

Min demokratiska röst

En poddcirkel för att prata demokrati

Vad är en poddcirkel?

En poddcirkel är något mellan en studiecirkel och en bokcirkel, ett upplägg där en grupp av människor möts för att tillsammans samtala och söka kunskap om ett särskilt ämne och där alla får komma till tals och uttrycka sin åsikt. Alla deltagare uppmuntras att lyssna på några avsnitt av podcasten "Min demokratiska röst" inför varje träff, för att sätta igång tankar och funderingar kring olika demokratifrågor.



Spotify



Acast

LYSNNA PÅ
PODDEN



Inledning

Bland många unga sker idag en förskjutning av de demokratiska samtalen, från valstugor och partimöten till digitala plattformar som Facebook och TikTok. Hur påverkar detta det demokratiska samtalet? Vilka ämnen är viktigast för demokratiutvecklingen idag och har demokratiska processer möjlighet att lösa vår tids största utmaningar i fråga om migration, klimathot och ett förändrat medielandskap?

Detta och mycket mer diskuteras i podden som leds av Li Skarin tillsammans med en ungdomspanel. Målet med podden är att stärka det demokratiska samtalet och samtidigt undersöka hur grundläggande demokratiska principer står sig i vår digitala tidsålder. Samtalen sker utifrån en nordisk kontext med återkommande reflektioner från nordiska experter och representanter. Min demokratiska röst består av fem avsnitt och blir ett bra underlag för att diskutera demokrati i utveckling och hur vi med våra olika resurser, förutsättningar och intressen, möter samhällsutvecklingen.

Om podden Min demokratiska röst

De fem avsnitten är ca 30 minuter var, du finner dem och mer information om projektet på www.norden.se/mdr, på Spotify och Acast. Poddavsnitten är i dialogform och lättlyssnade. Genomför poddcirkeln med en redan **organiserad grupp** - din förening, en grupp kompisar, mm - **eller bjud in andra** organisationer och/eller andra generationer. Frågeställningarna kan också användas som underlag för **enstaka workshops** där ni väljer det temat utav de tre som motsvara cirkelns tre träffar som mest intresserar eller passar gruppen, eller som ett inslag under styrelsemöten eller medlemsträffar.

Om poddcirkeln

Denna poddcirkel kan genomföras **digitalt eller vid fysiska träffar**. Lyssna gärna igenom samtliga poddavsnitt före den första träffen. Studieplanen föreslår tre träffar men det går också utmärkt att komplettera med fler eller välja ut bara ett tema och använda upplägget och diskussionsfrågorna vid ett kulturarrangemang, diskussionskväll eller ett utbildningstillfälle. Målgrupp är unga som äldre som vill diskutera demokrati, engagemang och öka sin kunskap genom mötet med andra. Deltagarna behöver ingen tidigare erfarenhet av digitala möten även om cirkeln genomförs som en digital serie, men det är bra med grundläggande datakunskaper.

Till cirkelledaren

Börja med att lyssna igenom podcasten. Din uppgift är **inte att vara expert på ämnet**, snarare att leda diskussionen och se till att alla kommer till tals. Om cirkeln ska genomföras digitalt är det bra att du bekantar dig med det digitala verktyget ni valt, lite innan träffarna. Tänk också på att arbetsfältet kan se olika ut för deltagare som medverkar via telefon eller läsplatta. Om det är en stor grupp eller många datorovana deltagare är det en fördel om du har en medhjälpare som kan stötta deltagarna via telefon under pågående träff. Använd dig gärna av Power Pointpresentationerna som du får av Föreningen Norden så underlättar du för deltagarna att fokusera på frågorna under träffen. Längst bak i studieplanen finns samlade tips och förslag på upplägg om ni väljer att genomföra cirkeln digitalt.

