



Den lille **STORE**

DEMOKRATI

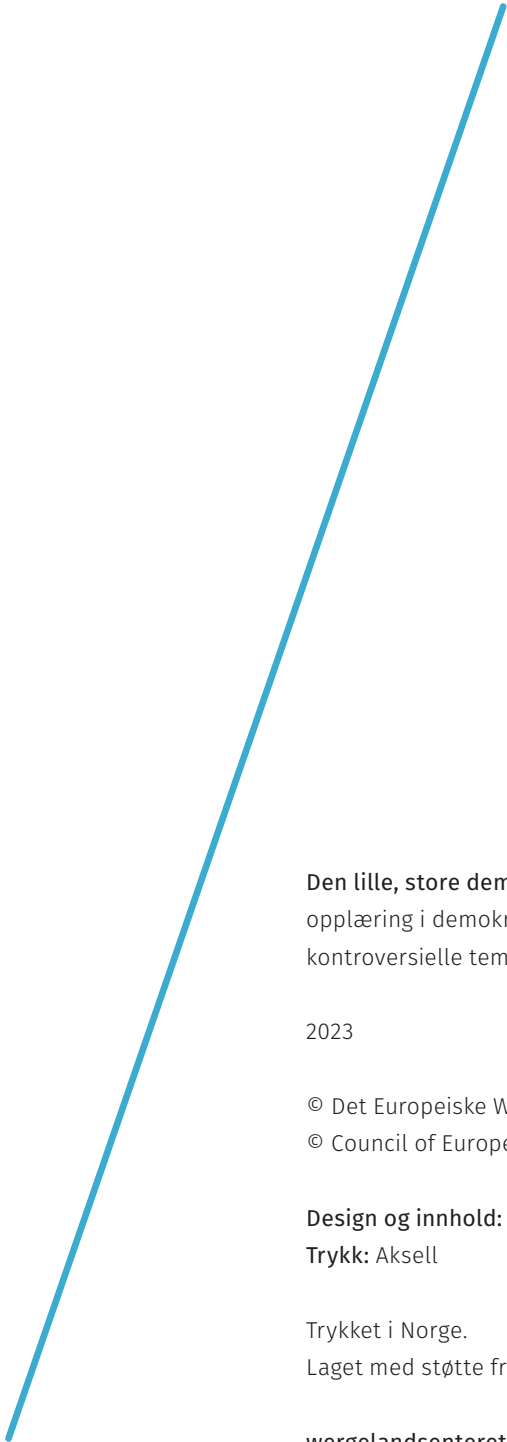
HÅNDBOKA

VEIEN TIL GOD OPPLÆRING
I DEMOKRATI, MENNESKERETTIGHETER
OG KONTROVERSIELLE TEMA



THE EUROPEAN
WERGELAND
CENTRE





Den lille, store demokratihåndboka – veien til god opplæring i demokrati, menneskerettigheter og kontroversielle tema

2023

© Det Europeiske Wergelandsenteret

© Council of Europe

Design og innhold: Von Kommunikasjon

Trykk: Aksell

Trykket i Norge.

Laget med støtte fra Sparebankstiftelsen DNB.

wergelandsenteret.no

Forord

Vi i Wergelandsenteret jobber med et stort, ambisiøst mål: At utdanning skal være veien til demokrati og menneskerettigheter i Norge og Europa. For å kunne få til det, må vi jobbe med de store politiske aktørene med mye makt, men også med enkeltmennesker og grupper vi møter. Vi jobber langsiktig, og kortsiktig. Vi jobber med formell utdanning, men også den ikke-formelle. Det er her du og dere kommer inn.

Gjennom samarbeid med fritidsklubber, kommuner, biblioteker og ungdomsorganisasjoner, ser vi et behov for konkrete og håndfaste råd og tips til god demokratilæring. Vi ønsker å gjøre deg trygg i denne rollen. Vi vil gi deg kompetanse og verktøy slik at du kan jobbe med kontroversielle temaer, hvordan du og ungdommer du jobber med kan reagere på hatprat, hva menneskerettigheter er og hvordan de påvirker dere og andre. Kort sagt, hvordan skape aktive medborgere, og slik bygge et mer demokratisk samfunn.

Når vi tenker på demokrati, tenker vi ofte på parlamenter, frie valg, institusjoner og lover. Men den demokratiske styreformen er avhengig av en demokratisk kultur – hvordan vi som medborgere lever sammen og opptrer overfor hverandre. Å leve sammen i et demokrati, handler om dialog og samarbeid, om å løse konflikter på fredelige måter og det å delta aktivt i samfunnet.

Vi håper at dette heftet kan bidra til å styrke de kompetansene vi alle trenger for å bevare et godt demokratisk samfunn. Kompetansene dere vil øve på består av verdier, holdninger, ferdigheter, kunnskaper og kritisk forståelse. Dette er kompetanser som må læres, og holdes ved like. Vi håper at du kan se på dette heftet som et nyttig verktøy i ditt arbeid med ungdom. Vi håper at boka blir skriblet og laget tegninger i. Vi håper at du får et eierskap til den og at den til slutt blir så slitt at du må kontakte oss for å få en ny.

Øvelsene i heftet er utviklet av Wergelandsenteret, og er basert på og inspirert av øvelser fra Europarådets manualer for demokrati- og menneskerettighetslæring, i tillegg til erfaringer og kompetanse fra våre læringstilbud.

God lesing og lykke til med den viktige jobben!

Hvordan bruke dette heftet?

Dette heftet er delt inn i tre temaer som alle tar for seg ulike aspekter ved demokrati og medborgerskap. Under hvert tema er det en kort introduksjon og tre til fire ulike verktøy som kan gjennomføres sammen med små eller store grupper. Vi anbefaler å lese gjennom introduksjonen til det aktuelle temaet før du skal gjennomføre et opplegg. Der får du en kort oppsummering av hvorfor dette temaet er viktig og hva vi ønsker å oppnå. Du finner også definisjoner og relevante fakta som kan være nyttige i diskusjoner eller hvis det dukker opp spørsmål under gjennomføring av øvelsene som følger.

TRENGER IKKE BRUKES KRONOLOGISK

Hvis deltakerne har lite kjennskap til demokrati og menneskerettigheter fra før, anbefaler vi å starte med en oppgave fra del 1. Men heftet må ikke brukes kronologisk.

GJØR BOKA TIL DIN EGEN!

Plukk og miks de oppgavene du liker best. Poenget er å finne gode verktøy for din gruppe og kontekst. Oppgavene i seg selv kan også tilpasses. Mange av verktøyene i dette heftet inneholder for eksempel forslag til påstander og spørsmål. Hvis du ser at ting kan gjøres lettere, bedre eller mer relevant for din gruppe, står du selvfølgelig fritt til å tilpasse oppgavene. Vi har også lagt inn notatfelt på flere sider. Bruk disse til å gjøre boka til din egen!

STØRRELSE OG ALDER

Opplegget er tiltenkt ungdom i alderen 14–18 år, men det går fint an å bruke øvelsene med yngre eller eldre deltakere. Anbefalt størrelse på gruppa for de ulike oppgavene kan variere noe, men de fleste øvelsene kan gjøres med færre eller flere deltakere enn foreslått med enkle justeringer. Les gjennom øvelsen på forhånd og tilpass opplegget til din gruppestørrelse.

TIDSBRUK

Det er også variasjoner i hvor lang tid man trenger for å gjennomføre hver øvelse. Har du ei lita gruppe vil det kanskje gå raskere, men med ei større gruppe vil vi anbefale å sette av litt ekstra tid.

Her ser du hvor du er i boka.

Her finner du tidsbruk, antall deltakere og hva du trenger for å gjennomføre oppgaven. Noen ganger trengs det ting som må forberedes i forkant.

Opgavene er nummerert, men de trenger ikke følges kronologisk.

DEL 2: KONTOVERSIKTELLE TEMAER

OPPGAVE 1: TILLITSSIRKELEN

I denne øvelsen skal deltakerne skrive ned hvem de stoler på, for så å se på hvilket kjønn, utdanningsnivå, hudfarge og religion disse har. På denne måten utfordres deltakerne til å reflektere over hvordan og hvorfor vi gjerne lytter til folk som liker oss selv og hva dette betyr for demokratiet vårt.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6-7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 20 minutter
Deltakere: Fra 4 personer
Du trenger:

- Et eksemplar av skjemaet på side 48 til hver deltaker.
- Et ark og en penn til hver deltaker.

GIJENNOMFØRING:

1. Gi alle deltakerne et blankt ark og en penn hver. Be dem skrive ned navnet på seks personer de stoler på, som ikke er familiemedlemmer. Det kan være mennesker de kjenner, politikere eller andre offentlige personer. Understrek at de ikke trenger å vise navnene til noen.
2. Del ut skjemaet, og be dem skrive navnene ned i «Navn»-kolonnen, og fyll ut de andre parametrene i skjemaet.
3. Etter at alle har fyllt ut skjemaet, kan du enten be deltakerne gå sammen to og to for å diskutere refleksjonsspørsmålene, eller bruke de samme spørsmålene i plenum.
4. Understrek igjen at de ikke trenger å vise listen sin til noen, og at målet med denne aktiviteten ikke er å «arrestere» noen. Målet er heller å reflektere over tendensen vi har til å søke kontakt med personer som ligner oss selv, og hvilke konsekvenser dette har.

SPØRSMÅL TIL DELTAKERNE:

- Ligner personene i skjemaene på deg selv?
- Ligner de på hverandre?
- Hvorfor tror dere det er slik?
- Har vi en tendens til å stole på folk som ligner oss selv? Hvorfor er det slik?
- Er det noen deltakere som har skjemaer med stort mangfold? I så fall, har de noen tanker om hvorfor det er slik?
- Hvilken rolle spiller stereotyper? Hvordan utvikles stereotyper over tid?
- Hvilke konsekvenser kan dette ha for hvordan vi ser på andre? For enkeltmennesker som tilhører minoriteter?
- Hva kan vi gjøre for å motvirke dette?

DEL 2: KONTOVERSIKTELLE TEMAER

Introduksjon

Bemerkning og fremnskretting

Kontroversielle tema

Halvpart og ytringsfrihet

Resurser

Kort forklaring på hva oppgaven innebærer og hva man får ut av den.

Her ser du de andre temaene i boka.

Gjennomføringen består av flere steg, og alle oppgavene har noen refleksjonsspørsmål til gruppa.

Tips til gjennomføring

Det kan være utfordrende å lede et opplegg om temaer som kan vekke følelser og skape reaksjoner hos deltakerne. Under har vi samlet noen tips til gjennomføring for å skape gode, trygge samtaler hvor det er rom for å ha ulike meninger.

Tipsene er utviklet med inspirasjon fra: «Å undervise i kontroversielle tema».¹

Hva mener du selv?

En stor del av det å undervise er å balansere det private og profesjonelle. Selv om det er fint å holde enkelte synspunkt for seg selv, kan det også være fint å dele personlige erfaringer. Derfor er det fint å tenke gjennom hva du mener selv. Vær bevisst dine egne meninger og holdninger til temaet. Hvilke egne overbevisninger og verdier sitter du på? Hvordan påvirker dette deltakerne? Er det noe du bør passe på, finnes det noen fallgruver og hvordan løser du det? Se også oversikten over ulike roller du kan innta på side 8.

