

# Cirkelsammankomsterna

## Första sammankomsten

Ta med: Bildspråk (metoden heter också Photolangage) om du väljer den presentationsövningen. Brukar finnas för lån hos studieförbunden.

Vid första träffen grundläggs den goda stämning som är så viktig för att cirkeln ska fungera. Din viktigaste uppgift är att skapa trygghet. Det gör du genom att:

- hälsa var och en välkommen genom att ta i hand (en person med exempelvis tvångssyndrom kan ha svårt att ta i hand och då hälsar ni förstås utan kroppskontakt.)
- berätta översiktligt om cirkeln, vad det är för sammanhang vi befinner oss i
- berätta om lokalerna, var toaletterna är
- berätta enkelt, kort och personligt om dig själv
- se till att det finns kaffe – inte minst viktigt

## Den viktiga presentationen

Ge tid för presentationsövningar. Ta endera eller båda som föreslås. (Ledarinstruktion för Bildspråk hittar du under rubriken Metoder.) Du kan också använda andra presentationsövningar som du föredrar eller framför allt: som du tror passar gruppen bättre. Tänk på att många deltagare kan behöva tydliga och entydiga anvisningar. Här deltar du med fördel själv.

## Överenskommelser och förväntningar

De texter ni tillsammans skapar får följa cirkeln. Skriv ner dem på ett blädderblocksblad eller annat stort papper som kan finnas uppsatt på väggen vid varje sammankomst. Överenskommelserna kan ni peka på – det kan gruppen ta ett gemensamt ansvar för – då någon bryter mot dem. Förväntningarna är bra att checka av emot under cirkelns gång: Är vi på rätt väg? Ska vi göra något på ett annat sätt? Återkom också till dem vid sista sammankomsten: Uppfyllde cirkeln förväntningarna?

## Andra sammankomsten

Material att ta med: Till övningen Ett steg fram behövs ett rollkort per deltagare som du gör själv, se instruktionen.

**Backspegel:** Återkoppla till förra träffen innan gruppen går vidare med dagens tema: Kul att se er igen. Är det någon tanke från förra träffen som någon vill ta upp innan vi går vidare? Har någon gjort en spaning att delge gruppen?

Kommentar till samtalsfrågan på sidan 6: Flera exempel på hur normer kan vara negativa kan ses i hur vårt samhälle är byggt. Hela vår samhällsstruktur är byggd efter dominerande föreställningar om hur människor ska fungera fysiskt och psykiskt. När någon inte kan delta vid ett arrangemang för att hen inte kan ta sig in i lokalen

eller när någon inte klarar att arbeta i alla typer av kontorsmiljöer och vid alla tider är det tydliga tecken på hur oskrivna regler och föreställningar om människors funktionalitet påverkar hur samhället är byggt.

### **Ledarinstruktion till Ett steg fram**

Stegövningen tydliggör orättvisor genom att konkretisera hur möjligheterna att ta sig fram skiljer sig för olika människor.

Du behöver noga ha förberett hela övningen. Det är en klar fördel om du själv har deltagit i övningen eller testat den på några kamrater. Ni behöver en golvyta som är tillräckligt stor för att alla cirkeldeltagare ska kunna stå sida vid sida med utrymme att gå flera meter framåt.

**Förbered** genom att göra "rollkort" av lika stort antal som antal deltagare. Exempel på vad som kan stå på korten: Du är en 22-årig tjej från Iran som studerar på folkhögskola, Du är en ensamstående förälder med två barn som bor på Östermalm, Du är en rullstolsburen man som arbetar på regeringskansliet, Du är gift med en alkoholist, Du är en 40-årig hemlös person, Du är en person som diagnosticerades med ADHD i 30-årsåldern, Du är läkardotter boende i en lägenhet i en småstad, Du är en lärare som flytt till Sverige från Somalia, Du är en synskadad kvinna som pluggar på universitetet, Du är en 25-årig homosexuell kvinna med två barn, Du är en flicka i tonåren som lever med dina djupt troende föräldrar, Du är en arkitekt som bor i Stockholms innerstad, Du är vuxet barn till föräldrar som båda har bipolär sjukdom, Du är en gift landstingspolitiker som har tvångssyndrom, Du har kommit till Sverige med din familj från Syrien, går första året på högstadiet och drömmer om att bli läkare,

1. Berätta för deltagarna att ni ska göra en övning där var och en ska leva sig in i hur det kan vara att vara en annan person. Berätta att ni ska göra övningen i tystnad, för att sedan prata om den efteråt.
2. Be deltagarna ställa sig sida vid sida på en sådan plats i rummet att det finns utrymme för alla att gå rakt fram.
3. Ge dem var sitt rollkort och be dem att under tystnad läsa sitt kort. De ska inte avslöja vad det står på kortet för de andra.
4. Berätta för deltagarna att de nu själva ska ge sin roll lite "kött på benen" genom att för sin rollfigurs del, tyst för sig själva, svara på ett antal frågor. Lämna en liten paus efter varje fråga så deltagarna hinner tänka! Här är frågorna:
  - Vilken slags bostadsort växte du upp i?
  - Hurudan var din ursprungsfamilj?
  - Vad gör du på dagarna?
  - Vad gör du på din fritid?
  - Hur bor du?
  - Vad skrämmer dig?
  - Vad längtar du efter?

