



Sabira Ståhlberg

Brokiga boken

Lecti

book studio

Sabira Ståhlberg

Brokiga boken

Mångkulturell läsebok



Varna 2018

Boken utges med stöd från
Stiftelsen Tre Smeder och Colorit ry.rf.



Lättläst - bokpil.eu

Nivå 1 - lättast

Nivå 2 - lättare

Nivå 3 - lätt

© Lecti Book Studio och Colorit ry.rf. 2018

Lecti Book Studio ► book.lecti.eu

Colorit ry.rf. ► coloritrif.eu

Varna 2018

ISBN 978-619-192-247-5 (inbunden)

ISBN 978-619-192-242-0 (PDF)

ISBN 978-619-192-239-0 (EPUB)

Inledning

Brokiga boken är resultatet av många års arbete med in- och utvandrare i Finland och andra länder. Vi har mött hundratals personer, som befinner sig i en ny situation och behöver anpassa sig till kulturer, språk och samhällen, som fungerar annorlunda än det de är vana vid.

Författaren Sabira Ståhlberg, som är internationell utbildare, och Colorit ry.rf., som arbetar med mångkulturella frågor i Finland, utarbetade tillsammans konceptet för boken. Colorit har genomfört flera projekt med invandrare och skrivande, bl.a. *Brokiga pennan* och *Klang*. Vår ursprungliga tanke var en handbok för alla som arbetar med invandrare i det finlandssvenska sammanhanget. Efter diskussioner med lärare, invandrare och många andra insåg vi, att det finns ett mycket större behov av tankeväckande texter, som kan leda till diskussioner och samarbete i grupp. En läsebok är sannolikt till större nytta än en handbok fylld med goda råd. Stort tack till

alla som delat med sig av sina erfarenheter och åsikter, och till Stiftelsen Tre Smeder, som frikostigt understödde projektet!

Den här boken kan användas som en vanlig bok att läsa, som extraläsning och som diskussionsunderlag för grupper eller klasser. Uppgifternas mål är att uppmuntra till att använda svenska i ord och skrift, samtala och analysera, och få insikter i hur man bäst kan möta de utmaningar, som dyker upp i vardagen.

Sabira har i snart två årtionden skrivit lättläst litteratur på svenska i Finland och utkommit med ett tjugotal lättlästa böcker. Tillsammans med läraren och illustratören Maria Viitasalo har hon utvecklat tre språknivåer, som underlättar valet av rätt text för läsaren. Nivåerna gäller dock endast språket, inte ämnet i texten.

Trevlig läsning!

Sabira Ståhlberg, Bokpil och Colorit ry.rf.

Innehåll

Inledning	3
Mångkulturellt	7
Finlandssvenskt	9
Kulturchock	11
Diskutera och analysera	13
Nivå 1 - lättast	14
Alla frågor	15
Min vän Lila	18
Byta språk	21
Du är annorlunda	24
Trampa på tårna	27
Nivå 2 - lättare	30
Tala kinesiska	31
Överleva	35
Svensson	38
Det är lök!	41
Hemma igen	44

Nivå 3 - lätt	47
Får jag störa?	48
Professionell utlänning	52
Överbygga skillnader	56
Mitt nya jag	60

Viktigt!

Denna bok grundar sig på material, erfarenheter och frågor, som **insamlats** under kurser, seminarier, utbildningar och konferenser i över två årtionden.

Människorna som beskrivs i boken grundar sig inte på någon **specifik** person, utan reflekterar de vanligaste reaktionerna. Alla sammanträffanden med personer som lever nu eller har levt är därför alldeles slumpmässiga.

Åsikterna och frågorna i texten är också ofta förekommande. De har som mål att **skapa debatt**. Därför kan de ibland uppfattas som provocerande. De reflekterar inte nödvändigtvis författarens eller Colorit ry.rf.:s åsikter.

Mångkulturellt

Vad betyder det att vara utlänning? I praktiken innebär det, att man flyttat till ett annat land och behöver lära sig något nytt. **Stereotypierna** får oss att automatiskt anta, att därför att personen kommer från land X fungerar personen på ett visst sätt. Men ingen är en typisk representant. Någon från ett muslimskt land kanske inte alls är muslim. En finländare kanske inte alls är så tyst, som en finländare förväntas vara.

Att vara utlänning betyder, att man blir trött på **frågor**. Alla vill veta varifrån man kommer och varför man befinner sig just här. Hur länge har man varit här och när tänker man åka hem igen?

Det är inte lätt att förklara, att just här och nu är **hemma**. Man bor faktiskt här och tänker stanna. Hur säger man artig, att man har hört frågorna tusen gånger? Då en finländare befinner sig utomlands berättar folk väldigt gärna för finländaren om julgubben, renarna och snön i Finland.

I Finland tror man ofta, att ingen vill komma hit, för att det är kallt och mörkt och folk inte är särskilt **sociala**. Man får gärna tro vad man vill, men det är ingen orsak till att fråga, varför livets väg fört en person just till Finland. Vi frågar ju inte varje finlandssvensk vi möter första gången om **privata** saker. Personen har kanske kommit av privatskäl. Personen vill kanske inte heller riva upp smärtsamma minnen.

Det är viktigt att se den man talar med som en **individ**. Ett normalt sätt att kommunicera är att tala som med vem som helst man träffar. Vanligt småprat fungerar utmärkt för att skapa en dialog. I grunden handlar det om förmåga att **kommunicera** med människor. Det kan de flesta redan och är ofta bra på det, så därifrån är steget till kulturell kompetens är ganska litet.

Kulturell kompetens grundar sig dels på kunskap och information, och dels på erfarenhet och medvetenhet. Men allra mest behövs förmåga att kommunicera och medmänsklighet. Om man lyckas kika in bakom kulturella och språkliga kulisser och se människan, då fungerar dialogen.

Finlandssvenskt

Finlandssvenskar vill gärna vara unika. Men utmaningarna en utomstående möter i det finlandssvenska samhället är egentligen ganska lika **utmaningarna** man som utlänning möter överallt i världen.

Det handlar om att bli **accepterad** och behandlad som alla andra i samhället. Utseendet påverkar ofta hur man blir behandlad, men också hur man beter sig och hur man talar inverkar. Om man anpassar sig åtminstone till en viss grad, kan det underlätta livet i vardagen och man möter större förståelse. Man behöver inte anpassa sig till hundra procent. Det finns alltid plats för att vara sig själv och att vara **annorlunda**.

Integration och anpassning är två lite olika saker. Man kan **anpassa** sig till situationer, villkor eller sätt att göra saker. Frågan om hur mycket man anpassar sig är individuell. Man kan välja att anpassa sig till vissa saker eller aspekter, men inte till andra. Beslutet och ansvaret är ens eget.

Integration betyder att personen kommer in i samhället eller gruppen och finner sin plats i dem. I integrationen ser man på helheten: Hur fungerar personen i samhället eller gruppen?

I det finlandssvenska sammanhanget finns det goda chanser att integreras. Flera grupper och invandrare har integrerats i historisk tid och samtidigt bibehållit mycket av den egna kulturen. Många kulturella element har också annan bakgrund än finländsk och **variationen** är stor.

