

En publikation framtagen av
16 unga anställda på Right By Me

VARSAÅGOD!

HAND BOKEN FÖR MODERATORER

**ALLDELES FÖR MÅNGA RUM SOM RÖR
OSS UNGA FORMAS UTAN VÅRA RÖSTER**

Och när vi väl bjuds in, sker det oftast för att bocka av en checklista. Den här handboken finns för att ändra på det. Den är för dig som vill inkludera unga på riktigt – för en stol i rummet räcker inte. Inte ens att inkludera räcker. Läs vidare. Du kommer förstå varför.

**RIGHT
BY ME**

DET RÄCKER INTE ATT "VILJA" INKLUDERA UNGA

Den här handboken är till för dig som vill bli bättre och mer inkluderande i din roll som moderator eller arrangör. Du kanske säger att du vill inkludera unga. Men fråga dig själv: Bjuder du in oss för att det ser bra ut, eller för att ungas perspektiv faktiskt ska förändra rummet?

Som unga upplever vi ofta att vuxna vill vara inkluderande, men vet inte alltid hur. Det resulterar i att unga bjuds in, placeras på en scen, avbryts, tonas ner eller används som prydnad i en vuxen-föreställning. Och när samtalet är slut? Då hörs inget mer. Då upplevs det mer som symbolik än verklig maktfördelning.

Det här är en guide för den som förstår att ungas rätt att höras är en demokratisk rättighet. Sverige har lagar som kräver det. Barnkonventionen, grundlagen, kommunallagen. FN har förbundit sig genom Agenda 2030, UN Youth Strategy -Youth 2030 och Pact for the Future (2024) att inte bara lyssna på unga utan att beakta framtida generationers intressen i beslutsfattandet. Det är inte fluff – det är folkrätt.

Ändå fortsätter många att se unga som "framtiden" istället för deltagare här och nu. Som objekt istället för aktörer som bidrar på samma villkor i rummet.

VÅR UPPMANING TILL DIG:

Vi uppmanar dig att läsa och praktisera innehållet med öppet sinne. Våga utmana dina invanda föreställningar. Våga tappa kontrollen, och se vad som kan växa ur det tomrummet.

**För vi vill möta er vuxna. På samma våglängd.
Med samma förutsättningar – i samtalen med er.**

VARFÖR HAR VI TAGIT FRAM EN GUIDE?	4
"VUXENVIDIMERING"	6
FÖRE SAMTALET	6
UNDER SAMTALET	8
EFTER SAMTALET	13
SLUTORD & MEDVERKANDE	18

VUXEN VIDI ✓ MERING *

*När ungas perspektiv, erfarenheter eller idéer anses bli mer trovärdiga först när en vuxen bekräftar, översätter eller legitimerar dem.

EFTERSOM RESTEN AV DEN HÄR HANDBOKEN ÄR SKRIVEN AV UNGA tänkte vi först att det kanske behövdes ett klassiskt förord från vuxna. Du vet – några vuxna namn längst fram som kan signalera att innehållet är “på riktigt”. Och kanske säger det egentligen allt om varför den här handboken behövs. För trots att unga ständigt bjuds in till paneler, workshops, samråd och samtal om framtiden, lever idén kvar om att vuxna fortfarande behöver kvalitetssäkra, översätta eller legitimera ungas perspektiv. Som att ungas erfarenheter blir lite mer trovärdiga först när en vuxen nickar bredvid.

Men sanningen är att unga inte behöver vuxenvidimering för att vara relevanta i samhällsutvecklingen. Det som behövs är vuxna som är redo att förändra hur rum fungerar, hur samtal leds och hur makt faktiskt fördelas. För frågan är inte längre om unga ska få höras. Svensk lagstiftning, Barnkonventionen och flera internationella konventioner är redan tydliga där. Framför allt FN:s Pact for the future som fastställer att beslut ska ta hänsyn till hur de påverkar kommande generationer. Det är den första internationella deklARATIONEN som har antagits om hur unga och framtida generationer bättre ska inkluderas i beslutsfattandet. Frågan är hur vi går från symbolisk inkludering till verkligt inflytande. Hur vi skapar sammanhang där unga inte bara representerar “unga perspektiv” – utan där deras erfarenheter faktiskt påverkar beslut, riktning och innehåll.

Den här handboken är därför inte ett facit. Den är ett försök att flytta praktiken framåt. Byggt på ungas egna erfarenheter av att bli inbjudna, avbrutna, förbisedda, lyssnade på och ibland faktiskt tagna på allvar. Och kanske är vuxnas viktigaste roll här inte att skriva förord, sätta ramar eller översätta ungas perspektiv.