5. Nu är det dags för deltagarna att ta ett steg framåt – eller stå stilla. Tala om för deltagarna att de ska ta ett steg framåt när de för sin rollfigurs del instämmer i påståendet som du läser upp. Gör tydligt att de kan ta ett steg fram om det är troligt eller sannolikt att deras rollfigur kan instämma. De som inte instämmer står stilla. Här är påståendena:

- Du har råd att resa på semester varje år.
- Ingen har någonsin skämtat om var du kommer ifrån.
- Almanackans röda dagar överensstämmer med de helger du vill fira.
- Du haft möjlighet att studera det du vill.
- Din kompetens är uppskattad i samhället.
- Du kan träffa dina barn så ofta som du önskar.
- När du talar tar de flesta dig på allvar och du blir lyssnad till.
- Du kan känna dig helt trygg om du promenerar hem mitt i natten.
- Du har aldrig känt dig diskriminerad.
- Du kan bli förälskad i vem du vill och visa det öppet.
- Du har mobiltelefon och e-postadress.
- Du går på kulturarrangemang i din smak så ofta som du vill.
- Du har alltid känt att du kan vara öppen med den du är utan att riskera negativt bemötande.
- Du är nöjd med hur din kultur speglas i media.
- Du har alltid kunnat äta dig mätt och alltid haft kläder och boende som du trivts med.

## 6. Samtal om övningen

Be deltagarna stå kvar där de befinner sig och se hur de står i relation till de övriga.

- Hur känns det att stå långt fram? Låt de som står långt fram berätta.
- Hur känns det att stå långt bak?
- Vad ser de som står långt fram? Vad ser de som står långt bak?
- Vad innebär det i en persons vardag att vara någon som står långt fram?  
Vad betyder det för ens vardag att stå långt bak?
- Vad betyder det för samhället att vissa personer står långt fram och andra hamnar långt bak?
- Vad kan vi göra för att motverka de orättvisor som övningen tydliggör?

I samtalet tydliggörs frågor som har med människors olika möjligheter och ojämlika förhållanden att göra.

## Samtal om normer och stereotyper

Du kan öppna för ett samtal om normer och stereotyper om du ber deltagarna berätta vilka egenskaper de gav sina rollfigurer när informationen på rollkortet var otillräcklig. Hur tänkte de? Tänk de exempelvis in hudfärg, kön, sexuell läggning, funktionsförmåga eller klass då information om dessa förhållanden inte gavs. Varför tänkte de så? Vad tog de för givet, vad lade de in i rollen och varför gjorde de det?

Ett sätt att beskriva hur diskriminering uppstår kan vara enligt denna modell:  
Vi ser ett ATTRIBUT → Vi skapar en KATEGORIER (utifrån attributen) → Vi har FÖRESTÄLLNINGAR (om kategorierna) → Vi har ATTITYDER (till våra före-

ställningar) → Våra attityder präglar vårt BEMÖTANDE → Vårt bemötande kan leda till diskriminering men kan också ge fördelar och privilegier.

### **Tredje sammankomsten**

**Backspegel** före dagens tema.

### **Fjärde sammankomsten**

**Backspegel** före dagens tema.

Kommentar till diskrimineringsgrunderna: Det kan tänkas att det också vore förbjudet att diskriminera någon på grund av utseende, social status med mera. Jämför till exempel med de olika områdena i teflontestet och grunderna i diskrimineringslagen.

Kommentar till de skyddade samhällsområdena: Föreningslivet, rättsväsendet och privatlivet är exempel på samhällsområden som inte omfattas av diskrimineringslagen.

Utgå från att alla diskrimineringsgrunderna finns i rummet. Styr upp samtalet om någon börjar tala om "vi och dem".

Kommentar till forumspellet: Forumspel brukar upplevas som roligt och engagerande, men det kan även bli jobbigt, framför allt om någon sketch kommer nära en egen tung erfarenhet. Var uppmärksam på deltagarna. Om någon blir uppenbart ledsen eller uppriven, bryt och be gruppen hitta på ett annat exempel av diskriminerande situation. Om det är så att deltagare i gruppen inte känner sig bekväma med rollspel kan ni föra ett samtal utifrån egna eller bekantas erfarenheter eller diskrimineringsituationer ni läst om. På vilka sätt kan en diskriminerande situation brytas? Vad kan vi göra i vardagen?

### **Femte sammankomsten**

**Backspegel** före dagens tema.

Kommentar till övningen **Lagbrott eller ej**: Deltagarna vill kanske veta om de gör den rätta bedömningen, men på grund av att få fall behandlas av domstol är det omöjligt att ge facit. Poängen med övningen är samtalet kring diskrimineringslagstiftningen.

### **Sjätte sammankomsten**

**Backspegel** före dagens tema.

### **Sjunde sammankomsten**

Den sista träffen har som syfte att ge lust att gå vidare. Kanske vill någon gå in i en förening. Kanske vill någon jobba intressepolitiskt eller engagera sig på annat sätt.

Kommentar till övningen **Allt är möjligt**: Jobba med så många problemområden och förslag som det finns energi och tid för. Det är en övning som kan ge både hopp och nya idéer.

Missa inte att reservera tid för den viktiga utvärderingen! Uppfyllede cirkeln förväntningarna? Återkoppla tillövningen ni gjorde vid första passet.

Sedan är det dags att gå vidare. Du kanske själv vill gå vidare som cirkelledare i **Med starkare röst** eller i en annan studiecirkel om mänskliga rättigheter?