Anpassning och integration är båda normala **processer**, som fortsätter livet ut. Om man flyttar tillbaka till platsen, därifrån man startade, måste man återanpassa sig. Man har själv förändrats. Tiden står inte stilla heller och det är inte längre samma samhälle som det var, då man flyttade därifrån.

Även om anpassning och integration ibland kan kännas tröttande och skapa stress eller kulturchock, är de spännande och berikande **äventyr**. Man lär sig mycket om sig själv och upptäcker nya perspektiv och vägar att gå i livet.

Kulturchock

Kulturchock är en populär benämning på svårigheter att anpassa sig till en ny omgivning. Kulturchocken delas in i flera perioder. I den första **romantiska** perioden är man förtjust i allt man ser och tycker om det nya stället. Sen kan det hända något, som gör att de rosafärgade glasögonen faller från ögonen. Då hamnar man ofta in i ett slags **depression**. Om man ger sig själv tid att smälta och bearbeta intrycken och upplevelserna, medan man fortsätter att leva sitt dagliga liv, kommer man vanligtvis ut ur depressionen efter en tid.

Med tiden **accepterar** man allt mer av det som är konstigt eller talar mot ens egna värderingar. Man inser, att man inte behöver hålla med majoriteten för att leva i samhället. Då brukar man också sluta tänka att "alla" fungerar på ett visst sätt. Man börjar se individer och olikheter och hur samhället **egentligen** fungerar. För att förebygga eller förminska kulturchocken kan man informera sig och diskutera med

andra, eller läsa på Internet eller i böcker vad andra i samma situation har upplevt.

Ibland uppstår **konflikter** eller det sker diskriminering och mobbning i skolan eller på arbetsplatsen, eller ute i samhället. Den som aldrig stött på något problem har haft enorm tur. Finland är tyvärr ett av länderna, där **mobbning** är vanligt och ofta sker ganska öppet. Många utlänningar blir mobbade – liksom tusentals finländare.

Det finns också människor, vars värld består av **svart och vitt**. Den ena sidan är bra, och därför måste den andra sidan vara dålig. Det är som att heja på ett lag i fotboll och hata det andra bara därför, att det spelar mot den egna favoriten. Men människor passar inte alls in i modellen med svart och vitt. Det finns hur många som helst andra färger och andra nyanser.

Då det sker konflikter, diskriminering eller mobbning måste man **genast** ta itu med det. Därför är det viktigt att ta reda på hur man kan stoppa det, vem som kan hjälpa och hur man ska handla. Om man har information i förväg, kan man ofta förebygga konflikter.

Diskutera och analysera

Det är viktigt att diskutera både positiva och negativa upplevelser. I en grupp kan man genom att analysera olika situationer förebygga svårigheter, få nya insikter och förstå varandras synvinklar. Man kan också öka förståelsen för varandra och finna **gemensamma** punkter och nya ämnen att diskutera, och kanske nya vänner med liknande intressen.

Texterna i den här boken är speciellt skrivna för att skapa diskussion och analys. De är **tankeväckande** och provocerar ofta till känslor och reaktioner. Uppgifterna efter texterna stöder läsförståelsen och erbjuder vidare material för diskussion.

Lärare och läsare kan också skapa egna **aktiviteter**, t.ex. dramatisera texter eller göra kreativa arbeten kring dem med konst, musik eller liknande. Skriv en sång eller måla en bild eller vad som helst. Texterna är tänkta för vuxna, men kan också läsas av yngre.

Nivå 1 - lättast



Alla texter i den här boken är lättlästa.
Det betyder att de är lätta att läsa,
för att de har skrivits på ett speciellt sätt.
Tanken är, att de kan förstås också av alla,
som håller på att lära sig svenska.

På språknivå 1 använder vi
lätta ord och mycket korta satser.
I vanliga fall står det en sats per rad.
Ibland är satserna längre än en rad.

Även om raderna är korta,
betyder det inte, att du läser en dikt.
Raderna är korta, för att det
ska vara lättare att läsa texten.
På nivå 2 är raderna redan längre
och texten ser ut som i en vanlig bok.

Lycka till med läsningen!

Alla frågor

Alla frågar mig: Vad heter du?
Varifrån kommer du? Varför är du här?
De frågar också: Vilket språk talar du?
Var är ditt hem? Varför är du inte där?
Sen frågar alla: Har du familj?
Hur många barn har du? Var är din familj?

Jag försöker vara artig,
så jag svarar på alla frågor.
Men alla frågar samma saker.
Jag är ganska trött på att svara.
Jag har såklart en familj, vem har inte det?
Jag har naturligtvis också ett hem.
Men jag vill inte tala om dem
med främmande människor.
Det angår dem inte. Mitt liv är privat.

Jag är inte heller en representant
för landet, där jag är född och uppvuxen.
Jag är bara jag, och jag har mina intressen.
Varför tror alla, att jag är som alla i landet,
där jag växte upp?
De vet inget om mitt land.

Varför tror alla, att de vet hur jag fungerar?

Jag svarar: Vad heter du?

Varifrån kommer du?

Eller: Jag kommer från månen.

Min familj bor på Mars.

Ingen förstår mig. De blir sura på mig.

Jag vill tala om

andra saker.

Jag vill ha nya frågor.

Jag vill, att man

frågar mig:

Vad heter du?

Hur mår du?

Vilka böcker tycker

du om?

Hurdana filmer gillar du?

Tycker du om fisk? Vad tänker du göra idag?



De borde också fråga:

Hurdan musik tycker du om?

Vilken sport gillar du? Vart vill du resa?

Vart ska vi gå i kväll?

Om de inte vet, vad de ska säga,

kan de ju alltid ställa frågan:

Vad tycker du om vädret?

Uppgifter till Alla frågor

- Känner du igen situationen?
- Vad frågar alla av dig?
- Varför frågar alla de här frågorna?
- Vad vill du fråga av alla andra?
- Skriv egna svar på frågorna.
Skriv först artiga svar.
Skriv sen roliga eller tokiga svar.
- Hur mår du idag? Hur känner du dig?
- Berätta hurdana böcker du gillar.
- Berätta vilka filmer du har sett och tycker om.
- Berätta hurdan musik du tycker om.
- Hurdan sport gillar du?
- Tycker du om att äta fisk? Hurdan fisk? Varför tycker du inte om fisk?
- Berätta om din favoritmat.
- Berätta vart du vill resa och varför.
- Förklara hurdan väder du tycker om. Varför tycker du om det?
- Vad ska du göra i kväll?

Min vän Lila

Jag har en vän, som heter Lila.
Egentligen heter hon något annat,
men vi kallar henne för Lila.

Lila har åsikter om många frågor.
Hon tycker, att man i Finland inte gör
tillräckligt för att hjälpa dem,
som kommer från utlandet.
— Varför finns inte informationen
på andra språk än engelska? frågar hon.
Jag vill ha broschyrer på mitt eget språk.

Igår var Lila
på skatteverket.
— De fattar inte vad
jag vill, ropar hon.
Samma sak händer
varje gång.
Ingen förstår, vad Lila önskar.
Hon blir alltid upprörd och arg.
— Jag vill integrera mig i samhället,
säger hon. Men hur kan jag göra det?
Samhället borde ju hjälpa mig.



