



AKTIVIST- AKADEMIN

EN HANDBOK

HANDBOKEN ÄR UTGIVEN AV CIVIL RIGHTS DEFENDERS

Civil Rights Defenders är en internationell människorättsorganisation som är politiskt och religiöst obunden. Vi försvarar människors medborgerliga och politiska rättigheter och stärker människorättsförsvarare som är utsatta för risker.

+46 (0)8 545 277 30

info@crd.org

www.crd.org

Publikationen har tagits fram med stöd av Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF) men innehållet reflekterar enbart åsikterna hos författarna. MUCF kan inte hållas ansvarig för informationen i publikationen eller hur den kan komma att användas.

INNEHÅLL

Förord.....	4
1 En strategi för aktivism eller påverkansarbete	6
2 Säkrare aktivism.....	12
3 Strategisk kommunikation	18
4 Säkerhet på nätet och näthat	22
5 Juridisk aktivism.....	26
Lista på internationella konventioner som är viktiga för skyddet av mänskliga rättigheter	32
Lästips för juridisk aktivism	34

Grafisk form: Petra Handin/Poppi Design

Omslagsfoto: Jessica Podraza/Unsplash

Tryckt hos Amo tryck 2021

Copyright Civil Rights Defenders

FÖRORD

Aktivisters arbete har en grundläggande roll för samhällsutvecklingen. Civil Rights Defenders lanserade Aktivistakademien 2020–2021 med syftet att förse aktivister som arbetar mot rasism och andra former av intolerans med verktyg och praktiskt stöd för att bedriva ett mer strategiskt och effektivt arbete.

Akademien har antagit 20 kandidater som under året har deltagit i olika workshops som syftat till att konkret stärka aktivisternas arbete både praktiskt och teoretiskt. Deltagarna har olika bakgrunder, representerar tillsammans flera rörelser och kämpar mot flera orättvisor samtidigt (till exempel anti-svart rasism, klass och HBTQI+). Detta är naturligt eftersom olika aspekter av diskriminering samverkar och rättigheter hänger ihop.

Genom sammanlagt åtta workshops med föredragshållare från både Civil Rights Defenders och externt håll samt individuell handledning och uppföljningssamtal med Civil Rights Defenders har ni deltagare haft möjligheten att strategiskt utvecklas inom era sakfrågor. Ni har också kunnat utbyta erfarenheter och hitta mötespunkter med deltagare som för andra kamper än ni själva. Innehållet i denna handbok är en sammanfattning från akademiens aktiviteter.

Med detta metodmaterial vill vi att ni som har deltagit i akademien får en konkret handbok från de workshops som har varit under året. Genom denna handbok har ni möjlighet att gå tillbaka och se strukturer och strategier som kan vara till stöd i ert arbete framåt. Handboken har i lika stor utsträckning skapats för andra aktivister som vill lära sig mer om strategiskt påverkansarbete, kommunikation, säkerhet eller något av de andra teman som akademien behandlat. I tider av ökade sociala och ekonomiska klyftor, främlingsfientlighet och anti-demokratiska röster behöver vi som tror på jämlikhet och allas lika värde, hjälpas åt.

Med förhoppning om att handboken kommer till nytta!

Idil Hassan
Kommunikatör

Adrian Forsgren
Jurist

Tilda Pontén
Jurist

1.

EN STRATEGI FÖR
AKTIVISM ELLER
PÅVERKANS-
ARBETE

För att påverkansarbete eller aktivism ska få så stor effekt som möjligt är det viktigt med en strategi för aktivismen. Strategin hjälper dig att hålla fokus och kanalisera arbetet, vilket i sin tur kan bidra till att bibehålla ork och engagemang långsiktigt.

Det finns flera metoder för att arbeta fram strategier för aktivism. I detta avsnitt redogörs för en metod. Enligt den metoden behöver du ställa dig fyra grundläggande frågor:

1. Vad är grundproblemet?
2. Vad är mitt fokus?
3. Vad behöver jag veta för att kunna planera aktiviteter (kartläggning)?
4. Hur ska min tidslinje med aktiviteter se ut?

I det följande kommer vi beskriva ytterligare varje fråga, i form av delsteg. För erfarna aktivister samverkar ofta delmomenten i en enda process.

STEG 1: BESKRIV GRUNDPROBLEMET

Första steget handlar om att beskriva grundproblemet i den rättvisefråga du arbetar – eller vill arbeta med, en så kallad problembeskrivning. Detta börjar med att inhämta kunskap tills du får god förståelse för vad problemet handlar om. Kunskap kan handla om empirisk kunskap, det vill säga erfarenheter från verkligheten, kunskap som tagits fram genom forskning, rapporter eller statistiska undersökningar eller kunskap om vad juridiken säger om en viss fråga.

Analysera förutsättningslöst helhetsbilden av problemet, oavsett vad du anser att dina personliga begränsningar kan vara. Vid inläsningen är det av största vikt att vara källkritisk. Ett tips är att sätta dig in i perspektiv som du vid en första anblick inte håller med om – det kan bidra till att vässa dina egna argument.

Till följd av att vi lever i en komplex verklighet kan en ordentlig förståelse för ett grundproblem som rör social rättvisa ta lite tid. Det kan också kräva annan inläsning i form av samhällskunskap eller historia. Är du inte själv direkt berörd av en orättvisa du vill arbeta mot är det viktigt att ta del av och framhäva de erfarenheter som finns hos gruppen som berörs. Du som arbetar mot en orättvisa som du själv berörs av kan få nytta av att ta del av fler perspektiv som kan finnas hos andra berörda.

När du tänker att du har beskrivit problemet för dig själv rekommenderas att ställa sig frågan: *är detta kärnfrågan, eller roten av problemet?* Om du anar att det inte är så, fortsätt gräva djupare i dina informationskällor. Samhällsproblem är ofta komplexa och det är väldigt viktigt att inte förenkla dem.

EXEMPEL PÅ KÄRNAN AV PROBLEMET:

DISKRIMINERANDE PROFILERING AV POLISEN

Ett snabbt svar på frågan varför till exempel rasprofilering av personer med utlandsfödda föräldrar eller etnisk profilering av personer med romsk identitet äger rum i Sverige kan vara "att det finns rasistiska personer inom polisen" – som i resten av samhället. Om man gräver lite djupare kan, något mer konkreta, delförklaringar vara dels att **lagstiftningen brister** (främst polislagen och diskrimineringslagen) på så sätt att den inte tillräckligt lägger hinder för sådant beteende, dels att det finns **okunskap** inom polismyndigheten om diskriminering samt om vikten av förtroendebyggande för ett effektivt polisarbete, dels **bristande arbetsmetoder** som inte tillräckligt förebygger otillåten profilering, osv.