Sett av tid. Nå eller senere

I noen grupper kan temaene i øvelsene vekke reaksjoner som gjør at det er behov for lengre samtaler enn det som er satt av. Da er det nyttig å ha ekstra tid tilgjengelig. Om du ikke rekker den avsluttende samtalen eller føler du må bryte av for tidlig, er det fint å sette av tid til å fortsette samtalen ved en senere anledning. Blir du nødt til å prioritere underveis, så bruk heller kortere tid på introduksjon av temaene, og prioriter de avsluttende refleksjonsspørsmålene der alle kan delta.

Ingen fasit

Oppleggene i dette heftet handler ikke om hva som er riktig eller galt, men skal så frø for en diskusjon. Det er viktig at du lytter, og lar deltakerne lytte til hverandres argumenter. Pass på at ingen deltakere føler seg sensurert, såret og krenket – verken av deg eller meddeltakere. Det kan hjelpe å lage noen felles spilleregler i forkant. Da er det lettere å si ifra dersom noen bryter disse spillereglene.

Hvem snakker du til?

I disse oppleggene er det spesielt viktig hvordan gruppa du skal holde opplegget for er satt sammen. Er ungdommene trygge på hverandre? Føler de at de kan si det de vil? Er de vant til å diskutere med hverandre? Er det et trygt, demokratisk og åpent miljø? Tilpass spørsmål og diskusjon etter alder og hvordan gruppa er. Legg gjerne inn en «bli-kjent-øvelse» hvis det trengs.

Finn relevante eksempler

Oppgavene og diskusjonspunktene er generelle og passer for mange. Bruk gjerne aktuelle eksempler eller saker som treffer din gruppe bedre og som gjør at opplegget føles viktig og relevant. Involver gjerne gruppa i å finne eksempler og situasjoner til diskusjon.

Plenumsprat

For noen kan det være vanskelig å snakke foran resten av gruppa. La gjerne deltakerne snakke sammen i mindre grupper uten din innblanding før dere diskuterer i fellesskap. Da kan det være lettere for flere å ta ordet. Av og til trenger man å snakke høyt for å forstå hvordan man tenker.²

Hva om noen trenger noen?

Noen av temaene som blir diskutert kan skape sterke følelser hos deltakerne. Særlig når det er snakk om hatprat og kontroversielle temaer anbefaler vi å innlede med at hvis noen har opplevd noe som er vanskelig å snakke om eller syns debattene er vanskelige å delta i, kan man ta seg en pause. Følg opp enkeltvis hvis det dukker opp meninger fra deltakerne som gjør deg bekymret, eller at du ser at noen sliter. Informer gjerne også deltakerne om hvor de kan henvende seg hvis de trenger hjelp til å snakke om noe.

Telefonnumre og nettsideadresser til ulike ressurser som kan være til hjelp finner du bakerst i heftet.

² The European Wergeland Centre, «Til deg som vil endre verden», 12.

Å lede en diskusjon: Hvilken rolle skal du ha?

Du som skal holde dette opplegget har rett til å ha egne meninger. Men det betyr ikke nødvendigvis at du bør si til deltakerne hva du mener. Hvilken side man tar i en diskusjon vil påvirke samtalen og det kan være nyttig å være bevisst sin egen rolle som leder av diskusjonen. Under er en liste over ulike roller du kan innta og fordeler og ulemper ved dem. Det kan være en god idé å fortelle i forkant hvilken rolle du tar under opplegget slik at det er tydelig for deltakerne. Du kan velge den rollen som passer til både opplegget og din egen personlighet, og veksle mellom ulike roller.

Oversikten er en tilpasset versjon av roller hentet fra: «Å undervise i kontroversielle tema»³

ÅPENT ENGASJEMENT:

Du forteller hvilket standpunkt du har i diskusjonen.

Fordeler:

Deltakerne vil uansett prøve å gjette hva du mener, og ved å si ifra blir alt åpent fra start.

Du vil beholde en fortrolighet siden de ikke forventer at du skal være nøytral.

OBS! Bruk bare denne tilnærmingen hvis deltakerne behandler avvikende meninger med respekt.

Ulemper:

Det kan kvele diskusjonen, ettersom deltakerne kan avstå fra å gi uttrykk for et standpunkt som skiller seg fra dine.

Det kan også føre til det motsatte, hvor noen argumenterer kraftig for noe de egentlig ikke tror på, bare fordi det skiller seg fra dine meninger.

Det kan bli vanskelig å skille mellom fakta og verdier når du er den som formidler dette.

³ Europarådet, «Å undervise i kontroversielle tema».

NØYTRAL ORDSTYRER:

Du inntar rollen som nøytral ordstyrer for gruppa.

Fordeler:

Reduserer risikoen for at du ubevisst påvirker deltakerne.

Gir alle en sjanse til å delta i en åpen diskusjon.

Deltakerne får øve opp kommunikasjonsferdighetene sine.

Ulemper:

Oppgavene og diskusjonene kan oppleves som kunstig.

Strategien kan forsterke ungdommenes eksisterende holdninger og fordommer.

BALANSERT:

Du presenterer en rekke ulike synspunkter på temaet.

Fordeler:

Å vise at et tema sjelden er svart/hvitt er et av de viktigste poengene med dette heftet, og generelt undervisning i demokrati- og menneskerettigheter.

Det er nødvendig når det er store meningsforskjeller blant gruppa.

Nyttig strategi i de tilfellene informasjonen er motstridende.

Du har muligheten til å presentere flere sider av saken hvis ikke deltakerne kommer fram til disse selv.

Ulemper:

Ulike mennesker oppfatter balanse på svært ulike måter.

Det kan føre til at du styrer diskusjonen vel mye, og bryter inn for å bevare balansen.

Hvis ulike synspunkter settes ved siden av hverandre, kan de oppfattes som like legitime.

Hvor setter du da grensa for hvilke synspunkter som bør tas med?

ALLIERT:

Du tar parti med en eller flere i gruppa.

Fordeler:

Gir marginaliserte i gruppa en stemme.

Viser deltakerne hvordan man bygger opp og utvikler argumenter.

Hjelper andre med å forstå meninger som de kanskje ikke får høre ellers.

Ulemper:

De andre deltakerne i gruppa kan oppfatte det som en måte for deg å fremme dine egne synspunkter på.

De andre kan oppfatte det som favorisering.

Det kan få deltakerne til å tenke at de ikke trenger å argumentere for sin sak ettersom du gjør det for dem.

DJEVELENS ADVOKAT:

Du tar bevisst et annet standpunkt enn deltakerne.

Fordeler:

Det er morsomt og kan være effektivt for å stimulere deltakerne til å delta i diskusjonen.

Nødvendig når man har ei gruppe der alle ser ut til å ha samme meninger.

Kan live opp diskusjonen om den begynner å ebbe ut.

Ulemper:

Det kan være vanskelig å spille denne rollen godt nok til at deltakerne ikke identifiserer deg med det synet du har gitt uttrykk for.

Det kan forsterke deltakernes fordommer.

DEL 1

DEMOKRATI OG MENNESKE- RETTIGHETER



UNGDOM ER OPPTATT AV DEMOKRATI

I flere år på rad har Norge hatt topplasseringen som verdens mest demokratiske land.⁴ Vi har god deltakelse ved valg, høy tillit til politikere og byråkrati, i tillegg til en fri presse. Men, selv om demokratiet vårt er veletablert, er norsk ungdom mer bekymret for demokratiets framtid enn tidligere.⁵ Symbolhandlinger som storming av kongressbygg i USA og i Brasil synliggjør mistillit til demokratiske systemer, og unges bekymring for at demokratiet svekkes er kanskje berettiget?

Demokrati er ikke noe vi kan ta for gitt. Bare i underkant av 30 % verdens befolkning lever i et demokratisk land og tendensen, særlig siden pandemiåret 2020, er at land heller blir *mindre* enn *mer* demokratiske.⁶ Globale kriser, slik som klimakrisa og Covid19-pandemien, gjør at demokratier utfordres over hele verden. Krisehåndtering krever raske beslutninger som både kan oppleves for *mye* og for *lite* inngripende. Kontroversielle temaer med steile fronter kan også gjøre at vi blir mindre opptatt av at andres meninger skal bli hørt.

I 2021 spurte Civita ungdom om de ville velge en politiker de var enige med, men som ville vike fra demokratiske prinsipper, eller en de var uenige med, men som var tydelig for demokratiet. Halvparten svarte at de ville stemt på den de var enige med, på tross av manglende demokratiske prinsipper.⁷ Samtidig er ungdom også mer opptatt av demokratiet enn tidligere, og det er flere unge som mener det er viktig å leve i et land som er demokratisk styrt enn tidligere.⁸ For å sikre demokratiet, både i Norge og globalt må vi bygge demokratisk kompetanse.

«Folkets vilje skal være grunnlaget for autoriteten til enhver regjering.»

– FNS MENNESKERETTIGHETSERKLÆRING, 1948

HVA ER DEMOKRATI?

⁴ The Economist, «Democracy Index 2021», 9.

⁵ Botnen, «ÅK:2022, Ungdomsundersøkelsen».

⁶ Amundsen, «Hvor mange av oss bor nå i et demokratisk land?» *Forskning.no*, 03.05.2023, <https://forskning.no/demokrati/hvor-mange-av-oss-bor-na-i-et-demokratisk-land/2011394>

⁷ Kallelid, «Undersøkelse: Flertall av unge ville satt demokratiet til side for en politiker de er enig med»

⁸ Botnen, «ÅK:2022, Ungdomsundersøkelsen».

I et demokrati får folket bestemme. Demokrati defineres som «en styreform der folket, forstått som landets voksne innbyggere, velger representanter som utformer lovene og tar viktige politiske beslutninger. I et demokrati kan innbyggerne også selv delta i utformingen av de politiske vedtakene»⁹ Men, demokrati eller folkestyre, handler ikke bare om stemmerett og politiske beslutninger. Det finnes flere dimensjoner ved demokrati. FN-sambandet oppsummerer disse som:

- en statsform med folkestyre
 - menneskerettigheter og en uavhengig domstol
 - borgernes aktive deltakelse
 - demokrati som et felles verdigrunnlag for befolkningen.
- (www.fn.no/tema/menneskerettigheter/demokrati-og-medborgerskap)

Når man vurderer graden av demokrati i et land, ser man på alle disse dimensjonene. Styreformen i et land kan, på papiret, være folkestyre. Men hvis ikke borgerne deltar, menneskerettighetene overholdes eller demokrati er et felles verdigrunnlag blant befolkningen, er det likevel ikke et fullverdig demokrati. Demokratiet er avhengig av demokratiske institusjoner for å fungere, men institusjonene fungerer heller ikke uten at de er forankret i en demokratisk kultur. Altså, et sett med verdier, holdninger og praksis.¹⁰ På denne måten er også menneskerettigheter og demokrati gjensidig avhengig av hverandre.

DEMOKRATISK KOMPETANSE

Skal vi tro tallene fra Ungdomsundersøkelsen er ungdom motivert for å bevare demokratiet.¹¹ For å få til det trengs det *demokratisk kompetanse*. Dette innebærer kunnskap om strukturer og systemer, men enda viktigere er det å bygge ungdoms tillit til at deres meninger betyr noe og blir hørt.

