

# O/LIKA

Ett metodmaterial mot  
fördomar och diskriminering

alla o l i k a  
alla l i k a

# Innehåll

|                                      |           |
|--------------------------------------|-----------|
| <b>Inledning</b>                     | <b>3</b>  |
| <hr/>                                |           |
| <b>Kom igång</b>                     | <b>8</b>  |
| <hr/>                                |           |
| Hela havet stormar med mångfaldstema | 9         |
| Mångfaldstermometern                 | 12        |
| Med silversked i mun                 | 14        |
| <b>Grupper</b>                       | <b>17</b> |
| <hr/>                                |           |
| Vem är ... ?                         | 18        |
| Osynliga lappar                      | 21        |
| När tänkte du senast på ... ?        | 24        |
| <b>Normer</b>                        | <b>25</b> |
| <hr/>                                |           |
| Blindwalk                            | 26        |
| Gissa heterot                        | 29        |
| Könsroller                           | 31        |
| <b>Makt</b>                          | <b>35</b> |
| <hr/>                                |           |
| Samhällsstegen                       | 36        |
| En bit fram                          | 38        |
| Forumspel                            | 43        |
| <b>Avslutning &amp; utvärdering</b>  | <b>45</b> |
| <hr/>                                |           |
| Brevet till framtiden                | 46        |
| Sluta, börja, fortsätta              | 47        |
| Re:think                             | 49        |
| <b>Diskrimineringsgrunderna</b>      | <b>50</b> |
| <hr/>                                |           |
| Etnicitet                            | 51        |
| Funktionsnedsättning                 | 52        |
| Kön                                  | 53        |
| Könsidentitet                        | 54        |
| Religion                             | 55        |
| Sexuell läggning                     | 56        |
| Ålder                                | 57        |

# Inledning

## Grattis!

Du håller i Alla olika alla likas metodmaterial O/LIKA som är skapat för att ge dig verktygen för att arbeta mot fördomar och diskriminering. Vi riktar oss till dig som är ungdomsledare på något sätt. Du kan vara scoutledare, lärare, fritidsledare, idrottstränare eller ledare i en ungdomsorganisation. Vår tanke är att du ska kunna arbeta med unga människor från 13 år och uppåt för kampen mot fördomar och diskriminering.

## Kampanjen Alla olika alla lika

Alla olika alla lika är ett initiativ av och för unga människor. Kampanjen engagerar unga för att verka för respekten för mänskliga rättigheter. Under 2007 var Alla olika alla lika en del av Europarådskampanjen All different all equal som pågick i 42 europeiska länder. I Sverige fortsätter Alla olika alla lika fram till december 2009. Kampanjen syftar till att motverka fördomar och diskriminering och fokuserar på diskriminering baserad på etnicitet, funktionalitet, kön, könsidentitet, religion, sexuell läggning och ålder.

## Normer

Alla olika alla lika är en kampanj mot fördomar och mot diskriminering. Kampanjens metodmaterial fokuserar på normer inom samhället och inom grupper. Övningarna och diskussionsfrågorna syftar till att granska hur normer formar och begränsar oss. Hur påverkas vi när vi passar in eller inte i olika normer? Norm kan kännas som ett krångligt och otillgängligt begrepp, men egentligen är det ganska enkelt. En norm kan översättas med en osynlig regel om hur människor förväntas vara, bete sig och se ut. Tänker man efter finns det massor av normer kring alla delar av våra liv, som till exempel vad som är bra att jobba med eller vilka kläder vi bör ha på oss.

Vilka normer som finns märks tydligt när någon bryter mot dem. Att kunna gå är kanske inte något som många tänker på som en norm. Men för den som är rörelsehindrad är det uppenbart att samhället är uppbyggt efter en "gå-norm" med trappor, trösklar och trottoarkanter. En heterosexuell person kan gå ett helt liv utan att tänka på att det finns normer kring att man ska bli kär i någon av motsatt kön. Men för den som blir kär i någon av samma kön märks normen desto mer. Ju starkare en norm är, desto svårare är det att lägga märke till den. Just därför är det

så viktigt att sätta ord på normerna – det är först när vi pratar om dem som de blir synliga för oss. Genom att synliggöra normer vill Alla olika alla lika skapa förståelse om vad som leder till fördomar och diskriminering.

## **Att inkludera deltagarna**

Övningarna i O/LIKA bygger på att inkludera deltagarna och ta tillvara på deras erfarenhet, tankar och kompetens. Det är viktigt att se alla deltagare som den resurs de faktiskt är och förmedla detta till dem. För att skapa en lärande miljö är det viktigt att gruppen känner sig trygg och att alla har möjlighet att ta del av övningar och diskussioner på lika villkor. Ledaren har ett ansvar att föregå med gott exempel och inkludera alla. Innan du börjar är det viktigt att tänka igenom om ditt upplägg tar tillvara på alla deltagares behov och göra övningarna tillgängliga för alla.

Vi rekommenderar också att du och deltagarna kommer överens om hur ni ska vara mot varandra innan ni börjar. Fråga deltagarna om vad de tycker är viktigt när man arbetar tillsammans i en grupp. Det kan vara att man inte ska avbryter varandra eller att man tar varandra på allvar och att inte fäller nedlåtande kommentarer. Fyll på med sådant du själv tycker är viktigt. Genom att från början göra en överenskommelse med gruppen har du något att hänvisa till om du tycker att diskussionen börjar gå över styr.

## **Rundor och mindre grupper**

För att alla i gruppen ska få komma till tals kan man arbeta med rundor och mindre samtalsgrupper. En runda går till så att alla får prata i tur och ordning. Under rundan är det bara den som har ordet som får prata. De andra deltagarna ska inte kommentera det som sägs. Syftet är att alla ska få prata till punkt utan att bli avbrutna. Om du som ledare vill styra diskussionen kan du själv gå in och ställa följdfrågor till det som sägs i rundan, eller göra sammanfattningar genom att skriva upp ord på tavlan.

Om gruppen har svårt med att komma igång med diskussionerna kan det vara bra att dela in deltagarna i mindre grupper. Låt sedan de mindre grupperna redovisa inför hela gruppen. I diskussionerna i de mindre grupperna är det viktigt att alla med tolkbehov har tillgång till tolk.

## **Ta ställning**

Som ledare är det viktigt att våga ta ställning. Du arbetar förmodligen inte med anti-diskriminering och likabehandling av en slump. Var tydlig med var du själv står, men kör inte över någon annans åsikter. Detta skapar en trygghet och gör att deltagarna vågar ta ställning.

När du arbetar med normer och diskrimineringsfrågor finns risken att det kommer upp kränkande kommentarer eller åsikter som både du och deltagarna provoceras av. Ibland kan det vara en bra strategi att gå in och diskutera och ifrågasätta sådana åsikter. Andra gånger kan det vara mer effektivt att bara markera genom att säga att "det där är faktiskt inte okej att säga". Fundera över var din egen gräns går innan du börjar arbeta med övningarna. Vad är okej att säga? Vilka åsikter kan du inte acceptera? Som ledare måste du själv bestämma var du drar denna gräns.

## **Tillgänglighet**

Något som ofta glöms är tillgänglighet. Tänk på att anpassa övningarna så att de passar hela gruppen. Hur kan du ändra en övning om det är någon/några i gruppen som sitter i rullstol eller har en synnedsättning? Har alla möjlighet att ta till sig material i skriftlig form? Kan alla förstå eller höra vad du säger? I samband med varje övning finns det förslag på hur man kan göra övningarna tillgängliga. Titta gärna på dem innan du sätter igång.

För någon som har synnedsättning bör du tänka på att helst använda svart penna på tavlan och aldrig röd, att läsa upp vad som har skrivits på tavlan och att berätta vem/hur många som står på olika platser, om övningarna innebär att röra på sig, eller att visa med sin kropp vad man tycker. Om du använder over-head eller PowerPoint, läs upp allt som står och ha papperskopior i stort format redo till dem som behöver. Om ni visar en film kan det vara bra att tänka igenom hur denna skall syntolkas om det skulle behövas (du kan till exempel sitta bredvid och berätta vad som händer). Tänk på att filmen måste vara textad.

För någon som har svårt att höra föreslår vi att du vänder deltagarna mot varandra så att det går att läsa på varandras läppar, att deltagarna talar en i taget och att ni använder er av en mikrofon om det finns hörselslinga. Tala tydligt och vänd dig alltid mot deltagarna när du pratar. Tänk på att aldrig tala in i tavlan eftersom det gör det svårt att höra och svårt att läsa på läpparna. Mobiltelefoner kan orsaka brus i hörapparater. Det hjälper inte att sätta mobilen i ljudlöst läge. Be därför deltagarna att stänga av sina mobiltelefoner.

Det är viktigt att du som ledare tänker på att ha mikrofonen eller myggan på ett bra avstånd från munnen. Tänk också på att inte använda halsband som kan slå mot mikrofonen. Du bör också undvika att leka med mikrofon- eller myggsladden när du talar och se till att mikrofonen eller myggan är påslagen och har tillräckligt med batteri innan du börjar.

Möblera lokalen så att personer som använder rullstol kan delta i workshopen utan att behöva flytta en massa stolar och bord när hon/han kommer in. Dela inte upp gruppen i "tjej- och killgrupper". Tänk på att alla inte vill eller kan definiera sig

som antingen tjej eller kille och att det kan kännas mycket jobbigt att tvingas välja grupp.

Det är svårt att veta om deltagarna har några allergier. Du bör därför fråga om någon har någon allergi som de andra behöver känna till. Genom att fråga det får gruppen veta om man till exempel behöver tvätta av eventuell parfym eller låta bli att äta jordnötter under passet. Försök även att planera in en bensträckare och några fikapauser så att alla håller sig vakna. Vi behöver alla röra på oss, men det är extra viktigt för diabetiker som behöver få i sig näring med jämna mellanrum och personer som får ont av att sitta stilla länge. Det finns även personer som vill ta paus för att be. Var lyhörd.

Att arbeta med diskriminering och normer handlar förstås inte bara om att stoppa kränkningar och sätta gränser. Det handlar framförallt om att upptäcka nya saker – om oss själva och samhället vi lever i. Var öppen och nyfiken på vad deltagarna har att säga. Ta vara på tillfället att lära känna dig själv och gruppen bättre. Så blir det förhoppningsvis lite jobbigt, ganska omskakande, och mycket roligt!

## Upplägg

O/LIKA är uppdelade i tre olika delar. Syftet med uppdelningen är att det skall vara lätt att följa och utifrån uppdelning lägga upp en workshop eller utbildning. I bokens inledning redogörs för hur boken är tänkt att användas och den pedagogik som boken bygger på. Du som läsare får även här tips på vad som är viktigt att tänka på i arbetet med interaktiva övningar.

