

# NORMSTORM

– Metodstöd

# Normstorm

---

Jönköpings kommun arbetar aktivt för att skapa en mer inkluderande, öppen, trygg och kreativ kommun. Detta arbete yttrar sig på flera olika sätt, bland annat genom det normkritiska och normkreativa projektet Normstorm. Projektet tar avstamp i ett pedagogiskt sammanhang och inbegriper skapandet av normkreativa bilder och konst, som ställs ut på offentliga platser.

Målgruppen för Normstorms pedagogiska delar är främst ungdomar på högstadiet och gymnasiet och projektet genomförs i en skolkontext. Delar av projektet har också utförts av elever på en folkhögskola. Det finns stora möjligheter att anpassa arbetet till andra målgrupper än skola.

Detta material kan fungera som ett metodstöd för er som vill arbeta praktiskt med Normstorms projektidé. Här finns tips på generella strategier och tillvägagångssätt för arbetet men också konkreta lektionsupplägg och övningar som kan bidra till normkritisk analys och normkreativ förändring på olika sätt. För den som vill Normstorma finns också ett inspirationsmaterial. Där beskrivs kärnan i arbetet med Normstorm.

Bilderna som används i det här inspirationsmaterialet och i metodstödet är skapade av ungdomar som medverkat i Normstorm under åren. Tack vare dem har vi fått en fantastisk bildbank att använda och inspireras av. Ett stort tack till elever och personal på Attarpskolan, Rosenlundsskolan, Junedalsskolan, Stadsgårdsskolan, Per Brahegymnasiet, June folkhögskola och Södra Vätterbygdens folkhögskola.

Verksamheter som vill arbeta utifrån Normstorms idé förbinder sig inte till att följa några bestämda ramar utan är fria att anpassa omfång, målgrupp, kontext eller uttrycksform utifrån sina förutsättningar. Använd gärna projektnamnet Normstorm följt av stad, ort eller t ex skola.

Lycka till!

## INTRODUKTION

<b>Innan ni börjar</b>	<b>4</b>
<b>Normer, normkritik och normkreativitet</b>	<b>6</b>
<b>Normkreativa strategier</b>	<b>8</b>
<b>Normkritisk pedagog</b>	<b>10</b>
<b>Allas ansvar</b>	<b>13</b>
<b>Framgångsfaktorer</b>	<b>14</b>
<b>Att använda materialet</b>	<b>16</b>
<b>Tips på andra material</b>	<b>17</b>

---

## ÖVNINGAR

- 1. Vad är en norm**
  - 2. Kartläggning av otrygga platser**
  - 3. Normer: Beroende av tid och plats**
  - 4. Normövning utifrån diskrimineringsgrunderna**
  - 5. Arbeta med tidigare normstormbilder**
  - 6. Normspaning**
  - 7. Hur normbrytande är jag?**
  - 8. Normkreativa kollage**
  - 9. Selfieskola med genustema**
  - 10. Ombytta roller**
  - 11. Skapa normkritiska foton och konst**
- Bilaga 1–4**
- Normstormbilder**
- Referenslista**

# Innan ni börjar

**Normstorm kan anpassas till olika behov och förutsättningar. Planera arbetet utifrån era specifika omständigheter och låt detta bestämma omfång, kontext, målgrupp och uttrycksform.**

## Kontext, omfång och samarbetspartners?

Hur kan ni genomföra Normstorm i er grupp, på er skola, i ert bostadsområde, i er kommun? Vilka vill/kan/behöver ni samarbeta med? Om arbetet ska genomföras i skolan: kan det göras ämnesövergripande eller ska det vara knutet till ett enskilt ämne?

Det går bra att genomföra arbetet som enskild pedagog eller ledare men samarbete och kontinuitet har varit framgångsfaktorer i arbetet med Normstorm i Jönköping.

## Kreativt moment?

En central del i Normstorm är att ungdomar med hjälp av normkritiska diskussioner och analyser tar del av, och skapar, normkreativa bilder och konst. Det är inte nödvändigt att genomföra det kreativa momentet, d v s att själva skapa bilder eller konst, men genom detestetiska skapandet ger man deltagarna en viktig möjlighet att uttrycka sina tankar och göra sina röster hörda. Om inte förutsättningar finns att genomföra ett kreativt moment så kan befintliga bilder som utgångspunkt i arbetet räcka långt.

## Offentlig utställning?

En annan fråga att ta ställning till är önskan om en mottagare – det vill säga om arbetet ska mynna ut i en offentlig utställning i någon form. Vår erfarenhet är att det är viktigt med en verklig mottagare om man genomför ett kreativt moment, oavsett om det är i matsalen eller i en konsthall. En bärande del av Normstorms idé är att ge unga en röst ut i samhället, en chans att beröra och påverka andra, upptäcka nya perspektiv och skapa nya möjligheter.

## Utrustning, upphovsrätt och medgivande av vårdnadshavare

Om man ska kunna förstora upp foton ställer det krav på kameran. Se till att ni har rätt utrustning och att bilderna håller tillräckligt hög kvalitet. Om ni vill trycka och sprida bilderna behövs det ett godkännande av fotografen. Kan man identifiera personer behövs också ett skriftligt medgivande från den som är med på bilden (av vårdnadshavare om personen är under femton år). Se till att kolla upp vad som gäller hos er och hur detta skall genomföras praktiskt.

Innan ni  
börjar



Bild:  
Moa Kemi Vidriksson

# Normer, normkritik och normkreativitet

## Normer

En norm brukar beteckna det ”normala”, ofta outtalat godtagbara, beteendet i en social grupp. Normer kan ses som oskrivna regler och osynliga ramar som reglerar exempelvis hur vi ska bete oss i mataffären, stå i kö eller hur vi ska hälsa på varandra. Normer är på detta sätt möjliggörande och behövs i samhället. Men det finns också normer som kan begränsa människors handlingsutrymme och leda fram till diskriminering och kränkningar.

Normer hänger även ihop med värderingar runt vad som anses vara ”rätt” och ”bra”. Genom att urskilja vad som anses vara ”rätt” pekar normerna mot det som inte är önskvärt eller det som anses vara ”fel”. I gränsdragningen mellan vad som är innanför och vad som är utanför normen skapas idén om ”den andre”, den som är normavvikare. På detta sätt skapar normer maktsystem som utesluter vissa och innesluter andra. Normer kan därför leda till att enskilda personer eller grupper utesluts eller marginaliseras.

## Normkritik

Normkritik är ett samlingsbegrepp för teorier, metoder och verktyg som förskjuter perspektivet från att fokusera på avvikare från normen, till att belysa den norm som tas för given.

I ett normkritiskt arbete är utgångspunkten att det är de rådande normerna och inte den, eller de grupper, som utsätts för diskriminering och kränkningar som är problemet. På det sättet ses problematiken utifrån ett helhetsperspektiv och detta möjliggör förändring på en större skala.

En normkritisk analys sätter fokus på norm och makt och synliggör begränsande normer som påverkar hur vi människor förväntas vara, agera och drömma baserat på t ex hudfärg, socioekonomisk tillhörighet, sexualitet, funktionalitet och genus. På detta sätt kan vi synliggöra och ifrågasätta normer som påverkar individers möjlighet till makt och handlingsutrymme.

## Intersektionalitet

För att förstå hur normer begränsar och leder fram till diskriminering behöver vi förstå hur olika maktsystem samverkar och förstärker varandra. För att synliggöra detta används det teoretiska begreppet intersektionalitet eller ett så kallat intersektionellt perspektiv. Genom att sätta fokus på hur normer kring exempelvis kön påverkar och samspelar med normer kring hudfärg, etnicitet, socioekonomisk tillhörighet eller funktionalitet fördjupas den normkritiska analysen som skall ligga till grund för förändring.

## Normkritisk pedagogik och toleransperspektiv

År 2010 publicerades antologin *Normkritisk pedagogik – Makt, lärande och strategi för förändring*. Boken kom att ha stort inflytande på utvecklingen av likabehandlingsarbetet i förskolor och skolor men också andra organisationer.

Den normkritiska pedagogiken utformades i motsats till det som kallas ett toleransperspektiv. Toleransens syfte är att skapa förståelse och empati för människor som utsätts för diskriminering eftersom de befinner sig utanför normen. Målet är att ”vi” ska lära oss att tolerera och acceptera ”dem” som inte passar in istället för att diskutera hur normer skapar detta innanför och utanför.

En felaktig bild av normkritisk pedagogik är att den har en slutpunkt, den upplysta positionen och tillståndet. Det blir bara ett annat sätt att utöva makt. Istället behöver pedagogen vara i utforskande och förändrande processer och därmed lära med de som befinner sig i den pedagogiska situationen

Den normkritiska pedagogiken ger verktyg att inom förskola och skola granska normer

och föreställningar som finns i förskolans och skolans lärmiljö som begränsar handlingsutrymme och osynliggör och marginaliserar vissa barn och elever medan andra gynnas. Genom att sätta fokus på hur normalitet skapas i förskolan och skolan kan vi på ett medvetet sätt förändra så att alla kan känna sig erkända, berörda av aktiviteten/undervisningen och få utrymme att vara som de vill. Normkritisk pedagogik är därför ett bra verktyg för att kritiskt granska utveckling av en verksamhetsinriktning, skapa likvärdighet och mer inkluderande lärmiljöer.

## Normkreativitet

Begreppet normkreativitet tar den normkritiska analysen vidare in i ett kreativt (om)skapande. Normkreativitet kan ses som förändringsprocessen som efter den normkritiska analysen skapar nya, mer inkluderande, handlingsmönster och tankesätt.

Begreppet normkreativitet kan appliceras på elevernas arbetsprocess inom Normstorm eftersom arbetet går ut på att skapa något nytt och normbrytande som kan förändra. Men den normkreativa processen är också viktig i pedagogens arbete. Normkreativa sätt att agera och bemöta andra på utmanar diskriminerande och begränsande normer och skapar mer inkludering.

