

MAND DIG OP – MAND DIG NED

MANUAL TIL KOMPETENCEUDVIKLINGSFORLØB



Udlændinge- og
Integrationsministeriet

Styrelsen for International
Rekruttering og Integration

**MELLEMFOLKELIGT
SAMVIRKE** **actionaid**

MAND DIG OP – MAND DIG NED

MANUAL TIL KOMPETENCEUDVIKLINGSFORLØB

INTRODUKTION	03
BAGGRUND OG FORMÅL	03
MÅLGRUPPE:	04
METODER	05
TEMAER	09
LÆRINGSMÅL	10
VEJLEDNING TIL DE FORSKELLIGE WORKSHOP	14
WORKSHOP #1 – ET BLIK PÅ EN 'RIGTIG' MAND	16
WORKSHOP #2 – MIN MANDEHISTORIE/VORES MANDEHISTORIE	21
WORKSHOP #3 – "SÅDAN ER DET BARE"	25
WORKSHOP #4 – GI' DET VIDERE	32

INTRODUKTION

Denne kursusmanual er en guide til, hvordan man kan arbejde med et kompetenceudviklingsforløb i forhold til maskulinitet, køn, seksualitet og social kontrol for unge mænd med minoritetsbaggrund, der bor i udsatte boligområder.

At lave et kompetenceudviklingsforløb betyder, at deltagerne kompetenceopbygges til selv at blive trænere, der har redskaber, viden og erfaring til at afholde workshops for andre unge drenge og mænd i udsatte boligområder.

Denne manual har til formål at klæde fagfolk, facilitatorer, frivillige o.a. på til at kunne udvikle og afvikle workshops omkring maskulinitet, normer og negativ social kontrol for unge drenge og mænd med minoritetsbaggrund i udsatte boligområder.

BAGGRUND OG FORMÅL

Manualen er udarbejdet på baggrund af en stor lyttekampagne afholdt af Mellemfolkeligt Samvirke. En lyttekampagnen består af en række en-til-en-samtaler med unge mænd, der giver indblik i de unges perspektiver på køn og maskulinitet, deres udfordringer i livet og behovet for udvikling af kompetencer og dialog. SIRI's dialogkorps har ligeledes været aktive medskabere i udviklingen af denne manual.

Manualen er et produkt af projektet *Mand dig Op – Mand dig Ned*, der omhandler at kompetenceudvikle unge mænd fra udsatte boligområder til at kunne undervise og starte dialog med andre unge omkring maskulinitet, køn, seksualitet og social kontrol. Projektets overordnede formål er:

At give unge mænd redskaber til at blive aktive, handlende individer både i relation til deres eget liv og som "tilskuere" til mennesker omkring dem, som oplever negativ social kontrol i form af at blive undertrykt, kontrolleret eller på anden måde begrænset i sin adfærd.

Gennem kompetenceudviklingsforløbet vil de unge mænd blive i stand til at forstå, reflektere og handle på kønsmæssige strukturer, der skaber negativ social kontrol. Gennem forløbet arbejdes der med at udfordre de unge mænds stereotype maskulinitetsidealer og kønsnormer. Der arbejdes med de unges egne fortællinger og oplevelser af at være en mand. Deltagerne lærer gennem de forskellige workshops at forstå, mærke og udfordre det stereotype maskulinitetsideal og de kønsnormer der hører til dette. Det er gennem en udfoldelse af forskellige maskulinitetsformer, at deltagerne opnår indsigt i kompleksiteten i at være en 'rigtig' mand. Der vil ligeledes være et stort fokus på, hvordan magt mellem mennesker kan føre til negativ social kontrol – herunder undertrykkelse af specifikke personer eller grupper. Der vil være specifikt fokus på hvordan normer, værdier og sprog er dagsordensættende for de unge. Deltagerne vil blive bevidste om disse gennem forumteater og andre kreative metoder, hvor de netop får mulighed for sammen at diskutere, udvikle og afprøve nye måder at handle på negativ social kontrol. Deltagerne lærer om egne fordomme og lærer at gå i dialog med hinanden, herunder at lytte til andres holdning på en respektfuld måde trods uenigheder.

MÅLGRUPPE:

Den *primære målgruppe* for dette kompetenceudviklingsforløb er unge mænd med minoritetsbaggrund, der er vokset op og bor i udsatte boligområder. De unge mænd er mellem 15-25 år.