I bokens andra del presenteras övningarna utifrån olika teman. Det första temat är Kom igång. Genom att börja med en eller flera av övningarna här, värmer du upp dina deltagare inför arbetet med de begrepp som O/LIKA berör. Här hittar du lite enklare övningar som bland annat innehåller skratt, musik och en möjlighet att "nosa" på begreppen. Det andra temat, Grupper, berör den uppdelning som ofta finns mellan olika grupper. Vad innebär denna uppdelning och hur är det möjligt att sluta dela in människor i grupper och ifrågasätta fördomar? Övningarna i Normer, det tredje temat, syftar till att synliggöra, granska och ifrågasätta de normer som finns i samhällen och i grupper. Vidare diskuteras effekter av normer, vilka som gynnas och vilka som missgynnas av normer. Det fjärde temat är Makt och granskar maktperspektiv som finns i normsystemet och i uppdelningar som "vi och dom". Övningarna i makttemat berör frågan om vilken roll makt spelar i arbetet mot fördomar och diskriminering. Det femte och sista temat är Avslutning & utvärdering. Här finns det tips på övningar som är bra för att avsluta en workshop eller utbildning om fördomar och diskriminering med. Övningarna är till både för dig och för deltagarna och syftar till dels att ge deltagarna en möjlighet att ventilera

det som hämt under workshopen eller utbildningen och dels till att ge deltagarna en möjlighet att fundera över hur de vill inkludera sina nya kunskaper i sitt vardagliga liv. Vidare finns under detta tema även tips på sätt och metoder för att utvärdera en workshop eller utbildning.

I bokens sista del finns en teoretisk del där Alla olika alla likas diskrimineringsgrunder etnicitet, funktionsnedsättning, kön, könsidentitet, religion, sexuell läggning och ålder presenteras. Denna presentation är tänkt att kunna användas för att få en ökad kunskap om diskrimineringsgrunderna men även som ett komplement till övningarna i boken. Under varje teoretisk presentation av diskrimineringsgrunderna finns även en verklig personlig berättelse. Dessa berättelser är tänkta att kunna användas i övningarna för att exemplifiera diskriminering och för att koppla samman teori med diskriminering i verkligheten.

## Författarna

Bakom O/LIKA ligger flera av de ledande ungdomsorganisationerna inom utbildningsmaterial och pedagogik. Flera övningar har inspirerats eller hämtats från deras material och böcker. Aktiva medlemmar i dessa organisationer har tillsammans gjort denna bok möjlig och för det är vi djupt tacksamma. De böcker som vi har hämtat inspiration och övningar från är *Bryt! ett metodmaterial om normer i allmänhet och heteronormen i synnerhet*, *Hon och Han – ett diskussionsunderlag om jämställdhet i Scouterna* och *Vi och Dom – en metodbank om mångfald i Scouterna*. De organisationer som bidragit med metoder och övningar är CISV Sweden, LSU – Sveriges ungdomsorganisationer, RFSL Ungdom, Svenska Scoutrådet och Sveriges Förenade Gaystudenter. Vidare är vi väldigt tacksamma för perspektiv och input från Kurdistans Studentförbund i Sverige, PeaceQuest och Unga Synskadade.

O/LIKA har författats av Malin Kasper Burns, Svenska Scoutrådet, Cecilia Elmqvist, CISV Sweden, Hedvig Nathorst-Böös, RFSL Ungdom, Camilla Nylundh, Sveriges Förenade Gaystudenter och Sara Sjöman, LSU – Sveriges ungdomsorganisationer.

Vi har även fått stor hjälp och input från Catarina Ahlquist, Unga Synskadade, Frida Darj, RFSL Ungdom, Fanny Davidsson, PeaceQuest, Marika Hjalsten, Utrikespolitiska förbundet Sverige och Fenek Latif, Kurdistans Studentförbund i Sverige.

# Kom igång

Övningarna i det här kapitlet fungerar som en ingång till en fortsatt diskussion om diskriminering och normer. Meningen är att deltagarna ska börja fundera över makt, normer och diskriminering. Ett råd är att försöka hålla diskussionerna ganska korta när dessa övningar utförs. Kom ihåg att ta upp de frågor och tankar som väcks i denna övning.

Den andra och den tredje övningen handlar om att låta deltagarna ta ställning i olika frågor. Ledaren läser upp påståenden som deltagarna tar ställning till genom att placera sig i olika hörn eller längs en skala.

Välj dina påståenden med omsorg eftersom påståenden som "Homosexuella ska få adoptera barn" eller "Jag skulle inte ha något emot att ha en muslim som granne" kan leda till kränkande kommentarer vilken i sin tur kan göra att vissa deltagare känner sig illa till mods. Undvik därför påståenden som handlar om dem som avviker från normen. Det är viktigare att rummet känns tryggt för alla deltagare än att alla alltid får säga vad de tycker. Samtidigt som du som ledare måste kunna sätta gränser, är det viktigt att lyssna på deltagarnas åsikter. Var ärlig med din synpunkt utan att nedvärdera deltagarnas åsikter. Även om du inte håller med deltagaren om något som sägs så är det viktigt att bemöta den åsikten på allvar. Ställ följdfrågor som ger deltagarna möjlighet att förklara vad de menar.



# Hela havet stormar med mångfaldstema

Syftet är att få gruppen att börja tänka till om människors olika villkor. Genom att medvetet skapa orättvisa regler för deltagarna väcks en diskussion kring hur olika samhällsgruppers olikartade livsvillkor.

**Material:** Bandspelare, musik, stolar eller något annat som kan markera en plats.

## Gör så här

Ställ stolar på rad i mitten av ett rum med ryggen mot varandra. Det ska vara en stol mindre än antalet deltagare. Sätt på musik och låt deltagarna gå runt stolarna. Stoppa musiken efter cirka 10–20 sekunder. När musiken stannar ska deltagarna hitta en ledig stol och sätta sig. Den som inte hittar en stol åker ut och ställer sig åt sidan i rummet. Ta bort en stol till och fortsätt på samma sätt.

Gör en omgång där alla utgår från samma regler. Förklara att Hela havet stormar, som många har lekt tidigare, är en övning. Berätta att de som åker ut får en ny roll nämligen att observera deltagarna som fortfarande går runt stolarna. Efter första omgången lägger du till en ny regel: ställ en annan stol cirka tre meter från stolarna som står med ryggen mot varandra. Dela upp gruppen i tre mindre grupper genom att räkna dem. Säg att grupp nummer ett, förutom platserna i mitten, även måste gå runt stolen längre bort. Ganska snabbt kommer grupp ett att känna sig orättvist behandlad och många av dem kommer att åka ut.

När övningen är färdig, låt deltagarna sätta sig ner och fråga dem:

- Vad hände i övningen?
- Hur kändes det att behöva gå runt stolen längre?
- Hur kändes det att åka ut när man hade så olikartade förutsättningar?
- Hur var det att vara med i den gruppen som inte behövde gå runt den extra stolen?

- Om vi skulle översätta leken till verklighet – vilka behöver inte gå runt den extra stolen? I skolan? I organisationen? I samhället?

Försök att belysa normer genom att utgå från att det finns personer som sällan har den här typen av hinder i vardagen. Det kan ibland vara lättare att fråga vilka som måste gå runt hindret (stolen längre bort) i verkligheten. Det är dock viktigt att sätta ord på de personer som gynnas i samhället, alltså de som inte behöver gå runt hindret. På så vis får du fram en bild av en viss norm.

Fortsätt sedan att prata om:

- Varför säger man inte ifrån när man får de ”bra” reglerna?  
Koppla diskussionen till samhället och privilegier: Tror ni att man säger ifrån när man får högre lön bara för att man är man?
- Hur reagerar man på att vara den som springer runt stolen långt bort? Blir man arg och kämpar eller ger man upp? Vad händer när man inte orkar kämpa och inte orkar säga ifrån?

När övningen är färdig, låt deltagarna sätta sig ner och fråga dem:

- Vad hände i övningen?
- Hur kändes det att behöva gå runt stolen längre?
- Hur kändes det att åka ut när man hade så olikartade förutsättningar?
- Hur var det att vara med i den gruppen som inte behövde gå runt den extra stolen?
- Om vi skulle översätta leken till verklighet – vilka behöver inte gå runt den extra stolen? I skolan? I organisationen? I samhället?

Försök att belysa normer genom att utgå från att det finns personer som sällan har den här typen av hinder i vardagen. Det kan ibland vara lättare att fråga vilka som måste gå runt hindret (stolen längre bort) i verkligheten. Det är dock viktigt att sätta ord på de personer som gynnas i samhället, alltså de som inte behöver gå runt hindret. På så vis får du fram en bild av en viss norm.

Fortsätt sedan att prata om:

- Varför säger man inte ifrån när man får de ”bra” reglerna?  
Koppla diskussionen till samhället och privilegier: Tror ni att man säger ifrån när man får högre lön bara för att man är man?

- Hur reagerar man på att vara den som springer runt stolen långt bort? Blir man arg och kämpar eller ger man upp? Vad händer när man inte orkar kämpa och inte orkar säga ifrån?
- 

## **Tillgänglighet**

Istället för stolar markerar du platserna på golvet med tejp, pappersark eller liknande som man kan ställa en rullstol på. Om inte alla hör, blinkar du med belysningen i rummet under tiden som musiken pågår. Detta går att göra samtidigt som musiken spelar så att alla kan vara med, vare sig man hör eller inte. Om det finns någon med synnedsättning i gruppen kan alla sätta på sig ögonbindel eller dylikt för att begränsa synvidden.

## **Tips!**

Om det är svårt att få igång diskussionen ger du egna förslag. Du kan också utgå från diskrimineringsgrunderna, se sidan 51.

## **Variant – Om du vill fokusera på funktionsnedsättning**

Som tillägg till att en tredjedel av gruppen går runt en extra stol kan du låta gruppen bära en ögonbindlar för att göra det ännu svårare att hitta till stolarna. Du kan också ta bort den extra stolen, och bara låta dem bära ögonbindel. På så sätt kan man skapa förståelse för de hinder som personer som inte ser så bra kan möta. Utgå från samma diskussionsfrågor som ovan men med fokus på synnedsättning/funktionsnedsättning. Det är dock viktigt att du som ledare ser till att den efterföljande diskussionen blir seriös så att övningen inte bara blir "en rolig grej att leka blind" för en stund.

# Mångfaldstermometern

Syftet med denna övning är att börja diskutera hur det är med jämlikheten och mångfalden i den egna klassen/på fritids-gården/i organisationen.

**Material:** Påståenden, uppritad termometer, blädderblock och pennor.

## Gör så här

Rita upp en termometer på golvet eller marken. Vill du verkligen anspela på en termometer målar du i rött och blått – annars duger det med ett streck eller ett snöre med markeringar för "graderna" skalan 1–6 där 1 står för "håller inte med alls" och 6 står för "håller med helt". Läs upp påståenden om skolan/fritidsgården/organisationen och mångfald, se exempel på sidan 22.

Låt deltagarna ställa sig på den grad på termometern som motsvarar vad de tycker. De ska stå på en siffra, inte mellan två siffror. Börja med lättare allmänna påståenden och ta det svåraste sist. Låt någon eller några deltagare berätta hur de tänker efter varje påstående.

Var öppen för diskussion och var noga med att samtalsklimatet är behagligt. Följ gärna upp med följdfrågor om vem som har ansvar för att åtgärda problem och om vad deltagarna skulle kunna göra för att förbättra situationen.

### Exempel på påståenden:

- Skolan/fritidsgården/organisationen är öppen för alla.
- Alla i Sverige har möjlighet att gå i skolan/vara på fritidsgården/gå med i organisationen.
- I skolan/fritidsgården/organisationen kan man vara sig själv.
- I skolan/fritidsgården/organisationen ges alla samma möjligheter.
- Det är lätt att vara ny i vår skola/fritidsgård /organisation eftersom man blir väl omhändertagen.
- I skolan/fritidsgården/organisationen spelar det ingen roll hur man ser ut, alla elever och lärare/ledare/unga/deltagare respekteras.