Om normkritiken hjälper oss att synliggöra hur vi kanske inte vill ha det hjälper normkreativiteten oss att undersöka, och öva på, vad vi vill ha istället. Med hjälp av normkreativa strategier kan vi på så vis bidra till förändring i det lilla.

# Normkreativa strategier

Det finns olika strategier för ett normkritiskt och normkreativt arbete. Det behövs riktade satsningar och konkreta aktiviteter för att kunna driva ett målinriktat förändringsarbete. Det är också viktigt att arbetet införlivas i den dagliga pedagogiska praktiken. I alla förändringsprocesser är det givande med kollegialt lärande och samarbete. För att arbetet skall bli trovärdigt är det bra om det finns en samsyn i personalen, ett gemensamt ansvar och att arbetet fördelas och sprids ut mellan ämnena. Det är fruktbart att ha ett prestigelöst och ödmjukt förhållningsätt till varandra och skapa utrymme för samtal och lärande kollegor emellan, och kanske viktigast av allt, tillsammans med eleverna.

## Riktade satsningar

Ett sätt är att arbeta med riktade satsningar såsom exempelvis fördjupade utvärderingar, kartläggningar och analyser, utbildningar, föreläsningar, projekt eller temaarbeten. Riktade satsningar är bra för att sätta igång förändringsprocesser, öppna upp för att tänka och göra på nya sätt, samt sätta värdegrundsfrågan på agendan, både bland personal och elever. Normstorms olika steg kan ses som en riktad satsning som innefattar flertalet av ovanstående komponenter.

## En normkritisk pedagogisk praktik

Under tiden som det genomförs en riktad satsning, och kanske framförallt efter att satsningen är genomförd, är det viktigt att få in ett normkritiskt och normkreativt förhållningssätt i den dagliga pedagogiska praktiken. Det kan handla om val kring undervisningens innehåll, socialt bemötande och fysisk miljö. Detta är en process som aldrig blir klar och som behöver underhållas hela tiden.







# Normkritisk pedagog – med självreflektion, misstagsmöjligheter och mikrohandlingar

Den normkritiska pedagogiken får konsekvenser för de val som görs gällande undervisningens innehåll, sociala bemötande och fysiska miljö. Den kan exempelvis påverka hur stolar placeras, vilka samtalsmetoder som används, vilka texter som läses och vilka bilder som visas. Normkritisk pedagogik måste tillämpas i båda delarna av pedagogens dubbla uppdrag: det socialiserande och det undervisande, men även i den fysiska miljö där detta uppdrag genomförs.

## Självreflektion

Den normkritiska pedagogen behöver alltid utgå ifrån självreflektion och ett undersökande förhållningssätt. Vad är det jag förutsätter nu och vad är det jag förbiser? En normkreativ pedagog behöver vara intresserad av den egna positionen i förhållande till olika normer eftersom den hela tiden påverkar de val som görs i varje pedagogiskt ögonblick. Självreflektion ger möjlighet att hela tiden utveckla den pedagogiska praktiken i en mer inkluderande riktning.

## Misstagsmöjligheterna

I denna självreflektiva process är misstagsmöjligheterna en viktig resurs. Det kommer att uppstå situationer där den normkritiska pedagogen inser att den gör normerande handlingar, eller så kommer andra uppmärksamma detta. Detta är en förutsättning, dessa misstag är en utvecklingsmöjlighet, och ger chansen att lära om. Därför behöver den normkritiska pedagogen ett ödmjukt och prestigelöst förhållningssätt i relation både till sig själv och till gruppen som leds för att en normkreativ förändring ska kunna ske.

## Mikrohandlingar

För att omsätta en normkritisk pedagogik i praktiken så är mikrohandlingar ett viktigt verktyg. Mikrohandlingar innebär små förskjutningar och förändringar i vilka ord som används, kroppsliga reaktioner, följdfrågors formuleringar och vilka skämt som skrattas åt, eller inte. Det är en ständigt pågående process, och nyckeln till förändring är att se och förstå dessa handlingar och göra aktiva val kring dem. Dessa mikrohandlingar behöver finnas med i alla pedagogiska situationer. Risken är annars att arbetet med normer och normkritiska analyser av eleverna uppfattas som att ”göra det läraren förväntar sig” snarare än att på riktigt utveckla och förändra sitt tänkande och förhållningssätt.

### Här kan du läsa mer:

*bjorkmanspedagogiska.se*

### Misstagsmöjligheter

**Lotta Björkman**

*Normkritisk pedagogik – perspektiv, utmaningar och möjligheter*

**(Darj & Bromseth, 2019).**

### Mikrohandlingar

*Fotboll för alla* **(Björkman & Malmborg, 2014).**



SMART  
BEAUTIFUL

INDEPENDENT

STRONG  
PRETTY

# Allas ansvar

Det finns stora fördelar med att genomföra Normstorm ämnesövergripande och integrerat i den ordinarie undervisningen, i samverkan inom exempelvis ett arbetslag eller en årskurs - eller som del av det ordinarie värdegrundsarbetet. Arbete med normer och värden är viktiga delar i läroplanen för grundskolan och gymnasieskolan, och det finns ingångar i så gott som alla ämnen.

## Ett förhållningssätt i vardagen

En av utmaningarna med allt värdegrundsarbete är att se det som ett förhållningssätt i vardagen och en del av den ordinarie undervisningen, inte bara något som ligger vid sidan om eller som flyter ovanpå. Såväl lärare som elever vittnar om att arbete med normer och värden är något som man kan och bör arbeta mer med i skolan. Elever uttrycker att lärarna generellt borde ha mer kunskaper, det höjs röster om att det borde vara ett eget ämne och det finns skolor som anställer värdegrundspedagoger för att utveckla arbetet. Normstorm är ett bra verktyg för att arbeta med det övergripande värdegrundsuppdraget.

## Normstorm i alla ämnen

Det kan ligga nära till hands att se Normstorm som en angelägenhet enbart för ämnena bild, media och samhällskunskap. En titt i läroplanens kursplaner visar dock att det finns ingångar i nästan alla ämnen. Att arbeta utifrån olika aspekter berikar, fördjupar och utvecklar arbetet samtidigt som det är ett verktyg i kvalitetsarbete och i att uppfylla ämnenas kunskapskrav.

Här följer några exempel från läroplanen 2022 för åk 7–9.

- Hem- och konsumentkunskap **Undervisningen ska bidra till att eleverna utvecklar kunskaper om och ges möjligheter att reflektera över normer, jämställdhet och arbetsfördelning i hemmet.**
- Idrott och hälsa **Kroppsideal och normer inom olika rörelsekulturer. Hur de påverkar individers möjligheter till deltagande i olika aktiviteter.**
- Biologi **sexualitet och identitet samt frågor om relationer, kärlek, ansvar, samtycke och ömsesidighet**
- Svenska/ Svenska som andraspråk **Undervisningen ska bidra till att eleverna får förståelse för att sättet man kommunicerar på kan få konsekvenser för en själv och för andra människor. Därigenom ska eleverna ges förutsättningar att ta ansvar för det egna språkbruket i olika sammanhang och medier.**

# Framgångsfaktorer

## Gemensam verktyglåda

Innan arbetet kommer igång är det bra att definiera och förklara begrepp, som till exempel vad är en norm? Man kan diskutera definitionen tillsammans med gruppen: vad innebär normer och hur kan de vara både positiva och begränsande? Det är också bra att prata om diskrimineringslagen som reglerar människors rättigheter och att normer kan kopplas till att diskriminering, trakasserier och kränkningar uppstår. Arbetet och efterföljande diskussioner blir enklare om det finns en gemensam begreppsförklaring och verktyglåda.

## Trygghetsskapande

Normer väcker känslor. Det finns en risk att maktrelationer förstärks och ger upphov till trakasserier när människor uttrycker vad de känner och tänker. Alla måste kunna vara trygga och göra sin röst hörd. Det är därför bra att sätta upp regler för samtal och diskussioner och att tänka igenom exempelvis grupp sammansättning och gruppstorlek för att skapa trygghet och goda förutsättningar för ett lyckat genomförande.

Att ställa sig frågor om vad som anses normalt eller onormalt i den specifika gruppen, tänka kring vem eller vilka som sätter reglerna för vilka åsikter som är okej, samt reflektera över om det finns individer som kan känna sig utpekade eller särbehandlade under arbetets gång, möjliggör ett bättre genomförande.

## Elevers delaktighet

För ett lyckat arbete krävs inte bara teorier utan även ett intresse och en delaktighet från eleverna. I arbetet är det lätt att pedagoger eller andra vuxna för bestämt styr eleverna till ”bättre” värderingar genom överföring av ”rätt” normer. Att vuxennormen tar över och definierar och att ungdomsnormen blir undantaget som får anpassa sig och ge vika. Inkluderas inte eleverna i problemformuleringen kan de göra motstånd om arbetet är för planerat och styrt av de vuxna. Är eleverna delaktiga i planeringen och genomförandet bidrar detta till en bättre implementering.

Som pedagog gäller det att tydligt hålla fast vid uppdraget men samtidigt ta elevernas reaktioner på allvar och fundera på vad eventuellt motstånd kan vara uttryck för, samt ta hänsyn till detta i utformningen av det vidare arbetet. Vår erfarenhet är att detta tar tid vilket är ytterligare ett skäl till att arbeta integrerat och långsiktigt med dessa frågor.

## Att vägleda genom krisen

När vi lär människor att sättet vi tänker och gör saker på kan vara förtryckande måste vi förvänta oss att både elever och pedagoger kan bli upprörda. När en förutfattad sanning ifrågasätts uppstår ofta en kris. Forskaren och läraren Kevin Kumaschiro, vars analys ligger till grund för mycket av den normkritiska pedagogiken i Sverige idag, menar att det är genom denna kris som ny kunskap kan skapas. Att hantera och vägleda eleverna genom krisen blir pedagogens uppgift och ansvar.