När du har grundproblemet eller grundproblemen klart för dig är det bra att fundera på vad lösningen kan vara. Vad rör exemplet ovan om etnisk- och rasprofilering så kan en något förenklat säga att om lagstiftningen brister är en lösning att ändra lagen. Råder kunskapsbrist hos en myndighet är en lösning att kunskapshöja. Hur detta konkret kan göras är ofta unikt för varje fråga och något som bestäms vid framtagande av strategin (steg 4).

STEG 2: HITTA FOKUS

En av de viktigaste frågorna att ställa sig är hur du ska avgränsa ditt arbete. Förutom att det är viktigt att hitta en långsiktigt hållbar arbetsbörda så att inte engagemanget bränns ut, följer i princip alltid ett bättre resultat av fokuserat arbete. Av dessa skäl: våga gå smalt.

För att hitta ditt fokus behöver du för det första ha klart för dig vad dina personliga förutsättningar är. Det handlar om förutsättningar som främst din tid och kompetens, kanske ekonomiska medel du kan avsätta. Även tiden och kompetensen hos personer du allierar dig med.

Ett generellt tips är att bestämma fokus kring en särskild händelse eller aktör som är central för (att bidra till lösning av) grundproblemet. Exempel på fokus kan röra sig om en kommande eller pågående lagstiftningsprocess. Se också hur du kan förhålla dig smart till arbete som görs av andra aktörer så att ni kan komplettera varandra.

Det är naturligt att ditt fokus kan komma att förändras i takt med kartläggningen av omständigheter som är relevanta för din fråga (steg 3) för att ta fram en aktivitetsplan (steg 4).

Glöm inte att formulera mål för din aktivism, gärna kortsiktigt och långsiktigt.

STEG 3: KARTLÄGGA VIKTIGA OMSTÄNDIGHETER

I detta steg behöver du genom kartläggning få klart för dig ytterligare omständigheter som ska hjälpa till att, utifrån ditt fokus, prioritera och planera dina aktiviteter i nästa steg (4).

En kartläggning syftar till att förstå frågor såsom vad som ska åstadkommas rent konkret, mot vem eller vilka aktivismen ska riktas (målgrupp), när i tiden aktivismen kan vara särskilt effektiv, vem som kan vara allierad samt om det finns yttre faktorer som kan påverka valet av aktiviteter eller tidpunkt. Ju fler omständigheter du förstår om systemet där din fråga verkar, desto mer relevant blir din aktivism.

Frågor du kan ställa dig själv är till exempel:

- Vem vill jag påverka?
 - Om allmänheten: vem i allmänheten?
 - Om makthavare:
 - Finns personer med inflytande vars arbete jag kan påverka eller samarbeta med, till exempel utbyta information?
 - Vilka beslutsfattare har inflytande i min fråga på lokal, regional eller nationell nivå?
- Vilka berörs av rättighetskränkningarna (se ovan i steg 1)? Vilka perspektiv finns?
- Vilka (enskilda aktivister, organisationer, nätverk med flera) kan jag alliera mig med?
- Vilka andra större påverkansinitiativ finns eller har funnits nyligen?

- Vilka statliga utredningar eller regelverksprocesser (lag, förordning, föreskrifter) pågår eller väntas komma igång?
- Finns några pågående rättsprocesser?
- Finns andra yttre faktorer som påverkar eller riskerar att påverka arbetet, exempelvis mandatperioder eller andras resurser?

Risikanalyser utifrån risker om hot och hat och andra säkerhetsaspekter är också viktiga att göra, se vidare i avsnitt 2 och 4. Även att kartlägga möjliga kommunikationsverktyg, se avsnitt 3.

STEG 4: TA FRAM EN AKTIVITETSPLAN

Med avstamp i ditt fokus och i kartläggningen av viktiga omständigheter är det dags att skriva en aktivitetsplan. Aktivitetsplanen kan utformas i det format som passar dig bäst, till exempel i tabellform i Word, i Excelfil eller genom särskilda program som syftar till att hjälpa till med planering av projekt. Det rekommenderas att aktivitetsplanen utgår från en form av tidslinje där huvudaktiviteter och förberedande insatser kan planeras kronologiskt.

Förhåll dig till yttre faktorer som kan påverka resultatet av din aktivism både i positiv och negativ riktning och låt tidslinjen sluta i målet du har för aktivismen. Även om du har tänkt att arbeta med något tills vidare, till exempel inlägg i sociala medier, är det att rekommendera att åtminstone ha en preliminär yttre tidsgräns för att konkretisera planeringen. Fundera också kring vad som blir den mest logiska följderna av aktiviteterna.

Sannolikt finns redan en bild av vilka konkreta aktiviteter som är möjliga. Det är viktigt att se helheten, med flera aktiviteter som delsteg som logiskt hänger ihop och bildar en röd tråd till målet. Exempel på aktiviteter: Skriv en rapport, till exempel med vittnesmål, juridik eller statistik, om det saknas bevisning för att en viss situation existerar. Rapporten kan sedan publiceras på exempelvis en blogg eller genom en samarbetsaktörs hemsida, spridas i sociala medier, skickas som pdf-dokument eller delas ut vid evenemang med politiker eller allmänhet.

Vill du förmå politiker eller andra makthavare att göra något konkret såsom ändra lagstiftning, andra regelverk eller ta fram en handlingsplan, är det bra med tydliga rekommendationer till dem. Det går också att försöka väcka uppmärksamhet kring problemet offentligt genom till exempel debattartiklar, uttalanden, namninsamlingar, och därefter ta kontakt för möte.

