



Tryggheimhelsing



Royalt og litterært s. 3



Ungdomsbedrift s. 4-5



Skule på bøljan blå s. 10



Internasjonalt matdag

Rektor har ordet



Gjermund Viste

Motivasjon, lærelyst og læring i klasserommet

«Know your impact!» Kjenn verkekrafta di. Slik svarar den australske skuleforskaren John Hattie på spørsmålet om kva som er det viktigaste læraren bør vite for å skape motivasjon, lærelyst og læring.

Ungdom bruker mykje tid på skulen. Møte med medelevar og tilsette får betydning for utvikling av identitet, læring og eiga meistring. Dei aller fleste ungdommar trivst på skulen og har gode relasjonar med lærarane. 92 % av elevane (på landsbasis) svarer at dei er einige eller litt einige i at dei «trivst på skulen». Det er ein liten nedgang frå Vg1 til Vg3. Men sjølv om det er høg trivsel, er det fleire enn før som kjenner på einsemd og utanforskap. Vidare kjem det fram i UngData-undersøkinga (2017) at omkring halvparten av elevane opplever stor arbeidsbelastning og høge krav frå skulen. Særleg jenter rapporterer om at skulestress fører til psykiske helseplager. Dette har vore ein aukande trend.

Korleis er motivasjonen mellom desse variablane? Det er mest læring når det både er høg trivsel og høg motivasjon. Målet for Tryggheim er difor å ha elevar i denne kombinasjonen, at vi har eit stort tal på elevar som både trivst og er motiverte. Men talet har svinga over tid. Vi har mange elevar som trivst veldig godt, men som ikkje er like motiverte for skularbeid. Vi er litt usikre på kva det kan skuldast.

Samstundes ser vi mange elevar som yter mykje og får gode karakterar, sjølv om dei seier at dei ikkje er motiverte.

Denne tematikken har vi drøfta både med elevane og i personalet, - gode samtalar om trivsel og motivasjon med eit positivt fokus. Korleis er arbeidstilhøva når det både er høg trivsel og høg motivasjon? Korleis er vilkåra då? Kva gjer læraren då? Kva gjer medelevene då? Kva gjer eleven sjølv? Dette er avgjerande på ein skule og svært viktig for elevane sitt læringsutbytte. Både lærarane og elevrådet vil difor ta tak i svara til elevane og jobbe med desse i året som kjem. Fleire av dei interne læringsøktingene vi har på Tryggheim vil ha motivasjon og meistring som tema.

John Hattie, den verdskjende skuleforskaren frå New Zealand, skriv i bøkene om **Synlig læring** (Visible learning) at han har funne dei faktorane som har størst påverknad på elevane si læring (læringsutbytte). Fleire av oss på Tryggheim møtte Hattie i Sandnes i 2013.



John Hattie.

Også Elin Kragset Vold (Læringsmiljøsentret UiS) var i Sandnes. Ho skreiv følgjande: «Målet mitt den 21. november 2013, på kulturhuset i Sandnes, var å få Hattie til å seie kva som er det aller viktigaste læraren må hugse på for å skape motivasjon, lærelyst og læring i klasserommet. –Ja, seier Hattie, utan å tenke seg om. 'Det viktigaste læraren må vite for å kunne legge til rette for læring er: Know your impact!」 Læraren må vite om det han eller ho gjer saman med elevane i klasserommet fører til læring. Kva for innverknad har du på eleven si læring? I kva for situasjonar lærer elevane dine best? Når skiftar elevane frå overflatisk til djup læring? Kanskje inneber det at du må vere mindre oppteken av undervisning og meir oppteken av læring.

«Synleg læring er, forklarar Hattie, når læraren SER læring gjennom elevane sine auger og når eleven SER seg sjølv som sin eigen lærar.»

Barna lærer tidleg å vere passive tilhøyrarar og late som dei følgjer med, seier Hattie. «Gje elevane mogelegheit til å forklare det dei forstår og det dei ikkje forstår, til kvarandre eller til læraren. Skap dialog i klassen.» (kjelde: <https://laringsmiljosentret.uis.no/>).

Er du en tilfeldighet?

Under et av kveldsmøtene på UL i 2017 fikk jeg en tanke: Er du en tilfeldighet? Er det tilfeldig at du er som du er? Er jeg bare en liten del av en stor verden, eller som jeg overhørte noen si: Som et lite piss i havet? Kjenner du deg igjen i slike uttalelser? Kanskje har du lik oppfatning? Slike tanker har jeg selv kvernet på flere ganger - at jeg bare er en tilfeldighet, at Gud ikke ser meg, at Gud ikke elsker meg siden jeg synder mot ham igjen og igjen.

Konklusjonen ble ofte at jeg ikke var god nok for ham og at min eksistens var en tilfeldighet.

Men nå i senere tid har jeg skjønt at Gud virkelig ser meg, og han ser deg! Han følger deg i hvert et steg du tar, og går med deg hele livet ditt, helt til livets ende. Han ser hva vi tenker, hva vi gjør og hvordan vi føler oss. Har du det vondt, så trøster han deg. Har du det helt fantastisk, så jubler han med deg! Jeg skal si deg en ting, Gud kjenner deg bedre enn noen annen! Han kjenner deg bedre enn du gjør selv. Gud sa til Jeremia: «Før jeg dannet deg i mors liv, kjente jeg deg» (Jer. 1,5). Dette viser at selv før vi ble formet i mors mage, kjente Gud til oss. Han visste hvilken personlighet du og jeg skulle få og hvordan livene våre ville bli – og det lenge før vi så dagens lys.



David skriver i Salme 139,16: «Da jeg bare var et foster, så dine øyne meg».