**B**

Julia Johansson

# Att använda materialet

## Övningarnas upplägg

Övningarna är indelade i fyra kategorier:

-  Förberedande övningar
-  Att upptäcka normen
-  Att förändra normen (fotoövningar)
-  Att skapa normkreativt

**Övningarna i detta material har tagits fram i samarbete med:**

**Tomas "Genusfotografen" Gunnarsson**  
*genusfotografen.se* och **Lotta Björkman**  
*bjorkmanspedagogiska.se*

Man kan välja de övningar som passar gruppens förkunskaper och behov, eller följa den stegrande ordningen och välja minst en övning i varje kategori. Övningarna används med fördel i kombination med bilder och övningar ur materialen som beskrivs på nästa sida.

## Arbetsmaterial och bilagor

Den första sidan i övningarna är till för den som leder arbetet. Den andra kan kopieras och användas som stöd eller underlag för deltagarna. Till en del av övningarna finns bilagor med utskrivbart material, vilket anges i övningens beskrivning. Bilagorna hittas efter övning 11. De foton som kan skrivas ut är skapade av ungdomar i samband med Normstorm, och bör hanteras så att de inte riskerar att spridas på ett negativt sätt.



# Tips på andra material

Tips på bra metodmaterial och andra material som ger verktyg att arbeta normkritiskt och med normkreativ bild, i projektets olika faser, presenteras nedan och i anslutning till övningarna. Det finns också en referenslista med tips på mer läsning och teoretisk fördjupning direkt efter övningarna.

**Schyst! – inspirationskälla till jämlik kommunikation.**

Region Värmland.  
[regionvarmland.se](http://regionvarmland.se)

**Bilder som förändrar världen – En bildhandbok.**

Tomas ”Genusfotografen” Gunnarsson och Gävle kommun.  
[gavle.se](http://gavle.se)

**Genusfotografen och Wikimedias normkritiska anatomi- och underklädesbilder.**

[wikimedia.org](http://wikimedia.org)  
[genusfotografen.se](http://genusfotografen.se)

**Propaganda & bilders makt samt Könsnormer i bildspråket.**

Statens medieråd.  
[statensmedierad.se](http://statensmedierad.se)

**Omöjliga kroppar: Om skönhetsideal, mode och genus – Ett bildmaterial som visar hur kroppsidealet förändras över tid.**

Nationalmuseum.  
[nationalmuseum.se](http://nationalmuseum.se)

**Bilders Makt – En kunskapsbank om rasistiska stereotyper.**

Mångkulturellt centrum.  
[bildersmakt.se](http://bildersmakt.se)

**Machofabriken – Ett kreativt redskap för att arbeta med unga runt jämställdhet.** Unizon, ROKS och Män för Jämställdhet.

[machofabriken.se](http://machofabriken.se)

**BRYT! – Ett metodmaterial för den som vill arbeta med antidiskriminering och likabehandling på skola eller inom organisation.**

RFSL Ungdom och Forum för levande historia.  
[levandehistoria.se](http://levandehistoria.se)

Bild:  
Rickard Dighammar



h

r

## ÖVNINGAR

Förberedande övningar

- 1. Vad är en norm**
- 2. Kartläggning av otrygga platser**
- 3. Normer: Beroende av tid och plats**
- 4. Normövning utifrån diskrimineringsgrunderna**
- 5. Arbeta med tidigare normstormbilder**

Att upptäcka normen

- 6. Normspaning**
- 7. Hur normbrytande är jag?**
- 8. Normkreativa kollage**

Att förändra normer (fotoövningar)

- 9. Selfieskola med genustema**
- 10. Ombytta roller**

Att skapa normkreativt

- 11. Skapa normkreativa foton och konst**

# 1. Vad är en norm?

**Tid:** 30–60 minuter.

**Syfte & mål** Introducera och förklara normbegreppet och diskrimineringsgrunderna.

## Tänk på att

Det är viktigt att skapa förutsättningar för ett respektfullt samtal och ett tryggt klimat. Normer väcker känslor men hur gör man om någon ger uttryck för fördomar och kränkande kommentarer? Det är ledaren som sätter tonen för samtalet och som också ska stoppa om det spårar ur. Det är problematiseringen som är det viktiga, inte att få uttrycka sina åsikter helt fritt om de är diskriminerande. Ledaren behöver vara beredd att sätta gränser, ”bolla tillbaka” och ställa frågor i stil med ”hur tänker du nu?”

## Introduktion till övningen

Förutom lagar behövs det regler och normer i samhället för att allt ska fungera smidigt. Som att stå i kö eller hur vi ska hälsa på varandra. Det är demokratiserande normer som hjälper oss att leva tillsammans, som kan ge trygghet och makt att delta på samma villkor. Men det finns också normer som begränsar och diskriminerar. Som påverkar hur vi människor förväntas vara, agera och drömma baserat på hur vi ser ut, vår sexualitet, funktionalitet eller vårt kön. Begränsande normer kan ge andra människor makt över våra möjligheter och rättigheter. Diskrimineringslagen reglerar människors rättigheter i sju diskrimineringsgrunder. Vi har valt att även lägga till kropp och socioekonomisk tillhörighet.

## Genomförande

När man börjar med Normstormarbetet bör man försäkra sig om att alla vet vad en norm är, samt att det finns en diskrimineringslag som reglerar människors rättigheter. Diskutera tillsammans, ta fram exempel på normer som möjliggör och normer som begränsar. Poängtera att det är de begränsande normerna vi behöver arbeta med. Gå igenom och diskutera diskrimineringsgrunderna. Kropp och socioekonomi är i nuläget inte diskrimineringsgrunder. Borde de vara det? Diskutera!

### Tips!

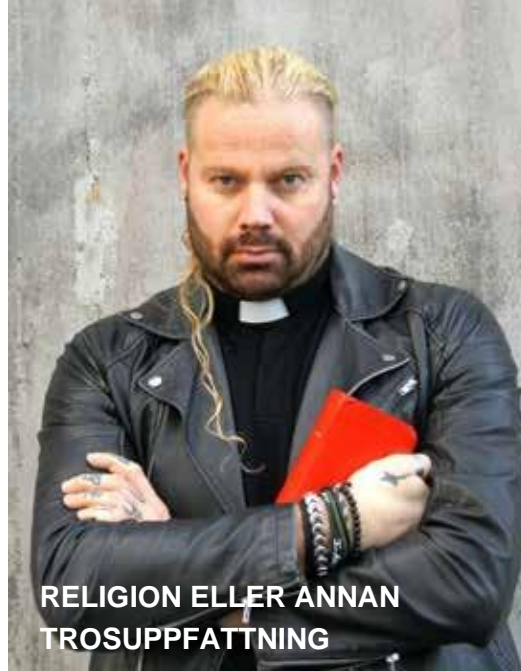
**Här kan du hitta bra övningar för att introducera normbegreppet:**

- *Bryt!*
- *DOharen* lättläst version av diskrimineringsgrunderna.

## Normstorm – Metodstöd



KÖN



RELIGION ELLER ANNAN TROSUPPFATTNING

# Diskriminerings- grunderna + kropp & socioekonomi illustrerade i Normstormbilder



KROPP



KÖNSÖVERSKRIDANDE IDENTITET ELLER UTTRYCK



ETNISK TILLHÖRIGHET



ÅLDER



SEXUELL LÄGGNING



SOCIOEKONOMISK TILLHÖRIGHET



FUNKTIONSNEDSÄTTNING

# 2. Kartläggning av otrygga platser

<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mobiler eller kameror.</b></li> <li>• <b>En mailadress eller gemensam plats dit gruppen kan skicka in eller ladda upp sina bilder.</b></li> <li>• <b>Eventuellt karta över byggnaden/området.</b></li> </ul>
<b>Tid:</b>	<b>30–60 minuter.</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Kartlägga och diskutera otrygga platser och kränkande beteende.</b>

## Tänk på att

Det kan vara känsligt att visa/berätta om man personligen känner sig utsatt. Kanske är det någon i gruppen som utsätter andra? Anpassa inriktning och redovisningsform efter gruppklimat och situation. Individuell/anonym inlämning till gruppleadaren som sammanfattar resultatet kan vara ett sätt att göra allas röster hörda.

## Introduktion till övningen

Ett sätt att kartlägga otrygga platser, kränkande ord och handlingar, är att gradera och fotografera platser i, och i anslutning till, verksamhetens lokaler. Graderingen sker utifrån var man känner sig mest/minst trygg, alternativt där det förekommer mest/minst kränkande ord och handlingar. Använd bilderna som underlag för diskussion och samtal. Är det ett tillåtande eller begränsande klimat? Om det förekommer kränkande ord och handlingar, vad är det då som sägs eller görs? Lösningar?

## Genomförande

Ge deltagarna tid att gå runt i lokalerna och gradera och fotografera otrygga platser. En variant är också att ge alla en karta över skolan och låta dem markera individuellt.

Grönt= tryggt, gult= mindre tryggt, rött= otryggt.

Ladda upp deltagarnas bilder och använd dem som underlag för diskussion och samtal. Är det ett tillåtande eller begränsande klimat? Om det förekommer kränkande ord och handlingar, vad är det då som sägs eller görs? Lösningar?

### Tips!

**Det finns många andra arenor än just verksamhetens fysiska lokaler som kan kännas otrygga och där kränkningar sker. Lyft gärna hur sociala medier, mobiltelefoner och andra digitala plattformar kan bidra till att skapa otrygghet samt diskutera hur dessa medier påverkar oss.**



### Steg 1

I den här övningen ska ni fotografera platser i och omkring skolan som känns trygga, mindre trygga och otrygga. Det kan handla om platser där man hör kränkningar, där det är stökigt och bråkigt eller där det finns få vuxna. Det behöver inte vara platser där du personligen känner dig utsatt eller otrygg.

### Steg 2

Ladda upp eller skicka in bilderna till övningsledaren. Berätta varför du/ni tagit just dessa bilder. Diskutera tillsammans och försök hitta lösningar på eventuella problem. Fortsätt diskussionen kring trygg/otrygg på nätet.