Utän att vara tillräckligt modiga för att låta bli, och att ibland kliva åt sidan, att ta tid att förstå, för att dela makt på riktigt och ta ansvar för vilka rum som vi faktiskt skapar.

Anna Lind, Right By Me
Christina Wahlström, Skandia Idéer för livet

■ VARFÖR HAR VI TAGIT FRAM EN GUIDE FÖR MODERATORER?

Denna handbok har tagits fram eftersom rätten att bli hörd är en demokratisk grundprincip, och eftersom det fortfarande finns förbättringspotential i hur moderatorer involverar unga och tar tillvara deras perspektiv.

! LAGAR OCH FÖRORDNINGAR SOM LYFTER UNGAS RÖSTER I DET DEMOKRATISKA SAMHÄLLET

Det finns ett flertal lagar och konventioner som både stärker och reglerar barn och ungas demokratiska rättigheter att göra sina röster hörda. Bl a

GRUNDLAGEN
SKOLLAGEN
SKOLFÖRORDNINGEN
KOMMUNALLAGEN
DISKRIMINERINGSLAGEN
BARNKONVENTIONEN

Utöver de svenska lagarna har Sverige undertecknat flera förordningar som är knutna till Förenta nationernas (FN), beslut om barn, unga och framtida generationer - från Agenda 2030 till Pact for the Future om att beakta framtida generationers intressen.

► Summit of the Future & Pact for the Future (2024)

FN:s framtidstoppmöte resulterade i Pact for the Future med en särskild bilaga:

→ Deklarationen om Framtida Generationer – där stater förbinder sig att beakta framtida generationers intressen i beslutsfattandet.

► UN Youth Strategy – Youth 2030 (2018)

FN lanserade en samlad ungdomsstrategi för att stärka ungas delaktighet på alla nivåer – lokalt, nationellt och globalt. Strategin positionerar unga som aktörer, inte bara mottagare av beslut.

► Agenda 2030 och de globala målen (2017)

FN:s medlemsstater antog 17 Globala mål (SDG) med principen att ingen ska lämnas utanför – explicit inkluderande kommande generationer.

1. FÖRE SAMTALET

I förberedelsefasen är det fokus på förankring och att skapa rätt förutsättningar, både för dig som moderator och för ungdomen eller ungdomarna du bjuder in.

W Inför ett panelsamtal behöver man känna sig trygg och förberedd. För mig handlar det om att få tydlig information om vad som ska hända, vilka frågor som kan komma och vilken roll jag har. Särskilt första gången gör det stor skillnad att någon också visar att ens perspektiv faktiskt är värdefullt – det bygger självförtroende och gör att man vågar ta plats.

- Maya Aziz, 20 år, Ungdomsledare på Right By Me.

! Ekonomiska hinder ska aldrig stå i vägen för en ung persons deltagande.

ARVODERAR DU VUXNA? DÅ ARVODERAR DU UNGA PÅ SAMMA VILLKOR.

1.1. SKAPA EN GEMENSAM FÖRSTÅELSE

Som moderator behöver du börja i rätt ände med att tydliggöra riktningen.

Ställ dig själv de grundläggande frågorna: **Varför finns den här panelen? Vad är det vi vill uppnå? Varför är det värdefullt att ha med ungdomar i samtalet?** När du har svaren blir det också lättare att förmedla ett tydligt syfte till de unga som ska delta.

Var transparent med vad samtalet faktiskt kan leda till, och vad det inte kan. Det skapar realistiska förväntningar och visar respekt för deltagarnas engagemang.

Var också noga med att tydliggöra varför varje person är inbjuden. Vad bidrar just den här individen med? När varje deltagare förstår sitt unika perspektiv och sin roll blir det lättare att känna sig trygg, relevant och delaktig i helheten.

1.2. GÖR ETT MEDVETET URVAL TILLSAMMANS MED UNGA

När du som moderator samarbetar med fler unga i urvalsprocessen ökar möjligheten att få in en bredd av perspektiv och erfarenheter i samtalet du arrangerar. Många unga är särskilt uppmärksamma på frågor som rör representation och vill synliggöra röster som annars lätt förbises. Inkludera därför gärna unga redan i planeringen av panelsamtalet och låt dem vara delaktiga i valet av vilka som bjuds in.

► TIPS:

- Involvera unga i urvalsprocessen genom att till exempel ta kontakt med ungdomsorganisationer och bjuda in dem att delta i förarbetet.
- Uppmuntra ungdomarna du valt ut att lyfta fler perspektiv än sina egna. Ge dem tid och förutsättningar att hålla fokusgrupper i förväg, så att de kan samla in och föra vidare andra ungas erfarenheter och röster.