Fram till 31 mars samlar vi in "**vykort**" från de digitala och fysiska cirkelarna som sker runt om i landet - dokumentera gärna din cirkel genom att ta någon bild, skärmdump, eller samla reflektioner som deltagare skrivit på papper/i chatten, och skicka dem till oss. Glöm inte att fråga alla deltagares godkännande innan du samlar detta material.

Efter sista träffen bör du genomföra en **utvärdering**. I "paketet" som du fått från Föreningen ingår en utvärderingsenkät som du kan distribuera fysiskt, om du har möjlighet att skriva ut, eller digitalt, som ifyllbar PDF eller Google Forms-länk.

Material

Tillsammans med denna studieplan får du som cirkelledare ett "paket" med PowerPointpresentationer för varje träff samt utvärderingsenkäter för deltagarna och för dig som håller i cirkeln. Du kan kontakta Föreningen Norden för tips och stöd för att genomföra cirkeln digitalt.

Vid fysiska cirklar rekommenderas att ha papper och pennor att distribuera till alla deltagare.

Träff 1.

Vad är demokratin, egentligen?

Inför denna träff är det bra om deltagarna har lyssnat igenom podcasten första avsnitt, med fokus på demokratibegreppet.

Kom igång!

Börja med att introducera dig själv, berätta om din roll som poddcirkelledare. Gör en presentationsrunda i gruppen, där alla får säga sitt namn, var de befinner sig (om cirkeln sker digitalt), och förslagsvis en till sak för att bryta isen. Om du genomför cirkeln digitalt, ber alla om att testa chattfunktionen och ställa in "Gallery view" (se sista sidan).

Uppvärmning och inspiration

Att börja cirkeln med en kortare övning eller quiz kan vara ett sätt att göra alla deltagare bekväma och låta dem komma till tals utan att behöva direkt gå in på sina åsikter eller erfarenheter. En övning där det inte finns något krav på att kunna svaren, utan som gemensamt lärandestund, kan hjälpa med att få till en avslappnad stämning.

Här nedan hittar du två förslag på "övningar" kopplade till träffens tema.

Understryk att det är ett moment där det inte finns något kunskapskrav, utan där alla är välkomna att dela med sig av sina gissningar.

Uppmuntra deltagarna att använda papper och penna om cirkeln är fysisk, eller att skriva i chatten om den är digital.

Fråga om deltagarna vill dela med sig av tankar och reflektioner när de fått höra det rätta svaret.

LYSNNA PÅ

AVSNITT 1.

VAD VINNER VI OCH

VAD BEHÖVER VI

AVSTÅ?

ALTERNATIV 1.

Rangordna de följande länderna från det mest demokratiska (nummer 1) till det minst demokratiska (nummer 8) enligt det senaste Demokratiindex (The Economist 2020)

- Sverige
 - Hong Kong
 - Italien
 - Thailand
 - Rumänien
 - Qatar
 - Island
 - Nordkorea
1. Island
 2. Sverige
 3. Italien
 4. Rumänien
 5. Thailand
 6. Hong Kong
 7. Qatar
 8. Nordkorea

ALTERNATIV 2.

Vems citat om demokrati?

"Demokratin kan aldrig garanteras - just för att det inte är ett system som ska genomföras, utan en livsstil som ska skaffas."

A. Martti Ahtisaari, tidigare Finlands president

B. Hal Koch, dansk teolog och författare

C. Gro Harlem Brundtland, Norges fd. statsminister

Träff 1.

Vad är demokratin, egentligen?

Vems citat om demokrati?

"När vi står en och en kan vi föga eller intet uträtta. Gemensamt har vi dock ett intresse, och detta intresse måste förenas och bli en makt."

- A. **Elsa Laula, samisk aktivist och politiker**
- B. Søren Kirkegaard, dansk filosof
- C. Ursula von der Leyen, EU-kommissionens ordförande

Vems citat om demokrati?

"Vårt största hopp består av demokrati och folkbildning."