Lila har som mål, att förverkliga sig själv.
Hon vill ha ett bra arbete, där hon får
möjlighet att utveckla sina färdigheter.
Hon vill ha en stor lön och många
trevliga kolleger, som hon kan gå ut med.
Men ingen erbjuder henne ett jobb,
som motsvarar hennes förväntningar.
Lönen är för låg eller arbetstiden är
alldeles för lång, tycker Lila.

Lila vill också ha massor av vänner.
— Folk kan inte kommunicera, klagar hon.
De har alltid kalendern full, då jag vill gå ut.
Ingen vill sitta med mig på baren och prata.
De påstår, att de måste arbeta nästa dag.
Det är ingen orsak. Jag kan ta en drink
och gå fräsch till jobbet nästa dag.

Mest störs Lila av vädret.
Det är alltid för kallt eller för hett,
eller för regnigt eller för soligt.
— Jag trivs inte med mörkret, säger hon.
Det gör mig ledsen och deprimerad.
Och solen tröttar ut mig.
Lila är besviken på det mesta.
— Varför ska allt vara så svårt
i det här landet? frågar hon.

Uppgifter till Min vän Lila

- Känner du någon som Lila?
Berätta om den personen.
- Känner du igen dig själv i Lila?
Varför? Varför inte?
- Varför har Lila så många problem?
- Hur kan Lila lösa sina problem?
- Förväntar du dig, att allt ska fungera enkelt och lätt? Varför?
- Berätta om vilka problem du har eller har haft med byråkratin i Finland.
- Berätta om hur du söker eller hittar jobb och vänner.
- Hur löser du eller har löst problemen med att integrera dig?
- Diskutera dina förväntningar på livet i Finland.
- Vad väntade du dig av Finland förr?
- Hur ser verkligheten ut?
- Vad förväntar du dig nu?
- Har du för höga eller för låga förväntningar? Varför?
- Hurdana förväntningar är realistiska?

Byta språk

Att byta språk är inte alltid lätt. Ibland blandar man ihop språken eller gör något lustigt fel och alla skrattar. Ofta fattas det ord, särskilt om man nyligen börjat lära sig ett språk.

Då man lär sig ett nytt språk börjar man oftast från grammatiken. Med hjälp av grammatiken får man en bild av hur språket fungerar. Men viktigt är också att lära sig enkla fraser för att klara sig i vardagen.

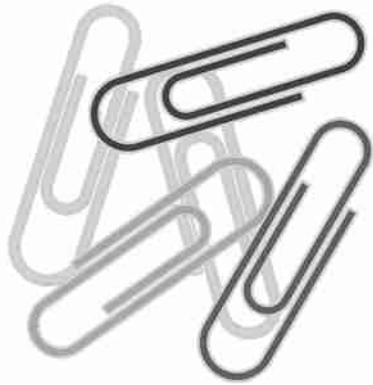
Om man kan några nyttiga satser och ord, som man behöver varje dag, klarar man sig ganska bra. Ingen behöver tala perfekt.

Då jag lär mig ett nytt språk brukar jag först lära mig ord, som gäller mat och att gå i butiken. Jag lär mig att läsa skyltar på gatan och menyer i restauranger.

Förutom att läsa grammatik är det viktigt, att använda språket i tal och skrift.

Då skapar man en egen kanal för det nya språket

i hjärnan. Det är som en radiokanal. Hjärnan börjar fungera på det nya språket. Samtidigt lär man sig att kommunicera och hur man fungerar i samhället.



Först översätter man från det egna språket till det nya.

Nästa steg är att man börjar byta språk enligt situation och person.

Men för att byta språk utan svårigheter krävs det mycket övning.

En del människor lär sig det i barndomen.

Andra övar, då de är vuxna.

Man kan uttrycka olika saker på språken.

Och visste du, att varje nytt språk

ökar chansen, att hjärnan hålls aktiv

också då man blir äldre?

Uppgifter till Byta språk

- Vilka språk talar du?
- Vilka språk kan du skriva och läsa?
- Vilka språk vill du lära dig? Varför?
- Hur lär du dig språk?
Vilka metoder fungerar för dig?
- Är det lätt för dig att lära dig språk?
Varför?
- Byter du språk enkelt och naturligt?
- Hur gör du, då du byter språk?
- Hur känns det, då du talar eller skriver på olika språk?
- Blir du en annan person eller beter du dig annorlunda, då du talar olika språk?
- Vad lär man sig tillsammans med ett nytt språk? Ge exempel.
- Vad kan man uttrycka på ett språk, men inte på ett annat? Ge exempel.
- Diskutera hur du lär dig språk och vad som stöder inlärandet.
- Vilka tips kan du ge till någon, som vill lära sig ditt modersmål?

Du är annorlunda

— Här är din kastrull och dina bestick, säger mamman till mig. Rör inte våra saker. Jag förstår ingenting. Jag bor hos familjen. Är jag smutsig i hennes ögon? Är hon rädd, att jag inte diskar och städar efter mig? Jag känner mig utesluten ur familjen.

Det är inte en trevlig känsla. Jag vill så gärna lära mig allt jag kan om deras kultur. Hur kan jag göra det, om jag är utesluten? Jag försöker vara vänlig och artig och vinna hennes förtroende. Men det fungerar inte. Hon är övertygad, att utlänningar måste hållas separat. Utlänningar ska behandlas på ett visst sätt. Punkt. Ingen diskussion om saken.

Känner du igen de här åsikterna?

”Du är utlänning. Du är precis sådan, som alla utlänningar är.”

”Du ser annorlunda ut. Du klär dig fel.”

”Försök inte bli som vi, för det går inte.”

”Utlänningar luktar och är smutsiga.”

”Utlänningar, åk hem! Ni har inget att göra här och ingen vill ha er här. Stick!”

Allt utlänningar kan eller vet betyder inget:

”Jaså, har du studerat på universitet?”

Än sen då? Du är utlänning i alla fall.”

Den allra vanligaste attityden är:



”Försök inte få oss att ändra på vår åsikt om utlänningar!”

Min erfarenhet är, att det kan ta många år, innan man accepteras av vissa människor.

En del människor klarar det aldrig.

De kan helt enkelt inte umgås normalt med någon som har annan bakgrund.

De lyckas inte ändra på sina fördomar.

Då måste jag i min tur acceptera, att de fungerar som de gör.

Om vi kan kommunicera på något vis ska vi nog klara vardagen med varandra.

Annars undviker vi varandra bäst vi kan.

Andra ser mig genast som en människa.

Med dem kan jag kanske bygga upp en vänskap som varar livet ut.

Uppgifter till

Du är annorlunda

- Har du upplevt liknande situationer som huvudpersonen i texten? Berätta om dem. Hur kände du dig?
- Hur reagerar du på attityderna, som beskrivs i texten?
- Hur behandlar du personer från andra länder eller kulturer?
- Har du vänner och bekanta, som accepterar dig sådan du är? Berätta om dem.
- Vad betyder det att vara finländare?
- Förväntar du dig, att du ska bli finländare? Varför?
- Hur blir du behandlad i Finland?
- Vill du ändra på det? Hur kan du ändra på det?
- Diskutera strategier. Hur gör man, då någon inte klarar av att umgås normalt med utlänningar?