Gjennom å styrke demokratiske kompetanse kan vi bygge det vi kaller demokratisk kultur. For å illustrere hva vi legger i dette har Europarådet utviklet en modell som beskriver kompetansen vi ønsker å bygge. Denne inkluderer verdier, holdninger, ferdigheter og kunnskap som trengs hos borgerne å skape en varig demokratisk kultur:

⁹ Store norske leksikon, «Demokrati», av Kjell-Olav Hovde, Palle Svensson, Dag Einar Thorsen, 02.03.2023, <http://snl.no/demokrati>

¹⁰ Europarådet «Kompetanse i demokratisk kultur», 5.

¹¹ Botnen, «ÅK:2022, Ungdomsundersøkelsen».

VERDIER

- Verdsetting av menneskeverd og menneskerettigheter
- Verdsetting av kulturelt mangfold
- Verdsetting av demokrati, rettferdighet, likeverd og rettssikkerhet

HOLDNINGER

- Åpenhet for kulturelle forskjeller og andres tro, livssyn og praksis
- Respekt
- Samfunnsbevissthet
- Ansvarsfølelse
- Tro på egen mestringsevne
- Toleranse for tvetydighet

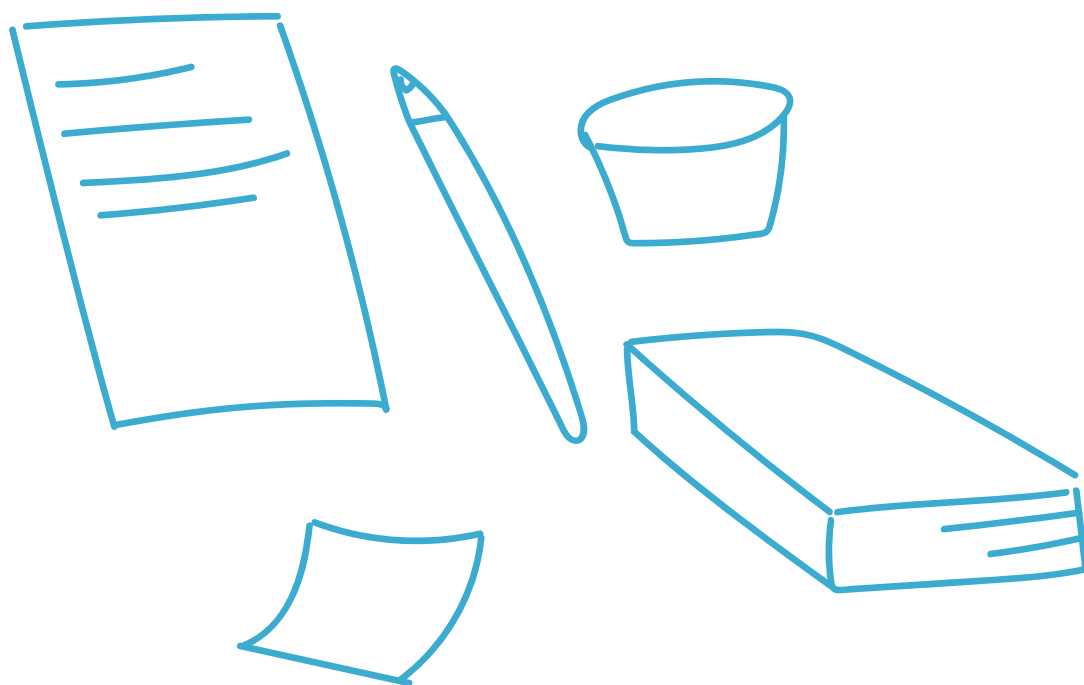
FERDIGHETER

- Autonome læringsevner
- Analytiske evner og kritisk tenking
- Evne til å lytte og observere
- Empati
- Flexibilitet og tilpasningsevne
- Språklige, kommunikative og flerspråklige evner
- Samarbeidsevner
- Konfliktløsningsevner

KUNNSKAP OG KРИTISK FORSTÅELSE

- Av selvet
- Av språk og kommunikasjon
- Av verden: politikk, jus, menneskerettigheter, kultur, kulturer, religioner, historie, media, økonomi, miljø og bærekraft

OPPGAVER



Opgavene i dette kapitlet er alle verktøy for å styrke deltakernes kompetanser for en demokratisk kultur, og tar for seg ulike aspekter ved sommerfuglmodellen. De setter menneskerettigheter i en demokratisk kontekst for å tydeliggjøre sammenhengen mellom disse og konkretisere de ulike dimensjonene av demokratiet.

OPPGAVE 1: MEDBORGERSKAP

Dette er en introduksjonsøvelse der deltakerne blir bedt om å reflektere over hva det vil si å være en aktiv deltaker i demokratiet. Øvelsen er også fin å komme tilbake til etter gjennomføring av andre oppgaver.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 15 minutter

Antall deltakere: 10–30 personer

Du trenger:

- Penner
- Post-it-lapper
- Tavle/ark med overskriftene «medborgerskap», underoverskriftene «rettigheter» og «plikter/ ansvar», eller en plakat med bilde som illustrerer medborgerskap.

GJENNOMFØRING:

1. Fortell hva det vil si å være medborger. Se faktaboks.
2. Fortell at vi sammen skal finne ut hvilke rettigheter og plikter/ansvar vi har som medborgere.
3. Del ut post-it-lapper og penner til alle.
4. Still spørsmålet: Hvilke rettigheter har du som medborger? Et spørsmål for å komme i gang kan også være «kjenner dere noen menneskerettigheter?»
5. Be deltakerne skrive svarene sine på post-it-lapper (en rettighet per post-it) og feste de på tavla/veggen.
6. Gjenta aktiviteten, og spør deltakerne hvilke plikter/ansvar de har som medborgere. Et hjelpespørsmål kan være: Hva må hver enkelt av oss gjøre for at samfunnet vårt skal være trygt og godt å leve i? Be deltakerne skrive hvilke plikter eller ansvar de har på post-it-lapper (en per lapp) og henge disse på veggen.
7. Avslutt med en gjennomgang av alle lappene og gå videre til refleksjonsspørsmålene.

FAKTABOKS:

Medborgerskap handler om at alle i samfunnet er inkludert og har like rettigheter. I tillegg handler det om at borgerne tar ansvar og deltar aktivt i samfunnet.

REFLEKSJON:

- Hva skjer med samfunnet hvis folk ikke får oppfylt rettighetene sine?
- Hva skjer med samfunnet hvis folk ikke tar ansvar?

Etter å ha gjort en eller flere andre øvelser i dette heftet kan dere gå tilbake til definisjonen av medborgerskap, og snakke om spørsmålene under.

- Kan øvelsen vi gjorde knyttes til det å være medborger?
- Hvilke rettigheter og plikter handlet den om?
- Hvordan kan vi bruke det vi har lært til å være gode medborgere?

OPPGAVE 2: HVOR STÅR VI?

Deltakerne skal ta stilling til påstander om demokrati og menneskerettigheter og plassere seg i ulike hjørner i rommet. Her er det ikke bare påstandene som er viktig, men også hvordan man lytter til argumenter, viser respekt for andres meninger og at man kan skifte mening underveis.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 20–40 minutter

Deltakere: Fra 6 personer >

Du trenger:

- Nok plass til at deltakerne kan bevege seg rundt i rommet.
- Ark med ulike definisjoner som henges opp på veggen eller legges rundt på gulvet.

GJENNOMFØRING:

1. Forbered økten med å skrive ned de ulike definisjonene på demokrati og fordel arkene med definisjonene rundt i rommet.
2. Les definisjonene høyt. Gi deltakerne noen sekunders tenketid og be dem plassere seg ved den definisjonen de liker best.
3. Fortell dem at dette ikke handler om hva som er riktig eller galt svar, men at alt er riktige definisjoner på demokrati.
4. Etter at deltakerne har stilt seg på plass spør du noen av dem:
5. Hvorfor har du stilt deg her?
6. Har noen lyst til å flytte seg etter å ha hørt de andres argument?
7. Hvis noen bytter plass: Hvilket argument fikk deg til å flytte deg?
8. Rund av diskusjonen om demokrati-definisjonene. Øvelsen kan avsluttes her, men hvis du har tid kan du fortsette med ulike påstander.
9. Be alle samle seg, før du henger opp skilt med «helt enig», «litt enig», «litt uenig» og «helt uenig». Forklar at du nå vil lese påstander som deltakerne skal ta stilling til og på nytt plassere seg ut fra sine meninger.
10. Les påstandene og be deltakerne stille seg der de er mest enige. Spør enkelte deltakere om hvorfor de står der de står.
11. Etter at alle påstandene er tatt stilling til og diskutert kan du avslutte og samle alle for en avsluttende refleksjon.

I denne oppgaven er det viktig å la deltakerne skifte mening og bevege seg mens de hører på argumentene.

REFLEKSJON:

- Tror du det finnes rette og gale svar på påstandene, eller handler det om personlige meninger?
- Var dere overrasket over uenighet eller enigheten om de ulike påstandene?
- Gjør det noe at vi er uenige?
- Var det noen påstander som var vanskeligere å ta stilling til enn andre? I så fall, hvorfor?
- Hvorfor er det viktig å lytte til hverandre i et demokrati?

DEFINISJONER OG PÅSTANDER:

Definisjoner på demokrati. Bruk alle eller et utvalg.

- Demokrati, også kalt folkestyre, er en styreform der folket, forstått som landets voksne innbyggere, velger representanter som utformer lovene og tar viktige politiske beslutninger. (Store norske leksikon)
- Demokrati er en måte å styre et land på hvor alle kan delta og være med på å bestemme. (Stortingets undervisningsavdeling)
- (...) styreform hvor folkeflertallet gjennom valg av nasjonalforsamling har den avgjørende politiske innflytelse, og mindretallet har fri adgang til å arbeide for sitt syn (Det Norske Akademis Ordbok)
- Demokrati (fra gresk demos, «folk», og kratos, «styre») er, som ordet tilsier, et folkestyre. Det skiller seg fra styreformer som enevelde, oligarki og meritokrati, hvor henholdsvis én person, en liten gruppe eller de mest begavede styrer. (Civita, politisk ordbok)
- Demokrati er en styreform som innebærer at makten til å styre gis til folket. Demokratiets grunnidé er at man gjennom en fri og åpen diskusjon skal kunne påvirke beslutninger som angår egen livssituasjon. (Antirasistisk senter)
- Demokrati kan forstås som «folkemakt»: Et styresett som avhenger av folkets vilje. (Europarådet)
- Demokrati innebærer et miljø hvor menneskerettigheter og grunnleggende friheter respekteres, og hvor folkets frie vilje utøves. Folk har noe å si beslutninger og kan holde beslutningstakere ansvarlig. (FN)

Du finner påstander på neste side.

Under er noen påstander du kan bruke, men du kan også lage egne.

- Alle meninger er like mye verdt.
- Staten bør alltid sette sitt eget land først.
- Jeg kan si hva jeg vil, så lenge det er tull.
- Noen meninger og holdninger burde være ulovlige.
- Demokrati er den beste styreform for samfunnet.
- En burde alltid prøve å bli enige om politiske spørsmål.
- Godene bør fordeles likt mellom alle.
- Mine rettigheter og friheter kan begrense andres rettigheter og friheter.
- Norge er et likestilt land.
- Det er umulig å utrydde fattigdom helt.
- Ytringsfriheten burde aldri begrenses.
- Det er bra å leve i et mangfoldig samfunn.
- Fattige land bør konsentrere seg om å sikre grunnleggende levestandard for alle, før de bryr seg om folkets sivile og politiske rettigheter, som frihet fra diskriminering.
- Det er ikke noe vits å ha menneskerettigheter om vi ikke kan garantere at alle har dem.
- Jeg ville heller velge en politiker jeg er enig med, men som er åpen på at demokratiet av og til må vike, enn en politiker jeg er veldig uenig med, men som er tydelig for demokratiet.