- A. **Greta Thunberg, svensk klimataktivist**
- B. Plato, klassisk grekisk filosof
- C. Selma Lagerlöf, svensk författare

Vems citat om demokrati?

"Ett öppet samhälle där alla får vara med är vår styrka. [...] Det är de nordiska ländernas gemensamma framgångssaga."

- A. Mette Frederiksen, Danmarks statsminister
- B. Katrín Jakobsdóttir, Islands statsminister
- C. **Sanna Marin, Finlands statsminister**

Diskussionen

VAD ÄR DEMOKRATI?

Dela in gruppen i mindre grupper, avsätt minst 20 minuter och börja med att göra en tankekarta kring demokratibegreppet. Skriv ordet "Demokrati" i mitten på ett pappersark eller whiteboard. Låt sedan var och en i gruppen fylla på med sina reflektioner. Återsamla grupperna och jämför era tankekartor.

DIGITALT: låta alla skriva ord, meningar och begrepp de förknippar med demokrati i chatten. Diskutera bidragen i stor grupp.

BERÄTTA OM ETT MINNE.

När fattade du vad demokratin är, på riktigt? Dela in gruppen i par eller mindre grupper (om digitalt, i breakout rooms), avsätt minst 15 minuter och be alla att fundera på och berätta om en viss stund, upplevelse, person som hjälpte dem förstå demokratis innebörd eller demokratin i praktiken. Återsamla grupperna och se om några deltagare frivilligt vill dela med sig av sitt minne.

Träff 1.

Vad är demokratin, egentligen?

Diskussionen

ATT VÅRDA OCH UTVECKLA DEMOKRATI.

Dela in i nya mindre grupper och avsätt sedan 20 minuter för att svara på frågorna nedan.

- Tar vi demokratin förgivet?
- Har vi som samhälle tillräckligt med kunskap för att kunna vårda demokratin?
- Vad har de nordiska demokratierna gemensamt?

Gör en ny återsamling i helgrupp, gärna med lite frukt eller en kopp kaffe.

Passa på att göra en bensträckare.

Fråga grupperna om de vill dela mig sig av 1-2 punkter de pratat om i den stora gruppen.

Dela därefter in deltagarna två och två och gör en avslutande bikupa:

- Måste demokratin utvecklas för att överleva?

AVSLUTNING.

Avsluta med att gå gruppen runt och skapa en virtuell resursbank över ord, begrepp, reflektioner som deltagarna tar med sig från dagens träff.

Kom överens om hur och var nästa träff äger rum. Inför att ni ses nästa gång är det bra att lyssna på avsnitt två och tre.

Träff 2.

Tillit och engagemang

Inför denna träff är det bra om deltagarna har lyssnat igenom podcastens andra och tredje avsnitt.

Kom igång!

Inled träffen med att göra en runda där alla deltagare får checka in sig och stäm av om det finns frågor eller reflektioner från den förra träffen eller kring poddavsnitt två och tre. Om någon deltagare är ny, introducera dig själv, berätta om din roll som poddcirkelledare och gör en presentationsrunda i gruppen. Se avsnitt 1.

Uppvärmning och inspiration

Att börja cirkeln med en kortare övning eller quiz kan vara ett sätt att göra alla deltagare bekväma och låta dem komma till tals utan att behöva direkt gå in på sina åsikter eller erfarenheter. En övning där det inte finns något krav på att kunna svaren, utan som gemensamt lärandestund, kan hjälpa med att få till en avslappnad stämning.

Understryk att det är ett moment där det inte finns något kunskapskrav, utan där alla är välkomna att dela med sig av sina gissningar.

Uppmuntra deltagarna att använda papper och penna om cirkeln är fysisk, eller att skriva i chatten om den är digital.

Fråga om deltagarna vill dela med sig av tankar och reflektioner när de fått höra det rätta svaret.

LYSNNA PÅ
AVSNITT 2-3.