Trampa på tårna

— I Norden trampar man alldeles för lätt folk på tårna, påstår Kalle.

Det är ett talesätt. Att trampa på tårna betyder, att man säger något, som andra reagerar skarpt på.

— De upplever att jag förolämpar eller att det jag säger är kränkande, fastän jag inte alls menar det så. Kalle skakar på huvudet.

— Jag har levt i många år i de nordiska länderna, men jag lär mig nog aldrig, hur man ska tala på nordiskt vis. På andra håll i världen får jag säga saker, som inte accepteras här i Norden.

Kalle kرافsar sig i huvudet.

— I Norden måste jag alltid vara försiktig med vad och hur jag säger något.

Att höja rösten är inte bra.

Jag får inte använda vissa ord eller uttryck, som anses vara fel.

Varför är de fel? Ingen kan förklara.

Kalle dricker en klunk vatten och fortsätter:

— Problemet är ofta, att det jag säger uppfattas exakt så, som jag säger det.

Jag kanske inte tänker så noga efter, innan jag öppnar munnen.

Den jag talar med har också egna tolkningar på orden jag använder.

Kalle rynkar på näsan.

— Annanstans bryr folk sig mindre om vad exakt eller hur jag säger något.

Det viktiga är vad som står bakom det.

Folk kan analysera det jag säger.

De tar det inte på fullt allvar.

De frågar vilka avsikter jag har och varför jag säger just det här.

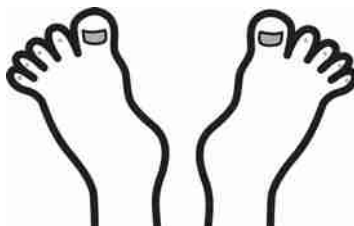
Kalle suckar djupt.

— Hur kan man lära sig att tala med människor i Norden?

Måste man anpassa sig till deras sätt?

Kan inte de också lära sig,

att det finns andra sätt att uttrycka sig?



Uppgifter till

Trampa på tårna

- Har du trampat någon på tårna genom att säga något "fel"? Berätta.
- Vad får du säga i omgivningen du växte upp i, men inte kan säga i Norden? Ge exempel.
- I hurdana situationer känner du dig kränkt? Berätta.
- Vad måste man vara försiktig med att säga i Norden? Vilka ord och uttryck borde man använda och vilka ska man undvika?
- Diskutera varför folk är känsliga för ord och uttryck i Norden.
- Vad har lett till att man i Norden blivit så känsliga?
- Vad leder känsligheten till?
- Vad gör du, då du sagt något, som en annan uppfattar som kränkande?
- Hur kan man lära sig det nordiska sättet? Ska man anpassa sig till det?

Nivå 2 - lättare



På nivå 2 använder vi svårare ord. Texten är inte längre skriven i korta satser. Nu är raderna längre, liksom i en bok.

Varför är det viktigt att ha en bok med olika språknivåer? Då man lär sig ett nytt språk behöver man först läsa enkla texter. Då man lärt sig flera ord och mer grammatik behöver man lite svårare texter. Småningom kan man också läsa böcker.

Språkets nivåer har inget att göra med hur svårt temat eller ämnet i texten är. Också riktigt lätta texter kan behandla komplicerade frågor, som det tar tid att fundera och svara på.

Trevlig resa med de följande texterna!

Tala kinesiska

Jag ska resa till Kina.

— Har du varit där? frågar mina bekanta. Ja, jag har besökt Kina. Det var en spännande resa. Men jag förstod ingenting. Jag kunde inte tala eller läsa kinesiska då.

Nu ska jag åka till Kina igen. Jag studerar kinesiska på universitetet.

— Du talar väldigt bra, säger min lärare. Han kommer från Kina. Han tycker, att alla talar enormt bra. Jag är säker på, att jag talar ganska bra.

Det låter åtminstone som kinesiska. Jag kan också läsa och skriva lite. Jag är stolt över mig själv.

— Är du rädd att åka ensam? frågar mina vänner. Nej. Jag är inte rädd. Jag kan ju tala, läsa och skriva. Jag har varit i Kina förr. Jag klarar mig nog.

Jag åker tåg till Kina. Det tar en vecka. Tåget stannar vid en stor station i Sibirien. Alla passagerare rusar ut. De vill få frisk luft. De står utanför tåget och talar med varandra.

Bredvid tåget står en ung man. Han är säkert från Kina, tänker jag. Han säger ingenting. Kanske han inte förstår, vad de andra säger? Jag tycker synd om honom. Han står ensam på perrongen. Det är inte trevligt att vara ensam. Jag borde tala med honom. Jag kan ju kinesiska.

— Hej, säger jag. Vad heter du? Vart är du på väg? Tycker du om att resa?

Mannen stirrar på mig. Vad är fel? undrar jag. Förstår han mig inte? Kanske jag säger något tokigt. Han börjar skratta. Han skrattar och skrattar. Alla resenärer stirrar förvånat på honom.

— Vad är så roligt? frågar en kvinna. Jag kan inte svara. Jag blir arg. Han är fräck, tänker jag. Kanske jag inte talar så bra. Men han kunde vara artig. Alla glor på oss. Mannen fortsätter att skratta. Han kan knappt stå på benen.

Oj, nej! På ena sidan av perrongen står vårt tåg. På den andra sidan finns ett spår. Där kör ett annat tåg in.

— Hjälp, skriker jag. Mannen skrattar så mycket, att han nästan faller under tåget. Jag rusar fram till honom och drar honom i armen. Han skrattar fortfarande.

Nu blir jag arg på mig själv. Jag skäms. Jag talar säkert dålig kinesiska. Jag borde vara tyst, tills jag talar perfekt. Jag är en total idiot.

Ta en paus för uppgifter:



- I vilka länder har du rest? Berätta.
 - Hur brukar du resa? Med tåg, buss, flyg eller cykel?
 - Med vem brukar du resa? Varför?
 - Vart vill du resa? Varför?
- Vad säger du till någon, som står ensam eller inte förstår språket?
 - Har du blivit missförstådd? Berätta.
 - Diskutera texten. Varför skrattar mannen?
 - Varför blir huvudpersonen arg?
 - Varför skäms huvudpersonen?
 - Har huvudpersonen rätt? Varför?

Fortsätt läsningen:

Tåget visslar.

— Stig på, ropar konduktören. Jag släpper mannens arm och springer till tåget. Han följer efter mig. Jag går till min kupé. Tåget startar. Jag blir irriterad.

— Vänta, säger mannen. Jag vänder mig om. Han talar kinesiska med mig.

— Jag ber om ursäkt, säger mannen. Tack för att du hjälpte mig.

— Ingen orsak, svarar jag surt.

— Jag får be om förlåtelse, fortsätter mannen. Jag blev så förvånad. Jag har aldrig träffat någon utlänning, som talar flytande kinesiska.