OPPGAVE 3: BALLONGFERDEN

I denne oppgaven skal deltakerne rangere hvilke menneskerettigheter de vil bli kvitt først og sist. Her får de bli kjent med noen av menneskerettighetene og får forståelse av hvordan disse påvirker hverandre. I tillegg er det rom for å snakke om hva rettighetene betyr for enkeltpersoner og for samfunnet.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 45 minutter

Deltakere: Fra 6 personer

Du trenger:

- Plass til at deltakerne kan sitte i grupper.
- Ark, penn og saks til hver gruppe.
- Åtte menneskerettigheter. Du kan velge fra lista under eller finne de som passer best for din gruppe.

GJENNOMFØRING:

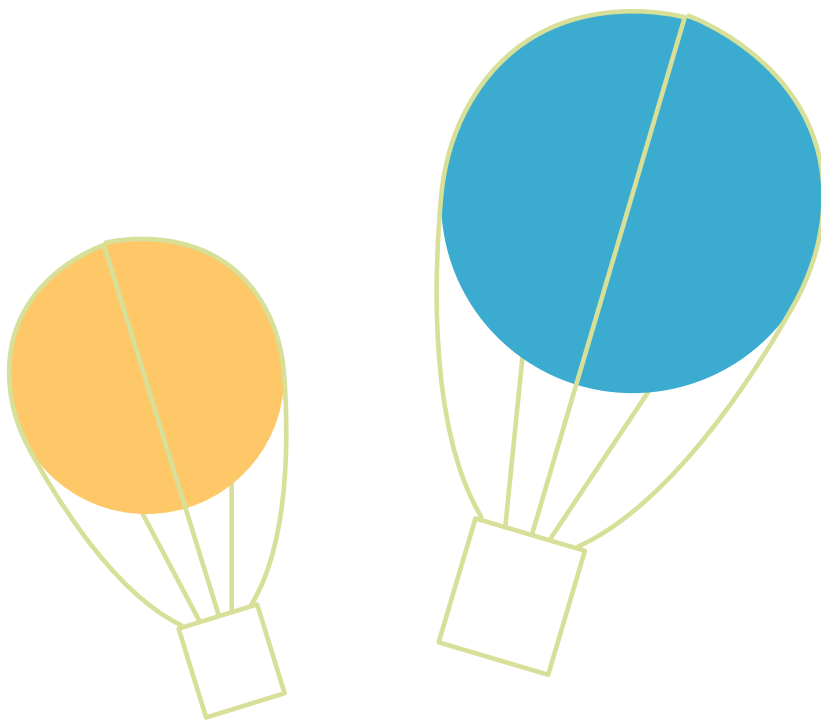
1. Fordel deltakerne i grupper og gi hver gruppe ark, penn og saks.
2. Gå gjennom menneskerettighetene som skal diskuteres. Pass på alle forstår dem og be gruppene skrive ned kortversjonene på arket og klippe dem til egne lapper slik at de har en lapp for hver rettighet.
3. Fortell deltakerne at: «Vi skal ut på ballongferd i en varmluftsballong. Se for dere at vi flyr over sjø og land, fjell og fjorder, byer og naturområder. Vi har god fart og alt er i skjønneste orden. Plutselig skjer det noe med ballongen. Vi er rett over havet og ballongen mister høyde. Hvis vi ikke gjør noe nå, kommer vi til å havne på sjøen og drukne!»
4. Forklar at for å hindre ballongen i å miste høyde må vi kaste ut sandsekker. Når vi har kastet ut en sandsekk, så får vi den aldri tilbake. Sandsekkene vi har ombord er menneskerettighetene vi akkurat skrev ned. Deltakernes oppgave er å bestemme hvilke sandsekker de vil kaste ut først og hvilke de vil kaste ut sist. I hvilken rekkefølge vil de kaste ut de ulike menneskerettighetene?
5. Gi gruppa tid til å se over menneskerettighetene og gi dem følgende tips til å diskutere hvordan rekkefølgen skal være:
6. Er noen av rettighetene ivaretatt av andre rettigheter?
7. Er det noen av rettighetene som er spesielt viktige for demokratiet vårt?
8. Er det noen av rettighetene som er spesielt viktige for å dekke dine personlige behov?
9. Start en tidtaker og la gruppene diskutere rekkefølgen. For hvert minutt forteller du at nå synker ballongen og at en menneskerettighet må kastes over bord. Be gruppene skrive tall på lappene etter rekkefølge de kastes i, før deltakerne kaster lappen på gulvet.
10. Når tiden er ute, be deltakerne samle lappene og sortere dem etter rekkefølgen de ble kastet i, og gå videre til avsluttende refleksjon.

REFLEKSJON:

- Hvilke menneskerettigheter ga dere slipp på først, og hvilke beholdt dere til slutt?
- Hvordan var det å bli enige om rekkefølgen? Hva var vanskelig og hva var lett?
- Hvilke kriterier brukte dere for å bestemme rekkefølgen?
- Hva tror dere kan være konsekvensen om man fratras noen rettigheter? For enkeltmennesket, og for samfunnet?
- Hva er sammenhengen mellom menneskerettigheter og demokrati?
- Kjenner dere til noen andre menneskerettigheter? Hadde det vært lettere/vanskeligere om noen av disse rettighetene var med?
- Vet dere om noen menneskerettigheter som brytes i Norge eller andre steder i verden?

Menneskerettigheter:

På neste side har vi listet opp forslag til menneskerettigheter du kan bruke, men du kan også velge andre. Du finner flere i Amnesty sin forenklete versjon her: <https://amnesty.no/menneskerettighetene-forenklet-versjon>



- ART. 4 Slaveri og slavehandel er i alle former forbudt.**
Ingen kan eie et annet menneske, og ingen må bli utsatt for tvangsarbeid.
- ART. 7 Alle er like for loven og har rett til samme beskyttelse av loven.**
Vi er alle ulike, men lovene må være like for alle. Loven må beskytte alle mot diskriminering.
- ART. 11 Alle har rett til å bli ansett som uskyldig inntil det motsatte er bevist.**
Hvis du er anklaget for en straffbar handling, skal du bare bli dømt når din skyld er bevist. Det er ikke du som må bevise at du er uskyldig.
- ART. 13 Enhver har rett til å bevege seg fritt og frihet til å velge oppholdssted innenfor landet sitt.**
Staten må ikke blande seg inn i hvor du velger å oppholde deg i ditt eget land. Myndighetene i ditt land har heller ikke lov til å hindre deg i å forlate landet ditt, med mindre det er nødvendig for å ivareta andre rettigheter.
- ART. 15 Enhver har rett til et statsborgerskap. Ingen må hindres i å skifte statsborgerskap hvis de selv ønsker det.**
Du kan bare fratras ditt statsborgerskap hvis det er grunnlag for det i loven, og du må aldri fratras ditt statsborgerskap hvis du ikke har et annet.
- ART. 18 Enhver har rett til tanke-, samvittighets- og religionsfrihet.**
Alle er frie til å velge å utøve sin religion, eller til ikke å ha noen religion i det hele tatt, og til å skifte religion hvis de ønsker det.
- ART. 19 Enhver har rett til menings- og ytringsfrihet.**
Alle har rett til å ha sin egen mening, si hva de tenker og til å utveksle informasjon og idéer med andre. Du kan si hva som helst, så lenge du ikke gjør det på en måte som krenker andres menneskerettigheter.
- ART. 20 Enhver har rett til fritt å delta i fredelige møter og organisasjoner.**
Du må ikke hindres i å delta i en demonstrasjon så lenge det ikke setter folks sikkerhet i fare. Staten skal heller ikke blande seg inn i hvilke organisasjoner eller foreninger du tilhører, så lenge de er lovlige.
- ART. 26 Enhver har rett til utdanning.**
En god utdanning øker dine muligheter til å ta vare på deg selv og delta i samfunnet.

DEL 2

KONTROVERSIELLE TEMAER



«Å lære seg å gå i dialog med, og respektere mennesker som har andre verdier enn en selv, står sentralt i den demokratiske prosessen. Det er nødvendig for å beskytte og styrke demokratiet og fremme en kultur tuftet på menneskerettigheter.»

(KILDE: EUROPARÅDET)

Kontroversielle temaer kan skape sterke følelser, splittelse og opphetede diskusjoner. Det kan ofte føles tryggere å unngå å snakke om temaer som religion, seksualitet eller rasisme hvis man vet at det er ulike meninger rundt bordet. Men å kunne håndtere og lytte til uenighet er vesentlig for å sikre medborgerskap. Medborgerskap handler om å leve sammen i et politisk samfunn, og temaer som er emosjonelle utgjør en sentral del av motivasjonen for politiske handlinger.¹² Kontroversielle temaer kan i ytterste konsekvens motivere til ekstreme politiske handlinger, men kontroversielle temaer kan også gjøre oss engasjerte og motiverte til å delta i politikken og i demokratiet.

ET KONTROVERISILT TEMA

At et tema skaper kontrovers betyr at det skaper uenighet, splittelse eller strid.¹³ Temaene kan være både lokale og globale. Det kan handle om byggingen av et kjøpesenter, nedstenging av en ungdomsklubb eller om globale klimautslippsmål. Det kan være langvarige temaer, som Palestina/Israel-konflikten, eller mer akutte temaer som restriksjonene under koronapandemien.

Graden av kontrovers rundt et tema vil gjerne variere med tid og sted. Et tema som er kontroversielt i ett land, kan være nesten ubetydelig i et annet. Et tema som ble sett på som kontroversielt for femti år siden, kan i dag oppfattes helt naturlig. Felles for temaene er at de vekker følelser i oss, og at standpunktet i saken kjennes viktig. Ofte blir dette standpunktet en identitetsmarkør som gjør at å bli motsagt ikke bare føles som uenighet om en sak, men som et angrep på en del av hvem vi er. «Følelsene har politisk og relasjonell betydning gjennom å påvirke hvem vi identifiserer oss og føler tilhørighet med, og hvem og hva vi forstår som annerledes.»¹⁴

¹² Jore, *Kontroversielle, emosjonelle og sensitive tema i skolen* (Oslo: Universitetsforlaget, 2022), 13–14.

¹³ Store norske leksikon, «Kontrovers», av Carina Nilstun, 20.02.2023. <http://snl.no/kontrovers>

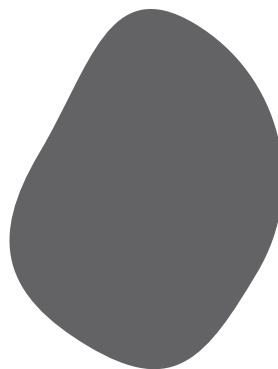
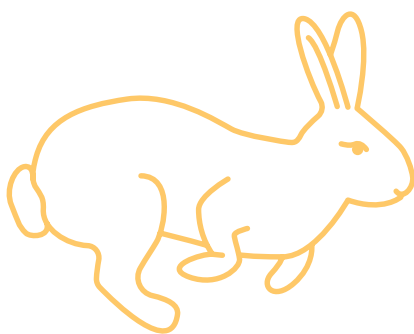
¹⁴ Jore, *Kontroversielle, emosjonelle og sensitive tema i skolen*. (Oslo, Universitetsforlaget, 2022), 13–14.