Efter kurset bliver de unge mænd i stand til at facilitere workshops og starte dialog med andre unge drenge i de udsatte boligområder. Den *sekundære målgruppe* er unge drenge mellem 15 – 18 år, som er vokset op og bor i et udsat boligområde.

Mellemfolkeligt Samvirke anbefaler, at gruppen af frivillige og unge mænd er en blandet gruppe, der har forskellige livserfaringer, ressourcer, motivationsfaktorer og interesser. På den måde bliver flere opfattelser og perspektiver på maskulinitet, køn, seksualitet etc. sat i spil. Mange unge har desuden relationer på tværs af forskellige positioner, og det er vigtigt, at de unge kan inspirere hinanden til at personlig udvikling og turde handle på situationer, man ikke tidligere har handlet på. Gennem workshopsene kan de unge være med til at løfte hinanden ud af udsatte positioner og ind i nye fællesskaber.

En blandet gruppe af unge mænd rekrutteres i forhold til deres ressourcer, engagement, alder og forskellige kønsperspektiver og refleksionsniveau. For overblikkets skyld kan de forskellige typer af unge kategoriseres i tre forskellige positioner.

- De *ressourcestærke* unge mænd fra udsatte boligområder. Unge, som har en plan med deres fremtid. De er ofte under uddannelse. De er motiverede af at gøre en forskel for andre, skrive noget på CV'et og deltager gerne i nye spændende initiativer, som de kan se sig selv i. Det er unge, som har været involveret aktivt i andre frivillige projekter.
- De *potentielt udsatte* unge er klar over deres muligheder i samfundet. Mange af disse unge har et stærkt ønske om uddannelse og arbejde, men har svært ved at knytte sig til længe revarende forløb. Disse unge befinder sig ofte i gråzoner og kan potentielt blive trukket ind i en negativ livsbane med stoffer eller kriminalitet på grund af deres omgangskreds. De kan dog også gå i en modsat retning og træde ind i positive fællesskaber, hvor der er fokus på deres personlige udvikling og samarbejde.
- De *udsatte* unge er en gruppe, som alle kommer fra yderst ressourcetsvage familier og netværk, som har få ressourcer, og som hverken har arbejde eller uddannelse. Det er unge med mange risikofaktorer, både individuelt (fx temperament, kognitive udfordringer, mangelfulde sociale kompetencer, mangel på selvtillid og negativ selvopfattelse) og kontekstuel (fx udfordringer i forhold til familie, omsorgssvigt, kriminalitet, skole, fattigdom mm.). Årsagen til, at de befinder sig i den situation, er kompleks og forskellig fra person til person. Det, som dog er ens for de unge i denne gruppe, er, at de er frustrerede, vrede og føler sig ekskluderet. De tager afstand til samfundet omkring sig, fordi de ikke føler sig hjemme eller ikke kan finde deres plads i fællesskabet.

Fælles for målgruppen er, at de unge oplever at blive misforstået eller overhørt af samfundet eller decideret at blive ekskluderet, enten fordi de har etnisk minoritetsbaggrund, bor i et udsat boligområde og/eller har en minoritetsreligion.

En typisk deltager på dette kompetenceudviklingsforløb er en ung mand, der:

- Har lyst til at lære fra sig
- Er motiveret for at gøre en forskel
- Vil bruge sig selv i forhold til at skabe forandring for andre
- Er åben for ny viden og har lyst til at formidle

METODER

Mellemfolkeligt Samvirke anbefaler, at der arbejdes med deltagerorienteret og erfaringsbaseret læring. Deltagerne er aktivt medskabende og engagerede i deres egen læring. Med dette fokus kommer den enkelte deltagers viden, kompetencer og erfaringer i spil. Deltagerne vil føle højere grad af ejerskab, at de bliver lyttet til, og at det er deres ideer og erfaringer, som er afsæt for ny læring. Det anbefales desuden, at der arbejdes med begrebet *facilitator* i stedet for underviser. En facilitator skal skabe rammerne for det gode læringsrum og guide deltagerne igennem workshoppen. En facilitator skaber et trygt rum - også når der er tale om følsomme og sårbare emner. Som facilitator er man tilstede som en ressource for deltagerne. Man bør være forberedt på fleksibilitet, så der er mulighed for at deltagerne kan være medskabende og impulsive i processen. Det er derfor en anbefaling, at man som facilitator tænker i fleksible rammer i en workshop.

