

2. Reflektionsövningar

B. "Känn - upplev"

En bit fram

Tidsåtgång: 60 min

Antal deltagare: 10 - 30 personer

Informationsblad för samtalsledaren

Förberedelser

- Läs igenom hela övningen med instruktionerna så att du är förberedd.
- Läs igenom viktiga poänger i förväg.
- Skriv ut rollkortet till deltagarna. Det är meningen att flera av deltagarna kommer att få samma rollkort.
- Skriv ut den här PDFen till dig så du har det framför dig när du ska hålla i övningen.

Om övningen

En bit fram är en övning från jämställ.nu som Make Equal har metodutvecklat.

Spelregler

Påminn gruppen om spelreglerna. Fullständig version av spelreglerna finns under del 2 och 3 på hemsidan.

- Utgå ifrån att "alla" finns i rummet (de av oss som..).
- Kom ihåg att alla har olika erfarenheter och förkunskaper så visa respekt.
- Provtänk och tolka varandra snällt.

Talarmanus

Syftet med den här övningen är att förstå hur normer skapar olika förutsättningar, förstå privilegie samt att förstå vad intersektionalitet innebär i praktiken. Du ska nu föreställa dig hur det är att vara någon annan. Du kommer få en lapp med en kort beskrivning av en fiktiv person som du inte ska visa någon annan. Under hela den här övningen ska du tänka att du är personen på lappen.

Instruktion

Skriv ut rollkort (finns som separat dokumentet att klippa ut) och dela ut en roll till varje deltagare och ge gruppen tid att läsa in sig på sin roll. Flera personer i gruppen kommer få samma rollkort. Placera gruppen i ett led, axel mot axel i ena änden av rummet. Ta en stund och fundera på vem din nya person är. Hur ser din vardag ut? Vad gör du på dagarna? Hur var din uppväxt? Vi kommer nu dela ut rollerna.

- Du heter Ahmed, 18 år, föräldrar från Bagdad, sambo med din kille.
- Du heter Erik, 60 år, föräldrar från Lund, gift med din maka, bär ett halsband med ett kristet kors.
- Du heter Peter, 45 år, föräldrar från Stockholm, du är gift och sitter i kommunfullmäktige, du använder rullstol och har tre barn.
- Du heter Alex, 24 år, föräldrar från Mogadishu, du tillskrevs könet flicka när du föddes men har sedan förskolan känt att du är en kille, singel.
- Du heter Karin, är 38 år, föräldrar från Luleå, du är jurist, du bor i en villa med din man och två barn.

Talarmanus

Nu vill jag att du föreställer dig att du, som den personen du nu är utifrån lappen, jobbar på din arbetsplats.

Jag kommer nu att läsa upp olika påståenden om din vardag. Du ska reflektera själv och ta ställning till påståendet utifrån den nya beskrivningen av dig som person.

Om du tror att påståendet stämmer för dig ska du ta ett steg fram. Om du inte tror att påståendet stämmer för dig ska du stå kvar.

Det kommer inte finnas ett definitivt svar, inget rätt eller fel. Du kommer göra en egen personlig bedömning av påståendet utifrån vad du känner, vet och tror är rimligt utifrån dina föreställningar om andra.

Lyssna noga på påståendet. Många påståenden är negationer, att du aldrig eller inte har upplevt något. Om du inte förstår påståendet är det troligt att du bara inte har upplevt situationen. Då ska du ta ett steg fram.

Du behöver inte säga något under den här övningen
Om du har frågor under övningen, räck upp handen så kommer jag och hjälper dig.

Behöver jag förtydliga någonting?

Instruktion

Läs upp ett påstående i taget och ge gruppen tid att reflektera efter varje påstående. Bryt när alla påståenden har blivit upplästa och deltagarna är grupperade i rummet.

Påståenden

1. Ingen har bett mig ta av mig min religiösa symbol.
2. Ingen har sagt "du kastar som en tjej" till mig under min uppväxt.
3. Ingen har skrikit "jävla bög" till mig.
4. Jag är inte rädd för att bli överfallen om jag vill motionera när det är mörkt ute.
5. Ingen har kallat mig något nedlåtande på grund av min ålder.
6. Jag har aldrig funderat på vilket omklädningsrum jag ska välja på gymmet.
7. Jag har svårt att visa mina inre känslor och sårbarhet pga vad andra ska tycka och säga om mig.
8. Det har ofta hänt att jag har fått utlopp för mina känslor i ilska och aggressivitet.
9. Jag kan göra misstag utan att andra tillskriver det till min etniska tillhörighet.

