



# BRYT!

**ett metodmaterial om normer i allmänhet  
och heteronormen i synnerhet**

Forum för levande historia  
RFSL Ungdom

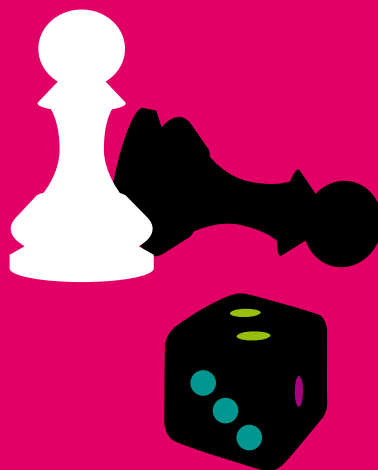
TREDJE UPPLAGAN



# BRYT!

ett metodmaterial om normer i allmänhet  
och heteronormen i synnerhet

Forum för levande historia  
RFSL Ungdom



## **Första upplagan**

*Projektledare* Jorun Kugelberg och Ulrika Westerlund (Forum för levande historia) och Mika Nielsen (RFSL Ungdom)

*Pedagogisk ledare* Sandra Dahlén

*Projektmedarbetare och författare* Mika Nielsen

*Pedagogisk rådgivare* Gunilla Edemo

*Textredaktörer* Stefan Nordberg och Joakim Rindå

*Arbetsgrupp* Maria Ahlsdotter (RFSL Stockholm), Victor Bernhardt (RFSU och queerteatergruppen KUNO), Kristina Börjesson (LSU), Marie Carlsson (RFSL Stockholm), Sandra Dahlén (konsult och utbildare i frågor som rör sexualitet och genus), Petter Forkstam (Röda korsets ungdomsförbund), Jonna Laurin (Friends), Maria Lindberg (skolinformatör för RFSL Stockholm och kursledare vid Stockholms improvisationsteater), Mika Nielsen (RFSL Ungdom), Ola Nilsson (Röda korsets ungdomsförbund)

## **Andra upplagan**

*Ombearbetning* Frida Darj, Hedvig Nathorst-Böös

*Textredaktör* Emilia Åkesson

## **Tredje upplagan**

*Redaktör och ansvarig för ombearbetning* Carl Åkerlund

*Språkgranskning* Frida Darj, Catharina Ek och Anna Glas

*Referensgrupp* Rachel Baran (Forum för levande historia), Kristin Tran (Interfem), Cecilia Elmqvist (LSU), Anna-Kain Wyatt (Unga Hörselskadade), Veronica Berg (RFSL Stockholm) samt Naomi Gruzka, Gustaf Hedman, Felix König, Hedvig Nathorst-Böös och Eddie Summanen (RFSL Ungdom).

*Medskribenter* Gunilla Edemo (»Jag tolererar dig«), Ida Gulbrandsen och Lo Wahlin (delar av »Rita medlemmen«) samt Eddie Summanen (»Att säga stopp!« och delar av »Cis-testet«)

I detta material ingår även metoder från: *Någonstans går gränsen.*

*En lärarhandledning om kön, sexualitet och normer i unga människors liv*, av Gunilla Edemo och Joakim Rindå för RFSL Stockholm

*MOD, Mångfald och Dialog*, [www.mod.nu](http://www.mod.nu)

Forum för levande historias projekt *Gränser* och *Reflex*

*Alla olika alla lika* metodmaterial. LSU 2008

*Grafisk form* Eva Wilsson [www.designevawilsson.com](http://www.designevawilsson.com)

*Tryck* Dixia AB, Stockholm, 2011

*Foto* Sida 28 samt 30–41 Hannah Goldstein; sida 29 Jeanette Andersson; sida 47 Aftonbladet.

Det här är ett material från Forum för levande historia och RFSL Ungdom.

[www.levandehistoria.se](http://www.levandehistoria.se), [www.rfslungdom.se](http://www.rfslungdom.se)

ISBN 978-91-977914-3-4

## STORT TACK

till Ungdomsstyrelsen och alla som har varit en del av arbetet med den tredje upplagan. Alla referensgruppsdeltagare och queerpedagogiska nätverket vars respons har varit ovärderlig. Eddie Summanen för feedback och respons genom hela processen samt tillsammans med Christoph Fielder för boktips, filmtips och revideringen av ordlistan. Carlos Diaz för feedback kring revideringen av övningen »Gissa medlemmen«. Tack till samtliga som på olika sätt har bidragit med inspiration, kritiska reflektioner, pepp och erfarenheter. Sist men inte minst tack alla Bryt!-utbildare som ständigt arbetar med att sprida och utveckla metoderna i materialet.

Sedan Bryt! lanserades för första gången den 15 mars 2005 har mycket hänt. Över tiotusen personer har utbildats utifrån metoderna och materialet har nått många fler. Bryt! har mötts av ett intresse vi aldrig hade räknat med vilket är fantastiskt roligt.

I denna tredje upplaga har vi tagit bort en del gamla men lagt till desto fler nya övningar. Vi har lagt mer fokus på normer kring funktionsförmåga, etnicitet, hudfärg, religiositet, könsidentitet och könsuttryck. I de övningar som är med sedan tidigare upplagor finns det dessutom omformulerade och nya frågor att arbeta vidare kring. Arbetet med den tredje upplagan har skett inom ramen för projektet »Plats för mig?« som finansierades av Ungdomsstyrelsen.

Forum för levande historia arbetar för demokrati, tolerans och mänskliga rättigheter med utgångspunkt i Förintelsen och andra brott mot mänskligheten, ur ett historiskt såväl som ett samtida perspektiv. Myndigheten bedriver en utåtriktad verksamhet med inriktning på kunskap, kultur och utbildning.

RFSL Ungdom, Ungdomsförbundet för homo-, bisexuella och transpersoners rättigheter, är Sveriges enda rikstäckande ungdomsorganisation för hbt-personer. RFSL Ungdom arbetar normkritiskt med och för ungdomar som bryter mot normer gällande kön och/eller sexualitet. Detta görs genom ett brett socialt engagemang och ett intensivt påverkansarbete mot politiker, myndigheter och andra beslutsfattare.

# INNEHÅLL

- 6 INLEDNING
  
- 10 NORMKRITISK PEDAGOGIK
  
- 12 KAPITEL 1: SÅ ANVÄNDER DU DIG AV BRYT!
  - 17 Gruppregler
  - 18 Rundor
  
- 20 KAPITEL 2: NORMER, SÅ FUNKAR DET!
  - 21 Gissa heterot
  - 22 Vem tar vem
  - 24 Gestalta kön
  - 25 Ramarna
  
- 42 KAPITEL 3: EXTREMT OCH STEREOTYPT
  - 43 Helt naturligt?
  - 45 Samtal om reklam
  - 51 Poängjakten
  
- 56 KAPITEL 4: MÖTE MED HETERONORMEN
  - 57 Två berättelser
  - 62 Heteroprivilegier
  
- 64 KAPITEL 5: DET HANDLAR OM MAKT!
  - 65 Samhällsstegen
  - 66 Gissa medlemmen
  - 69 Jag tolererar dig
  - 72 Om man inte vill säga »tack«
  - 82 Cis-testet

84	KAPITEL 6: SE DIG SJÄLV!
85	Rita medlemmen
86	Vilken osynlig lapp sätter andra på dig?
90	Ett steg fram
96	KAPITEL 7: VAD KAN MAN GÖRA DÅ?
97	Allt är möjligt!
98	Tvärtom!
99	Att säga stopp!
102	BÖRJA FÖRÄNDRINGEN
102	Handlingsplan
103	Checklista
106	ATT GÅ VIDARE
110	ORDLISTA
116	BESTÄLL BRYT!-UTBILDNING



# INLEDNING

## Bryt! handlar om normer och makt

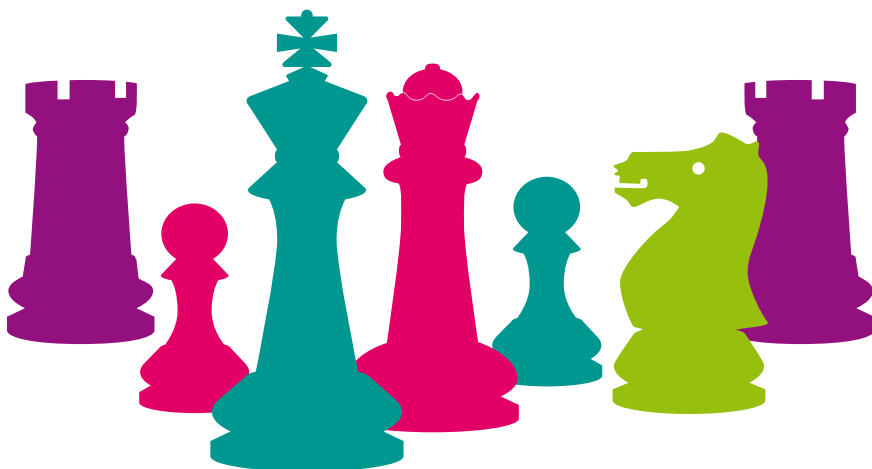
Normer är föreställningar, idéer och oskrivna regler som formar oss som individer, våra relationer till andra människor och hela samhället. Normer är värderingar hos en själv som man kan ha reflekterat mer eller mindre kring att man faktiskt har. I alla sociala relationer i samhället finns det normer som utgör gränserna för hur vi förväntas och får vara. Eftersom normer skapas och förhandlas i mötet människor emellan är de också föränderliga och ser olika ut beroende på tid och plats. Vissa normer som handlar om hur vi ska bete oss tillsammans med andra människor är positiva – som att vi inte ska spotta varandra i ansiktet eller gå in i andra människor på gatan. Vi anpassar oss till de flesta normer utan att tänka på det. Att hälsa med höger hand är en vanlig sådan norm, en oskriven regel som många rättar sig efter utan att reflektera. Så länge ingen bryter mot normerna brukar de vara osynliga, inget man vanligtvis tänker på.

Normer har med makt att göra. Det finns normer som påverkar samhället i stort och avgör vem som har möjlighet till inflytande över samhället eller sin egen situation. Även sådana normer är i regel osynliga så länge ingen bryter mot dem. Få höjer exempelvis på ögonbrynen när Leila berättar om sin nya pojkvän eller när Michel väljer att bära skjorta och byxor till skolavslutningen eftersom det följer normerna. Men om Leila istället berättar om sin nya flickvän? Eller om Michel kommer i kjol och matchar kläderna med nagellack? Med små förändringar blir de båda normbrytare som går mot de oskrivna reglerna för hur en tjej respektive en kille förväntas vara. Att alla förväntas vara antingen tjej eller kille är även det en sådan oskriven regel, en norm som råder i samhället.

Det finns också normer som handlar om hur en människokropp förväntas fungera och se ut. Få personer som kan gå tänker på att två trappsteg upp till en port gör att människor som sitter i rullstol har svårt att ta sig in. Att det är norm i Sverige att vara vit och ha svensk bakgrund märks till exempel genom att människor som inte är vita eller som har utländsk bakgrund utsätts för diskriminering på arbetsmarknaden eller i skolan. Det innebär också att personer som är vita och har svensk bakgrund får privilegier av att normerna ser ut som de gör. Samtidigt som det ofta innebär nackdelar att bryta mot normerna får alltså de som passerar inom normerna fördelar av det.

Tittar vi bakåt i historien ser vi att normer förändras. Idag är det sällan något problem att som tjej i Sverige klä sig i jeans eller andra byxor, något som tidigare i historien var helt tabu. Genom att se på historien kan man





konstatera att normer överallt och i alla tider har spelat en stor roll för vilka som blir förtryckta och diskriminerade. Idag har kvinnor rösträtt och förväntas inte sluta arbeta sedan de fött barn. Normerna för hur män eller kvinnor ska vara har förändrats till viss del. Samtidigt hänger mycket kvar: Sverige har till exempel aldrig haft en kvinnlig statsminister och kvinnor tar fortfarande ut den största delen av föräldraledigheten.

Normer hänger ihop med orättvisor, diskriminering och förtryck. Om man bryter mot normer genom att till exempel ha nedsatt syn eller hörsel, vara homosexuell, vara transperson eller ha en mörk hudfärg så får det konsekvenser. Det kan vara allt från att bli trakasserad i skolan eller inte få ett jobb man söker till att bli utsatt för hatbrott. Människor som bryter mot normerna klumpas dessutom ofta ihop och ses som likadana. Det är till exempel vanligare att någon uttalar sig om hur alla bögar är än om hur alla heterosexuella är. Det är också vanligare att muslimer klumpas ihop än att någon uttalar sig om hur alla kristna eller alla sekulariserade är.

### **Bryt! är ett normkritiskt material**

Att Bryt! är ett normkritiskt material betyder att vi väljer att undersöka hur normer påverkar våra värderingar och vår vardag, istället för att bara fokusera på och berätta om människor som bryter mot normerna. Genom olika övningar ser vi till exempel hur normer bidrar till att människor som inte passar in diskrimineras, och hur det ger fördelar och privilegier när man passerar inom normerna. Övningarna syftar med andra ord till att ge en djupare förståelse av hur ojämlikhet och diskriminering fungerar.

Olika normer hänger också ihop med varandra. Det räcker inte bara med att titta på hur villkoren ser ut för olika grupper. Människors situationer skiljer sig åt även inom olika grupper: det är till exempel skillnad på vilka föreställningar det finns om en vit kille som kan gå och om en vit kille som är rullstolsburen. I övningarna ser vi därför också hur olika normer samverkar.

### Hur ser det ut hos dig?

I allt normkritiskt arbete är det viktigt att titta på och diskutera de normer och strukturer som finns i det egna sammanhanget. Väger vissa människors ord tyngre än andras? Vem eller vilka sätter reglerna för vad som gäller? Vad anses vara rätt och fel, normalt och onormalt? Är det så att människor blir kränkta och/eller särbehandlade i det egna sammanhanget, där man själv befinner sig?

När man arbetar med dessa perspektiv och metoder är det också avgörande att man tittar på sin egen position och på hur man själv gynnas av olika normer. Det kan handla om att reflektera kring frågor som: hur bidrar jag personligen till att olika normer upprätthålls? På vilka sätt får jag fördelar av att vissa normer ser ut som dem gör? Hur kan jag ändra på det?

Att normer bidrar till att vissa personer och grupper får fördelar gentemot andra handlar inte om elakhet eller illvilja. Ofta är det så att man följer normer utan att tänka på det. Det kan handla om att man frågar en tjej om hon har en pojkvän och på så sätt förutsätter att hon skulle vara heterosexuell, eller att man antar att en person som är mörkhyad inte är svensk fastän den har bott i Sverige hela sitt liv. För den som passar in i normerna kan det vara svårt att se hur man själv faktiskt påverkas av dem. Kanske tvivlar man på att normer finns överhuvudtaget eller på att normer och makt hänger samman. Man kanske tar vissa privilegier för givna och missar att se hur dem faktiskt kommer av att man passar in i normen.

### Oskrivna regler

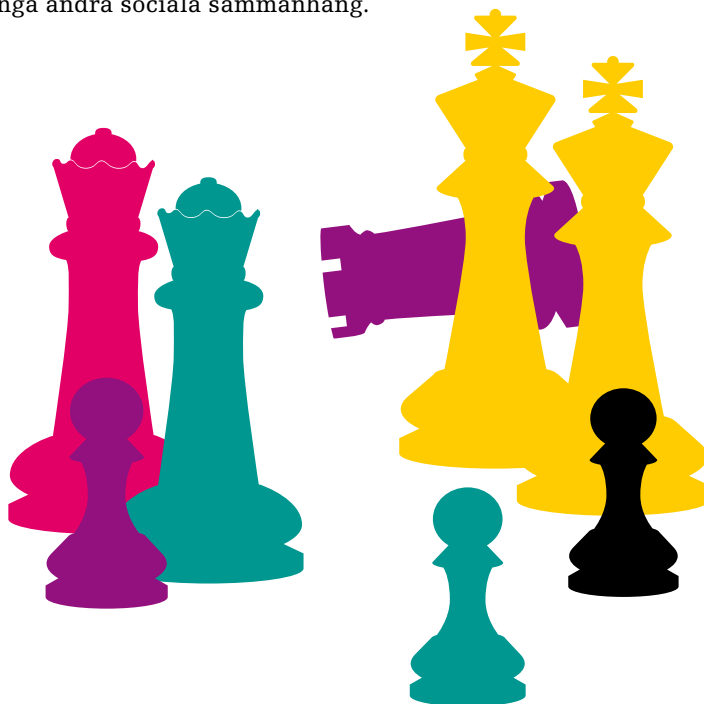
Normer förblir ofta osynliga tills någon bryter mot dem. Därför kan man också prata om normer som just osynliga eller oskrivna regler. Att normer fungerar på det sättet gör också att det kan vara svårt att få syn på normer som man själv passerar inom, men lättare att få syn på de normer man bryter mot. Även om man själv bryter mot vissa normer får man många gånger fördelar på andra sätt, och även om man själv kan se problem med samhällets normer hjälper man samtidigt till att återskapa dem. Man kanske har upplevt och reflekterat kring vad det innebär att bryta mot heteronormen, men om man samtidigt är en sekulär vit person kanske man inte alls har tänkt på hur normer kring religion och hudfärg påverkar en och ger en fördelar.

Det som följer normen ses i regel som någonting »naturligt«, »bra« och »självklart«. Det visar sig exempelvis genom att heterosexuella inte behöver »komma ut« för någon och berätta att de är hetero, att vita personer sällan reflekterar kring vilka fördelar deras hudfärg ger dem och att få personer utan funktionsnedsättningar tänker på vilka fördelar det ger en att kunna röra sig obehindrat, se och höra. Att sakna en funktionsnedsättning, vara vit eller hetero ses helt enkelt som så »normalt« och »naturligt« att det är få som ens tänker på det.

### Bokens upplägg

Metoderna i de första kapitlen av Bryt! undersöker vad normer är och hur människor delas in i olika grupper. Efter det kommer övningar som tittar på hur normerna ser ut i samhället och metoder med hjälp av vilka man kan diskutera hur alla människor är delaktiga i att upprätthålla normerna. I slutet av boken finns övningar och metoder för att omsätta pratet i handling.

Bryt! togs ursprungligen fram med inriktning på ungdomsorganisationer och därför handlade de flesta av frågorna i de tidigare upplagorna om hur normerna ser ut i just organisationer. Sedan Bryt! kom ut första gången 2005 har materialet och övningarna kommit att användas i många andra skilda sammanhang. I denna tredje upplaga har vi därför genom frågor och i texter försökt lyfta att det lika gärna som i organisationer kan handla om hur normer tar sig uttryck i till exempel skolan eller på arbetsplatsen. Övningarna i materialet går naturligtvis också lätt att översätta till många andra sociala sammanhang.



# NORMKRITISK PEDAGOGIK

Ofta när man arbetar för likabehandling och mot diskriminering bygger upplägget på att man vill skapa förståelse, tolerans och empati för människor som blir utsatta för diskriminering, trakasserier och kränkningar. Det kan exempelvis handla om hbt-personer, muslimer eller människor med funktionsnedsättningar.

Det finns en rad risker med att arbeta utifrån ett sådant upplägg. För det första är det stor risk att man missar de normer och maktstrukturer som gör att vissa människor ses som avvikare och andra som normala. Om man exempelvis lägger allt fokus på problemet med att endast ett fåtal homo- eller bisexuella känner att de kan vara öppna med sin läggning i skolan eller i arbetslivet missar man *varför* homo- och bisexuella måste berätta om sin sexualitet gång på gång medan heterosexuella inte behöver göra det. Man missar helt enkelt heteronormen.

För det andra är det ofta en risk att man förutsätter att de människor som ska lära sig om människor som blir utsatta för diskriminering inte blir utsatta själva. Om en grupp ska diskutera huruvida samkönade par ska få gifta sig eller inte tänker man sig oftast att gruppen består av heterosexuella människor – trots att homo- och bisexuella finns överallt.

För det tredje riskerar man att återupprepa normer och inte förändra något i grunden. Normer fungerar så att avvikare ses som »onormala« eller »konstiga« medan de som följer normerna ses som »normala« och »vanliga«. Men det ingår också att de som tillhör normen tillåts diskutera och tycka till om avvikarens villkor och rättigheter. Till exempel diskuteras ofta samkönade pars lämplighet att vara föräldrar med hänvisning till sexuell läggning, medan heterosexuellas förmåga att vara bra föräldrar sällan eller aldrig relateras till sexuell läggning.

Vi har valt att vända på perspektiven. Istället för att bara prata om de som bryter mot normerna vill vi fokusera på hur normer bidrar till att vissa människor ses som avvikare och andra som normala. På så sätt menar vi att man kan synliggöra och ifrågasätta *varför* människor diskrimineras, inte bara tycka synd om och hjälpa dem när det väl sker. Kunskap om avvikarens situation är helt enkelt inte tillräckligt för att skapa rättvisa villkor. Om man ser till kvinnors villkor känner de flesta till att de är sämre än mäns, och alla har någon gång under sitt liv träffat en kvinna.

Trots detta består ojämlikheterna mellan män och kvinnor. Det är alltså en fråga om makt och strukturer, inte bara om attityder. Utbildning om hbt-frågor har under lång tid till stor del gått ut på att man får träffa en transperson eller någon som är homo- eller bisexuell för att på så sätt få kunskap och förhoppningsvis sluta diskriminera. Det är inte tillräckligt. Det behövs även kunskap om hur normer och makt fungerar för att kunna förändra samhället i grunden.

Att arbeta normkritiskt innebär att man ser på hur normer hänger ihop med olika maktstrukturer. Många av övningarna i Bryt! syftar just till att synliggöra hur normer är en fråga om makt, och att göra det tydligt för deltagarna hur ojämlikhet och diskriminering fungerar. Det upplägget vilar bland annat på en tanke om att den som får syn på och kunskap om orättvisor också har mycket större möjlighet att förändra sakernas tillstånd. Normkritisk pedagogik bygger med andra ord delvis på förhoppningen att människor vill gå vidare till handling och fortsättningsvis förhålla sig normkritiskt till sådant som sker i samhället och i den egna vardagen. Några av övningarna mot slutet av boken handlar just om hur man kan gå vidare och skapa förändring.



## KAPITEL 1

# SÅ ANVÄNDER DU DIG AV BRYT!

Det här kapitlet handlar om saker som det kan vara bra att tänka på när du ska arbeta med Bryt!

Här hittar du tips och råd för hur du kan använda dig av metoderna i resten av boken.

Övningarna i det här kapitlet syftar till att skapa bra samtalsklimat och gruppdynamik. Välkommen och lycka till!

Metoderna i det här första kapitlet skiljer sig från dem i resten av boken i den bemärkelsen att dessa metoder främst handlar om att skapa ett bra samtalsklimat och en schysst stämning i gruppen. Det gäller att alla deltagare får komma till tals och att man lyckas skapa ett bra klimat i gruppen för att kunna genomföra metoderna i de andra kapitlen. Du kanske har andra metoder för att skapa bra samtalsklimat? Tveka inte att använda dig av dem i sådana fall.

### Att leda grupper: före, under, efter

Det kan underlätta att ha en eller flera andra personer att ta hjälp av när du ska genomföra övningarna i boken. Det kan handla om att samarbeta med någon annan första gången du använder dig av metoderna, att ha någon som kan titta på när du genomför en övning för att sedan ge dig respons, eller att vara några stycken som kan träffas och bolla tankar kring hur det har gått att använda övningarna. Det är alltid lättare att få syn på vad som händer i de grupper som du leder ifall man hjälps åt. Ibland funkar inte en övning första gången man gör den eller så funkar den inte i vissa grupper. Det är inte hela världen. Våga testa och lära dig av dina misstag.

Du som leder övningarna bör ha erfarenhet av liknande arbete. Det allra bästa är om du har varit med som deltagare när någon annan har använt sig av metoderna. Då är det lättare att förstå och känna igen diskussionerna som kommer upp. Som ledare är det viktigt att du har tänkt en del kring normer och hur de påverkar dig innan du börjar använda övningarna. Annars finns risken att du omedvetet återskapar normer istället för att ifrågasätta dem.