# 3. Normer: Beroende av tid och plats

<b>Material</b>	• <b>Normstormbilder (se bilaga), reklambilder, konstbilder eller andra lämpliga bilder.</b>
<b>Tid:</b>	<b>30–60 minuter.</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Att belysa och skapa förståelse för att normer förändras över tid och är beroende av kontext.</b>

## Tänk på att

I gruppen kan det finnas olika erfarenheter vilket är en bra utgångspunkt för diskussion. Ge alla möjlighet att komma till tals, ställ gärna inkluderande frågor men tänk på att inte exotifiera eller peka ut någon.

## Introduktion till övningen

Normer förändras, och ser olika ut i olika tider och på olika platser. Normer för hur man hälsar, äter eller sitter kan till exempel skilja sig åt, och olika grupper inom ett sammanhang kan ha olika normer.

Visste du att det på många håll i västvärlden strax innan 1:a världskriget ansågs passande för unga flickor att bära blått och att rött och rosa var en manlig färg? Att man klädde små pojkar och flickor könsneutralt i Sverige, och i många andra länder? På många platser i världen har man räknat med fler än två kön i århundranden, och att Nepal och Sydafrika var först med att införa ett tredje kön juridiskt?

## Genomförande

Uppgiften går ut på att analysera hur normer kan se olika ut i olika kontexter. Diskutera, och ta tillsammans upp några exempel på hur t.ex. kropps-, kvinno-, och mansideal har förändrats över tid, hur normer kan skilja sig åt mellan olika länder, subgrupper, storstad/ landsbygd, socioekonomisk tillhörighet, åldrar etc.

### Tips!

- **Omöjliga kroppar: Om skönhetsideal, mode och genus. Ett bildmaterial som visar hur kroppsidealet förändras över tid. Nationalmuseum.**
- **Genusfotografen och Wikimedias normkritiska anatomi- och underklädesbilder.**
- **Bilders makt. En kunskapsbank om rasistiska stereotyper. Mångkulturellt centrum.**
- **Jo B. Paolettis bok Pink and Blue: Telling the Girls From the Boys in America.**

### Övning 3



Lägg ut bilderna på bordet. Fundera över följande och sammanfatta och diskutera era svar:

- Vilka normer speglas i bilden?
- Hur har normen förändrats på 100 år? Skiljer normen sig mellan olika platser och grupper?
- Hur tror ni att normen kommer att se ut 100 år framåt i tiden?



Franklin D Roosevelt, 2 år  
USA:s president 1933–1945



Bild:  
Bettmann/Corbis

# 4. Normövning utifrån diskrimineringsgrunderna

<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bilaga 3 – Normlappar.</b></li> <li>• <b>Normstormbilder (se bilaga).</b></li> </ul>
<b>Tid:</b>	<b>30–80 minuter.</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Introducera och förklara normbegreppet, samt att synliggöra normer, deras konsekvenser och makt.</b>

## Tänk på att

Det är viktigt att skapa förutsättningar för ett respektfullt samtal och ett tryggt klimat. Normer väcker känslor men hur gör man om någon ger uttryck för

fördomar och kränkande kommentarer? Det är ledaren som sätter tonen för samtalet och som också ska stoppa om det spårar ur. Det är problematiseringen som är det viktiga, inte att få uttrycka sina åsikter helt fritt om de är diskriminerande. Ledaren behöver vara beredd att sätta gränser, ”bolla tillbaka” och ställa frågor i stil med ”hur tänker du nu.”

## Introduktion till övningen

Att arbeta normkritiskt är att ifrågasätta det normativa, att synliggöra normerna, deras konsekvenser och makt. Den här övningen hjälper till att reda ut begreppen och kan också fungera som en kartläggning över vilka normer en grupp, skola eller arbetsplats behöver jobba med för att skapa en inkluderande miljö.

## Genomförande

Här ska man diskutera normbegrepp och normer. Dela in deltagarna i mindre grupper, 4–6 p. Fördela en uppsättning med normlappar och normstormbilder till varje grupp. Låt deltagarna analysera och diskutera enligt instruktionerna på nästa

sida. Gå runt och lyssna på grupperna och uppmärksamma vad de kommer fram till, eller om det finns möjlighet, placera en gruppledare i varje grupp. Känns det mycket att börja med alla normlapparna? Välj ut några stycken att diskutera kring och välj ut bilder som passar med dessa.

### Tips!

**Uppmärksamma svårigheten med att identifiera en norm som den ”rätta” därför att normerna samverkar och tar sig olika uttryck. Koppla gärna detta till ett intersektionellt perspektiv.**

**Påpeka också att normerna är tätt sammankopplade. Exempelvis skapar normer kring femininitet, maskulinitet, sexualitet och könsuttryck tillsammans det ”normala”.**

## Steg 1

Lägg ut lapparna med olika normer på bordet. Diskutera tillsammans vad de kan tänkas betyda och resonera utifrån begreppen vad som är norm i ert sammanhang. Är det några normer ni tycker är svåra, lägg de lapparna åt sidan så länge. Saknar ni någon norm kan ni skriva egna på de tomma lapparna.

Använd gärna följande frågor som stöd:

- Hur stark är normen/normerna?
- Finns det många som bryter mot normen/normerna?
- Vilka konsekvenser kan normen/normerna få? För de som lever upp till normen och för de som inte lever upp till normen?
- Kan normen kopplas till någon av diskrimineringsgrunderna?

## Steg 2

Lägg ut bilderna på bordet. Försök para ihop bilderna med normerna som står på lapparna (det finns inte bara ett rätt). Motivera ert val med följande frågor som stöd.

- Varför tycker ni att bilden skildrar just den normen?
- Vad tror ni är bildens budskap?



# 5. Arbeta med tidigare normstormbilder

<b>Material</b>	• <b>Normstormbilder (se bilaga).</b>
<b>Tid:</b>	<b>Från 10–15 minuter (eller längre beroende på upplägg).</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Att synliggöra, problematisera och analysera begränsande normer.</b>

## Tänk på att

Denna övning kan riskera att landa i enbart ett ”tyckande”. Pedagoger behöver ha koll på vart hen vill med övningen för att kunna ställa stöttande och handledande frågor som kopplar till normdiskussionen och förståelsen.

## Introduktion till övningen

Eftersom bilderna som skapats inom Normstorm synliggör och problematiserar begränsande normer fungerar de utmärkt som underlag för analys och diskussion. Den här övningen bygger på analys av redan existerande Normstormbilder.

## Genomförande

Låt deltagarna välja ut en eller flera bilder som de vill analysera och låt dem svara på analysfrågorna muntligt, skriftligt eller både och. Alternativt visa en bild för gruppen som de får tänka kring som start på en lektion, en inledning till diskussion eller som en kortare individuell övning.

## Övning 5



**Välj ut en eller flera bilder som du vill analysera och svara sedan på följande frågor:**

- Varför har du valt just den här bilden?
- Vad var din första tanke när du såg bilden?
- Vilken norm utmanar bilden? Motivera varför du tycker så.
- Finns det flera sätt att utmana den här normen på?
- Vad tror du att personen som gjort bilden vill säga med sin bild?
- Går den att tolka på olika sätt?

# 6. Normspaning

## Material • Mobiler eller kameror.

- **En mailadress eller gemensam plats dit gruppen kan skicka in eller ladda upp sina bilder.**

**Tid:** 2–3 timmar.

## Syfte & mål

**Övningen går ut på att deltagarna själva ska upptäcka vilka normer, ideal och stereotyper vi möts av i bilder i det offentliga rummet. Deltagarna får själva sätta ord på vad bilder som vi möts av varje dag säger oss om vad som är normalt och önskvärt.**

## Tänk på att

Planera hur övningen ska genomföras. Går hela gruppen iväg tillsammans med gruppleddaren eller sker arbetet i mindre grupper, i så fall, hur delas dessa grupper in? Övningen kan genomföras individuellt, eventuellt som en hemuppgift om det passar gruppens förutsättningar bättre.

## Introduktion till övningen

Om man har på sig normkritiska glasögon kan man inte ta många steg på stan utan att mötas av könsstereotypa och normativa bilder, skyltar, texter, symboler. Bilder som säger oss hur man ska vara, klä sig och vad man ska ägna sig åt för att vara en "normal", lyckad eller sexig kille, tjej, kvinna eller man. Budskap om vad som är en normal familj, en normal kropp, ett normalt kärlekspar, vem som är en typisk svensk och vem som ska ägna sig åt vad baseras exempelvis på ålder, kön och etnicitet.

## Genomförande

I den här övningen ska deltagarna själva undersöka och fotografera det normativa i det offentliga rummet.

Låt deltagarna ta del av instruktionerna på nästa sida och gör en normspaning på stan.

Bilderna presenteras sedan för hela gruppen. Diskutera utifrån frågorna hur normer, ideal och stereotyper speglas i samhället och hur det kan påverka oss.

## Viktigt!

I flera av övningarna förekommer ordparen "kvinnor och män", "tjejer och killar". Uppmärksamma att det också finns personer som är ickebinära – som identifierar sig mellan, bortom eller med båda könskategorierna kvinna/man. Att säga "kvinnor och män" kan vara ett sätt att cementera tvåkönsnormen, när man istället kan skriva "kvinnor, män och ickebinära". Samtidigt är det viktigt att kunna prata om kvinnor och män, "kvinnligt" och "manligt" för att kunna analysera genus i bildflödet i media och reklam.

## Steg 1

I den här övningen ska ni ge er ut och fotografera bilder, symboler eller miljöer i det offentliga rummet där ni tycker att det finns budskap, förväntningar och fördomar om genus eller andra normer. Det kan röra sig om annonser, affischer, produktförpackningar, bokomslag, grattiskort, skyltar, statyer, byggnader. Det kan vara lite vad som helst där du tycker dig se en norm, ett könsstereotyp budskap eller – för den delen – en normbrytande bild. Fotografera något som får dig att tänka på genus, normer, jämställdhet, könsstereotyper eller ideal.