10. Jag är inte rädd för att stoppas av polisen.
11. Jag kan köpa hudfärgade plåster som liknar min hudfärg.
12. Jag är rätt säker på att jag aldrig varit den enda med min sexuella läggning i något jobbsammanhang.
13. Jag har aldrig blivit kallad något nedlåtande som syftar på min hudfärg eller vilken del av världen som jag kommer ifrån.
14. Jag tror inte att mitt namn påverkar mina chanser negativt till att bli kallad till intervju till ett jobb.
15. Jag tog mig in i den här byggnaden och rummet utan att tänka på trösklar och trappor.
16. Ingen främling har frågat om jag är tjej eller kille.
17. Jag kan gå hand i hand på stan med någon jag är ihop med utan att få konstiga blickar.
18. Ingen har frågat mig var jag kommer ifrån, "egentligen".
19. Folk tittar inte misstänkt på mig utan anledning.
20. Jag har aldrig behövt rätta någon när de antar min sambos kön.
21. Varje dag kan jag läsa i tidningen om framgångsrika människor med samma hudfärg som mig.
22. Jag bor i ett område med relativt låg arbetslöshet.
23. Jag har aldrig behövt oro mig för att berätta om med min sexuella läggning.
24. Jag är inte på min vakt när jag går förbi en grupp män sent på kvällen.
25. Jag har aldrig varit rädd att utsättas för sexuellt våld.
26. Om jag skulle få jobb på den här arbetsplatsen så skulle jag se ut som de flesta andra och passa in utan att fundera så mycket på varför jag passar in.

Talarmanus

Stå kvar där du står och se dig omkring på de andra.

- Räck upp handen du som heter Ahmed.
Du heter Ahmed, 18 år, föräldrar från Bagdad, sambo med din kille.
- Räck upp handen du som heter Erik.
Du heter Erik, 60 år, föräldrar från Lund, gift med din maka, bär ett halsband med ett kristet kors.
- Räck upp handen du som heter Peter.
Du heter Peter, 45 år, föräldrar från Stockholm, du är gift och sitter i kommunfullmäktige, du använder rullstol och har tre barn.
- Räck upp handen om du heter Alex
Du heter Alex, 24 år, föräldrar från Mogadishu, du tillskrevs könet flicka när du föddes men har sedan förskolan känt att du är en kille, singel.
- Räck upp handen om du heter Karin
Du heter Karin, är 38 år, föräldrar från Luleå, du är jurist, du bor i en villa med din man och två barn.

Tack. Ni ska få reflektera kring vad som hände i den här övningen.

Debriefing

För kort reflektion kan en få vända sig till de en står bredvid och reflektera kring vilka tankar och känslor en fick.

Välj att ta vissa eller alla reflektionsfrågor.

1. Hur tänkte du när du tog ställning till påståendena?
2. Hur kändes det att ta ett steg fram och hamna långt fram?
3. Hur kändes det att stå kvar och hamna långt bak?
4. Vad innebär det i en persons vardag att vara någon som hamnar långt fram? Långt bak?
5. Vad innebär det för en persons livschanser att vara någon som hamnar långt fram? Långt bak?
6. Hur tror du att de olika personerna påverkas av maskulinitetsnormer?
7. I rollkortet finns bara en liten del av varje persons identitet med. Om det inte står utskrivet vad personen har för etnicitet, sexuell läggning, funktionsförmåga eller kön, vad lägger vi då själva in? Hur tog du ställning till påståendet när informationen på kortet inte var tillräcklig? Vad var det som fick dig att ge din roll de egenskaperna?

EFTER ÖVNINGEN

Talarmanus

Syftet med övningen är att förstå och uppleva hur vi alla har olika förutsättningar och möjligheter i livet. På så sätt har ni identifierat ojämlikheter för olika människor på er arbetsplats och samhället i stort. Det finns inga rätt eller fel utan syftet med övningen att uppleva och känna på hur det är att vara en annan person samt hur det påverkar människors livsvillkor. Det är även viktigt att förstå att det finns saker som inte går att se på ytan. Vi människor kategoriserar ständigt varandra och tillskriver egenskaper utifrån våra föreställningar. Dessa föreställningar påverkar våra attityder och bemötande som i sin tur kan leda till diskriminering och trakasserier. Genom att medvetandegöra den här processen kan vi börja förändringsprocessen.

Vissa påståenden gick endast några fram pga privilegier utifrån hudfärg, kön, funktionsnedsättning och sexuell läggning. Det visar på att det finns mönster och strukturer i samhället som ger privilegier till personer som tillhör normen. Däremot kan även privilegierade personer begränsas, tex av maskulinitetsnormer. Om jag hade läst påståenden, hur tror ni era roller hade agerat då?

- När jag kramar andra män avslutar jag alltid kramen med en ryggdunk.
- Jag har aldrig varit orolig för att mina barn inte skulle vända sig till mig om de var ledsna över något.
- Jag var under min uppväxt inte rädd för att utsättas för våld när jag och mina kompisar lekte.

Hur tror ni att era roller hade agerat då?

Dessa påståenden visar att det finns normer som drabbar även den som har privilegier. Det vill säga det finns starka maskulinitetsnormer som blir begränsande även för gruppen killar och män. Så även om övningen syftar till att påvisa att vi alla har olika förutsättningar och privilegier baserat på vilka vi är så är det viktigt att komma ihåg att just maskulinitetsnormer riskerar att drabba alla, men på olika sätt. Samtidigt behöver vi behålla maktperspektivet - det är skillnad på att vara orolig över relationen till sina barn och att av rädsla för våld avstå från att motionera ute då det är mörkt.