- Alla elever och lärare/ledare/unga/deltagare blir accepterade och behandlas jämlikt.
- 

### **Tips!**

Om en deltagare hamnar ensam vid ett påstående kan du som ledare ställa dig bredvid den personen för att markera att deltagaren inte är ensam. Tänk efter när du väljer påståenden så att det verkligen är diskussionsfrågor. Ett påstående som "kvinnor tjänar mindre än män" är till exempel inte en diskussionsfråga – det är fakta.

### **Tillgänglighet**

För att övningen ska vara tillgänglig för alla kan man både skriva upp påståendena på tavlan eller ett blädderblock och läsa upp dem högt. Om inte alla i gruppen ser är det bra att berätta vart alla står i förhållande till varandra. Se till att termometern är så pass stor att den rymmer rullstolar. I diskussionen är det viktigt att alla är vända mot varandra om någon behöver läsa på läpparna. Använd mikrofon och tala i den en i taget om hörslinga används. Ge plats och utrymme till tolken om sådan finns.

# Med silversked i mun

Syftet är att få deltagarna att fundera över vilka privilegier de själva har eller saknar och vilka privilegier man får när man tillhör normen.

**Material:** En plats att vara på.

## Gör så här

I denna övning symboliserar rummets fyra hörn olika ställningstaganden. Ledaren läser upp ett problem eller en åsikt och ger deltagarna tre olika svarsalternativ och ett öppet hörn. Det öppna hörnet är inte ett "jag-vet-inte-hörn" utan ett hörn för de som tycker något annat.

För att klargöra att det är normen vi pratar om berättar du även vid det första påståendet att det är just sommaren som vi ska prata om och inte hösten, våren eller vintern. Detsamma gäller för de andra påståendena.

Efter att du har läst upp påståendet och de fyra alternativen ställer sig deltagarna i det hörn som de håller med om. Låt sedan deltagarna redovisa hörn för hörn varför de valde just det hörnet. Berätta att deltagarna får byta hörn efter att de har hört de andras argument. Det är bra att börja övningen med något "lättare" som påståendet om sommaren för att sedan fortsätta med "tyngre" påståenden.

Exempel på ett påstående:

Det härligaste med sommar är:

1. att glassen blir mjuk i solen
2. sommarregnen
3. sommarlov
4. öppet hörn – eget förslag

Den som har makt i samhället är den som:

1. har pengar
2. andra människor lyssnar på
3. ses som "normal"
4. öppet hörn – eget förslag

Den största fördelen med att uppfattas som svensk i Sverige är:

1. att man slipper bli bortsorterad när man söker jobb för att man har ett utländskt namn
2. att det är lättare att få bostad
3. att man slipper svara på frågan varifrån man kommer hela tiden fast man har svenskt pass
4. öppet hörn – eget förslag

Den största fördelen med att vara man är:

1. att man får högre lön än sina kvinnliga kollegor
2. att man inte är lika rädd när man går hem på kvällen
3. att man inte förväntas göra lika mycket hemarbete
4. öppet hörn – eget förslag

Den största fördelen med att vara heterosexuell är:

1. att man får gifta sig i kyrkan
2. att man kan hångla på tunnelbanan utan att någon tittar snett
3. att man slipper komma ut för mormor
4. öppet hörn – eget förslag

Den största fördelen med att vara vuxen är:

1. att folk lyssnar på vad man säger
2. att man får rösta i allmänna val
3. att ens kärlek tas å allvar av andra
4. öppet hörn – eget förslag

---

## **Tillgänglighet**

Fråga deltagarna varför de har ställt sig i respektive hörn. Glöm inte att övningen handlar om olika privilegier. Var noga med att betona att det är samhället som skapar dessa fördelar. Det är inte en fördel i sig att vara man, heterosexuell eller uppfattas som svensk, men när vi lever i ett samhälle med fördomar mot kvinnor, homosexuella, bisexuella, transpersoner eller människor med utländsk bakgrund blir det en fördel.



# Grupper

Kvinnor, plugghästar, invandrare, socialdemokrater, bögar, scouter... Vi är vana vid att dela in människor i grupper. Somliga grupper anses man tillhöra hela livet; andra bara en kort tid. Några grupper placeras man in i och andra föds man i. Vissa grupptillhörigheter, som hudfärg, syns tydligt. Andra, som vad man arbetar med, är ofta osynliga. En del grupptillhörigheter, som kön, hudfärg eller sexuell läggning, kan få stor inverkan på ens liv. Om man har små eller stora fötter påverkar de flesta marginellt.

Den tjej som blir kär i killar tänker kanske inte så mycket på att hon tillhör gruppen heterosexuella. Är man en blond kille född i Sverige funderar man kanske inte över att man är vit. Är man däremot en tjej som blir kär i tjejer, eller den enda svarta killen i klassen får grupptillhörigheten "lesbisk" eller "blatte" mycket större betydelse.

Mot de grupper som bryter mot normen finns ofta starka fördomar. Fördomarna kan uppstå på olika sätt. Man kan ha läst något i tidningen eller sett något på bio som sedan fastnat i bakhuvudet. Eller man kan ha hört något om en person i en grupp och därmed, medvetet eller omedvetet, tänkt att hela gruppen är likadan. Det är viktigt att man tänker på att många uppfattningar man har om andra grupper är just fördomar och inte sanningar.

Övningarna i det här avsnittet handlar om hur vi delar in människor i grupper och vilken betydelse det får – för samhället och den enskilda individen.

# Vem är ... ?

Vilka grupper tillhör vi själva och vilka maktförhållanden finns det mellan olika grupper i samhället? Vilka grupper utsätts för fördomar? Syftet med den här övningen är att synliggöra att alla tillhör olika grupper och att en grupptillhörighet kan skapa fördomar om individer.

**Material:** Stolar eller något annat som kan markera en plats.

## Gör så här

Be deltagarna sätta sig i en ring, antingen på stolar eller på något annat som markerar en plats. Ha en plats för mycket. När du som leder ställer en fråga, till exempel "Vem är från Göteborg?" ska alla som är från Göteborg byta plats i ringen. Du läser upp en ny fråga och andra byter plats. Exempel på ämnen är: land, ort, familj, ålder, vänster eller högerhänt, favoritmat, hobby, åsikter, ögonfärg eller språk. Kom på frågor som passar gruppen. Det viktiga är att frågorna symboliserar en grupptillhörighet.

Diskutera sedan i mindre grupper eller i helgrupp:

- Vilka grupper är självvalda och vilka är inte det?  
Exempel på självvalda grupper är vilket fotbollslag man hejar på, vilket parti man röstar på eller vilka kompisar man umgås med.
- Vilka grupper är du med i under en kort period och vilka tillhör du hela livet?  
Den klass man går i är till exempel en grupp man bara tillhör en kort period, medan ens religion ofta är en grupp som man tillhör hela livet.
- Vilka grupper tjänar man på att tillhöra?  
Som exempel kan tas att män som grupp har högre lön än kvinnor som grupp bara för att de är män.
- Varför ses homosexuella som en grupp men inte heterosexuella?  
Den osynliga normen ses sällan som en grupp – det gör däremot de som avviker från normen. På samma sätt är det i Sverige mycket mer sällsynt att det talas om "icke troende" som grupp än att man talar om "kristna" eller "muslimer".

## Tillgänglighet

Om du inte använder stolar är övningen tillgänglig för alla. Tejpa till exempel upp rutor på golvet eller lappar som kan markera en plats man kan stå eller ställa en rullstol på. Det går även att räcka upp handen för att markera om man tillhör gruppen som räknas upp. Var väldigt noga med att berätta hur många som byter plats eller räcker upp handen under de olika frågorna. De som räcker upp händerna kan säga sitt namn för att göra det lättare att få en uppfattning om man inte ser övriga deltagare. Om det finns behov av tolk var noga med att tolken hinner översätta alla inlägg i diskussionen eller vid hörslinga använda en mikrofon i alla inlägg.

## Tips!

När du pratar om fördomar måste du vara tydlig med att visa hur de är kopplade till normer och riktar sig mot dem som bryter mot dessa. Vänd gärna på resonemanget och fråga om det finns fördomar mot människor som kan gå eller som kan se? Finns det fördomar mot heterosexuella?

Ett av syftena med denna övning är att diskutera vad fördomar är. Om diskussionen börjar handla om vilka fördomar deltagarna har mot olika grupper (alla bögar är fjolliga eller att folk som sitter i rullstol är mindre intelligenta) måste du försöka styra tillbaka samtalet till övningens syfte nämligen att diskutera vad fördomar är, och inte vilka fördomar vi har. Undvik att det blir en diskussion där deltagarna får uttrycka alla fördomar de har mot olika grupper. Det skapar en otrevlig och kränkande stämning.

Det är lätt att samtalet glider in på att handla om vilka fördomar deltagarna själva drabbats av. Även om det är viktigt att lyssna på dessa erfarenheter finns det en poäng med att försöka hålla samtalet på en samhällsnivå. Fråga deltagarna om vilka grupper i samhället som utsätts för fördomar.

---

För att ge ett exempel på hur "invandrare" ses som en grupp men inte "svenskar" kan du läsa texten om våldtäkten i Rissne på sidan 20.

---

---

## Gruppvåldtäkt i Rissne

I början av 2000-talet skedde en gruppvåldtäkt i den "invandrartäta" Stockholmsförorten Rissne. Fallet blev uppmärksammat i media och journalister åkte ut till Rissne och andra "invandrartäta" områden för att fråga unga pojkar om deras syn på tjejer och sexualitet. Journalisterna pratade om att "invandrarkillarna" hade en särskild kulturell bakgrund som kunde förklara våldtäkten och deras syn på tjejer. Man pratade om machokulturer, gängidentiteter och förorten.

När det under samma tid skedde en våldtäkt på Cypern av "svenska" killar var det ingen journalist som åkte till "helsvenska" villaområden och frågade unga killar hur de såg på tjejer och sex. Då pratade man istället om individuella orsaker. Man tänkte sig inte att det fanns något i den svenska kulturen som gjorde att killar våldtog.

Svenska killar får sällan höra att de gör saker bara för att de är svenska. "Svensk kille" är inte en lapp vi brukar använda i Sverige. Vi förklarar sällan det svenska killar gör med att de är svenska. "Invandrarkille", däremot, är en lapp som används ofta, och de som får den lappen får sitt beteende förklarat med att de är just invandrare.

---

# Osynliga lappar

Vilka osynliga lappar sätter andra på dig? Genom att fundera på vilka grupper man själv tillhör blir man mer medveten om hur man själv delar in andra i grupper. Syftet med den här övningen är att bli mer medveten om detta samt vad det får för konsekvenser.

**Material:** Papperslappar i A4 eller A5-format (det behövs dubbelt gånger så många lappar som deltagare), tuschpennor och tejp.

## Gör så här

Berätta för deltagarna om hur vi delar in människor i grupper. Utgå gärna från texten i kapitlets inledning om grupper. Att dela in människor i grupper kan liknas vid att sätta lappar på dem: "punkare", "invandrare", "pensionär" och så vidare. Lapparna inrymmer en mängd föreställningar om den grupp som lappen åsyftar.