DIGITALT EKKOKAMMER

For ungdom, som i stor grad bruker sosiale medier som nyhetskilde, er det å kjenne igjen og å diskutere kontroversielle temaer kanskje en ekstra viktig kompetanse.¹⁵ Selv om internett gjør det mulig å møte et mangfold av meninger og verdier, utgjør også de digitale medievanene en risiko for at man får bekreftet egne synspunkt, heller enn å bli utfordret. Søken etter informasjon, tilhørighet og godkjenning av meningene sine, kan gjøre at man havner i *kaninhull* eller *ekkokammer*. Algoritmene tar deg lenger og lenger inn i et tema og et perspektiv istedenfor å utvide horisontene. Dette kan gjøre en faktasjekk vanskelig og evnen til å få ny innsikt og endre holdninger kan svekkes. Ved å utelukkende motta informasjon som bekrefter det man allerede vet, eller aldri møte motforestillinger, kan også flere temaer bli kontroversielle, fordi det skapes større avstand mellom de som er enige og de som mener noe annet.

Å TØRRE Å PRATE OM DET

Unge sier selv at det er viktig å diskutere temaer som kritisk tenking, rasisme, demokratiske verdier og toleranse.¹⁶ Å snakke om kontroversielle temaer kan bidra til å utvikle demokratiske medborgere som er åpne, nysgjerrige, og villige til å forstå og respektere andre, selv om man har ulike standpunkt. Men for å tørre å snakke om kontroversielle temaer trenger man et trygt, demokratisk miljø. For å kunne prate om ulike temaer er det også viktig å ha et stort nok begrepsapparat. Det å ha kunnskap om demokrati, ytringsfrihet og menneskerettigheter kan gjøre det enklere å ta fatt på vanskelige diskusjoner.¹⁷



¹⁵ Ungdommens ytringsfrihetsråd, «Hvordan står det til med ytringsfriheten».

¹⁶ Haugstvedt og Bjørge, «Ungdom og ekstremisme i 2021: En studie av ungdommers vurdering av ekstremisme og forebygging i Norge», 31.

¹⁷ Europarådet, «Å undervise i kontroversielle tema».

OPPGAVER



På de neste sidene følger verktøy som gir gode forutsetninger for å snakke om det kontroversielle. Les gjerne gjennom tipsene for å skape et trygt miljø på side 6-7 før du går i gang, så alle tør å bidra i samtalen.

OPPGAVE 1: TILLITSSIRKELEN

I denne øvelsen skal deltakerne skrive ned hvem de stoler på, for så å se på hvilket kjønn, utdanningsnivå, hudfarge og religion disse har. På denne måten utfordres deltakerne til å reflektere over hvordan og hvorfor vi gjerne lytter til folk som likner oss selv og hva dette betyr for demokratiet vårt.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 20 minutter

Deltakere: Fra 4 personer

Du trenger:

- Et eksemplar av skjemaet på neste side til hver deltaker.
- Et ark og en penn til hver deltaker.

GJENNOMFØRING:

1. Gi alle deltakerne et blankt ark og en penn hver. Be dem skrive ned navnet på seks personer de stoler på, som ikke er familie-medlemmer. Det kan være mennesker de kjenner, politikere eller andre offentlige personer. Understrek at de ikke trenger å vise navnene til noen.
2. Del ut skjemaet, og be dem skrive navnene ned i «Navn»-kolonnen, og fyll ut de andre parameterne i skjemaet.
3. Etter at alle har fylt ut skjemaet, kan du enten be deltakerne gå sammen to og to for å diskutere refleksjonsspørsmålene, eller bruke de samme spørsmålene i plenum.
4. Understrek igjen at de ikke trenger å vise listen sin til noen, og at målet med denne aktiviteten ikke er å «arrestere» noen. Målet er heller å reflektere over tendensen vi har til å søke kontakt med personer som ligner oss selv, og hvilke konsekvenser dette har.

SPØRSMÅL TIL DELTAKERNE:

- Ligner personene i skjemaene på deg selv?
- Ligner de på hverandre?
- Hvor mangfoldig er gruppen av mennesker du stoler på?
- Hvorfor tror dere det er slik?
- Har vi en tendens til å stole på folk som ligner oss selv? Hvorfor er det slik?
- Er det noen deltakere som har skjemaer med stort mangfold? I så fall, har de noen tanker om hvorfor det er slik?
- Hvilken rolle spiller stereotypier? Hvordan utvikles stereotypier over tid?
- Hvilke konsekvenser kan dette ha for hvordan vi ser på andre? For enkeltmennesker som tilhører minoriteter? For samfunnet vårt?
- Hva kan vi gjøre for å motvirke dette?

OPPGAVE 2: HVA FÅR DET OSS TIL Å FØLE?

I denne øvelsen skal deltakerne reflektere over hvilke temaer de er komfortable med å snakke om ved å plassere seg på en skala fra «veldig ukomfortabel» til «helt komfortabel» når ulike temaer blir lest opp. Dette er ikke en samtale der man prøver å få fram ulike meninger om kontroversielle temaer, men en samtale om hva som er vanskelig å diskutere og hva det gjør med demokratiet vårt hvis vi unngår disse temaene.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 20 minutter

Deltakere: Fra 10 personer

Du trenger:

- Post-it-lapper og penn til alle deltakerne.
- Skilt med «Helt komfortabel» og «Veldig ukomfortabel».
- Plass til å bevege seg fram og tilbake på en linje i rommet.

GJENNOMFØRING:

1. Forsikre deg om at alle vet hva som er kjennetegnene for et kontroversielt tema.
2. Be deltakerne skrive ned temaer de mener er kontroversielle på lappene. Her er det fint om alle bidrar, men hvis det er vanskelig å finne temaer kan du også velge fra lista under. Temaene kan være generelle, veldig konkrete og gjerne aktuelle. Lappene leveres til deg.
3. Heng opp skiltene med «helt komfortabel» og «veldig ukomfortabel» på hver sin side av rommet. Marker gjerne en linje (med kritt eller tape) på gulvet mellom skiltene som viser alle gradene i mellom.
4. Ta opp en lapp og les opp temaet som står der. Be deltakerne stille seg på «linjen» etter i hvilken grad de er komfortable eller ukomfortable med å prate om temaet. Her kan dere gjerne avklare hva en samtale om temaet kan inneholde før dere velger plassering på linja. Gjenta dette punktet til alle lappene er lest opp.
5. Avslutt og gå videre til refleksjonsspørsmålene.

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Hva gjør at noen temaer er vanskelige å prate om?
- Var det noen temaer det var stort spenn i grad av komfort? Hvorfor?
- Hvorfor er noen tema enklere eller vanskeligere å snakke om for enkelte personer?
- Hva skjer om vi ikke snakker om disse temaene?
- Hva skjer om vi snakker om disse temaene?

Forslag til temaer på neste side.

FORSLAG TIL TEMAER:

Abort
Vindkraft
Vaksiner
Israel/Palestina
Kjønn
Bruk av religiøse hodeplagg
Sexkjøpsloven
Investeringer i våpenindustrien
Seksuelle legninger
Barnemishandling
Incest
Pedofili
Vegansk diett
Rasisme
Høyreekstremisme
Venstreradikal ekstremisme
USA
Russland
Kina
Overvåking
Flyktningers rettigheter i Norge



OPPGAVE 3: HVA VET VI?

Denne øvelsen utfordrer deltakerne til å finne gode spørsmål for å snakke om kontroversielle tema på en trygg måte.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 45 minutter

Deltakere: Fra 15 personer

Du trenger:

- Bilder som illustrerer tre eller flere kontroversielle temaer. Bruk gjerne både lokale og globale temaer.
- Plass til å dele opp i grupper med bord og stoler for hvert tema.
- Stort ark til hver gruppe.
- Skriveredskaper til hver gruppe.

GJENNOMFØRING:

1. Finn bilder som illustrerer ulike kontroversielle temaer. Skriv ut og lim disse på store ark (et ark per bilde), med temaet som overskrift.
2. Del opp i jevne grupper og ha stoler og bord til hver gruppe. Del ut det store arket med temaet og bildene.
3. Hver gruppe skal diskutere bildene og temaet de ser foran seg og skrive ned alle spørsmålene som fremkalles. Dette kan være varianter av: «Hva?», «Når?», «Hvor?», «Hvem?», «Hvordan?», «Hvorfor?»
4. Etter 2–3 minutter ruller gruppene til et nytt bord hvor de skal diskutere spørsmålene som ble formulert av forrige gruppe, og prøve å besvare disse. Gruppene kan også legge til andre spørsmål de synes mangler. La neste gruppe også holde på i et par minutter. Det gjør ikke noe om de ikke rekker å besvare alle spørsmålene.
5. Gruppene ruller igjen, og nye tema og spørsmål skal bli diskutert. Gruppene kan fortsette å skrive svar på spørsmål som allerede har blitt besvart, komme med motargumenter eller stille nye spørsmål.
6. Når alle gruppene har vært gjennom alle temaene går alle rundt i rommet og leser spørsmålene og svarene.
7. Når alle føler de har fått lest det de vil kan du avslutte og samle alle for en avsluttende refleksjon.

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Hvilke spørsmål var gode for å finne svar?
- Hva var vanskelig med øvelsen?
- Hva synes dere om å ha samtalen skriftlig? Ville det vært annerledes om dere skulle diskutere muntlig?
- Er noen tema lettere å finne svar på enn andre? Hvorfor?
- Var dere enig om svarene?
- Hva tror du er viktig å passe på når man skal diskutere disse temaene?

DEL 3

HATPRAT OG YTRINGSFRIHET



UNGE UTSETTES FOR HATPRAT

«Å møtes på tvers av synspunkter, ideologier, opplevelser og verdier kan være krevende, men det er et grunnleggende møte i et fritt og demokratisk samfunn.»

– UNGDOMMENS YTRINGSFRIHETSRAÐ («Hvordan står det til med ytringsfriheten til ungdom og unge voksne i Norge?» fra 2021)

Ungdom er spesielt utsatt for hatprat. Særlig digitalt. 25 % av unge (16–20 år) har opplevd hatprat på nett.¹⁸ Til sammenlikning er det kun 4 % i befolkningen generelt som oppgir det samme. Hatefulle ytringer gjør at noen velger å ikke delta i den offentlige debatten.¹⁹ Det gjør at vi mister viktige stemmer og perspektiver, og det er derfor et demokratisk problem.