Tillit
Engagemang och
inkludering

FRÅGA 1

Vilken politisk aktivitet har du deltagit i mest?

- A. Debatterat eller kommenterat politik på internet eller sociala medier
- B. Skrivit på en namninsamling
- C. Deltagit i demonstrationer eller aktioner
- D. Annat (fråga vad)

FRÅGA 2

Vilken politisk aktivitet är det vanligast att unga har deltagit i?

- A. Debatterat eller kommenterat politik på internet eller sociala medier (23%)
- B. Skrivit på en namninsamling (34%)
- C. Deltagit i demonstrationer eller aktioner (7%)

Källa: "Vilja att förändra. Drivkrafter, hinder och utmaningar för ungas samhällsengagemang", MUCF, Fokus 21

Träff 2.

Tillit och engagemang

Diskussionen

OLIKA FORMER AV ENGAGEMANG.

Börja med en diskussion i stor grupp. Be alla att berätta vilka former av samhälls- och politiskt engagemang de har erfarenhet av.

Dela sedan in gruppen i mindre grupper och avsätt 20 minuter för att svara på frågorna nedan.

- Vilka sätt finns det för att engagera sig?
- Är de tillräckliga idag?
- Borde vi uppfinna nya sätt?

Gör en återsamling i helgrupp och låta alla diskutera det som uppkommit i samtalen i små grupper.

Dela in gruppen i nya mindre grupper och avsätt 15 minuter för följande diskussionen:

- Skiljer sig engagemanget åt mellan olika samhällsgrupper i Sverige? Tänk utifrån: ålder, könsidentitet, storstad vs landsbygd, minoritet vs majoritetssamhälle.
- Har du eller någon i din erfarenhet direkt erfarenhet av inte känna sig inkluderat i samhället? Vad tror du det beror på? Känner du dig representerad i samhället?

TILLIT.

Passa på att göra en bensträckare.

Dela in gruppen i små grupper som får diskutera i 15 minuter de följande frågorna:

- Vad menar vi med tillit?
- Litar du på att staten vill ditt bästa? Vad kan staten/politiker göra för att skapa tillit till demokratin?
- Vilka saker får dig att tappa tillit?

AVSLUTNING.

Avsluta med att gå gruppen runt och skapa en virtuell resursbank över ord, begrepp, reflektioner som deltagarna tar med sig från dagens träff.

Kom överens om hur och var nästa träff äger rum. Inför att ni ses nästa gång är det bra att lyssna på avsnitt fyra och fem.

Träff 3.

Frihet, ansvar och dagens utmaningar för demokratin

Nu är det dags för den sista och avslutande träffen! Inför denna träff är det bra om deltagarna har lyssnat igenom podcastens fjärde och femte avsnitt.

Kom igång!

Inled träffen med att göra en runda där alla deltagare får checka in sig och stäm av om det finns frågor eller reflektioner från den förra träffen eller kring poddavsnitt två och tre. Om någon deltagare är ny, introducera dig själv, berätta om din roll som poddcirkelledare och gör en presentationsrunda i gruppen. Se avsnitt 1.

Uppvärmning och inspiration

Att börja cirkeln med en kortare övning eller quiz kan vara ett sätt att göra alla deltagare bekväma och låta dem komma till tals utan att behöva direkt gå in på sina åsikter eller erfarenheter. En övning där det inte finns något krav på att kunna svaren, utan som är gemensamt lärandestund, kan hjälpa med att få till en avslappnad stämning.

Understryk att det är ett moment där det inte finns något kunskapskrav, utan där alla är välkomna att dela med sig av sina gissningar.

Uppmuntra deltagarna att använda papper och penna om cirkeln är fysisk, eller att skriva i chatten om den är digital.

Fråga om deltagarna vill dela med sig av tankar och reflektioner när de fått höra det rätta svaret.

LYSNNA PÅ

AVSNITT 4-5.