Med övningen Osynliga lappar fokuserar vi på vilka lappar, eller etiketter, andra sätter på oss. Be deltagarna fundera på vilka etiketter de får i olika sammanhang: på stan, i skolan, på träningen. Grupperna kan vara både stora och små, det kan vara allt från "kille" till "plugghäst".

Be deltagarna skriva en eller två "lappar" som de tror att andra sätter på dem. Förklara att det handlar om det första intrycket – vad tror de att andra tänker om dem när de går på gatan eller kliver på bussen? Dela ut papper och pennor och be deltagarna att skriva ett ord på en eller två lappar (beroende på gruppstorlek) och saml sedan in lapparna från varje person.

Sätt upp lapparna på en vägg så alla ser. Välj sedan en lapp. Sätt lappen på dig själv och fråga deltagarna:

- Vem är jag om jag har den här lappen på mig?
- Hur värderar man den grupp som lappen syftar på?
- Betyder lappen olika saker för tjejer och killar?

Para gärna ihop lapparna som finns på väggen och fråga deltagarna vilka kombinationer som uppfattas som acceptabla att kombinera och vilka inte. Varför är det så?

Fråga vidare:

- Vilka lappar är positiva eller negativa? Hur blir man bemött och behandlad utifrån de olika lapparna?
- Vilka lappar är snäva och vilka kan betyda nästan vad som helst?  
De kan bli tydligt om man jämför olika lappar. Till exempel inrymmer lappen "svensk" så många fler och dessutom mer positiva saker jämfört med lappen "invandrare".
- Vilka lappar sätter man nästan aldrig på folk? I Sverige får man sällan lappen "heterosexuell" eller "vit"? Vad beror det på?
- Finns det lappar du eller andra får mot sin vilja? Vilka lappar är frivilliga och vilka är ofrivilliga?  
En person kan till exempel sätta upp en regnbågsflagga för att visa att han eller hon är homosexuell, bisexuell eller transperson, liksom den som sätter på sig en dyr jacka och har bakåtslickat hår kan signalera att den har pengar. Men om man är mörkhyad i Sverige kan man få lappar på sig som man inte själv har valt.

---

## Tips!

För att förtydliga tanken med Osynliga lappar kan du avsluta med att läsa upp Mohammeds berättelse på sidan 23 om hur det är att flyga med arabiskt utseende. Det är viktigt att gruppen är tyst. Ge dem någon minut efter att du läst texten för att tänka på det som sagts om lapparna.

---

## Att flyga med arabiskt utseende

Heter man Mohammed och ser ut som jag gör är det svårt att undvika att bli diskriminerad. Flygplatsscenarioet är en klassiker. När jag närmar mig säkerhetskontrollen är mitt arabiska utseende och mitt arabiska namn det enda personalen ser. Det spelar ingen roll om jag skulle dansa kring midsommarstången varje dag, bara äta Kalles kaviar på knäckebröd eller åka Vasaloppet en gång i veckan. Även om jag skulle bo i det rödaste huset med de vitaste knutarna är jag i personalens ögon "en arab" – och behandlas därefter. Vare sig det är Storbritannien, Egypten eller Ungern är det rätt förutsägbart (USA har jag inte vågat testa...). Samma frågor ställs i säkerhetskontrollen:

"Var ligger din födelseort?" "Var kommer du ifrån?" ("Smart du håller i mitt pass.") "Vem är din farfar?" "Vad jobbar du med?" ("Terrorist ser du väl."). Så kan det fortsätta beroende på hur mycket tid "journalisten" anser sig ha.

En vän skrev ett sms till mig en gång inför en resa:

"Säkerhetsföreskrifter för muslimer som ska resa:

- Om någon frågar efter ditt namn försök uttala det så svenskt så möjligt.
- Om alla springer åt ett håll spring åt motsatt håll – det är dig dem springer ifrån.
- Och nu det allra viktigaste: Vad du än gör, hur glad du än blir när planet landat och vill säga ALLAHU AKBAR... säg det tyst".

Just eftersom det är så givet vad som ska hända kan man som muslim förbereda sig någorlunda både fysiskt och mentalt. Fixa skägget, undvika att tala arabiska och förbereda svar på alla idiotiska frågor som jag fortfarande undrar av vilken anledning de ställs. En annan lösning vore kanske att förbereda en biografi och lämna över i säkerhetskontrollen?

---

# När tänkte du senast på ... ?

För den som passar in är normen ofta osynlig. Denna övning synliggör normer kring kön, hudfärg och funktionalitet. När tänkte du senast på ... ? arbetar också med egna erfarenheter av att bryta mot normerna.

**Material:** Whiteboard/blädderblock, pennor, papper.

## Gör så här

Låt gruppen sitta i en ring. Fråga gruppen en av frågorna:

1. När tänkte du senast på ditt kön?
2. När tänkte du senast på din hudfärg?
3. När tänkte du senast på hur bra du är på att gå/se/höra?

Låt gruppen sitta tyst en stund och fundera. Låt dem sedan berätta vad de tänkt på. Skriv upp gruppens svar på whiteboard eller blädderblock. När du har skrivit upp gruppens tankar, fråga deltagarna:

- Vilka är det som har tänkt på sitt kön/hudfärg/funktionalitet?
- Hade de svarat annorlunda om de hade haft ett annat kön/hudfärg/funktionalitet?

Killar tänker oftast inte på att de är killar, medan tjejerna har tänkt på det flera gånger. Om man betraktas som "svensk" har man kanske inte tänkt på att man har en hudfärg och en etnicitet på samma sätt som de som inte betraktas som "svenska". Samma sak gäller frågor om funktionalitet. Diskutera tillsammans med deltagarna vilka andra normer som finns men som man inte tänker på.

Fortsätt sedan om du vill på samma sätt med de andra två frågorna.



# Normer

Normer kan översättas med osynliga regler för vad som är rätt och fel. Det finns normer om vad människor förväntas kunna göra med sina kroppar (se, gå, höra), vem vi ska bli kära i (en åt gången av det motsatta könet), vad vi vill jobba med om vi är tjejer (inte stridspilot) eller killar (inte dagisfröken).

Olika normer fungerar på olika sätt. Att tjejer förväntas vara på ett visst sätt håller nog de flesta med om. Få skulle heller inte protestera mot att människor förväntas kunna se. Andra normer är inte lika självklara. Är det till exempel en norm i Sverige att se svensk ut? På många ställen är det kanske det, men långt ifrån överallt. Även om man tillhör normen i ett sammanhang (i sitt bostadsområde, på sin skola, i sitt fotbollslag) kan man avvika från normer i samhället i stort. Tittar man på samhällsnivå, i riksdagen eller i dagstidningar, är det få som inte ser typiskt svenska ut. Och människor med namn som inte låter typiskt svenska sorteras bort vid anställningsintervjuer och har svårare att få bostad.

Det som gör det svårt att prata om normer är att de är osynliga tills man bryter mot dem. En heterosexuell person behöver aldrig "komma ut" som hetero. Man frågar inte heller heterosexuella personer när de kom på att de var hetero, utan det är något som ses som så självklart att det bara "är". En pappa behöver inte försvara varför han arbetar och inte är hemma med sitt barn medan en mamma som arbetar uppfattas som annorlunda. Det är just detta som är det luriga med normer – de är så självklara att vi inte ens upptäcker dem. Och om vi inte upptäcker dem, ja då blir det väldigt svårt att ifrågasätta dem. Syftet med övningarna i det här kapitlet är därför att både synliggöra och ifrågasätta normer.

# Blindwalk

Denna praktiska övning synliggör hur funktionshinder uppstår i relation till vår omgivning. Genom att själv prova på hur det kan vara att ha en funktionsnedsättning kan vi få upp ögonen för de hinder som finns i samhället.

**Material:** Ögonbindlar (sjalar, halsdukar eller liknande).

## Gör så här

Dela in deltagarna i par. Försök para ihop personer som inte är kompisar. Dela ut ögonbindlar. En person i varje par bär ögonbindeln, och den andra fungerar som dennes guide. Det är guidens ansvar att se till sin partners säkerhet. Guiden får bara svara "ja" eller "nej" på sin partners frågor. Nu är det dags för paren att ge sig ut och gå. Låt paren promenera i femton minuter. De får gärna gå upp- och ned för trappor och gärna utomhus.

Be deltagarna att gå mot ett mål, i eller utanför den lokal ni befinner er i. Efter att paren har gått den första promenaden byter de med varandra, så att den som hade ögonbindeln blir guide och vice versa. Nu har alla deltagare fått prova på att bära ögonbindel och vara guide. Dela in deltagarna i mindre grupper. Låt deltagarna få en möjlighet att reflektera över vad de visste från början, och vad de lärt sig av övningen. Börja gärna med frågorna nedan och fortsätt sedan med frågorna på nästan.

### Hur kändes det?

- Hur kändes det under promenaden?
- Vad var mest svårt?
- Vad var roligast?
- Vad var otäckast?
- Hur kändes det att vara tvungen att lita på någon?
- Hur kändes det när någon litade på dig?

Förklara för deltagarna att det finns olika sorts funktionsnedsättningar som till exempel synnedsättning, hörselnedsättning, nedsatt rörelseförmåga eller psykiskt funktionsnedsättning.

Diskutera sedan tillsammans:

- Vad har samhället för bild av människor med funktionsnedsättningar?  
Vad finns det för fördomar mot människor med funktionsnedsättningar?
- Hur ser det ut i vår närmiljö? Hur tillgängligt är det för personer med funktionsnedsättningar?  
Hur kan miljön göras mer tillgänglig? Är det till exempel verkligen nödvändigt med trappor och trottoarkanter? Prova att rita om skolan/fritidsgården/organisationens lokaler så att de blir tillgängliga.
- Vad skulle kunna förändras i samhället så att en funktionsnedsättning inte nödvändigtvis innebar ett funktionshinder?  
Funktionshinder uppstår i mötet med ett otillgängligt samhälle. Om alla till exempel pratade teckenspråk skulle inte dövhet vara ett funktionshinder på samma sätt.
- Vad "räknas" som en funktionsnedsättning?  
Om någon har svårt att handla för att den glömt sina glasögon hemma betraktar vi inte det som en funktionsnedsättning. Inte heller om man är tvungen att använda kryckor under en tid. Gränsen mellan de som har och inte har en funktionsnedsättning är med andra ord inte given – det är en gräns vi skapar i samhället.

---

## Ordlista

**Funktionsnedsättning** – Människor kan ha funktionsnedsättningar på grund av fysiska eller intellektuella skador eller sjukdomar, syn- eller hörselskador eller sjukdomar, medicinska tillstånd eller psykiska sjukdomar. Funktionsnedsättningar kan vara tillfälliga eller permanenta.

**Funktionshinder** – Funktionshinder uppstår när en person med en funktionsnedsättning möter en miljö som är otillgänglig.

## Tips!

Läs gärna upp berättelsen "Synnedsättning och idioter" på nästa sida om de "extra" funktionsnedsättningar man tillskrivs som person med en synnedsättning.

## Tillgänglighet

I denna övning är det viktigt att alla känner sig inkluderade i diskussionen och inte peka ut deltagare med funktionsnedsättning. Försök bredda diskussionen och fokusera på otillgänglighet i samhället. Övningen går att göra för deltagare med andra funktionsnedsättningar och det går att bredda diskussionen genom att fråga sig hur samhället bör göras tillgängligt vid kombinerade funktionsnedsättningar.

