

MOA ERIKSSON SANDBERG

SIDAN 1

## Har du mens, eller?

Lärarmaterial

### VAD HANDLAR BOKEN OM?

Boken handlar om Ida. Precis innan hon ska åka till karateträningen upptäcker hon lite blod i sina trosor. Hon blir rädd. När hon kommer hem berättar hon för sin mamma, som förklarar vad mens är och vad som händer i kroppen. Nästa dag i skolan berättar Ida att hon har fått mens för sina kompisar Najma och Alice. Ida säger att det är en hemlighet.

Följande dag tappar Ida ett paket bindor på golvet i klassrummet av misstag och Neo ropar högt att Ida har fått mens. Alla tittar på henne. Ida lämnar klassrummet och går hem. Hon skäms och vill aldrig mer gå till skolan. På kvällen pratar mamma med Ida om att mens är naturligt och till och med coolt.

Dagen därpå går Ida till skolan. Läraren har satt en tampong i sitt halsband och ägnar hela lektionen åt mens. Eleverna får se på olika mensskydd och låna böcker om mens. På rasten går Ida, Najma och Alice iväg och pratar. De kommer överens om att det är coolt att ha mens. De bestämmer att de ska ha en mens-fest när Najma får sin första mens.

### LGR 11 CENTRALT INNEHÅLL SOM TRÄNAS

- Lässtrategier för att förstå och tolka texter från olika medier samt för att urskilja texters budskap, både de uttalade och sådant som står mellan raderna. (SV åk 4–6)
- Språkets struktur med meningsbyggnad, huvudsatser, bisatser, stavningsregler, skiljetecken, ords böjningsformer och ordklasser. (SV åk 4–6)
- Berättande texter och poetiska texter för barn och unga från olika tider, från Sverige, Norden och övriga världen. Texter i form av skönlitteratur, lyrik, dramatik, sagor och myter som belyser människors villkor och identitets- och livsfrågor. (SV åk 4–6)
- Berättande texters budskap, språkliga drag och typiska uppbyggnad med parallellhandling och tillbakablickar, miljö- och personbeskrivningar samt dialoger. (SV åk 4–6)
- Beskrivande, förklarande, instruerande och argumenterande texter, till exempel faktatexter, arbetsbeskrivningar, reklam och insändare. Texternas innehåll, uppbyggnad och typiska språkliga drag. (SV åk 4–6)
- Språkliga strategier för att minnas och lära, till exempel tankekartor och stödord. (SV åk 4–6)



- Ord och begrepp som används för att uttrycka känslor, kunskaper och åsikter. Ords och begrepps nyanser och värdeladdning. (SV åk 4–6)
- Informationssökning i några olika medier och källor, till exempel i uppslagsböcker, genom intervjuer och via sökmotorer på Internet. (SV åk 4–6)
- Människans pubertet, sexualitet och reproduktion samt frågor om identitet, jämställdhet, relationer, kärlek och ansvar. (Biologi åk 4–6)
- Framställning av berättande och informativa bilder, till exempel serier och illustrationer till text. (Bild åk 4–6)
- Ord och begrepp för att kunna läsa, skriva och samtala om bilders utformning och budskap. (Bild åk 4–6)
- Reklam- och nyhetsbilder, hur de är utformade och förmedlar budskap. (Bild åk 4–6)

## OM FÖRFATTAREN

Moa Eriksson Sandberg debuterade 2011 med ungdomsromanen *Söta pojkar är bara på låtsas*. Sedan dess har hon gett ut ett flertal böcker för barn och ungdomar i olika åldrar, bland annat *Azras bok* och *Linns bok* på Vilja förlag.

## OM MATERIALET

Till boken finns arbetsmaterial för läraren och pedagogen.

Arbetsmaterialet för eleven innehåller övningar att arbeta självständigt med före, under och efter läsningen. Övningarna är både skriftliga och muntliga.

Arbetsmaterialet för pedagogen innehåller fler förslag på uppgifter och övningar att arbeta med före och efter läsningen.



## FÖRE LÄSNINGEN

### Samtala om omslaget

Visa eleverna omslaget och låt dem fundera och samtala utifrån frågorna:

- Vad ser du?
- Vad ser du inte?
- Vad tänker du om bilden?
- Vad undrar du?