Bibelen forteller at Gud vet om oss før vi er født. Gud så deg da, og Gud ser deg nå. Gud frydet seg over deg allerede da du var et foster. Du er ingen tilfeldighet, du er skapt perfekt for Gud, for hvorfor skulle Gud sende sin eneste sønn for å dø for



Arild Mathias Rakaas Hetland, tidligere elev ved elektrofag på Tryggheim vgs. skoleårene 2016/17 og 2017/18.

deg og meg hvis vi ikke var helt enestående? Hvorfor skulle Gud sende Jesus hvis vi bare var en tilfeldighet? Det er ingen mening i det. Den eneste forklaringen er at han sendte Jesus fordi vi var enestående. Han så hver og en av oss, og tenkte «DEG kan jeg ikke leve uten!» Da Jesus hang på korset, tenkte han på akkurat deg - at han elsker deg, at du er dyrebar i hans øyne og at han ville ha nettopp deg som sitt barn.

Så - er du en tilfeldighet?

NEI! For vi kan se tydelig i hele Bibelen hvordan han elsker hvert enkelt menneske. Du er umistelig for Gud, derfor ble Jesus sendt for at han ikke skulle la sitt mesterverk (altså du) gå forta, men leve i evig fellesskap med ham. Efeserne 2,8-10 bekrefter dette på en fin måte og kan stå som en avslutning på disse tankene. «For av nåde er dere frelst, ved tro. Og dette er ikke av dere selv, det er Guds gave. Det er ikke av gjerninger, for at ikke noen skal rose seg. For vi er hans verk, skapt i Kristus Jesus til gode gjerninger, som Gud har forut lagt ferdige for at vi skal vandre i dem.»

Royalt og litterært for 3ST på Oгна

I strålende solskin, torsdag 7. juni, reiste begge 3ST-klassane sørover for å vera publikum då Litteraturtoget med kronprinsesse Mette Marit vitja Oгна.

Tekst: Kristin Samdal og Gunhild H. Obrestad

Foto: Sofie M. Njærheim (3STA 17/18)

Kronprinsessa inviterte til litterær samtale mellom journalist Fredrik Wandrup og den lokale poeten Helge Torvund og ynskte oss

velkommen med Torvund sine ord: «Det lyset du treng, finst!» Elevane lytta då Torvund knytte eige liv og oppleving av det jærske landskapet og lyset til diktarkallet. Gjennom opplesing av fleire dikt rørte han ved strenger hjå både elevar og lærarar f.eks. i diktet: «Alt er tilbakebetalt».

Dette var ei minnerik avslutning på norskundervisninga for avgangselevane. Me tok oss ekstra god tid, kjøpte is og rusla litt rundt i sola før me tok plass i biblioteket på den flunkande nye skulen. Nokre av elevane var tålmodige og frimodige og fekk foreviga det kongelege besøket.



Ingrid Ruud og Andrea G. Apeland var blant dei heldige som fekk posere med kronprinsessa.

Inspirasjonstur i havgapet



Entreprenørskaps- og bedriftsutviklingselevane besøkte næringslivsleiaren Ole Olsen på Kvitsøy.

Elevane som skal drive ungdomsbedrift, fekk lære av næringslivsleiaren Ole Olsen på Kvitsøy.

■ Tekst og foto: Henrik Foss

Sola skein over Kvitsøy då 20 entreprenørskapselavar tok ferja frå Mekjarvik om formiddagen onsdag 5. september. Dei norske flagga var heiste då bedriftsleiaren Ole Olsen handhelste på gründerpirene og ønskte dei velkommen til trevarefabrikken Meling, som lagar vindauge og dører. Olsen viste elevane rundt på anlegget og serverte dei praksisnær bedriftsleiarerfaring. Elevane frå studiespesialisering og påbygg fekk mellom anna lære om

nettverksbygging, produktutvikling og bedriftsleiing. I 1983 gjekk Olsen snikkarlinja ved Tryggheim vgs. og har sidan hatt ei rekke ulike tillitsverv innan politikk og næringsliv. Han har mellom anna vore ordførar på Kvitsøy, medlem av representantskapet i Næringslivets Hovudorganisasjon (NHO) og er leiar i bransjeforeininga Norsk Trevare. Kvitsøybuen har tatt imot mange gjestar på øya som både ordførar og næringslivsleiar, og gaida til dømes kong Harald i 2001. – Skilnaden på kongebesøket og dagens besøk er at vi flaggar på fabrikkjen i dag, sa Olsen. Gründerpirene fekk ein inspirerende skuledag på Kvitsøy og eit lærerikt møte med ein vindaugeprodusent med glimt i auget.



Ole Olsen fortalde historia til trevarefabrikken Meling då Tryggheim-elevane var på inspirasjonstur til Kvitsøy.

Nye tilsette ved Tryggheim vidaregåande skule

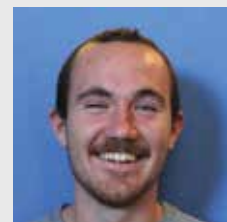
Halvard Lende Olsen

Alder: 33 år.
Kjem frå Arendal i Aust-Agder, og bur no på Kvernland.
Tittel på Tryggheim: Lærar.
Arbeidsoppgåver: Underviser i to kjekke fag – spansk og samfunnsfag
Favorittmat: Biff
Interesser: Opphalde seg i naturen, lese, idrett og politikk.
Opptatt av og brenn for: Sanninga. At alle skal skjöne korleis ting heng saman i samfunnet me er ein del av. Gjer me det, kan me ta gode val i livet og vere gode medmenneske og vitne.



Simon Handeland

Alder: 20 år.
Er frå Nærbo, og bur her også no.
Tittel på Tryggheim: Miljøarbeidar.
Arbeidsoppgåver: Vere med på å skape eit godt miljø og finne på morosame ting med elevane.
Favorittmat: Kebab.
Interesser: Skating, snowboard, surfing – det fleste typane brett-sport eigentleg.
Opptatt av og brenn for: Å skape god trivsel og eit godt miljø for elevane.