---

## Synnedsättning och idioter

Som person med synnedsättning är jag ofta med om hur jag får beröm för att jag klarar av att göra en massa saker. De flesta som ser dåligt har inga problem med att vare sig idrotta, läsa, resa eller engagera sig politiskt och det verkar förvåna många i samhället. Men många verkar stämpla personer med synnedsättning och blinda som inkompetenta bara för att vi tar oss fram i samhället på ett annat sätt.

Något som ofta händer mig när jag är ute och reser är att alla runt omkring mig är väldigt måna om att just jag ska få sitta. Det är ofta fullt på tågen i Mälardalen men jag får alltid sittplats eftersom tågpersonalen kör iväg folk för att jag ska få plats. Konduktören brukar säga något i stil med "hallå, här kommer jag med en blind som måste få sitta. Kan någon flytta på sig?". Det är konstigt att så många seende inte tror att vi synsvaga kan stå - det är ju synen som är nedsatt, inte benen.

Ett annat tillfälle är köer. Som person med synnedsättning släpps jag nästan alltid fram i köer eftersom många tycker att jag har tillräckligt med problem som inte ser. Då borde jag åtminstone få slippa lidandet av att stå i kö. Som att det skulle vara värre för blinda att vänta!

I skolan får jag ovanligt mycket beröm av mina lärare för att jag är bra på historia trots jag har en funktionsnedsättning. Jag förstår inte varför eftersom jag inte har något problem i huvudet. Bara för att jag har en funktionsnedsättning så stämplar omgivningen mig som en idiot.

---

# Gissa heterot

Den här övningen handlar om att få syn på sina egna och samhällets föreställningar och ”regler” kring heterosexualitet. Vanligtvis är det personer som bryter mot de här reglerna, till exempel homosexuella, som blir utpekade och diskriminerade. I Gissa heterot är poängen att fokusera på normen, det vill säga det vi vanligtvis tar för givet.

**Material:** 10–12 bilder på olika människor (klipp ut ur tidningar). Försök att få en så stor variation som möjligt på bilderna vad gäller kön, könsuttryck, ålder och hudfärg. Undvik bilder på kända personer.

## Gör så här

Lägg ut bilderna på ett stort bord eller på golvet så att alla kan se. Låt deltagarna titta på bilderna en stund. Be dem sedan att välja ut en bild där personen ser ut att vara heterosexuell. Gå igenom de valda bilderna en i taget och låt den som valt bilden förklara valet av bild. Skriv upp de ord deltagarna använder för att beskriva heterosexualitet på tavlan. När alla förklarat, läs upp de ord du skrivit på tavlan.

Dela upp deltagarna i mindre grupper och be dem diskutera:

- Hur spelar föreställningen om kvinnligt och manligt in?
- Hur spelar föreställningen om religiositet in?
- Ser vi olika på människor beroende på vad de verkar ha för etniskt ursprung?

---

## Tillgänglighet

Om det finns personer med synnedsättning med i gruppen kan man istället för att använda sig av bilder låta deltagarna beskriva hur de anser att heterosexuella personer är. Vad jobbar de med? Var bor de? Hur ser de ut? Hur klär de sig?

## Tips!

När man pratar om heterosexualitet glider samtalet ofta över på bi- eller homosexualitet istället. Men då missar man att prata om heteronormen. Tänk på att heteronormen formas av att prata om det som "inte passar in". En kommentar som "bögar är fjolliga" innehåller ju påståendet att heterosexuella killar är någonting annat än fjolliga. Stanna därför upp om du märker att samtalet är på väg att handla om dem som bryter mot normen istället för om normen själv. Diskutera gärna med gruppen varför detta händer. Gå sedan vidare och kom ihåg att det är heteronormen som undersöks.

Det är också lätt hänt att deltagarna slår fast "sanningar" om personer på bilderna, till exempel att en person inte får vara homosexuell i sin etniska grupp och därför måste vara heterosexuell. Betona då att det är våra egna föreställningar vi arbetar med och inte faktiska sanningar.

Om du har svårt att hitta bra bilder kan du använda dig av bilderna i metodboken *Bryt!* ett metodmaterial om normer i allmänhet och hetero-normen i synnerhet som finns att ladda ner på [www.rfslungdom.se](http://www.rfslungdom.se).

# Könsroller

Vilka osynliga regler finns för hur killar och tjejer ska vara? I den här övningen diskuterar vi vad som händer om man bryter mot reglerna, och om killar och tjejer har olika lätt att göra det.

**Material:** Blädderblock/white board, pennor och post it-lappar.

## Gör så här

Markera två punkter på golvet. Den ena representerar feminint, och den andra maskulint. Läs upp en lista med ord. För varje ord ska deltagarna ställa sig vid den punkt de främst associerar ordet till.

Ha orden uppskrivna på post it-lappar. Efter varje omgång sätter du upp post it-lapparna med orden på ett blädderblock under rubriken feminint eller maskulint (beroende på hur de flesta tyckt). Diskutera efteråt om det syns något mönster. Var finns de flesta negativa respektive positiva orden?

## Förslag på ord

|                  |                     |             |
|------------------|---------------------|-------------|
| Vimsig           | Känslig             | Velig       |
| Busig            | Kompetent           | Gullig      |
| Stark            | Rabiat              | Taktiskt    |
| Tävlingsinriktad | Hysterisk           | Kärleksfull |
| Rationell        | Självsäker          | Ond         |
| Intelligent      | Ängslig             | Töntig      |
| Rädd             | Viril               | Vacker      |
| Känslosam        | Prestationsinriktad | Oskuldsfull |
| Aktiv            | Nervös              | Elak        |
| Passiv           | Sexig               | Pålitlig    |
| Impulsiv         | Bestämd             | Lömsk       |
| Förbannad        | Tjatig              | Våldsam     |
| Rolig            | Stöddig             | Stilig      |

Diskutera sedan varför vi tycker att vissa egenskaper är feminina eller maskulina.

- Känner deltagarna igen sig i hur feminint och maskulint beskrivs?
- Om vi låter rubrikerna "feminint"/"maskulint" byta plats – vad händer då?
- Känner de någon som stämmer in på alla orden i feminina respektive maskulina?  
Gör gärna en poäng av att ingen helt lever upp till bilden av då de är just normer.

Diskutera också könsroller i ett vidare samhällsperspektiv:

- Vem bestämmer könsrollerna?  
Utan att någon berättat det för oss "vet vi" vad som räknas som feminint och maskulint. Hur kommer det sig?
- Vad händer om man inte passar in?  
Att bryta mot könsnormer kan handla om allt från att syssla med "fel" sport eller ha lite "fel" längd på håret till att uppleva att man är född i "fel" kropp. Konsekvenserna kan bli allt från att få gliringar till att utsättas för våld.
- Vad händer om man varken kan identifiera sig med det feminina eller maskulina?

## Fördjupning

Det finns inte bara olika förväntningarna på hur killar och tjejer ska vara. Dessutom tillskrivs det maskulina ett högre värde än det feminina. Be deltagarna att fundera över:

- En liten pojke har blå sparkdräkt och en flicka en rosa. Om flickan smutsar ned sin kan hon låna den blåa dräkten. Men kan pojken låna den rosa?
- Ibland säger flickor och kvinnor "Jag var aldrig speciellt flickaktig när jag var liten, jag var en pojkflicka". Vad beror det på? Varför hör man inte män säga att de varit flick-pojkar?
- Varför är det fånigt att hoppa twist och hopprep när man lämnat mellanstadie-åldern medan det är accepterat att spela innebandy och fotboll fast man är vuxen?
- Varför vi skrattar mer när en man klär ut sig till kvinna än tvärtom?
- Uppmuntrar och accepterar skolan /fritidsgården/organisationen alla sidor hos alla? Ger vi tjejer och killar möjlighet att gå utanför mallar och utveckla sin personlighet?



---

Film och reklam är ofta ett bra underlag för att diskutera normer kring kön.

---

### **Könsroller på film**

Se en videofilm tillsammans, analysera sedan männens och kvinnornas beteenden och roller i filmen.

- Vad får vi reda på om de personliga egenskaperna hos männen och kvinnorna?
- Vilken funktion har männen och kvinnorna i handlingen?
- Vem är hjälte?

### **Roller i reklamen**

Leta fram några olika mans- och kvinnoroller som kommer igen i reklambilderna, till exempel karriärkvinnan, karriär mannen, pappan, mamman, tönten, den självständiga, den naturliga, friluftsmänniskan, sexobjektet och så vidare. Skriv upp dem på olika pappersark och klipp ut och klistra dit de bilder som passar.

- Finns det roller som både män och kvinnor får plats i?
- Vad skulle hända om man bytte person i en reklambild mot en av motsatt kön – skulle budskapet bli detsamma?
- Vad skulle hända om vi inte kunde se vilket kön det var?
- Har det samma innebörd att visa lättklädda män och lättklädda kvinnor? Varför/varför inte?

---

## Fakta om killar och tjejer

Inom vissa områden är unga människor mer jämställda än äldre. Men det finns också stora skillnader mellan olika slags ungdomsgrupper. Killar upplever sig mer nöjda med fritidsutbudet. Studier har också visat att killar har mer fritid än tjejer. Bland 16–18-åringar har 36 procent av killarna mer än fyra timmars fritid per dag. Motsvarande andel hos tjejerna är 19 procent. Även i hemmet finns det tydliga skillnader mellan vad killar och tjejer har för uppgifter.

### Andel ungdomar, 10–18 år, som har följande uppgifter hemma:

| Uppgifter i hemmet                      | Killar | Tjejer |
|---|--------|--------|
| Städa eget rum                          | 62%    | 76%    |
| Städa någon annanstans än eget rum      | 24%    | 36%    |
| Laga mat                                | 24%    | 33%    |
| Diska eller plocka i/ur diskmaskinen    | 44%    | 59%    |
| Tvätta, stryka, hänga eller vika kläder | 10s%   | 32%    |
| Utomhusarbete                           | 32%    | 14%    |

Källa: SOU 2001:55; Barn och ungdomsvälfärd, Socialdepartementet

### Olika ekonomiska villkor

Studier har visat att löneskillnaden mellan killar och tjejer i åldern 20–24 år är 17 procent och ligger på samma nivå som 1997. Killar dominerar också i yrken med hög lön.

Källa: SOU 1997:1389; Familj, makt och jämställdhet, Arbetsmarknadsdepartementet

---

# Makt

”Makt” är ett svårfångat ord. Ofta tänker vi på makt som ett redskap: föräldrar har makt över sina barn, statsministern har makt över regeringen, chefen har makt över sina anställda. Men makt kan vara så mycket mer än att kunna bestämma över någon annan. Makt kan vara att betraktas som normal, att ha pengar, att inte vara rädd när man går hem på kvällen eller att känna att andra människor lyssnar på en. Att själv få bestämma hur man ska se ut, hur man utövar sin tro eller vem man vill vara ihop med utan att bli ifrågasatt är också att ha makt över sitt eget liv.

Maktrelationer finns mellan individer, som till exempel mellan förälder och barn, men också mellan olika grupper i samhället. Tittar man på samhällsnivå är det lätt att se hur makt hänger ihop med normer. I styrelserum, bland topp-politiker och i dagstidningarna hittar man vita heterosexuella medelålders män utan funktionsnedsättningar. De som bäst passar in i normen är också de man lättast hittar i maktpositioner.