Några tips är:

- Om flera alternativa aktiviteter: formulera fördelar och nackdelar med varje aktivitet och väg dem mot varandra. Vad är mest relevant för kärnproblemet? Hur mycket tid krävs? Vilken kompetens krävs för att det ska bli bra?
- Återigen, ta dig inte vatten över huvudet. Det är viktigare att göra något begränsat och att komma i mål än att jobba för brett och få svårt att se resultat.
- Om du inte själv är berörd av orättvisan du kämpar emot, fundera kring hur du kan skapa utrymme för dem som berörs i din aktivism.
- Ha en plan B. Vad gör du om du inte får ut din debattartikel eller inte lyckas boka möte med en kommunpolitiker? Det är sällan en aktivitetsplan inte förändras med vägen, av en rad skäl.
- Om lämpligt, förena aktivitetsplanen med en strategi för kommunikation av till exempel huvudaktiviteten, eller lägg in kommunikationsaktiviteter direkt i aktivitetsplanen (se avsnitt 3). Som minimum kan detta handla om dina egna sociala medier.

2.

SÄKRARE
AKTIVISM

Hot och hat kan drabba aktivister och opinionsbildare i Sverige. För att skydda dig själv eller dina nära och kära mot risker kopplade till aktivism är det viktigt att ha förutsättningar för en säkrare aktivism. Säkrare aktivism hjälper dig att förstå vilka risker som finns och vilka åtgärder som kan vidtas för att kunna hålla i engagemanget inom din aktivism över längre tid.

Det finns flera sätt att arbeta säkrare med aktivism. I detta avsnitt ges tips och råd för egna säkerhets- eller riskanalyser och förslag på åtgärder för att minska säkerhetsrisker. Som aktivist behöver du ställa dig tre grundläggande frågor för att göra din aktivism säkrare:

1. Vad kan drabba dig i din aktivism?
2. Vilka säkerhetsåtgärder kan vidtas?
3. Hur kan du skydda dig mot fysiska hot?

I det följande kommer varje fråga att närmare beskrivas.

VAD KAN DRABBA DIG I DIN AKTIVISM?

Som aktivist är det viktigt att fundera igenom – och kartlägga – vad som kan hända och vilka risker som du kan drabbas av. Det kan finnas många riskfaktorer för aktivister som bedriver eget påverkansarbete. Det kan exempelvis handla om upplevelsen av ojämlik behandling från myndigheter och andra makthavare, polisvåld, drev eller hatstormar. Att utstå kränkningar, hot, smutskastning eller förvrängningar av din egen aktivism kan inverka negativt på möjligheterna att fortsätta framföra ditt budskap.

I din aktivism eller påverkansarbete kan du uppleva både positiv och negativ uppmärksamhet kring det budskapet som sprids. Att få uppmärksamhet är bra för att få ut ditt budskap och något som behövs för att få saker att hända. Samtidigt leder informationsdelning till att aktivister blir mer exponerade och utgör i sig en riskfaktor. Det kan leda till negativ uppmärksamhet, falska anklagelser om budskapet eller att du själv, din familj eller egna nätverk blir måltavlor för hot och hat.

Publikationer i traditionella medier, såsom debattartiklar, radio- eller tv-inslag eller i sociala medier, kan vara upprörande och framkalla ilska hos meningsmotståndare. Att dela information via oskyddade digitala kommunikationsmedel kan också vara en riskfaktor i detta. Om du använder dig av samma digitala kanaler i din aktivism som i ditt privatliv finns det en

risk att dessa blandas ihop. Om du inte har tänkt igenom det på förhand kan det exempelvis riskera att göra familj eller nätverk till måltavlor.

En annan riskfaktor för aktivister är vad som på engelska kan beskrivas som "guilt by association". Samarbeten eller sammankopplingar på olika sätt med riskexponerade personer eller organisationer kan höja din egen risk. Att digitalt eller fysiskt eftersökas på olika sätt är ytterligare en riskfaktor som aktivister behöver fundera över. Risken för att bli eftersökt kan påverkas av att hemadressen är öppen eller om du använder dig av oskyddade kommunikationskanaler.

Även risken att drabbas av stress eller i längden utmattning utgör en risk med att bedriva aktivism. Stress i sig är något som, när det blir för mycket, kan leda till att din aktivism plötsligt behöver avslutas. Att arbeta utan planering, utan att göra tillräckliga riskanalyser och att ta genvägar med sitt säkerhetstänk riskerar att öka stressen.

Fundera över vilka risker som kan drabba dig. Det är bra att fråga dig själv hur hög risken är att drabbas och hur pass allvarliga konsekvenserna kan bli.

För att göra sådana avvägningar går det att titta på offentlig statistik kring exempelvis hur många personer som årligen utsätts för våldsbrott kopplat till aktivism. Det kan dock vara resurskrävande. Det går också att lita på sina egna erfarenheter, ta hjälp av andras erfarenheter eller säkerhetsexperten. Aktivister är ofta väl insatta i sitt område och deras egna bedömningar av sannolikhet och konsekvens gällande risker är ofta tillräckligt bra för att utgå ifrån i sitt säkerhetsarbete.

Om det är väldigt allvarliga konsekvenser kan det vara nödvändigt att vidta åtgärder, även om sannolikheten är liten att drabbas av risken. Fundera även över vilka risker som inte är relevanta att åtgärda, exempelvis om konsekvenserna är väldigt låga. Då går det att besluta att en säkerhetsåtgärd inte behöver vidtas.

VILKA SÄKERHETSÅTGÄRDER KAN VIDTAS?

Efter att ha kartlagt riskerna och dess potentiella konsekvenser kopplat till din aktivism går det att utforska vilka åtgärder som kan vidtas för att förebygga dem. Vi rekommenderar att skapa enkla rutiner, regler och metoder som följs upp och helst görs obligatoriska i ditt arbete.

När det kommer till digital säkerhet finns det olika former av enkla lösningar för att skydda din data från att spridas till utomstående. Kommunikationsappen "Signal" är lätt att använda och ett bra verktyg för detta.

För att skapa säkra samarbeten är det viktigt att efterfråga transparens och hög säkerhet, från exempelvis finansiärer eller potentiella samarbetspartners. Utforska alltid värsta tänkbara vinkling. Det går att fråga dig själv: "Vad är den värsta situationen som kan uppstå av att jag ses med den här personen eller organisationen?" Här kan det vara bra att försöka tänka dig in i hur din meningsmotståndare skulle kunna tänkas uppfatta det.

