

Hon växte upp med den. Insikten om vad som passar just henne.

För många börjar den där inre kompassen snurra. Man jämför sig med andra, tappar kontakten med sitt hjärtas röst, går emot magkänslan.

Det har Gry Forssell aldrig gjort.

# Lyckligast i världen (Peppar, peppar)

Text: **Magda Gad**  
Foto: **Maria Östlin**  
Make up och hår: **Ann Sköld Wiklund**  
Tack till Kennel Arkadas-Comando/  
uppfödare M. Pops och bullmastifferna  
Nicco och Ralph

## Fakta

**Namn:** Gry Charlotta Kossek Forssell.

**Ålder:** 41.

**Yrke:** Programledare.

**Bor:** Villa i Enskede, sommarhus Luleå Skärgård.

**Familj:** Maken Alex Kossek och barnen Vincent, 10,5, och Nikki, 4,5.

**Kuriosa:** Brorsdotter till skådespelaren Johannes Brost.

**Aktuell:** I *Gladiatorerna* på TV4.

**R**edan när hon var nio år kunde hon skilja på vad som förväntades av henne – och vad hon själv kände.

Det var en dag hemma i Luleå 1982. Hon hade just fått veta att hennes föräldrar skulle skiljas.

Skilsmässa. Ett svart ord. Hon hade läst om det i Kamratposten. Hon visste hur barn skulle känna. Det stod i tidningen att de skulle bli ledsna. Så hon gick in på sitt rum för att gråta.

– Jag lade mig på sängen en stund och försökte, men det gick inte. Snart tyckte jag att det blev tråkigt att ligga där, berättar hon.

Gry Forssells inre röst sa något annat än det hon lärt sig. Mamma och pappa skulle fortfarande finnas nära. Hon kände sig inte sorgsen.

– Det var okomplicerat. Jag hade aldrig hört mina föräldrar bråka, de skötte det jättebra.

Närmare än så här kommer jag inte en kris i Gry Forssells liv. Hon sitter mitt emot mig, med håret som en eld runt huvudet och klarblå ögon. Blicken konstrar inte, gör sig inte till.

Varje gång hon säger att något går bra, att jobbet är roligt, att vännerna är roliga, att barnen inte skriker efter några speciella märkeskläder, så knacker hon i bordet:

– Peppar, peppar.  
Ibland gör hon det två gånger. För säkerhets skull.

**Hon pratar fortfarande** norrländska, trots snart två decennium i Stockholm. Medan andra tvättar bort sin landsortsstämpel, har hon behållit sin. Nu har hon spontanköpt ett hus med sin man Alex Kossek. Det ligger 300 meter bort från det gamla. Är det en 40-årskris, undrar jag, att plötsligt vilja byta hus.

– Nej, allt är väldigt okrisigt, svarar hon.

Det är väldigt otidsenligt. Att inte ha ett mörker att häva ur sig. Varje fredag i *Skavlan*. Varje Söndag i P1. Varje *Min sanning* i SVT. Då sitter kändisarna där. Och tävlar om vem som har den värsta historien.

Gry Forssell är ingen som ålтар. När hennes kille ringer säger hon: "Han vill alltid prata om saker. Medan jag vill gå vidare."



## 4x senast jag...

**... grät:** "När jag tittade på ett nyhetsreportage från Syrien. Situationen där gör mig så jäkla ledsen. Vad växer de barnen upp till?"

**... var förälskad:** "Jag är förälskad varje dag. Det låter töntigt. Men så är det."

**... kände mig misslyckad:** "Jag blir så trött på mig själv för att jag har skjutit upp träningen. Jag hittar alltid ursäkter."

**... kände mig attraktiv:** "Jag och Alex hade fest i en bar i lördags, vi spelade skivor och 90 procent av våra kompisar var där. Då kände jag mig attraktiv, för att alla var där för vår skull. Jag tänkte att vilka härliga kompisar vi har!"

## 3x favoritlåtar

1. *Teardrops* av Womack & Womack.
2. *I feel for you* av Chaka Khan.
3. *The next episode* av Dr Dre feat Snoop Doog.



## Självporträttet

» När slutade man ha papper och penna framme och satt och ritade? Det är ju så skönt, det måste man ju ha.

# » Jag går inte med på att det ska vara **normalt** att ha ångest

Har man inte druckit för mycket själv så kanske man haft en pappa som varit alkoholist. Ett barn som knarkat. En bokstavsdiagnos. En cancerknöl. Ett spelmissbruk.

Vändpunkten har man stått för själv. Man har tagit sig i kragen. Kastat peruken eller skammen eller traumat. Och blivit en vinnare i vårt allt mer individualiserade Sverige.

Ett land där partiledarna får möta en psykolog i stället för en politiskt sakkunnig.