Vann gründerkonkurranse



Marta Elvira Eidsaa Bjorland presenterte forretningsideen på vegne av vinnargruppa frå Tryggheim då Ungt Entreprenørskap arrangerte kick-off for ungdomsbedrifter på Bryne vgs.

Fire Tryggheim-elevar gjekk til topps i ein konkurranse for 200 gründerspirer.

- Tekst: Henrik Foss
- Foto: Knut Handeland og Henrik Foss

Entreprenørskapselevane Marta Elvira Eidsaa Bjorland (2STA), Serine Eidesvik (2STA), Malin Rosnes (2STA) og Marie Rugland (2STB) vann forretningsidékonkurransen Pitch for pizza tysdag 4. september. Tevlinga gjekk føre seg på Bryne vgs då organisasjonen Ungt Entreprenørskap arrangerte kick-off for ungdomsbedrifter i sørfylket. Totalt 200 elevar frå Bryne vgs, Dalane vgs og Tryggheim vgs kjempa i konkurransen. Oppgåva som deltakarane skulle løyse, gjekk ut på å fylle eit tomt sentrumslokale



Jan Erik Jacobsen overrekte gavekort på pizza til vinnarelevane frå Tryggheim. Frå høgre: Malin Rosnes, Marta Elvira Eidsaa Bjorland, Serine Eidesvik og Marie Rugland.

med innhald. Etter at gründerspirane hadde arbeidd med forretningsideane sine i ein time, måtte deltakarane presentere dei tenkte konseptane for publikum.

Dei fire Tryggheim-elevane som gjekk til topps, foreslo å starte tekstilforretninga URD Urban Re Design i butikklokalet. Her såg dei mellom anna for seg at ungdom kunne kome med ubrukte klede i skapet, og sy dei om. Forretninga skulle vere ein ungdommeleg møteplass, i tillegg til at ho skulle gi ubrukte klede eit nytt liv.

Tysdag 2. oktober fekk dei fire vinnarelevane besøk av pedagogisk fagansvarleg

Jan Erik Jacobsen i Ungt Entreprenørskap Rogaland, som premierte Tryggheim-elevane med gavekort på pizza.



Brainstorming.

Anette Mesel

Alder: 26 år.
Kjem opphavleg frå Kristiansand, og bur på Varhaug.
Tittel på Tryggheim: Miljøterapeut.
Arbeidsoppgåver: Elevassistent.
Favorittmat: Å velje mellom steikt torsk og taco er umogleg.
Interesser: Friluftsliv, ski og snowboard.
Opptatt av og brenn for: Bygge gode relasjonar og at menneske skal få kjenne og verte medvitne etterfylgjarar av Jesus.



Miriam Benshitrit Mæstad

Alder: 19, men snart 20 år.
Kjem frå Søgne utanfor Kristiansand, og bur no på Nærbø i eit hus tett ved sida av Tryggheim.
Tittel på Tryggheim: Miljøarbeidar.
Arbeidsoppgåver: Hengje med elevane etter skuletid.
Favorittmat: Ugali (ugali is everything, everything is ugali).
Interesser: Dei tre M'ane – misjon, mat og mingling.
Opptatt av og brenn for: Freiste å vere eit godt førebilete for andre og leve som kristen ut frå Guds ord.



Arbeid og fest for misjonen



Sindre Nordås, Torstein Nærland Haugland, Ole David Haavardsholm, Martine Pedersen, Hanne Halsne Sunde og Magnus Anda samla mykje søppel langs Jærstrendene (foto: Merethe Moi Berge).

Ein viktig del av ungdomsskulen er misjonsprosjektet. Nå er det tredje skuleåret på rad at elevane støttar NLM sitt arbeid i Elfenbeinskysten. Gjennom prosjektet har elevane lært mykje om misjon, om prosjekta NLM har i landet, om forskjellar mellom Noreg og Elfenbeinskysten, og dei har også fått mange praktiske erfaringar gjennom ulike oppgåver som skal bidra til innsamling av pengar. I september hadde skulen to heile dagar som var sett av til misjonsarbeid.

■ Tekst: Håkon Haugland

Elevane i 10. trinn arrangerte misjonsfest for heile skulen 26. september. Elevane sjølv stod for alt som blei gjort, frå å leia, spela og synga, til baking og sal av kaker, planlegging og gjennomføring av tivoliaktivitetar, utlodding, rydding og mykje anna.



Niandeklassingar i ivrig arbeid i skogen (foto: Vidar Aarstad).



Steffan Cid, Arvid Feed Jakobsen, Elisa Obrestad og Martha Nord-Varhaug speler og syng på misjonsfesten (foto: Brian Taksdal Engen).

8. trinn hadde ein dag der dei lærte om misjon og prosjektet skulen samlar inn til. Den andre dagen var dei på jærstrendene for å samla inn søppel som har drive i land frå havet. For dette viktige arbeidet får elevane pengar frå Fylkesmannen i Rogaland.

Dei siste åra har det vore tradisjon at 9. trinn er skogsarbeidarar. Elevar og lærarar reiser til Sveineskogen som ligg bak Åna Fengsel, og der gjer dei ein stor innsats for Nærbo Skogselskap. Dei grøftar, kvistar og lukar vekk uønskte vekstar i skogen. Jan Bredo Våland er ansvarleg for den 500 dekar store skogen, og er særns nøgd med arbeidet elevane gjer. «Det viktigaste elevane gjer, er å halda grøftene opne, slik at vatnet renn vekk, og skogen ikkje druknar. Elevane gjer ein formidabel innsats», seier Våland. På denne måten har mange tunge og skitne arbeidstimar blitt til skulegang og misjon i Elfenbeinskysten.

Også nokre tiandeklassingar fekk vera med i skogen (foto: Håkon Haugland).



André Edland Sirevåg, Torbjørn jr. Tobiassen og Emma Ånestad kledd opp i vest-afrikanske klede (foto: Merethe Moi Berge).