Sänka riskerna för att bli eftersökt kan göras genom att inte dela var eller i vilket sammanhang du kommer att delta, förrän i efterhand. Ibland vill vi inte det, exempelvis vid demonstrationer då vi kan vilja kommunicera i förväg att vi kommer att vara på plats. I dessa fall är det viktigt att se över hur det kommuniceras och planera för åtgärder ifall hotfulla situationer skulle uppstå. Planera noggrant inför offentliga event som du är med i.

Att ta hand om dig själv och ditt nätverk är viktigt att tänka på då det förebygger allvarlig stress, vilket kan drabba aktivismen alltför negativt eller plötsligt.

De största riskerna med att driva aktivism eller påverkansarbete kan komma från meningsmotståndare med våldskapital. Det kan komma från alla som inte håller med och som är kapabla att använda våld, både fysiskt och psykiskt. Att hamna i situationer med hotfulla personer kan vara väldigt obehagligt. Nedan beskrivs några råd kring åtgärder i form av ickevåldsmetoder i syfte att deskalera hot.

HUR KAN JAG SKYDDA MIG MOT FYSISKA HOT?

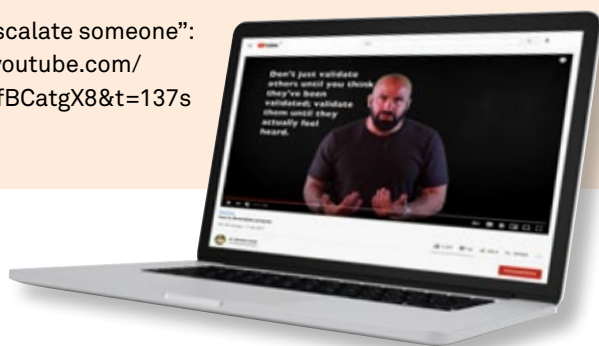
Det finns metoder som du som kan bli utsatt för hot och våld kan använda dig av för att minska riskerna i mötet med hotfulla eller våldsamma personer. Att metoderna finns innebär dock aldrig att det är offrets fel om våld inträffar. Ansvaret ligger alltid på förövaren. Som potentiellt utsatt, eller vittne, så är det alltid ditt eget val om du vill, kan eller orkar försöka använda någon av metoderna.

Om du hamnar i en hotfull eller farlig situation är det säkraste du kan göra att försöka lämna situationen så fort som möjligt. Försök öka avståndet mellan säkerhetshotet och dig själv eller andra personer runt omkring.

I konflikter som ännu inte är direkt hotfulla eller farliga så är ett bra verktyg att använda sig av deskalerande kommunikation. Ett exempel på ett sådant verktyg är något som kallas för ”empatisk kommunikation”. De tre viktigaste stegen som ingår är att lyssna, validera personens känslor och att repetera tillbaka vad personen säger eller ger uttryck för – för att signalera till personen att du förstår och respekterar den. Det är svårt att fortsätta vara arg eller upprörd på någon som använder den här metoden.

TIPS: I den här videon delar Dr. Christian Conte, expert inom ”anger management”, råd och tips kring hur en deskalerar en situation med en person som är utom kontroll.

“How to de-escalate someone”:
<https://www.youtube.com/watch?v=4qsFBCatgX8&t=137s>



Ett annat verktyg som kan användas vid konflikter med andra personer är mänskliggörande. Det här verktyget syftar till att komma tillbaka till mänskligheten i sig själv och den andra personen. Det kan ske genom att förklara att du är en "god individ" och försöka få den hotfulla personen att känna det. Exempelvis "jag har barn", "min mamma saknar mig".

Ifall någon är i fullständigt raseri, då är den personen mindre kontaktbar och kan vara redo att utöva fysiskt våld. I dessa fall kan empatisk kommunikation och mänskligt bemötande inte vara lika behjälpligt. Då kan det i stället vara relevant att använda verktyget som kallas "stegen". I en sådan fysisk hotande situation är det första att göra att ta sig bort från platsen genom att exempelvis springa därifrån. Om det inte är möjligt och du fortfarande är kvar i den hotfulla situationen är det viktigt att ta ett steg i taget och fokusera på att få bort de farligaste hoten först. Om personen exempelvis håller i en flaska så kan en säga "ta bort, flaskan, så kan vi prata". Det behöver inte låta aggressivt, men bör vara i form av en order. Ge korta order och försök att "väcka" personen som befinner sig i raseri.

Det kan upprepas för att få den andra personen att tänka på ordern flera gånger och till slut få den att agera därefter, i detta exempel ta bort flaskan eller ett annat hotfullt föremål. Därefter går du vidare till det näst farligaste i personens beteende, beroende på situationen kan det till exempel handla om att ge personen order om att backa. När hotbilden är lägre kan man springa därifrån. På så sätt fokuserar du på det farligaste och sen det farligaste därefter.



STRATEGISK KOMMUNIKATION

Strategisk kommunikation är kärnan i ditt påverkansarbete eller aktivism. För att du på ett effektivt sätt ska kunna nå ut till din målgrupp behöver du en kommunikationsstrategi som hjälper dig strukturera ditt innehåll och hitta din egen unika röst.

Vem vill du nå? Vad vill du säga? Vad vill du att målgruppen ska tänka, känna, göra? Utan en kommunikationsstrategi blir det svårare att fatta beslut, veta var du ska lägga dina resurser, veta när du inte vill vara offentlig. Med en strategi är det lättare att fatta sådana beslut och veta varför du gör det du gör.

I följande kapitel kommer vi att gå igenom alla viktiga steg för att skriva en kommunikationsstrategi samt en genomgång av hur sociala medier och traditionella medier kan användas för att sprida ett budskap och nå så många som möjligt.

SKAPA DIN KOMMUNIKATIONSSTRATEGI

STEG 1: MÅL

Det viktigaste steget är att du skriver ner dina mål med din kommunikation. Vill du att fler ska känna till din organisation, uppmärksamma en specifik händelse eller vill du påverka beslut?

Typiska kommunikationsmål är vad man vill att målgruppen ska göra, veta, kunna, tycka eller känna. Det kan vara både kvalitativa och kvantitativa mål och de ska vara mätbara. Beskriv målen och de konkreta resultat som kommunikationen ska uppnå. Specificera gärna kommunikationsmål för varje målgrupp.