Börja gärna ett utbildningstillfälle med att brainstorma kring ordet normer, så att alla medverkande får en gemensam förståelse för vad ni kommer att prata om. För vissa kanske normer är ett nytt begrepp som behöver förtydligas, medan andra kan ha fått intrycket att målet med övningarna skulle vara att skapa ett samhälle helt utan normer. Syftet med en inledande brainstorm kring ordet normer är att göra det tydligare för alla vilken typ av normer övningarna handlar om.

### Anpassa till gruppen

Anpassa övningarna till gruppen och inled en övning först när du känner dig trygg med och redo för den. Känn dig fri att anpassa och göra ändringar när du använder dig av övningarna. Poängen är att de ska fungera i din grupp, inte att du ska följa boken till punkt och pricka. Fundera också igenom ditt eget syfte med varje övning innan du sätter igång. Kom ihåg

att det är du i egenskap av ledare som styr och att du genom följdfrågor påverkar vilken väg som samtalen tar. När du jobbar normkritiskt är det mycket viktigt att tänka på att diskussionerna ska handla om normen, eftersom det annars finns en risk att pratet börjar handla om avvikare från normen. Det gäller också att samtalet inte fastnar i vad enskilda personer i gruppen tycker är »normalt« eller inte.

Glöm inte bort att alla grupper är blandade och består av personer som både passerar inom normer och bryter mot normer på olika sätt. Hur ser din grupp ut? Tänk gärna igenom hur övningarna kommer att upplevas ur en normbrytares synsätt, beroende på vilket perspektiv eller vilka normer respektive övning handlar om. Fråga dig själv: kan alla göra den här övningen? Blir rummet otryggt om jag gör den här övningen, på bekostnad av den/de som bryter mot normen? Om du känner dig osäker när du ska göra en viss övning kan det vara bättre att göra någon annan övning som du känner dig säkrare på.

### **Konflikter och gruppdynamik**

Förhoppningen med övningarna är att de ska väcka intresse och nyfikenhet. Trots det kan de skapa reaktioner som inte enbart är positiva. Det kan till exempel kännas ovant och hotfullt för deltagarna att upptäcka de fördelar som kommer av att följa normen. Det kan också vara jobbigt att påminnas om vilka nackdelar som följer för den som inte lever enligt normens regler. Men låt dig inte skrämmas av de reaktioner som kan komma upp på vägen utan prata istället om dem. Varför väcker de här frågorna så starka reaktioner? Varifrån kommer reaktionerna? Är det rädslor för det annorlunda eller är det tanken på att förlora makt och status som är jobbig?

Fundera redan innan du börjar med övningarna kring hur du vill hantera olika situationer som kan dyka upp. För en bra process krävs en trygg, tillåtande stämning. Rädslor och aggressivitet blockerar möjligheten till ett bra samtal och det är du som ledare som bestämmer var gränsen ska gå för vad som får sägas. Hur vill du agera om det fälls rasistiska kommentarer? Hur hanterar du det om någon blir kränkt av vad en annan deltagare säger eller gör? Hur är det möjligt att både ha högt i tak i samtalen och samtidigt inte låta övningarna bli tillfällen för att ifrågasätta och klanka ner på personer och grupper som bryter mot normer?

### **Se dig själv**

Målet med Bryt! är att både ledare och deltagare ska få syn på, reflektera kring och verktyg att förändra värderingar som man själv har och normer som råder i ens omgivning. Koppla därför övningarna till hur det ser ut i den egna organisationen, skolan eller arbetsplatsen. Det är viktigt att försöka hitta konkreta exempel. Vilka normer har vi i vår organisation?



Hur går snacket? Vilka oskrivna regler finns hos oss? Vilka grupper har bäst position inom organisationen? Formulera fler frågor som angår din förening, skola eller arbetsplats och låt alla ingå i samtalet.

Oavsett hur många eller vilka av metoderna som gruppen får pröva på så kan det vara en bra idé att som avslutning på en workshop eller utbildningstillfälle summera tankarna om det egna sammanhanget och fundera på olika sätt att konkret arbeta vidare med frågorna. Gör gärna någon av övningarna i det sista kapitlet för att prata om hur deltagarna kan skapa förändring.

### Material

I början av varje övning står det angivet om du behöver något särskilt material och i så fall vilket. Det finns vissa saker du behöver för att genomföra de flesta övningarna, saker som det alltid är bra att ta med sig eller i förväg se till att det finns på den plats där utbildningen ska genomföras. De saker som du nästan alltid kommer att behöva är:

- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Bilder och texter

Flera av övningarna i Bryt! förutsätter att du använder dig av bilderna som finns i boken. Du kan till exempel ta ut bilderna ur boken och laminera dem, så blir det lättare att använda dem med olika grupper. På så sätt håller också bilderna längre.

I kapitel fyra och fem finns övningar som kräver att du använder dig av några texter som finns i boken. Förutsätt inte att alla kan läsa den tryckta texten. Det finns en risk att exkludera personer som har nedsatt syn, någon form av begåvningsnedsättning eller inte behärskar språket om alla deltagare förväntas tillgodogöra sig texterna på ett och samma sätt. Om du vill använda dig av övningarna med texterna och inte känner gruppen väl behöver du i förväg ta reda på vilka hinder det kan innebära att använda sig av en tryckt text på svenska.

När du väljer att använda dig av övningarna med texterna, försök då att underlätta för deltagarna. Det kan till exempel handla om att kopiera upp och dela ut texterna till gruppen. Läs gärna texterna högt eller låt deltagarna läsa upp dem för varandra så att det finns möjlighet att följa med i texten genom att läsa och/eller lyssna. Om det finns möjlighet kan det även vara bra att ge deltagarna möjlighet att läsa igenom texterna inför utbildningstillfället eller under en längre paus.

### Att prata om texter

När du gör övningarna med texterna är det bra att gå igenom vissa saker tillsammans med gruppen för att kunna hitta en gemensam förståelse. Efter att deltagarna har läst någon av texterna kan gruppen gärna börja med att samtala kring frågorna nedan, för att se hur alla har förstått texten.

Alla läser och tolkar texter på olika sätt. Att hitta en gemensam förståelse betyder inte att alla måste tycka samma sak. Istället handlar det om att ta reda på hur deltagarna har förstått och tolkat texten och att rätta ut eventuella frågetecken som kan finnas. Samtala gärna inledningsvis kring texten/texterna utifrån följande frågor:

- ▶ Finns det några ord som behöver förklaras? Skriv på whiteboard/blådderblock upp de ord som väcker frågor tillsammans med förklaringar. Låt gärna gruppen hjälpas åt att förklara ord och begrepp och läs sedan upp dessa högt.
- ▶ Vad har man uppfattat att författarna vill med texten? Har deltagarna olika tolkningar av det eller har alla fått samma uppfattning?
- ▶ Vem eller vilka vänder sig texten till?
- ▶ Finns det något »vi« i texten? Varför tror ni författarna har valt eller inte valt att skriva i »vi«-form?

Bryt! går också att ladda ned gratis som pdf till din dator från RFSL Ungdoms hemsida om du istället för att kopiera vill skriva ut bilderna och/eller texterna: <http://www.rfslungdom.se>

## METOD: GRUPPREGLER

Innan det är dags att börja med ett arbete i en grupp kan det vara bra att upprätta gemensamma regler. Syftet med den här metoden är att skapa en bra gruppdynamik genom att tillsammans komma överens om hur man ska förhålla sig till varandra.

### Material

- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

När man sätter upp gruppregler tillsammans kan det vara bra att formulera hur man *vill* att klimatet ska vara istället för hur man *inte vill* att klimatet ska vara.

Exempel: *Alla får tala till punkt*  
Istället för: *Vi avbryter inte varandra*

### Gör så här

Be deltagarna spåna om vilka regler de tycker ska finnas. Beroende på gruppens storlek kan det vara bra att först ge deltagarna möjlighet att samtala två och två och låta smågrupperna komma med några förslag var. Skriv sedan upp alla förslagen och diskutera dem i helgrupp. Om gruppen har missat någonting som du tycker är viktigt, ta i så fall själv upp det och lägg till det bland reglerna. Skriv slutligen upp reglerna på ett ställe som är väl synligt under hela den tid ni ska jobba tillsammans, till exempel på en whiteboard längs fram i rummet eller på ett papper som du fäster på dörren.

### Tänk på att...

Det är viktigt att det finns utrymme för olika åsikter, men det får aldrig vara på bekostnad av någon. Att slippa bli utsatt bör vara viktigare än att ha möjlighet att uttrycka precis allt man tycker och tänker. Om en regel är: "Det ska vara högt i tak", så behöver en annan regel vara: "Alla ska respektera varandra". Om det rör sig om en grupp som jobbar tillsammans kontinuerligt eller under en längre tid är det viktigt att följa upp den här övningen. Fungerar reglerna? Saknas någonting?

## METOD: RUNDOR

Det är viktigt att det finns utrymme för alla deltagare att komma till tals. Det finns olika metoder för att skapa demokratiska möten och samtal. Ett enkelt sätt är att arbeta med »rundor«. Syftet med den här metoden är att skapa lika villkor för alla i gruppen att kunna prata med och lyssna till varandra.

### Gör så här

En runda går till så att alla sitter i en ring och deltagarna får ordet en och en i taget. Var och en talar till punkt medan de andra aktivt lyssnar. När en person är klar lämnas ordet över till den bredvid och på så sätt går man en runda genom hela gruppen, utan att någon får kommentera eller avbryta innan rundan är klar.

Man kan också använda en »talking stick«, en sak som skickas runt, så att den som har ordet får något att hålla i. Det kan underlätta för den som blir avbruten att påpeka vad som sker genom att då till exempel säga: »Nu håller jag i vår talking stick. Det betyder att det är min tur att prata och att du ska lyssna«. Samtidigt ger det en chans åt dem som tar mer plats än andra att få syn på hur ofta och länge de faktiskt håller i denna »talking stick«, så att de då kan ta ett steg tillbaka och lämna mer plats åt andra.

En runda kan användas till att börja och avsluta möten eller inleda och avrunda ett ämne.

### Må-runda och pronomenrunda

Börja gärna ett utbildningstillfälle med att göra en må-runda och/eller en pronomenrunda.

Under en må-runda får var och en av deltagarna berätta om hur de mår just idag. På så sätt kan man skapa mer förståelse för om någon är trött eller har en dålig dag, istället för att kanske bli arg eller irriterad på den personen.

Under en pronomenrunda får var och en av deltagarna berätta vilket pronomen de önskar att bli kallade, så att du som ledare och resten av gruppen kan tala om personer på rätt sätt utan att göra felaktiga antaganden om personers kön. Pronomen är det ord man använder för att prata om någon i tredje person. Det kan till exempel vara han, hon eller hen. Hen är ett könsneutralt pronomen som man kan vilja bli kallad.

### Tänk på att...

Om något är oklart kan du välja att som ledare ställa en fråga under rundan för att klargöra vad personen menar, men annars är det viktigt att man bara talar när det är ens egen tur. När man har en pronomen-runda i gruppen är det inte meningen att det ska bli diskussion kring vilket pronomen någon deltagare vill bli kallad. Syftet med pronomen-runda är tvärtom att alla ska ha rätt att själva välja sitt pronomen utan att bli ifrågasatta eller utfrågade.

Rundor är en metod som har utvecklats och använts av feminister i olika sammanhang.

## KAPITEL 2

# NORMER, SÅ FUNKAR DET!

Heteronormen är en av de starkaste och mest grundläggande normerna i vårt samhälle. Den handlar om att man måste vara antingen kille eller tjej, att tjejer och killar förväntas vara olika och att det anses vara självklart för tjejer att bli kära i och attraherade av killar och tvärtom.

Heteronormen hänger samman med starka normer som ger människor olika fördelar beroende på till exempel hudfärg, funktionsförmåga och klass.

Det här kapitlet innehåller metoder för att börja få syn på och fundera kring vad normer är och hur de formar våra sätt att tänka och agera.

## METOD: GISSA HETEROT

Den här metoden handlar om att få syn på sina egna och samhällets föreställningar och normer kring heterosexualitet. Vanligtvis är det personer som bryter mot de här normerna – till exempel homosexuella – som blir utpekade och diskuterade. Nu ska vi istället vända på perspektiven. Syftet är att synliggöra och ifrågasätta heteronormen, den många vanligtvis tar för given.

### Material

- ▷ Kopior av bilderna på sidorna 28–41
- ▷ Whiteboardtavla/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Lägg ut bilderna på ett stort bord eller på golvet så att alla kan se dem. Be deltagarna att välja varsin bild som de tror visar en heterosexuell person. Gör en runda och gå igenom de valda bilderna en i taget. Låt den som valt bilden förklara varför man har valt just den. Summera bildvalen genom att skriva en lista på tavlan och upprepa sedan högt de kriterier som deltagarna har gått på när de valt ut bilderna, till exempel »macho«, »manlig«, »smink« eller »vanlig tjej«.

### Diskutera

Låt deltagarna diskutera följande frågor två och två:

- ▶ Hur spelar samhällets normer kring kvinnligt och manligt in när det kommer till att avgöra om någon är heterosexuell?
- ▶ Hur ser samhället olika på människors sexuella läggning beroende på vad de har för hudfärg, klasstillhörighet eller trosuppfattning, om de har eller saknar en synlig funktionsnedsättning?

Avsluta med att diskutera i helgrupp och summera samtalen om heteronormen.

### Tänk på att...

När man pratar om heteronormen glider samtalet ofta över till att handla om homosexualitet, bisexualitet eller transpersoners könsuttryck istället. Då får man inte syn på heteronormen, den bara är. Tänk då på att heteronormen och det som ses som normalt formas av att prata om det som inte »passar in«. Till exempel innehåller en kommentar som »bögar är fjolliga«

påståendet att heterosexuella killar inte är fjolliga. Stanna gärna upp och diskutera med gruppen varför detta händer: varför är det enklare att prata om de som avviker än om normen? Arbeta sedan vidare och kom ihåg att det är heteronormen som diskussionen ska handla om.

Om deltagarna försöker slå fast sanningar om personerna på bilderna kan du behöva påminna om att man faktiskt inte vet något om dem. Det kan till exempel handla om att deltagare hävdar att en person inte skulle få vara homosexuell enligt sin religion och därför måste vara heterosexuell, eller att en person måste vara homosexuell om det är svårt att avgöra vilket kön den har. Man kan omöjligt veta vilka personerna på bilderna är eller vilken sexuell läggning de faktiskt har. Syftet är att få syn på och förhålla sig kritiskt till sina egna och samhällets föreställningar, inte att arbeta med sanningar.

## METOD: VEM TAR VEM?

I vårt samhälle kretsar mycket kring att man ska vara ihop eller vilja vara ihop med någon. Bostads- och familjepolitiken utgår ofta från att två vuxna ska leva tillsammans och filmer och böcker handlar ofta om människors längtan efter att ingå i en parrelation. Men hur kommer det sig att vissa relationer uppfattas som mer sannolika än andra? Syftet med den här övningen är att få syn på normer och sociala gränser kring sexualitet kopplat till kön, funktionsförmåga, klass-tillhörighet, hudfärg och ålder.

### Material

- ▷ Kopior av bilderna på sidorna 28–41
- ▷ Whiteboardtavla/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Lägg ut bilderna så att alla kan se dem. Be deltagarna välja bilder utifrån vilka de tror har en kärleksrelation till varandra. Låt gruppen fritt fundera och diskutera kring vilka de tycker verkar passa ihop. De behöver inte komma överens. Det är snarare en bra grund för samtalet om många olika relationer föreslås.

Undvik gärna att tala om par och fråga istället efter relationer, men gör inte någon poäng av den åtskillnaden eftersom det handlar om att få syn på vilka relationer man tar för givet. Det handlar om vilka ord du väljer



när du ger instruktioner till deltagarna. Om du undviker att tala om par i instruktionerna ger du möjlighet för deltagarna att välja relationer mellan fler än två och skapar på så sätt utrymme för att sedan diskutera tvåsamhetsnormen som oftast visar sig vara väldigt stark i valen av relationer.

### Diskutera

Låt deltagarna motivera relationerna som de har föreslagit.

Gå en runda och ställ följdfrågor:

- ▶ Hur har relationerna valts ut?
- ▶ Hur har ens val påverkats av den ålder, hudfärg, funktionsförmåga eller klasstillhörighet som man har uppfattat att personerna på bilderna har?

Skriv upp stödord utifrån vad deltagarna säger och sammanfatta genom att läsa upp stödorden högt för alla. Diskutera sedan hur det kommer sig att människor ofta parar ihop personer från samma grupp eller kategori med varandra, till exempel vita med vita, personer utan synliga funktionsnedsättningar med varandra, medelklass med medelklass. Diskutera också varför det oftast är just par som bildas och inte relationer där fler än två lever tillsammans?

### Tänk på att...

Det är viktigt att samtalet inte fastnar i vad enskilda personer tycker är normalt eller inte, eller hur någon själv ser på olika grupper. Metoden handlar om att få upp ögonen för oskrivna regler som finns kring vilka som får vara tillsammans och att prata om vad som är vanligast att se i media och på stan.

## METOD: GESTALTA KÖN

Normer och maktstrukturer kring manligt och kvinnligt påverkar inte bara hur vi tänker utan också hur vi beter oss. En person som uppfattas som en kvinna förväntas röra sig och agera på sätt som anses vara feminina. Samma sak gäller för män och maskulinitet. Det som uppfattas som maskulint eller manligt värderas dessutom högre och ges mer utrymme. Syftet med den här övningen är att undersöka normer och föreställningar kring kön på ett konkret och fysiskt sätt.

### Gör så här

Inledningsvis ska alla deltagare sitta i en ring. Be alla att hitta en bekväm ställning och känna efter hur de sitter i stolen, hur de har armarna och hur fötterna känns mot underlaget.

Be dem sedan föreställa sig en schablon av en väldigt kvinnlig kvinna. Om det är svårt att komma på någon kan man tänka på en kändis, någon från en tv-serie eller bara en fantasifigur. Uppmana deltagarna att välja första bästa bild som dyker upp. Ge dem lite tid att riktigt se bilden framför sig.

Nu ska alla sätta sig så som de föreställer sig att schablonen sitter. Be deltagarna än en gång känna efter hur de har armarna, hur fötterna känns och hur hållningen påverkas.

Be därefter deltagarna att lämna sin plats i ringen och börja röra sig runt i rummet på ett sätt som schablonen skulle göra.

När deltagarna rört sig runt i rummet en stund ska de börja uppmärksamma varandra. De kan hälsa på varandra om det känns som att schablonen skulle göra det.

Berätta att schablonen plötsligt får bråttom att hinna med bussen och därför måste skynda sig till busshållplatsen. Låt deltagarna jäkta runt i rummet en stund. Berätta att alla kommer fram till busshållplatsen, stannar där och plötsligt blir väldigt kissnödiga. Uppmana deltagarna att göra vad schablonen hade gjort i samma situation.

Berätta för deltagarna att bussen kommer och låt de sedan återvända till sina platser i ringen.

Nu ska deltagarna föreställa sig en schablon av en väldigt manlig man, en riktig karllakarl. Gör sedan övningen en gång till med den nya schablonen.

### Diskutera

Diskutera sedan hur det kändes att röra sig som de här schablonbilderna av kvinnor och män. Fanns några skillnader och hur kändes de? Vad tar man för utrymme i de olika rollerna? Finns det likheter mellan hur män och kvinnor förväntas bete sig? Vad får det till exempel för konsekvenser när en kvinna rör sig mer som schablonbilden av en man?

### Tänk på att...

Många kan känna prestationskrav kring att röra på sig eller agera inför andra. Det kan också vara laddat med obehag att göra den här övningen i en grupp där man inte känner sig trygg. Var noga med att betona att det inte är fråga om att skådespela och att det inte finns något rätt eller fel, bra eller dåligt. Det är också viktigt skapa en sådan miljö att alla kan känna att det är fullkomligt frivilligt att delta. Följ gärna upp den här övningen med metoden »Ramarna«.

## METOD: RAMARNA

I vårt samhälle har vi mer eller mindre uttalade regler för hur man ska vara som tjej och som kille. Man kan säga att det är två ramar som alla ska passa in i. Antingen ska man vara i killramen där manlighet finns eller så ska man vara i tjejramen där kvinnlighet finns. Syftet med metoden är att få syn på hur de här reglerna ser ut och hur de hänger ihop med normer och maktstrukturer kring etnicitet, könsuttryck och sexualitet. En viktig del av metoden är att samtala kring vilken roll ramarna spelar för vilken makt och status man får.

### Material

- ▷ Whiteboardtavla/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Berätta om våra samhällsramar för kön och att deltagarna nu ska få undersöka dessa ramar. Rita två ramar, det vill säga två stora fyrkanter, bredvid varandra så att alla ser. Berätta att deltagarna kommer att få fylla i ramarna, en ram i taget, men att först ska alla diskutera i mindre grupper kring några frågor:

- ▶ Vad anses vara manligt i samhället idag? Vad anses vara kvinnligt?  
Hur ska tjejer och kvinnor bete sig och se ut i vårt samhälle?  
Hur ska killar och män bete sig och se ut?

Poängtera att det handlar om hur det ser ut i samhället i stort, inte hur man själv personligen tycker att det bör vara. Det gäller att bryta ned begreppen maskulint och feminint i mindre delar och söka efter egenskaper, uttryck och handlingar som anses vara maskulina eller feminina. Gå själv runt och diskutera en stund med varje grupp:

- ▶ Vilka betydelser lägger man in i begrepp som maskulin eller feminin?  
Vad krävs för att en person ska anses vara manlig eller kvinnlig?  
Hur ska personen se ut, vad ska den göra på fritiden, vad äter någon som är manlig eller kvinnlig? Hur lever manliga eller kvinnliga personer?

Återsamlas sedan i helgrupp. Gå en runda och skriv upp stödord i ramarna utifrån vad deltagarna tar upp, till exempel »stark«, »sminkad«, »kåt«, »moderlig«. Fyll i en ram i taget och samla ett antal ord och egenskaper i den första ramen. Gå gärna en runda till på samma ram om det är en liten grupp eller blir få ord. Gå därefter vidare till nästa ram och gör på samma sätt med den. Skriv upp det som beskrivs som kvinnligt i tjejramen och det som beskrivs som manligt i killramen. Deltagarna behöver inte hålla med varandra om alla ord i ramarna, det är tvärtom berikande för diskussionen med många olika perspektiv.

## Diskutera

Samtala i helgrupp kring följande frågor efter att båda ramarna är ifyllda:

- ▶ Vad tänker man när man ser alla orden?
- ▶ Varför är det många ord i killramen som värderas högre?
- ▶ Är det möjligt att leva upp till alla orden i ramarna?
- ▶ Vad får man för fördelar av att hålla sig inom ramarna?
- ▶ Hur skiljer sig normerna för vad som är manligt eller kvinnligt åt när man tittar på olika grupper? Hur påverkas det till exempel av ålder, klass, etnicitet, funktionsförmåga eller könsuttryck?

Lägg gärna till några poänger om de inte kommer upp, som att det är omöjligt att leva upp till alla orden i ramarna. Var tydlig med att killramen kan placeras högre upp än tjejramen eftersom manlighet och killar värderas högre i vårt samhälle än kvinnlighet och tjejer. Peka också på hur manliga män och kvinnliga kvinnor antas vara heterosexuella i vårt samhälle.

### Gå vidare

Rita en tunnare ram runt om den ifyllda ramen. Be deltagarna fundera på vad tjejer eller killar kan göra även om det kanske inte anses vara typiskt killigt eller tjejigt. Skriv upp de saker som deltagarna säger i den tunnare ramen. Det kan handla om när tjejer gör något som står i killramen som att snusa och slåss, eller om när killar gör sånt som står i tjejramen som att sminka sig eller le mycket.

Diskutera sedan:

- ▶ Är det några av orden som skulle funka i båda ramarna? Vilka?
- ▶ Vilka ord funkar absolut inte i båda?
- ▶ Vad händer om någon går utanför ramarna för mycket eller på fel sätt, till exempel om en tjej tar mycket plats eller om en kille är väldigt känslig?
- ▶ Vad finns det för skillnader i vad som då händer för killar respektive tjejer?

### Tänk på att...

Poängtera gärna avslutningsvis hur snäva ramarna är för alla människor och att målet är att ramarna ska luckras upp och inte vara lika begränsande. Om du har skrivit på en whiteboard kan det vara enkelt att gestalta den poängen genom att sudda ut själva ramarna så bara orden står kvar på tavlan, som egenskaper och attribut alla skulle kunna få ha tillgång till.





