Övningarna i det här avsnittet handlar om hur etnicitet, funktionalitet, kön, könsidentitet, religion, sexuell läggning och ålder hänger ihop med maktstrukturer i samhället. Men det handlar också om makt som något positivt: vilken makt har jag att göra motstånd mot orättvisor?

# Samhällsstegen

En man som är vit, heterosexuell och medelklass eller en svart, lesbisk kvinna – vem har mest makt? Syftet med samhällsstegen är att diskutera hur kön, etnicitet, funktionalitet och sexualitet hör ihop med maktstrukturer i samhället.

**Material:** Bilder på människor, (klipp ut ur tidningar). Lika många bilder som antalet deltagare. Se till att bilderna representerar en mångfald av människor vad gäller hudfärg, kön, ålder, funktionalitet etcetera.

## Gör så här

Börja övningen med en kort diskussion om vad makt är. Förklara att makt kan vara att ha pengar, inflytande, att synas i tidningar och få uttala sig om viktiga frågor, att betraktas som "normal", att få ett jobb eller att inte ha något problem med att få tag på en bostad.

Dela ut en bild till varje deltagare i rummet. Om det är många deltagare kan man låta två personer dela på en bild. Förklara sedan att golvet i rummet representerar samhället. Vid den ena väggen finns de med minst makt, vid andra väggen de med mest makt. Be sedan deltagarna att en och en, under tystnad, lägga ut bilderna på den plats på golvet där de tror att deras person hamnar. När det är klart, låt deltagarna motivera varför de placerade sin bild som de gjorde.

Diskutera sedan med gruppen om de är överens om hur bilderna hamnat. Om någon inte håller med om hur en bild är placerad, be den flytta på bilden och motivera varför. Vrid och vänd gärna på diskussionen genom att berätta mer om bilderna. Om du fick reda på att personen på den här bilden var böj, skulle han hamna på en annan plats? Om den här kvinnan var rullstolsburen, hur skulle det förändra hennes plats i samhällshierarkin?

Prova gärna att byta sammanhang från samhället i stort till den egna klassen/skolan/organisationen/fritidsgården. Be deltagarna flytta om bilderna igen. Ser hierarkierna annorlunda ut? I så fall, hur?

Avsluta med att sammanfatta de tankar som kommit upp. Gör gärna en runda där alla får säga något om övningen och om de maktstrukturer som finns i samhället.

---

## Tips!

Om deltagarna har svårt att prata om maktstrukturer kan det vara bra att komma med fakta och statistik för att få igång en diskussion:

- Kvinnor tjänar 83% av vad män tjänar.<sup>1</sup>
- I åldern 20–64 år var andelen sysselsatta 2004 nästan 22% högre bland personer med svensk bakgrund jämfört med personer med utländsk bakgrund.<sup>2</sup>

1. Statistiska centralbyrån; På tal om kvinnor och män, Lathund om jämställdhet 2006

2. Statistiska centralbyrån; Fokus på arbetsmarknad och utbildning; Information om utbildning och arbetsmarknad

## Tillgänglighet

Den här övningen är svår om det är någon eller några i gruppen som inte ser. Gör då hellre övningen En bit fram för en diskussion om maktstrukturer.

---

# En bit fram

Vad är det som bestämmer vem som hamnar var i samhället? Denna övning fokuserar på vad som styr vart vi hamnar, men även vilka fördomar och normer vi har.

**Material:** Rollkorten som du hittar på sidan 91.

## Gör så här

Skapa en lugn atmosfär och be deltagarna att vara tysta. Dela ut rollkorten slumpvis, ett kort till varje deltagare. Ge deltagarna tid att läsa texten tyst för sig själv. För att deltagarna ska kunna sätta sig in i sin olika roller läser du nu upp frågorna på sidan 64. Förklara att du läser upp frågorna för att man lättare ska kunna sätta sig in i sin roll samt att man inte behöver komma ihop frågorna som du ställer. Pausa mellan varje fråga så att deltagarna får tid att leva sig in i rollen. Det gör inget om någon har svårt att föreställa sig hur deras roller ser ut och uppmuntra dem att använda sin fantasi för att leva sig in i rollen.

Frågor för att sätta sig in i rollen:

- Hur var din barndom?
- Hur bodde du under din uppväxt?
- Jobbade dina föräldrar, i så fall med vad?
- Var bor du idag?
- Vad gör du på dagarna?
- Var umgås du med dina vänner?
- Vad gör du på eftermiddagen och på kvällen?
- Får du själv ta hand om ditt studiebidrag/barnbidrag?
- Vad gör du på loven?
- Åker du på semester, i så fall vart?
- Vad gör dig glad?
- Vad gör dig rädd?
- Vad drömmer du om?

Be deltagarna, fortfarande under tystnad, att ställa sig upp på en linje bredvid varandra. Berätta att du kommer läsa upp ett antal påståenden. Varje gång som deltagarna håller med, tar de ett steg framåt. Räkna med cirka 30 centimeter. Om rummet är litet står de kvar. Påminn deltagarna om att de tar ställning till påståenden utifrån sina roller. Pausa en stund mellan varje påstående för att låta deltagarna ta ett steg framåt. Be deltagarna att vända sig om för att se deras position i förhållande till de andras.

## **Roller**

- Du är en bisexuell kille, född i Sverige av politiskt engagerade chilenska föräldrar.
- Du är ordförande i en partipolitisk ungdomsorganisation.
- Du är barn till vd:n för ett stort företag och studerar ekonomi på universitetet.
- Du är barn till en invandrad kines som driver en framgångsrik snabbmatskedja.
- Du är en muslim som bor med dina föräldrar som är starkt troende.
- Du pluggar till jurist på universitetet.
- Du är barn till en amerikansk ambassadör och bor i Sverige.
- Du bor i en storstadsförort. Din mamma jobbar som städare, din pappa är arbetslös.
- Du är en sjuuttonårig romsk flicka som inte avslutat grundskolan.
- Du är rullstolsburen och engagerad i ett politiskt ungdomsförbund.
- Du bor ensam tillsammans med din arbetslösa mamma.
- Du är en homosexuell sjuuttonåring som är ordförande i skolans elevråd.
- Du är sexton år och har hoppat av gymnasiet och jobbar på ett lager.
- Du är sjuutton år och född i en tjej kropp men har känt sen dagis att du egentligen är en kille.
- Du är en artonårig flykting som bor i en mellanstor stad i södra Sverige.
- Du är en hemlös sjuuttonåring som är beroende av heroin.
- Du lever som gömd flykting. Du bor tillsammans med din familj i ett rum i en lägenhet.
- Du är en sjuuttonårig kille som dansar balett. När du var liten blev du retad för att du alltid lekte med tjejerna.
- Du är bisexuell och bor i en storstadsförort och pratar inte flytande svenska.
- Du är från en liten by på landet och sitter i rullstol.
- Du är en ensamstående pappa på sjuutton år som går i gymnasiet.
- Du är sjuutton år och har bott i Sverige sedan du var fjorton. Du bor i en förort till en storstad.

- Du är dotter i en starkt troende kristen familj på landet.
- Du är barn till missbrukande föräldrar och bor i en mellanstor stad i Sverige.
- Du är en sjuutton år, homosexuell och bor i en liten by på landet.
- Du har precis flyttat från en stad till en annan på grund av att du blivit mobbad för din hudfärg.
- Du har precis flyttat och bytt gymnasium för att din familj skall få bo närmare din mamma som sitter i fängelse.
- Du är barn till en politiskt engagerad förälder som sitter i kommunfullmäktige.
- Du är en känd modell med ätstörningar.
- Du bor i storstadsförort och dina föräldrar är alkoholister.
- Du är sjuutton år och har varit med i en bilolycka vilket gjort dig förlamad.
- Du är nitton år och praktiserar på din mammas läkarmottagning i centrala Stockholm.
- Du pluggar på en privatskola och festar på Stureplan på helgerna.

## **Påståenden**

- Dina föräldrar hjälper dig med läxorna och uppmuntrar dig i dina studier
- Du har inte haft några ekonomiska problem
- Du har Internet hemma
- Du har ett eget rum
- Du känner att ditt språk, din religion och kultur respekteras i samhället som du lever i
- Du känner att människor tar dina åsikter på allvar
- Du är inte rädd för att stoppas av polisen
- Du vet vart du skall vända dig för råd eller hjälp om du behöver det
- Du har aldrig känt dig diskriminerad på grund av ditt ursprung
- Du kan gå till läkaren om du blir sjuk
- Du kan åka på semester en gång per år
- Du kan bjuda hem kompisar efter skolan
- Du ser positivt på framtiden
- Du känner att du kan studera vad du vill
- Du kan välja att arbeta med vad du vill när du gått ut skolan
- Du har lätt att få sommarjobb
- Dina högtider har en ledig dag i almanackan



- Du kan gå på bio, teater eller gå och fika en gång i veckan
- Du är inte orolig för din framtid
- Du kan köpa nya kläder minst var tredje månad
- Du kan bli tillsammans med vem du vill
- Du kan gifta dig med den du älskar när du fyller 18 år
- Du är inte rädd för att gå hem själv på kvällen
- Du har aldrig känt dig diskriminerad på grund av ditt kön
- Din röst hörs ofta i klassrummet

När alla påståenden är klara ber du deltagarna att sätta sig ner på golvet på den plats de hamnat. Be dem sedan att läsa upp sina roller för varandra. Fråga sedan deltagarna:

- Hur kändes det att ta ett steg framåt – hur kändes det att stanna kvar?
- För de som ofta tog ett steg framåt, när började de märka att andra inte rörde sig lika snabbt framåt som de själva?
- På vilket sätt skiljer sig deras verkliga liv från deras rollers liv?
- Vad kan vi som individer göra för att alla ska hamna lika långt fram i samhället?

I rollkortet finns bara en liten del av varje persons identitet med. Om det inte är utskrivet vad personen har för etnicitet, sexuell läggning, funktionsförmåga eller kön, kan vi fråga oss vad lägger vi själva lägger in? Detta är ett mycket tydligt sätt att synliggöra hur ingrodda våra normer är. Fråga deltagarna om vad som stod på deras rollkort och vad de själva tolkade in i rollerna:

- Vilket kön fick de?
- Vilken hudfärg?
- Vilken sexuell läggning?
- Om inget annat sägs förutsätter vi ofta att en person är vit, man, heterosexuell och utan funktionsnedsättning. Varför?
- Hur stor roll spelade deltagarnas fördomar om människor när de valde om de skulle röra sig framåt eller inte i övningen?

## **Tillgänglighet**

Om någon eller några av deltagarna inte ser, kan du läsa upp deras roller för dem. Förklara under övningen om det är många som står långt fram eller bak.

---

Den här diskussionen är ett bra sätt att lyfta fram osynliga normer.

---

# Forumspel

Makt kan vara något positivt, som i makt att göra motstånd. Den här övningen handlar om hur man själv kan gripa in och hindra diskriminering, och hur man kan säga ifrån i vardagen.

**Material:** En plats att vara på.

## Gör så här

Dela in deltagarna i grupper om 4–5 personer. Ge grupperna cirka femton minuter för att göra en kort diskrimineringssketch. Ämnet skall vara relaterat till deras vardagliga liv, något som skulle kunna hända i deras närmiljö. Sketchen skall sluta i ett negativt diskrimineringsscenario. En person i gruppen skall vara den som diskriminerar, en person skall bli diskriminerad och de andra skall vara passiva åskådare eller medhjälpare.