STEG 2: LÄR KÄNNA DIN MÅLGRUPP

- Vem vill du nå med ditt budskap?
Målgruppen kan delas in i tre delar; myndigheter och organisationer, företag och människor. Din målgrupp kan vara en eller flera av de tre nämnda men för att få en tydlig kommunikationsstrategi rekommenderar vi att du väljer en att fokusera på.
- Vart kan du nå din målgrupp? Och vilka kanaler brukar de använda?
När du har valt din målgrupp är nästa steg att utforska de kanaler de har tillgång till för att se vart du kan nå dem bäst. Kanske diskuterar din målgrupp flitigt i facebookgrupper eller finns de på Instagram? Det är lättare att nå ut till din målgrupp där de redan befinner sig.

STEG 3: FORMULERA DITT BUDSKAP

När du har lärt känna din målgrupp är nästa steg att formulera ett budskap. Ditt budskap ska vara tydligt och enkelt att komma ihåg. Genom att använda konkreta budskap som är anpassade till målgruppen ökar du din chans att nå ut.

Ditt budskap ska alltid utgå utifrån:

- Enkelt att förstå
- Kort och konkret
- Anpassat till målgruppen

STEG 4: VÄLJ DINA KANALER

När du väljer dina kanaler är det viktigt att utgå från vilka kanaler som är relevanta för din målgrupp, men också vad du själv har för resurser. Vid val av kanal eller kanaler är det viktigt att du förstår kulturen och språket. Har du till exempel aldrig använt Twitter är det bättre att inte lägga allt för mycket tid på att skapa och använda den plattformen. Hellre att du är på färre plattformar som du känner väl än många där du inte kan kulturen.



FACEBOOK

Offentligt samtal
Vuxna/äldre
Content
Variation



INSTAGRAM

Visuellt
Yngre
Relationer
Stories



YOUTUBE

Visuellt
Yngre
Content
"Delarvänligt"



TWITTER

Realtid
Påverkan
Nyheter
Snabbt



LINKEDIN

B2B
Arbete
Expert

STEG 5: GÖR EN PLAN

När du har arbetat genom steg 1–4 ovan är det dags att skapa en plan för att nå ut med ditt budskap. Planen kommer att hjälpa dig att vara konsekvent och på så sätt stadigt bygga upp en följarskara.

Skriv en plan utifrån nedan punkter:

- När ska du publicera? Viktiga dagar/datum.
- Hur ofta ska du publicera? Planera och var realistisk med din tid.
- Ta fram mallar du kan återanvända

STEG 6: TESTA, ANALYSERA OCH UPPREPA

Alla sociala medieplattformar har inbyggd statistik. Du kan se vad som fungerar och inte för din målgrupp. Se till att analysera och dokumentera vilka inlägg som når ut bäst och testa och upprepa.

- Mät och analysera
- Vilken statistik är relevant för dig?
- Dina följares beteenden
- Lär från andra
- Testa, misslyckas, testa igen och lyckas!

När du har gått igenom steg 1–6 har du en färdig kommunikationsstrategi som du kan använda för att bygga din publik och organisera ditt påverkansarbete.

4.

SÄKERHET PÅ NÄTET OCH NÄTHAT

MED NÄTSÄKERHETSEXPERTEN VIAN TAHIR

Kränkningar och drev på nätet, till exempel av troll på sociala medier, kan orsaka mycket stress och dåligt mående för den som drabbas och leda till bland annat självcensur. Särskilt utsatta grupper – såsom rasifierade kvinnor, muslimer eller transpersoner – utsätts för säkerhetsproblem på nätet och näthat.

Brottsbalken förbjuder vissa handlingar på nätet, men näthat kan allt som oftast vara lagligt. Det är du som drabbas som avgör vad som är näthat för dig. Här tipsar vi om saker du kan göra både för att förebygga kränkningar och drev och hantera drev som uppkommit mot dig.

TECKEN PÅ TROLL OCH DREV

Som vi beskrivit i avsnitt 3 är det viktigt för aktivister att identifiera vilken eller vilka målgrupper som vi bedriver vår aktivism mot. Likaså är det bra att ha i åtanke vilken eller vilka grupper som inte är vår målgrupp: personer som vi inte har ett behov att kommunicera med och därför inte behöver gå in i diskussioner med utan kan hantera på andra sätt (som att till exempel blockera).

Tecken på att någon person på nätet är ett troll, det vill säga en person som sprider hat och kränkningar kan vara anonymitet, avsaknad av profilbild, användarnamn med siffror, flaggor (särskilt svenska flaggan), referenser till alternativa nyhetssidor, konspirationsteorier eller ”sanningar”, eller att personen skriver liknande saker om och om igen.

Det finns flera likheter mellan kritik – som i sig är ofarligt och konstruktivt för en demokrati – och drev – som handlar om att söndra och gå till personangrepp, och som innehåller säkerhetsrisker (se avsnitt 2). Både kritik och drev kan växa snabbt på till exempel sociala medier och väcka känslor.

Tecken på att aktiviteterna med negativa budskap mot dig handlar om ett drev är:

- att de startas eller eldas på i (bland annat högerextrema) grupper,
- att många anonyma konton står bakom budskapen,
- att kontona följer, gillar eller interagerar med högerextrema grupper eller personer,
- att kontona inte verkar ha tolkningsföreträde i frågan,
- att budskapen fokuserar på ”svenska” värderingar, traditioner eller samhälle, samt
- motsätter sig satsningar på jämställdhet, inkludering och mångfald.

ATT FÖREBYGGA OCH FÖRBEREDA INFÖR KRÄNKNINGAR OCH DREV

Det finns saker du kan göra för att förebygga och förbereda inför kränkningar och drev så att skadan, om något av det uppstår, blir så liten som möjligt.

Du kan till exempel:

- Bevaka grupper som du vet kan stå bakom hat för att vara förberedd
- Ta fram en enkel policy för dig själv för sociala medier inklusive åtgärdsplan för drev
- Skriva och publicera regler för hur en får skriva i dina kanaler, så kallad samtalston
- Ta reda på sidor eller profiler på motståndarsidan som det är bra att ha koll på
- Skaffa en person i din närhet med uppdraget att vara din support ifall något händer

Om ett drev uppstår kan din support kontakta dig och prata, söka och bedöma grupper på nätet, ta över dina inlogg och hålla koll på dina sociala medier, mejl, med mera. En support kan också anmäla till sociala medier och ta skärmdumpar inför polisanmälningar.