— Det är inte sant, säger jag. Jag är nybörjare. Jag är ännu ganska arg. Men mannen skrattar och säger:

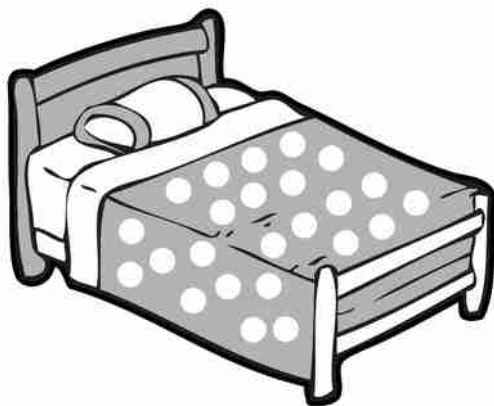
— Tycker du om nudlar? Får jag bjuda dig på lunch?

— Om du lovar att inte skratta, då jag säger något fel, svarar jag.

— Jag ska bara fnittra, lovar han.

Överleva

Just nu känner jag, att jag bara vill krypa in under täcket. Jag vill inte träffa eller tala med någon. Jag har ingen lust att tänka på något alls. Jag orkar inte ta itu med alla problem. Jag är trött på allt och alla. Och jag bryr mig inte heller om, att försöka anpassa mig eller att vara snäll och trevlig.



Känner du igen situationen? Har du varit med om liknande? Vad gör du då? Går du ut och träffar vänner och klagar för dem, hur illa du mår? Går du hem och stänger av telefonen och resten av världen? Jag tar en paus. Jag läser en bok eller lägger mig på

soffan och ser på teve. Nej, det är fel uttryck. Jag slukar böcker. Jag glor på teve. Jag tittar på serier, som jag annars inte brukar se på. Men de får mig att glömma omvärlden för några timmar.

En aktivitet, som får mig på riktigt gott humör, är att laga mat. Jag tar fram recept jag gillar och lagar en fantastisk middag. Jag lyssnar på musik jag tycker om och dansar till den. Ensam.

Jag dricker kakao. Det innehåller teobromin, som gör att kroppen känner sig lyckligare. Jag gör många och långa promenader i naturen. Jag ser till, att jag sover tillräckligt. Att skriva om mina känslor hjälper mig att tömma hjärnan. Medan jag skriver, bearbetar jag upplevelser och känslor. Jag känner mig lugn efteråt.

Ibland tar det en dag, ibland upp till en vecka, innan jag mår bra igen. Ofta behöver jag bara vila och ha tillräckligt med tid för mig själv. Sen kan jag ta itu med världen och jag har koll på mitt liv. Problemen är inte längre stora som elefanter.

Men först då jag känner, att jag mår bra, sätter jag på telefonen igen.

Uppgifter till Överleva

- Hur och när vet du, att du måste ta en paus i vardagen?
- Vad gör du, då du inte orkar med omvärlden? Hjälper det du gör?
- Hur ofta känner du, att du inte orkar och bara försöker överleva?
- Har du hemlängtan? Vad gör du, då du känner att du längtar hem eller bort härifrån?
- Skriver du dagbok? Varför? Hjälper det dig att bearbeta känslor?
- Skriv korta texter om vad du gjorde igår, idag och vad du gör imorgon.
- Skriv dagbok i en veckas tid. Läs sedan vad du skrivit och fundera hur du nu ser på det som hände under veckan.
- Diskutera dina strategier för att överleva, då allt verkar svårt.
- Vilka metoder kan du rekommendera för andra?
- Vilka metoder kan andra föreslå för dig?

Svensson

Känner du Svensson? Det är en kille, som anpassat sig väldigt bra. Han heter inte Svensson ursprungligen, men han har tagit namnet för att passa in.

— Folk reagerar på mitt främmande efternamn, säger Svensson. Ingen bjuder mig på jobbintervju eller ens på kaffe.

Så Svensson heter numera Svensson, och han är väldigt väl integrerad. Han har hittat ett arbete han trivs med. Svensson gillar sitt liv och sig själv. Han har en flickvän och en hundvalp och en bil. Snart ska han köpa hus. Svensson går på alla evenemang och han känner alla i staden och i Svenskfinland.

Svensson är mer finlandssvensk än de flesta finlandssvenskar jag känner. Han klär sig, som han tror att finlandssvenskar brukar klä sig. Han har lärt sig att sjunga snapsvisor. Svensson älskar Runebergstårta och firar Svenska dagen och andra fester. Han har gått på kurs för att lära sig dansa folkdans och han sjunger i en kör. Svensson

talar sig varm för svenska språket och han vill rösta på svenskspråkiga i valet.

— Vi måste bibehålla finlandssvenska traditioner, säger Svensson. Han läser bara svenskspråkig litteratur och hejar endast på finlandssvenskar. Jadå, man kan säga, att han har anpassat sig till Svenskfinland.



— Hej Svensson, säger en av hans gamla kompisar. Hänger du med på en öl med andra från vårt hemland?

— Nej tack, säger Svensson. Mitt hemland är Svenskfinland. Det är bästa stället i världen och jag vill inte påminnas om platsen, där jag växte upp.

Kompisen skakar på huvudet och undrar vad som farit i Svensson. Har han blivit tokig? Lagom är bäst, tänker kompisen. Han stryker Svenssons nummer ur sin mobil. Sen går han ut på en öl med sina andra kompisar.

Uppgifter till Svensson

- Känner du någon som Svensson? Berätta om personen.
- Varför reagerar en del människor som Svensson?
- Har Svensson gjort rätt, då han blivit fullständigt finlandssvensk? Varför?
- Kan man anpassa sig för väl till ett samhälle? Varför?
- Hur mycket är lagom, då man anpassar sig?
- När förlorar man sin egen identitet?
- Vilken är din identitet?
- Har du en eller flera identiteter?
- Hur kan man leva med flera identiteter? Vilka utmaningar råkar man då ut för?
- Diskutera anpassning. Vad är en hälsosam anpassning och när går man till överdrift?

Det är lök!

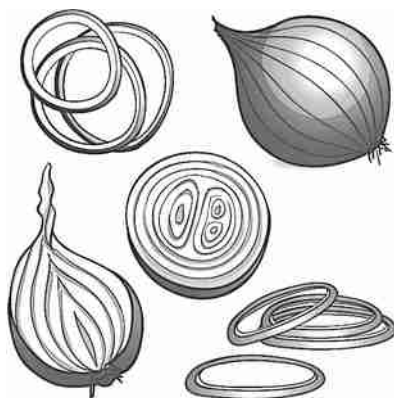
Kulturer är som löken. Så säger en populär teori om hur man lär sig en kultur. Då man föds in i en kultur, börjar man lära sig redan som barn hur den fungerar. Oftast plockar man upp värderingar utan att lägga märke till det. Sen tror man, att det bara är så.

Då man flyttar utomlands märker man, att det inte alls är som man tror. Förutom att lära sig en ny kultur tvingas man ofta att omvärdera kulturen man växte upp i. Värderingarna fungerar kanske inte i det nya landet. Också socialt lär man sig nya sätt att fungera.