Om det behövs kan du även ställa några mer specifika frågor om omslaget:

- Vad tänker du om personen på omslaget? Vilka egenskaper har hon? Hur gammal tror du hon är? Vad tycker hon om? Vad gör hon på fritiden?
- Vilka tankar och frågor får du av bokens titel?
- Titeln är en fråga. Vem ställer frågan? Vem ska svara? Är det okej att fråga det?
- Hur många skiljetecken finns i titeln? Skulle det kunna vara andra skiljetecken? Hur ändrar det betydelsen?
- Varför tror du att det är olika färg på orden i titeln?
- Känner du till författaren? Varför tror du hon skrev den här boken? Har du läst några andra böcker av henne?

### Baksidan

Läs texten på baksidan högt eller be eleverna läsa den högt i par. Diskutera:

- Vad ser du?
- Vad får du veta i baksidestexten?
- Vad får du inte veta?
- Vad blir du nyfiken på?



## Ordlista

Gör en ordlista med några av de ord som du tror att dina elever kommer att ha svårt att läsa eller förstå. Låt sedan elever hjälpas åt att skriva förklaringar eller synonymer till orden i listan.

Se till att listan är tillgänglig för eleverna under läsningen!

Nedan följer förslag på ord från boken som kan behöva förklaras.

värk	en hijab
att värka	spänd
annars	en flytning
svullen	att rycka på axlarna
öm	att hojta
ändå	generad
att skämmas	en superhjärte
skam	att fnissa
en binda	en tampong
en värktablett	att bete sig
att stryka över kinden	att spänna ögonen i
en äggstock	en menskopp
ovant	



### VÖL-schema

Om du läser boken och samtidigt kommer att arbeta kring temat mens eller puberteten kan du med fördel använda ett VÖL-schemat. Det kan användas i helklass eller individuellt. Eleverna får först beskriva vad de vet om ämnet. Sedan får de fundera på vad de önskar lära sig. Dessa två kolumner ska fyllas i först, och målet är att väcka elevernas nyfikenhet. Spara schemat och låt eleverna berätta vad de har lärt sig i slutet av arbetsområdet. Fyll då i den tredje kolumnen.

### MENS

Vet	Önskar veta	Lärt mig



## FACIT

### Kapitel 1

**Frågor på raderna** (Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

1. Vilken sport tränar Ida?  
*Karate*
2. Varför säger hon inget till mamma om blodet?  
*För att hon tror att det kanske ska förvinna.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

3. Varför lägger Ida papper i trosorna?  
*För att suga upp blodet så att det inte ska läcka.*
4. Ida önskar att hon hade stannat hemma istället. Varför det?  
*För att hon har ont i magen och därför inte kan/orkar vara med och träna.*

**Fråga bortom raderna** (Fundera och ge ett eget svar.)

5. Kan man träna när man har mens?  
*Eget svar.*

### Kapitel 2

**Frågor på raderna** (Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

6. Hur reagerar Ida när hon ser blod på pappret i trosorna?  
*Hon blir rädd och ropar på mamma.*
7. Hur gammal är Ida?  
*Hon är snart 12 år./Hon är 11 år.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

8. Vem blir Ida arg på? Varför?  
*Hon blir arg på sig själv, för att hon skäms för blodet.*

**Frågor bortom raderna** (Fundera och ge ett eget svar.)

9. "I din ålder börjar kroppen förändras", säger Idas mamma till Ida. Vilka andra förändringar tror du hon menar?  
*Eget svar om puberteten.*
10. Hur tror du Ida hade känt om hon inte hade berättat för mamma?  
*Eget svar.*



### Kapitel 3

**Frågor på raderna** (Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

11. Varför berättar inte Ida direkt för sina kompisar att hon har fått mens?  
*Hon är rädd att någon av killarna ska höra.*
12. Idas mamma har fixat en överraskning åt Ida. Vad är det?  
*Hon har köpt en påse choklad, två tidningar och ett paket med bindor.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

13. Varför tror du att mamma fixar en överraskning?  
*För att göra Ida glad.*

**Fråga bortom raderna** (Fundera och ge ett eget svar.)

14. Vad kan hända om killarna får veta att Ida har mens?  
*Eget svar.*

### Kapitel 4

**Frågor på raderna** (Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

15. Efter lektionen händer något hemskt. Vad?  
*Idas paket med bindor ramlar ut på golvet.*
16. Varför tycker Idas mamma att kvinnor är superhjältar?  
*För att kvinnor tål smärta bättre än män.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

17. Varför cyklar Ida hem från skolan?  
*Hon skäms eftersom hela klassen vet att hon har mens.*

**Frågor bortom raderna** (Fundera och ge ett eget svar.)

18. Kunde Neo ha gjort på något annat sätt när han såg paketet med bindor?  
*Eget svar.*
19. Hur skulle det vara om killar hade mens?  
*Eget svar.*