Denne manual er derfor ikke en færdig opskrift på, hvordan man skal eller bør lave et kompetenceudviklingsforløb. Det er en manual, som i højere grad lægger op til inspiration, og som skal ses som et fagligt input til allerede eksisterende praksis.

De enkelte workshops, som er beskrevet i denne manual, er bygget op omkring Mellemfolkeligt Samvirkes læringsprincipper. Mellemfolkeligt Samvirke har udviklet og raffineret aktionslæringsmetoder gennem mange år både internationalt og nationalt. Der er udviklet seks undervisningsprincipper, der retter sig mod unge, der lever med fattigdom, marginalisering og ulighed og gennem aktionslærings udvikler sig til forandringsagenter, som gør en forskel for sig selv og andre.

De seks principper er indarbejdet i de forskellige workshops og ligger dermed til grund for opbygningen af hver enkelt workshop og er den røde tråd gennem hele forløbet.

De seks læringsprincipper er:

1. DELTAGERORIENTERET METODE

– Vi lærer sammen. Vi tror på, at læring sker bedst gennem aktiv involvering af vores deltagere. Vi bruger kreative metoder til at sætte deltagernes viden og erfaringer i centrum, så de lærer sammen og af hinanden. Underviserne "hælder" ikke viden på deltagerne, men strukturerer læringsforløb gennem øvelser og ved at stille spørgsmål, der fremmer nye perspektiver og får deltagerne til selv at finde frem til den viden, de har brug for.

2. POLITISK EMPOWERMENT

– Analyse af magtstrukturer. Formålet med den læring, vi faciliterer, er at skabe forandring i samfundet. Gennem undervisning styrker vi vores deltageres bevidsthed om de samfundsstrukturer og magtforhold, de er en del af. Deltagernes kritiske sans bliver skærpet, og de bliver klædt på til sammen at engagere sig og udfordre magtforhold og samfundsproblematikker.

3. LEARNING BY DOING

– Vi handler, reflekterer og implementerer. Vi har særlig fokus på erfaringsbaseret læring. Deltagerne kan lære meget ved at reflektere over egne livserfaringer. Vi bruger også øvelser såsom rollespil, forumteater og andre simulationsøvelser, hvor deltagerne kan opleve og afprøve situationer, der ligner deres virkelighed, og udfordre sig selv i et trygt læringsrum. Refleksion og omsætning af læring til praksis er en vigtig del af processen med at skabe handlekraftige deltagere.

4. OFFENTLIG AKTIONSLÆRING

Vi bruger det offentlige rum som klasseværelse. Vi rykker undervisningen ud i samfundet, når vores deltagere organiserer projekter og aktiviteter, der skaber reel forandring som en del af undervisningen. Det kalder vi "public action learning". Det kan være alt fra at skrive blogs eller artikler til at lave flash-mobs, afholde workshops eller lave større kampagner. Herigennem skaber deltagerne også handlefællesskaber og forandringsprocesser, som de kan bygge videre på, når undervisningsforløbet er afsluttet.

5. FEMINISTISK PERSPEKTIV

Analyse af kønsstrukturer. Vi har et feministisk perspektiv og mener, at patriarkalske magtforhold skaber stor ulighed i samfundet. Vi er opmærksomme på magtbalancer, der fx vedrører køn, etnicitet og alder, og arbejder aktivt for at være opmærksomme på og bekæmpe stereotyper. Når vi anvender en feministisk tilgang i vores undervisning, arbejder vi også med deltagerne som "hele mennesker" og inddrager både følelser, sind og krop i undervisningen.

6. DREAMING BIG

Vær kreativ, og søg det alternative. Vi er idealistiske og tror på, at drømme og visioner skaber motivation og grundlag for nye idéer. Det er ikke let at tænke "ud af boksen" og opbygge en tro på, at samfundet faktisk kan være anderledes. Så vi arbejder både med deltagernes kreative sider og med et fokus på at skabe et trygt læringsrum, hvor deltagerne kan åbne sig og forestille sig alternative muligheder og løsninger.