Jan Bredo Våland i Nærbo Skogselskap er særns nøgd med arbeidet Tryggheimlevane gjer i Sveineskogen (foto: Ingvald Ekeland).



Kristian Håland gjorde svampekastning til ein populær aktivitet (foto: Brian Taksdal Engen).



Nye tilsette ved Tryggheim ungdomsskule

Ein fast post i haustnummeret av Tryggheimhelsing er presentasjon av nyttilsette. I løpet av førre skuleår blei det tilsett mange nye på ungdomsskulen, og Silje Iren Edland starta opp i haust. Her kan du bli litt meir kjent med dei nye. Sasha får du bli endå betre kjent med i neste nummer av Tryggheimhelsing.

Björg Vistvik Stokkeland

Alder: 38 år.

Er frå Randaberg, og bur på Varhaug.

Stilling: Fagarbeidar.

Fritid: Foreining, oppfølging av fire barn, tur og vener.

Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Eg liker å arbeida med ungdom, og har høyrte mykje positivt om skulen, så det var lett å svara «ja» då spørsmålet kom.

Din beste lærar: God til å lytta og sjå kvar enkelt elev, fagleg dyktig og gir elevane lærelyst.

Siv Tone Fosse

Alder: 35 år.

Kjem frå Vigrestad, bur nå på Nærbø.

Stilling: Miljøterapeut.

Fritid: Er med familien, turar i skog og mark, gler meg til skisesongen. Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Eg liker veldig godt å arbeida med folk, og hadde høyrte mykje bra om Tryggheim.

Din beste lærar: Tydeleg og omsorgsfull.

Silje Iren Edland

Alder: 41 år.

Vaks opp i Trøndelag og Afrika, bur på ein gard på Ålgård.

Stilling: Miljøterapeut.

Fritid: «Taxisjåfør» for fire ungar, Awana (søndagsskule), husgruppe, familie og vener, og står og går gjerne på ski.

Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Eg hadde høyrte mykje positivt om skulen, det er fint å ar-

beida på ein kristen skule, eg liker å arbeida med sosial kompetanse med ungdommane og visa dei at me har ein verdi, uavhengig av det me presterer.

Din beste lærar: Engasjert i fagstoffet, då kan det «malast» slik at elevane hugsar sjølv dei vanskelegaste tinga.

Andreas Weiss Vasshus

Alder: 22 år og ca. 300 dagar

Er frå Lura på Sandnes, bur på Bogafjell.

Stilling: Lærar.

Fritid: Går på tur med kona og hunden, er med vener og driv med musikk.

Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Eit kollegium utanom det vanlege, ein skule for livet som brenn for elevar og tilsette, blir ein del av ein større familie. Din beste lærar: Ser kvar enkelt elev og deira behov, fagleg djupne, god struktur, variert og engasjert undervisning, byr på seg sjølv.

Jørgen Baksaas

Alder: 26

Er frå Tønsberg, bur på Nærbø.

Stilling: Lærar.

Fritid: Speler piano, ser på sport, speler brettspel eller gjer andre gilde ting i lag med vener.

Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Det er fint å vera ein del av ein kristen skule med større visjonar.

Din beste lærar: Har hjarte for elevane, og god kompetanse, er engasjert.

Norunn Nord-Varhaug

Alder: 42 år.

Er frå Nærbø, men har budd lenger på Varhaug.

Stilling: Fagarbeidar.

Fritid: Syng i kor, går i foreining, på tur og trening, er med gode vener.

Korfor ønskte du å arbeida på



Ta godt i mot: f.v. Norunn Nord-Varhaug, Helene Kyllingstad, Andreas Weiss Vasshus med Sasha, Silje Iren Edland, Jørgen Baksaas og Siv Tone Fosse er nye tilsette ved ungdomsskulen.

Tryggheim: Det er kjekt å arbeida med ungdom, eg har høyrte godt om skulen, så det var lett å seia «ja» når eg fekk spørsmål. Eg trivst veldig godt med elevar og gode kollegaer.

Din beste lærar: Ser og lyttar til kvar enkelt elev, har god fagleg kompetanse, er flink å læra frå seg og skaper eit godt fagleg og sosialt miljø i klassen.

Helene Kyllingstad

Alder: 32 år

Er frå Ålgård, men bur i Sandnes.

Stilling: Miljøterapeut.

Fritid: Er glad i å gå tur, og er aktiv i menigheten.

Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Eg var utan arbeid, og blei tipsa om at skulen trengte folk. Eg trivst veldig godt med elevar og tilsette.

Din beste lærar: Eg har gode minne frå lærar som såg meg, og gav meg tilbakemelding på det eg gjorde bra.



Björg Vistvik Stokkeland var ikkje til stades då fellesbilete av nyttilsette blei teke.

Sasha Maria De Los Angeles

Alder: 4 hundear

Er frå Nærbø, og bur på Nærbø.

Stilling: Frivillig medarbeidar som driv med sosialt arbeid for elevane.

Fritid: Slappar av, arbeider på gard, går lange turar.

Korfor ønskte du å arbeida på Tryggheim: Eg hadde høyrte at det er godt arbeidsmiljø der, kort veg til arbeid.

Din beste lærar: Gir godbitar!

Leiarhjørnet

Tron-Arild Grødem

I slutten av september hadde me på ungdomsskulen misjonsdagar. Fantastiske dagar å få vera med på. Høgdepunktet var misjonsfesten kor det var samla mellom 650 og 700 personar i alle aldersgrupper. Det kokte av liv. Det som imponerer meg mest er elevane som står fram og lei ar festen, spelar og syng. I tillegg tok dei seg av trekkinga og alt det praktiske. Elevane opptre på ein slik måte at ein skulle tru at det var daglegdags å stå framfor ei så stor forsamling. Slikt gjev meg tru på ungdommen og på framtida. Takk til alle dykk elevar. Eg er sikker

på at det var mang ei mor og far som retta seg opp i stolen og var stolte av dykk. Ein stor takk til 10. trinn for den flotte festen de laga til.