En **åtgärdsplan** för drev kan också vara bra att skriva. Ett exempel på åtgärdsplan utifrån några typsituationer är:

Något du skrivit blir ett väldigt gillat inlägg	BEREDSKAP
Personer med stora plattformar hittar, berömmar och sprider ditt inlägg	SKANNA AV LÄGET
Personer börjar argumentera emot och kritisera	KONTAKTA SUPPORT FÖR RÅD OCH EV HJÄLP
Många interaktioner	STÄNG AV NOTISER
Förolämpningar eller skällsord	ANMÄL TILL SOCIALA MEDIER
Vid många interaktioner eller annat som gör att det känns för jobbigt att hantera själv	LÄMNA ÖVER TILL SUPPORT
Hot	KONTAKTA POLIS

ATT HANTERA DREV

Drev kan se ut på olika sätt. Om det hettar till och du bedömer att du hamnar i ett drev kan du göra följande:

- Ta fram din åtgärdsplan
- Ta dig tid med svar, var tydlig och stå fast vid svaret
- Vid samma frågor – skriv en allmän text med svar på de vanligaste frågorna och hänvisa till den
- Påminn om dina skrivregler tydligt och vad som blir konsekvenserna (till exempel att kommentaren raderas eller att personen blockeras)
- Moderera och blockera (det är inte att censurera!)
- Ta hjälp av folk i din närhet inklusive support (se ovan)
- Anmäl alltid till sociala medier och polisen vid hot eller misstänkta brott!

5.

JURIDISK
AKTIVISM

Utöver att kunskap om juridik kan vara viktigt för att förstå rättighetsproblem är juridik ett viktigt verktyg för jurister och aktivister i deras arbete med samhällsförändring och stärkta rättigheter.

Juridisk aktivism – eller strategisk processföring – handlar om att med juridikens hjälp i ett enskilt fall adressera ett generellt problem. Det kan exempelvis röra sig om en svensk lag som inte är i överensstämmelse med internationella konventioner om mänskliga rättigheter eller brister i myndigheters och domstolars tillämpning av lagen.

I det här avsnittet listar vi juridiska dokument av relevans för mänskliga rättigheter som är bra att ha koll på som aktivist. Vi beskriver också några vägar för att bedriva juridisk aktivism. Vill du läsa mer om dokumentens innehåll eller klagoinstanser ges lästips på slutet.

OM MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER

Mänskliga rättigheter är juridik om rättigheter som har sitt ursprung i FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna från 1948. Mänskliga rättigheter gäller för var och en av oss och de hänger ihop med varandra. Det är regeringen som är ytterst ansvarig för att tillgodose dem.

Rättigheterna i den allmänna förklaringen konkretiseras i ett antal konventioner som förtydligar vad rättigheterna innebär inom olika områden. Stater har en juridisk skyldighet att garantera mänskliga rättigheter som förekommer i en konvention de valt att skriva under. Men ibland kan uppfattningen att en mänsklig rättighet ska garanteras vara så utbredd att den blir bindande för stater oavsett om en konvention skrivits under (folkrättsliga principer). I dag finns mänskliga rättigheter även i svensk lagstiftning inklusive grundlag.

För att mänskliga rättigheter ska tillämpas direkt av svenska myndigheter och domstolar krävs att de är överförda till den nationella rätten. Men Sveriges internationella åtaganden om mänskliga rättigheter ska genomsyra all tolkning och tillämpning av svensk lagstiftning (principen om konventionskonform tolkning). Därför är det bra att alltid hänvisa till mänskliga rättigheter i juridisk process av något slag.

Centrala regelverk för mänskliga rättigheter och anti-diskriminering

Följande nationella regelverk är viktiga för skyddet av mänskliga rättigheter:

- Regeringsformen (kap. 1 § 2 och kap. 2)
- Europakonventionen för de mänskliga rättigheter och friheterna (1994:1219)
- Diskrimineringslagen (2008:567)
- Minoritetslagen (2009:724) (bygger på Europarådets ramkonvention om skydd för de nationella minoriteterna samt europeiska språkstadgan)
- Barnrättslagen (2018:1197) (överföring av barnkonventionen till nationell rätt)
- EU:s dataskyddsförordning (GDPR)

På sid 32–33 finns en tabell över internationella konventioner som är viktiga för skyddet av mänskliga rättigheter.

HIT KAN DU VÄNDA DIG FÖR ATT BEDRIVA JURIDISK AKTIVISM I SVERIGE OCH INTERNATIONELLT

Om du anser att dina mänskliga rättigheter har kränkts eller har blivit utsatt för diskriminering så finns det olika instanser att vända sig till. Olika vägar att välja för juridiskt arbete kan delas in i domstolsprocesser, tillsynsmyndigheter och internationella forum. Att känna till och förstå hur dessa vägar fungerar är bra eftersom du kan använda dem för att bedriva påverkansarbete. Beroende på dina personliga eller ärendets förutsättningar samt syftet med påverkansarbetet finns olika vägar att gå.

I de flesta fall går det att få ett ärende prövat av en **domstol** i Sverige. Förvaltningsdomstolar (förvaltningsrätt, kammarrätt, Högsta förvaltningsdomstolen) avgör mål mellan enskilda och staten. Att vända dig till en förvaltningsdomstol förutsätter att du har fått ett myndighetsbeslut som kan överklagas dit. Allmänna domstolar (tingsrätt, hovrätt, Högsta domstolen) avgör mål mellan enskilda och mellan enskilda och staten. Bland annat är det möjligt att stämma staten och begära skadestånd för kränkning av en rättighet i grundlagen (regeringsformen) eller Europakonventionen. I Sverige finns även specialdomstolar att vända sig till, exempelvis Arbetsdomstolen.

Förenklade tvistemål: När det kommer till diskrimineringslagen går det att driva så kallade förenklade tvistemål i allmän domstol där parterna står för sina egna rättegångskostnader. Det är ett mål som rör ett krav under ett halvt prisbasbelopp. Det innebär att parterna står för sina egna kostnader, oavsett vem som vinner målet.

Att gå till domstol och nå en positiv utgång kan bidra till att säkerställa att lagstiftningen får effekt eller visa på brister, som en viktig del av ett bredare påverkansarbete. Men det kan vara resurskrävande och ska helst förenas med en ordentlig analys med stöd av någon som har tidigare erfarenhet av sådana processer. Det kan även vara kostsamt med risk att stå för rättegångskostnader för sig själv och motparten vid förlust. Generellt kan det vara bra att se över din hemförsäkring. Om rättsskydd ingår kan det beroende på typen av tvist täcka upp vissa kostnader. Om du inte har rättsskydd är det möjligt att ansöka om rättshjälp enligt rättshjälpslagen (1996:1619).