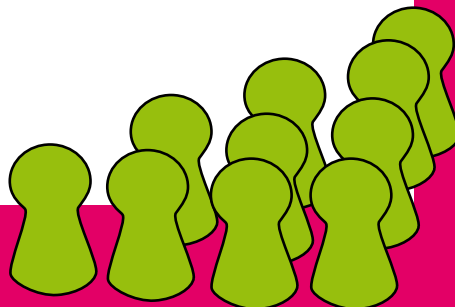
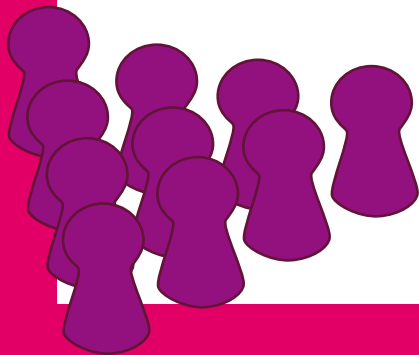


## KAPITEL 3

# EXTREMT OCH STEREOTYPT

I budskap från media eller högerextrema grupper blir normer och föreställningar ofta väldigt tydliga. Att titta på reklam eller flygblad är därför ett bra sätt att få syn på normer.

Väldigt överdrivna bilder kan vara lätta att avfärda och inte ta på allvar, men eftersom media och politisk propaganda påverkar alla människor är det viktigt att diskutera sambandet mellan sådana bilder och hur man ser på människor överlag i samhället.



## METOD: HELT NATURLIGT?

Budskap från högerextrema grupper brukar ofta vara tillspetsade och relativt lätta att avfärda. Men högerextrema grupper använder ofta argument som bygger på idéer som är utbredda i samhället, till exempel idén om hur en normal familj ska se ut. Utifrån bilderna och diskussionsfrågorna i den här övningen kan man vända och vrida på dessa idéer. Syftet är att diskutera kopplingar mellan mer eller mindre extrema uttryck för heteronormen.

### Material

- ▷ Bilderna på sidorna 46–47
- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

Varje samhälle har en tendens att tro att just deras sätt att se på världen är det enda rätta. Men vad som ses som naturligt och evigt förändras historiskt och mellan olika kulturer. Tanken om heterosexualitet som »det mest naturliga« och bilden av kärnfamiljen som det som »alltid har varit« är väldigt utbredd i vårt samhälle. De här värderingarna lever inte av sig själva, utan försvaras av olika grupper. I några av bilderna som hör till denna övning blir det även tydligt hur man i politisk propaganda ofta visar på vad man är emot snarare än vad man är för.

### Diskutera

Den övre bilden på sidan 46 är en bild från den högerextrema gruppen Nationaldemokraterna. Låt deltagarna diskutera i grupper om två eller tre:

- ▶ Vad vill man säga med den här bilden?
- ▶ Vilka signaler ger bilden om vad som anses vara »normalt« eller »naturligt«?
- ▶ Finns det liknande föreställningar utanför de högerextrema grupperna?

Den undre bilden på sidan 46 kommer från den öppet nazistiska organisationen Nationalsocialistisk front. Gör gärna en ny gruppindelning. Låt deltagarna diskutera kring följande frågor:

- ▶ I flygbladet står det: »Låt våra barn växa upp i ett tryggt harmoniskt samhälle.« Vems barn menar man då, vilka är »vi«?
- ▶ Vad menar man med trygghet och harmoni i sammanhanget? Vem omfattas av den tryggheten och vem får ingå i den harmonin?
- ▶ Varför påstår man i flygbladet att samhället måste bygga på just heterosexuella par?
- ▶ Varför står det om sexuella övergrepp i flygbladet?



Den tredje bilden, på sidan 47, kommer från en reklamkampanj som en kristen organisation genomförde i Stockholms tunnelbana hösten 2007.

Diskutera på nytt i smågrupper:

- ▶ Vilka likheter och skillnader finns mellan högerextremisternas budskap och Bevara Äktenskapet-kampanjen?
- ▶ I debatten om samkönade par och föräldraskap hörs ofta argument om att det är viktigt för barn att växa upp med en manlig och en kvinnlig förebild. Vad betyder det? Vilka egenskaper och attribut ska man ha för att anses vara en manlig eller kvinnlig förebild?

Summera samtalet och övningen genom att diskutera följande i helgrupp:

- ▶ Vilka likheter och skillnader finns det mellan budskapen från de högerextrema grupperna och normerna i samhället i stort?

## METOD: SAMTAL OM REKLAM

Ett sätt att få syn på ett samhälles normer och ideal är att titta på hur människor beskrivs i media, såsom tv, tidningar, radio och internet. Mest överdrivet, och därför tydligast, är det kanske inom reklamen. I den här övningen finns svenska reklambilder från olika tider som säger något om idealen för män, kvinnor och familjer nu och då. Syftet är att deltagarna ska diskutera historiska och samtida ideal utifrån bilderna.

### Material

- ▷ Reklambilderna på sidorna 48–50
- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Visa de äldre reklambilderna på sidan 50 och be gruppen att diskutera:

- ▶ Vad kan man säga om mansidealet under den här tiden? Hur skulle män vara och vad skulle de vilja göra?
- ▶ Vad kan man säga om kvinnoidealet? Hur skulle kvinnor vara och vad skulle de vilja göra?
- ▶ Hur skulle relationen mellan kvinnor och män vara?
- ▶ Vilken bild fanns i samhället av kvinnor, män och sexualitet under denna tid och hur ser bilderna ut idag?

Skriv gärna upp vad som sägs i listor på blädderblock eller whiteboard.

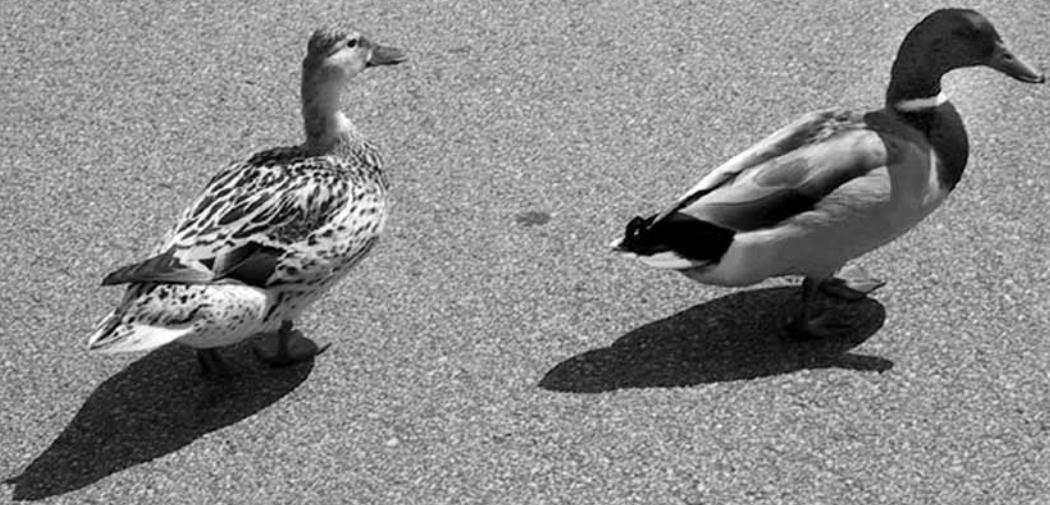
Det kan till exempel handla om en lista om kvinnoideal, en om mansideal och en om familjeideal. Upprepa svaren högt för deltagarna så att det hela blir tydligare. Fortsätt sedan med att diskutera utifrån de nyare bilderna på sidorna 48–49:

- ▶ Hur ser dagens kvinno- och mansideal ut? Hur ser dagens familjeideal ut?
- ▶ Vad får dessa ideal för följd i samhället i stort?
- ▶ Hur kan det vara ett hot att nallen får ta på sig en klänning?
- ▶ Varför har männen på båten boots och heltäckande kläder på sig medan kvinnorna bara har små bikinis?

Sammanfatta övningen genom att diskutera i helgrupp:

- ▶ Vad finns det för skillnader och likheter mellan dagens kvinno- och mansideal och de som kommer till uttryck på de äldre bilderna?

**HOMOSEXUALITY IS ABNORMAL**  
NATIONALDEMOKRATERNA 2003



Låt våra barn växa upp i ett tryggt harmoniskt samhälle med två föräldrar - en mor och en far - utan sexövergrepp och påtvingade onaturliga normer.

**NEJ TILL**

**HOMOFIL-**

**ADOPTIONER!**

**Nationalsocialistisk front**

Box 198, 371 24 Karlskrona

Tel: 0455-208 36

[www.den-svenske.com](http://www.den-svenske.com)

Pg: 86 05 50 -3



bevara äktenskapet



MAMMA PAPPA BARI

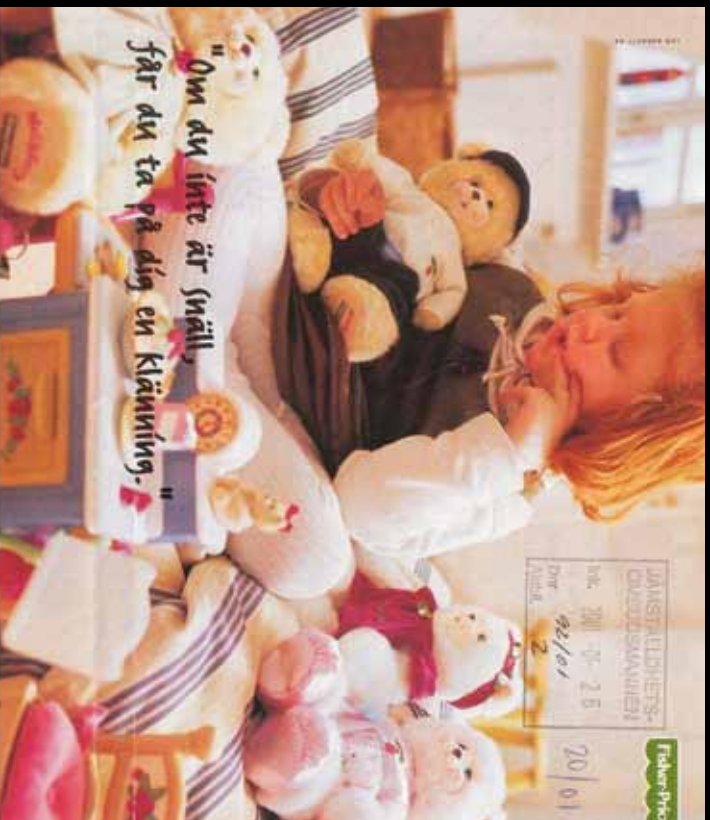
800-11-88

# SFTER SKI



Bergsvärdsgatan 125, 113 56 Stockholm  
Tel. 08-16 50 10

**Avanparaget**



"Om du inte är snäll,  
far du ta på dig en klänning."

JÄMSTÄLLDHETS- OCH LÖNEMÅNEN	20/01
Pris: 200,-	25
Dnr: 92/01	
Antal: 2	

Nallar är inte bara nallar. Barnet betraktar dem som levande varelser. De är alltid redo att bidra de hemliga som man inte vill berätta för vem som helst. Och så blir de aldrig trötta på att leva och busa.

Bishberry Collection från Fisher-Price är en hel värld av söta nallar till barn från 2 år.

Kompletta med kläder, möbler

[www.fisherprice.com](http://www.fisherprice.com)







Väst läste jag väl dörren och släckte i hallen vad funderar jag över hallen för det gör väl ingenfing om huset är tält tills killarna kommer från skolan och undrar om det finns något hemma för dem att äta nu när stefan ska göra middag det ska bli så skönt att gå på yogan det är verkligen mysigt att ha den där lilla tiden för sig själv men Lena säger att hon alltid vill vara med sina barn och det är kanske så för henne och visst vill jag träffa barnen ofta men de här tisdagkvällarna är så lyxiga och nu när jag har börjat åka själv utan de andra så har det blivit mycket lättare och faktiskt så är det skönare också för de andra skulle bara prata i bubbelpoolen efteråt och jag vill bara njuta av allt



**Nyttigt och färskt**

från Kungsgården.

**Stora?  
Ja, men det är ingenting mot  
hennes tvättmaskin!**



DENON AVB-1403 hemmabiorreceiver. I full storlek med 5600 watt.  
Dolby Digital/DTS/ProLogic.  
DENON DVD-900 DVD/CD-spelare. Med scart, S-video och  
2 digitalutgångar. Spelar CD-R/CD-RW/DVD-R/MP3/VCD.

Paketpris endast

**7498:-**

**Hi-Fi** klubben

Öfter en underbar jäktning —  
en underbar whiskey



År 1827 grundades Kockums i Fins Västman av Lord Calvert.  
Kockums engelska stamman och skickade under År 1807.



Det var en jättelick skott som föll till den stora kockerna. Vårken gläde-  
ren tillbringa en sådan dag i skog och mark med gamla vänner!  
Läskes det alla baser är gott nog till en skål för den lyckliga skymmen  
— LORD CALVERT Canadian Whisky. Drick den och säg: "Ah,  
den gamla gods tiden är här igen!" En "jar" whiskey som tilltalar  
den behagliga smaken.

Nr 497 — 1/1 liter 18.—

Kvalitet och tradition

LORD CALVERT

CANADIAN WHISKY



**HAXAN**  
är  
putsmedlet  
FÖR  
NICKEL, KOPPAR  
OCH MESSING  
FABRIKEN TOMTEN

Sen jag fått en IVA-spis  
är det bara *roligt*  
att laga mat!

En modern spis utan lyxpris.  
Kockums IVA-spis har kokplat-  
tor, stek- och bakugn med reg-  
lerbar värme, kokugn, varmvatten  
dygnet om. Den är isolerad och  
sparar 30 % ved. Emaljrad med  
*stark* emalj i trevliga färger. En  
önskespis! Se den hos Er järn-  
handlare eller begär vår bro-  
schyr "Spisar som spara"

**KOCKUMS IVA-SPIS**

KOCKUMS JERNVERK • KALLINGE • TEL. 55  
Stockholm tel. 23 12 84 • Göteborg tel. 317 81 • Malmö tel. 287 34

## METOD: POÄNGJAKTEN

Normer och makt hänger ihop med vem som får synas i media och på vilket sätt. I den här övningen får deltagarna leta i tidningar eller broschyrer efter vissa grupper och diskutera vilka som syns och vilka som osynliggörs. Syftet med övningen är att få syn på om och hur människor från olika grupper representeras i media.

### Material

- ▷ Kopior av listan på personer som ska hittas, sidan 52
- ▷ Pennor till deltagarna
- ▷ Ett antal dagstidningar, magasin eller exemplar av organisationens eget material

### Gör så här

Berätta för deltagarna att de kommer att delas in i lag för att göra en poängjakt. Dela upp gruppen så att det bildas minst tre lag, så att det inte blir en tävling mellan enbart två grupper av deltagare. Det gäller att samla så många poäng som möjligt genom att hitta så mycket av möjligt av det som står på lappen. Om man till exempel hittar »En person utan någon synlig funktionsnedsättning« får man en poäng. För varje person som laget hittar ur en och samma kategori får man en till poäng. Hittar man till exempel en bild där man ser fem personer som var och en är »En person utan någon synlig funktionsnedsättning« så får laget fem poäng. För varje bild kan man självklart också få poäng i flera olika kategorier.

På listan med olika personer de ska hitta gör laget under tiden anteckningar om var och hur man hittat poängen så att man minns och sedan kan redogöra det för hela gruppen. Det finns inget »facit«, vissa saker står uttryckligen eller syns på bild, andra är inte lika tydliga utan kan läsas in. Syftet är förstås inte att ha så många »rätt« som möjligt, utan att prata om normer och hur de förstärks i media. Däremot kan tävlingsinlaget förhoppningsvis tjäna till att skapa mer engagemang kring övningen.

Dela ut det material som grupperna ska gå igenom. Det kan vara dagstidningar, branschtidningar för personer med samma yrke och intressen som deltagarna i gruppen eller informationsmaterial från den egna arbetsplatsen, skolan eller organisationen. Laget får sedan tio-femton minuter på sig att samla in poäng.

# Nu är det poängjakt!

## Ni ska hitta:

- En svensk tjej som ser tjejig ut
- En person utan någon synlig funktionsnedsättning
- En ljushyad kille som ser manlig ut
- En man i medelåldern som ser manlig ut
- En kvinna som ser manlig ut
- En äldre mörkhyad kvinna
- En homosexuell person som har en hög position i samhället
- En person med någon synlig funktionsnedsättning
- En vit heterosexuell man med hög position i samhället
- En kvinna med utländsk bakgrund som har en hög position i samhället
- En kvinna med svensk bakgrund som har en hög position i samhället
- En ung muslim som ser glad ut
- En heterosexuell person
- En homosexuell person
- En homosexuell kvinna med utländsk bakgrund
- En vit person som har en låg position i samhället
- En mörkhyad homosexuell man
- En vit person utan några religiösa symboler

## Återsamling och statistik

När lagen är tillbaka är det första steget att räkna poäng och göra »statistik« utifrån vad de har samlat in. Hur många har hittat »En mörkhyad homosexuell man« eller »En vit heterosexuell person med hög position i samhället«? Och så vidare. Skriv upp statistiken och upprepa högt, så att deltagarna får större möjlighet att se och höra. När alla har redovisat sina poäng kan du sammanfatta resultaten genom att läsa upp dem högt för gruppen. Diskutera vilka som är över- respektive underrepresenterade i resultaten:

- ▶ Vilka hittade man först? Hur kommer det sig? Vad var svårt att hitta?
- ▶ Vilka hittade man inte alls? Är orsaken till att vissa är svåra att hitta att de knappt existerar, att de inte riktigt »får synas« eller att man inte ser vissa personer och företeelser trots att de finns där?
- ▶ Fick personerna uttala sig i artiklar eller var de bara med på bild?

## Hur har man tolkat bilderna?

Gå vidare med att låta deltagarna diskutera kring kriterierna för det som hittats. På bilder syns oftast bara en liten del av varje persons identitet. Om det inte är tydligt på bilden vad personen har för etnicitet, sexuell läggning, funktionsförmåga eller kön, vad lägger vi då själva in? Fråga deltagarna om hur de har tolkat personerna på bilderna:

- ▶ Hur har man tolkat personerna på bilderna? Hur har man bestämt vem som heterosexuell? Vad som är tjejigt och killigt, kvinnligt och manligt? Vem som är en svensk person? Vem som är en person med utländsk bakgrund? Och så vidare. Fråga gärna kring alla de egenskaper som efterfrågas i listan på personer.

Be lagen redogöra för hur man har tänkt. Skapa utrymme för olika lösningar och synsätt. Låt deltagarna resonera kring sina egna föreställningar om personerna på bilderna och runt de problem som finns med att stoppa in folk i fack.

## Hur skildras olika grupper?

Därefter är det dags att gå vidare och fokusera på hur personer ur olika grupper skildras på olika sätt. Normer behöver inte nödvändigtvis handla om vad som är det vanligast förekommande. Det kan vara mer subtilt än så, det kan till exempel handla om hur olika personer beskrivs och framställs med rubrik och bildtext, hur bilderna är komponerade och vilka sammanhang de får vara med i. Låt lagen jämföra bilderna ur varje enskild kategori. Låt dem till exempel börja med att titta på alla bilder med »En ljushyad kille som ser manlig ut« och jämföra dessa. Därefter går laget vidare och diskuterar bilderna i nästa kategori, i valfri ordning.

Diskutera i lagen:

- ▶ Vad har bilderna i den här kategorin gemensamt? Tittar personerna in i kameran? Ur vilka vinklar är bilderna tagna? Är det mörka eller ljusa färger? Får man en positiv eller negativ känsla av bilderna? Ger bilden ett intryck av till exempel styrka och förtroende, eller av svaghet och kyla? Låt laget själva försöka sätta ord på vilka intryck bilderna ger.

Låt lagen därefter jämföra det sammantagna intrycket av bilder ur olika kategorier:

- ▶ Varför framställs personer ur vissa grupper på mer fördelaktiga sätt? Vilka tjänar på det?
- ▶ Vad får det för konsekvenser att personer skildras på olika sätt beroende på vilken grupp de tillhör eller anses tillhöra? Hur påverkar det samhället och våra föreställningar om olika personer och grupper?

### Avslutande reflektioner

Om det behövs kan det vara på sin plats med en summering av samtalen och poängletandet. På vilka grunder läser vi av människor? Vad finns det för synliga och osynliga kriterier när vi läser av personer? Vilka grupper har bäst position i vårt samhälle? »Bra« position kan handla om allt från att ses som normal, till att bli tagen på allvar, att få göra sin röst hörd eller inneha höga chefs- och politikerposter.

Om deltagarna inte har tittat på verksamhetens egna informationsmaterial och broschyrer, be dem i sådana fall diskutera kring hur det ser ut i den egna organisationen. Dela in deltagarna i smågrupper och be dem reflektera över poänglistan. Vilka finns i organisationen? Vilka syns i organisationens material? Skildras personer olika utifrån vilken grupp de anses representera? Är materialet missvisande ifråga om representation? Vilka har höga poster inom organisationen och vilka har låga? Vilka osynliggörs och vilka är norm?



Q<sub>10</sub>  
U<sub>3</sub>  
C<sub>8</sub> I<sub>1</sub> S<sub>1</sub> P<sub>1</sub> E<sub>1</sub> R<sub>1</sub> S<sub>1</sub> O<sub>2</sub> N<sub>1</sub>  
Ä<sub>4</sub> E<sub>1</sub>  
K<sub>3</sub> Ä<sub>4</sub> R<sub>1</sub> L<sub>1</sub> E<sub>1</sub> K<sub>3</sub>  
L<sub>1</sub> Y<sub>8</sub>  
A<sub>1</sub> F<sub>4</sub> E<sub>1</sub> T<sub>1</sub> T<sub>1</sub>  
N<sub>1</sub> O<sub>2</sub> R<sub>1</sub> M<sub>3</sub> A<sub>1</sub> T<sub>1</sub> Ä<sub>4</sub>  
T<sub>1</sub> A<sub>1</sub> L<sub>1</sub> A<sub>1</sub> N<sub>1</sub>  
K<sub>3</sub> D<sub>1</sub>  
S<sub>1</sub> T<sub>1</sub> A<sub>1</sub> R<sub>1</sub> T<sub>1</sub> A<sub>1</sub>  
G<sub>2</sub> R<sub>1</sub>  
E<sub>1</sub>  
R<sub>1</sub>  
A<sub>1</sub>

## KAPITEL 4

# MÖTE MED HETERONORMEN

Hur känns det att leva som homo- eller bisexuell i ett heteronormativt samhälle?

Vad möts man av när man inte faller inom ramen för det som ses som normalt och vilka privilegier får man av att leva som heterosexuell i ett samhälle präglad av heteronormen?

Det här kapitlet handlar om erfarenheter av att bryta mot normer, samt om hur normer förändras och lever kvar.

T<sub>1</sub> Y<sub>8</sub> S<sub>1</sub> T<sub>1</sub>  
R<sub>1</sub> N<sub>1</sub>  
H<sub>3</sub> E<sub>1</sub> T<sub>1</sub> E<sub>1</sub> R<sub>1</sub> O<sub>2</sub>  
V<sub>4</sub> R<sub>1</sub>  
L<sub>1</sub> A<sub>1</sub> R<sub>1</sub> M<sub>3</sub> A<sub>1</sub>

S<sub>1</sub>  
V<sub>4</sub>  
E<sub>1</sub>  
N<sub>1</sub>  
N<sub>1</sub>  
E<sub>1</sub>

## METOD: TVÅ BERÄTTELSE

Här följer två texter som båda handlar om homo- och bisexuella kvinnors erfarenheter av att leva i ett heteronormativt samhälle. Trots att det skiljer nästan trettio år mellan texterna har de stora likheter. Båda ställer till exempel heterosamhällets normer till svars för förtrycket av homo- och bisexuella. Men det finns också stora skillnader. Syftet med den här övningen är att diskutera om – och i sådana fall hur – samhället har förändrats under de trettio år som har gått mellan det att texterna skrevs.