### Kapitel 5

**Frågor på raderna** (Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

20. Varför fnissar Neo och hans kompisar när de ser läraren?  
*För att hon har hängt en tampong i sitt halsband.*



21. Vilka mensskydd visar Karin för klassen?  
*Bindor, tamponger och menskopp.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

22. Varför slår Idas hjärta hårt när hon går över skolgården?  
*För att Neo och hans kompisar fnissar åt henne och ropar "har du mens, eller?". Ida tycker att det är jobbigt.*
23. Varför blir Neo röd om kinderna?  
*För att han skäms för vad han gjorde.*

### Frågor bortom raderna (Fundera och ge ett eget svar.)

24. Hur tror du Neo känner sig i början av lektionen och i slutet av den?  
*Eget svar.*
25. Hur tror du Ida känner sig i början av lektionen och i slutet av den?  
*Eget svar.*
26. Vad hade du gjort om någon i klassen tappade ett paket bindor på golvet i klassrummet?  
*Eget svar.*

## Kapitel 6

### Frågor på raderna (Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

27. Vad ska tjejerna göra när Najma får mens?  
*Ha en mens-fest.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

28. Varför ser Alice ledsen ut?  
*För att hon tror att hon inte kommer att få mens snart, eller att hon inte får komma på festen.*

### Fråga bortom raderna (Fundera och ge ett eget svar.)

29. Vilka viktiga händelser i livet brukar man ha fest för?  
*Eget svar.*





## EFTER LÄSNINGEN

Återkoppla till samtalet om omslaget

Diskutera i klassen:

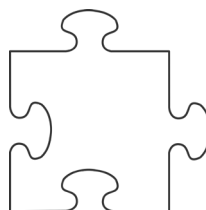
- Vilka tankar om omslaget stämde med boken?
- Var det något i boken som överraskade?
- Passar omslaget till boken?

### Boksamtal

Låt eleverna fundera på följande frågor:

- Vad gillar du med boken?
- Vad ogillar du?
- Vilka mönster eller kopplingar hittar du?
- Vad undrar du?

Samla ihop elevernas tankar i helklass och skriv upp allt på tavlan. Använd gärna symboler för att illustrera de fyra frågorna:

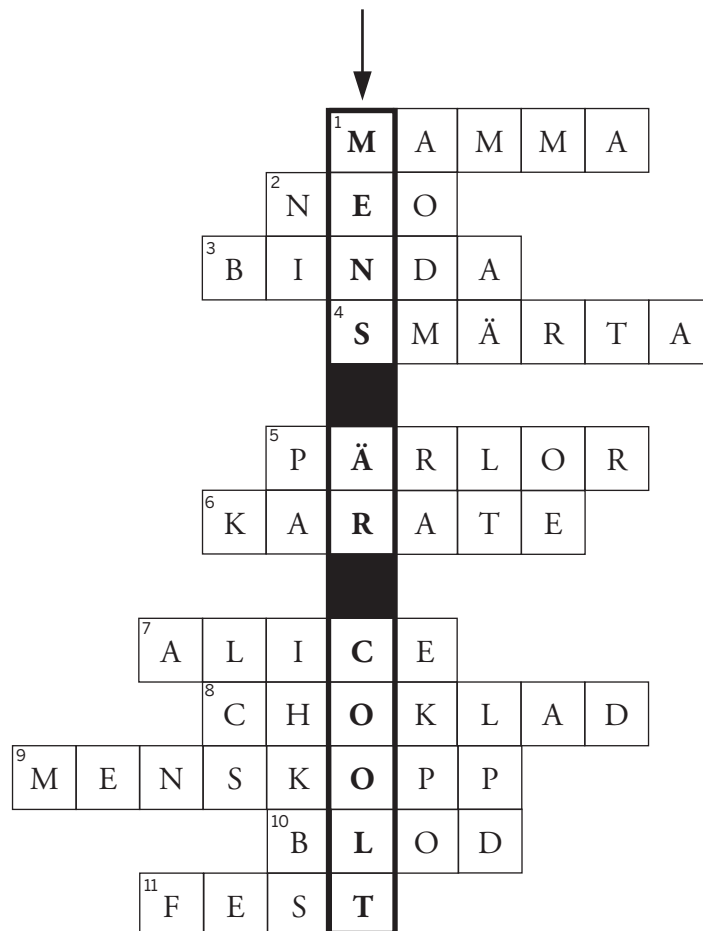


Frågorna kommer från Aidan Chambers och fungerar väl som utgångspunkt för ett boksamtal i en grupp. Eleverna ska alltså inte svara på *om* de gillar boken, utan fundera på *vad* de gillar och ogillar. Uppmuntra dem gärna att utveckla och motivera sina svar. Ofta finns ett samband mellan det man inte gillar och det man inte förstår. Uppmuntra även eleverna att göra kopplingar till egna erfarenheter och andra böcker eller filmer. Sådana mönster kan ge nycklar till en djupare förståelse. Om ni har läst andra texter om mens/pubertet så kan det vara ett bra tillfälle att låta eleverna resonera kring hur en skönlitterär text skiljer sig från en faktatext.

Läs Aidan Chambers bok "Böcker inom och omkring oss" för ett utförligt resonemang om boksamtal.



## Korsord, facit





### **Dramatisera en scen**

Dela in eleverna i mindre grupper och låt dem dramatisera en scen från boken. Uppmuntra dem att försöka uttrycka känslor och konflikter som finns i texten. Låt dem sedan spela upp scenen för klassen. Diskutera eventuella alternativa sätt att hantera den aktuella situationen. Vad kunde personerna ha gjort annorlunda?

### **Gör mens mindre pinsamt!**

Vad kan man göra i skolan för att det ska bli mindre pinsamt att ha mens?

Dela in eleverna i mindre grupper och låt dem komma med förslag på saker man kan göra för att det ska bli mindre pinsamt att ha eller prata om mens i skolan. Samla alla idéer och prova att genomföra några.

### **Vad är mens?**

Idas mamma förklarar vad mens är så här:

”Varje månad släpper äggstockarna ifrån sig ett ägg. När en man och en kvinna har sex kan det bli en bebis. Annars kommer ägget ut. Det är det som är mensen.”

Låt eleverna läsa andra texter om mens, exempelvis i ett läromedel eller från någon av webbplatserna som rekommenderas längst ner. Jämför sedan förklaringarna. Vilken är lättast att förstå? Tydligast? Saknas något?

### **Diskutera**

Är det viktigt att försöka förstå hur det är att ha mens, även om man inte har det själv? Varför?

### **Gör en intervju om mens**

Låt eleverna göra en intervju med en vuxen person om mens, till exempel en far- eller morförälder. Samla förslag på frågor i helklass. Det kan handla om attityder till mens, olika slags mensskydd och känslor kring att ha eller inte ha mens.

Låt eleverna redovisa svaren muntligt eller i en text.



### Bildanalys reklambild

Leta upp några reklambilder eller -filmer för mensskydd. Låt eleverna diskutera utifrån följande frågor i par eller grupper.

1. Vem är avsändare?
2. Vem riktar sig reklamen till?
3. Vad säger bilden om mens? Verkar mens vara något bra/dåligt/jobbigt?
4. Finns det personer med i reklam? Hur är personerna på bilden? Vad gör de?
5. Finns det text i reklamen? Vilket budskap ger texten?
6. Vad tänker du när du ser reklamen? Vad känner du?

### Gör en egen reklam

Hur skulle reklamen för mensskydd se ut om den var riktad till pojkar och män? Låt eleverna göra en egen reklambild för att mensskydd som riktar sig till män. Jämför sedan med reklamen för kvinnor.

## LÄS MER OM MENS

### Webbplatser

<https://www.umo.se/kroppen/mens/>

UMO är en webbplats för alla som är mellan 13 och 25 år. På UMO kan du hitta svar på frågor om sex, hälsa och relationer.

Bakom UMO står Sveriges landsting och regioner.

<https://www.youmo.se/kroppen/mens/>

Youmo är en webbplats med delar av UMO:s innehåll på arabiska, dari, engelska, somaliska, lätt svenska och tigrinska.

Bakom UMO står Sveriges landsting och regioner.

[www.1177.se](http://www.1177.se)

På Vårdguiden finns information om kroppen, mens och mensskydd.

Bakom 1177 står Sveriges landsting och regioner.

### Böcker

Chavez Perez, Inti (2017). *Jag och du*. Första upplagan Johanneshov: LL-förlaget

Henry, Clara (2015). *Ja jag har mens, hurså?!*. Stockholm: Forum

Oskarsson, Marie (2008). *Min lilla röda: allt du vill veta om mens*. Stockholm: Tiden