Utöver domstolar finns det olika tillsynsmyndigheter i Sverige. Hit kan du vända dig som alternativ till att gå till domstol. I detta avsnitt nämns ett urval av dessa som är bra att känna till, men det finns även andra myndigheter (se lästips nedan).

Diskrimineringsombudsmannen (DO) tar emot tips och klagomål som rör bland annat diskriminering och risker för diskriminering. DO kan fatta beslut efter granskning och i vissa fall inleda domstolsprocesser. Informationen till DO är viktig och kan användas för att identifiera samhällsproblem kring diskriminering och driva på utvecklingen. Det kostar inget att lämna tips och klagomål men det är bra att veta att DO har begränsade resurser.

Det går också att, utan kostnad, göra anmälningar till **Justitieombudsmannen** eller **Justitiekanslern**.

Justitieombudsmannen (JO) granskar om statliga och kommunala myndigheter följer lagar och förordningar. Utifrån inkomna anmälningar gör JO en egen utredning som kan leda till att JO riktar kritik mot myndigheten eller den enskilda tjänstepersonen som agerat felaktigt.

Justitiekanslern (JK) har också till uppgift att utöva tillsyn av myndigheter. Då JK:s tillsyn är mer begränsad är det bra att i första hand vända dig till JO när du tycker att en myndighet har agerat fel. Men till JK går det även att begära skadestånd.

Om du vill vända dig till en tillsynsmyndighet har det fördelen att det är kostnadsfritt och du riskerar inte att betala motpartens eventuella kostnader. Det är inte heller lika resurskrävande på andra vis som det kan vara att vända sig till en domstol. Att vända dig till JO kräver inte särskilt mycket i fråga om underlag, då JO gör en egen utredning om JO bestämmer sig för att granska förhållandena närmare. Däremot förväntas du presentera ett mer fullständigt underlag vid en begäran om skadestånd till JK, som i vissa fall kan be om kompletteringar. Varken JO och JK granskar förhållanden längre än två år tillbaka i tiden.

Förutom det svenska systemet är det möjligt att vända sig till internationella klagoinstanser. Om du har uttömt möjligheterna att få ditt ärende prövat i Sverige (till exempel överklagat) och du anser att en eller flera rättigheter i Europakonventionen har kränkts, kan du gå vidare med ett klagomål till **Europadomstolen**.

Det är viktigt att noggrant skriva anmälan till Europadomstolen och uppfylla de formkrav som finns (se lästips nedan). Från det slutliga beslutet får det inte gå längre än sex månader innan målet framförs till Europadomstolen. Europadomstolen tar emot många ärenden och många klagomål går inte vidare till prövning (utan avvisas).

Om fallet tas upp till prövning avgör Europadomstolen om det har skett en kränkning av Europakonventionen i det enskilda fallet. Om Europadomstolen anser att en kränkning skett i det enskilda fallet kan ersättning utdömas. Europadomstolen kan också komma med generella uttalanden om förhållanden som lett till kränkning av Europakonventionen, exempelvis otillåten lagstiftning. Medlemsländer har en skyldighet att implementera domar (artikel 46 EKMR). Det kan leda till en större påverkan på strukturella rättighetsproblem än enbart i det enskilda fallet.

Det kostar inte i sig att vända sig till Europadomstolen men det kan innebära vissa indirekta kostnader såsom postavgifter eller för översättning. Det tar generellt lång tid (uppemot sju till åtta år) för att få ett avgörande. För att få bra utfall krävs relativt höga juridiska kunskaper i argumentationen vilket är bra att tänka på kring det här vägvalet och se över möjligheterna att ta hjälp av någon med den kompetensen eller erfarenheten som behövs.

Inom **FN och Europarådet** finns fler mekanismer som bevakar hur länder efterlever sina åtaganden om mänskliga rättigheter. I FN:s människorätts-system genomför både människorättsrådet och kommittéer som övervakar efterlevnaden av FN:s kärnkonventioner regelbundna granskningar. FN har också självständiga experter som rapporterar och ger råd kring människorättsfrågor. Europarådet har ett liknande system för granskning av medlemsländernas respekt för Europarådets konventioner. Samtliga

mekanismer tillåter inspel av organisationer eller enskilda aktivister, men det gäller att läsa på hur mekanismerna och deras arbete fungerar så att inspielen blir relevanta och får så stor effekt som möjligt (se lästips sid 34).

Bland annat FN-kommittéer tar emot klagomål från enskilda (se tabellen längre ner). Om du vill vända dig till en viss kommitté är det viktigt att kolla upp om Sverige har skrivit under konventionen vars rättigheter du anser har kränkts och om individuella klagomål är möjliga. Även i relation till de internationella kommittéerna är det viktigt att ha uttömt de inhemska lagliga vägarna att få ärendet prövat.

Det kostar inget att vända sig till FN:s kommittéer men som med Europadomstolen kan en sådan process innebära omkringliggande kostnader. Att vända dig med ett individuellt klagomål till någon av FN:s kommittéer kan inte leda till skadestånd, men kommittén kan rikta kritik i form av rekommendationer i det enskilda fallet samt generellt, vilka kommittén förväntar sig att Sverige följer. Rekommendationerna är inte bindande, men Sverige är generellt mån om att inte få kritik varför ett beslut ofta leder till någon form av åtgärd.

MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER HAR BEGRÄNSNINGAR

Mänskliga rättigheter har flera begränsningar när det kommer till att garantera människor rättigheter i praktiken och här ges några exempel.

Folkrätten, såsom juridiken i stort, är en produkt av politik och rådande samhällsförhållanden. Få mänskliga rättigheter är absoluta vilket leder till att andra samhällsintressen kan väga tyngre än mänskliga rättigheter i individuella fall, ett vanligt exempel är rättigheter för migranter. Det finns inte heller sanktionssystem för länder som inte respekterar överenskommelser om mänskliga rättigheter.

Främst i relation till Europakonventionen har stater ett visst utrymme för egen tolkning och tillämpning av mänskliga rättigheter (margin of appreciation).