Då kommer man till löken. Först ser man lökens skal. Man lägger märke till ytan i det nya landet. I början ser man mest skillnaderna till det man är van vid, till exempel hur folk är klädda, hur husen, gatorna, staden eller landet ser ut. Man hör annan musik och upptäcker andra färger och äter annorlunda mat. Också vädret lägger man märke till. Men det är bara början. Fortsättning följer.

Efter en tid börjar man skala löken. Då kommer man till nästa lager. Där börjar man se hur folk betar sig, vilka yttre eller publika värderingar de har, och hur det nya samhället fungerar i allmänhet.

Om man fortsätter att skala löken, kommer man till flera lager. Längre in finns inre värderingar som människorna bär på, men kanske inte talar högt om.



De kanske bara antyder om dem.

Där finns också åsikter, som kanske inte är politiskt korrekta. Ännu längre in mot lökens mitt hittar man erfarenheter, personligheter och främst av allt människor som är ganska lika en själv. Samtidigt kan man uppskatta skillnaderna i kulturen.

Alla vet, att då man skalar lök rinner tårarna ibland. Det beror både på löken och hur man skalar den.

Uppgifter till Det är lök!

- Vilka är värderingarna i det finländska samhället?
- Hurdana värderingar har du mött i Svenskfinland?
- Delar du det finländska eller finlandssvenska samhällets värderingar? Varför?
- Delar du åsikter, erfarenheter eller känslor med folk i Finland? Varför?
- Delar du värderingarna i samhället du växte upp i? Varför?
- Delar du åsikter, erfarenheter eller känslor med folk i landet där du växte upp eller i länder, där du bott tidigare? Varför?
- Hur mycket av den finländska löken har du skalat?
- Hur mycket har du skalat av löken i samhället, där du levde tidigare?
- Diskutera löken. Fungerar den som modell, då man lär känna en annan kultur eller ett annat samhälle? Varför?

Hemma igen

Jag sitter på ett flygfält. Jag är på väg till Finland efter flera månader utomlands. Där har jag inte talat annat än lokalt språk, och jag har inte mött någon från Norden på evigheter, känns det som.

Jag undrar om jag sitter på rätt ställe, men snart dyker det upp ett par. De sätter sig och börjar titta i varsin mobiltelefon. Snart kommer några ungdomar, som lyfter upp fötterna på bänkarna och också stirrar på sina mobiler. Ingen talar.

Klockan är bara sex på morgonen, men de flesta beställer vin på flyget. Flera har uppenbarligen sköljt ner sin rädsla för att flyga redan på flygfältet. Det luktar underligt på flyget.

Då jag landar i Finland är det snö och is överallt. Det är som en faslig mardröm. Då jag talar med vänner är alla trötta, deprimerade eller stressade. Hur har jag någonsin kunnat leva här? Vågar jag säga, att jag mår bra? Jag vill bort härifrån. Jag måste fort tillbaka till alla glada och

mänskliga människor, som hjälper varandra och är artiga. Till folk som ber vänligt om ursäkt, då de trampar en på tårna i bussen.



Jag har en omvänd kulturchock. Jag har anpassat mig till livet annanstans. Då jag återvänder, ser jag plötsligt allt på ett nytt sätt. Jag märker saker jag inte sett förr.

Kulturchocken slår till ganska hårt ibland. Jag har varit med om det förr, så jag vet, att det går över. Efter en tid vänjer jag mig vid Finland igen. Men en liten röst i mitt inre påminner alltid, att det finns en värld utanför.

Uppgifter till Hemma igen

- Har du upplevt omvänd kulturchock? Var, hur och när?
- Vilka kulturchocker har du upplevt? Hur reagerar du på dem?
- Vad utlöser en kulturchock? Var och varför får du kulturchock? Berätta.
- Hur gör du, då du har kulturchock eller omvänd kulturchock?
- Hur kan man förebygga kulturchock?
- Hur kan man behandla kulturchock? Vilka metoder finns det för att bearbeta en kulturchock?
- Diskutera hur kulturchocker påverkar livet och synen på ställena, där du bott tidigare och där du bor nu.
- Diskutera strategier att klara av en kulturchock eller omvänd kulturchock.

Nivå 3 - lätt



På nivå 3 används svårare ord. Texterna är fortfarande lätta att läsa, men satserna är längre och mer komplexa. Efter nivå 3 kan du sannolikt läsa böcker och tidningar.

Lättlästa böcker hjälper alla, som lär sig ett språk att använda vanliga ord och uttryck. Genom att läsa lättlästa texter, som är roliga, spännande eller intressanta, lär man sig utan tänka på, att man lär sig.

Lättlästa böcker är från början tänkta för personer, som har svårt att läsa. Bland dem finns personer med dyslexi eller andra svårigheter. Numera används lättlästa böcker också i skolan. Böckerna utvecklas hela tiden och man kan hitta lättlästa böcker, som handlar om avancerade ämnen som etik eller klimatförändringar.

Njut av läsningen!

Får jag störa?

”Du är välkommen till vårt samhälle, men du ska anpassa dig till våra värderingar och vårt sätt att leva. Du får bo här, men du får inte störa oss.” Låter det bekant? Det är inte bara i Finland, som många har den här attityden. Den finns överallt i världen: ”Stör oss inte. Låt oss leva vidare som vi alltid gjort. Vi vill inte förändras.”

Attityden grundar sig på rädslor inför allt nytt. Rädslan är en stark drivkraft i vårt psyke och får människor att reagera på olika sätt. Rädslorna skapar en känsla av otrygghet. Samtidigt är det en illusion, att vi kan bibehålla det vi har just nu. Alla mänskliga samhällen förändras hela tiden. Man kan lära sig att leva med förändringar och acceptera faktum, att allt förändras. Då känns det inte så farligt, utan det är naturligt, att världen förändras omkring en, och att man själv förändras.

Ett samhälle, som slutar att ta in impulser utifrån, kvävs ganska snart. Det finländska samhället har förändrats många

gångar i historisk tid och det fortsätter att förändras. Traditioner, sätt att tänka och värderingar utvecklas hela tiden.



En gäst eller en turist påverkar inte ett samhälle särskilt mycket. Bara om turisterna blir väldigt många för de med sig djupgående förändringar. En person med annan bakgrund, som stannar kvar och bor i ett samhälle, börjar påverka det, oberoende om man vill det eller inte. Ju fler som kommer utifrån, desto mer förändringar hämtar de med sig.

Andra tankar, synsätt, uppfattningar och erfarenheter kommer först in i familjen, släkten, bland vänner och bekanta, i skolan eller på arbetsplatsen. Det skapas en dialog mellan människor i bästa fall. I värsta fall blir det ingen dialog alls, utan alla håller sig på sin kant.

De som kommer utifrån kan vägra att integrera sig och försöker hålla fast vid det de anser, att är deras uråldriga traditioner. De vill skydda sig mot allt nytt. Samhället förstår inte, varför de stänger in sig i sin

grupp. Det är samma rädsla för förändring som påverkar alla. Situationen kan bli ganska låst och leda till hat och våld, om man inte gör något för att lösa den.