«Vi synes det er vanskelig å sette en tydelig grense for hvilke ytringer som er skadelige, og hvilke som er en naturlig del av et ytringsrom.» – Ungdommens Ytringsfrihetsråd («Hvordan står det til med ytringsfriheten til ungdom og unge voksne i Norge?» fra 2021)

Hatprat – eller hatytringer – kan defineres som «ytringer som sprer eller oppfordrer til hat mot en person på bakgrunn av gruppen de tilhører.» Typiske eksempler på gruppeidentitet kan være kjønn, etnisitet, religion, seksuell orientering og funksjonsnedsettelse.²⁰ Hatprat rammer ofte bredt ved at det skaper redsel og utrygghet, ikke bare hos den enkelte, men hos alle som identifiserer seg med den eller de som blir utsatt for disse ytringene. Hatprat foregår på mange arenaer: det kan sies eller vises fysisk gjennom kroppsbevegelser og det skjer digitalt i meldinger, chatter, sosiale medier, kommentarfelt, i lukkede grupper og åpne samtaler.²¹

¹⁸ Medietilsynet, «Man må ha tykk hud eller unngå å være på nettet».

¹⁹ Bufdir, «Ikke greit», 5.

²⁰ Bufdir, «Ikke greit», 5.

²¹ Bufdir, «Ikke greit», 5.

ET DEMOKRATISK PROBLEM

I tillegg til å være sårende og belastende for de som rammes, er hatprat et demokratisk problem fordi det begrenser og utfordrer ytringsfriheten. Ytringsfrihet er den friheten alle mennesker har til å gi uttrykk for det de mener, men også friheten til å la være å ytre seg. I tillegg omfatter ytringsfrihet også friheten til å motta andres ytringer: informasjonsfriheten.²² Det er helt avgjørende at folk fritt kan si det de mener, og være uenige i den offentlige debatten hvis et demokrati skal fungere. Når hatprat rammer grupper eller minoriteter som uttaler seg risikerer vi at disse trekker seg og ikke blir representert i den offentlige samfunnsdebatten.

YTRINGSFRIHETENS BEGRENSNINGER

Samtidig er ikke ytringsfrihet det samme som at man kan si det man vil til enhver tid. Ytringsfriheten er ikke absolutt. Man kan bli dømt etter straffeloven for hatefulle ytringer hvis trakasseringen gjelder for eksempel hudfarge, nasjonalitet, religion, seksuell orientering, kjønnsidentitet eller nedsatte funksjonsevne (se faktaboks). Men, ytringsfriheten gjør at det også skal mye til før man kan dømmes for en ytring. Mange tilfeller av hatprat er lovlige, men fortsatt helt uakseptable. Hvis det skal oppleves trygt å delta i den offentlige debatten må vi snakke om det som er ulovlig. Men kanskje enda viktigere er det å snakke om det som er lovlig, men som likevel ikke er greit. Når vi snakker om ytringsfrihet, kan vi også snakke om ytringsansvar: den enkeltes ansvar for å argumentere mot ytringer vi er uenige i og si ifra når vi synes noen går over streken.

GRUNNER TIL AT DET ER VANSKELIG Å YTRE SEG I FØLGE UNGDOMMENS YTRINGSFRIHETS RÅD:

- Redselen for å ikke ha nok kunnskap, kompetanse og erfaring.
- Redselen for at det ungdommen ytrer (spesielt i sosiale medier) skal brukes i mot dem på et senere tidspunkt, for eksempel i forbindelse med jobb-søking, eller tas ut av sammenheng og bli satt i bås i sosiale tilstelninger.
- Redselen for at de som ytrer seg blir gjort til representant for en gruppe.
- For lite plass og tid til gode diskusjoner – primært i skolen.

²² Store norske leksikon, «Ytringsfrihet» av Anine Kierulf og Jon Gisle, 20.01.2023. <https://snl.no/ytringsfrihet>

«Frimodige ytringer om statsstyret og hvilken som helst annen gjenstand er tillatt for enhver.»

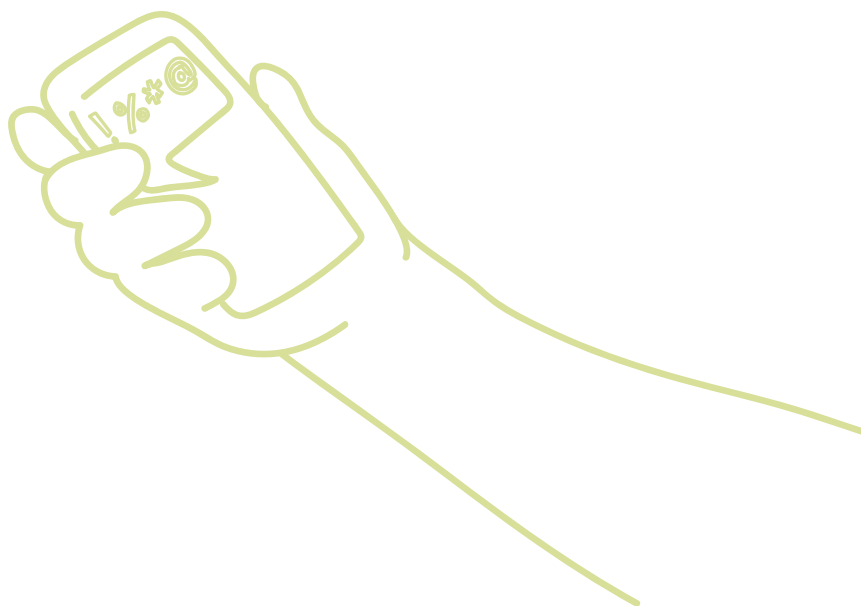
– GRUNNLOVEN PARAGRAF 100

§ 185.HATEFULLE YTRINGER

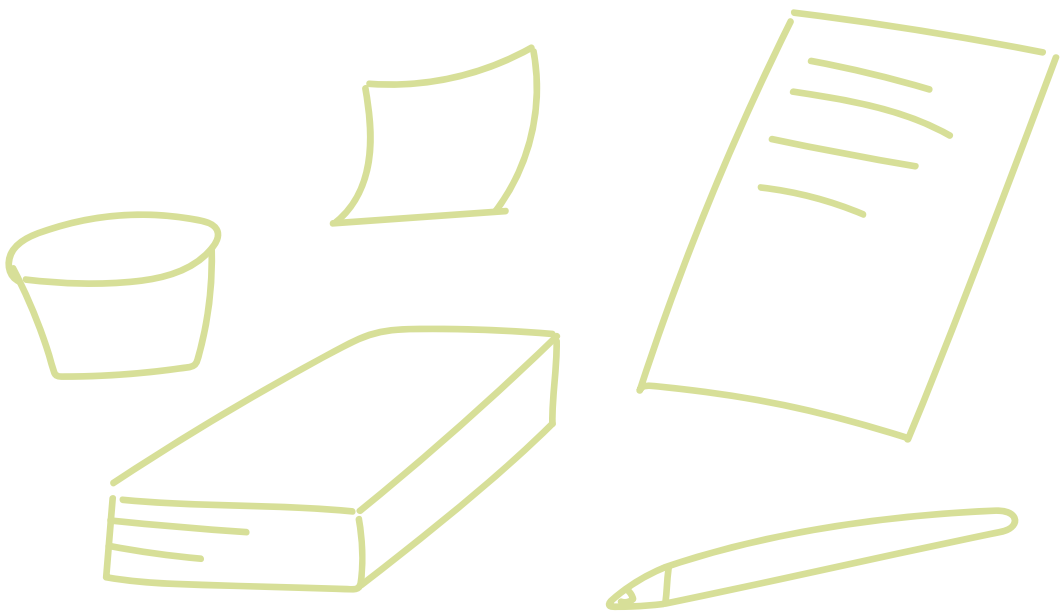
Med bot eller fengsel inntil 3 år straffes den som forsettlig eller grovt uaktsomt offentlig setter frem en diskriminerende eller hatefull ytring. Som ytring regnes også bruk av symboler. Den som i andres nærvær forsettlig eller grovt uaktsomt fremsetter en slik ytring overfor en som rammes av denne, jf. annet ledd, straffes med bot eller fengsel inntil 1 år.

Med diskriminerende eller hatefull ytring menes det å true eller forhåne noen, eller fremme hat, forfølgelse eller ringeakt overfor noen på grunn av deres

- a. hudfarge eller nasjonale eller etniske opprinnelse,
- b. religion eller livssyn,
- c. seksuell orientering, kjønnsidentitet eller kjønnsuttrykk, eller
- d. nedsatte funksjonsevne.



OPPGAVER



Oppgavene som følger vil bidra til forståelse av hvordan ytringer treffer medmennesker og hva det har å si for enkeltmennesker, grupper og samfunnet. Vi ønsker at deltakerne skal reflektere over sin egen posisjon for å bedre forstå hvordan de møter andre, og at de skal få språk og verktøy som gjør det lettere å kjenne igjen og reagere på ytringer som går over grensa.

OPPGAVE 1: MINE PRIVILEGIER

Deltakerne skal identifisere hvilke privilegier de har, og diskutere hvordan disse påvirker både egne og andres muligheter og holdninger. Målet er at ved å bli bevisst sine egne privilegier og diskutere disse i fellesskap vil deltakerne få styrket respekt og åpenhet for andre, og økt samfunnsbevissthet.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 30 minutter

Deltakere: Fra 4 personer

Du trenger:

- Liste over privilegier til hver deltaker.

GJENNOMFØRING:

1. Start øvelsen med å snakke om hva det betyr å ha et privilegium og hva det betyr å være privilegert. For eksempel kan du forklare at det betyr å ha en fordel som ikke andre har, som gjør ulike situasjoner i livet lettere for deg enn for en som ikke har denne fordel.
2. Del ut lista med privilegier til hver deltaker og gå gjennom dem i fellesskap, slik at du er sikker på at alle har forstått punktene.
3. Gi ungdommene fem-seks minutter til å markere hvilke privilegier de har. Fortell at ingen skal se hverandres lister, og man behøver ikke fortelle noen andre om hva man har skrevet. Alle bestemmer selv hva de ønsker å dele.
4. La deltakerne prate sammen i små grupper i ca. fem minutter: Hvordan var det å fylle ut lista? Var det noe som overrasket? Var det noen privilegier dere ikke var klar over at dere hadde?
5. Fortsett samtalen i plenum og gå videre til avsluttende refleksjon.

REFLEKSJONSSPØRSMÅL:

- Hvorfor bør vi være bevisst privilegiene våre? Hva skjer om vi ikke er bevisste i møte med andre som ikke har de samme privilegiene som oss selv?
- Hvordan påvirker privilegiene våre hvor lett eller vanskelig det er å bruke ytringsfriheten?
- Er det en sammenheng mellom privilegier og rettigheter og demokrati?
- Hva gjør det med oss om vi ofte blir påminnet om at vi er annerledes enn det som blir sett på som «normalt»?
- Har du lært noe av denne øvelsen, som du kan få bruk for i hverdagen din?
- Kom dere til å tenke på noen andre privilegier som ikke sto på lista, men som kunne ha vært der?

Lista over privilegier finner du på neste side.