Right By Me arbetar aktivt med fokusgrupper som har resulterat i att fler unga perspektiv kunnat synliggöras, och att fler röster än de ungdomar som varit på scenen kunnat komma till tals.

► TÄNKER DU PÅ ATT?

- Inte låta unga personers representation vara ett symboliskt deltagande.
- Inte bjuda in unga utan en tydlig roll eller funktion.
- Inte se unga som bara en ålder, utan en kunskap och en kompetens här och nu.

1.3. SKAPA TRYGGA FÖRUTSÄTTNINGAR

Att bygga trygghet inför samtalet är en viktig förutsättning för att samtalet ska kännas bekvämt, flyta på och vara informationsrikt.

► TIPS:

- Det kan vara värdefullt att erbjuda möjligheten för två ungdomar att delta i samtalet. På så sätt kan ungdomarna hitta stöd i varandra och bli mer självsäkra på scenen.
- Erbjud olika sätt att medverka, till exempel genom tal, spoken word, analys eller observation. Eftersom unga kan känna sig olika bekväma i hur de uttrycker sig, är det viktigt att skapa flexibilitet så att alla kan bidra på det sätt som känns rätt för dem.
- Se till att skapa kontakt mellan alla paneldeltagare i förväg, till exempel genom ett förmöte där de får möjlighet att lära känna varandra. Det bidrar till ökad trygghet inför samtalet, stärker relationerna och hjälper till att bygga en gemensam lagkänsla.
- Förtydliga hur stöd från dig som moderator ser ut under själva samtalet, så att ungdomarna vet att du fångar upp, styr tillbaka eller stöttar om det behövs.



Börja med relation och inte med frågor. Gå inte direkt på "nu ska vi jobba". Gör något socialt först, vi har till exempel spelat kort, pärlat, promenerat, åkt skridskor mm. När relationen finns så finns förutsättningar för bra möten med mer jämlika villkor.

Andrea Hormazabal, 48 år, Samordnare Barn och unga på Socialstyrelsen

1.4. FÖRBERED INNEHÅLLET TILLSAMMANS

Att ta fram material inför ett samtal eller ett scenframträdande tillsammans med ungdomar är en central del av förberedelserna. Det stärker delaktigheten och gör att de känner sig involverade genom hela processen, redan från början.

► TIPS:

- Dela frågorna i god tid inför samtalet och var tydlig med vilka som kommer att ställas i panelen.
- Ge samtidigt utrymme för ungdomarna att påverka innehållet, till exempel genom att justera frågorna och bidra med egna perspektiv. Ibland är frågor onödigt krångligt formulerade.
- Om frågorna behöver ändras eller omformuleras, se till att informera i god tid och förankra förändringarna med den eller de unga som deltar.
- Förankra med ungdomar som ska delta i samtalet om ni har tillåtelse att de filmas eller spelas in när de är med på samtalet.

Men vad händer när det är dags och alla kliver in i rummet? Hur möter du unga när de tar plats på scenen och samtalet tar fart? I nästa kapitel flyttar vi fokus till just det: vad du som moderator behöver ha med dig när du leder samtalet i stunden.



2. UNDER SAMTALET

Under samtalet är det fokus på moderatorns roll och hur moderatorn kan göra för att säkerställa att samtalet känns tryggt för alla.

Moderatorn bör leda samtalet med närvaro och fördela ordet rättvist. Den viktigaste rollen moderatorn har under samtalet är att skapa ett tryggt rum, respektera de unga och se till att ungas röster representeras rättvist. Tänk igenom hur deltagarna ska placera sig på scenen och ge ungdomarna möjlighet att stå där de känner sig trygga.

OBS! Följ planeringen som ni har kommit fram till i förarbetet och var förberedd på att styra om samtalet vid behov. Säkerställ att ungas perspektiv inte kortas eller tonas ner under samtalets gång.

W Det som gör att jag känner mig lyssnad på är när moderatorn aktivt bjuder in mig i samtalet, ger mig utrymme att prata klart och visar att mina erfarenheter tas på allvar.

- Juweria Abdirahman, 18 år, Senior Ungdomsledare på Right By Me.

2.1 RELEVANTA FRÅGOR ATT STÄLLA SIG INFÖR SAMTALET

► HUR SKAPAS TRYGGHET UNDER SAMTALET?

Trygghet skapas genom att välkomna alla deltagare på samma sätt och sätta tonen för att samtalet ska vara respektfullt och inkluderande. Det är viktigt att moderatorn är uppmärksam på dynamiken i hela gruppen.