Grupperna spelar sedan upp sin sketch för varandra. Först spelas sketchen upp i sin ursprungsform. Därefter spelas den upp igen och de som tittar på har nu möjlighet att avbryta sketchen genom att säga "Stopp!". Den som sagt stopp går då in i sketchen och byter ut en passiv åskådare eller den som blir diskriminerad. Deltagarna får med andra ord byta ut den som diskriminerar. Sedan börjar sketchen på samma ställe som den avbröts.

Diskutera med deltagarna:

- Vad förändrades?
- Vad hade den som bytte ut den passiva eller den som diskriminerar för avsikt?
- Hur kändes det för de andra i sketchen när scenariot ändrades?
- Var det lika lätt för den som diskriminerade att fortsätta?
- Kan denna händelse appliceras på verkligheten?  
Är det lättare eller svårare att bryta diskriminering i verkligheten?

## **Tillgänglighet**

Om inte alla hör eller förstår vad som sägs, kan denna övning vara bra att göra under tystnad. Lägg då mer fokus på att använda kroppen så att sketcherna ska visualisera vad som händer. Övningen är dock svår att utföra om inte alla ser. Då kan deltagarna diskutera vardagliga diskrimineringsituationer och ge förslag på hur man som åskådare eller diskriminerad kan agera för att bryta mönstret.

## **Tips!**

Det kan ibland vara svårt att få igång deltagarna och då kan det fungera om du går in och bryter sketchen för att visa hur man kan göra. Uppmana deltagarna att göra likadant efteråt. Om deltagarna känner sig osäkra att agera framför gruppen kan det vara bra att lägga mer fokus på diskussionen. Syftet med övningen är dock att få möjlighet att prova det som kan hända i verkligheten så att de har möjlighet att agera om de ställs inför liknande händelser i framtiden.

# Avslutning & utvärdering

I arbetet med normer och diskrimineringsfrågor väcks ofta starka känslor som är viktiga att fånga upp. Att upptäcka att man tillhör normen kan vara en jobbigt, precis som det kan kännas tufft att påminnas om att man utsätts för fördomar eller diskriminering. I en diskussion om frågor som rör till exempel diskriminering bör du alltid tänka på att flera i gruppen troligen på ett eller annat sätt personligen är berörda av det ämne som diskuteras.

Diskussioner kan också leda till att nya frågor väcks hos deltagarna, till exempel: “Hur behandlar jag mina klasskompisar?” eller “Vad kan jag göra för att påverka?”. Någon av deltagarna kanske blir upprörd eller ledsen eller kanske inte håller med om något som framstår som en sanning i gruppen. Sådana reaktioner är det viktigt att ventilera. I detta sista kapitel finns övningar som ger deltagarna en möjlighet att reflektera kring vad de just gjort. Övningarna är också en möjlighet till feedback för ledaren. Vad har jag lärt mig? Vad tar jag med mig härifrån? Kapitlet innehåller också framåtblickande övningar. Vad kan jag förändra? Vad kan jag börja göra annorlunda?

Det är viktigt att låta deltagarna få ta del av varandras tankar och reaktioner. Utvärdering ger också de deltagare som inte förstått den bakomliggande meningen med övningen en chans att förstå denna. En utvärdering är även viktig för att rätta till eventuella missförstånd som kan ha uppstått mellan deltagare och för att samla gruppen.

# Brevet till framtiden

På vilket sätt kan det du har lärt dig idag förändra ditt sätt att vara? Syftet med denna övning är att för sig själv definiera vad man vill åstadkomma inom det närmaste året.

**Material:** Papper, pennor, kuvert.

## Gör så här

Be deltagarna att skriva ett brev till sig själv. Brevet, som bara de själva får läsa, ska läsas om ett år. I brevet ska de berätta om vad de har varit med om idag. Vad var roligt? Var det något som vara jobbigt? Har de lärt sig något nytt? I brevet ska det också framgå vilka förändringar de hoppas på under det kommande året. Vad har de börjat göra annorlunda efter idag?

När deltagarna skrivit färdigt lägger de breven i ett kuvert som de adresserar till sig själva. Du som ledare samlar in breven och skickar ut dem efter ett år. Påminn deltagarna om att ingen kommer att öppna deras brev förrän om ett år och att det bara är de själva som kommer att läsa vad som står i dem. Om du vill kan du också skriva ner en sammanfattning av workshopen eller utbildningen i alla breven.

# Re:think

Hur du väljer att göra utvärderingen beror förstås på vilken/vilka övningar du gjort. Har ni haft mycket diskussioner i mindre grupper kan det vara bra att utvärdera i helgrupp, så att alla får ta del av de andras tankar. Om diskussionen i helgruppen var hetsig kanske det passar bättre med en lugnare utvärdering där deltagarna inte behöver prata så mycket.

## Utvärdera utan ord

- Be alla deltagare lägga sig ned på rygg på golvet och svara på dina frågor genom att räkna upp sina händer för "ja" och låta armarna vila vid sidan av kroppen för "nej".
- Be varje deltagare att med sin kropp gestalta hur den känner sig efter övningen eller som svar på en specifik fråga du ställer.
- Låt en punkt i mitten av rummet (du kan markera den med en stol) vara "mycket bra" och förklara för deltagarna att ju längre ut mot väggen de ställer sig desto mindre bra är det, och längs väggen är det "dåligt". Ställ sedan en fråga och låt deltagarna placera sig i rummet. En annan variant är att lägga ut stora pappersark på golvet med olika frågor/teman och låta deltagarna sätta ett kryss på varje papper. Mitten på pappret är "mycket bra" och kanten på pappret är "dåligt". Du kan förstås byta ut "mycket bra" och "dåligt" till svar som passar den fråga du vill ställa.
- Be deltagarna sträcka fram handen och svara på dina frågor genom att visa ett finger för "inte så bra" och fem fingrar för "mycket bra".

## Utvärdera med ord

- Dela upp deltagarna i mindre grupper och låt dem tillsammans formulera ett sms (högst 150 tecken) till någon (som du eller de själva bestämmer). Detta sms kan till exempel vara deras gemensamma upplevelse av övningen ni gjort.
- Dela upp deltagarna i mindre grupper och be dem intervjua varandra kring vad de lärt sig, vad som hände, hur de kände, vad som var bäst och sämst osv. Be alla anteckna stödord för att öka sannolikheten att de lyssnar på varandra. Du kan också be de mindre grupperna att få ta del av stödorden efteråt.

- Förklara för deltagarna att ena sidan av rummet är "ja" och andra sidan är "nej". Om du vill kan du ha "kanske" i mitten av rummet. Ställ frågor till deltagarna och be dem förflytta sig i rummet. Du kan ställa frågor om allt från vad de lärt sig och hur de känt till hur övningen genomfördes och vad som var bra och vad som skulle kunna utvecklas till nästa gång. Om du vill kan du låta några i rummet, antingen som själva vill eller som du ställer en rak fråga till, berätta om vad de tänker på och varför de ställt sig där de ställt sig. På så sätt kan deltagarna få ta del av varandras tankar.
- Sätt er i en ring och låt varje deltagare berätta om någonting från övningen som påverkat dem.
- Dela ut varsitt papper till deltagarna och be dem skriva ned svar på den fråga / de frågor du ställer. Du kan också i förväg ha skrivit frågorna på pappret du delar ut till deltagarna.

### **Exempel på utvärderingsfrågor**

Välj de frågor som passar gruppen och ditt syfte bäst. Du kan förstås också komma på egna frågor.

#### Reflekterande frågor

- Har du lärt dig något nytt?
- Vad tar du med dig från den här övningen?
- Hur kändes det att göra den här övningen?
- Berätta om något du tänkt på under den här övningen.
- Varför tror du denna övning är viktig?
- Varför har vi gjort denna övning?
- Mådde du bra under den här övningen?
- Har du tänkt på något den senaste timmen som du aldrig tänkt på tidigare?

#### Frågor för att få feedback

- Saknade du något i övningen?
- Kunde vi ha gjort något annorlunda?
- Hur kan övningen göras bättre?
- Vad var bäst med hur övningen gjordes?



# Sluta, börja, fortsätta

Vad kan samhället och den enskilda individen göra för att motverka diskriminering? Genom att göra en handlingsplan kan man tydliggöra vad man kan förändra – enskilt och tillsammans.

**Material:** Whiteboardtavla/blädderblock och pennor.

## Gör så här

Rita upp tabellen nedan på tavlan eller på ett blädderblock. Förklara vilka "vi" är – det kan handla om klassen, skolan, organisationen eller fritidsgården. Be deltagarna fundera en stund över vad de pratat om under de tidigare övningarna. Låt dem sedan, en och en eller i mindre grupper, skriva ned saker de ska sluta göra, saker de ska börja göra och saker de ska fortsätta göra. Låt dem på samma sätt skriva ner saker man kan göra tillsammans. Fokusera gärna på sådant man kan göra i vardagen som man kan börja med redan imorgon. Be sedan deltagarna berätta om sina förslag inför hela gruppen och skriv upp alla idéer på tavlan.

# Diskriminerings- grunderna

Diskriminering är när man behandlar någon orättvist på grund av etnicitet, funktionsnedsättning, kön, könsidentitet, religion, sexuell läggning eller ålder. Diskriminering handlar också om kränkningar, som att ropa "bög" eller "cp" efter någon.

Ordet diskriminering kommer från latinets *diskrimen* som betyder skiljelinje. Diskriminering handlar just om det; om att göra skillnad och dra gränser mellan den som får vara med och den som inte får det, den som är konstig och den som är normal och den som har och den som inte har. Genom att dra gränser mellan människor skapas de grupper som är grunden för diskriminering.

Det finns lagar som förbjuder diskriminering i skolan och arbetslivet. De diskrimineringsgrunder som finns i svensk lag är kön, etnicitet, religion eller annan trosuppfattning, sexuell läggning och funktionshinder. Att bli retad och orättvist behandlad för att man är kort, har stora fötter eller läspar handlar alltså inte om diskriminering enligt lagens mening. Alla olika alla lika har lagt till ålder och könsidentitet som diskrimineringsgrunder och det är vår förhoppning att detta i framtiden även kommer gälla som diskriminering i lagens mening.

Sedan 2006 finns Barn- och elevskyddslagen. Enligt denna ska alla skolor ha en likabehandlingsplan där de tar upp hur de arbetar förebyggande och akut mot diskriminering och annan kränkande behandling såsom mobbing. Skolorna måste alltså arbeta förebyggande med detta. Lagen säger också att diskriminering inte

kan ske direkt mellan elever. Det klassificeras som trakasserier. Diskriminering kan bara ske genom beslut eller bestämmelser som myndigheter eller skolor utfärdar.

## Diskriminering på grund av Etnicitet

Etnisk diskriminering innebär att någon blir orättvist behandlad på grund av sin hudfärg eller för att den tillhör en viss folkgrupp. Ett exempel på etnisk diskriminering kan vara att någon inte blir kallad till en jobbintervju bara för att den har ett namn som inte låter typiskt svenskt. Det kan också vara att någon inte får MVG i svenska för att den inte har svenska som modersmål.