MINE PRIVILEGIER:

- Jeg kan lese denne lista.
- Jeg har ikke problem med å komme meg opp trapper.
- Det språket jeg snakker hjemme er det samme som vi snakker på skolen.
- Jeg kan høre hva som blir sagt når en person snakker i en folkemengde.
- Jeg har aldri blitt spurt private spørsmål om operasjoner.
- Jeg har aldri måttet forklare min seksuelle orientering (for eksempel, jeg er homofil eller bifil).
- Jeg har aldri sovet på gata.
- Jeg har aldri blitt stilt spørsmålet: «Men hvilket land er du egentlig fra?».
- Foreldrene mine eller jeg eier huset/leiligheten/hybelen jeg bor i.
- Jeg kan gå hjem når det er mørkt uten å være redd.
- Høytidene som er viktige for meg er markert med rødt i kalenderen.
- Nye mennesker jeg møter bruker riktig pronomen (han/hun/hen) om meg.
- Jeg har aldri vært flau eller redd for å snakke med andre om hvordan jeg har det hjemme.
- Jeg har aldri opplevd at folk forklarer sinnet mitt eller engasjementet mitt som pms eller mensen.
- Jeg kan gå forbi en politibetjent uten å være redd for å bli stoppet.
- Jeg blir ikke fortalt at jeg ikke må gråte eller vise følelser fordi jeg er gutt.
- Foreldrene mine har høyere utdanning (har studert på universitet eller høyskole).
- Jeg kan snakke med myndighetene (kommunen, fylket, staten) uten tolk/uten at noen oversetter
- Jeg har aldri opplevd et terrorangrep.
- Jeg har fått lære om min egen kultur og mitt folks historie på skolen.
- Foreldrene mine har trygg jobb og får lønn hver måned.
- Jeg er ikke redd for at navnet mitt gjør det vanskelig å få jobb.
- Stoler med armlener er ikke problematiske for meg.
- Stoler uten armlener er ikke problematiske for meg.
- Jeg har hatt gratis tilgang på den medisinske behandlingen jeg har hatt behov for.
- Jeg har aldri blitt tilbudt penger for sex uten å ønske det.
- Jeg har aldri blitt fortalt at jeg er på feil toalett, i feil garderobe eller i feil avdeling i klesbutikken.
- Jeg får hjelp til leksene mine om jeg trenger det.
- Jeg har aldri i løpet av de siste par årene blitt fortalt at «dette forstår du når du blir eldre» eller «du endrer nok mening når du blir eldre».
- Jeg har aldri hatt behov for psykisk helsehjelp.
- Jeg har vært på ferie i utlandet flere ganger.
- Jeg har aldri fått høre hjemme at vi ikke har råd til noe.
- Jeg har aldri måttet tilrettelegge dagen min for å unngå for mye fysisk smerte.
- Jeg har aldri blitt nektet inngang på et utested eller på bakgrunn av etnisitet, aksent, kjønnsuttrykk eller funksjonsevne.
- Jeg har aldri fått høre at etnisiteten min/kulturen min ikke har noen verdi, og har aldri følt et behov for å skjule den.

OPPGAVE 2: HVORDAN REAGERE PÅ HATPRAT?

Deltakerne skal bli enige om hvordan de vil reagere på ulike hatefulle ytringer. Vil de ignorere, svare, rapportere eller fortelle venner? Målet med oppgaven er å øke forståelsen av hvordan hat rammer og gjøre deltakerne bedre rustet til å tenke kritisk og reagere i møte med hatefulle ytringer.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 45 minutter

Deltakere: Fra 4 personer

Du trenger:

- Skilt med «IGNORERE», «SVARE», «RAPPORTERE», «FORTELLE VENNER» til hver gruppe.
- Post-it-lapper til hver gruppe.
- Penner til hver deltaker.
- Tidtaker.

GJENNOMFØRING:

1. Del opp i grupper på fire personer, og gi hver deltaker i gruppa de fire arkene. Be dem stille seg i en firkant, med skiltet på gulvet foran seg.
2. Fortell at deltakerne nå skal få høre en rekke situasjoner som de skal ta stilling til. Hva vil de gjøre i denne situasjonen? Vil de ignorere, svare, rapportere eller fortelle venner. Først skal de tenke for seg selv og deretter bli enig innad i gruppa.
3. Bruk et par minutter på å la deltakerne se på de ulike alternativene uten at de har fått et eksempel på en situasjon.
4. Les opp en av situasjonene fra listen. Du kan også finne egne utsagn og situasjoner som er mer relevant eller aktuelle for din gruppe.
5. Gi deltakerne to minutter til å tenke for seg selv – hva ville de gjort?
6. Etter to minutter skal gruppene diskutere sammen i fem minutter og bli enig om ett alternativ. Hvis de trenger hjelp til å få i gang diskusjonen kan du be de vurdere fordelene og ulempene ved hvert alternativ. Hvis de velger å svare – hva skal de si, og hvordan? Hvis de velger å rapportere – hvem skal de rapportere til? Hvis de velger å fortelle det til venner – hva skal de si, og hvordan gå de videre?
7. Gå gjennom hver av gruppenes valg og still dem spørsmålene i listen nedenfor.
8. Gjenta punkt 4–7 før du går videre til avsluttende spørsmål.

Du finner spørsmålene på neste side.

SPØRSMÅL TIL HVER GRUPPE:

- Hvilket alternativ har dere valgt, og hvorfor?
- Hvorfor har dere ikke valgt ...? Og hvorfor?
- Hva er de viktigste konsekvensene av valget dere har tatt?
- Hvilke metoder ville dere tatt i bruk for å gjøre det dere skal?
- Har det vært uenighet i gruppa/vanskelig å velge? Hvorfor?
- Dersom noen velger «ignorere» gjentatte ganger: Finnes det tilfeller hvor det beste alternativet er å ignorere det som blir sagt? Finnes det andre tilfeller hvor det ikke er lurt å ignorere hatefulle ytringer?
- Dersom du hadde vært den som mottok hatefulle ytringer. Hva skulle du ønske at andre gjorde?
- Etter at flere grupper har svart: Vil noen nå endre synspunkt/har noen blitt uenige i gruppas beslutning? Hvorfor?

AVSLUTTENDE SPØRSMÅL:

- Var det noe som overrasket dere?
- Hva kan være konsekvensen hvis vi ikke reagerer på hatefulle ytringer?
- Hva kan være konsekvensen for den som mottar hatefulle ytringer i et enkelttilfelle?
- Hva skjer i samfunnet når hatefulle ytringer normaliseres?
- Kan det å reagere på hatefulle ytringer knyttes til det å være en god medborger?
- Kan dere bruke noe av det vi har snakket om i hverdagen deres?

SITUASJONER:

En som heter Philip og går i klassen din har lagt ut en video av seg og kjæresten sin som heter Oskar på TikTok. Noen har kommentert «Jævla homo» under videoen.

Du står sammen med ei gruppe venner i køen i kantina når du overhører to gutter snakke til ei jente. De bruker ordene hore, slut, billig og fitte.

Du er tilskuer på en fotballkamp, og det er akkurat dømt straffe til det ene laget. Hun som står ved siden av deg roper til dommeren «hallo, svarting, har du ikke øyne eller?»

En av vennene dine, som har russiske foreldre, får plutselig en sms fra et ukjent nummer; «Vi hater alle russere, dra hjem til Putin».

Du skal på håndballtrening og når du kommer inn i garderoben ser du at noen har tegnet et hakekors på et av skapene.

Spør deltakerne om de har vært i en situasjon hvor de var vitne til hatefulle ytringer. Det kan være en situasjon hvor de visste eller var usikre på hva de skulle gjøre. Om noen kommer på en slik situasjon kan du be dem gjengi den, og så kan de andre få reagere på situasjonen.

OPPGAVE 3: RØTTER OG GRENER

I denne øvelsen får deltakerne utdelt eksempler på hatprat på nett, og skal sammen finne årsaker og skadevirkninger for utsagnet. De skal reflektere over sammenhengene mellom hatefulle ytringer på nettet og oppførsel og holdninger utenfor nettet, undersøke røttene til problemet, og øke kunnskap om årsaker til rasisme og diskriminering.

Les gjerne gjennom tips til gjennomføring på side 6–7 før du setter i gang.

Tidsbruk: 45–60 minutter

Deltakere: Fra 4 personer

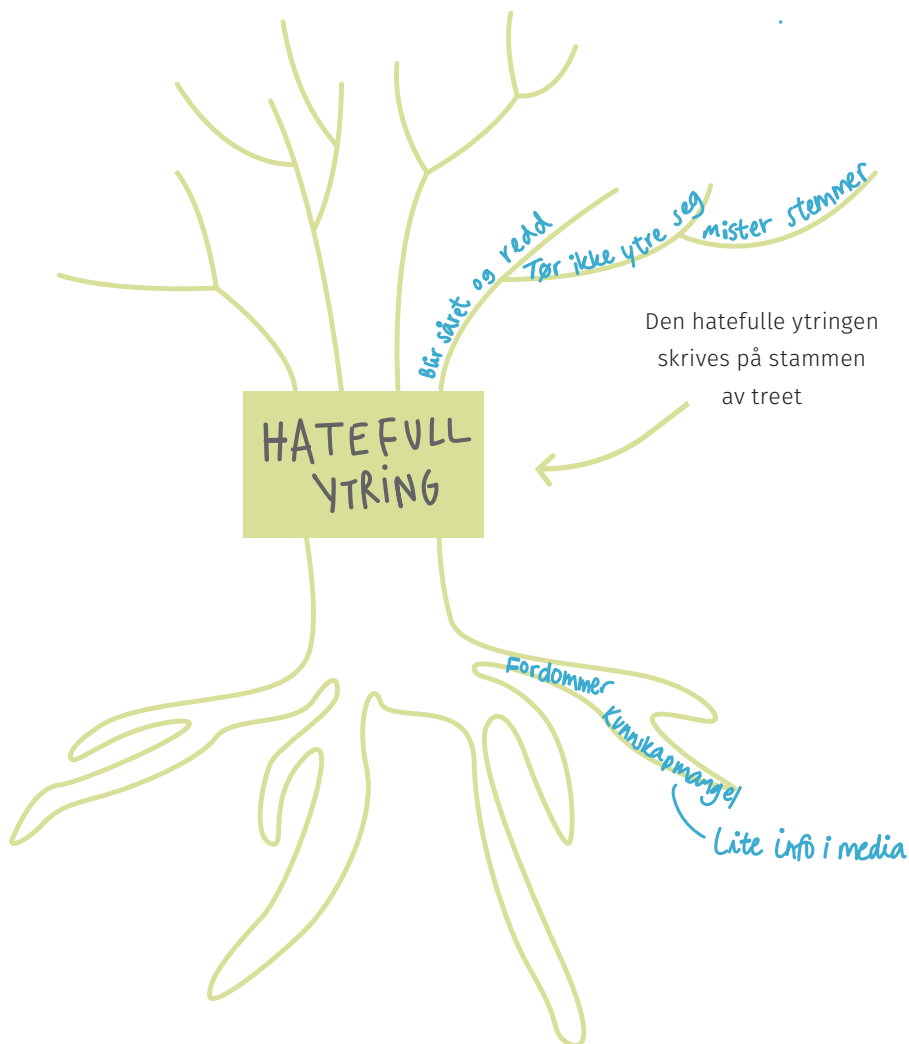
Du trenger:

- Store ark.
- Tusjer eller penner til hver deltaker.