I misjonsbladet til NLM, UTSYN, den 07.09.2017 har Jens Espeland skrivt ein artikkel med overskrifta: «Hvem er jeg?» Han skriv at samfunnet vårt har blitt slik at ein skal «presentera seg sjølv». Tidlegare var det eit krav at ein skulle bli som ein av oss, mens det nå er slik at ein må prestera for å skapa sin eigen identitet. Ein må kjempa om merkemd, og det blir stadig meir krevjande, «for når alle er opptekne av å bli sett, er det få som ser» (Podkast av Verdibørsen 21.02.2018).

Dette er krevjande å handtera for ungdommane, men òg for samfunnet elles. Det flotte er at me kvar dag får vera med på å så noko til ungdommane. Me får fortelja om det som er den kristne sin identitet. Ein identitet som er knytt opp mot verdas Frelsar. Gaither Vocal Band syng songen: «Greatly blessed! Highly favoured! Imperfect, but forgiven child of God!» Rikt velsigna! Høgt verdsett! Ikkje perfekt, men eit tilgitt barn av Gud. Det er ein kristen sin identitet.



Og vinnarane er...



Premieutdelaren på scenen saman med vinnarane av skrivekonkurransen, Karina og Borghild.

Borghild Aasen Kvæven og Karina Fløysvik Hæåk vann skrivekonkurransen «Menneskeverd» for elevar ved NLMvgs i vår. Juryleiar Hildegunn Strandberg kunne stolt overrekka premiane til to av fjorårets Tryggheim-tredjeklassingar på avslutningsfesten.

- Tekst: Bjørg Topnes
- Foto: Tårn Helge Helgøy og privat

Glade vinnarar

- Eg blei utruleg glad og takknemleg då eg vann, seier Borghild som kjem frå Sirdal. Det gav meg den stadfestinga eg trong på at skrivinga mi var god nok. Dermed torde eg å senda vinnarteksten inn til Stavanger Aftenblad der han vart publisert. Det gjorde meg også meir skrivelysten, og gav meg sjølvtiliten eg trong til å prøva å få fleire tekstar publisert.

Nærbø-jenta Karina vart både overraska og glad då ho vann, og syntest det vart veldig kjekt å dela sigeren med ein god ven og klassevenninne.

- Då eg valde å delta i konkurransen, valde eg samstundes å yta mitt aller beste og bruka mykje tid på å gjera teksten best mogleg. Eg elsker å konkurrera, så då eg fekk sjansen til å delta i ein konkurranse med eit

djuptgripande og viktig innhald, kunne eg ikkje la sjansen gå ifrå meg. Men eg visste også at mange andre dyktige elevar deltok, seier ho.

Temaet «Menneskeverd»

Kva var det med temaet «menneskeverd» som triggja dykk?

- Det at alle menneske er like mykje verdte, er ei sak eg brenn for. Når eg ser at haldningar som trugar menneskeverdet, blir meir utbreidd i samfunnet, samstundes som det stadig kjem ny teknologi som realiserer desse haldningane, triggjar det meningsytteren i meg, svarer Karina.

Borghild syntest i starten at temaet menneskeverd var litt vidt og vanskeleg å få fatt på, men det gav henne samtidig rom for å skriva om tema ho bryr seg om.

- Menneskeverd er eit viktig tema, og det gav meg skrivelyst og motivasjon. Dessutan ville eg få testa meg sjølv og sjå om eg hadde sjanse til å vinna, seier ho.

Ytringsbehov

Eit av måla med konkurransen var å skapa ytringsbehov hos ungdom. Kva tenkjer de om det?

- Det er veldig viktig å få ungdom til å engasjera seg og bruka stemma si i media, meiner Karina. Me er framtida til Noreg, og må derfor vera med på å forma samfunnet slik me ønskjer at det skal vera framover. Det er viktig at me ikkje blir passive samfunnsborgarar, men at me vågar å seia i frå når samfunnet tek ei retning me ikkje kan vera samde i.



Hildegunn Strandberg delte ut premiane etter skrivekonkurransen.

Også Borghild meiner det er utruleg viktig å få ungdom til å bruka stemma si i media.

- Ungdom har mange gode idear og meininger, og det er viktig at tema som opptek ungdom kjem på dagsorden. Me i Noreg er så heldige å ha ytringsfridom, og den må me bruka. Media gjev oss ei utruleg moglegheit til å dela meningane våre og ta opp viktige saker, påpeikar ho.

No studerer Karina interkulturell kommunikasjon og globalt samarbeid, bur heime på Nærbo, har jobb både på Vitengarden og i kyrkja, og spelar fotball på damelaget til Bryne FK. Borghild tek seg eit år på Valdres folkehøgskule på paragliding-linja, og fekk i sommar publisert endå ein artikkel i Stavanger Aftenblad – denne gongen om kreativ skriving i skulen. Begge håpar å få litt tid til skriving i ein travel kvardag.

Me har fått lov til å publisera vinnartekstane i Tryggheimhelsing, Karina sin tekst «Pervertert perfektjonisme» i dette nummeret og Borghild sin tekst «Utsiktede skadevirkningar» i julenummeret. God lesing!



To glade vinnarar, Borghild og Karina.

Pervertert perfektjonisme

”Jeg vil gjerne være en Jeanne d’Arc. Hun er fri, selv om bålet venter henne”.

-Marte Wexelsen Goksøyr



Av Karina Fløysvik Hæåk.

Eg kan ikkje seie anna enn at det er utruleg sterkt å høyre talen til Marte Wexelsen Goksøyr frå grunnlovsjubileet i 2014. I håp om at alle narsissistane i verda skal løfte blikket frå sitt eige spegelbilette, sender ho ut eit rop om hjelp. Ho kallar seg sjølv og andre med Downs syndrom for utrydningstrua, noko som nok ikkje er så langt frå sanninga. I jakta på menneskeleg forbetring og perfektjon, kan det vere vanskeleg å sjå bålet som veks seg større og større og flammene som berre ventar på å kaste seg over nokre av våre medborgarar.