Jag minns när jag skulle intervjuas Jill Johnson. Hon bad nästan om ursäkt för att hon inte hade en livskris att avslöja. För att hennes historia inte passade in i den klassiska Hollywooddramaturgin.

Gry Forssell ber inte om ursäkt. Hon hakar inte ens på de mest vanliga krokarna. Jag frågar hur hon ser på det kroppsideal som sprids genom program som *Gladiatorerna*. Jag tänker att jag har öppnat för ett raseri i nivå med Mia Skäringsers sågning av vår tids

utseendefixering. I stället får jag en motfråga:

– Kroppsideal?

**Ja, att vi ska träna mera och äta bättre. Det matas vi ju med via tv och tidningar varje dag.**

– Jaha, du menar så. Men det fungerar ju ändå inte. Vi väger fortfarande för mycket. Och hellre det tränade idealet i *Gladiatorerna* än det ouppnåeliga modellsmala som bara är sorgligt och skadligt. Det är ju inte ens på riktigt. Modellerna sminkas i två timmar, det

är rätt ljus, det är redigerat, folk är opererade. Det går inte att ha det som ideal.

**Men att se ut som en gladiator är ju också ouppnåeligt och skadligt, med alltför mycket träning och diet.**

– Men alla vill inte se ut så. Hon verkar mena det. Att det är så enkelt.

**Många kvinnor överpresterar på jobbet, gör du det?**

– Jag har alltid som mål att jag ska prestera bra, men överpreste-

ra? Menar du att vara duktig flicka? Sådan är jag inte. Jag gör mitt bästa med minsta möjliga motstånd. När jag gjorde *Silikon* hade jag min första kvinnliga chef. Då satt jag uppe till två på natten och skrev manus, tills hon sa till mig: "Du Gry, du måste gå härifrån klockan fem, du ska gå och simma, du ska sova, du ska ta hand om dig och känna dig som en nyponros när vi spelar in". Det där har jag tagit med mig. Det ska inte vara någon jävla närvarotävling att jobba.

**Hur hanterar du separationer?**

– Vilka separationer?

**Ja, du måste väl ha haft några?**

– Mina föräldrar separerade.

**Men i egna relationer med killar?**

– Jo, fast det är så jäkla länge sedan. Jag och Alex har varit ihop i 13 år.

Så här fortsätter det. Tills jag får det svar som förvånar mig mest: Gry Forssell har aldrig i sitt liv haft ångest.

– Det är klart att man kan ha höstdpressioner eller känna sig

trött, men det är inte ångest! säger hon upprört och nu går det inte att få stopp på henne:

– Jag går inte med på att det ska vara normalt att ha ångest. På samma sätt som att folk alltid gick in i väggen för tio år sedan är det nu en trend att man ska gå runt och ha ångest. Alla skriver saker med hundra utropstecken på sociala medier och blir så upprörda över vilken klänning någon haft i Melodifestivalen. Och föräldrar ska ha ångest för att de är dåliga →

# ” Jag går och lägger mig halv nio – jag är **frånkopplad** från resten av jobb-Stockholm

föräldrar. Jag tror inte att det är så att vi är dåliga föräldrar. Om jag värmer färdigköpta köttbullar till min son i kväll så är det inget att ha ångest över, det var väl bara så det blev i dag.

Jag invänder att ångest väl ändå är något annat. En slags panik-känsla. När det känns obehagligt i kroppen och man inte kan sova.

– Ja, men det har jag aldrig haft. När hennes mormor dog i höstas var det första gången Gry fick ett telefonsamtal som fick hennes knän att vika sig.

– Det var jättekonstiga dygn. Jag gick ut från radiostudion den morgonen, flög till begravningen i Köpenhamn och nästa dag ledde jag *Körslaget*. Jag var jätteledsen. Men det var ingen kris. Det är en del av livet. Då tänker jag att okej, då gör vi det, då är vi ledsna ett tag. Jag är saklig. Och jag har varit förskonad.

– Peppar, peppar, säger hon och knackar i bordet.

Trygghet och självkänsla får man inte av att ta sig i kragen. Det är inte heller något som uppstår inom en individ. Enligt experterna utvecklas självkänsla i mötet med andra människor. I relationer där vi mår bra och känner oss värdefulla och älskade precis som vi är. Där vi inte behöver prestera för att få bekräftelse.

**I Gry Forsells** föräldrahem var det inte viktigt hur man såg ut eller om man var duktig. Det viktiga var att man visade respekt och tog hänsyn till varandra.