METODISKE GREB OG ØVELSER

Mellemfolkeligt Samvirke anbefaler en række metodiske greb og øvelser, som underbygger de unges læring. Øvelserne er med til at skabe et trygt læringsrum, skabe en rød tråd samt en pædagogisk ramme gennem forløbet. De anbefalede metodiske greb og øvelser er beskrevet nedenfor:

CHECK-IN/CHECK-UD

Check-in/check-ud er en mundtlig forventningsafstemning, som har til formål at synliggøre den enkelte deltagers forventninger til dagen. Det er en øvelse, som både kan bruges til enkeltstående workshops samt længere kompetenceforløb. Check-in/check-ud øvelsen har gennem et længere kompetenceforløb ligeledes til formål at synliggøre den enkelte deltagers arbejde med- og udbytte af forrige workshops.

Som den første del af workshoppen beder du deltagerne stille sig i en rundkreds, og stiller efterfølgende de valgte spørgsmål. Man behøver ikke at gå slavisk rækken rundt, man kan også vælge en vilkårlig rækkefølge at melde ind på. For eksempel kan den, hvis tur det er, træde et skridt frem i cirklen og checke ind.

Dette er en pædagogisk ramme for de unge såvel som facilitatorer. Udover at fungere som opsummering af læringen i en given workshop, fungerer øvelsen også som en måde at skærpe koncentration og engagement i et fælles læringsrum. Det giver en følelse af struktur og skaber genkendelighed hos deltagerne. Det er ligeledes en metode, som de frivillige unge mænd kan tage med videre, når de selv skal ud og afholde workshops for andre unge drenge. Det er vigtigt at understrege, at en check-in/check-ud kan se ud på forskellige måder.

Nogle gange vil man checke ind med noget, som ikke nødvendigvis har med temaet for workshoppen at gøre. Øvelsen er udelukkende for at skabe et trygt, sikkert og inspirerende rum. Andre gange giver det mening at checke ind med fokus på et tema for workshoppen eller noget lignende for at pejle deltagerne ind på dette. I følgende vil der fremgå flere forskellige eksempler på, hvordan vi bruger konceptet.

ENERGIZERS

Energizers er øvelser, som kan løfte energiniveauet og kreativiteten gennem en workshop eller et kompetenceforløb. Energizers er sjove og underholdende, og giver ofte deltagerne en "wow-oplevelse". Energizers er dog først og fremmest læringsværktøjer, der stimulerer læring, fokus og kreativitet. Forskellige former for energizers kan bruges løbende gennem de forskellige workshops. Brug dem, når energi-niveauet er en smule lavt, efter pauser eller som et indspark til mere undervisningstunge sessioner. En energizer tager cirka 5-10 minutter afhængigt af antallet af deltagere. Det er vigtigt, at man som facilitator selv indgår i energizers. Her får du mulighed for at indgå på lige fod med deltagerne, og de får lov at se dig som en del af gruppen/fællesskabet. Energizers kan ligesom en check-in have mange forskellige former men også forskellige formål. Energizers har ofte fokus på relationerne mellem deltagerne. Eksempelvis samarbejde og kommunikation. Hertil kan de således være mere eller mindre 'fjollede' og grænseoverskridende. De mest fjollede og grænseoverskridende energizers, er dem, som især de unge mænd fra udsatte boligområder finder relevante.

CODE OF CONDUCT

En Code of Conduct (CoC) fungerer som den interne ramme deltagerne imellem. Det er et sæt spilleregler, som alle er enige om at følge. En CoC handler om, hvordan man er sammen som gruppe, og hvad god praksis er. Det er noget, som deltagerne selv udvikler, og som de selv refererer til igennem hele kompetenceforløbet. Det skal fungere som et kompas for deltagerne og som en guideline til et trygt og inspirerende læringsrum. Det er vigtigt at få printet en plakat med gruppens CoC, som kan hænge i lokalet. CoC'en kan også bruges, hvis der senere kommer nye deltagere på kompetenceudviklingsforløbet. Et eksempel på en Code of Conduct kunne være:

- Behandl andre, som du selv vil behandles
- Ingen mobiltelefoner, når vi har workshop
- Grine med hinanden og IKKE af hinanden
- Vær åbensindet – Tag ja-hatten på
- Respektér hinanden
- Du kan alt!

BREVKASSEN

Dette er et koncept, som vi specifikt har udarbejdet til dette kompetenceforløb. Brevkassen er tilstede på alle workshops via en stor flipchart og fungerer som et sted, hvor man kan 'parke' svære diskussioner, store spørgsmål, gode quotes eller andre elementer, som de unge kan bringe videre til de workshops, som de selv skal ud og afholde. Dette er således en metode, som egner sig specielt godt til et kompetenceudviklingsforløb, hvor deltagerne selv skal ud og formidle den nye viden, de har fået indsigt i. Brevkassen kan herigennem være udgangspunktet for det materiale, der senere hen skal udvikles af deltagerne selv.