## Steg 2

Ladda upp eller skicka in bilderna till övningsledaren så att ni kan kolla på skörden från er normspaning tillsammans. Presentera bilderna individuellt eller gruppvis. Berätta vad som fick er att välja att ta just er bild och vad ni tycker att den säger om genus eller normer.

Frågor att tänka på när ni fotograferar och presenterar era bilder:

- Varför reagerade ni på det ni fotograferade?
- Vad känner ni när ni ser bilden?
- Vad tycker ni att den säger om olika normer?
- Finns det budskap som ni tror kan vara begränsande och hindrande?
- Finns det budskap om hur pojkar/flickor och kvinnor/män förväntas vara?
- Hur hade man kunnat ändra bilden för att göra den mer normbrytande?
- Hur hade man kunnat skriva en text till bilden som skulle göra den mer normbrytande och oväntad?
- Hur tror ni att bilden hade tolkats om man ändrat på modellen/modellernas kön, könsuttryck, sexualitet, etnicitet, funktionsförmåga, religion, ålder, kroppsstorlek, socioekonomisk tillhörighet, eller något annat?
- Hur tror ni att dessa bilder påverkar oss? Hur påverkar de oss som lever upp till normen och oss som inte lever upp till den?
- Vad tror ni den som skapat bilden/symbolen/föremålet du fotograferat vill säga med den?

## Fördjupningsfrågor

- Finns det personer som du inte alls kan hitta på bild på stan?
- Hur är det med samkönade par?
- Människor med olika hudfärg?
- Vad får äldre personer göra reklam för?
- Hittar du några personer med synliga funktionsnedsättningar på bild?
- Hur ser kvinnan och mannen som oftast får synas på reklambilder ut, och vad säger det om förväntningar och ideal kring hur kvinnor och män ska se ut, vara och bete sig?



# 7. Hur normbrytande är jag?

<b>Material</b>	• <b>Papper och penna för skrivuppgift och skissande.</b>
<b>Tid:</b>	<b>1–2 timmar.</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Få deltagarna att tänka på i vilka sammanhang och situationer man själv tillhör eller avviker från normen. Bli medveten om hur normer, fördomar och fördelar i samhället hänger ihop med diskrimineringsgrunderna. Skapa kompetens om hur normavvikelse kan kännas och få konsekvenser. Kompetens som kan "översättas" och skapa förståelse för andras upplevda normavvikelse.</b>

## Tänk på att

Deltagarna ska inte redovisa denna analys för någon,

detta är något man gör för sig själv. I eventuella diskussioner kring övningen väljer alla själva hur mycket och vad de vill dela med sig av till andra. Det är bra att ha en generell ingång så att ingen riskerar att avslöja mer än den känner sig bekväm med.

Övningen är inspirerad av Louise Anderssons *Teflontestet* beskrivet i boken *Normkritisk pedagogik – makt, lärande och strategier för förändring* (Darj & Bromseth, 2009).

## Introduktion till övningen

Det brukar sägas att en norm inte syns eller känns förrän den bryts. Särskilt osynliga brukar normer vara för den som lever upp till dem.

Att tillhöra normen brukar innebära att slippa bli ifrågasatt. Heterosexuella får sällan frågan om hur länge de vetat om att de är straighta, eller när de "kom ut" som hetero för sina föräldrar. Om du inte har någon funktionsnedsättning märker du sällan att det finns platser och informationskanaler som utgår från att man ska vara gående, seende och hörande, till exempel. Om man är vit kanske man inte reflekterar över hudfärg, eftersom

tex produkter med färgbeteckningen "hudfärg" brukar ha just den ljusbeigea hudtonen som matchar vita personers hud. Den som har vit hud i Sverige blir sällan påmind om sin hudfärg, eftersom det inte medför några nackdelar i samhället av att tillhöra gruppen vita.

## Genomförande

Här får deltagaren reflektera runt när hen tillhör eller avviker från normen genom att besvara frågorna på nästa sida. Ha gärna en diskussion runt övningen utifrån resonemanget i introduktionen. Hur kan man påverkas av att ofta vara norm respektive normbrytande?

**Använd frågorna för att ringa in eller upptäcka känslor, situationer eller minnen som har med normer att göra.**

### Steg 1

I den här övningen ska du tänka på i vilka sammanhang du är norm och i vilka sammanhang du är en normbrytare. I vilka sammanhang har du känt dig annorlunda och "onormal"? Har det varit positiva eller negativa erfarenheter? I vilka situationer sticker du inte alls ut, och vilka fördelar eller nackdelar har det? Vad har dessa situationer lärt dig, både på gott och ont?

Använd frågorna för att ringa in eller upptäcka känslor, situationer eller minnen som har med normer att göra:

- Beskriv en situation där du tänkt på din/ditt...
- Beskriv en fördel eller nackdel du har på grund av din/ditt...
- I vilka sammanhang har du tillhört eller avvikit från normen på grund av din/ditt...



<b>Kön</b>	<b>Religion</b>	<b>Socioekonomisk tillhörighet</b>
<b>Hudfärg/etnicitet</b>	<b>Sexuell läggning</b>	<b>Kropp</b>
<b>Funktionalitet</b>	<b>Ålder</b>	<b>Annan egenskap: _____</b>

### Steg 2

Hur skulle situationen, känslan, fördelen eller nackdelen kunna skildras?

Skissa på en foto-, konst- eller skrividé som skulle kunna beskriva den känslan, situationen eller minnet. Synliggör hur normer påverkar dig eller fångar känslan av att bryta mot eller leva upp till en norm.

# 8. Normkreativa kollage

<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidningar, magasin eller broschyrer i olika genrer.</li> <li>• Saxar, lim, pennor och A4- eller A3-papper.</li> <li>• Häftmassa eller något annat att sätta upp kollagen med.</li> </ul>
<b>Tid:</b>	<b>1–2 timmar.</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Att deltagarna får se vilka normer och stereotyper som råder i media och reklam och får tänka kring hur normer utifrån de sju diskrimineringsgrunderna hänger samman med synlighet och representation i media. De ges också en praktisk möjlighet att testa vad som händer när olika normer bryts, genom klipp &amp; klistrande av olika personer till nya sammanhang, nya rubriker, nya familjer, nya par och nya kroppar.</b>

## Tänk på att

Det är viktigt att övningen inte landar i att deltagarna skapar bilder av ”dem det är synd om” (toleransperspektiv) och att det gränsar till karikatyrer. Av denna anledning kan det återigen vara en idé att anlägga det intersektionella perspektivet (det vill säga hur normer kring exempelvis kön påverkar och samspelar med andra normer såsom hudfärg eller sexualitet) så att bilderna blir komplexa och inte stereotypa åt ”andra” hållet, dvs. schablonbilder av normavvikare.

## Introduktion till övningen

Vill man hitta ett ställe som kryllar av normer, överdrivna ideal och begränsande könsstereotyper finns det ett säkert ställe att titta på: tidningshyllan.

Oavsett om man hittar begränsande eller normpositiva exempel - sådana som bryter och ifrågasätter normer - är tidningar ett mycket bra underlag för reflektion och diskussion.

## Genomförande

Här ska deltagarna analysera mediabilder för att, i grupp eller individuellt, skapa normkreativa bilder och kollage. Låt deltagarna välja ett antal tidskrifter och utgå från instruktionerna på nästa sida. Bilderna/kollagen presenteras för hela gruppen.

## Steg 1

Analysera:

- Vilka personer, par, familjer, kroppar och uttryck får synas och ta plats i de olika tidningarna, och vilka saknas eller är väldigt svåra att hitta? Utgå från de sju diskrimineringsgrunderna + kropp och socioekonomisk tillhörighet.
- Vilka verkar tidningarna vända sig till?
- Vilka normer och ideal för hur kvinnor och män ska vara tycker ni att man kan se i tidningarna? Tycker ni att det finns budskap om vad som är en normal familj, kropp, hudfärg, funktionalitet, kärleksrelation, etc?
- Hittar ni några normbrytande bilder i tidningarna? Folk som lyfts fram just i egenskap av normbrytare, eller som bara finns där i egenskap av vilka människor som helst?
- Fundera på hur bilden hade upplevts eller tolkats olika beroende på modellernas kön, etnicitet, könsuttryck, funktionalitet, religion, ålder, etc.

## Steg 2

- Välj ut bilder ni tycker är normativa och stereotypa. Klipp, klistra och gör dem normkreativa istället!
- Ge personer, kroppar, ansikten och produkter nya sammanhang, nya rubriker och nya bildmiljöer att vandra runt i. Vänd upp och ner och ut och in på normerna.
- Kollaget kan också vara normkritiskt: det vill säga fokusera på och synliggöra normer inom en viss tidning. Vilka personer finns det väldigt många av? Vad framställs som normalt och neutralt? Vad tas för givet att läsaren kan känna igen sig i? Försök sätta fokus på och avslöja dessa normer i ert kollage.

## Steg 3

Presentera era kollage för hela gruppen. Använd följande frågor som stöd:

- Vilka bilder har ni använt till ert kollage?  
I vilka tidningar/annonser/broschyrer hittade ni dem?
- Varför valde ni just dessa bilder? Vilka normer, ideal och stereotyper tyckte ni att man kan se i dem?
- På vilka sätt ville ni utmana eller kritisera de normerna i kollaget ni skapat?
- På vilka sätt tycker ni att kollaget ni skapat känns som en ovanlig, normbrytande bild?

## 9.

# Selfieskola med genustema

## Material • Mobiltelefoner.

- **Bilaga 2–Selfieskola Duckface/Stoneface.**
- **En mailadress eller gemensam mapp som gruppen kan skicka in eller ladda upp sina bilder till.**

**Tid:** 1–2 timmar.

## Syfte & mål

**Att bredda diskussionen kring normer och genus till att inte bara prata om hur media och reklam påverkar oss, utan hur vi även deltar själva i att åter skapa och upprätthålla normer och ideal kring genus.**

## Tänk på att

Inte värdera duckface eller stoneface som gruppleddare. Det kan mycket väl vara så att deltagarna använder just dessa i sociala medier och att denna typ av diskussion kan få dem att känna sig dumma. Det är därför viktigt att ingången är just analyserande och diskuterande snarare än värderande. Om övningen känns för personlig: För att få distans kan man testa att hitta på två karaktärer och ta deras selfies, ge dem olika namn och bakgrundshistorier.