### Material

- ▷ Kopior av texten »Sanna mina ord«, sidorna 58–59
- ▷ Kopior av texten »Öppet brev om lesbisk kärlek«, sidorna 60–61

### Gör så här

Låt deltagarna läsa texterna inför utbildningstillfället eller i lugn och ro under en längre paus. Det går också bra att läsa texterna högt i gruppen. Underlätta i sådana fall för deltagarna att ta till sig texterna genom att ge alla varsin text att följa med i. Låt därefter alla deltagare säga något om texten i en runda. Var det något särskilt de tänkte på? Var det några tankar eller frågor som dök upp? Var det några ord som behövde förklaras? Efter rundan kan ordet släppas fritt för samtal kring de frågor och funderingar som har lyfts i rundan. Gå därefter vidare till diskussionsfrågorna.

### Diskutera

- ▶ »Öppet brev om lesbisk kärlek« är över trettio år gammal. Texten beskriver en vardag med smussel på arbetsplatsen och fasa för fikarasterna. År 2003 kom en undersökning från RFSL som visade att hälften av alla homo- och bisexuella inte var öppna med sin sexualitet på jobbet. Skulle texten lika gärna kunna ha skrivits idag? Varför? Varför inte?
- ▶ Kri Bohm beskriver samhällets ideal när det kommer till kärleksrelationer och familjebildning. Hur ser idealen ut idag? Har det skett någon förändring? Vad är sig likt?
- ▶ Både Sanna Berg och Kri Bohm beskriver olika effekter av att bryta mot heteronormen, men deras frustration tar sig inte samma uttryck och de ställer olika krav. Vilka är skillnaderna mellan texterna? På vilka sätt skiljer sig deras krav åt?

# Sanna mina ord

Jag är inte heterosexuell. Jag har varit ihop med 4 killar och 0 tjejer. Ganska många tror att jag är 100 % hetero. När jag pratar med människor jag inte känner så väl om någon tjej som jag blivit intresserad av eller försökt ragga på blir de ofta ganska förvånade. De brukar säga saker som »men Sanna, hade inte du en pojkvän nyss?«. Varför ska man alltid behöva lägga fram bevis för sin sexualitet? Alltid om någon är homo eller bi så ska det bevisas och ifrågasättas. »Ameh, du kan ju inte vara bisexuell, du har ju aldrig haft en tjej«, eller »Hur kan du vara säker på att du är homo om du aldrig varit med någon av samma kön?«. Men alla heterofascister som alltid ska ifrågasätta andra människor, hur fan vet ni att ni är hetero om ni aldrig provat att vara ihop med/ha sex med någon av samma kön? Varför ifrågasätter man inte någons heterosexualitet om den är oskuld eller aldrig haft ett förhållande? Hur vet jag att jag är bisexuell? För att jag attraheras av, blir kär i och tänder på både tjejer och killar. Så enkelt är det. Och jag behöver inte bevisa någonting, för det handlar om MINA känslor, känslor som bara jag bär omkring på.

## **På ungdomsmottagningen.**

*Ibland händer det att man behöver gå till ungdomsmottagningen och ha en vilt främmande människa rotandes mellan benen. Det är inte alltid så kul, och ibland blir det värre av fördomsfull personal. Här är en liten historia om när jag sist var och flashade mina privata delar.*

Idag var jag på ungdomsmottagningen och träffade en barnmorska. Hon var snäll på alla sätt och vis, men det är alltid samma sak på det där jävla stället. »Har du stadigt sällskap, någon pojkvän?«. Varje gång någon ställer den frågan vill jag bara skrika »NEJ DIT'T MIFFO JAG HAR FLICKVÄN! MAN KAN FAKTISKT HA DET OCKSÅ!«, liksom bara för att sätta personen ifråga på plats.

Sen när jag låg där i gynstolen med benen i vädret och kände mig extremt utlämnad började hon prata om hur man skulle kunna få tjejer att slappna av mer under undersökningen. »Man kanske skulle sätta upp någon affisch i taket, på några snygga killar kanske«.

Jag gillar killar och tjejer, men jag vill inte behöva se vare sig snygga killar eller tjejer när jag blir gynundersökt. Det är säkert så att mest heterotjejer kommer till ungdomsmottagningen, men det spelar liksom ingen roll. För titt som tätt dyker det upp en flata eller bitjej där, och blir jävligt less på frågan »har du kille?«. Tänk er en mottagning som till alla tjejer ställde frågan »jaha, har du något stadigt sällskap, en flickvän kanske?«.

Vänd lite på begreppen och sätt dig in i andras situation så kanske du förstår hur jobbigt det kan vara att släpa heteronormens skit efter sig hela tiden. Och våga säga ifrån! Våga säga, »nej kära barnmorskan, men jag har en flickvän och hon är bäst!«. För människor kan ändra på sig, och om barnmorskan träffar tillräckligt många tjejer som inte är hetero kanske hon eller han slutar förutsätta att alla är det.

### **Kan du hångla utan trubbel?**

Idag åkte jag tunnelbana. Mitt emot mig satt två människor som var så kära eller kåta i varandra att de inte kunde låta bli att grovhångla. Jag stördes inte så mycket av det, kära människor är rätt trevligt tycker jag (ja, så länge jag inte är typ sjukt olycklig eller kärlekskrank och mest vill skjuta alla som visar ömma känslor offentligt). Men sedan tänkte jag om. Deras hångel var helt okej för mig, och säkerligen helt okej för resten av tunnelbanevagnen också (ja, de som bemödade sig med att kolla upp ur sina metrotidningar). Men hur hade det varit om det hånglande paret varit av samma kön? Jag hade inte misspeppat, kärlek som kärlek liksom, men fatta hur många dubbla blickar de fått. Om de råkat visa sin kärlek offentligt framför fel människor hade de riskerat påföljder. RFSL har gjort en studie om hbt-personers utsatthet som visar att 12% har utsatts för våldsbrott. 80% har mött förtal, förolämpningar och verbala trakasserier. Du som är hetero, tänk dig själv, du sitter bara och myser lite med din tjej eller kille, helt plötsligt skriker någon »jävla hetero«. Eller så blir ni jagade när ni gått av bussen eller tunnelbanan. Eller så blir ni misshandlade. Eller så blir ni dödade.

Många heterosexuella par har ingen jävla aning om hur sjukt lyckligt lottade de är. Vilket jävla privilegium det är att få visa sin kärlek överallt. Det borde vara en mänsklig rättighet, det borde vara något för alla, något självklart. Men än så länge är det inte så, hånglar du på tunnelbanan eller bussen med någon av samma kön så måste du vara beredd på att människorna runt omkring dig reagerar.

*Sanna Berg*

Texterna är hämtade ur fanzinet *Sanna mina ord* av Sanna Berg som producerades 2005 i samarbete med Forum för levande historia.

## Öppet brev om lesbisk kärlek

En kvinna ska gifta sig och skaffa barn. Även i det moderna Sverige med sin »befria mannen« inställning genomsyrar det samhället. Två kvinnor som älskar varandra kan inte prestera något synligt resultat: ett barn. Det är en form av kärlek som inte passar samhället. Däremot kan de lägga ner en massa kärlek i sitt yrke och på så vis ge sin tribut till samhället. De ger mer än nog av sin tid och sitt kunnande i sina arbeten. De kvinnorna borde kunna känna sig tillfreds med sin insats i tillvaron. Det gör de inte. De oroar sig och känner golvet gunga när det drar ihop sig till kafferast. Tänk om DET kommer fram. Hemligheten – det farliga. Att de valt att leva ihop med en kvinna istället för en man. Vad finns väl att ställa upp mot kollegornas prat om småbarn och dagis och gubben och sommarkåken som ska rustas upp.

Själv börjar man närma sig de fyrtio och inte minsta lilla snopp i sikte. Bara en väninna som man ska åka till Gotland med. Det börjar verka tjatigt det här, säger den ständigt närvarande inre rösten. En väninna. Kanske till och med samma väninna som förra året. Och året dessförinnan. Ve och fasa. Tänk om kollegorna börjar fatta misstankar.

En god vän säger »Här har jag arbetat flera år tillsammans med personer som har fördomar mot homosexuella. Fast de vet inte om att jag är lesbisk. En vacker dag spricker bubblan och de får reda på att även jag hör till den kategorin. Då måste de börja tänka om. Mig har de gillat och umgåtts med på fritiden. Då kan de inte bara skjuta bort mig när den lesbiska biten i min personlighet kommer fram. De fördomsfulla måste ändra inställning och grunden till tolerans är lagd«.

Resonemanget låter i och för sig bestickande. Men bakom den tjugiga slutklämmen ligger flera år när min goda vän mått dåligt. När hon inte vågat hävda sin mening då diskussionen vänt sig mot homosexualitet. När hon skrattat ihåligt åt något billigt skämt om homo istället för att berätta om vad en sådan förbindelse skänkt henne i fråga om värme och ömhet.

Siv arbetar inom sjukvården. Hon sväljer sin stolthet och förnekar vem hon är – på arbetsplatsen. Inför alla som tafsar på och baktalar dem som de inte vet något om: lesbiska kvinnor. Siv vågar inte avslöja för sina arbetskamrater. Hon har knappt fyllt tjugo. Självföraktet sitter som en stor präktig ryggsäck mellan hennes skulderblad.

Ett vanligt sätt att angripa homosexuella människor är att förlöjliga deras känslor. Varför? Kanske för att skrattet stoppar upp alla »förbjudna« tankar, och sedan sitter alla nöjda med sin Sture och den inrutade vardagen.

Vad jag vill åt är intoleransen mot homosexuella så att de slipper smussla med sina liv. Att vara lesbisk innebär ofta att se omvärlden som en enda stor fiende, och det är en hemsk tillvaro.

*Kri Bohm*

Texten är hämtad ur boken *Öppet brev om lesbisk kärlek* som gavs ut 1977 på bokförlaget Forum.



## METOD: HETEROPRIVILEGIER

Sanna Berg skriver om de fördelar heterosexuella får av heteronormen. Hon nämner till exempel heteroprivilegiet att kunna visa sin kärlek offentligt utan att riskera att bli utsatt för trakasserier motiverade av hat mot ens sexuella läggning. Vilka fler heterofördelar finns det förutom de som tas upp i texten? Syftet med den här övningen är att synliggöra sådana privilegier, och att diskutera hur snäva och begränsande normerna egentligen är.

### Material

- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Be deltagarna sätta sig i smågrupper och komma på minst tio privilegier som heterosexuella har i vårt samhälle. Det kan röra sig om privilegier på en strukturell nivå såväl som på en mer vardaglig nivå. Hjälp grupperna att komma igång genom att ta några exempel, som att heterosexuella inte behöver komma ut eller att heterosexuella par har större chans att få adoptera barn. Efter några minuter är det dags att samla ihop alla deltagare och göra en runda där smågrupperna får redovisa vad de har tagit upp. Skriv gärna upp stödord utifrån de privilegier som deltagarna kommer på.

### Diskutera

Diskutera därefter vad som krävs mer än att bara vara heterosexuell för att ha dessa privilegier. Fundera kring hur andra faktorer spelar in. Vilken betydelse har sådant som religion eller trosuppfattning, hudfärg, funktionalitet, könsuttryck och ålder? Om två heterosexuella personer i en relation till exempel har olika hudfärg, ålder eller om kvinnan är mycket längre än mannen kan det räcka för att få blickar på stan. På samma sätt kan det få konsekvenser i olika situationer om den ena är transperson eller om någon i relationen har en funktionsnedsättning.

Gå vidare genom att prata inom gruppen om hur det är möjligt att ta sitt ansvar för att förändra hur normerna ser ut. På vilka sätt är man med och stärker normerna genom sitt sätt att vara och bemöta andra människor? Hur kan man undvika att göra det, och hur kan man gemensamt agera för mindre snäva och begränsande normer?

### Tänk på att...

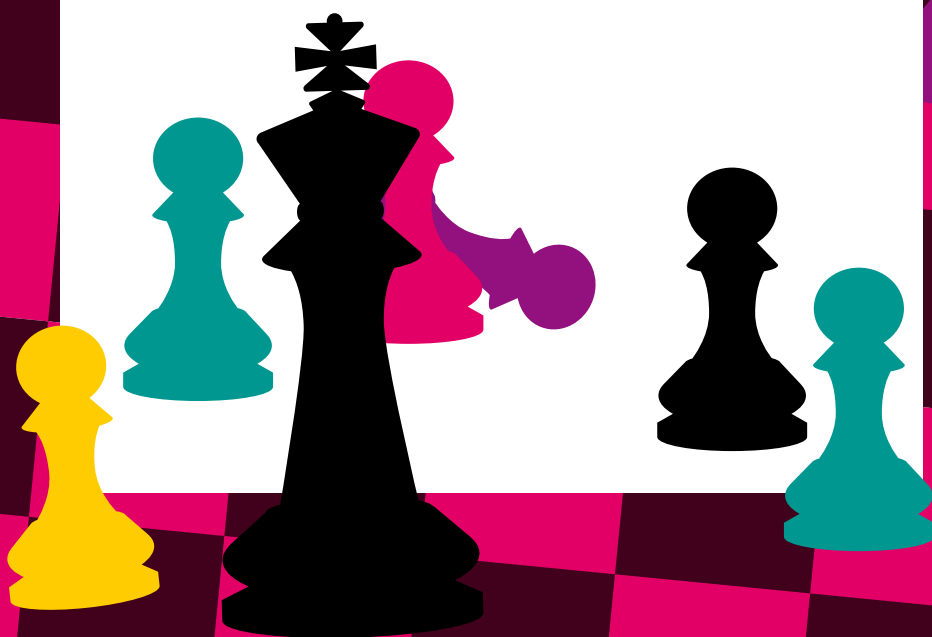
Den här övningen kan göras om och istället handla om privilegier som kommer av att till exempel vara cisperson (se ordlistan) eller vit. Kom bara ihåg att det är lätt att diskussionen om privilegier börjar handla om hbt-personers och andra gruppers utsatthet istället. Påminn då om att ni ska fokusera på normen och inte det som bryter mot den. Led över diskussionen till att handla om uttryck för just privilegier och fördelar, inte om diskriminering och utsatthet.

## KAPITEL 5

# DET HANDLAR OM MAKT!

Människor sorteras hela tiden in i fack och grupper. Vilken grupp man tillhör spelar stor roll för vilka möjligheter man har till inflytande och påverkan, både i samhället i stort och över sin egen vardag.

För att motverka orättvisor i samhället pratas det ofta om att toleransen för avvikare och minoriteter måste öka, men är det verkligen den enda vägen att gå?



## METOD: SAMHÄLLSSTEGEN

Vi människor är alla olika. I samhället i stort finns det vissa sätt att vara på som anses bättre, som ger en fler fördelar och möjligheter än andra. Detta är sällan något uttalat, men det blir tydligt bland annat genom att människor som sitter på maktpositioner i samhället ofta är ganska lika varandra. Exempelvis är det vanligast att män sitter på poster i företagsstyrelser och de flesta i Sveriges riksdag är vita. Syftet med den här övningen är att få syn på och diskutera vilka som har makt i samhället och hur detta hänger ihop med exempelvis kön, hudfärg, sexualitet, funktionsförmåga och klassbakgrund.

### Material

- ▷ Kopior av bilderna på sidorna 28–41
- ▷ Whiteboardtavla/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Be deltagarna brainstorma kring ordet makt. Lägg gärna till några viktiga poänger om de inte kommer upp, som att makt kan handla om vem som anses normal, vem som får vara med och fatta viktiga beslut i samhället, vem som har mest tillgång till olika byggnader och transportmedel, vem som ligger bra till när den söker jobb, vilka som buntas ihop till grupper med särskilda egenskaper och vilka som nästan aldrig buntas ihop.

### Placera ut bilderna

Lägg ut bilderna på ett stort bord eller på golvet. Låt deltagarna tillsammans placera bilderna i en hierarki där den som har mycket makt hamnar högst upp och den som har minst makt hamnar längst ner. Låt dem göra detta antingen under tystnad eller genom att prata och diskutera med varandra. Var tydlig med att övningen handlar om samhället som det ser ut idag, hur det ser ut generellt i Sverige, och inte hur man själv tycker att det borde vara.

### Diskutera

Diskutera vilka egenskaper av dem man kan se på bilderna som avgör att någon hamnar högt upp i hierarkin/samhället. Fokusera på egenskaper och aspekter som ger fördelar och privilegier. Skriv gärna upp dessa egenskaper och upprepa de högt. Diskutera:

- ▶ Vad har personerna som hamnar högt upp i hierarkierna gemensamt?

Gå sedan vidare genom att titta på hur hierarkierna ser ut i andra sammanhang. Hur ser det om man istället befinner sig i Europaparlamentet? I en liten svensk by på landsbygden? I någon av Sveriges tre största städer? I Sveriges riksdag? Diskutera:

- ▶ På vilka sätt liknar hierarkierna i de olika sammanhangen varandra? Vad skiljer dem åt?

### Tänk på att...

Under den här övningen kan det hända att deltagarna placerar människor högt upp i hierarkin med hänvisning till att det trots allt finns kända framgångsrika människor med just den hudfärgen, sexuella läggningen eller funktionsnedsättningen. Påminn om att det är normer och strukturer i samhället generellt ni pratar om, inte individer, undantag eller enstaka fall. Poängtera att normer är föränderliga och skiljer sig åt mellan olika sammanhang. Det är alltså inte statistiskt vem som hamnar var i olika hierarkier.

## METOD: GISSA MEDLEMMEN

Vem som faktiskt blir inkluderad och välkomnad till olika sammanhang beror på vilka oskrivna regler som finns där och vilka normer som råder bland dem som redan är med. Syftet med den här övningen är att få syn på och diskutera normer och maktstrukturer i den egna organisationen och hur detta hänger ihop med olika normer.

### Material

- ▷ Bilderna på sidan 28–41
- ▷ Tejp, alternativt:
- ▷ Whiteboard
- ▷ Magneter

### Gör så här

Den här övningen kan göras på olika sätt. Här följer två varianter: »Trekanten« och »Linjen«. De kan båda anpassas utifrån sammanhanget och gruppen. Den första är lite enklare, medan den andra kräver lite mer i fråga om uppföljning.

### Trekanten

Tejpa upp en trekant på golvet. Förklara att trekanten symboliserar organisationen. I toppen är de som har makt och inflytande, som syns och hörs på möten, som andra i organisationen ser upp till och lyssnar på.

Be deltagarna sedan att under tystnad placera ut bilden som de har blivit tilldelad i eller utanför trekanten. De som inte alls finns med i organisationen lägger man utanför figurens gränser. De andra placeras i triangeln, utifrån deras respektive plats i hierarkin. Diskutera sedan:

- ▶ Vilka är med i organisationen? Vilka attribut och egenskaper har de gemensamt?
- ▶ Hur ser den inre hierarkin ut? Vad har de som hamnar högt upp gemensamt?
- ▶ Hur påverkar dessa normer och maktstrukturer vilka som hamnar utanför triangeln?
- ▶ Vad kan man göra för att förändra detta?

### Linjen

Placera ut bilderna på en rak linje antingen på golvet, på ett bord eller med hjälp av magneter på en whiteboard. Det är viktigt att alla bilder är väl synliga för samtliga deltagare. Förklara att deltagarna ska få avgöra om bilderna ska placeras ovanför eller nedanför linjen. Deltagarna kommer att få ta ställning till hur de tror att »samhället i stort« skulle placera bilderna utifrån ett antal påståenden. Övningen handlar alltså om vilka oskrivna regler som finns och hur det fungerar överlag i samhället, inte hur man själv tycker att det borde vara.

Om gruppen exempelvis är väldigt säker på att personen på bilden »skulle antas vara bra i skolan« så placeras bilden relativt högt ovanför linjen. Om de tvärtom är bestämda kring att personen inte skulle antas vara bra i skolan så placeras bilden relativt långt nedanför linjen. Bilderna kan placeras olika högt eller lågt ovanför eller under strecket beroende på hur enig gruppen är. Gruppen behöver inte komma överens men försök att placera bilderna på en nivå där flest kan enas. Ställ en fråga i taget och låt deltagarna ta ställning till samtliga bilder utifrån den. Kom ihåg att diskutera följdfrågorna innan bilderna omplaceras igen.

### Frågor att placera bilderna utifrån

- ▶ Om man skulle fråga samhället i stort, vem av dessa skulle då antas...
  - ... vara datatekniker?
  - ... vara bra i skolan?
  - ... vara med i ett fotbollslag?
  - ... vara en riksdagsledamot?
  - ... vara medlem i vår organisation, besökare eller anställd hos oss?

Ta en fråga i taget av frågorna här ovanför och placera samtliga bilder utifrån den frågan. Efter att samtliga bilder placerats utifrån en av frågorna gäller det att stanna upp och ställa följdfrågorna på nästa sida och utifrån dem diskutera hur gruppen har placerat bilderna. Först där-efter ska bilderna omplaceras igen, utifrån nästa fråga här ovan ifrån.

Diskutera placeringen av bilderna utifrån följande följdfrågor efter varje omgång:

- ▶ Vad har personerna på bilderna som hamnat ovanför strecket gemensamt? Ringa in gemensamma egenskaper och attribut.
- ▶ Vilka egenskaper och attribut är det som värderas högst ifråga om exempelvis ålder, funktionalitet, könsuttryck, hudfärg och klass?
- ▶ Om de egenskaperna och attributen också finns hos någon/några av dem som placerats under linjen, vad är det som ändå avgör att någon hamnar ovanför linjen?

När deltagarna har fått placera bilderna genom att ta ställning till samtliga frågor och diskuterat följdfrågorna är det dags att gå vidare till nästa steg, som beskrivs här nedanför under rubriken »Diskutera«.

### Diskutera

När deltagarna har placerat bilderna utifrån den sista frågan gäller det att gå vidare och fördjupa diskussionen kring den egna organisationen, arbetsplatsen eller skolan. Låt deltagarna samtala i smågrupper:

- ▶ Vad beror den här bilden av vår organisation på? Vilka orsaker kan vi hitta hos oss själva?
- ▶ Det går ofta väldigt snabbt att kategorisera människor utifrån vissa synliga attribut och egenskaper. Vilka följder kan det få? Hur påverkar det våra attityder och vårt bemötande?
- ▶ Hur kan vi förändra det?

Efter tio till femton minuter är det dags att samla ihop deltagarna i helgrupp igen och sammanfatta diskussionerna.

### Tänk på att...

Ibland kan diskussionen komma att handla om hur viktigt det är att olika grupper är representerade i alla sammanhang. En bred representation av människor, egenskaper och erfarenheter i en organisation är viktig. Samtidigt finns det också stora problem med att enskilda personer som bryter mot normerna ofta tvingas representera en viss grupp eller själva förväntas lösa frågor som det borde vara allas ansvar att lösa. Det kan exempelvis handla om att någon med en funktionsnedsättning får ta allt ansvar för tillgänglighetsarbetet på arbetsplatsen. Arbetet kring normer och maktstrukturer måste vara något som alla har ett gemensamt och eget ansvar för.



## METOD: JAG TOLERERAR DIG

Ofta talas det om hur viktigt det är att tolerera människor som är annorlunda. Men vem bestämmer vad som är annorlunda och hur fungerar egentligen det här med tolerans? Vad är skillnaden mellan att bli tolererad och att tolerera och upplevs det alltid som en förmån att bli tolererad? Syftet med den här övningen är att undersöka det privilegium det är att kunna välja att tolerera någon annan. Alla deltagare får prova på att tolerera och att bli tolererade. Erfarenheterna av det används sedan som utgångspunkt för ett samtal om tolerans och makt.

### Jag tolererar ditt utseende

Be deltagarna att se sig omkring i rummet och tyst för sig själva registrera hur de andra deltagarna ser ut idag: vad har de valt att ha på sig för kläder och smycken, vilka hårfärger och frisyrer har de, hur är deras ansiktsuttryck, kroppshållningar?

Om rummet har en fri yta kan du be deltagarna att röra sig runt och stanna till när de träffar på en person. När man har gjort ett steg av övningen med den man träffar på rör man sig sedan vidare i rummet till en ny person. Om rummet är fullt möblerat, be dem istället att sätta sig två och två. När två personer möts ska person A kommentera sådant som är synligt hos person B, utan att på något sätt värdera det. A ska alltså inte kommentera någons  *fina*  skjorta,  *snygga*  skor eller  *fantastiska*  hårfärg, utan bara sakligt konstatera yttre detaljer som till exempel: »Du har ett par jeans på dig«, »Du har en hästsvans« eller »Du har en mustasch«. B svarar med att göra motsvarande om A.