MELLEMFOLKELIGT SAMVIRKE **act:onaid**



TEMAER

Dette kompetenceudviklingsforløb er bygget op omkring tre temaer. De tre temaer er udviklet på baggrund af lyttekampagnen og de mange en-til-en-samtaler med unge mænd. Dette kompetenceudviklingsforløb er nøje udviklet med udgangspunkt i de tre temaer, der er tværgående på de forskellige workshops og fungerer som en bagvedliggende referenceramme.

De tre temaer er:

TEMA 1: DEN PERFEKTE MAND – FINDES HAN?

De unge har tydelige forestillinger om den perfekte mand som en robust og handlekraftig forsørger. Derfor arbejdes der i kompetenceudviklingsforløbet med spændingsforholdet mellem de idealiserede forestillinger og normer, som er karakteristika for den perfekte mand, og de unges virkelighed og daglige praksisser og relationer. Gennem forløbet udvikles nye idealer sammen.

Overgangen fra dreng til mand fylder meget hos de unge. Mange af de unge oplever at skiftet sker fra en dag til en anden, og at de derfor ikke har nødvendige kompetencer til at begå sig som 'mand' eller som 'voksen'. Derfor arbejdes der gennem forløbet med:

- Institutionelle overgange: 18 år, myndighed, stemmeret, kørekort.
 - Andre overgange: Seksuel debut/aktivitet, flytte hjemmefra, økonomisk uafhængig, egen bil.
 - Overgangsritualer: Omskæring, at få skæg mm.
 - Sommerferien: Transformation fra dreng til mand over sommeren. Når man kommer hjem fra den årlige tur til 'hjemlandet'.
-

TEMA 2: MÆND I FORHOLD TIL KVINDER

Forestillingen om den "rigtige mand" sættes ofte i sammenhæng med kvinder. De unge mænd har også mange forventninger til kvinder og forestillinger om kvinders forventninger til mænd. Derfor arbejdes der i forløbet med at udfolde og udfordre de forskellige forestillinger og forventninger samt at afmystificere fordomme og normer. Her arbejdes bl.a. med:

- Forventninger mellem køn og mangfoldighed af køn og seksualitet.
 - At sætte sig i andres sted – at sætte sig i sin søsters sted og sine forældres sted.
 - Venskaber/relationer mellem piger og drenge.
-