## Introduktion till övningen

Ordet genus betyder ”socialt skapat kön”. Vad som menas med det är att vi alla deltar i skapandet och upprätthållandet av regler för hur vi ska vara, se ut och bete oss för att vara ”normala” tjejer och killar.

Undermedvetet rättar vi oss efter normer och ideal som säger oss vad och hur en normal, attraktiv och ”riktig” kvinna eller man ska vara. Normer för hur vi ”ska” vara som tjej och kille påverkas också av faktorer som kön, socioekonomisk tillhörighet, ålder osv. Vi anpassar oss ofta efter de här normerna utan att tänka på det.

Ett sätt vi skapar kön på är genom selfies. Om man tittar på tjejers och killars selfies i sociala medier är det generellt stor skillnad

på våra självporträtt. Reglerna är oftast oskrivna. Men i studien Duckface/Stoneface har medieforskare intervjuat 10- och 13-åringar om deras selfievanor och bett dem beskriva vilka regler du ska följa som tjej eller kille när du lägger ut självporträtt i sociala medier.

## Genomförande

Introducera övningen kort och dela in klassen i grupper för att sedan låta dem ta en selfie och följa instruktionerna på nästa sida.

### Tips!

**Läs mer på s. 36–37 i *Bilder som förändrar världen* och i studien *Duckface/Stoneface* på Statens medieråd.**

## Steg 1

- Skapa två selfies var. En ni tycker ser ut som en typisk "tjejselvie", en ni tycker känns som en typisk "killselvie".
- Använd tabellen Duckface/Stoneface, titta på kändisars bilder på Instagram eller googla på "selvie" för att hitta inspiration.
- Ge varandra feedback och tips på miner, blickar, poser, vinklar eller situationer som ni tycker känns typiska för en "tjejselvie" och en "killselvie".  
Hjälp varandra att bryta, överdriva och utmana "reglerna" för hur våra selfies ska se ut!



## Steg 2

Försök ta en selvie som är könsneutral. Som varken är "feminin" eller "maskulin", eller som är både och samtidigt. Går det?

## Steg 3

Titta på era selfies i helgrupp. Diskutera dem utifrån följande frågor:

- Varför tror ni att "reglerna" för hur man ska se ut på sina selfies som tjej/kvinna och kille/man ser olika ut?
- Vilka normer och ideal för hur tjejer/kvinnor och killar/män ska vara tycker ni att man kan se i selfies?
- Hur känns det att följa dessa "regler", och hur känns det att bryta mot dem?
- Känns vissa "regler" svårare att bryta än andra? Varför?
- Vad blir effekten när man ser bilder som bryter mot dessa regler, tycker ni?
- Vilka reaktioner tror ni att bilderna skulle få om de användes på allvar (inte som ett experiment, en skoluppgift eller som ett skämt)?
- Titta på tabellen Duckface/Stoneface och jämför reglerna för tjejer och killar: vilka regler tycker du handlar om samma sak, men är olika för tjejer och killar? (Jämför till exempel och "våga visa hud men var försiktig så att det inte blir för mycket" och "det är bra att vara barbröstad".)
- Finns det andra regler man måste följa när man tar sina selfies som inte har med kön att göra? Avgör andra faktorer, som ålder, etnicitet, funktionalitet, religion, sexuell läggning eller socioekonomisk tillhörighet hur man "får" se ut på sina självporträtt?
- Kan selfies hjälpa oss att upptäcka nya sidor hos oss själva?

# 10. Ombytta roller

<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kameroreller mobiler.</b></li> <li>• <b>Fotostudio eller bara naturliga miljöer.</b></li> <li>• <b>Mailadress eller gemensam mapp som gruppen kan skicka in eller ladda upp sina bilder till.</b></li> <li>• <b>Bilaga 1–Vanliga stereotypa mönster i bilder av kvinnor och män.</b></li> <li>• <b>Valbart: Reklambilder, bilder från internet, olika tidningar.</b></li> </ul>
<b>Tid:</b>	<b>1–3 timmar.</b>
<b>Syfte &amp; mål</b>	<b>Att göra deltagarna medvetna om hur kvinnor och män avbildas olika i media och reklam och låta dem själva analysera, ifrågasätta och utmana idéer, normer och ideal för hur kvinnor och män 'ska' vara. Här kan man även välja att analysera andra normpositioner.</b>

## Tänk på att

Det är viktigt att gruppledaren vet vad hen vill med diskussionen kring bilderna och att den är beredd att parera om kränkande ord kommer upp. Just detta att vara beredd och veta vart man är på väg med övningen är ett viktigt inslag i att bemöta kränkningar och fördomar. Att agera proaktivt snarare än reaktivt genom att skapa goda förutsättningar och sätta upp regler för samtal och diskussion.

## Introduktion till övningen

Ett effektivt sätt att avslöja och synliggöra normer, ideal och könsstereotyper är att ta en normativ bild och göra tvärtom. Att göra en "gender swap" går ut på att man gör om en originalbild som man tycker känns könsstereotyp (våldigt typiskt kvinnlig eller manlig) och fotograferar en egen version av bilden. Man använder exakt samma kroppsspråk, miner och ljus, men byter kön på modellen eller modellerna, för att undersöka hur bilden tolkas annorlunda när en kvinna poserar med typiskt "manligt" kroppsspråk och en man i typiskt "kvinnliga" poser.

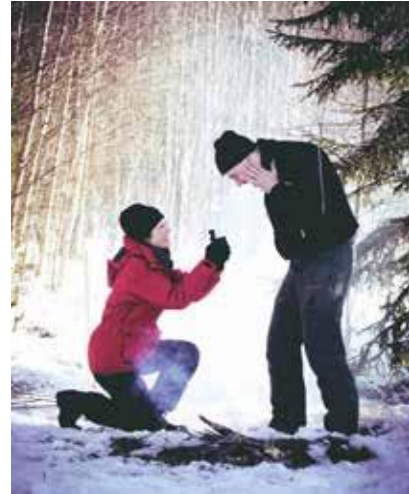
I övning 7 (Normkreativa kollage) kan man göra andra typer av "swaps" utifrån bilder och reklam, men prova gärna att ändra och byta ut kroppsform, hudfärg, funktion eller socioekonomisk tillhörighet även här.

## Genomförande

Övningen handlar om att analysera bilder och sedan normkreativt gestalta det man upptäckt. Dela in deltagarna i mindre grupper. Dela ut tidningar eller reklambilder, eller ge tillgång till internet, och låt därefter deltagarna följa instruktionerna på nästa sida. Bilderna presenteras sedan för hela gruppen.

## Steg 1

Använd internet eller utgå från ett urval tidningar och leta upp bilder som du tycker känns könsstereotypa och genustypiska. Det kan vara bilder från media, reklam, fiktion, eller en historisk bild. Välj en bild som du tror skulle bli särskilt intressant och normbrytande om du bytte kön på modellen/modellerna. Analysera hur bilden är tagen:



- Är personen framställd som aktiv (i rörelse, agerande, arbetande) eller passiv (stillasittande eller poserande)?
- Vilket perspektiv är bilden tagen ur? Fågelperspektiv (uppifrån), grodperspektiv (nedifrån) eller ögonhöjd?
- Tittar personen in i kameran eller tittar hen någon annanstans och är upptagen med annat?
- Vilken känsla ger bilden dig? Om modellen skulle ha en replik, vad skulle hen säga då?
- Vad tror du att fotografens instruktioner har varit?
- Vad är bilden tagen i för miljö? Inomhus eller utomhus? I en privat miljö eller yrkesmiljö? I en fotostudio eller i en naturlig miljö?
- Är bilden tagen på avstånd eller nära?
- Är det en porträtt-, halvkropp- eller helkroppsbild? s

## Steg 2

Använd analysen/svaren på frågorna och ta en bild som efterliknar originalet så mycket som möjligt men byt kön på personen. Försök kopiera originalbilden så exakt du kan när det gäller pose, perspektiv, ansiktsuttryck, känsla, kroppshållning, ljus, miljö.

## Steg 3

Visa bilderna på projektorduk eller skärm. Presentera och diskutera utifrån följande frågor:

- Varför valde ni just er bild som originalbild?
- Vad händer när pojkar/män fotograferas i stereotypt kvinnliga/tjejiga poser? Vad händer när kvinnor fotograferas i stereotypt manliga/grabbiga poser?
- Hur tycker ni att er ”ombytta-roller”-bild kommenterar normer, ideal och genusförväntningar?
- Finns budskap om hur man ska vara för att vara en korrekt, attraktiv och ”riktig” tjej eller kille, man eller kvinna, i originalbilden – och hur förvrängs eller synliggörs de budskapen när man byter kön (eller annat) på modellen?
- Får samma pose olika tolkningar beroende på personen/modellens kön? Finns det poser som känns ”onormala” och konstiga när det andra könet gör dem?
- Vilka fler mönster har du sett när du letat bilder att genderswappa?



# 11. Skapa norm-kritiska foton och konst

## Material

- **Kamera.**
- **Konstmaterial.**
- **Eventuell rekvisita.**

## Tid:

**Från ett par timmar till flera veckor.**

## Syfte & mål

**Att skapa norm-kreativa foton och konst utifrån idéer som kommit fram i processen att synliggöra, problematisera och analysera begränsande normer.**

## Tänk på att

Att ha verkliga mottagare till det man skapar är en viktig del av Normstormandet. Utgå från de förutsättningar ni har. Var kan konsten visas? En utställning? På en webbsida? I ett skyltfönster?

Om man ska kunna förstora upp foton ställer det krav på kamerautrustningen. Kan man identifiera personer på bilden? I så fall bör man ha ett medgivande (av vårdnadshavare om personen är under femton år).