Ge deltagarna en stund för att vänja sig vid att kommentera utan att värdera. Låt sedan person A lägga till en mening som försäkrar person B om att det som kommenteras är helt okej för A. Till exempel: »Du har glasögon, det kan jag acceptera«, »För mig är det helt okej att du har på dig bruna skor idag«, »Jag tolererar att ditt hår har den där färgen«. Be person A fälla flera kommentarer i rad och person B att endast svara »tack« för varje gång den blir tolererad. Låt deltagarna göra detta en stund innan de byter roller i paret.

När A och B provat att både tolerera och bli tolererade, ska A välja något av sina påståenden och utveckla detta. A understryker nu att B är bra »trots detta«, att det »inte gör någonting«. A är så välvillig som det bara går. A ska också hänvisa till en större gemenskap som håller med. Till exempel: »Att ha bruna skor är helt okej tycker jag och jag är övertygad om att alla i det här rummet/på den här arbetsplatsen/i det här landet också tycker det, så du kan vara lugn«. B fortsätter att enbart säga »tack«. Byt återigen roller inom paret.

## Majoriteten tolererar

Som ett sista steg i övningen kan du be deltagarna att formera lite större grupper om cirka 4-6 personer. Någon frivillig tar på sig rollen som B. Denne får prova att bli tolererad av alla de andra samtidigt. När flera personer har rollen som A kan de prata med varandra om att det som de kommenterar hos B är helt okej. Till exempel: »Har ni andra lagt märke till att B har håret i tofs?«, »Ja jag såg det, det är ju ett helt acceptabelt val, eller vad säger ni?«, »Ja absolut, det vet jag många andra som också har«. Fortfarande säger B bara »tack«.

## Jag tolererar dina val

Om du arbetar med en grupp där deltagarna redan känner varandra, eller i alla fall har haft möjligheten att presentera sig lite närmare för varandra, så kan du lägga till en variant av övningen där deltagarna under en stund får betrakta de andra i rummet och fundera på vad de känner till om de andras yrkesliv och/eller privatliv. Du ber sedan A att kommentera och tolerera saker hos B som har med den personens livsval eller situation att göra. Det kan vara både stora och små saker. Till exempel: »Jag vet att du spelar ishockey på din fritid, det har jag inga problem med«, »Jag har hört att du är gift men det är helt okej för mig, det förändrar inte hur jag ser på dig«, »Du jobbar i receptionen här, det är ett acceptabelt jobb tycker jag«. Låt sedan B på samma sätt tolerera saker hos A.

## Diskutera

- ▶ Låt alla deltagare få möjlighet att säga något om övningen. För att få igång samtalet kan du ställa frågor kring hur de upplevde de två positionerna: att tolerera respektive att bli tolererad och endast ha möjlighet att säga »tack«. Hur förändrades upplevelsen när A tolererade med hänvisning till en större gemenskap? Hur förändrades upplevelsen när fler personer hade positionen som A och tillsammans tolererade en enskild person?
- ▶ Ofta är det några deltagare som berättar att de reagerade med obehag över att befinna sig i ett överläge som A och i ett underläge som B. Sådana upplevelser kan man använda som utgångspunkt för att i samtalet undersöka hur tolerans och maktutövning hänger samman. Föreslå gärna för deltagarna att man skulle kunna se övningen som metafor för vad som sker i såväl möten mellan enskilda individer i vardagliga sociala sammanhang, som i politiska processer där vissa grupper av människor kan erhålla eller fräntas majoritetens tolerans. Det kan exempelvis vara när ett lands parlament debatterar och röstar om ifall homosexuella ska ha möjlighet att bilda familj på samma villkor som heterosexuella.

- ▶ Ofta är det även några deltagare som berättar om upplevelser av att i positionen som B vara sedda och bekräftade och i positionen som A vara generösa och tillåtande. Sådana upplevelser kan man använda för att undersöka hur *erkännande* fungerar, det vill säga när människor möts och bekräftar varandra utifrån jämlika positioner. Att ge och få andras erkännande, både i vardagliga och i mer formella sammanhang, är ofta ett viktigt behov hos såväl individer som olika typer av grupper. Erkännande och tolerans är två olika slags processer och det är värdefullt att undersöka skillnader dem emellan. Därför är det en tillgång om deltagarna tolkat och upplevt övningen på olika sätt, det skapar fler möjligheter i ett undersökande samtal.

### Tänk på att...

Om gruppen har fått tolerera varandras livsval och livssituation kanske det dyker upp frågor om normer och strukturer som råder i samhället i stort, såväl som på arbetsplatsen, skolan eller organisationen ifråga. Det kanske handlar om vems arbete som värderas högst, var man bor eller ens bakgrund. Stanna gärna i den diskussionen och fokusera på vilka normer som råder på arbetsplatsen, skolan eller i organisationen. Det är samtidigt viktigt att hitta en bra balans i samtalet och att visa på kopplingar mellan normer som råder i gruppen till normer och maktstrukturer i samhället i stort.

## METOD: OM MAN INTE VILL SÄGA »TACK«

Det finns olika förhållningssätt till tolerans. Man kan bli tacksam över att bli godkänd, men man kan också bli arg. Efter »Jag tolererar dig« kan man läsa och diskutera de fyra följande texterna som handlar om att säga ifrån på olika sätt. Välj en eller flera, jämför eller läs dem var för sig. Det finns förslag på diskussionsfrågor till varje text, och frågor som handlar om att jämföra texterna. Syftet med att läsa och diskutera texterna är synliggöra olika normer och hur dessa hänger ihop. Syftet är också att inspirera till olika sätt att försöka åstadkomma förändring.

### Material

- ▷ Kopior av texten »Varför har jag hållit käften?«, sidan 73
- ▷ Kopior av texten »Queermanifestet«, sidan 74
- ▷ Kopior av texten »Cis« sidan 78–79
- ▷ Kopior av texten »Brandtal för tillgänglighet«, sidan 80–81

### Varför har jag hållit käften?

Oivvio Polites artikel har tidigare publicerats i den antirasistiska tidskriften Mana och i antologin Goda nyheter 2004.

Gör gärna en runda där varje deltagare får delge gruppen sina tankar och funderingar efter att ha läst texten.

- ▶ Vilka paralleller finns det mellan attityden hos killen på festen och till exempel högerextremisters attityd till mörkhyade människor?
- ▶ Oivvio Polite skriver om motstånd, hur kan motstånd mot rasism se ut? Diskutera kring olika uttryck för rasism: Hur kan motstånd mot rasism i vardagen se ut? Hur kan motstånd mot rasism i skola/arbetsliv se ut? Motstånd mot rasistiska partier och politiska beslut?
- ▶ Att det finns rasism i samhället innebär att vita personer har en mängd fördelar bara på grund av sin hudfärg. Oivvio Polites text resonerar kring hur vita personer sällan tar ansvar för rasismen som finns i samhället. Hur kan man ta ansvar för att agera antirasistiskt om man själv tillhör en grupp som får privilegier av att det finns rasistiska strukturer?
- ▶ Jämför med »Queermanifestet«, »Cis« och »Brandtal om tillgänglighet«. Vad har texterna med tolerans och bemötande att göra?

Hela »Jag tolererar dig« och delar av »Om man inte vill säga tack« är hämtade från *Någonstans går gränsen. En lärarhandledning om kön, sexualitet och normer i unga människors liv* av Gunilla Edemo och Joakim Rindå för RFSL Stockholm. Gunilla Edemo har reviderat »Jag tolererar dig« för denna tredje upplaga av Bryt!

## Varför har jag hållit käften?

Han är en blarig vit jurist. Jag är jag. Scenen är en privat fest på Söder.

Eftersom han är full och vit har han ett okuvligt behov av att prata om »omvänd rasism« och vad som egentligen är problemet med invandrarna.

Jag har tänkt på vad som egentligen är problemet med svenskarna sedan jag var fem. Trots det nickar jag och spelar med och lyssnar snällt på en fylleanalys som jag hört tretusen gånger. Sen säger han att också vita svenskar råkar ut för mycket diskriminering.

»För om du tänker dig till exempel ett soulställe va. Då kanske dom vill ha en speciell profil. Å då kanske dom vill ha en svart kille som jobbar. Å då kanske en vit kille som söker det jobbet inte får det. Är det diskriminering då eller?«

»Är du härndöd då eller?«, tänker jag. Men det säger jag inte. Istället är jag mumlig och resonabel och å ena sidan och å andra sidan. Så har jag gjort så länge jag kan minnas.

Några dagar därpå träffar jag filmproducenten Lotta Suarez Mazar som berättar att hon slutat ta ansvar för vita människors förvirrade tankar om etnicitet och ras. Vad mycket energi jag skulle ha sparat om någon sagt detta till mig för 15 år sedan.

Vad hjälper det dem att jag slätar över och skyddar dem från deras egen okunskap. Ingenting. Vad får jag ut av att jamsa med i deras yrvakna funderingar? Ännu mindre.

Varför har jag då hållit käft i alla år? Kanske för att jag är konflikträdd och feg i största allmänhet. En annan ursäkt är att jag vuxit in i mitt undfallande beteende. Som många av oss är jag produkten av en nästan helvit omgivning. Dagens, skolan, vänner, arbetsliv. Vitt, vitt, vitt.

När skulle jag börja säga ifrån? När min klassföreståndare i mellanstadiet körde *Robinson Crusé* som högläsningsbok. »Jo fröken, jag anser att det är ett mycket olämpligt bokval eftersom boken uttrycker tankar om vit överhöghet som gör mig mycket illa till mods.« Inte ens jag var så lillgammal som tolvåring.

Eller skulle jag börja säga ifrån när jag är trettiofem och en full vit jurist tar i mitt hår med sina chipsflottiga fingrar, för att han »bara måste känna«?

När jag var så gammal att jag kunde formulera ett motstånd hade avståndet mellan mig och min vita omgivning vuxit sig så stort att det inte längre kunde överbryggas. De fattade inte vad jag menade.

Nu ska jag börja. Nästa gång de försöker dumpa sina osmälta känslor av vit skuld och överlägsenhet ska de få höra precis hur det ligger till. Om de inte fattar eller mår dåligt av det de hör skiter jag i. Det är inte mitt ansvar längre.

*Oivvio Polite,  
frilansjournalist*

»Jag har vänner. Några av dem är heterosexuella. År efter år fortsätter jag att inse att de bara halvlyssnar när jag talar, att jag bara är ett bihang till en viktigare värld där makt och privilegier finns. En värld som jag är utestängd från. /.../ Jag hatar heterosexuella som inte kan lyssna på queers vrede utan att säga:

»Nämen, alla heterosexuella är inte sådana. Jag är ju också straight«, som om deras självbild inte blev tillräckligt smekt och skyddad i denna självgoda heterosexistiska värld. De har lärt oss att snälla queers inte blir arga. /.../ Tillåt dig att vara förbannad över att priset för vår synlighet är att vi ständigt utsätts för hot om våld – våld mot queers som i stort sett varenda del av samhället främjar och bidrar till. Tillåt dig att känna vrede över att **DET INTE FINNS ETT ENDA STÄLLE I DETTA LAND DÄR VI GÅR SÄKRA**, inte ett enda ställe där vi inte utsätts för hat och angrepp, och självhatet och självmorden som »garderoben« innebär.

Nästa gång någon heterosexuell hackar på dig för att du är förbannad, be honom eller henne att dra och komma tillbaka först när hon eller han gått omkring på stan i en månads tid, hand i hand med en annan människa av samma kön. Överlever de det, kan du lyssna på vad de har att säga om queers vrede. Be dem annars hålla käften och lyssna.«

## Queermanifestet

Texten »Queermanifestet« är ett utdrag ur en mycket längre text som delades ut i form av femtontusen flygblad under Prideparaden i New York år 1990. Författarna uppmanar alla queera människor, det vill säga alla som inte accepterar den heteronormativa livsstilen som det enda naturliga sättet att leva, att sluta vara tacksamma för omvärldens tolerans. Istället ska man säga ifrån och slå tillbaka. Dela ut texten eller läs den högt i gruppen.

## Diskutera

Gå en runda och låt deltagarna dela med sig av sina tankar och funderingar kring texten. Diskutera sedan:

- ▶ Varför vill man inte säga tack?
- ▶ Vad kan man göra om man tillhör en grupp som vanligtvis tolererar andra, mer än att börja »hålla käften och lyssna«?

## Gå vidare

▶ Texterna »Queermanifestet« och »Cis« är skrivna med tjugo års mellanrum, den ena i USA år 1990 och den andra i Sverige år 2010. Om gruppen träffas flera gånger eller under en längre period kan det finnas tillfälle att låta deltagarna fördjupa sig historiskt. Hur såg kampen för hbt-personers rättigheter ut i USA runt 1990 och hur ser det ut för transpersoner i dagens Sverige? Dela in deltagarna i smågrupper och låt dem söka på internet, i böcker och filmer för att ta reda på: »Hur ser situationen ut nu respektive då? Vad mötte man för svårigheter, orättvisor och motstånd och vad möter man idag? Hur såg kampen ut då och hur ser den ut idag? Vilka förändringar har skett, vilka orättvisor kvarstår?« Låt gruppen också berätta ifall det var svårt eller lätt att hitta information och hur de löste det.



## Cis

Texten »Cis« är skriven av Transmilitanta Brigaden i Göteborg och lästes upp som ett tal på Transgender Day of Vengeance i Göteborg 2010. I texten ifrågasätter författarna några av de fördelar som cispersoner har i vårt samhälle och beskriver hur cispersoner ofta använder sig av tolerans och ifrågasättande i sitt bemötande.

## Diskutera

Låt gruppen diskutera hur man kan göra för att bemöta alla människor på ett jämlikt sätt oavsett personers könsidentitet eller könsuttryck. Dela in deltagarna i mindre grupper och be dem arbeta med följande frågor utifrån sin egen/gruppens situation:

- ▶ Hur kan vi bli bättre på bemötande? Vilka könsbestämmande ord använder vi när personer tilltalas eller omtalas?
- ▶ På vilka sätt kan våra lokaler och vår verksamhet bli lika tillgängliga för alla oavsett könsidentitet eller könsuttryck?
- ▶ Hur ser informationsmaterial och enkäter ut ifråga om språk, svarsalternativ och bilder? Låt deltagarna gå igenom och markera sådant som är stereotypt, som är präglad av en cisnorm och som gynnar cispersoner.

Efter några minuter är det dags att återsamlas i helgrupp och sammanfatta diskussionerna. Gå därefter vidare genom att brainstorma tillsammans:

- ▶ Hur kan man göra istället? Vad kan vi göra idag? Inom en månad? Ett år?
- ▶ Vilka ord kan man använda istället? Skriv upp könsneutrala ord och olika pronomen man kan använda. Förklara varje ord.

## Gå vidare

Gör övningen »Heteroprivilegier« på sida 62 men efterfråga istället »Cis-privilegier«. Fråga till exempel: Vilka fördelar får man av att vara en cisperson i dagens samhälle?

## Brandtal om tillgänglighet

Texten är en del av ett tal som crip-aktivisten Susanne Berg höll 2004 på Tillgänglighetsmarschen, en årlig demonstration för ett tillgängligt samhälle. Demonstranterna marscherade för att otillgänglighet ska klassas som diskriminering. Det innebär att man vill kunna anmäla byggnader där man bara tar sig in via trappor, information som varken finns i punktskrift eller elektroniskt och stora glapp mellan buss och busshållplats som diskriminering av människor med funktionsnedsättningar.

## Diskutera

- ▶ Är deltagarnas egna organisation, skola eller arbetsplats lika tillgänglig för alla oavsett funktionalitet? Låt deltagarna göra en lista på förändringar som behöver göras och en plan för hur det ska ske.
- ▶ Susanne Berg skriver om hur Sverige ofta beskrivs som ett jämställt land trots att det alltfjämt råder stora orättvisor mellan olika grupper. I texten står det att samhället har en tycka-synd-om-attityd när det kommer till tillgänglighetsfrågor, att man diskuterar personer med funktionsnedsättning som ett samhällsproblem och att man ger hjälpmedel istället för att förändra samhället i grunden. Finns det andra grupper som behandlas på liknande sätt?
- ▶ Jämför med »Varför har jag hållit käften?«. Polite skriver om hur vita personer sällan tar ansvar ifråga om rasism. Vad kan deltagarna göra för att tillgänglighet och antirasism ska bli ett gemensamt ansvar för alla i den egna verksamheten, på skolan eller arbetsplatsen?
- ▶ Susanne Berg lägger fokus på det omgivande samhället istället för på människor med funktionsnedsättningar i sitt tal. Hon menar att omgivningen ska anpassa sig efter individen istället för tvärtom. Hur skulle samhället se ut om det blev verklighet? Låt deltagarna brainstorma kring alla möjligheter det skulle kunna innebära.

# Cis

Låt oss tala om cis.

Cisperson är en beteckning för en vars juridiska kön, könsuttryck och könsidentitet genom hela livet varit och är entydigt. Det vill säga ett linjärt kön (gäsp).

En cisperson klär sig gärna helt ofreflekterat i dom attribut och kläder som vår kultur anser passande för deras juridiska kön, som staten tilldelat dom.

Cispersoner kan gärna som en reaktion på att möta en könsöverskridare och/eller transperson säga saker som: »ja själv tycker jag ju inte att könet spelar nån roll«, samtidigt som dom uppbär alla de privilegier som kommer med en cis-identitet.

Cispersoner tror, och låt dig inte luras, dom hävdar ofta motsatsen, men sanningen är att dom verkligen tror att deras kön på något sätt är naturligt, normalt och ofrånkomligt.

Vi vill särskilt belysa en extra obehaglig kategori cispersoner; den välvilligt inställda cismedelklassen som med bajsnyddig min briljerar med hur ickedömande och toleranta dom är, medan dom tar varje tillfälle i akt att göra oss till dockor på vilka dom kan projicera sina föreställningar om könsöverskridare. Och sen credda sig själva för hur mycket bättre dom vet än alla andra.

Cispersoner saknar ofta vanligt jävla bashyfs. Genus-psykos är en vanligt förekommande reaktion för en cisperson i mötet med oss som går utanför deras snäva och skeva verklighetsuppfattning om att det bara skulle finnas två kön. En person som drabbas av en genus-psykos kan plötsligt och helt utan anledning börja associera helt fritt, prata osammanhängande om barndomsminnen, sex, könsorgan eller vad som helst.

En cisperson som du aldrig träffat förut kan ställa helt sjuka, irrelevanta frågor som: Är du tjej eller kille, har du kuk? Hur har du sex? Vad heter du egentligen? Hur länge har du känt såhär? Men kan du inte bara va lesbisk?

Dom är beredda att gå hur långt som helst, till och med bryta mot lagen och ofreda vilt främmande människor för att få könsfascistisk ordning igen i sina indoktrinerade hjärnor.

Vår kultur skapar kön och staten ger legitimitet åt dom.

Det finns idag bara två juridiskt giltiga kön. Bara två kön får passera fritt i samhället, resten råkar ut för repressalier. Dessa två kön ska hållas åtskilda och endast mötas heterosexuellt, helst i tvåsamhet och äktenskap.

Sex, kön, identitet, kärlek och kroppar, något som egentligen kan va trevligt och spännande, betyda vad som helst, flyta omkring i vilka riktningar som helst och ge upphov till ändlöst många olika lekar blir i denna rasistiska, kapitalistiska, patriarkala kultur något tvingande som håller oss fast i låsta positioner med minimal rörelsefrihet. Ett strukturellt förtryck där vissa grupper utnyttjar och suger ut andra.

Detta kommer få ett slut. Eftersom det är sociala konstruktioner.

Den nya dagen gryr – oändligt är vårt könsöverskridande äventyr.

*Transmilitanta Brigaden, Göteborg*

## Brandtal om tillgänglighet

Sverige är ett gott samhälle – eller hur?

Det vet vi väl alla?

I de flesta officiella skrifter och tal är vi om inte världsbäst så i alla fall så mycket bättre än andra. Och ändå finns här utanförskap och isolering, orättvisa och orättfärdighet, kränkande särbehandling och diskriminering. Samhällets otillgänglighet utestänger oss med funktionshinder. Den diskriminerar oss. Utformningen av vår fysiska, intellektuella och sociala miljö är inte något som är bestämt av högre makter. Att vi ska bygga trappor, skriva enbart svartskrift och bara kommunicera via det talade språket är inte en naturlag. Det är en historisk kvarleva av ett gammalt och unket tänkande. Det är ett sätt att se till att de som i dag dominerar kan fortsätta att göra så – på bekostnad av oss andra.

Mångfald!

Detta oh så svenska ord, som döljer våra olikheter genom att göra oss alla till ingredienser i samma soppa. Visst lilla vän får du smaka litet annorlunda och ändå sjuda med oss andra i den svenska grytan. Men fan ta dig om du sticker ut för mycket, om du kräver rätten till egenart så mycket att du stör, om du tror att du kan kräva förändring. Makten kan snacka allt den vill om samarbete, information och mer kunskap. Den kan hålla föreläsningar om attityder och bemötande och låtsas att den gör allt för »våra handikappade«. Men i verkligheten ser de som sitter vid makten inte oss med funktionshinder som jämlikar. De erkänner inte att vi har rätt till vår olikhet, vår särart. De erkänner inte vår rätt till ett jämlikt liv.

Den svenska välfärdsstaten borde vara något mer än en modell av den patriarkaliska familjen där makten utser vissa grupper till »svaga«. De som för alltid ska tas om hand och behandlas som barn. Detta är ett synsätt som tillåter att alla

de hinder som utestänger funktionshindrade ses som något individuellt. Men otillgänglighet är ett gemensamt ansvar. Vi funktionshindrade behöver inget »tycka-synd-om«, inget »ta-hand-om«. Vi kräver respekt, representation och makt.

Otillgänglighet är inte ett privat problem. Det är ett samhällsproblem. Otillgänglighet är inte en fråga om attityder. Det handlar om diskriminering. Och diskriminerande handlingar och beteenden ska inte behandlas med välmenande tal om bemötande. Diskriminering ska förbjudas i lag.

Det här landet har hållit på länge nog att diskutera funktionshindrade som samhällsproblem. Det här landet har ägnat tillräcklig tid åt att lappa över orättvisa skillnader med välmenande klappar på huvudet. Det här landet har tillräckligt länge struntat i att göra det i grunden rätta.

Det är dags för Sverige att äntligen erkänna funktionshindrades rätt till jämlikhet; att ge oss tillgång till samhället på lika villkor; att lagstifta bort diskriminerande otillgänglighet.

Det är dags för vårt gemensamma samhälle att sluta favorisera icke-funktionshindrade på funktionshindrades bekostnad.

Det är dags nu!

*Susanne Berg,  
handikappaktivist*

## METOD: CIS-TESTET

I texten »Cis« beskrivs bland annat olika privilegier som cispersoner har. I »Queermanifestet« föreslås det att heterosexuella borde prova att gå omkring på stan hand i hand med en person av samma kön för att känna på hur det kan vara att bryta mot heteronormen. När gruppen läst och diskuterat texterna kan de genom denna övning få uppleva och undersöka några av de saker texterna handlar om. Syftet med övningen är att titta på vad som händer när man synliggör normen och att diskutera de privilegier som cispersoner har.

### Material:

- ▷ Kopior av texten »Cis« på sida 78–79
- ▷ Kopior av texten »Queermanifestet« på sida 74

Det finns och används väldigt få ord för heterosexuella och det är sällan någon beskrivs som heterosexuell. I tidningen står det till exempel aldrig: »Skådespelare prisad för heterosexuell rolltolkning« eller »Idrottsstjärnan som är öppen med sin heterosexualitet«. Ännu ovanligare är det att cispersoner kallas för eller kallar sig själva för det. Fler människor känner också till ordet transperson än ordet cisperson. Det finns ofta färre och mindre kända ord för det som är normen, och det är sällan som det pratas om normen överhuvudtaget.

### Gör så här

Börja med att gå igenom begreppet »cisperson« i gruppen så att alla förstår det och känner att de kan använda sig av det. Skriv upp en kortfattad definition så att alla kan se den och skriva ner den om man känner behov av det. Du hittar en sådan definition i ordlistan längst bak.