► HUR RESPEKTERAR EN MODERATOR UNGAS INTEGRITET OCH GRÄNSER?

Det görs genom att vara lyhörd för den ungas signaler, bekräfta det ungdomen har att säga samt att inte ställa alltför styrande frågor.

► HUR SER MODERATORN TILL ATT UNGAS RÖSTER REPRESENTERAS PÅ ETT RÄTTVIST SÄTT?

Genom att introducera unga på samma sätt som övriga deltagare och synliggöra deras kompetens snarare än deras unga ålder. Undvik scenariot där den ungas röst blir representativ för alla unga.

► HUR SKA EN MODERATOR TÄNKA PÅ DET FYSISKA RUMMET?

Erbjud ungdomen att bestämma vart den vill stå under samtalet. Säkerställ att placeringen och ditt kroppsspråk inte signalerar en undermedveten hierarki. Ha gärna ett ståbord eller liknande på scenen som ungdomen kan stödja sig på. Det skapar lugn hos många unga.

► HUR SKA EN MODERATOR TÄNKA PÅ ARRANGÖRENS ROLL I RUMMET?

Arrangören, tillsammans med moderatorn ska skapa ett aktivt värdskap och uppmana publiken till respektfullt deltagande. Det är också viktigt för arrangören att ta ansvar för hur samtalet lever vidare.

W Våga låta unga ta ut svängarna, ha mod att släppa kontrollen. Jag bjöd in en ung person att tala under invigningen ett år, hen frågade om det var ok med ett bildspel i samband med talet/framförandet. Jag valde att inte be om att få se det innan, vilket var bra för jag är inte säker på att jag hade "vågat" ge ok. Nu blev det så starkt och stämningsfullt!

Har du unga mötesdeltagare, särbehandla dem inte utan att ha säkerställt att det är ok. Det är så lätt att unga blir behandlade som en grupp, i stället för som enskilda individer. Tänker på när en mötesarrangör utbrister "så roligt att ni unga är här, kan ni inte ställa er upp?"

- Mia Stuhre, 60 år, Operations manager på Almedalsveckan

► TIPS:

- Var noga med att presentera alla med rätt namn och titel.
Är du osäker, låt alla presentera sig själva.
- Be alla att komma samma tid.
- Fördela ordet aktivt och rättvist.
- Ställ följdfrågor som ni gärna har pratat om innan (det visar att deras perspektiv är viktiga).
- Säkerställ att unga får tala till punkt.

► TÄNKER DU PÅ ATT?

Unga och vuxna står inte på samma villkor på en scen, även om de står bredvid varandra. Långa CV:n, erfarenhet av panelformat och en omgivning som automatiskt lyssnar mer på vuxna skapar en osynlig maktobalans. Din roll som moderator är att se den – och bryta den.

- Inte låta vuxna dominera samtalet.
- Inte ha förminskande eller nedvärderande ton.
- Inte hoppa över unga i uppföljning eller fördjupning av frågor.

Det är i rummet som samtalet lever och där trygghet och närvaro avgör vad som faktiskt blir sagt och hört. Som moderator handlar det om att hålla i utan att hålla tillbaka och våga låta det som händer få ta plats. Men arbetet slutar inte när sista ordet är sagt och applåderna tystnar.

Nästa steg är att fånga upp och låta samtalet fortsätta få effekt bortom scenen, det tittar vi på i nästa kapitel.

W

När jag en gång var samtalsledare för ett rundabordssamtal kände jag mig väl förberedd och trygg i min roll. Arrangören presenterade mig dessutom på ett rättvist sätt. En bra arrangör eller moderator behöver alltid ha mycket koll på de unga som bjuds in och aktivt arbeta för att de ska känna sig inkluderade. Det är något jag själv har tagit med mig och tänkt mycket på i de sammanhang där jag senare haft rollen som moderator.

Nasri Abdullahi Mohamud, 19 år, Ungdomsledare på Right By Me

3. EFTER SAMTALET

Moderatorns ansvar efter panelen avgör om deltagarna upplever samtalet som meningsfullt eller bara symboliskt. För att skapa mening bör moderatorn ta ansvar och skapa kontinuitet tillsammans med paneldeltagarna.

W Efteråt är det viktigt att få någon form av återkoppling och att få veta vad som händer med det som har sagts. För mig känns det meningsfullt när ens ord inte bara stannar i stunden, utan faktiskt tas vidare eller bidrar till något. Det gör att man känner att ens röst spelar roll och att man vill fortsätta engagera sig i fler samtal.