For ei stund sidan kom eg over eit intervju med statsvitar Aksel Braanen Sterri. Han uttalte at eit samfunn utan Downs ikkje er eit dårlegare samfunn (Nettavisen, 26.2.14). Han ønskjer eit sorteringsamfunn, eit samfunn der ein lukar ut dei som ein i følgje Sterri ikkje treng, liksom ein lukar ut løvetanna frå hageplenen på våren. Eg klarer ikkje å la vere å undre meg over korleis det er mogleg å tenkje slik. Kva gir oss rett til å definere kven som er annleis nok til å ikkje få ta del i vårt samfunn, i vår hage? Skil me oss ikkje alle litt i frå alle andre rundt oss? Dersom me alle er annleis og ulike, kva er då annleis nok til å skilje ”dei” frå ”oss”?

Kva er det Sterri søkjer? Er det eit samfunn der alle er mest mogleg like og der det er minst mogleg ”feil”? Blir ikkje dette nesten som å gøyme bort artikkel 2 i menneskerettserklæringa til FN av 1948, grave han ned så han ikkje lenger syner? Artikkel 2 slår fast at rettane i erklæringa gjeld alle individ, uavhengig av om ein snakkar fransk, er muslim, røyster sosialistisk eller er fødd med ryggmergsbrokk, med andre ord dei variasjonane som gjer oss menneske ulike. Retten til liv og personleg tryggleik gjeld dermed like mykje for menneske som er fødte med ”feil”, ”feil” som i følgje Sterri er store nok til at dei bør bli forvist frå verdas hage.

Det er usemje om når eit liv startar, men det er ei utbreidd semje om at DNA-et til kvart menneske blir bestemt i befruktningsaugneblinken. Dersom ein ikkje blandar seg inn og alt går som det skal, vil eit uskuldig og



Marte Wexelsen Goksøyr.

hjelpelaust barn bli fødd om lag ni månader seinare. Kven skal verne om retten til livet og den personlege tryggleiken til utsette foster, til dei ein tidleg kan sjå har ein litt annan genetisk tilstand? Foster som blir fødte like uskulde og like hjelpelause som andre barn, men som skil seg ut i ei verd som er gjennomsyra av tanken om ”det normale” som det fremste idealet. Dette er ein definisjon det kan sjå ut til at stadig fleire er i ferd med å falle ut av.

Dersom ein får tilgang til heile arvematerialet, DNA-et, til eit foster, kva vil ein då bruke det til? Det har lenge vore mogleg å nytte fosterdiagnostikk dersom ein oppfyller visse vilkår. Sjansen for spontanabort har då vore om lag ein prosent. No diskuterer politikarane om ein ny og meir presis måte, ein såkalla NIPT-test (Non Invasive Prenatal Testing), skal bli eit tilbod for gravide. Ein blodprøve av mor kan avdekkje heile DNA-et til fosteret. Denne testen er risikofri og er i seg sjølv verken eit vonde eller eit gode. Alt er avhengig av korleis ein bruker testen og kvifor ein vil bruke testen. Det store spørsmålet er kvar grensa skal gå og kor stort innsyn foreldra skal få i gena til barnet sitt. For korleis skal samfunnet stille seg til ein test som gjer det like lett å snoke i andre sitt arvemateriale som å lese ei avis, men som stiller endå større moralske og alvorlege utfordringar enn når ein les andre sine dagbøker og SMS-ar?

Er det slik at ein ikkje kan gjere samfunnet rikare og ha eit godt liv dersom ein har ein medfødd ”feil”? Emil Vatne (18) frå Nærbo spelar på det norske kjelkehockeylandslaget og deltok i Paralympics i Pyeong Chang 2018. Han er fødd med ryggmergsbrokk og har aldri kunna gå. I eit intervju med NRK fekk han spørsmålet om han ville vald å gå dersom han kunne endre sin eigen skjebne.

”Det hadde eg ikkje gjort. Eg er litt for glad i det eg gjer”, var svaret journalisten fekk (NRK TV, 2018). Ein av dei Sterri ikkje ønskjer i sitt idealsamfunn seier rett ut at han ikkje ønskjer å vere ”normal”. Vatne ønskjer eit aktivt liv i sitjande stilling. Eit liv som ved hjelp av fosterdiagnostikk kunne ha vore fjerna før ein fekk høyre kva syn han sjølv har på ryggmergsbrokk og det livet han har fått. Ei perfekt løvetann som kanskje aldri hadde fått sjansen til å springe ut.

Teknologien kan fort bli like usikker som når ein får sauebesøk i hagen. Ein veit aldri kva som blir ståande att, men at det ofte blir liggjande igjen ein del skit, er sikkert. Kor mykje skal ein tukle med mennesket før ein seier seg nøgd? Ole Martin Moen, den mest kjende transhumanisten i Noreg, ønskjer å forbetre menneske så langt det let seg gjere ved hjelp av teknologi (Fritanke.no, 8.11.13). Moen har òg uttalt at 95 prosent av mennene i Noreg er for dumme til å bli fedrar. Høgare intelligens skal i følgje Moen gjere menneska lukkelegare og gjere det lettare å glede andre. Etter meininga til Moen er det derfor desse som bør føre gena sine vidare, så sant dei ikkje har ”uheldige arveegenskaper” (Vårt Land, 25.4.16). For meg verker det som ei brutal totalreinsking, der ein ikkje berre vil få ugras i bøtta, men òg vakre blommar, bærbuskar og greiner frå frukttre.