Berätta för deltagarna att de under en längre paus, en dag eller hel vecka ska få testa på att komma ut som cispersoner, antingen för varandra eller för andra personer. Deltagarna ska även benämna alla cispersoner de träffar eller pratar om som just cispersoner. Om övningen görs så att deltagarna får komma ut som cispersoner för personer som inte själva är med i gruppen kommer de flesta utomstående som deltagarna möter att fråga vad ordet betyder. Då får deltagarna förklara det. Ofta leder det till att personen som får ordet förklarat för sig spontant kommer ut som cisperson.

För att komma ut kan deltagarna exempelvis säga: »Jag har insett att jag är cisperson«. Därefter gäller det att använda ordet i vardagliga samtal: »Jag träffade en cis-kvinna igår...«, »När kom du på att du är cisperson?«

eller »Har du hört att cispersoner generellt sett har bättre fysisk och psykisk hälsa än andra personer?«. Deltagare som är cispersoner ska också tala om sig själva som det och får gärna försöka berätta för andra hur det är att vara cisperson: »Jag som är cis-man väljer ofta att klä mig i jeans eftersom...«.

Som förberedelse kan gruppen gärna brainstorma tillsammans kring situationer som skulle kunna uppstå och hur man kan hantera dessa. Poängtera att brainstormen är till för att låta alla förbereda sig mentalt och verbalt inför olika situationer som kan tänkas uppstå.

### Diskutera

När gruppen har återsamlats, låt då alla dela med sig av sina erfarenheter och diskutera sedan:

- ▶ Hur kändes det att komma ut som cisperson?
- ▶ Vilka reaktioner möttes man av? Mötte man någon som kände till ordet sedan tidigare?
- ▶ Vilka diskussioner uppstod när man förklarade ordet? Uttryckte någon att de nu fått lära sig ett nytt användbart ord? Tyckte någon att det var ett onödigt ord och varför tyckte de det?
- ▶ Hur kan man bemöta det ifrågasättande som ofta kommer när man synliggör normen?
- ▶ Vad kan man göra för att motverka normen om man själv passerar inom den?

### Tänk på att...

Den här övningen funkar oftast bäst i grupper som enbart består av cispersoner, men det är sällan man har kunskap om hur alla deltagare ser på sin könsidentitet. Det går aldrig att se på en annan människa vilket kön eller bakgrund den har. Det gäller därför att skapa en situation där alla deltagare känner att det är frivilligt att delta. Du kan till exempel berätta för deltagarna att det är fritt fram att ljuga om man vill det. En sån sak kan underlätta för alla som vill delta att också göra det. En viktig del av övningen är att låta deltagare som är cispersoner komma ut som det för att få syn på sin egen position och de fördelar som kommer av den. Det gäller samtidigt att ingen ska känna sig tvingad eller hamna i situationen att den måste komma ut som transperson inför någon eller några utan att själv ha valt det.



## KAPITEL 6

# SE DIG SJÄLV!

Normer gör att människor grupperas i kategorier som »vi« och »dom«, homo och hetero, svenne och blatte, tjej och kille. Vad har dessa indelningar för betydelse?

Tanken med metoderna i det här kapitlet är att låta deltagarna reflektera över vilka fördelar som kommer av att tillhöra ett »vi« och vilka nackdelar som kommer av att tillhöra ett »dom«.

## METOD: RITA MEDLEMMEN!

Övningen »Gissa medlemmen« kan göras om så att deltagarna istället får rita bilder. Genom att rita bilder kan deltagarna få syn på hur de själva förhåller sig till olika normer. Syftet är att låta deltagarna få syn på sina egna föreställningar och att diskutera hur interna normer bidrar till att olika personer och grupper blir inkluderade eller exkluderade i en verksamhet.

### Material

- ▷ Papper att rita på
- ▷ Pennor i olika färger
- ▷ Tejp, eller magneter för whiteboardtavla

### Gör så här

Be deltagarna att fundera en stund under tystnad på vilka som är de allra mest självklara medlemmarna, besökarna eller deltagarna i deras verksamhet. De ska tänka på personer som ofta brukar komma, som hittar i lokalerna, känner sig trygga i rummen och trivs med människorna. Dela sedan in deltagarna i grupper. Se till att det bildas minst tre grupper så att det kommer att finnas bilder från mer än bara två lag att jämföra. Dela ut papper och pennor till alla grupper och be dem att rita två bilder utifrån personerna som de har föreställt sig. Varje grupp ska rita två bilder var. Det ska alltså inte vara två bilder per deltagare utan två bilder per smågrupp. En eller två personer kan få rita men alla i smågruppen ska vara med och bestämma hur bilderna ska se ut. Poängtera att det inte är frågan om att rita snyggt, det går lika bra med enkla skisser. Be grupperna att anteckna kring diskussionerna som förs.

När grupperna är färdiga ska du fästa bilderna intill varandra, lägga dem på golvet eller på ett bord så att alla får se. Titta tillsammans på teckningarna. Låt deltagarna berätta hur de har tänkt och hur samtalen gått i grupperna. Vad var det lätt att enas kring? På vilka punkter liknade deltagarnas föreställningar varandra? Vad var det svårare att enas kring? Hur kom gruppen överens när det rörde oenighet? Gå vidare genom att diskutera utifrån bilderna:

- ▶ Vad har personerna på bilderna gemensamt? Ringa in gemensamma egenskaper och attribut. Be deltagarna att titta på och beskriva vilka uttryck för till exempel ålder, kön, funktionsförmåga, könsuttryck, hudfärg och klass som bilderna har gemensamt.
- ▶ Vad kännetecknar de som känner sig självklara i verksamheten?

- ▶ Vad är det med verksamheten som gör att just de kan känna sig självklara? Vad är det med verksamheten som gör att inte alla känner sig lika självklara?
- ▶ Vad kan man göra för att förändra detta?

### Triangeln

Om bilderna inte är synnerligen lika varandra kan man gå vidare på detta sätt. Tejpa upp en trekant och förklara att den symboliserar organisationen, skolan eller arbetsplatsen. I toppen är de som har makt och inflytande, som syns och hörs mest, som andra ser upp till och lyssnar på. Be deltagarna att tillsammans komma överens och placera ut bilderna efter en hierarki inne i trekanten. Gå vidare genom att diskutera hur bilderna har placerats:

- ▶ Hamnar alla bilder på samma nivå? Diskutera i sådana fall vad det är som gör att vissa personer syns och att andra blir helt osynliga. Varför tillåts vissa ta mer plats än andra?
- ▶ Vilka egenskaper och attribut är det som värderas högst? Be deltagarna återigen ringa in egenskaper och attribut kopplade till ålder, kön, funktionsförmåga, könsuttryck, hudfärg och klass. Det gäller att sätta ord på det som är normen och inte det som bryter mot den.
- ▶ Om de egenskaper och attribut som personer högt upp i hierarkin har gemensamt också finns hos någon av de längre ner, vad är det då som ändå gör att de högt upp hamnar där?
- ▶ Vad kan man göra för att förändra detta?

## METOD: VILKEN OSYNLIG LAPP SÄTTER ANDRA PÅ DIG?

Vi tillhör alla en mängd olika grupper. En del väljer vi själva men vissa grupper placeras vi in i av andra utan att ha något att säga till om. Tanken med den här övningen är att man, genom att fundera kring vilka grupper man själv tillhör, kan bli mer medveten om hur man delar in andra i grupper och vad det får för effekter.

### Material

- ▷ Papperslappar i A4 eller A5-format. Åtminstone tre gånger så många lappar som deltagare.
- ▷ Tuschpennor
- ▷ Tejp
- ▷ Zanyar Adamis text »Det syns inte hur svensk jag är« på sida 88

## Om lappar

När man möter nya människor grupperar man in dem på olika sätt och ofta går det blixtnabbt. Det blir väldigt tydligt när någon är svårare att gruppera utifrån normer och föreställningar som man bär på, exempelvis när man inte direkt kan avgöra vilket kön en person har. Många blir då förvirrade eller nyfikna, kanske till och med arga och irriterade.

Att inordna människor i grupper och kategorier gör det enklare att förstå omvärlden och det bidrar till att skapa en viss trygghet. Men det här uppdelandet i grupper är inte bara positivt och underlättande. De grupper som människor delas in i är inte jämlika, utan vissa ses som bättre än andra. Man tvingas dessutom ofta in i grupper och ens beteenden förklaras utifrån vilken grupp man anses tillhöra.

Berätta för deltagarna om hur människor ständigt delas in i grupper, att man hela tiden sätter »lappar« på varandra: »homo«, »blatte«, »pensionär« och så vidare. Med lapparna kommer en massa föreställningar om just den gruppen som lappen handlar om.

Dela ut Zanyar Adamis text till deltagarna och läs den sedan högt tillsammans i gruppen. När Zanyar kliver på nattbussen i Stockholm blir den enda passageraren rädd. Han har satt lappen »invandrarkille« på Zanyar och fyller den med en massa antaganden. Fråga gruppen vad det är för antaganden som hänger ihop med det som står på Zanyars lapp.

## Egna lappar

Gå vidare och berätta att gruppen nu ska fokusera på vilka lappar andra fäster på en. Låt deltagarna fundera över vilka lappar folk sätter på dem i skolan, i organisationen, på stan och så vidare. Vilka grupper blir man själv instoppad i? Förklara att det handlar om det första intrycket: hur upplever man själv att andra brukar kategorisera en när man går på gatan eller kliver på bussen? Det finns massvis med grupper. Vissa är små och andra är stora, det kan vara allt från »tjej« till »plugghäst«.

Dela ut papperslappar och pennor. Be deltagarna att skriva ned två grupper, etiketter eller »lappar« som de tror att folk brukar tilldela dem själva vid en första anblick. Låt alla skriva en grupp på varje lapp. Samla sedan in papperslapparna och sätt upp dem på väggen eller whiteboardtavlan. Välj en lapp i taget att samtala om. Sätt den på dig själv och låt deltagarna diskutera:

- Vad är det för antaganden som hänger ihop med det som står på den här lappen? Hur ser samhället på en person utifrån den här lappen?

## Det syns inte hur svensk jag är

Mallen för en svensk man har länge varit: lång, vit, blond och blåögd. Jag är kort, mörk, svarthårig och brunögd. Hade jag varit lite mörkare hade jag varit den exakta motsatsen till den svenske mannen. Men det går väl att fixa. Jag kan blondera håret och skaffa blåa linser. Undviker jag solen och låter bli att äta några dagar blir nog hudfärgen tillräckligt blek. Längden kan bli lite svårt att göra något åt men så är ju inte alla svenskar långa heller. Men jag trivs med hur jag ser ut. Jag har en naturlig solbränna som många svenskar spenderar timmar i solarium för att få. Jag gillar solen och självsvält har aldrig varit min grej. Det måste finnas enklare sätt. Allt annat är redan ordnat. Jag är uppväxt med »Björnes magasin« och »Pippi Långstrump«, har dansat runt midsommarstången, ätit blodpudding och har Tage Danielssons samlade verk i bokhyllan. Skulle jag bara se mer svensk ut skulle ingen misstänka mig för att vara något annat. På 1970-talet hade jag setts som utlänning. På 1990-talet blev jag invandrare. Nu börjar jag bli nysvensk. Håller trenden i sig blir jag svensk de närmaste decennierna. Mina svenska vänner säger till mig: »Men Zani, du är så svensk man kan bli.« När jag frågar om de hade sett mig som svensk om de inte känt mig och sett mig på gatan blir de tysta. De ärliga svarar nej. De artiga säger ja, men tänker nej.

Även om Sverige är ett tolerant land finns det en mental spärr hos de flesta. Kombinationen svart och svensk går inte ihop. Svart är fortfarande något främmande. Det man inte vet mycket om har man också mer fördomar mot. Men tar man bort främling från ordet främlingsfientlighet kommer också fientligheten att försvinna med. Tyvärr är det inte alla som tänker så långt. Till exempel den där kvällen för några år sedan då jag tog nattbussen hem. En ensam svensk kille i min ålder satt långt bak i bussen. Vi hade aldrig träffats

förut. När han fick syn på mig kurade han ihop sig. Rädslan i ögonen gick inte att ta miste på. Jag var dömd utan rättegång. Skyldig till att vara potentiell våldsmän. Bevisgrund: Jag är mörk. Man har ju läst i tidningarna hur invandrarkillar härjar. Misshandlar och våldtar.

För tre år sedan var jag i London. Under tre dagar där kände jag mig mer hemma än jag någonsin gjort i Sverige. Människorna där var i alla möjliga former och färger. Det gick inte att peka ut den typiske engelsmannen. Jag smälte obemärkt in. Ingen misstänkte att jag var turist. Alla jag pratade med trodde att jag var engelsman och jag spelade med. Jag var en av dem. Ingen främling. Inga konstiga blickar. Ingen avvisning på krogarna. Men så har de också haft invandring i flera hundra år. Sverige kommer också komma dit en dag. Jag älskar Sverige och ser det som mitt land. Men jag tycker inte att svenskar är snyggare eller bättre än andra folk. Det är inte därför jag vill känna mig svensk. Jag skulle inte byta ut min kurdiska bakgrund mot något annat i världen. Jag vill bli sedd som svensk för att slippa diskriminering. Segregering. Utanförskap. Jag vill ha samma förutsättningar som min helsvenska klasskamrat. Vill inte känna att jag måste vara mycket duktigare än han för att ha en chans på arbetsmarknaden.

Men någonting har hänt med Sverige de senaste åren. Många som man tror är blonda bleker bara håret. Mallen för den svenske mannen passar inte riktigt in längre. Jag träffar på fler och fler mörkhåriga och brunögdade svenskar. Varje sådan person jag stöter på får mig att känna mig lite mer svensk. När det inte längre är självklart att en mörkhårig inte är svensk passar även jag in i mallen. En vacker dag kanske jag kan bli sedd som bara människa – varken svensk eller invandrare. Till dess nöjer jag mig med att bli sedd som svensk. För jag känner mig svensk.

*Zanyar Adami, chefredaktör Gringo*

## Diskutera

Gå vidare genom att diskutera lapparna:

- ▶ Är det en positiv eller negativ lapp? Hur blir man bemött och behandlad utifrån lappen?
- ▶ Vilka lappar är snäva och vilka kan handla om nästan vad som helst?
- ▶ Vilka lappar sätter man nästan aldrig på folk? Hur ofta får folk lappen »heterosexuell« eller lappen »vit«? Vad beror det på?
- ▶ Vilka fördelar får man av tillhöra en grupp som det sällan sätts lappar på, eller en grupp som mest förknippas med positiva värderingar?
- ▶ Vad är konsekvenserna av att folk delas in i grupper på detta sätt? Hur påverkar det samhället och hur påverkar det enskilda personer? Hur hänger det ihop?

## Frivilliga och ofrivilliga lappar

En person kan bära en symbol föreställande en regnbågsflagga för att visa att den är homosexuell, bisexuell eller transperson, liksom en person bära en dyr märkesjacka och ha en viss typ av frisyr för att signalera att den har gott om pengar. Om man däremot är mörkhyad i Sverige kan man få lappar på sig som man inte själv har valt. Låt deltagarna samtala om vilka likheter och olikheter det finns mellan frivilliga och ofrivilliga lappar:

- ▶ Vilka lappar kan man få placerade på sig mot sin vilja?
- ▶ Vilka lappar brukar vara frivilliga och vilka är ofrivilliga?

Människor kan också tvingas att bära synliga lappar, som i fånglägren under Förintelsen då judar fick bära en gul stjärna och homosexuella män fick bära en rosa triangel. Diskutera gärna vidare kring lappar historiskt. Har deras betydelse förändrats? Hur? Vad är sig likt?

## METOD: ETT STEG FRAM

Vilka möjligheter man har till jobb, bostad och utbildning varierar mycket beroende på exempelvis ens hudfärg, kön och sexualitet, vilken klass man kommer ifrån och vilken funktionsförmåga man har. Syftet med den här övningen är att få syn på orättvisorna kring de fördelar och nackdelar som personer och grupper kan få av att följa respektive bryta mot normer.

### Material

- ▷ Eventuellt kopierade lappar från sidan 93, lika många som antalet deltagare.

### Gör så här

Börja med att läsa igenom påståendena innan du gör övningen. Välj ut de påståenden som du tycker passar bäst för gruppen och ditt syfte med övningen.

Övningen kan göras i två versioner. I båda fallen behöver ni tillgång till ett relativt stort och öppet rum. Antingen kan deltagarna utgå från sig själva, eller så kan deltagarna göra övningen genom att få kort med roller som de sedan ska utgå ifrån.

### Att utgå ifrån sig själv

Om du väljer att göra denna version är det viktigt att du och gruppen känner varandra ganska väl. Fördelen med denna version är att deltagarna i högre grad kan få syn på hur de själva påverkas och gynnas av olika normer. Reflektera gärna själv i förväg kring hur gruppen fungerar: hur kommer övningen att tas emot? Finns det motsättningar i gruppen som riskerar att förstärkas? Om du känner dig osäker på något av detta kan det vara bättre att göra versionen med lapparna. Gör du den här versionen kan du gärna poängtera för deltagarna att det är fritt fram att ljuga om man vill det och att ingen kommer att kontrollera om de ljög. Det kan skapa ytterligare trygghet i gruppen.

### Att utgå ifrån rollkorten

Väljer du att göra versionen med rollkorten är det viktigt att poängtera för deltagarna att de inte får visa eller berätta om sina kort för varandra. Dela ut korten och be alla att läsa tyst för sig själva vad som står på deras kort. Du kan också läsa upp rollerna för deltagarna en och en. Be alla att

fundera en stund på egen hand över sin roll: hur bor de? Med en eller flera personer? Vad har deras roll för bakgrund? Vad gör de på dagarna? På kvällarna? Vad drömmer de om?

### Ett steg fram

Be gruppen att under tystnad placera sig på en linje i rummet bredvid varandra. Berätta för deltagarna att du kommer att läsa upp ett antal påståenden. Varje gång ett påstående stämmer in på en själv eller ens roll skall man flytta fram, annars skall man stanna kvar på samma plats. Börja med att läsa upp några enklare påståenden som gruppen ska ta ställning till för att låta alla prova på hur det går till. Det kan till exempel vara påståenden som »Jag gillar vaniljglass«, »Jag tycker om musik« eller »Det bästa jag vet är slaskiga vinterdagar«.

Gå sedan vidare till att läsa upp påståendena på sida 94–95. Läs upp påståenden sakta, ett i taget. Ta en paus mellan varje påstående för att ge deltagarna tid att fundera, eventuellt flytta fram och se sig omkring var de andra befinner sig. Ibland kan det underlätta för gruppen att påståendet läses upp, till exempel: »Jag har ett EU-pass«, och sedan förtydligas: »Har du/din roll ett EU-pass, ska du alltså flytta framåt«. När alla påståenden har lästs upp gäller det att stanna kvar på den plats man har hamnat. Be deltagarna att stanna kvar eller ännu hellre sätta sig på golvet. Om deltagarna har haft roller, be dem att berätta om sina roller för varandra. Låt dem diskutera med den som hamnat närmast om hur det kommer sig att de hamnat just där.

### Diskutera

Samla ihop gruppen och diskutera tillsammans:

- ▶ Var något påstående oklart eller svårt att ta ställning till? Varför?
- ▶ Hur kändes det att ta ett steg framåt? Hur kändes det att stanna kvar?
- ▶ Vad händer när man hamnar långt bak eller långt fram? Vad ser man?
- ▶ Vad innebär det i en persons vardag att vara någon som hamnar långt fram? Vilka fördelar får man? Hur påverkar det samhället att vissa personer har fördelar gentemot andra?
- ▶ Hur kan man gå vidare när man har fått kunskap om de fördelar och nackdelar man får i samhället? Vad kan man göra för att motarbeta dessa orättvisor?



## Om rollkorten

Om man har använt rollkorten är det viktigt att diskutera hur deltagarna har förhållit sig till dessa. I rollkorten 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, vad lägger vi då själva in? Fråga deltagarna om hur de har tagit ställning till påståendena. Dessa frågor är viktiga för att deltagarna ska kunna få syn på sina egna normer och föreställningar:

- ▶ Hur tog man ställning till påståendet när informationen på kortet inte var tillräcklig?
- ▶ Vilket kön gav man sin roll? Vilken hudfärg? Vilken sexuell läggning? Vilken bakgrund? Låt deltagarna berätta vad som stod på deras rollkort och vad de själva lade in.
- ▶ Vad var det som fick en att ge sin roll de egenskaperna? Låt deltagarna reflektera kring vad de tog för givet, vad de lade in i rollen och varför de gjorde det.

Övningen »Ett steg fram« kan göras på många sätt och kallas i vissa sammanhang för »Privilege Walk«. Det är en metod som har utvecklats och använts av feminister i olika sammanhang.

## ROLLER:

Du är en judisk man i trettioårsåldern. Du är skådespelare men jobbar som vårdbiträde.

Du är gift och sitter i kommunfullmäktige. Du har tre barn och har anlitat en barnflicka. Du har dyslexi.

Du är en kille som bor i en storstadsförort. Din mamma jobbar som städare, din pappa är arbetslös.

Du är en heterosexuell tvåbarnsmamma som jobbar som säljare av kontorsmaterial. Du bor i en villa.

Du är född i en tjejkropp men har känt sen dagis att du egentligen är en kille. Dina föräldrar är lärare.

Du är en heterosexuell man som arbetar som dansare på operan. Du är uppvuxen i ett litet samhälle i södra Sverige.

Du är sjutton år, du går samhällsprogrammet på gymnasiet och har nyligen blivit förälder.

Du är dotter till en amerikansk ambassadör. Du är kristen och bor i Sverige. Du går i en skola för yrskadade.

Du är en kille som har flytt med din familj från Irak. Du går i nian och drömmer om att bli läkare.

Du är singel och strax över trettio. Du är gymnasielärare och bor kvar i din hemstad på Sveriges västkust.

Du är en tjuogoettårig samisk tjej. Du jobbar på kontor och sitter i rullstol.

Du är en trettioårig kvinna. Du pluggar på universitetet och har bott i Sverige i fem år.

Du är ordförande i en partipolitisk ungdomsorganisation. Dina föräldrar kom till Sverige från Chile på 70-talet.

Du är en muslimsk tjej. Du bor med dina föräldrar som är djupt troende. Du pluggar till jurist på universitetet.

Du är en sjuttonårig tjej som inte avslutat grundskolan. Du jobbar på en snabbmatskedja.

Du är en femtonårig tjej. Du bor hemma hos dina föräldrar i en by i Västerbottens inland. Du är adopterad.

Du är en man i femtioårsåldern. Du jobbar som polis. Du har nyss skilt dig från din make.

Du är dotter till en undersköterska och studerar ekonomi på universitetet. Du spelar innebandy på fritiden.

Du lever som gömd flykting. Du bor tillsammans med din familj i ett rum i en lägenhet.

Du är en kvinna som jobbar inom vården. Du har bott i Sverige i fjorton år. Du bor med din flickvän i en förort.

Du är en vit kille på tjugofem år som pluggar på Handelshögskolan. Du spelar tennis på fritiden.

## Gå ett steg fram om påståendet stämmer in på din roll:

- ▷ Mina högtider har en röd siffra i almanackan.
- ▷ Ingen har frågat mig om jag är kille eller tjej.
- ▷ Jag behöver inte snåla i slutet av månaden.
- ▷ Ingen har förklarat mitt humör med att jag har mens.
- ▷ Mina möjligheter att få jobb påverkas inte negativt av vad jag heter.
- ▷ Mitt förstaspråk, min religion och min kultur respekteras i samhället som jag lever i.
- ▷ Jag reser vart jag vill utan att jag i förväg behöver ta reda på om det finns några funktionshinder på flyget, tåget eller bussen.
- ▷ Jag är inte rädd för att stoppas av polisen.
- ▷ Jag kan köpa hudfärgade plåster som liknar min hudfärg.
- ▷ Jag har aldrig blivit kallad något nedlåtande som syftat på min sexuella läggning eller mitt könsuttryck.
- ▷ Jag har aldrig blivit kallad något nedlåtande som syftat på min hudfärg eller vilken del av världen som jag kommer ifrån.
- ▷ Jag kan komma in på offentliga simhallar utan att ägna en tanke åt vilket omklädningsrum jag ska använda.
- ▷ Folk kastar sällan eller aldrig skeptiska blickar åt mitt håll när jag går på stan.
- ▷ Ingen har frågat mig var i världen jag kommer ifrån *egentligen*.
- ▷ Jag tog mig in i den här byggnaden och rummet utan att tänka på trösklar och trappor.
- ▷ Jag har inte haft några ekonomiska svårigheter.
- ▷ Jag har ett EU-pass.