Samtidigt bidrar de som flyttat till att förändra platsen där de bott tidigare, genom att de besöker släkt och vänner. Ingen människa är helt immun mot nya impulser, även om det ibland verkar så. Om man varje dag möter människor, som fungerar annorlunda, förändras man.

Det kan förekomma ganska hårda kollisioner mellan kulturer, traditioner och könsroller. Vilka är kvinnornas uppgifter och rättigheter? Får man sova i samma rum innan man är gift? Ska en man få byta blöjor på babyn? Vem tar beslut i familjen?

Frågorna är många, men lösningarna är individuella. Var och en måste lösa utmaningarna livet erbjuder på sitt eget sätt. Man behöver inte flytta utomlands för att vara annorlunda. I varje samhälle finns det människor, som är annorlunda. Det har inget med deras etniska bakgrund att göra. I bästa fall lär sig alla något och hittar ett sätt att leva tillsammans och uppskatta varandra.

Uppgifter till Får jag störa?

- Upplever du, att du eller någon annan "stör" familjen, släkten eller samhället med dina värderingar och ditt sätt att leva?
- På vilket sätt "stör" du? Hur reagerar de andra eller samhället på dig?
- Har du varit med om kulturella kollisioner? Berätta om dem.
- Hur kan man förbättra dialogen mellan dem som kommer utifrån och samhället du bor i?
- Vilka är de huvudsakliga problemen i dialogen mellan människor?
- Hur kan man lösa de här problemen?
- Diskutera varför det är viktigt att vara sig själv och stå på sig, också då familjen, släkten eller samhället trycker på.
- Vilka strategier finns det att vara sig själv och ändå vara integrerad i ett samhälle?

Professionell utlänning

— Jag möts alltid av stora famnen, då jag är gäst, berättar Anna. Alla vill visa det bästa de har och jag förs från en fin sevärdhet till följande ännu finare sevärdhet. Jag serveras den bästa maten (eller den mest exotiska) och jag får all uppmärksamhet. Du kan inte tro, hur fantastiskt det är!

Anna tycker så mycket om platsen, att hon tänker bosätta sig där. Solen skiner och sanden på stranden är varm. Havet glittrar. Staden där hon trivs som turist är alldeles underbar. Hon kan sitta på kafé och dricka espresso varje morgon.

Hennes väninna Rosa får foton och ett entusiastiskt meddelande från Anna:

— Körsbären blommar redan!

Rosa har flyttat till Finland och njuter av, att saker och ting är i ordning.

— Människorna är lugna och de sköter sig själva. Ingen lägger sig i mitt liv. Det är tyst på gatorna och det finns mycket natur omkring huset. Jag njuter av lugn och ro. Livet ler, berättar Rosa för Anna.

Men en dag blir det höst och vintern kommer med stormar och regn och snö. Det blir mörkt och otrevligt. Anna vill hitta ett jobb. Rosa vill också börja arbeta. Men ingen vill ha en utlänning, som inte talar språket och saknar erfarenhet av landet.



Utmaning nummer ett: Hur ska de överleva i utlandet? De vill absolut inte återvända hem med svansen mellan benen och erkänna, att de har misslyckats.

— Javisst, mamma, allt är bra. Jag klarar mig utmärkt. Här är helt fantastiskt. Jag har massor av vänner och bekanta. Ni kan inte tro så roligt jag har det, berättar Anna i telefon hem till familjen. Rosa berättar samma sak till sin mor. Mamma hör, att hon inte låter helt uppriktigt.

— Äter du tillräckligt? Tar du väl hand om dig själv? Du har magrat och ser inte ut att må bra. Så blek du är. Se till att du tar nästa flyg hem, ropar mamma i telefonen.

Utmaning nummer två: Tvivel. Är det verkligen här jag vill leva? Är det rätt land för mig? Vill jag leva med människor, som reagerar som folk gör här? Tycker jag om klimatet, staden och livsstilen? Mår jag bra på det här stället? Äter jag sådan mat jag vill ha? Lever jag bra här?

Emellanåt tycker Anna och Rosa, att livet är trevligt och allt fungerar bra. Sen händer något, och de är beredda att åka hem. De tvekar: Nej, jag vill inte bo här! Ja, jag vill stanna!

Efter en tid utomlands lär de sig att ta hand om sig själva. Då de har gått igenom några kulturchocker är upplevelserna inte längre så hemska. Kulturchocker hör till livet, det är så vi människor fungerar. Livet är inte alltid en dans på rosor.

Efter flera år utomlands eller några länder kan de bli professionella utlänningar. Byta land - inget problem. Allt fixar sig. Både Anna och Rosa vet numera, att de måste själva vara aktiva för att hitta ett sammanhang och vänner.

— Alla andra klarar ju sig, så varför inte vi också? säger de.

Uppgifter till

Professionell utlänning

- Har du haft liknande erfarenheter eller upplevelser som huvudpersonen i texten? Berätta.
- Vad gör du, då du byter land? Förklara hur du gör.
- Hur bra är du på att byta land?
- Vad säger din mamma eller familjen, då du talar med dem om din nya omgivning?
- Diskutera hur man kan byta land enklare och effektivare.
- Vilka saker eller frågor ska man vara uppmärksam på, då man byter land?
- Hur kan man göra bytet av land lättare för sig själv och andra?
- Hur kan man stöda någon, som har svårt med sin nya omgivning?
- Är du en professionell utlänning? Varför? På vilket sätt?

Överbygga skillnader

Jag har gått på många kurser, konferenser och seminarier, där folk talar om kulturella skillnader. Man får goda råd om hur man ska behandla folk från andra kontinenter, länder och regioner.

— Alla har fördomar, säger de kloka experterna. Vi föds inte med dem, men vi lär oss dem, då vi är barn. Därför måste vi nu lära oss att behandla dem.

Såklart. Jag vill kasta ut alla mina fördomar och mina förutfattade meningar. Men hur kan jag göra det, då kurserna enbart erbjuder mig att ersätta dem med nya förutfattade meningar?

Alla berättar hur djupt man ska buga i Japan eller hur mycket man ska le eller skratta i olika delar av världen. Jag vet, att jag ska vifta med händerna vid Medelhavet och att i Norden ska jag hålla dem nära kroppen. Jag har också förstått vilka saker man får eller inte får säga, hur man ska nicka eller skaka på huvudet, och hur man ska tilltala en person man inte känner.

Allt är gott och väl. Jag tror, att jag vet hur jag ska uppföra mig. Mitt huvud är proppfullt av regler. Då jag hamnar i en verklig situation, där jag ska bete mig rätt, vet jag inte hur jag ska reagera. Alla regler dansar vals i min stackars hjärna. Jag förvandlas till en trädocka. Jag varken rör mig eller talar. Var gick det fel?



Det tar många år innan jag fattar, att det handlar om fel fokus. Då man fokuserar endast på kulturella skillnader missar man en viktig detalj. Detaljen är, att vi alla är människor, och som människor har vi en fantastisk förmåga att kommunicera.

Det är inte så viktigt att buga i exakt rätt vinkel eller att le i precis rätt sekund. Det är viktigare att vara människa och visa, att man är öppen inför den man möter. Om

vi fokuserar på sådant som är gemensamt för oss lyckas vi kanske överbygga en del av skillnaderna.