- Mubarik Salaan, 21 år, Projektkoordinator på Right by Me

3.1. FORTSATT KONTAKT OCH PÅVERKAN

Efter panelsamtalet bör moderatorn återkoppla genom ett uppföljningsmöte eller ett mejl. Håll kontakten levande genom att skicka ett genomtänkt tack, öppna upp för vidare dialog och visa att relationen inte slutar när panelsamtalet tar slut. Tydliggör vad som händer efter och vem som ansvarar för det. Detta visar att de ungas deltagande spelat en roll.

En bra idé är att diskutera innehållet tillsammans med deltagarna samt vad som kan utvecklas och vad som fungerade bra. Moderatoren har även ett stort ansvar i att vara beredd på att besvara frågor, exempelvis vad som händer med innehållet från panelsamtalet och hur deras deltagande togs emot av publiken och arrangörerna.

Se även till att citat och inspel används korrekt. Var noga med att visa hur sammanställningar och vidare spridning kommer ske.

W Vi behöver ungas perspektiv i alla frågor - inte för att de är unga, utan för att de är kloka. Right By Me gav mig inte bara unga talare, utan unga som vågar vara sig själva och inte spela vuxna. Vi vuxna behöver få höra det ofiltrerade, även när det skaver.

Niklas Berg, 56 år, Seniorkonsult Gullers Grupp

SLUTORD



När jag står på scen känner jag en känsla av att det är nu eller aldrig, speciellt när det är mina ord och ingen annans. Innan jag fick möjligheten att stå på scen så var jag ganska blyg, men ju oftare jag har fått göra det och ju mer information jag får om samtalet desto tryggare blir jag. För mig är det viktigt att få lyfta min röst om mina upplevelser av diskriminering och ensamhet. Eftersom att ingen ungdom ska uppleva det jag har upplevt. Att få chansen att stå på scen är bra men det måste också ske på jämlika villkor.

Mina erfarenheter gör att mina ord väger minst lika tungt som någon annans. Jag är inte duktig bara för att jag delar med mig, jag har en värdig röst som måste få ta plats. Vi måste få tillit och ansvar för att ungas röster ska få påverka idag och inte bara imorgon.



► Slutord av Mubarik Salaan, en av de **16 unga anställda på Right By Me** som varit med och tagit fram handboken.

De unga medverkande har deltagit aktivt i både fokusgrupper och workshops för att ta fram innehållet till handboken. Alla citat och tips bygger på ungas perspektiv och erfarenheter.

Medverkande:

Mubarik Salaan, Projektkoordinator
Pamela Clemente, Projektledare
Hiwot Woldesilassie, Projektkoordinator
Rana Jumaah, Program- och engagemangsutvecklare
Maya Aziz, Senior ungdomsledare
Juwera Abdirahman, Senior ungdomsledare
Nasri Abdullahi Mohamud, Ungdomsledare
Isac Barry, Ungdomsledare
Sanni Razavi, Ungdomsledare
Ziyoda Urazbaeva, Ungdomsledare
Lamin Jadama, Ungdomsledare
Ahmad Zaki Rahimi, Senior Ungdomsledare
Muhamed Walala, Ungdomsledare
Melat Zeine, Ungdomsledare

Redaktör **Estefania Castillo**
Produktionsledare **Latiffa Westerlund**
Grafisk form och Vuxenvidimerande redaktör **Hanna Gradin**
Handboken går att laddas ned på [Rightbyme.se](https://rightbyme.se) och ildeerforlivet.se



Right By Me och Idéer för livet har ett unikt partnerskap som utgår från konceptet Medledarskap. Medledarskapet är ett ömsesidigt kompetensutvecklande program där ungdomar och arbetsgivare får lära av varandra och utgår från ett nyfiket förhållningssätt. Tillsammans utbyter deltagarna erfarenheter och delar perspektiv med värde för både individ och verksamhet. Konceptet är skalbart och kan med fördel spridas till fler organisationer. Det utgår från att gemensamt identifiera projekt och utveckla dessa i ett delat projektledarskap.

Denna publikation, som i första hand vänder sig till vuxna som modererar eller arrangerar samtal med unga, är ett sådant projekt. Vi såg ett behov av att lyfta viktiga förutsättningar för goda och värdefulla samtal med unga.

Vi är många som har viljan att utveckla samhället tillsammans. Vi hoppas att ett Medledarskap kan inspirera fler att öppna dörrar för unga.

Christina Wahlström, Skandia Idéer för livet



**idéer
för livet
skandia:**

**RIGHT
BY ME**

