla principen formas hjärnan. Mellan två och åtta års ålder sällas hälften av de möjliga kontakterna bort. Det är den normala biologiska processen, men vilka signalvägar som för alltid bryts och vilka som permanentas beror på miljön. Det är som att gå fram med en häcksax i nätverket, säger han. Liksom vi blir vad vi äter, blir hjärnan vad vi upplever. Det knepigaste av allt är att hjärnan inte gör vad man säger till den att göra, hjärnan gör i stället det den blir behandlad som. Arvet består av 35.000 gener och 100 miljoner hjärnceller men det är omgivningen som styr vad som blir av arvet. Han påpekar också att det som formar hjärnan är den sociala återkopplingen. När han beskriver lärandet handlar det först och främst om den pedagogiska relationen, sedan kommer den pedagogiska situationen. Allra viktigast är det sociala kontraktet mellan lärare och elev. Signalen från läraren att "det betyder något för mig att du lyckas med det här" är en mycket stark kraft i processen. I samma minut som man tar bort det personliga engagemanget försvinner stunsen i inlärningen.

"Man upptäcker inga nya världsdelar om man inte har mod att släppa alla kuster ur sikte."

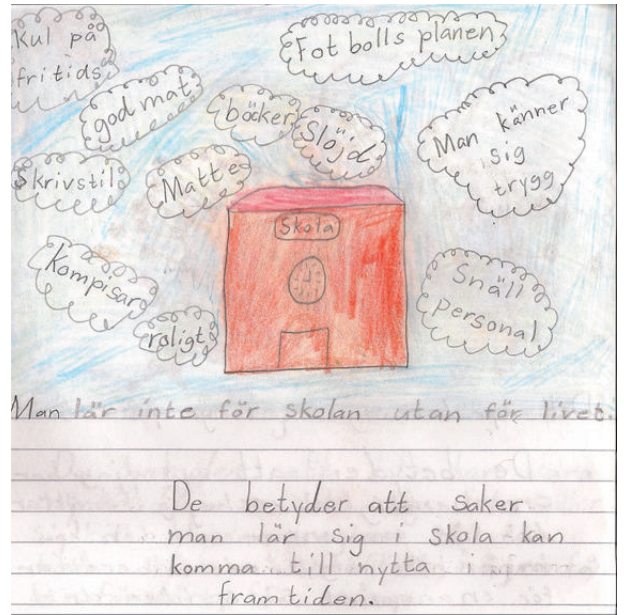
Min övertygelse är att vi kan genomföra de förändringar som behövs för att skapa en bättre framtid om vi engagerar oss och vågar använda nya tankesätt och verktyg att göra det genom. För att göra det och skapa en bättre och tryggare miljö för våra barn och ungdomar behöver vi förändra vårt arbetssätt och vårt förhållningssätt till att inkludera en tidig kontinuerlig träning av "hela hjärnan" så den utvecklas i balans och ger alla möjlighet att utveckla sitt "Jag", sin värderingsförmåga och sitt helhetsseende till att bli ansvarsställande, möjlighetstänkande och trygga individer.

# Referenser

- Bergström, M. (1995). *Neuropedagogik. En skola för hela hjärnan*. Wahlström & Widstrand.
- Bergström, M. (1996). *Barnet den sista slaven*. Wahlström & Widstrand.
- Börjesson, L. (2009). *Ordspråksskatten*. Isaberg Förlag.
- Dryden, G. och Vos, J. (1994). *Inlärningsrevolutionen*. Brain Books.
- Einstein, A. (Ej daterat).
- Einstein, A. (1929). *The Saturday Evening Post "What life means to Einstein"*, Internet: [http://sv.wikiquote.org/wiki/Albert\\_Einstein#Citat\\_med\\_k.C3.A4lla](http://sv.wikiquote.org/wiki/Albert_Einstein#Citat_med_k.C3.A4lla) (1929-10-26)
- Goleman, D. (1995). *Känslans intelligens*. Wahlström & Widstrand.
- Ingvar, M. (2002). *"Skolan är inte anpassad efter hjärnan."* Dagens Nyheter Internet: <http://www.dn.se/2.738/skolan-ar-inte-anpassad-efter-hjarnan-1.120061> (2002-10-09)
- Utbildningsdepartementet (1994). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet Lpo 94*. Skolverket.



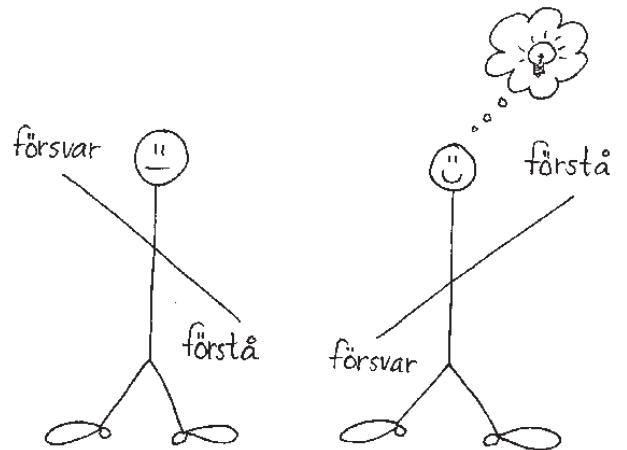
Ordspråk 1: "Du behöver inte släcka någon annans ljus för att din egen låga ska lysa klarare." (sid. 9)



Ordspråk 2: "Man lär inte för skolan utan för livet." (sid. 10)



Ordspråk 3: "Det som göms i snö kommer upp i tö." (sid. 11)



Att v älja ordspråk med aktuella och angelägna innehåll (sid. 12)