---

När jag började sjuan och bytte skola skickade svenskläraren mig automatiskt till svenska-2-lektionen eftersom jag hette Demet. Trots mina protester om att jag var född i Sverige och inte behövde något extra stöd var det bara att gå. Anledningen: jag hade ett annat modersmål. Men eleverna med finska som modersmål fick stanna kvar. Så småningom fick jag komma tillbaka till lektionerna men först efter jag hade fått göra ett extra prov. Efter det här kände jag alltid att jag var tvungen att plugga mer än alla andra inför proven. Jag var tvungen att få bättre resultat än andra för att visa att jag förtjänade min stol i klassrummet, att jag var minst lika bra n

---

Om du har frågor eller vill veta mer om diskriminering på grund av etnicitet kan du vända dig till Ombudsmannen mot etnisk diskriminering, DO, [www.do.se](http://www.do.se).

# Diskriminering på grund av Funktionsnedsättning

Funktionsnedsättning kan handla om att man har nedsatt hörsel, syn eller rörelseförmåga, allergi, eller någon form av intellektuell funktionsnedsättning. Orättvis behandling på grund av funktionsnedsättning kan till exempel vara att någon blir retad av sina klasskompisar för att den har en synnedsättning, att en som sitter i rullstol inte kan välja en viss skola bara för att skolan saknar hiss. Det kan vara svårt att dra en gräns mellan vad som är en funktionsnedsättning och vad som inte är det. Mellan att vara fullt seende och helt blind finns många steg. Det finns många som har glasögon och inte skulle klara sig utan dem, men som för den sakens skull inte räknas som att de har en funktionsnedsättning.

Ett funktionshinder uppstår i samspel med omgivningen. Planerade man samhället så att det var lätt att ta sig fram med rullstol skulle det inte vara ett lika stort problem att inte kunna gå. Det är otillgängligheten som skapar funktionshinder.

---

Jag går en internationell inriktning på gymnasiet och en dag var det dags att plocka ut elever som skulle få åka till Vitryssland på ett utbyte. Jag som är jätteintresserad av andra länder anmälde genast mitt intresse men fick senare veta att jag inte skulle få åka på grund av mitt synfel. Det var nämligen en lärare som ansåg att det var olämpligt att elever med funktionsnedsättning åker iväg på resor eftersom folk i andra länder kan ha negativa bilder av personer med funktionsnedsättning. Jag kunde inte förstå vad han menade, jag har nästan bäst betyg i klassen och jag är dessutom en väldigt social person, varför skulle min funktionsnedsättning hindra mig?

---

Om du har frågor eller vill veta mer om diskriminering på grund av funktionsnedsättning kan du vända dig till Handikappsombudsmannen, HO, [www.ho.se](http://www.ho.se).

# Diskriminering på grund av Kön

Till diskriminering på grund av kön räknas både biologiskt kön och självvalt kön. Både män och kvinnor kan bli diskriminerade på grund av kön, men lagen kom till för att skydda kvinnors rättigheter i arbetslivet, skolan och andra områden i samhället. Ofta handlar diskriminering om att kvinnor blir sämre behandlade bara för att de är kvinnor. Det kan handla om att man får lägre lön fast man gör samma arbete, eller att en tjej som söker jobb på ett lager inte får det för att arbetsgivaren inte tror att tjejer är lika starka som killar. Sexuella trakasserier, som när någon tafsar eller är flirtig på ett ovälkommet sätt, är också diskriminering på grund av kön.

---

Jag har alltid gillat att hålla på att mecka med min moppe, så när vi skulle söka praoplats i nian ville jag praoa på en bilverkstad. Min syokonsulent var lite tveksam: "Tror du inte att du kommer känna dig lite ensam där...?". När jag ringde till en verkstad sa de att de bara var killar som jobbade där så att jag kanske inte skulle trivas så bra eftersom jag skulle vara den enda tjejen. Jag blev irriterad på att alla hakade upp sig på mitt kön! Det viktigaste är väl att man är bra på att mecka...

---

Om du har frågor eller vill veta mer om könsdiskriminering kan du vända dig till Jämställdhetsombudsmannen, JämO, [www.jamombud.se](http://www.jamombud.se).

# Diskriminering på grund av Könsidentitet

Idag skyddas transsexuella av lagen mot diskriminering på grund av kön. En transsexuell man som inte fick det jobb som väktare när det framkom att han var transsexuell (alltså född i en kvinnokropp) fick till exempel arbetsgivaren fälld för könsdiskriminering. Men det finns många transpersoner som inte är transsexuella, och som därför inte täcks av lagen. Därför har man föreslagit att även könsidentitet ska inkluderas i diskrimineringsgrunderna. Då skulle lagen skydda alla transpersoner, inte bara transsexuella. Att identifiera sig som transperson kan handla om att man tycker om att gå klädd i det andra könets kläder ibland eller att man varken vill definiera sig som man eller kvinna. Till transpersoner brukar man också räkna intersexuella, alltså människor som fötts med en oklar könstillhörighet.

---

Jag har alltid definierat mig som kvinna, men mina könsorgan ser inte riktigt ut som andra tjejers. Jag föddes med ett intersexuellt syndrom, det vill säga det var svårt att definiera vilket kön jag hade. I puberteten fick jag mer ”manliga” drag än vad jag hade haft innan. Ofta reagerar människor på att de har svårt att se vilket kön jag tillhör. På gymnasiet tog jag mod till mig och började spela i skolans fotbollslag. Ganska snart märkte jag att de andra tjejerna i laget tyckte att det var jobbigt att duscha med mig. Efter att ha försökt prata med en tjej i laget som jag litade på blev allt bara värre. Jag var portad från både tjejernas och killarnas omklädningsrum och hörde hur de andra viskade om mig på rasterna.

---

Om du har frågor eller vill veta mer om diskriminering på grund av könstillhörighet kan du vända dig till Ombudsmannen mot diskriminering på grund av sexuell läggning, HomO, [www.homo.se](http://www.homo.se) eller Jämställdhetsombudsmannen, JämO, [www.jamombud.se](http://www.jamombud.se).

# Diskriminering på grund av Religion eller annan trosuppfattning

Diskriminering på grund av religion eller annan trosuppfattning innebär att någon blir orättvist behandlad för att den har en viss religion eller trosuppfattning. Ett exempel på diskriminering på grund av religionstillhörighet kan vara att en svensk elev får vara ledig på jul medan en muslim inte får vara ledig på eid.

---

När vi skulle gå ut nian anordnade min klass en stor avslutningsfest. Jag fick veta detta bara några dagar innan festen och jag hade inte blivit bjuden. När jag frågade de i min klass som arrangerade festen varför jag inte blivit bjuden sa de "Men du är ju kristen, du dricker ju inte och går inte på fester". Jag frågade då hur de visste detta och de svarade "Det vet ju alla att kristna inte dricker och festar". Jag blev väldigt stött och sårad över att de placerade mig i ett fack bara för att jag tror på Gud. Hade de frågat mig hade de fått ett helt annat svar.

---

Om du har frågor eller vill veta mer om diskriminering på grund av religion kan du vända dig till Ombudsmannen mot etnisk diskriminering, DO, [www.do.se](http://www.do.se).

# Diskriminering på grund av Sexuell läggning

Med sexuell läggning menas heterosexualitet, homosexualitet och bisexualitet. Den osynliga regel som säger att tjejer ska bli kära i killar och killar ska bli kära i tjejer brukar man kalla för heteronormen. Heteronormen kan vara svår att upptäcka, men börjar man leta hittar man den snart överallt. Frågorna "Vad jobbar din mamma och pappa med?" eller "Har du nån kille?" (till en tjej) är exempel på hur man förutsätter att andra människor är heterosexuella. Man måste inte själv ha en viss läggning för att bli diskriminerad eller kränkt. En lärare som till exempel skämtar om en elev som har två mammor utsätter också denna elev för en kränkning på grund av sexuell läggning.

---

När det var dags för skolbal innan studenten ville jag och min tjej gå tillsammans. När vi skulle träna på danser inför balen kom alla med kommentarer om att det skulle se konstigt ut med två tjejer i klänningar som dansade ihop. Det gick så långt att de i festkommittén började diskutera om vi skulle få gå tillsammans eller inte. Helt sjukt! Vi blev jättearga och pratade med vår rektor som också blev arg. Hon berättade för de som ordnade festen att det var ett brott mot lagen om de skulle säga att vi inte fick gå.

---

Om du har frågor eller vill veta mer om diskriminering på grund av sexuell läggning kan du vända dig till Ombudsmannen mot diskriminering på grund av sexuell läggning, HomO, [www.homo.se](http://www.homo.se).



# Diskriminering på grund av Ålder

Ålder är ännu inte en diskrimineringsgrund enligt svensk lag. Däremot finns det en barnombudsman, BO och en ombudsman som arbetar för barn och elevers rättigheter, BEO. Man kan säga att BO och BEO arbetar mot diskriminering av barn och unga. BEO:s uppgift är att se till att skolor följer barn- och elevskyddslagen. I den står det att skolan har ett ansvar för att barn och elever inte kränks eller behandlas illa. Barns rättigheter regleras också i barnkonventionen. I den står det bland annat att barn har rätt att uttrycka sina åsikter i alla frågor som berör henne eller honom. Vuxna har även skyldighet att lyssna på barnet i dessa frågor. Att barn inte har samma rättigheter som vuxna är många gånger så självklart att det inte ses som diskriminering. Den som inte är myndig får ju många gånger inte göra samma saker som vuxna. Men det är viktigt att komma ihåg att det står i barnkonventionen att man har rätt att få framföra sina åsikter i frågor som gäller ens eget liv, och att vuxna har skyldighet att lyssna på dem.

---

I vår kommun har vi ett ungdomsråd som jag sitter med i. När vår fritidsgård skulle läggas ner blev alla jättearg, eftersom det är det enda stället man kan vara på om man är under 18. Jag försökte ringa till den politiker som hade bestämt att gården skulle läggas ner, men han sa bara att det var för sent att göra något åt. Jag tjatade på honom att han skulle lyssna på vad vi hade att säga, men han sa bara att han förstod att jag var ledsen men att kommunen var tvungen att spara. "Ledsen och ledsen, jag är arg, jävla gubbe" tänkte jag (men det sa jag förstås inte). De borde ha pratat med oss ungdomar innan de bestämde sig för att lägga ner gården.

---

Om du har frågor eller vill veta mer om barn och elevers rättigheter kan du vända dig till barnombudsmannen, BO, [www.bo.se](http://www.bo.se) eller barn- och elevombudsmannen, BEO, [www.beo.se](http://www.beo.se).

Ansvarig utgivare: LSU – Sveriges ungdomsorganisationer

Redaktör: Cecilia Törnqvist

Grafisk form: Petra Emtestam

Författare: Malin Kasper Burns, Svenska Scoutrådet, Cecilia Elmqvist, CISV Sweden, Hedvig Nathorst-Böös, RFSL Ungdom, Camilla Nylundh, Sveriges Förenade Gaystudenter och Sara Sjöman, LSU – Sveriges ungdomsorganisationer.

Stockholm 2008

---



Denna publikation är finansierad av Allmänna Arvsfonden. Ansvar för innehållet är uteslutande LSU:s.

---



LSU är samarbets- och intresseorganisationen för Sveriges ungdomsorganisationer. Vårt uppdrag är att utveckla unga ledare och deras organisationer samtidigt som vi påverkar samhället utifrån ett ungdomsperspektiv, i Sverige och världen.  
**info@lsu.se · www.lsu.se**