Kvar går grensa for kva som er ein ”feil”? Dersom nokon til og med karakteriserer lågare intelligens som ”feil”, går ein mot ei kraftig innskrenking av mangfaldet. Det kan verke som at sorteringsamfunnet, som tidlegare ”berre” har vore eit trugsmål, er i ferd med å bli eit faktum. Ei varsellampe som tidlegare var blinkande gul, har no blitt blodraud. Kanskje samfunnet rett og slett må stoppe opp og snu denne katastrofale utviklinga før det er for seint?

Eg lurar på kven og kor mange som må bli luka ut i jakta på det perfekte samfunnet. Dersom målet er å heile tida forbetre mennesket, når er ein nøgd? I ei tid der ein stadig søkjer forbetring og perfektjon, er kampen for menneskeverd og mangfald ein kamp mellom liv og død. Verdiar som lenge har vore ein del av grunnmuren i samfunnet vårt, blir no utfordra på det sterkaste. Ein kan ikkje få tilbake dei som alleieie er luka ut, men det er framleis mogleg å redde dei som flammene enno ikkje har teke. Kva anna kan ein då gjere enn å kjempe saman med dagens Jeanne d’Arc når grunnmuren held på å rase?

Skule på **bøljan blå** – eit annleis utvekslingsår



Seglskuta Sørlandet er den eldste operative fullriggaren i verda, og blir blant anna brukt som skuleskip for elevar som vil på utveksling i vg2.

Blått hav og blå himmel omkransa skulekvardagen til Linn.

Medan dei fleste tredjeklassingane på Tryggheim sat trygt på ein landfast skulebenk gjennom andre klasse, var Linn S. Johansen, 3STA, ein heilt annan stad. Frå heimstaden Kleppe sette ho segl mot verdshava om bord på fullriggaren Sørlandet. Tryggheimhelsing trefte Linn i ein fritime, for å høyra meir.

■ Tekst: Kristin Samdal
■ Foto: Linn S. Johansen

Korleis var vg2-året for deg, Linn?

Eg var på utveksling på fullriggaren Sørlandet i lag med seksti andre frå heile verda. Me var førti norske og tjue utanlandske elevar. Dei kom frå Kina, USA, Hong Kong, Mexico, Spania og Canada. Me var mannskapet. Det var kjekt å sigla, og endå kjekkare etter kvart som me fekk meir ansvar. Det var faktisk berre elevar som stod ved roret, heile døgnet, natt og dag. I byrjinga kjendest det veldig spesielt. Eg hugsar at eg tenkte «tenk at eg styrer heile skuta!». Etter kvart kjennest det normalt, men av og til, for eksempel når eg var utpå spiret for å pakka segl, kunne eg bli minna på kor spesielt det faktisk var.

Kor i verda var de?

Me starta i Kristiansand, sigla sørover i Europa, til Middelhavet, så over Atlanteren via Tenerife

og Kapp Verde til Barbados, gjennom Bermudatriangelet, til Colombia, vidare til Cuba, Bahamas, Panama, Mexico, Miami, via Bermuda til Azorene, og til slutt ein kald tur tilbake til Noreg, via Amsterdam og Danmark.

Korleis var det å bu så tett?

Alle sov i hengekøyer på same rom, med ein skiljevegg mellom gutar og jenter. Der hadde me skule, og der åt me. Me budde tett, men det gjekk veldig bra. Eg tenkte aldri på det som eit problem. Du blir godt kjend med alle, for du er i lag med dei andre gjennom alt, anten du er sjuk eller lei, eller har heimlengsel, ikkje berre når du er glad. Det er positivt å vera i lag også på tunge dagar.

Var pensum prega av at de var til sjøs?

I Engelsk litteratur hadde me både Robinson Crusoe, Moby Dick og Odysseen. Me hadde

vanleg vg2-pensum, med unntak av norsk og kristendom. Det var ikkje noko kristent miljø på båten. Eg snakka om at eg var kristen. Folk verka å tenkja at det var greitt, men eg trur ikkje det var andre kristne der.

Hende det at du var redd?

Då me reiste frå Colombia var det storm, i tillegg hadde mange matforgifting. Me kunne berre vera friske folk på dekk, så me var litt få, og hadde kanskje ikkje heilt kontroll, men det var meir spennande enn skummelt. Då me var i land i Praia, Kapp Verde, blei to av gruppene rana med pistol og kniv. Då blei eg litt skeptisk.

Kva var kjekkest?

Seglinga i Karibien var kjekkest, med varmt ver, stjernehimel og flotte soloppgangar og solnedgangar, men også action på dekk. Eg har ikkje høgdeskrekk, men kjente suget i ma-



Linn blei kjend med ungdom frå heile verda på fullriggaren Sørlandet. Her er ho saman med veninna Bea.



Ein bør ikkje ha høgdeskrekk om ein skal vera mannskap på ei seglskute. Linn klyv i masta.

gen då eg skulle klatra 34 meter opp i masta, utan sikring, og øvst dreier det fram og tilbake. Mitt aller beste minne er frå utanfor Mallorca. Midt på natta var det plutselig veldig lite vind, så alle måtte opp for å ta ned segla. Det var stjernehimmel, varmt, og god stemning. Den staden eg har aller mest lyst til å reisa tilbake til er regnskogen i Colombia. Det var kult! Me gjekk tur i fem dagar, og sov i stråhus.

Har du lært noko som du trur du ikkje hadde lært elles?

Eg har snakka med så mange folk, fått andre sine historier. Dei har kanskje eit anna syn på livet, så eg har fått nye perspektiv. Når me skulle i land, og ikkje hadde mobil, måtte me snakka med dei lokale for å finna ut kva som var å sjå. Ofte gjekk me berre ein plass, så gjekk me oss kanskje vill, men hamna tilfeldig ein kjekk stad, for eksempel på ei strand.

Korleis var det å gå på skule på ei seglskute?