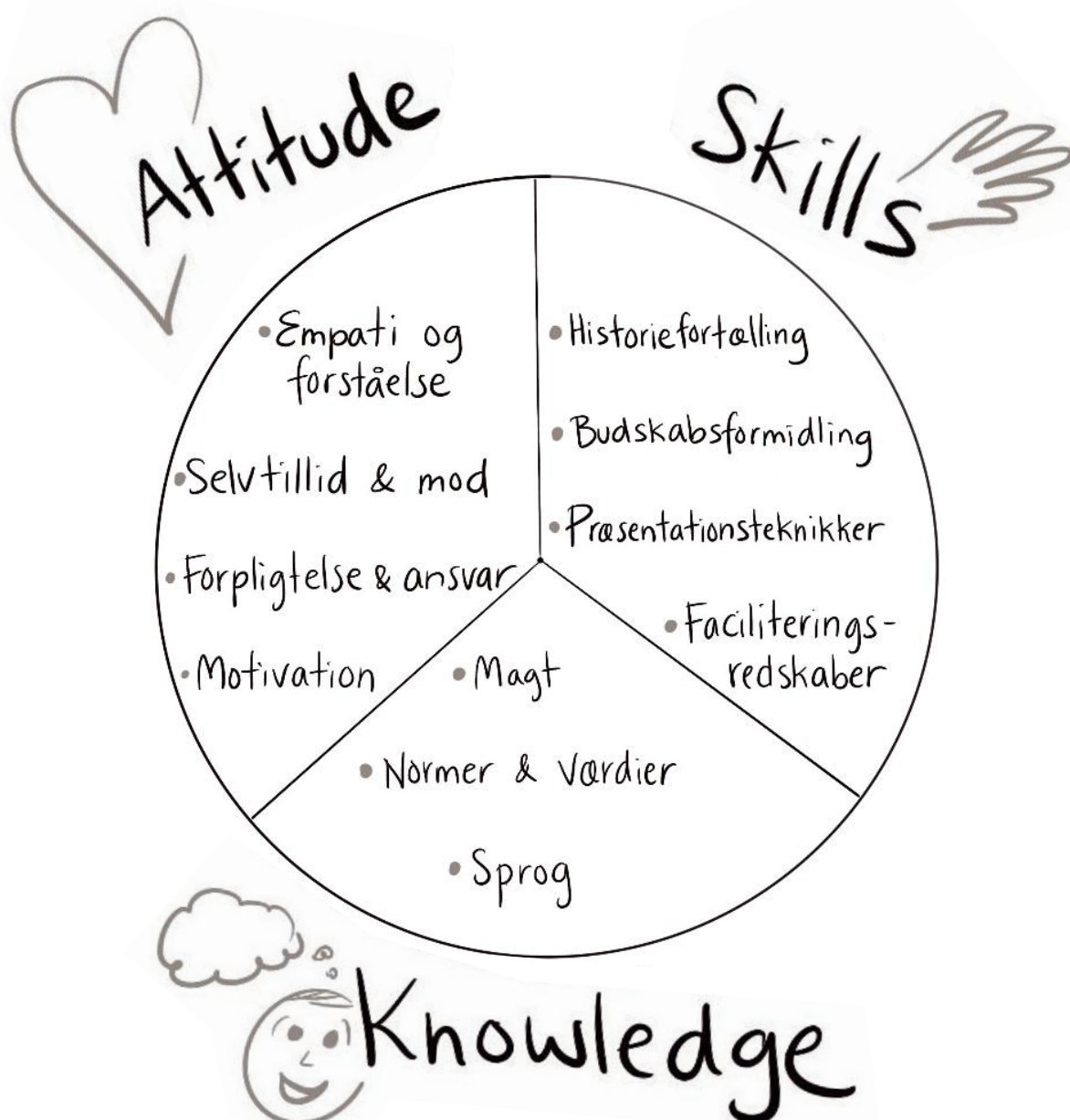
TEMA 3: MASKER OG ARENAER - IDENTITET

Unge mænd italesætter et skift i personlighed og opførsel alt efter hvilken arena, de befinder sig i - om de er i hjemmet, i skolen, med deres venner eller med kvinder. Gennem forløbet arbejdes der således med identitet, masker og arenaer:

- De unge italesætter og reflekterer over de forskellige masker de tager på afhængigt af, hvor de befinder sig.
- Der arbejdes med rollespil, forumteater og masker. Der tegnes masker og byttes masker.

LÆRINGSMÅL

I Mellemfolkeligt Samvirke inddeles læringsmål efter en model, der hedder ASK. Dette står for *Attitude*, *Skills*, *Knowledge*. Ved at opdele læringsmål i disse kategorier arbejdes der med en holistisk tilgang til de unges læring og udvikling, der både fokuserer på konkrete kompetencer og viden, men også de unges personlige udvikling og indstilling til livet.



ATTITUDE:

- **Empati og tolerance:** De unge lærer at rumme andres holdninger, og at uenighed med andre ikke nødvendigvis betyder, at man er uvenner.
- **Selvtillid og mod:** De unge udvikler tillid til sig selv og tror på egen værdi og kompetencer. De unge har lyst og mod på at træde ud af deres komfortzone og prøve kræfter med nye roller og projekter.
- **Motivation:** De unge udvikler motivation til at ville gøre en forskel for andre.
- **Forpligtelse og ansvar:** De unge lærer at forpligte sig til et projekt og tager ansvar for deres egen og andres læring og dialog. De lærer om basal mødestruktur fx at komme til tiden og at forpligte sig til aftaler.

KNOWLEDGE:

- **Normer og værdier:** De unge får viden om, hvad normer og værdier er, og hvordan bestemte normer kan være styrende for vores opfattelser af køn.
- **Magt:** De unge får viden om magtstrukturer i samfundet, og hvordan magt udøves gennem vores handlinger, og hvordan man som ung kan ændre magtstrukturerne.
- **Sprog:** De unge får viden omkring sprogets betydning, og hvordan sprog former vores identitet. De unge får udvidet deres sprog og bliver bevidste om, hvordan de selv bruger sprogets magt.

