

# SNACKA DEMOKRATIN

---

**TEMA** SNACKA TRYGGHET



4-6 PERSONER



60 MINUTER



## INLEDNING

1. Utse en samtalsledare. Samtalsledaren vägleder samtalet.
2. Hälsa välkomna. Nämn att temat för samtalet är trygghet. Berätta att **Snacka Demokratin** är en metod för att skapa givande samtal där vi lyssnar, blir hörda och lär av varandra. Det är ett samtal – inte en debatt.

**TIPS!**  
Presentera er gärna vid namn om ni inte redan känner varandra.

## SAMTALSKONTRAKTET ⌚ 5 MIN

3. Sätt gemensamma förhållningsregler för samtalet. Turas om att läsa dem högt. Fråga därefter om alla är överens, eller om något ska ändras eller läggas till.
  - **Lyssna för att förstå.** Lyssna utan att avbryta. Kommunikation handlar lika mycket om att lyssna som att prata. Det gör det lättare att förstå hur andras erfarenheter kan påverka deras värderingar och perspektiv.
  - **Var respektfull och öppen.** I ett polariserat samhälle är det lätt att döma varandra snabbt och hårt. Att lämna förutfattade meningar åt sidan bidrar till att alla känner sig respekterade.
  - **Skapa ett tryggt utrymme.** Dela med er av saker som är viktiga för er som individer. Visa uppskattning för att andra försöker göra samma sak.
  - **Ta hänsyn till tiden.** Försök hålla era svar koncisa och relevanta för frågan ni besvarar. Var måna om att alla ska ha möjlighet att komma till tals.
  - **Ta gemensamt ansvar.** Alla ansvarar för sitt eget deltagande. Samtidigt hjälps ni åt, till exempel genom att styra tillbaka samtalet till kärnan.

## BÖRJA MED DIG SJÄLV ⌚ 10 MIN

4. Alla väljer en av frågorna nedan och svarar i ungefär 1–2 minuter. Övriga lyssnar utan att avbryta. Håll koll på tiden och påminn när det är dags att runda av.
  - Vad är dina förhoppningar eller oro moln för din familj, vänner eller omgivning?
  - Vilka erfarenheter har format dig mest som person?
  - Vad hoppas du att andra ska förstå om dig som inte syns vid första anblick?

## UTFORSKA ÄMNET: SNACKA TRYGGHET ⌚ 30 MIN

5. Introducera ämnet genom att läsa texten nedan högt:

Under de senaste åren har frågan om trygghet tagit större plats i samhällsdebatten, bland annat på grund av det ökade skjutvapenvåldet. Då likställs trygghet ofta med brottsbekämpning, till exempel genom fler poliser. Men trygghet handlar också om tillit till myndigheter, livsvillkor, tillgång till stöd och hur vi bemöter varandra i vardagen.

Politiker presenterar ibland förslag som är menade att skapa trygghet. Ett exempel är visitationszoner, där polisen inom ett område får kroppsvisitera alla utan brottsmisstanke. Vissa menar att detta kan öka tryggheten genom att förebygga brott. Andra menar istället att visitationszoner tvärtom minskar

tryggheten för oskyldiga människor som ändå kontrolleras av polisen. Tryggheten kan också minska på grund av risken för diskriminering, till exempel om polisen väljer vem som ska kroppsvisiteras baserat på etnicitet.

Polisen är inte de enda som ansvarar för att skapa trygghet i samhället. Trygghet handlar om mer än frånvaron av brott och kan betyda olika saker beroende på var man bor, vilka erfarenheter man har och vilka grupper man tillhör.

6. Alla väljer en av frågorna nedan och svarar i ungefär 1–2 minuter. Övriga lyssnar utan att avbryta. När alla har pratat sammanfattar du som samtalsledare det som sagts. Hjälps åt om det behövs. Diskutera därefter fritt i ungefär 10 minuter, till exempel genom att utveckla era svar eller be någon annan att berätta mer.
- Vad behöver du för att känna trygghet?
  - Upplever du att polisen skapar trygghet? Varför eller varför inte?
  - Exemplet med visitationszoner visar att exakt samma händelse kan skapa trygghet för vissa, men minska den för andra. Vad beror det på?
  - Hur påverkas trygghetskänslan av hur människor bemöter varandra i vardagen?
  - Vad behöver göras för att öka tryggheten för alla i samhället?

**TIPS!**  
Anteckna gärna skärmfritt med papper och penna.

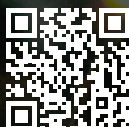
## VAD KAN VI GÖRA NU? 🕒 15 MIN

7. Berätta att samtal på det här viset är ett sätt att skapa förändring. Många av våra rättigheter idag är trots allt resultatet av att människor kämpade tillsammans, även när de inte höll med varandra. Diskutera därefter fritt utifrån en eller flera av frågorna nedan. Hjälps åt så att alla får komma till tals.
- Har du hittat gemensamma tankar, värderingar eller perspektiv med andra i samtalet? Vilka?
  - Vad kan du konkret göra för att bidra till den förändring du vill se?
  - Har det här samtalet förändrat hur du ser på temat, dig själv eller andra? Hur?
8. Tacka för samtalet. Om någon i gruppen vill fördjupa sig på ämnet så finns det en **studiecirkel** som tagits fram tillsammans med studieförbunden. Tipsa om att gå med i nätverket **Backa Demokratin**. Uppmuntra alla att bjuda in minst en person till ett **Snacka Demokratin-samtal**.

# VILL DU GÖRA MER?



BJUD IN FLER  
TILL SNACKA  
DEMOKRATIN



LÄS MER OM  
STUDIECIRKELN



## BACKA DEMOKRATIN

Vi ser fler och fler politiska förslag som kränker mänskliga rättigheter. Det signalerar ett oroväckande skifte i vår demokrati. När demokratin riskerar att nedmonteras, en rättighet i taget, behöver vi bli fler som försvarar den.

Du behövs! Gå med i Backa Demokratin på [crd.org/backademokratin](https://crd.org/backademokratin).