Det var utfordrande å fokusera på skulen. Me hadde 4-6 timar undervisning kvar dag, frida-
gar hadde me berre når me var i hamn. Det

var mange fulle dagar. Stort sett rakk du berre jobbing på båten, skule og lekser. Mange sov når det var litt ledig tid. Folk låg og sov overalt. Elles sat me på båtdekket og poppa popkorn. Eg las litt, og nokre hadde lasta ned nokre filmar, men ein gjekk ganske fort lei av film. Det var eigentleg veldig frigjerande å ikkje ha mobil eller nettbrett og heller fokusera på det som var der. Det var nesten ei av dei beste sidene ved turen.

Om morgonen stod me opp klokka sju, sat på dekk og såg på soloppgangen, mens me vakna litt. Me sat berre og glante og sa ikkje så mykje. Det var veldig fint. Me såg mange sjødyr, som kvalar, delfinar og flygefisk. Me kunne sitja og ha undervisning, og så ropte plutselig nokon «der er det kval!» og då måtte alle opp og sjå.

Eg hadde aldri sigla før, men likte det veldig godt. Eg fann også ut at bestefar min har vore mannskap på den same seglskute. Det var litt kult. Året mitt på Sørlandet var ei oppleving for livet, og eg er veldig glad for at eg reiste.



Det var alltid ein elev som stod til rors på seglskute. Her er det Linn som er ansvarleg for rett kurs.



Mange oppgaver må utførast for at ei over nitti år gammal seglskute skal fungera.

Tryggheimkalender

OKTOBER

Ons. 17.- lør. 20. Vg3-tur til Oslo
Fre. 26. Operasjon misjonsprosjekt

NOVEMBER

Lør. 3. Temadag for elever og foreldre, russebasar
Ons. 28. Åpen dag

DESEMBER

Tors. 20. Julefest
Fre. 21. Siste skoledag før jul (halv dag)

TRYGGHEIMHELING

Redaksjonskomité:

Kjartan Håland (redaktør)
Anne-Berit Gomo Aanestad (redaktør)
Sofie Braut
Henrik Foss
Knut Handeland
Kristin Samdal
Björg Topnes
Håkon Haugland (ungdomsskolen)

Kasserer: Elisabeth Krogedal

e-post Tryggheim skular: post@tryggheim.no

Bladet koster kr 100,- pr år.
Kontonr.: 3000.23.29626

Trykk: Lura trykkeri AS
Layout: Tubb (Oddbjørn Myklebust)

Visste du at...

Anne Justine Houser (lærer Tryggheim USK 16-) og **Håvard Varhaug** (ST 08-11) giftet seg 15. juni.

Miriam Haavardsholm (ST 11-14) og Frederik Ellingsen giftet seg 23. juni.

Bergit Garpestad (AF 00-03) og Jone Hodne giftet seg 30. juni.

Kristin Larsen (HS 12-14) og Karl Rudolf Almedal giftet seg 30. juni.

Maren Bore (ST 12-15) og Jens Kåre Reime giftet seg 30. juni.

Stine Gudmestad (ST 13-16) og **Kristoffer Vigre** (HS/PB 08-11) giftet seg 30. juni.

Malin Haugen (HS/PB 11-13) og Øyvind Landsverk Johnsen giftet seg 6. juli.

Jonna Weiss Tornes (ST 10-13) og **Andreas Vasshus** (HS/PB 11-14, lærer Tryggheim USK 18-) giftet seg 7. juli.

Livar Veggeland (AF 01-03) og Ingvild Søndena giftet seg 14. juli.

Anne Lene Reilstad (HS/PB 08-11) og **Martin Hansson Espedal** (ST 09-12) giftet seg 28. juli.

Tilde Davidsen (ST 14-17) og **Sigbjørn Gundersen Sæland** (BA 14-16) giftet seg 4. august.

Johannes Husa (ST 10-13) og Karen Johanne Hetland giftet seg 11. august.

Andreas Viste (U-skolen 08-11, EL 11-13) og Anne Christine Lund Dahlberg giftet seg 1. september.

Kristian Obrestad (ST 05-08) og Rebekka Iversen giftet seg 1. september.

Vi gratulerer, og ber dere fortsette å tipse oss om folk som bør være med på denne listen. Send e-post til aanestad@tryggheim.no, SMS til 906 52 360 (Kjartan H.), eller ring eller skriv til skolen (husk årstall og gjerne klasse!).

Eksotisk mat med krydring for enhver smak



Feven (Eritrea), Raquel (Filippinene) og Sabina (India) har hjulpet elevene med å lage mat fra sine hjemland.

En dag i året har HO-avdelingen satt av tid til å lage og servere mat fra forskjellige verdensdeler som en del av temaet «Yrkesutøving i et flerkulturelt samfunn».

■ Tekst og foto: Anne-Berit G. Aanestad

Rett før skoleslutt i vår kunne HO-elever og spesielt inviterte – samt «tilfeldig» forbipasserende – lærere og annet personale få seg en smak av de nydeligste retter fra India, Filippinene og Eritrea/Etiopia. Til å hjelpe seg med matlagingen, så alt skulle bli så korrekt som mulig, hadde de fått med ansatte i renhold og på kjøkkenet – fra nettopp disse landene.

Resultatet ble et festmåltid av det virkelig eksotiske slaget – akkurat sammenfallende med at lærer Steinar Osaland fylte 59 år denne dagen!

Olene hadde vært med å lage vårruller, og syntes det var kjekt både å lage og spise dem. Men på spørsmål om hun kom til å lage dem hjemme også, var hun litt mer usikker. Det hadde nok vært en lang og litt stressende prosedyre.



Her serverer HO eksotiske retter for enhver smak.



Flinke kokker!



Steinar Osaland fikk prøve fargerik og velsmakende mat på 59-årsdagen sin.



Olene og Nora er fornøyde med maten sin.



Glenn (IKT), Åsmund og Yordanos (service) gleder seg til å smake.



Skal det være indisk eller eritreisk?