– Vi lade aldrig vikt vid utseende eller märken. Jag ville ha en Salomon-ryggsäck men fick en Kånken, och det gick ju bra det också. När jag kom till Växjö och mitt första tv-jobb fanns det ingen budget till smink, så vi fick en veckas kurs då vi skulle lära oss att



**Gry Forsell är två år och skjutredo vid kulsprutan på ett skivomslag till proggbandet Nynningen. Pappa Tomas Forsell sitter i mitten på första raden.**

sminka oss själva. Jag minns att läraren frågade: ”Vilka märken gillar du?” Och jag bara: ”Ehhh ... svart?”

Fram tills hon var tre år bodde familjen i kollektiv i Småland och Göteborg. I Luleå fortsatte det sociala livet:

– Vi hade mycket knytkalas. Mina föräldrars vänner kom och hängde och pratade och åt middagar. Jag tyckte det var skitmysigt. Så har Alex och jag det i dag också. Vi har folk hos jämt. De kommer och sover över och barnen har kompisar hemma.

Sitt obekymrade sinnelag delar Gry med sin mamma Ragnhild Herminge, som varit chef för Sveriges radio Norrbotten och programledare för *Karlavagnen*. En väldigt ofäfang och cool kvinna som inte går runt och grämer sig. Pappa är Tomas Forsell, skådespelare och musiker som spelat i proggband som *Nynningen* och *Nationalteatern*, och för många barn är känd som *Häjkån Båjkån*.

– Han är mer exhibitionistiskt

lagd och gillar att stå i centrum, som jag.

I skolan var Gry Forsell en vanlig medelmåta. Hon gjorde ingen tonårsrevolt. Hon hade ingen tretioårskris. Och att jobba mycket har hon bara tyckt varit kul. Trots att väckarklockan ringer varje vardagsmorgon klockan fem, när det är dags att skynda sig till *Mix Megapol* och livesända *Äntligen morgon*.

– Jag åker till jobbet innan trafiken kommit i gång, jag är klar vid elva, åker hem och vilar eller rider. Sedan kommer barnen hem. Ibland ser jag hur folk sitter och äter lunch i stan, eller på kvällarna på restauranger, och då känner jag att jag verkligen inte är en del av det. Jag går och lägger mig halv nio. Jag är frånkopplad från resten av jobb-Stockholm. Om jag någon gång hamnar i halv fem-köerna hem, då tänker jag att: ”Va, gör folk det här varje dag?”

Hon ler så att lyckovecken kommer fram:

– Jag har mitt eget lilla ekkorrhjul!

**Men när du åker förbi de upplysta restaurangerna och ser att folk sitter och äter, saknar du det då?**

– Nej. Då får man ju ändra sitt liv, om man skulle känna så. Jag skulle aldrig sitta och säga att: ”Åh, jag önskar att jag var ...” Jag är där jag vill vara. Jag skrattar med mina arbetskompisar varje dag. Vi har en kanonredaktion. Vi är största morgonprogrammet i kommersiell radio. Det går jättebra.

**Gry Forsell har** varit framgångsrik inom sitt yrke i över 20 år. Hon är känd för sin raka kommunikation och för att vara enkel att ha att göra med. Själv tror hon också att hon uppskattas för att hon visar respekt för alla sina arbetsuppgifter.

– Det finns få saker som provocerar mig så mycket som när någon säger: ”Är du inte sugen på att göra seriös tv?” Men jag gör ju det! Sommarkrysset är jätteseriöst. Det är jätteviktigt att folk blir underhållna. Jag tar alla program som jag gör på allvar. *Gladiatorerna* också. Jag älskar det!

Hon rättar till sin tröja. På vänster handled har hon tre tatueringar: en fågel, en diamant och sin mans namn Alex. Hon har gjort alla på impuls; fått en känsla av att hon måste tatuera sig nu och följt den ingivelsen. Motiven är vanliga. Ett tag funderade hon på att skipa diamanten eftersom många har just en sådan, men sedan tänkte hon om. Vad andra har spelar ingen roll. Hon har alltid kunnat skilja på det, och vad hon själv vill ha.

– Jag litar på min magkänsla. Det är det viktigaste jag har lärt mig i livet. Det har nästan aldrig slagit fel, vare sig det gäller jobb eller kärlek. □



**Till sist tänker Magda:**

**Gry Forsell pratar förvånansvärt bekymmersfritt om vår tids ångestområden, men hon var väldigt nogga med att godkänna varje bild till den här intervjun, så nog har även denna kvinna nojor. Skrattande erkände hon också att hon gick ut och gick 45 minuter kvällen före plåtningen, och att hon tränade fem gånger inför inspelningen av *Gladiatorerna*. ”Inte för att det gjorde någon skillnad!”**

**HUNDKÄR.** ”Salem Al Fakir var i radiostudion med sin bullmastiff Otis, och då fastnade jag för den här typen av hund. Sedan dess hör uppfödaren alltid av sig när han har valpar. Det är så jäkla mysigt med hundar!”