- ▷ Jag har aldrig skämts för mitt hem eller mina kläder.
- ▷ Inga politiker eller debattörer skulle ifrågasätta min lämplighet att vara förälder.
- ▷ Jag känner att människor lyssnar på mig och tar mina åsikter på allvar.
- ▷ I närheten av där jag bor finns det ålderdomshem och ungdomsgårdar med personal som talar mitt förstaspråk.
- ▷ Jag kan besöka myndigheter utan att en tolk behöver finnas till hands.
- ▷ Jag kan gå hand i hand på stan med någon jag har ihop det med utan att få konstiga blickar.
- ▷ Varje dag kan jag läsa i tidningen om framgångsrika människor med samma hudfärg som jag själv har.
- ▷ Om jag var på besök i riksdagen skulle folk lätt kunna ta mig för en riksdagsledamot.
- ▷ Jag behöver inte leta extrapriser när jag handlar mat.
- ▷ Mina föräldrar och lärare har fått mig att känna att jag kan bli vad jag vill.
- ▷ Jag känner mig sällan rädd när jag är ute på stan om kvällarna.
- ▷ Jag bor i ett område med relativt låg arbetslöshet.
- ▷ Det är lätt att få tag på samhällsinformation på mitt förstaspråk.
- ▷ Ingen har kallat mig för lilla gumman.
- ▷ Jag är inte på min vakt när jag går förbi en grupp män sent på kvällen.
- ▷ Jag behöver inte oroas för att min lön är lägre än kollegornas bara på grund av mitt kön.
- ▷ Jag har aldrig behövt berätta för mina släktingar vilken sexuell läggning jag har.

## KAPITEL 7

# VAD KAN MAN GÖRA DÅ?

När man har börjat undersöka och få syn på orättvisor kan det ändå vara svårt att veta hur man ska gå vidare. Då gäller det att använda sin energi och hitta konkreta förslag på hur man kan gå tillväga.

Vad ska man göra?

Anordna en demonstration?

En kampanj på internet? Skriva en artikel, boka ett möte med en politiker, dela ut flygblad, gå med i elevrådet eller arrangera en jämställdhetsdag?

Att göra något är alltid bättre än att fastna i uppgivenhet.

Bara viljan finns så är allt möjligt!

## METOD: ALLT ÄR MÖJLIGT!

Att synliggöra normer är ett första steg, men det gäller att arbetet inte stannar där. Att prata om hur man kan arbeta vidare är ett viktigt nästa steg. Syftet med den här övningen är att deltagarna ska komma på konkreta exempel på hur de i sin vardag kan motverka diskriminerande normer.

### Material

- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

För att komma på lösningar måste man veta vad det är man vill förändra. Börja därför med låta deltagarna definiera ett antal problem. Det kan vara problemformuleringar som »Heteronormer i samhället«, »Våra lokaler är otillgängliga«, »Bara män får cred för sitt arbete« eller »Rasism«. Det kan vara både stort och smått, handla om hur det ser ut på den egna arbetsplatsen, i ens bostadsområde eller i samhället i stort. Dela in deltagarna i mindre grupper och ge dem sedan några minuter till att komma på minst fem problemområden.

Återsamlas i helgrupp och låt deltagarna redovisa vilka problem de kommit på. Skriv upp stödord så att alla kan se och sammanfatta genom att läsa upp allt högt. Dela sedan in i nya smågrupper. Varje grupp ska nu välja *ett* problem som de vill fokusera på. När alla har valt varsitt ska de brainstorma fram olika sätt att kämpa emot eller lösa just det problemet. Poängtera att det kan handla om att göra precis vad som helst: allt från vad man själv som individ kan göra när någon är taskig på bussen eller i skolan, till vilka beslut våra politiker kan fatta för att underlätta arbete mot diskriminering. Lösningarna får vara hur omöjliga eller möjliga som helst. Exempel kan vara: att bygga en luftballong med »Stoppa rasismen« skrivet över hela, att skriva en motion till årsmötet eller en handlingsplan för att förebygga diskriminering. Allt är tillåtet. Ge grupperna några minuter på sig för att formulera olika förslag.

När varje grupp har kommit på ett antal olika förslag ber du dem att välja den lösning som de tycker mest om och känner sig mest engagerade i, innan det återigen är dags att samlas i helgrupp. Låt därefter alla smågrupper redovisa vilket problem man valde, vilka lösningar man kom på för hur man kan arbeta mot problemet och vad som var gruppens favoritförslag.

## Diagram

Rita sedan upp ett »diagram« med två axlar. Den lodräta axeln som pekar uppåt mäter relevans och effekt, alltså hur effektivt förslaget skulle vara för att åstadkomma den förändring man vill uppnå. Den vågräta axeln som går längs med marken mäter tid, alltså hur lång tid det skulle ta att genomföra förslaget. Låt gruppen uppskatta hur deras förslag placerar sig på skalan. Att bygga en luftballong med »stoppa rasismen« skrivet över hela hamnar till exempel väldigt lågt ner ifråga om effekt och kan ta väldigt lång tid innan det går att genomföra. Samtidigt måste alla förslag inte nödvändigtvis ha en mätbar effekt. Förslag som verkar omöjliga eller konstiga kanske väcker desto mer uppmärksamhet. Diskutera vidare kring vilka förslag man vill genomföra och hur man kan göra dem bättre.

Sammanfatta sedan övningen genom att diskutera vidare kring förslagen: Vad kan deltagarna börja göra redan imorgon? Vilka idéer är möjliga att genomföra nästa vecka? Nästa månad? Vad behöver vara gjort inom ett år? Hur tar man sig dit?

## METOD: TVÄRTOM!

Går det trögt att komma på vad som kan göras mot orättvisorna i samhället? Gör tvärtom! Syftet med den här metoden är att på ett kreativt sätt hitta nya vägar till förändring.

### Material

- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna

### Gör så här

Formulera en vision tillsammans med deltagarna, till exempel »Mångfald i organisationen«, »Tillgängliga lokaler« eller »Lika bemötande oavsett könsidentitet«. Välj ett sådant mål och låt sedan deltagarna tänka var och en för sig själva i några minuter, utan att prata med varandra, om allt man kan göra för att den visionen eller det målet ska misslyckas. Vad kan man till exempel göra för att det ska bli så lite mångfald som möjligt i organisationen? Det kan vara hur orimliga förslag som helst. Man skulle till exempel kunna förbjuda kvinnor att vara medlemmar, bara göra reklam för medlemskap i samma tidningar som tidigare, endast välja vita människor med svensk bakgrund till styrelsen eller be fastighetsskötaren att ta bort rullstolsrampen i entrén. Gå sedan en runda och låt varje deltagare säga åtminstone en sak som den kom att tänka på.

### Gör tvärtom!

Be deltagarna tillsammans välja ut de tre värsta åtgärderna som verkligen skulle göra att ni misslyckades med er vision. Gör sedan tvärtom! Vad skulle den raka motsatsen till de förslagen vara? Formulera om dem tre förslagen till praktiska, positiva och konkreta åtgärder som man kan göra själv. Fråga sedan hur gruppen nu ska se till att de här förslagen faktiskt genomförs. Gör gärna en enkel handlingsplan som tar upp hur man ska få tid och pengar till att genomföra förslagen, vem eller vilka som ska få huvudansvar för att det sker och hur man kan göra alla delaktiga i den processen.

### Tänk på att...

Det kan dyka upp extrema eller grova förslag när deltagarna ska dela med sig i rundan av vad de har tänkt. Även om det ingår i övningen att hitta på absurda förslag, så gäller det också att kunna sätta gränser om det dyker upp något som man inte vill att gruppen ska spåna vidare kring. Inför denna övning kan det vara bra att ha gjort övningen »Gruppregler« på sida 17.

## METOD: ATT SÄGA STOPP!

De flesta har någon erfarenhet av att höra nedlåtande kommentarer eller pikar som inte känns okej. Det kan handla om upplevelser av att bli bemött på ett nedlåtande sätt eller om att utsättas för kränkningar på möten, i skolan, på arbetsplatsen eller på fritiden. Man kan själv vara drabbad av det eller vara åhörare till att någon annan blir utsatt eller ifrågasatt. I många fall kan det vara personer i ens närhet som utövar makt eller uttrycker sig på ett sätt som man inte gillar. Det kan också vara personer man måste fortsätta ha en relation till eller vill få en bättre relation med, till exempel arbetskamrater, lärare eller föräldrar. Då kan det vara svårare men desto viktigare att hitta bra sätt att säga ifrån. Syftet med den här övningen är att gemensamt hitta bra och stärkande sätt att bemöta och säga ifrån mot kränkningar eller nedlåtande kommentarer. Övningen syftar också till att prata om möjligheter till förändrade attityder och allas ansvar.

### Material

- ▷ Whiteboard/blädderblock
- ▷ Whiteboardpenna/spritpenna



## Gör så här

Börja med att berätta för gruppen att kommentarer eller påhopp som är uttryck för tolerans och intolerans förekommer i stor utsträckning. Ibland är det direkta kränkningar, ibland är det välmenande kommentarer som upplevs nedlåtande eller slår an helt fel. Det är ofta lätt att vara efterklok och komma på vad man borde ha svarat först när det är för sent. Genom att i förhand prata om olika sätt att säga ifrån i utsatta situationer kan det bli lättare att också göra det när det väl gäller. Berätta för gruppen att det är bra att vara förberedd på att verbalt sätta gränser, både för sin egen skull och för andras. Understryk att det är alla människors ansvar att säga ifrån när någon behandlas illa: ansvaret ligger inte bara på den person eller grupp som utsätts. Börja med en brainstorm i helgrupp:

- ▶ Hur kan man bemöta kränkande kommentarer riktade mot en själv?
- ▶ Hur kan man agera om man märker att någon annan blir utsatt?

## Diskutera

Skriv upp de strategier som nämns på tavlan. Om gruppen har svårt att komma igång kan du istället låta dem sitta i mindre grupper och diskutera i några minuter. Sammanfatta vad som står på tavlan och betona att det uppenbarligen finns en mängd sätt att säga ifrån på. Be sedan deltagarna diskutera i smågrupperna:

- ▶ Vilka fördelar och nackdelar finns det med att sätta gränser åt någon annan?
- ▶ Hur kan man hjälpa någon annan att sätta gränser, utan att den personen upplever det som omyndigförklarande eller som en klapp på huvudet?

Låt deltagarna diskutera i några minuter och be därefter alla dela med sig i en runda av vad de har kommit fram till. Sammanfatta diskussionerna genom att prata om vad man kan göra på längre sikt. Det är viktigt att säga ifrån på olika sätt i skarpa situationer när det verkligen gäller, men vad kan man göra för att förhindra att sådana situationer ens inträffar? Utgå från några av de olika situationer som deltagarna har pratat om under övningen.

## Tänk på att...

Det kan hända att diskussionen övergår till att börja handla om exempel på grova kommentarer, jobbiga situationer eller kränkande gensvar som kan förekomma. Det kan göra mer skada än nytta att frossa loss i nedlåtande kommentarer eller kränkande påhopp. Var då tydlig med att denna övning handlar om hur man kan sätta gränser och se till att diskussionen handlar om det istället.

### **BENÄMN - KRISERA - SÄG VAD DU VILL**

Det här är en vanlig och ofta effektiv modell för att säga stopp och ifrågasätta i jobbiga situationer. Hur man väljer att formulera sig varierar förstås mycket beroende på vem man är, vad som har hänt och vilken relation man har till den man hamnat i konflikt med. Lyft gärna detta som ett exempel när deltagarna ska brainstorma fram olika sätt att säga stopp. Det här är ursprungligen en feministisk metod för att bemöta härskartekniker. Metoden används bland annat i feministiskt självförsvar. Här är två exempel på hur det skulle kunna låta:

#### **EXEMPEL ETT:**

**Benämn:** »När du säger fel namn till mig och pratar om mig som en kille...«.

**Kritisera:** »...så struntar du i att jag har valt ett annat namn och det känns inte okej.«

**Säg vad du vill:** »Jag har själv rätt att avgöra mitt pronomen och min könsidentitet. Jag vill att du kallar mig hen och använder det namn jag har valt.«

#### **EXEMPEL TVÅ:**

**Benämn:** »Varje gång jag pratar avbryter du mig eller börja kolla på din mobil.«

**Kritisera:** »Det är respektlöst av dig.«

**Säg vad du vill:** »Jag vill att du är tyst och lyssnar koncentrerat när jag pratar.«

# BÖRJA FÖRÄNDRINGEN

När man har fått upp ögonen för orättvisor gäller det också att börja förändra dem. Många av övningarna i Bryt! handlar om att synliggöra normer, ge kunskap om maktstrukturer samt uppslag och inspiration till hur förändring kan ske. Vissa normer och maktstrukturer är kanske lättare att bryta, medan en del saker kan kräva politiska beslut på högre nivå eller kanske styrs av ekonomiska och sociala strukturer som det tar längre tid att förändra. Då krävs det att man har tålamod och tar hjälp av varandra. Samtidigt går det alltid att göra en hel del på sin egen arbetsplats, i sin skola eller organisation. Börja där!

## HANDLINGSPLAN

En bra början kan vara att skriva en handlingsplan om hur man i den egna verksamheten ska arbeta normkritiskt med jämlikhetsfrågor och mot diskriminering. Det är viktigt att ta god tid på sig för att formulera sin egen grundinställning. Det gäller att alla i gruppen är med på varför frågorna är viktiga och känner sig delaktiga. Var mycket tydliga med vem eller vilka som ansvarar för att saker görs, när det ska vara gjort och hur det ska följas upp. Samtidigt som det gäller att ha personer som är huvudansvariga för att se till att saker genomförs, så är det av yttersta vikt att arbetet för jämställdhet och mot diskriminering är ett ansvar som alla i gruppen måste bära gemensamt. Det ska inte vara en eldsjäl som gör allt.

### Samarbete

När man skriver en handlingsplan gäller det att personer från olika delar av organisationen, arbetsplatsen eller skolan är med. Handlar det till exempel om en skola är det flera grupper som har skolan som sin arbetsplats och alla påverkas på väldigt olika sätt av de normer och maktstrukturer som råder. En handlingsplan ska inte bara skrivas av ledningen, även om ledningen alltid har det yttersta ansvaret för att det finns en handlingsplan och att den efterföljs. Istället bör handlingsplanen tas fram i en process där (om man tar en skola som exempel) grupper som rektorer, lärare, elever, föräldrar, skolhälsa, vaktmästare och lokalvårdare arbetar tillsammans. Det är också av yttersta vikt att det läggs tid och pengar på det här arbetet. Arbetet behöver genomsyra hela organisationen och alla relationer, både inom gruppen och i mötet med andra.

### Följ upp

Genom att göra en plan tvingas man att vara konkreta och sätta ord på vad det är man vill förändra. Det gäller också att följa upp arbetet för att undersöka vad som funkade och vad som kan göras bättre. För att

kunna göra en god uppföljning är det viktigt att vara specifik, det vill säga att formulera mål som är tydliga, mätbara, realistiska, tidsatta och avgränsade. Man kan inte göra allt. Välj därför strategiskt. Läs på diskrimineringsombudsmannens hemsida ([www.do.se](http://www.do.se)) om hur en handlingsplan mot diskriminering kan se ut och använd idéer därifrån.

Om man inte vill göra en handlingsplan kan man istället arbeta vidare med hjälp av checklistan nedan.

## CHECKLISTA

Här har vi satt samman en checklista som man kan använda i det sammanhang man själv befinner sig om man vill arbeta med ett praktiskt normkritiskt arbete för att göra organisationen mer välkomnande. Listan bör ses som ett stöd, inte en heltäckande bruksanvisning. Genom att titta på listan kan man låta sig inspireras och fundera på hur man kan komma vidare med det egna arbetet för allas lika rätt att delta och känna tillhörighet.

### Vem bestämmer?

Den som har rätten att formulera problem och föreslå lösningar har också makt genom att den blir lyssnad till, tagen på allvar och genom att förslag antas och genomförs. Titta på hur det går till i den egna organisationen, skapa utrymme för reflektion och diskutera inom gruppen:

- Vem får formulera problem och lösningar? Vems förslag antas?
- Vems intressen tillvaratas och vems glöms bort?
- Vilka lockas att engagera sig i organisationen? Vad gör att det är just dessa grupper som känner sig välkomna?
- Vilka stannar kvar längre i organisationen? På många håll är det vanligt att killar avancerar snabbare än tjejer. Hur ser det ut här? Följ upp diskussionerna genom att prata om hur man kan göra det mer rättvist och arbeta mot det målet. Återsamlas regelbundet för reflektion kring hur det går.

### Räkna taltid

Man kan göra arbetet mer konkret genom att räkna taltid. Det är ofta ett väldigt effektivt sätt för att få syn på vem eller vilka som tar mer tid och plats. Ta tid på hur länge var och en pratar under möten. Det gäller också att räkna hur många gånger varje mötesdeltagare begär ordet eller avbryter någon.



Man kan införa en begränsad talartid så att alla får ett visst antal minuter att fördela över mötet. Alla ska förstås få lika många minuter. Man får då lov att välja när och om vad man vill prata. När ens minuter är över får man sitta tyst och lyssna.

Det gäller också att vara uppmärksamma på hur människor betar sig när andra pratar, om de petar i sina papper, kollar på mobilen eller lyssnar intresserat. Man kan dessutom använda en »talking stick«, en sak som skickas runt, så att den som har ordet får något att hålla i. Det kan underlätta för den som blir avbruten att påpeka vad som sker genom att då till exempel kunna säga »Nu håller jag i vår talking stick. Det betyder att det är min tur att prata och att du ska lyssna«. Samtidigt ger det en chans åt dem som tar mer plats än andra att få syn på hur ofta och länge de faktiskt håller i denna »talking stick«, så att de då kan ta ett steg tillbaka och lämna mer plats åt andra.



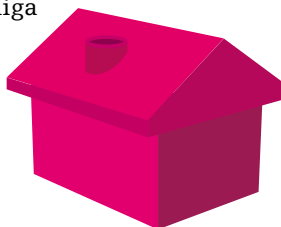
### Fördela pengar

För att kunna genomföra ett förändringsarbete räcker det inte alltid med goda intentioner och tid. Det är inte alltid det finns så mycket pengar, som i till exempel frivilligorganisationer eller mindre föreningar. Då kan man söka bidrag, men man kan också lösa det på andra sätt om man inte får några bidrag. I andra sammanhang däremot, som på arbetsplatser och inom skolan, är det avgörande att man faktiskt lägger pengar på att förändra det som inte fungerar som det ska. När man har gjort en plan för vad som behöver förändras får man börja arbeta in det i budgeten för nästa år eller sätta igång direkt om det finns utrymme för det. Diskutera:

- Finns det en budget för jämlikhets- och antidiskrimineringsarbetet?
- På vilka delar läggs de mesta resurserna i verksamheten och vilka är med i dessa delar?
- Behöver man anställa eller vidareutbilda någon för att leda jämlikhets- och antidiskrimineringsarbetet?
- Hur kan man planera och styra finansiering så att alla kan ta en viss del av sin tid till detta arbete? Det räcker till exempel sällan med bara en halvtimme i veckan om man redan har ett pressat schema.

### Tillgängliggör

Det är avgörande att lokaler och material är tillgängliga för alla. Titta på hur det ser ut och vad man behöver förändra. Om ingen i organisationen har kunskap i frågor rörande tillgänglighet är det viktigt att man skaffar den kompetensen till exempel genom att vidareutbilda. Handisam ([www.handisam.se](http://www.handisam.se))



har mycket information och tips om hur man kan komma igång med tillgänglighetsarbetet. Börja med att diskutera hur det ser ut:

- Måste man kunna gå upp för trappor eller ta sig över trösklar för att ta sig in i lokalerna? Är utrymningsvägar tillgängliga för alla oavsett funktionsförmåga?
- Om det finns rullstolsramp eller hiss, vet i sådana fall alla som använder sig av lokalerna hur man använder sig av dessa?
- Finns det hörselslinga i lokalerna? Är lokalerna inredda så att det är lätt att ta sig fram oavsett synförmåga?
- Finns organisationens material på flera språk, på lättläst svenska, i blindskrift? När man ska göra nytt material, väljer man i sådana fall layout, färger och typsnitt utifrån ambitionen att det ska vara tillgängligt?

### Mångfald och representation

Granska den egna verksamhetens struktur, kultur och traditioner så att ni kommer åt vilka sätt att vara på som ses som självklara och vad som därmed faller utanför.

- Hur ser mångfalden i organisationen ut? Är några grupper över- eller underrepresenterade?
- Är det skillnad om man jämför vilka som är aktiva i toppen av organisationen och nedåt?
- Vilka representerar organisationen/verksamheten utåt? Hur påverkar det vilka som söker sig till organisationen/verksamheten?
- Måste man ange kön när man blir medlem eller anställs? Vilka alternativ finns i så fall? Om man bara har alternativet »man« och »kvinna« så riskerar man att exkludera transpersoner.
- Finns det rasism i organisationen? Hur kan man ändra på det?
- Finns det en intern jargong? Vad får det skämtas om och vem eller vilka sätter stämningen?
- Hur arbetar man för att alla ska kunna känna sig lika välkomna oavsett vilken religion eller trosuppfattning man har? Utvärdera det arbetet och se vad man mer skulle kunna göra.

### Styrdokument

Titta tillsammans på existerande styrdokument och liknande. Diskutera:

- Hur är stadgar, principprogram, verksamhetsplan och policydokument formulerade?
- Kan dessa dokument göras mer inkluderande och effektivare?
- Vad står det i informationsbroschyrer, på webben och i medlems-tidningen?
- Vilka kommer till tals och vilka syns på bilderna?

# ATT GÅ VIDARE

Nedan finns tips på några metodmaterial, seriealbum, böcker och filmer som man kan inspireras av och hämta information från.

## Metodmaterial

*Ageraguiden av Vi Unga (2010)*. En metodmaterial om makt och normer i civilsamhället, om hur maktstrukturer kan synliggöras och hur man kan få syn på vilka normer som finns i ens organisation.

*Allt är möjligt: en handbok i mediekritik av Nätverket Allt är möjligt (2004)*. En praktisk och feministisk handbok i mediekritik.

*Egaliamodellen – metoder för inkludering av hbtq-ungdomar i skola och fritidsverksamheter av RFSL Stockholm (2010)*. Ett metodmaterial för dig som vill arbeta stödjande och identitetsstärkande gentemot gruppen unga hbtq-personer.

*I normens öga av Friends (2008)*. Ett metodmaterial om att ifrågasätta och granska normer. Här hittar du inspiration till att påbörja ett normkritiskt jämlikhetsarbete eller till att ta likabehandlingsarbetet ett steg längre.

*Makthandboken – för unga feminister som (be)möter rasism och sexism i föreningslivet av Interfem (2009)*. Ett material om rasism och sexism. Boken ger konkreta tips och verktyg för att bemöta diskriminering i föreningslivet.

*O/lika av LSU (2008)*. Ett normkritiskt material med fokus på tillgänglighet. Materialet presenterar interaktiva övningar om alla diskrimineringsgrunder.

## Facklitteratur

*Hon hen han - en analys av hälsosituationen för homosexuella och bisexuella ungdomar samt för unga transpersoner av Ungdomsstyrelsen (2010)*. Utredning av unga hbt-personers hälsa och livsvillkor med förslag på konkreta åtgärder som skulle förbättra unga hbt-personers situation.

*Islamofobi av Mattias Gardell (2010)*. En granskning av den islamofobiska tanketraditionen genom historien fram till hur det ser ut i dagens Sverige och Europa. Gardell beskriver islamofobins uppbyggnad och analyserar fördomsfulla påståenden om muslimer och vad de påstås vara.