Idag finns Internet och det gör, att man enkelt kan få fram information om vilket land eller område som helst. Det går snabbt att upptäcka vad man har gemensamt och vad man behöver vara uppmärksam på, för att inte göra bort sig. Det finns kulturella skillnader och ibland kan de vara svåra att förstå eller lära sig. Men om man är förberedd brukar man klara sig ganska bra, även om man inte hälsar eller tilltalar någon på exakt rätt sätt. Ofta räcker det med att man anpassar sig till vissa kulturella och sociala aspekter, för att inte förolämpa eller chockera.

Mest av allt behöver man flexibilitet, självdistanans och humor. En flexibel person försöker lära sig av sin omgivning och ändrar på sitt beteende enligt behov. En person med självdistanans kan skratta åt sig själv då något går fel. Vi gör alla bort oss, så varför ska vi ta oss själva och livet på allvar? Med ett leende på läpparna och humor klarar man sig mycket långt.

Uppgifter till

Överbygga skillnader

- Fokuserar du på kulturella skillnader eller gemensamma faktorer, då du träffar någon från en annan kultur? Varför?
- Hur betar du dig med någon från en annan kontinent eller med annan hudfärg? Varför?
- Hur bra är du på att se gemensamma faktorer mellan olika kulturer?
- Vilka gemensamma saker finner du mellan din(a) kultur(er) och finlandssvensk kultur?
- Diskutera hur fokus på skillnader skiljer oss åt.
- Vilka möjligheter får vi, då vi fokuserar på gemensamma frågor eller saker?
- Har du självdistans? Varför (inte)?
- Hur kan man använda humor i livet? Ge exempel.

Mitt nya jag

Då man bor utomlands förändras ofta ens personlighet. Man kan naturligtvis leva i kolonier med andra människor från samma land. Då behöver man inte ändra på nästan någonting alls. Man kan tala sitt eget språk och äta mat från hemlandet och fira alla fester som man firade hemma. Det känns tryggt och trevligt, eller hur?

Men om man vill integrera sig, krävs en hel del förändringar. Kanske man byter smak, livsstil, synsätt och inställningar till sig själv och omvärlden. Är förändringarna positiva, neutrala eller negativa? Jag tror inte, att de kan delas upp i endast dessa tre kategorier. Det finns många nyanser.

Vissa förändringar bara sker och man tänker inte så mycket på det. Man ändrar på något i livet utan att man märker det. Plötsligt upptäcker man till sin förvåning, att man har blivit en annorlunda person i jämförelse med tidigare.

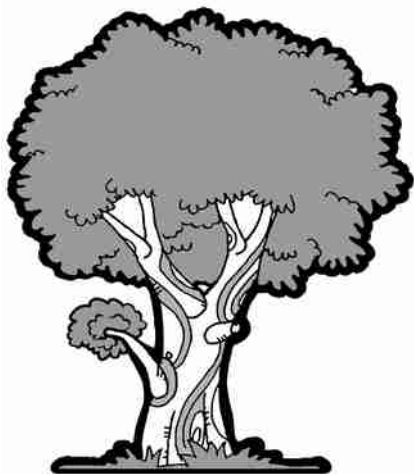
Frågan är om du tycker om dig själv efter fem år, tio år eller tjugo år i ett annat

land. Vem har du blivit? Hur betar du dig?
Accepterar du dig själv?

— Jag har blivit så aggressiv och använder armbågar överallt, klagar en del. Jag skriker åt folk och blir lätt arg numera. Jag har inget tålamod längre.

— Jag har blivit alldeles för snäll, säger andra. Jag vågar inte längre säga vad jag tycker, för någon kan ta illa upp. Jag vill inte såra andra människor.

— Jag har fått större självförtroende, nickar många. Nu vågar jag säga ifrån. Det vågade jag inte förr.



— Jag klarar mig var som helst i världen. Det har jag lärt mig genom att byta land, stad, vänner och arbetsplats, säger vissa.

— Jag njuter av livet, förklarar några. Jag tar

varken mig själv eller mitt liv eller något annat på stort allvar längre.

Erfarenheterna är väldigt individuella. De grundar sig på hur du ser på dig själv och din omvärld. Vad vill du göra? Hur vill du leva? Vilka möjligheter har du att ändra på ditt liv? Vem vill du bli? Var och hur vill du bo? Hurdana perspektiv vill du ha för din framtid?

En del människor väljer ett lätt och bekvämt liv, där de inte behöver ta alltför många beslut. De lär sig så mycket som behövs, för att kunna fungera i samhället. Andra väljer att utmana sig själva och lära sig nya saker. De kanske deltar i grupper, föreningar, social verksamhet eller politik.

Alla har rätt att välja sin egen grad av anpassning och integration. Det finns inga rätta eller felaktiga lösningar, utan det är man själv som bestämmer vad man vill göra och vem man vill vara. Men alla tar också sitt eget ansvar och konsekvenserna av sina beslut. Man kan inte efteråt skylla på samhället, för att man har valt att vara just sådan man är.

Huvudsaken är att man tycker om sig själv. Om man inte gör det, är det dags att göra något åt saken.

Uppgifter till Mitt nya jag

- Tycker du om dig själv sådan du är? Varför? Varför inte?
- Vad kan du förändra eller förbättra?
- Hurdan var du för fem år sedan och tio år sedan? Hurdan person är du idag? Berätta hur du har förändrats.
- Ser du förändringar som något positivt? Varför?
- Diskutera ditt liv. Vad har du lärt dig av livet?
- Hur har livet fört dig till den punkt där du står idag?
- Vart vill du, att livet för dig i framtiden?
- Vad skulle du säga till dig själv för fem eller tio år sedan?
- Vad skulle du säga till dig själv om fem eller tio år?
- Var vill du vara och vad vill du göra om fem eller tio år? Vem vill du vara?

Lättlästa böcker

Kockens hjärta
Nyckeln i boken
Hugos historia
Fynd i marken
Flyger i vinden
Flyter på vågen
Jagad av vargar
Jakten på Kraken
Följ efter fågeln
Hund och soffa
Blommans språk
Hundra dikter
Äventyr i färg
Miranda
Filip i tunneln
Filip på båten
Filip och flyget
Filip i djurparken
Filip i skogen
Filip och dimman
Filip på nätet
Filip och snön
Filip och skuggan
Fixa fokus
Fånga blicken

Läs mer

bokpil.eu
edu.bokpil.eu
villa.bokpil.eu

Brokiga boken är en läsebok för alla som arbetar med integration eller befinner sig i en mångkulturell situation.

Här finns roliga, lättlästa och tankeväckande texter, som kan användas på språk- och integrationskurser och som diskussionsunderlag.

Författaren Sabira Ståhlberg har skrivit flera lättlästa böcker och föreläser internationellt om integration, språkinlärning och mångkulturella frågor.



978-619-192-247-5

ISBN 978-619-192-247-5 (inbunden)

ISBN 978-619-192-242-0 (PDF)

ISBN 978-619-192-239-0 (EPUB)