Ska deltagarna arbeta individuellt eller i grupp? Hur delar man i så fall in grupperna? Efter idéer om vad man vill skapa eller styrt av ledaren (exempelvis genom att grupperna får jobba med en diskrimineringsgrund var)?

**Gör gärna en eller flera av övningarna 6-10 för att få igång tankarna.**

## Introduktion till övningen

Bilder har makt. Vad vi kan se på bild påverkar hur vi tänker om oss själva och om vår omvärld. Bilder som vi möter varje dag visar vad som är möjligt, vad vi kan vara och vad vi kan bli. Att ha förebilder och att se sig själv representerad i olika sammanhang, eller att inte göra det, betyder något för vår identitet. Bilder väcker känslor och skapar debatt, de kan förmedla budskap och inspirera till nya tankesätt genom sitt estetiska uttryck. Här kan deltagarna göra sin röst hörd och belysa, omskapa och nyskapa det de tycker är viktigt.

## Genomförande

Gå igenom de förutsättningar som deltagarna har att förhålla sig till. Ge tid till att undersöka idéer och möjligheter. Om ni ska fotografera, låt gärna deltagarna ta skisser med mobilkamera för att testa kameravinklar, bildutsnitt, ljus och bakgrund. Uppmana dem att pröva många varianter! Sätt titlar på konstverken, samt gärna en förklarande text om det behövs.

### Tips!

**Mer om hur man undviker stereotyper och skapar inkluderande bilder hittar du i *Schyst!* och *Bilder som förändrar världen*.**

Övning 11

---



# Bilagor



# Vanliga stereotypa mönster i bilder av kvinnor och män

<b>Att kvinnor är passiva (poserande, stillasittande eller tittande på män som gör saker)</b>	<b>Att män är aktiva (arbetande, idrottande eller görande saker)</b>
<b>Kvinnor ler eller skrattar</b>	<b>Män ser allvarliga eller smått aggressiva ut</b>
<b>Kvinnor tittar in i kameran och bjuder in betraktaren</b>	<b>Män tittar någon annanstans, "upptagna" av något viktigare</b>
<b>Kvinnor sitter eller ligger</b>	<b>Män står</b>
<b>Kvinnor lägger huvudet på sned</b>	<b>Män håller huvudet rakt</b>
<b>Kvinnor fotograferas uppifrån – ett perspektiv som får en att se mindre och ofarligare ut</b>	<b>Män fotograferas nerifrån – ett perspektiv som får en att se större och mäktigare ut</b>
<b>Kvinnor rör sin kropp eller något föremål</b>	<b>Män greppar något eller har händerna i fickorna</b>
<b>Kvinnors kläder visar mer kroppskonturer och naken hud (men inte för mycket!)</b>	<b>Mäns kläder är mer funktionella och formella, visar inte mycket konturer eller hud</b>
<b>Bilderna av kvinnor anspelar på sexualitet och attraktionskraft</b>	<b>Bilderna av män anspelar på makt, status och handlingskraft</b>
<b>Kvinnor framställs som känsliga, mjuka och sysselsatta med sitt eget utseende</b>	<b>Män skildras som starka, modiga och beslutsamma, men utan djupare känsloliv</b>
<b>Kvinnor gör sig mindre än de är och tar liten plats med kroppen – sitter med benen ihop, håller armarna nära kroppen, gör små gester</b>	<b>Män gör sig större och tar stor plats; står eller sitter bredbent ("manspreadar"), gör stora gester med armarna långt ut från kroppen</b>
<b>Kvinnor fotograferas i privata eller fritidsbetonade miljöer som hemmet, gymmet eller caféet (även när de uppträder i sin yrkesroll), i privata kläder</b>	<b>Män fotograferas i professionella miljöer – som kontor och andra arbetsplatser – i sin yrkesuniform/sina arbetskläder</b>
<b>Kvinnor framställs som objekt (endast där för att väcka någon annans lust) och lägga huvudet på sned</b>	<b>Män får vara subjekt (egna, tänkande, agerande människor)</b>

# Selfieskola

## Duckface/Stoneface

I studien Duckface/Stoneface har medieforskare intervjuat 10- och 13-åringar om deras selfievanor och bett dem beskriva vilka regler man ska följa som tjej eller kille när du lägger ut självporträtt i sociala medier. Reglerna ser enligt de som deltagit i undersökningen ut så här:

<b>Tjejer</b>	<b>Killar</b>
<b>Tag gärna många bilder tills du får fram en bra</b>	<b>Det är onödigt att byta bild</b>
<b>Lägg inte upp bilder där du ser ful ut</b>	<b>Verka inte som att du jagar bekräftelse</b>
<b>Se söt ut</b>	<b>Se cool ut</b>
<b>Se glad ut</b>	<b>Visa inte några inställsamma miner, ha gärna ett stenansikte (stoneface)</b>
<b>Använd gärna bildfilter</b>	<b>Fota dig själv i grodperspektiv så att du ser större ut</b>
<b>Titta gärna under lugg (håll därför kameran högt)</b>	<b>Vill du locka tjejer: hålla kameran högt, titta under lugg och håll ögonbrynen högt</b>
<b>Se naturlig ut</b>	<b>Var naturlig</b>
<b>Ta gärna på nyinköpta kläder</b>	<b>Visa gärna nya grejer du har köpt</b>
<b>Håll ögonbrynen högt</b>	<b>Det är bra att göra något i bild (som att åka skateboard eller göra ett trick med cykeln)</b>
<b>Våga visa hud men var försiktig så att det inte blir för mycket</b>	<b>Det är bra att vara barbröstad, åtminstone om man är vältränad</b>
<b>Lägg inte upp bilder där du är osminkad</b>	<b>Ha inte för mycket gelé och annat i luggen det kan verka tillgjort eller böigt</b>
<b>Det går bra att göra duckface men gör det på rätt sätt</b>	<b>Gör inte duckface</b>
	<b>Keps är coolt</b>

Källa: **Genusfotografen**  
**Statens medieråd, studien Duckface/Stoneface**

<b>MASKULINITETSNORM</b>	<b>FEMININITETSNORM</b>
<b>HETERONORM</b>	<b>CIS-NORM</b>
<b>FUNKTIONSNORM</b>	<b>VITHETSNORM</b>
<b>ETNICITETSNORM</b>	<b>ÅLDERSNORM</b>
<b>KROPPSNORM</b>	<b>SOCIOEKONOMISK NORM</b>
<b>RELIGIONSNORM</b>	