*Man kan ju inte läsa om bögar i någon historiebok av Friends (2007)*. En bok om fyra skolors arbete med genusfrågor. Boken tar upp hur

skolorna resonerar kring begrepp som jämställdhet, genus och sexualitet samt hur det påverkar undervisningen. Boken tar också upp framgångsfaktorer och hinder i arbetet.

*Normkritisk pedagogik – makt, lärande och strategier för förändring* av (red) Janne Bromseth och Frida Darj (2010). En antologi som undersöker vad normkritiska perspektiv kan innebära och hur de kan användas i olika verksamheter.

*Vad är queer?* av Fanny Ambjörnsson (2006). En introduktion till queerbegreppet. Grundläggande om queer som teori, aktiviströrelse, underhållning och inställning till livet.

### Böcker/serier

*Det jag inte säger* av Katja Timgren (2004). Det kommer en ny tjej till klassen som inte är som de flesta och inte verkar bry sig om vad andra tycker. Jenny, klassens plugghäst, är trött på sina tjejkompisar och blir intresserad av den nya tjejen för att hon verkar så fri och självständig.

*Det är bara lite AIDS* av Sara Granér (2008). Uppkäftiga serier som på ett träffsäkert sätt synliggör absurda normer och föreställningar som oftast tas för givet i samhället och vardagen. I Granérs serier dras saker verkligen till sin spets.

*Egalias döttrar* av Gerd Brantenberg (1980). En annorlunda roman om orättvisor mellan kvinnor och män, som vänder upp och ner på begreppen.

*Einsteins fru* av Liv Strömkvist (2008). Rolig och folkbildande samhällskritisk serie. I »Einsteins fru« får vi lära oss om bortglömda anarkafeminister på 1800-talet, om kända historiska män som gjort sig skyldiga till hatbrott eller behandlat sina fruar som skit och om det geniala med Britney Spears.

*Handboken* av Karolina Bång (2009). Ett seriealbum som vänder upp och ner på heteronormen och visar hur man själv kan göra detsamma. I Bångs serier bryts aktivismens tuffa yta och svåra ord ner till rimmade ramsor och inspirerande bilder.

*Hetero* av Sandra Dahlén (2006). Hur har heteros sex? Vem kan egentligen räkna sig som hetero? Och hur hetero är djuren? En enkel och tydlig bok som vänder på perspektiven och sätter normer kring heterosexualitet under lupp.



*Kalla det vad fan du vill* av Marjaneh Bakhtiari (2005). Bakhtiaris debutroman med scener från familjen Irandousts vardag i det nya hemlandet Sverige.

*Pojkflickan* av Nina Bouraoui (2004). Nina Bouraouis roman »Pojkflickan« är en självbiografisk upptäcktsfärd i tre världar: den algeriska, den franska och författarens egen, inre värld.

*Såna som oss. Röster om sexualitet, identitet och annorlundaskap.* av (red) Susanne Mobacker (2003). Peppig antologi om identiteter och konsten att hitta sig själv. Texter av fjorton unga personer om att bryta mot normer och om att vara krigare istället för offer.

*Ta betalt!* av Moa Elf Karlén och Johanna Palmström (2003). »Ta betalt!« tar upp villkoren i skolan och på arbetsplatsen som de ser ut idag. På ett lättfattligt sätt introduceras även bakgrunden till sakernas tillstånd.

*Vi är Misfits!* av Christoph Emanuelle Fielder och Elin Emil Sandström Lundh (2009). En inspirationsbok som visar hur du gör praktik av queerfeminismen. En dokumentation av vad olika människor gör och kan göra för att synliggöra och bryta ner normer.

*White like me* av Oivvio Polite (2007). En engagerande och personlig bok om rasism. Inte bara om högerextremister och andra som kan vara lätta att avfärda, men om vad som gör oss alla till rasister.

## Filmer

*Allt om min mamma* (1999). En film om Manuela som förlorar sin son i en bilolycka, och därför måste söka upp hans okända far, Lola, som är transvestit och döende i AIDS. Filmen berör ämnen som HIV, moderskap och tro.

*Billy Elliot* (2000). Vad händer när en pojke hellre vill dansa balett än boxas? En film om en kille som är elva år, bor i norra England och inte passar in i normen.

*Boys Don't Cry* (1999). En våldsamt film som visar transsexuelle Brandons liv i ett lantbrukssamhälle i USA. Filmen, som bygger på en verklig historia, visar vilka fruktansvärda uttryck som transfobi kan ta sig.

*But I'm a Cheerleader* (1999). En hysteriskt rolig film om Megan som är sjutton och cheerleader. Hennes präktiga familj får för sig att hon är lesbisk, och skickar henne till ett läger där homosexuella ungdomar ska lära sig vara heterosexuella män och kvinnor. Men allt går inte enligt planerna...

*Ciao Bella* (2007). Varför blir tjejerna på Gothia Cup mer intresserade av en kille när de tror att han är italienare än när de tror att han är en iransk kille från Lerum? Om hur föreställningar kring etnicitet påverkar våra uppfattningar.

*Du ska nog se att det går över* (2003). My, Joppe och Natalie har spelat in en videodagbok där de berättar om sina liv. En humoristisk och allvarlig dokumentärfilm om hur det kan kännas att vara tonåring och komma på att man inte är hetero.

*Det nya landet* (2000). Följ med flyktingarna Ali och Massoud på en resa genom Sverige, en resa som är ett möte med ett tvärsnitt av det svenska samhället.

*Fucking Åmål* (1998). Sextonåriga Agnes känner sig ensamast i hela världen. Hon är djupt förälskad i Elin, skolans populäraste tjej som enligt ryktet har hånglat med alla skolans killar. En historia om tonåren och kärleken mellan två tjejer.

*Mitt liv i rosa* (1997). En skildring av utanförskap och en hyllning till modet att stå för den man är. En berättelse om en pojke som hellre vill vara flicka.

*Maggie vaknar på balkongen* (2008). Maggie är född i Kenya och har bott i Sverige sedan cirka tio år. Under tre års tid har hon fört en videodagbok om sin vardag i Malmö. En poetisk och kritisk skildring av det svenska samhället på 2000-talet som väcker frågor om det som anses vara »normalt«.

*Transamerica* (2005). Bree är en transsexuell kvinna som snart ska genomgå sin könskorrigering då hon blir kontaktad av sin okända son. Han är en halvkriminell ligist, och tillsammans hamnar de på en omtumlande resa genom USA. En film om förändring, familj och erkännande.

*Unveiled* (2005). Fariba riskerar dödsstraff i sitt hemland Iran på grund av sin kärlek till Shirin. Hon flyr därför till Tyskland, men nekas uppehållstillstånd och får istället klä ut sig till en man för att kunna stanna i landet. Filmen berör frågor om etnicitet, migration, könsuttryck och sexualitet.

*Venus Boyz* (2002). »Kvinnor blir män - vissa för en natt, vissa för resten av livet«. Filmen följer ett antal transpersoner i London och New York. Vi får höra deras berättelser och tankar kring normer och könsidentitet.

*Väninnor* (1996). En dokumentär om sex lesbiska kvinnor i åldrarna sextio till åttiofem år, som alla har levt med rädslan att stämpas som annorlunda och med risken att förskjutas av omgivningen.

# ORDLISTA

Samtalen i övningarna kan leda till att man kommer in på ord som inte alla känner till eller som man kanske är osäker på betydelsen av. Det finns ofta olika sätt att förklara ord och begrepp. Vissa av orden i den här ordlistan kan ha andra betydelser i andra sammanhang. Här kan du läsa förklaringar till hur orden används i boken. Läs ordlistan nedan som en översiktlig introduktion till ett stort område.

*Asexuell* En person som inte har någon sexlust eller som inte önskar inkludera andra i sin sexualitet. Begreppet används olika av olika personer.

*Bisexuell* En person som har förmågan att bli kär i, kåt på eller attraherad av människor oavsett kön.

*Bög* Homosexuell man.

*Cisperson* En person vars juridiska kön, biologiska kön och könsidentitet är linjärt, hänger ihop och alltid har hängt ihop enligt normen. Exempelvis en person som föds med snopp, ser sig själv som kille och har könet »man« registrerat som kön i folkbokföringen. Ordet rör könsidentitet och könsuttryck och har ingenting med sexuell läggning att göra. Cis är latin för »på samma sida«.

*Diskriminering* Att personer eller grupper indirekt eller direkt utsätts för orättvis behandling på grund av kön, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, sexuell läggning, funktionsförmåga, ålder, könsidentitet eller könsuttryck.

*Etnisk tillhörighet* Tillhörighet till en grupp av människor som har samma kultur, talar samma språk eller kommer från samma område i världen som en själv.

*Etnocentrism* Att man sätter den egna kulturen i centrum och anser att dess kulturella synsätt och värderingar är de enda sanna och riktiga samt att alla andra borde dela och rätta sig efter dessa.

*Feminism* En politisk analys och rörelse som ser att kvinnor som grupp är strukturellt underordnade män som grupp i samhället. Feminister vill ändra på denna orättvisa struktur. Eftersom det finns flera olika sorters feminism väljer man ibland att tala om *feminismer* i plural.

*Flata* Homosexuell kvinna.

**Funktionsnorm** Enligt funktionsnormen förväntas människor inte ha någon funktionsnedsättning och samhället organiseras i regel utifrån den normen. Att följa eller passera inom normen ger ekonomiska, politiska och sociala fördelar.

**Funktionshinder** De problem som uppkommer när en person med någon form av funktionsnedsättning vistas i en miljö som inte är tillgänglig. Ett exempel kan vara när en person som sitter i rullstol inte kommer in i ett hus för att det bara finns trappor. Funktionshinder är något som finns i omgivningen: en person är inte funktionshindrad.

**Funktionsnedsättning** En varaktig fysisk, psykisk eller begåvningsmässig nedsättning av en persons funktionsförmåga som beror på skada eller sjukdom.

**Genus** Ett ord som syftar på det sociala könet, eller det sätt på vilket vi gör kön i samhället. Det handlar till exempel om hur vi hela tiden skapar normer för manligt och kvinnligt i vår vardag genom kroppsspråk, val av kläder, yrken, intressen och så vidare. Hur genus konstrueras beror på historiska, sociala och kulturella sammanhang. Vad som anses vara manligt eller kvinnligt är därigenom någonting som ständigt förändras.

**Hatbrott** Brott som motiveras av hat mot vissa grupper av människor på grund av hudfärg, nationalitet, etniskt ursprung, trosbekännelse, sexuell läggning, könsuttryck eller annan liknande omständighet. Det är motivet hos gärningspersonen eller -personerna som avgör om ett brott rubriceras som hatbrott.

**Hbtq** Ett paraplybegrepp för homosexuella, bisexuella, transpersoner och queers. I många sammanhang talar man om hbt-personer, men det blir allt vanligare att man inkluderar queers i paraplygreppet.

**Heterosexuell** En kvinna som har förmågan att bli kär i, attraherad av eller kåt på en man, eller en man som har förmågan att bli kär i, attraherad av eller kåt på en kvinna.

**Heteronorm** Enligt heteronormen förväntas människor vara antingen tjej eller kille och ingenting annat, och man talar om dessa två som motsatta kön. Tjejer och killar förväntas vara olika, feminina respektive maskulina. Alla förväntas vara heterosexuella och eftersträva monogama parförhållanden. Att följa eller passera inom normen ger ekonomiska, politiska och sociala fördelar.

**Homofobi** En ideologi, uppfattning eller värdering som ger uttryck för en negativ syn på homosexualitet eller homo- och bisexuella. Homofobin överlappar ibland transfobin.

**Homosexuell** En person som har förmågan att bli kär i, attraherad av eller kåt på någon av samma kön.

**Härskarteknik** Härskartekniker är olika sätt som människor avsiktligt eller omedvetet använder sig av för att trycka ner andra personer. Härskartekniker har ofta funktionen att stärka eller att bevara normer och orättvisor.

**Identitet** En människas uppfattning om vem hon är, något som påverkas av andras uppfattning om vem hon är.

**Intersektionalitet** Ett perspektiv som används för att titta på hur olika maktordningar är sammanflätade med varandra och hur olika identiteter skapas som resultat av till exempel religiositet, kön, sexualitet, klass och ålder. Hur de olika aspekterna hänger samman ser olika ut beroende på person, grupp och sammanhang.

**Intergender** En person som inte vill inordna sig i den traditionella uppdelningen i enbart »kvinnor« och »män«. Någon som identifierar sig som mellan eller bortom könen. Har inte att göra med hur ens kropp ser ut, utan vilket kön man känner sig som (könsidentitet).

**Jämlikhet** Att sträva efter jämlikhet är att sträva efter alla människors lika värde och likhet inför lagen, samt lika möjligheter, rättigheter och skyldigheter.

**Klass** Skikt i samhället som skapas utifrån bland annat utbildningsnivå, hälsa, ekonomi och arbete. En samhällsklass är en avgränsad grupp i ett samhälle som har liknande socioekonomiska förutsättningar och/eller bakgrund.

**Kön** Begreppet kön är en socialt konstruerad kategori som används för att dela in människor i grupperna »kvinnor« och »män«. Kön kan brytas ned i fyra olika delar:

– **Biologiskt kön** Definieras utifrån inre och yttre könsorgan, könskromosomer och hormonnivåer. Biologiskt kön avgörs av hur den fysiska kroppen ser ut.

– **Juridiskt kön** Det kön som står registrerat i folkbokföringen, i pass eller legitimation. Juridiskt kön framgår också av en siffra i personnumret.

I Sverige finns två bara juridiska kön: »man« eller »kvinna«. Alla barn som föds tilldelas ett juridiskt kön, baserat på ens biologiska kön.

- *Könsidentitet* En persons självupplevda kön, det vill säga det kön du känner dig som. Ingen kan bestämma detta åt någon annan, och var och en har rätt att själv avgöra vilken könsidentitet man har.
- *Könsuttryck* Hur en person uttrycker sitt kön. Det gör du till exempel genom kläder, kroppsspråk, frisyra, socialt beteende, röst samt om och hur du sminkar dig.

*Kränkning* Uppträdande som är nedlåtande mot eller sårar en persons värdighet. Kränkningar kan vara fysiska och verbala handlingar såväl som psykosociala attityder, de kan också ta sig uttryck i texter och bilder.

*Könskorrigering* Könskorrigering är den riktiga termen för det som ibland kallas könsbyte. För att få rätt till könskorrigering i Sverige idag krävs diagnosen transsexualism som ställs av psykiater vid någon av landets mottagningar för transsexuella.

*Lesbisk* Homosexuell kvinna

*Likabehandling* I lagen om likabehandling förbjuds diskriminering på följande grunder: kön, könstillhörighet/uttryck, ålder, etniskt eller nationellt ursprung, nationalitet, språk, religion, övertygelse, åsikt, hälsotillstånd, funktionshinder, sexuell läggning samt någon annan orsak som gäller någons person (till exempel förmögenhet, graviditet, familjeförhållanden).

*Monogami* Att ha sexuella- och/eller kärleksrelationer med bara en person i taget. En person som uteslutande väljer att ha monogama sexuella- och/eller kärleksrelationer kan sägas vara monoamorös.

*Maktstrukturer* Strukturer på samhälls nivå som ger människor olika möjligheter och förutsättningar att påverka samhället och sitt eget liv. Vilka möjligheter och förutsättningar man har hänger ihop med till exempel ens klass, etniska tillhörighet, funktionsförmåga, hudfärg, sexualitet och religiositet.

*Normat* En benämning på föreställningen om den »ideala« kroppen och det »ideala« psyket. En person som lever upp till funktionsnormen och inte har någon form av funktionsnedsättning kan kallas för normat.

*Normer* Oskrivna regler, förväntningar och ideal som handlar om vad som anses vara positivt, önskvärt och fördelaktigt och vad som inte är det. Normer är situationsberoende, föränderliga över tid och formas utifrån maktförhållanden.

**Polygami** Att ha sex- och/eller kärleksrelationer med fler än en person i taget. En person som väljer att ha polygama sex- och/eller kärleksrelationer kan sägas vara polyamorös.

**Privilegier** Privilegier är fördelar och förmåner som personer eller grupper får i olika sammanhang utifrån sociala, kulturella, ekonomiska eller andra grunder. Privilegier handlar ofta om sociala och ekonomiska fördelar som personer eller grupper får utifrån rådande normer. Privilegium kan också vara lagstadgade, exklusiva rättigheter som staten ger till vissa personer eller grupper.

**Queer** Ett brett begrepp som kan betyda flera olika saker men i grunden är ett ifrågasättande av heteronormen. Många ser sin könsidentitet och/eller sin sexualitet som queer. Queer kan åsyfta en önskan att inkludera alla kön och sexualiteter eller att inte behöva identifiera sig.

**Rasism** En ideologi, uppfattning, värdering eller struktur som bygger på en indelning av människor i ett hierarkiskt system av raser, utifrån hudfärg eller etnisk tillhörighet, där vissa raser tillskrivs ett högre värde, positivare egenskaper och ibland moralisk rätt att härska över andra.

**Religiositet** En persons religiösa åskådning, tillhörighet eller trosuppfattning. När det till exempel står att en person inte får diskrimineras på grund av sin religion eller trosuppfattning, kan man också säga att en person inte får diskrimineras utifrån religiositet.

**Sekulär** En stat är sekulär när den inte baserar sina lagar på någon religion utan är neutral i trosfrågor. En person kan också vara sekulär. Sekularisering kan vara när områden i samhället i allt mindre utsträckning påverkas av religion, till exempel har skolan genomgått en sekularisering under 1900-talet.

**Sexism** En ideologi, uppfattning eller värdering som ger uttryck för en negativ syn på kvinnor och femininitet, och menar att kvinnor ska vara underordnade män.

**Sexualitet** Ett begrepp som ofta används ofta för att gruppera människor utifrån vem de har förmågan att bli kär i, attraherade av eller bli kåta på. I svensk lagstiftning används begreppet »sexuell läggning«. Exempel på sexuella läggningar är hetero-, homo- och bisexualitet.

**Stereotyp** Bilder eller föreställningar om grupper och personer, ofta i form av förenklade antaganden och idéer om vilka egenskaper, intressen och förmågor medlemmar i en viss grupp har.

**Tillgänglighet** En förutsättning för att alla ska ha samma möjlighet att delta jämlikt i olika sammanhang oavsett funktionsförmåga, språkkunskap, hudfärg, könsidentitet, klass, sexualitet, etnicitet, religiös åskådning eller trosuppfattning. I ett tillgängligt samhälle är information, lokaler och verksamheter utformade för att inte exkludera någon.

**Trakasserier** Att utsätta någon eller några för handlingar som till exempel mobbning, utfrysning eller förtal som kränker den personens/de personernas värdighet.

**Transfobi** En ideologi, uppfattning eller värdering som ger uttryck för en negativ syn på transpersoner eller personer vars könsuttryck avviker från normerna. Transfobin överlappar ibland homofobin.

**Transperson** En person vars könsidentitet och eller könsuttryck inte stämmer överens med det biologiska och/eller juridiska kön den blev tilldelad vid födseln. En transperson kan till exempel vara en person som biologiskt och juridiskt är »man« men som definierar sig som någonting annat än det. Transpersoner är ett paraplybegrepp med många undergrupper och det går att vara transperson på många olika sätt. Begreppet rör könsidentitet och könsuttryck och har ingenting med sexuell läggning att göra. »Trans« är latin för att överskrida.

**Transsexuell** En person som upplever sig vara av ett annat kön än det juridiska kön man tilldelades vid födseln och som har en vilja att förändra kroppen helt eller delvis med exempelvis kirurgi eller hormonbehandling. Transsexualism är en medicinsk diagnos som för vissa innebär ett övergångsstadium tills man har korrigerat sin kropp. Andra fortsätter att definiera sig som transsexuella eller före detta transsexuella även efter korrigeringen.

**Transvestit** En person som ibland eller alltid – helt eller delvis – iklär sig eller använder sig av ett annat köns kläder och/eller andra attribut.

**Tvåsamhetsnorm** En norm som medför att det ses som positivt, eftersträvansvärt och normalt att ha eller vilja ha enbart en partner. Se monogami och heteronorm.

**Vithetsnorm** En norm som medför att det ses som positivt, eftersträvansvärt och normalt att vara vit. Att samhället präglas av en vithetsnorm innebär att personer som är vita har sociala, ekonomiska och politiska privilegier. Vithet är ett ord som kan användas för att peka på att vita människor också har en hudfärg och en etnicitet, eftersom hudfärg och etnicitet annars är ord och samtalsämnen som betydligt oftare dyker upp när det talas om personer som är mörkhyade. Vithet är inte en egentlig hudfärg (hudfärgen är ju närmare gulrosa), utan en maktposition.



# BESTÄLL BRYT!-UTBILDNING

Förutom att använda övningarna i materialet själv kan du också anlita erfarna Bryt!-utbildare från RFSL Ungdom. Innan man själv börjar använda övningarna är det alltid bra om man har deltagit vid ett utbildningstillfälle som någon annan har hållit i.

RFSL Ungdom erbjuder också utbildningar i säkrare sex, hbtq-frågor, normkritisk pedagogik och med specifikt fokus på trans. Vi erbjuder både workshops och föreläsningar för arbetsplatser, skolor, organisationer eller annan verksamhet. Det finns stora möjligheter att anpassa utbildningens innehåll till just er verksamhet eller organisation.

Välkommen att kontakta oss för frågor eller om du vill beställa en utbildning. Via vår hemsida kan du också beställa våra andra böcker och informationsmaterial.

*Telefon* 08-501 629 40

*Mail* [info@rflslungdom.se](mailto:info@rflslungdom.se)

*Beställa utbildning* [utbildning@rflslungdom](mailto:utbildning@rflslungdom.se)

*Internet* [www.rflslungdom.se](http://www.rflslungdom.se)

Bryt! är ett samarbetsprojekt mellan RFSL Ungdom och Forum för levande historia. För att komma i kontakt med Forum för levande historia:

*Mail* [info@levandehistoria.se](mailto:info@levandehistoria.se)

*Internet* [www.levandehistoria.se](http://www.levandehistoria.se)

the 1990s, the number of people in the UK who are employed in the public sector has increased from 10.5 million to 12.5 million, and the number of people in the public sector who are employed in health care has increased from 2.5 million to 3.5 million (Department of Health 2000).

There are a number of reasons for the increase in the number of people employed in the public sector. One reason is that the public sector has become a more important part of the economy. Another reason is that the public sector has become a more attractive place to work. A third reason is that the public sector has become a more important part of the welfare state.

The increase in the number of people employed in the public sector has led to a number of changes in the way that the public sector is organized. One change is that the public sector has become more decentralized. Another change is that the public sector has become more market-oriented. A third change is that the public sector has become more customer-oriented.

The changes in the way that the public sector is organized have led to a number of challenges for the public sector. One challenge is that the public sector has become more complex. Another challenge is that the public sector has become more competitive. A third challenge is that the public sector has become more demanding.

The challenges that the public sector faces are a result of the changes in the way that the public sector is organized. The public sector must find ways to meet these challenges if it is to continue to provide the services that it is expected to provide.

One way that the public sector can meet these challenges is by increasing the number of people employed in the public sector. This can be done by recruiting more people to the public sector. Another way that the public sector can meet these challenges is by increasing the productivity of the people who are employed in the public sector.

Increasing the productivity of the people who are employed in the public sector can be done in a number of ways. One way is by providing training and development opportunities for the people who are employed in the public sector. Another way is by providing better working conditions for the people who are employed in the public sector.

Providing better working conditions for the people who are employed in the public sector can be done in a number of ways. One way is by providing better pay and benefits for the people who are employed in the public sector. Another way is by providing better working hours for the people who are employed in the public sector.

Providing better pay and benefits for the people who are employed in the public sector can be done in a number of ways. One way is by providing better pay for the people who are employed in the public sector. Another way is by providing better benefits for the people who are employed in the public sector.

**Bryt!** riktar sig till dig som vill arbeta med anti-diskriminering och likabehandling inom en organisation, på en skola eller på en arbetsplats. Materialet innehåller metoder för att undersöka och ifrågasätta normer kring kön, etnicitet, sexualitet, klass och funktionsförmåga. Metoderna riktar blicken mot normen snarare än normbrytarna. Målet är att skapa en icke-diskriminerande och inkluderande organisation där alla kan känna sig välkomna.

**Bryt!** har tagits fram av Forum för levande historia och RFSL Ungdom.