GJENNOMFØRING:

1. Spør deltakerne hva de tenker på når de hører begrepet «hatefulle ytringer». Be dem diskutere det i små grupper.
2. Fortell at vi i dag opplever mye av hatpraten på nett, i sosiale medier, kommentarfelt eller direkte meldinger. For å forstå hatprat på nett, må vi se på det som et problem med forbindelser til flere underliggende problemer, og mange av dem hører til «den virkelige verden». Å jobbe direkte med disse underliggende årsakene er ofte mer effektivt enn å prøve å løse tilfeller av hatefulle ytringer i seg selv. Spør deltakerne om de kan komme på noen slike årsaker.
3. Vis deltakerne «hatprat-treet» og fortell dem at de sammen skal identifisere årsakene og skadevirkningen til hatprat. Hvert tre har en hatefull ytring (stammen), og de underliggende årsakene skal skrives på røttene fra treet, og skadevirkningene på grenene. De skal jobbe seg både nedover og oppover i treet.
4. Del opp i grupper på 3–4 stykker og be dem tegne treet på arket sitt. Deretter gir du dem hver sin hatefulle ytring, som skal skrives i stammen av treet. Du kan finne egne eller bruke fra listen nedenfor.
5. Deltakerne skal se for seg at teksten har blitt lagt ut på internett. I et kommentarfelt for en nettavis eller et innlegg, eller i feeden på sosiale medier. Deretter skal de fylle ut så mange årsaker og skadevirkninger de kommer på. Hvis noen sitter fast kan du be dem vurdere om noen av disse faktorene spiller inn:
 - Media
 - Politikere
 - Hatprat ellers i samfunnet
 - Diskriminering på arbeidsplassen
 - Gruppepress
 - Økonomiske faktorer
 - Skole/utdanning
6. Gi gruppene 20 minutter til å fullføre trærne. Be så gruppene om å presentere resultatene og gå videre til avsluttende spørsmål på s. 44.

Når de jobber seg **oppover** i treet her skal deltakerne utforske de mulige skadevirkningene og konsekvensene av den hatefulle ytringen. Her kan noen skadevirkninger fungere som utløsere for andre skadevirkninger, og man jobber seg lengre oppover grenene. Skadevirkningene kan ramme både enkeltindivider og samfunnet. **For eksempel:** En virkning av den hatefulle ytringen at en person blir såret, lei seg og redd. Dette vil igjen føre til at flere i samme situasjon blir redde, som igjen fører til at ingen tør å ytre seg, som fører til at vi mister viktige stemmer i samfunnet.



Når de jobber seg **nedover** i treet er spørsmålet: «Hvorfor skjer dette?». Her skal det fylles med så mange årsaker som mulig. Noen årsaker henger kanskje sammen eller en konsekvens av en annen årsak, slik at man stadig utvider og kommer lenger ned i røttene. **For eksempel:** Den hatefulle ytringen på stammen handler om samehets. Denne hetsen forårsakes kanskje av fordommer, som kanskje igjen forårsakes av kunnskapsmangel, som igjen forårsakes av for lite informasjon i skolen, media, offentligheten og så videre.

AVSLUTTENDE SPØRSMÅL:

- Legger dere merke til noen interessante forskjeller mellom trærne? Har dere noen spørsmål til de andre gruppene?
- Hvor lett var det å finne «røttene» til hatprat? Hva tenkte dere på? Var det noe dere var uenige om innad i gruppa?
- Gikk noen av røttene eller grenene deres inn i den «virkelige» verden? Hva forteller dette oss om hatprat på nett?
- Hva kan konsekvensene av hatprat være, for individet og samfunnet som helhet?

Eksempler som kan brukes i oppgaven:

«Innvandrere er skitne kriminelle. De stjeler og hører ikke hjemme her. Få dem ut!»

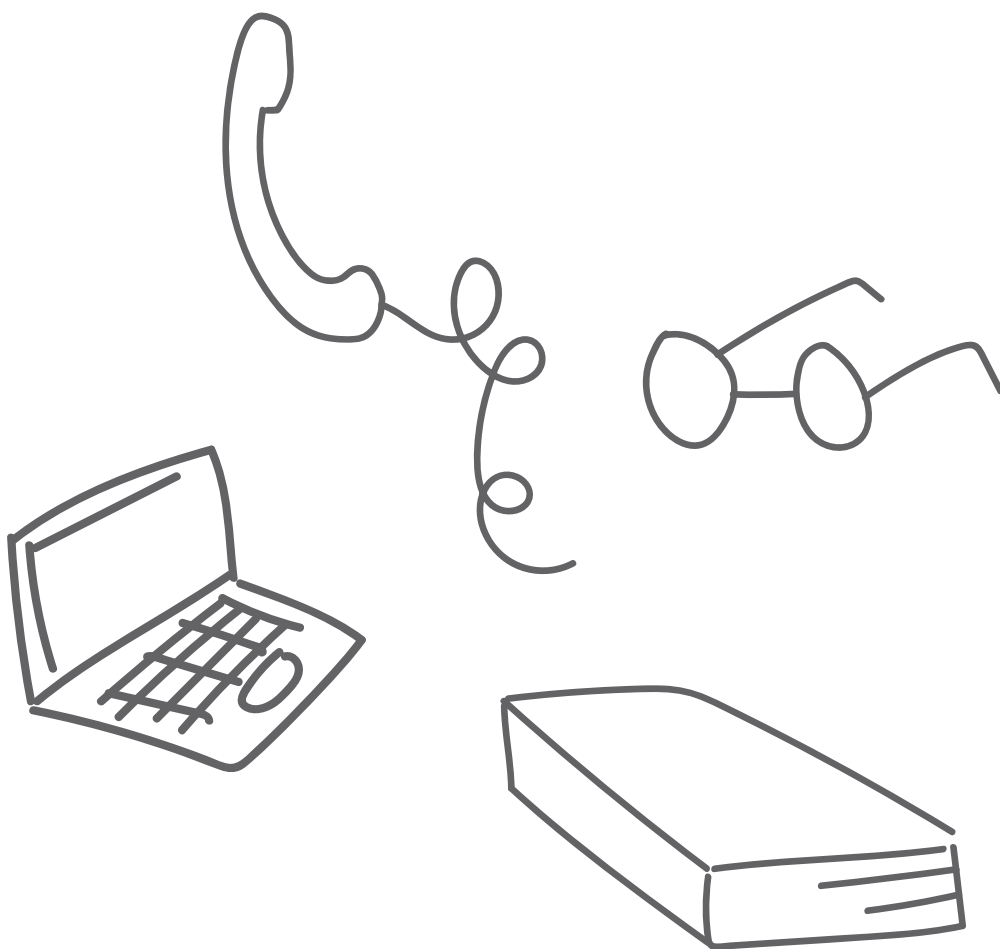
«Du burde voldtas hardt. Jeg hadde aldri gjort det, for jeg liker ikke n****-kjerringer som deg.»

«Forbanna soper. Gå å heng deg selv – for vår skyld.»

«Muslimjævlene har bønnetid midt i byen. Ta en bulldoser og klem de flate!»

«De tror de er kvinner, men de er bare menn med rare fantasier»

RESSURSER



MER OM TEMA:**Bøker og hefter:**

Kontroversielle, emosjonelle og sensitive tema i skolen av Mari Kristine Jore (redaktør)

Å undervise i kontroversielle tema av Europarådet

Bookmarks. En håndbok for forebygging av hatprat på nettet gjennom menneskerettighetslæring av Europarådet

Compass. Manual for Human Rights Education with Young People av Europarådet.

Ikke greit! av Bufdir

Hvordan står det til med ytringsfriheten? av Ungdommenes ytringsfrihetsråd

Nettsider:

demokratiwerksted.no

theewc.org

wergelandsenteret.no

RESSURSER TIL HJELP:

politiet.no

slettmeg.no

ungdomstelefonen.no

korspahalsen.no

snakkommobbing.no

barneombudet.no

ldo.no

ung.no

Politiets nettpratulje: Kripos på Facebook

mentalhelsetilbud.no

utveier.no

wergelandsenteret.no

Kilder

- Amundsen, Bård. «Hvor mange av oss bor nå i et demokratisk land?» *Forskning.no*, 03.05.2023, <https://forskning.no/demokrati/hvor-mange-av-oss-bor-na-i-et-demokratisk-land/2011394>
- Barne- ungdom- og familiedirektoratet. «Ikke greit: Hva er hatprat, og hva kan du gjøre med det?» Barne- og likestillingsdepartementet. U.Å.
- Botnen, T. «ÅK: 2022, Ungdomsundersøkelsen.» Upublisert Powerpointpresentasjon. NHO. 2022.
- Council of Europe, «Where do you stand?», 19.05.2023. <https://www.coe.int/en/web/compass/where-do-you-stand->
- Europarådet. «Kompetanse i demokratisk kultur. Å leve sammen som likeverdige i kulturelt mangfoldige demokratiske samfunn.» Upublisert sammen- drag. Council of Europe. 2016.
- Europarådet. «Å undervise i kontroversielle tema.» Upublisert ressurshefte. Utdanningsdirektoratet. 2017.
- Haugstvedt, Håvard. Bjørge, Tore. «Ungdom og ekstremisme i 2021: En studie av ungdommers vurdering av ekstremisme og forebygging i Norge.» Upublisert studie. Universitetet i Oslo. 2022.
- Jore, M. K. (Red.) *Kontroversielle, emosjonelle og sensitive tema i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget, 2022.
- Kallelid, Magnus. «Undersøkelse: flertall av unge ville satt demokratiet til side for en politiker de er enig med.» *Aftenposten, Politikk*. 27.01.2021, [<https://www.aftenposten.no/norge/politikk/i/g6va01/undersoe-kelse-flertall-av-unge-ville-satt-demokratiet-til-side-for-en-politiker-de-er-enig-med>]
- Keen, Ellie. Georgescu, Mara. *Bookmarks – En håndbok for forebygging av hatprat på nettet gjennom menneskerettighetslæring*. Oversatt av Silje Berggrav. Det Europeiske Wergelandssenteret, 2014.
- Kierulf, A., Gisle, J. (2021, 21. desember). *Ytringsfrihet i Store norske leksikon*. Hentet 20.01.2023 fra <https://snl.no/ytringsfrihet>
- Likestillings- og diskrimineringsombudet (2023). *Hatprat*. Hentet 20.01.2023 fra <https://www.ldo.no/ombudet-og-samfunnet/ombudets-arbeid/hatprat/>
- Living Democracy. «Exercise 3.4. – The balloon ride». 19.05.2023. <http://www.living-democracy.com/text-books/volume-6/chapter-3/exercise-4/>
- Medietilsynet. «“Man må ha tykk hud eller unngå å være på nettet” - en undersøkelse om unges erfaringer med hatefulle ytringer.» Medietilsynet. 2022.
- Nilstun, C. (2023). *Kontrovers* i Store norske leksikon på snl.no. Hentet 20.02.2023 fra <http://snl.no/kontrovers>
- Skeiv Ungdom. «Riv Gjerdene! Et normkritisk metode-materiell for antidiskriminerende arbeid.» Upublisert ressurshefte. Skeiv Ungdom.
- Store norske leksikon, «Demokrati», av Kjell-Olav Hovde, Palle Svensson, Dag Einar Thorsen, 02.03.2023, <http://snl.no/demokrati>
- The Economist. «Democracy Index 2021: The China Challenge» Upublisert rapport. The Economist Intelligence Unit Limited. 2022.
- The European Wergeland Centre. «Til deg som vil endre verden – et utvalg øvelser fra demokrativerkstedet på Utøya.» Upublisert oppgavehefte. The European Wergeland Centre.
- Ungdommens ytringsfrihetsråd «Hvordan står det til med ytringsfriheten». Upublisert rapport. Fritt Ord. 2021.



THE EUROPEAN
WERGELAND
CENTRE