# Normstormbilder 1-4



## Normstormbilder 5-8





# Normstormbilder 9-12



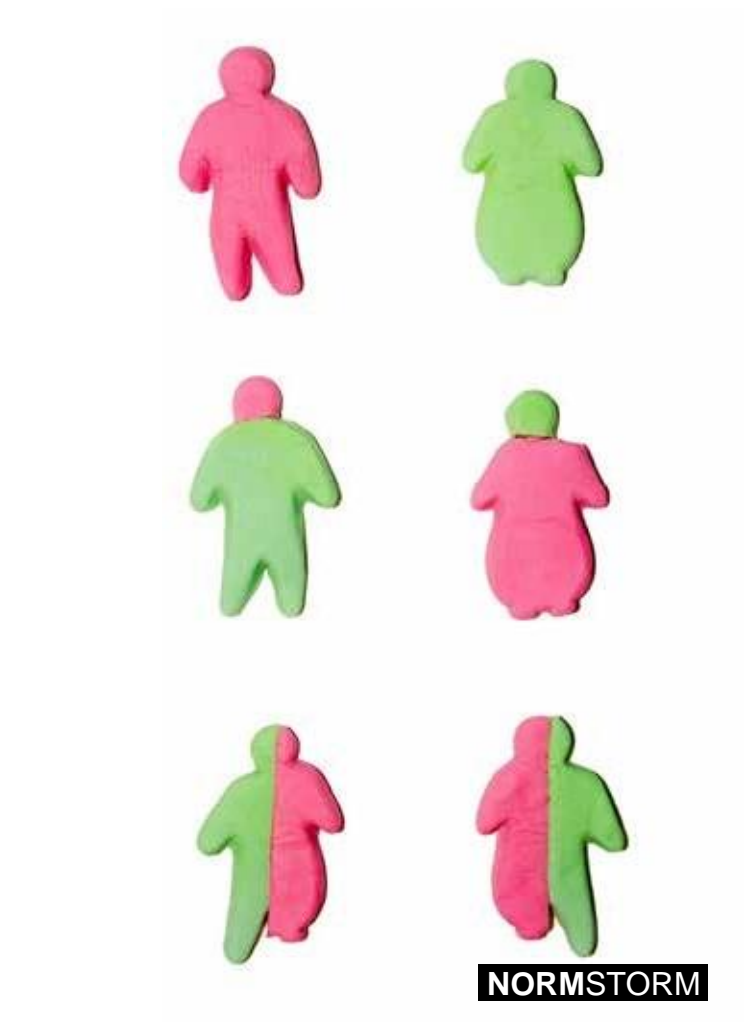
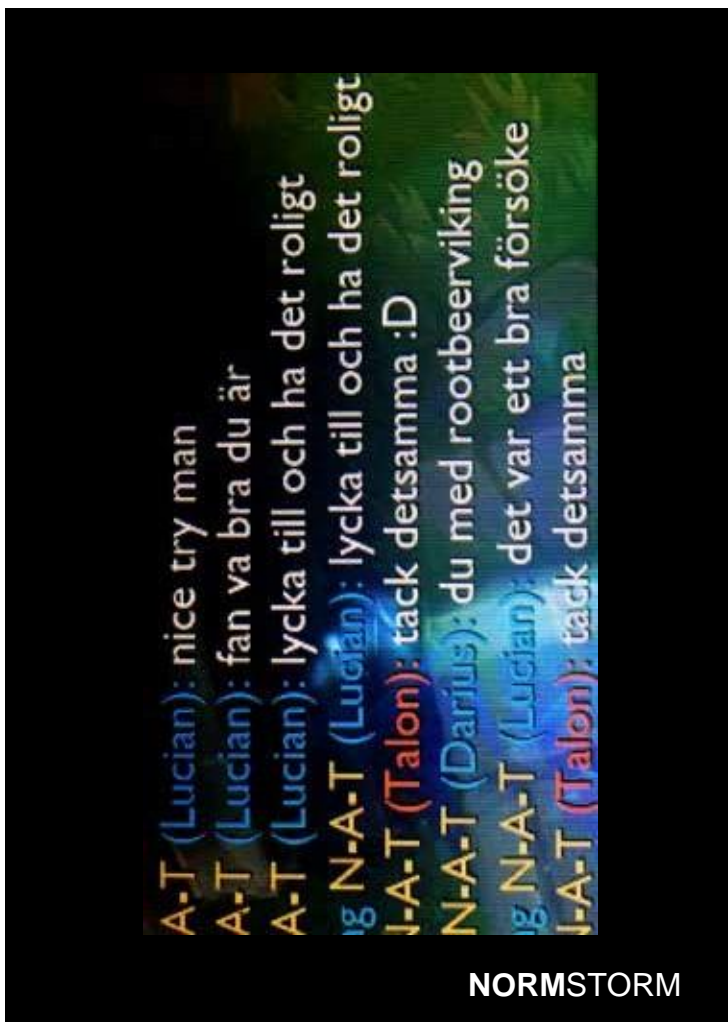
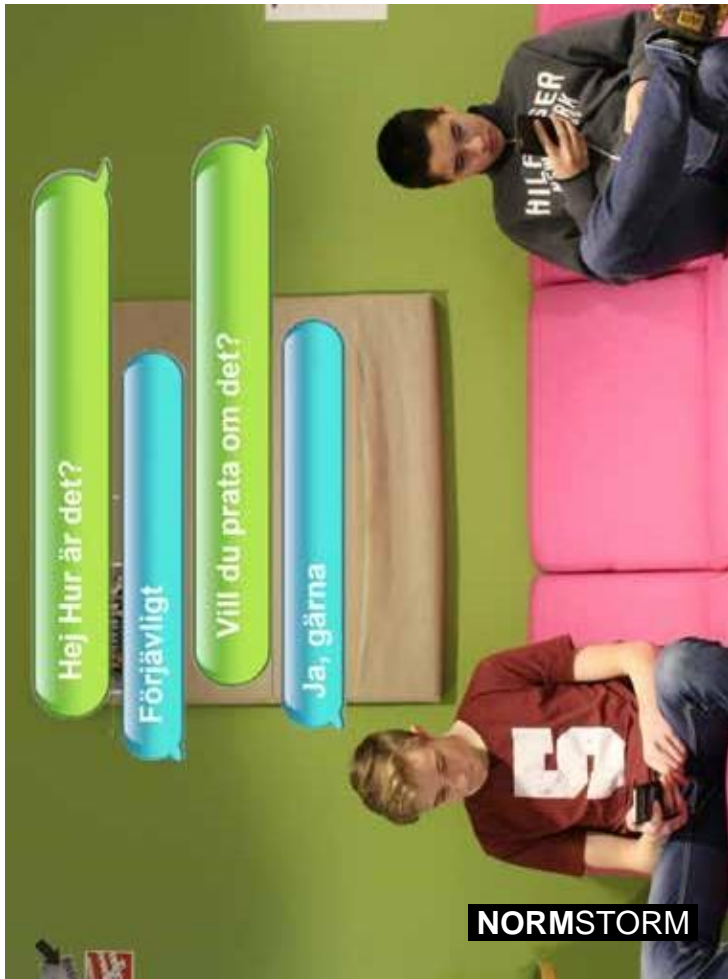
# Normstormbilder 13-16



Normstormbilder 17-20



# Normstormbilder 21-24



Normstormbilder 25-28



Normstormbilder 29-32



# Referenslista

- Bromseth, Janne & Darj, Frida (red) (2010). *Normkritisk pedagogik: Makt, lärande och strategier för förändring*. Uppsala: Centrum för genusvetenskap.
- De los Reyes Paulina & Mulinari, Diana (2005). *Intersektionalitet*. Malmö: Liber.
- Dolk, Klara (2013). *Bångstyriga barn: makt, normer och delaktighet i förskolan*. Diss. Stockholm: Ordfront.
- Elmeroth, Elisabeth (2012). *Normkritiska perspektiv – I skolans likabehandlingsarbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Kalonaityte Viktorija (2014) *Normkritisk pedagogik – För den högre utbildningen*. Lund: Studentlitteratur.
- Marega Ana & Gusic (2016) *Det andra uppdraget – Till försvar för skolans likabehandlingsarbete*. Malmö: Universus Academic Press.
- Martinsson, Lena & Reimers, Eva (2014). *Skola I normer*. Malmö: Gleerups.
- Svaleryd, Kajsa & Hjertson, Moa (2012). *Likabehandling i förskola & skola*. Stockholm: Liber.
- Vinthagen Rebecca & Zavalia Lina (2014) *Normkreativ*. Stockholm: Premiss förlag.
- Skolverket (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet, 2011*. Stockholm: Skolverket.
- Skolverket (2013) *Förskolans och skolans värdegrund – förhållningssätt, verktyg och metoder*
- Skolverket (2009). *Diskriminerad, trakasserad, kränkt?*
- Specialpedagogiska skolmyndigheten (2017) *DATE lärmaterial do.se*

# Inspirationsmaterialet och metodstödet Normstorm är producerat av Jönköpings kommun

Arbetet med att systematisera och dokumentera Normstorms projektidé samt att framställa metodstöd och textmaterial har genomförts av Joanna Isaksson, utvecklingsledare och projektledare och Annika Johansson, pedagog och metodutvecklare.

Processen har skett i samarbete med genusvetaren, journalisten och fotografen Tomas "Genusfotografen" Gunnarsson och Lotta Björkman, pedagog och expert på normkritisk och kreativ pedagogik. Materialet har granskats av Hannah Lemoine, konsult inom jämställdhet och inkluderande kommunikation.

Materialframställning har möjliggjorts med hjälp av en ettårig satsning av regeringen, genom Sveriges kommuner och landsting (SKL), för spridning av kunskaper och metoder för att stärka arbetet med maskulinitet och jämställdhet.

Ett stort tack till Kvinno- och Tjejjouren Jönköping, Jönköpings läns museum, Mediacenter Jönköpings län, June folkhögskola, Södra Vätterbygdens folkhögskola, deltagande högstadies- och gymnasieskolor, Normstorms projektgrupp och i synnerhet jämställdhetsstrateg Åsa Thörne Adrianzon. Tack också till Agnes Magnusson och Elin Ohlsson för foton och värdefull input i arbetet.

**Sist men inte minst hade projektet och materialet inte blivit någonting utan alla normkreativa fotografer. Ett särskilt tack till er som har era bilder med i materialet:**

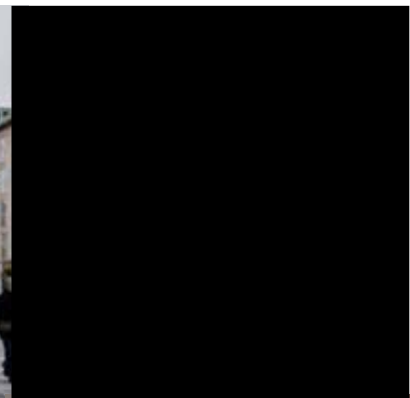
Miranda Johansson, Zamira Memedovska  
Herman Paulsson, Jacob Tesfagabir,  
Kasper Huus, Albin Creutzberg, Emmy  
Ågren, Ida Hallman, Emilia Helmersson,  
Nathalie Andersson, Clara Isaksson, Emma  
Wåhlin, Moa Kemi Vidriksson, Otilia  
Lundh, Elsa Fagerlund, Johannes Souma,  
Anton Johansson, Anton Lennings, Fabian  
Falknäs, Emil Holmgren, Alma Sandin, Carl  
Bredberg, Nora Tysklind, Liz Oskarsson,  
Sophie Lindberg, Stina Axelsson, Alice  
Ekström Syraka, Astrid Ågren, Tova  
Eriksson, Esther Sköld-Ek, Anton Blomgren,  
Elsa Ågren, Ylvali Kjellberg, Emma Annér,  
Rebecka Sågby, Albiona Gashi, Shoukri  
Muse Ahmed, Mariam Daoud, Monira  
Khajo, Julia Johansson, Tilda Håkansson,  
Rickard Dighammar, Pinkaew Idh,  
Elsa Stefansson, Emmi Risberg Olsson,  
Nils Axeland, Linus Deharde, Malena

Rodriguez Rodriguez, Rama Bahhi, Olivia  
Markström, Anna Olsson, Jesper Bergsten,  
Alexandar Samojila, Mira Lindberg, Jonna  
Ritari, Molly Waern, Alina Melin, Wilma  
Axelsson, Olivia Sjögren, Elin Lindqvist,  
Felicia Albers, Matilda Wallmo, Linnea  
Daag, Jennie Kempe, Maria Florin, William  
Gabro, Sara Milton, Li Samuelsson, Agnes  
Strand, Emilia Babbaro, Filippa Hjorth,  
Ida Boman, Neo Lunell, Claes Classon  
Berggren, Axel Hammarlund, Albin Löf,  
William Kammenhed, John Wernborg,  
Viking Almén, Axel Edgarsson, Vidar  
Aldeborg, Alexandra Chodorowska, Olivia  
Olofsson, Lorik Beciri, Hampus Torhall  
Staaf, William Ljunggren, Estelle Pihl, Lova  
Sandwall, Julia Lagerstrand, Ida Nordström,  
Linn Klasson, Lydia Karlsson, Linnea  
Rönnerberg, Filippa Laurelii, Tuva Selldén,  
Nora Bylin Åhman.





# NORMSTORM



[jonkoping.se](http://jonkoping.se)



JÖNKÖPINGS  
KOMMUN



Mänskliga rättigheter  
i Jönköpings kommun