En utmaning rör nationella myndigheters och domstolars kunskap kring internationella regelverk och hur de samverkar med svensk lagstiftning vid tillämpning. Om rättstillämparen får lite vägledning från lagstiftaren om hur tillämpningen ska gå till kan utfallet bli svårt att förutse för den enskilda som vill ha sina rättigheter tillgodosedda.

Det är viktigt att vara medveten om begränsningarna för mänskliga rättigheters genomslag och inte ha för höga förväntningar kring vad hänvisningar till mänskliga rättigheter kan leda till.

LISTA PÅ INTERNATIONELLA KONVENTIONER SOM ÄR VIKTIGA FÖR SKYDDET AV MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER

KONVENTION* (UTAN INBÖRDES ORDNING)	DIREKT TILLÄMPLIG?	DÖMANDE ELLER ÖVERVAKANDE ORGAN	ÄR INDIVIDUELLA KLAGOMÅL MÖJLIGT?
Barnkonventionen (CRC)	JA (barnrättslagen (2018:1197))	FN:s barnrättskommitté	NEJ
Konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning (CRPD)	NEJ	FN:s kommitté för rättigheter för personer med funktionsnedsättning	JA
Konventionen om avskaffande av rasdiskriminering (CERD)	NEJ	FN:s rasdiskrimineringskommitté	JA
Konventionen om avskaffande av diskriminering av kvinnor (CEDAW)	NEJ	FN:s kommitté för avskaffande av diskriminering av kvinnor	JA
Konventionen mot tortyr och annan grym, omänsklig eller förnedrande behandling eller bestraffning (CAT)	NEJ	FN:s kommitté mot tortyr	JA
Konventionen för medborgerliga och politiska rättigheter (ICCPR)	NEJ	FN:s människorättskommitté	JA
Konventionen för sociala, ekonomiska och kulturella rättigheter (ICESCR)	NEJ	FN:s kommitté för sociala, ekonomiska och kulturella rättigheter	JA
Europakonventionen (EKMR)	JA (lag (1994:1219) om den europeiska konventionen angående skydd för de mänskliga rättigheterna och de grundläggande friheterna)	Europadomstolen	JA

KONVENTION* (UTAN INBÖRDES ORDNING)	DIREKT TILLÄMPLIG?	DÖMANDE ELLER ÖVERVAKANDE ORGAN	ÄR INDIVIDUELLA KLAGOMÅL MÖJLIGT?
Europarådets ramkonvention om skydd för de nationella minoriteterna	JA (minoritets- lagen (2009:724))	Europarådets rådgivande kommitté	NEJ
Europeiska språkstadgan	JA (minoritets- lagen (2009:724))	Europarådets expertkommitté	NEJ
Europeiska sociala stadgan	NEJ	Europeiska kommittén för sociala rättigheter (Europarådet)	JA (under vissa förutsättningar)
Europeiska konventionen mot tortyr och omänsklig eller förnedrande behandling eller besträffning (CPT)	NEJ	Europarådets kommitté mot tortyr och omänsklig eller förnedrande behandling eller besträffning (CPT)	NEJ
EU:s rättighetsstadga	JA	EU-domstolen	NEJ (tar emot begäran om för- handsavgöranden från nationella domstolar, m.m.)
FN:s urfolksdeklaration (bindande genom sedvanerätt och andra konventioner)	NEJ	–	NEJ

* Samtliga konventioner har skrivits under av regeringen och är bindande. Tilläggsprotokoll till konventioner tillkommer i vissa fall.

LÄSTIPS FÖR JURIDISK AKTIVISM

SVERIGE

Sveriges domstolssystem:

<https://www.domstol.se/om-sveriges-domstolar/sa-fungerar-domstolarna/>

Om rättshjälp:

<https://www.domstol.se/amnen/rattshjalp/behover-du-rattshjalp/>

TILLSYNSMYNDIGHETER (EJ UTTÖMMANDE):

- **Justitieombudsmannen (JO):**

<https://www.jo.se/sv/JO-anmalan/>

- **Justitiekanslern (JK):**

<https://www.jk.se/om-oss/>

- **Diskrimineringsombudsmannen (DO):**

<https://www.do.se/tips-och-klagomal/>. Du kan vända dig till Sveriges antidiskrimineringsbyråer för att få kostnadsfri juridisk rådgivning och annan hjälp med att försöka lösa din situation. <https://www.diskriminering.se/lankar/antidiskrimineringsbyraer-i-sverige/>

- **Inspektionen för vård och omsorg (IVO)** ansvarar för tillsyn av bland annat hälso- och sjukvård:

<https://www.ivo.se>

- **Integritetsskyddsmyndigheten (IMY)** arbetar för skyddet av personuppgifter:

<https://www.imy.se>

- Se fler exempel här:

<https://www.jo.se/JO-anmalan/Andra-tillsynsmyndigheter/>

EUROPARÅDET

Europadomstolen, särskilt om att klaga dit:

<https://www.echr.coe.int/Pages/home.aspx?p=applicants/swe&c=>

Europarådets kommittéer (se under fliken "Human Rights"):

<https://www.coe.int/en/web/portal/home>

FN

FN:s människorättssystem – en översikt:

<https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/Pages/HumanRightsBodies.aspx>

Sveriges processer i FN:s människorättssystem:

<https://www.ohchr.org/en/countries/enacaregion/pages/seindex.aspx>

FN:s människorättsexperter med självständiga mandat (särskilda rapportörer):

https://www.ohchr.org/Documents/HRBodies/SP/VisualDirectoryFebruary2021_en.pdf

Kommittéer som granskar kärnkonventioners efterlevnad:

<https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/Pages/TreatyBodies.aspx>

Individuella klagomålsprocedurer:

<https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/TBPetitions/Pages/HRTBPetitions.aspx>

FN:s människorättsråd:

<https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/HRC/Pages/Home.aspx>

FN:s allmänna ländergranskning (Universal Periodic Review):

<https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/UPR/Pages/UPRMain.aspx>

FÖLJ OSS I SOCIALA MEDIER



FACEBOOK

Civil Rights Defenders



TWITTER

@crdefenders



INSTAGRAM

@crdefenders



**CIVIL
RIGHTS
DEFENDERS**

Östgötagatan 90
116 64 Stockholm
Telefon: 08-545 277 30
E-post: info@crd.org
www.crd.org