Frihet under ansvar
Miljö, migration och
media

FRÅGA 1

Globalt, hur många är
MISSNÖJDA med hur demokratin
fungerar?

- A. 37%
- B. 61%
- C. 52%

FRÅGA 2

I Sverige, hur många är
MISSNÖJDA med hur demokratin
fungerar?

- A. 28%
- B. 15%
- C. 52%

Träff 3.

Frihet, ansvar och dagens utmaningar för demokratin

FRÅGA 3

Hur stor procent män i Norden oroar sig över klimatutvecklingen?

- A. 86%
- B. **70%**
- C. 74%

(86% kvinnor i Norden; 74% av Nordens befolkning på landsbygden.)

Källa: Democracy and Climate Engagement in the Nordic Region: Same Direction, Different Solutions - Analysis no. 02/2020, Nordiska Ministerrådet

FRÅGA 4

I vilket nordiskt land är den dagliga internetanvändningen högst i Europa?

- A. Norge
- B. Sverige
- C. **Island**

Källa: Eurostat Regional Yearbook 2021

Diskussionen

NUTIDENS UTMANINGAR.

Börja med en diskussion i stor grupp. Be alla att fundera på och sedan skriva ner (på en lapp eller i chatten) EN utmaning för demokratin som de tycker är särskilt oroväckande. Gör en runda där alla får läsa upp det de skrivit och eventuellt kommentera det.

Dela sedan in gruppen i mindre grupper. Be varje grupp att välja en av utmaningarna som nämnts under föregående runda att fokusera och avsätt sedan 20 minuter för att svara på frågorna nedan.

- På vilket sätt utmanar detta demokratin i Sverige och i Norden? Och globalt?
- Skulle denna utmaning kunna främja eller utveckla demokratin? Om ja, på vilka sätt?

Gör en återsamling i helgrupp och låt alla diskutera det som uppkommit i samtalen i små grupper.

Ta en gemensam diskussion i stor grupp kring följande fråga:

- Vilka åtgärder borde Norden respektive EU samarbeta kring för att bevara och utveckla demokratin inför dagens utmaningar?

Träff 3.

Frihet, ansvar och dagens utmaningar för demokratin

Diskussionen

FRIHET OCH BEGRÄNSNINGAR.

Dela in gruppen i NYA mindre grupper och avsätt sedan 20 minuter för att svara på frågorna nedan.

- Vad får du INTE göra för att du lever i en demokrati?
- Är det möjligt begränsa individens frihet med bibehållen demokrati?
- Finns det situationer då censur eller begränsad yttrandefrihet till och med behövs för att säkra den demokratiska formen?

Gör en återsamling i helgrupp och be alla grupper om att berätta om några punkter de diskuterat.

VEMS ANSVAR?

Det avslutande avsnittet handlar mycket om ansvar för demokrati. Diskutera gemensamt hur ni ser på ansvar för samhället och hur ansvaret fördelar sig, skriv gärna gemensamma minnesanteckningar på blädderblocksark, på en whiteboard eller i chatten.

- Vilket ansvar har jag på individnivå?
- Vilket ansvar har samhällets företrädare, politiker, företag och föreningar?

Avsluta er studiecirkel med att låta alla deltagare fundera 5 minuter på följande frågan:
Tänk att du imorgon ska träffa en person som är emot demokratin. Du har 30 sekunder för att argumentera varför det är viktigt att engagera sig för demokrati och ändra personens åsikt.

Vad skulle du säga?

Uppmuntra deltagarna att anteckna nyckelord eller meningarna som svar.

AVSLUTNING.

Avsluta er sista träff med att låta var och en lyfta något som hen tar med sig från **Min demokratiska röst**.

Gör sedan en utvärdering, som du kan skriva ut eller distribuera digitalt (kom ihåg att samla in deltagarnas e-postadresser för detta).

Lycka till med ert demokratisamtal!

Frågor? Kontakta Anna på Föreningen Norden: anna.scaramellini@norden.se