SKILLS:

- **Historiefortælling:** De unge lærer at fortælle deres personlige historie og bruge historiefortællingsteknikker til at skabe nye normer omkring køn.
- **Budskabsformidling og præsentationsteknikker:** De unge lærer at blive klar over egne budskaber og præsentere dem foran andre. De lærer at føle sig sikre i deres budskaber og opnår evner til at præsentere dem.
- **Spørgsmål og en-til-en-samtaler:** De unge lærer at stille gode spørgsmål, der fordrer til dialog og samtale. De lærer desuden at have en-til-en-samtaler med andre unge og motiverer andre unge til at gøre en forskel i forhold til køn og social kontrol.
- **Faciliteringsredskaber:** De unge lærer at udvikle og facilitere en workshop for den sekundære målgruppe.
- **Handling på negativ social kontrol:** De unge lærer at identificere negativ social kontrol og handle på negativ social kontrol gennem konstruktiv dialog, der fordrer refleksion.

OVERSIGT OVER WORKSHOPMODULER

Workshop 1:

ET BLIK PÅ EN "RIGTIG" MAND

FORMÅL:

At få skabt et stærkt fællesskab

FOKUS:

- Empati og tolerance
- Forpligtelse og ansvar
- Refleksion over eget liv
- Selvtillid
- Motivation

Workshop 2:

MIN MANDEHISTORIE VORES MANDEHISTORIE

FORMÅL:

Hvordan egen og fælles historie kan bruges til at skabe forandring

FOKUS:

- Elevatortalen
- Selvtillid
- Mod til at tage de svære snakke
- At bruge sig selv

Workshop 3:

"SÅDAN ER DET BARE!"

FORMÅL:

Blive bevidst om normer, værdier og sprogets betydning

FOKUS:

- Normer og værdier på et strukturelt niveau
- Sprogets indflydelse
- Stereotyper
- Magt mellem mennesker

Workshop 4:

GI' DET VIDERE

FORMÅL:

At kunne formidle den nye viden og værktøjer videre

FOKUS:

- Den gode facilitator
- At planlægge en workshop
- Gode spørgsmål
- Præsentationsteknik

VEJLEDNING TIL DE FORSKELLIGE WORKSHOPS

GENNEMGANG AF WORKSHOPS

De følgende afsnit er en vejledning til de forskellige workshops under kompetenceforløbet. Gennem manualen vil I støde på følgende symboler, som betyder:



OPLÆG

Et forslag til, hvordan et oplæg er knyttet til den enkelte øvelse eller session.



FACILITERINGSRÅD

Gode råd til facilitator, som er knyttet til den enkelte øvelse eller session. Disse er udarbejdet på baggrund af erfaring med lignende øvelser og workshops.



TIDSFORBRUG

Angiver hvor meget tid I bør bruge på øvelsen eller workshopdelen, for at overholde tiden.



WORKSHOP #1

– ET BLIK PÅ EN 'RIGTIG' MAND



FORMÅL:

- At få skabt et stærkt fællesskab og motivation for at samarbejde med de andre deltagere i gruppen.



MÅLSÆTNINGER:

- Teambuilding og lære hinanden at kende.
- Få skabt et trygt og sikkert rum.
- Have lysten til at videreformidle det, som deltagerne selv oparbejder af erfaringer og kompetencer.



4 TIMER OG 30 MIN.

HVORNÅR?		HVAD?
11.00 – 11.10	'10	Velkommen
11.10 – 11.20	'10	Check-in
11.20 – 11.40	'20	Lær hinanden at kende-linje
11.40 – 11.55	'15	Præsentation af forløbet
11.55 – 12.30	'35	Hopes and Fears
12.30 – 13.15	'45	Frokost
13.15 – 14.45	'90	Oplæg og session: Honey and Tea
14.45 – 15.10	'25	Code of Conduct
15.10 – 15.30	'20	Check-ud



VELKOMMEN – 10 MIN.

Fortæl kort om den organisation, du kommer fra. Det vigtigste er at fortælle hvilken kontekst, I kommer fra. Herigennem fortæller I også indirekte, hvorfor I er kvalificerede til at lave kompetenceforløbet 'Mand dig op – mand dig ned'.



"Velkommen alle sammen! Vi har glædet os utrolig meget til at se jer alle i dag, og vi er spændte på denne første dag. Vi er i dag samlet inde på Mellemløst Samvirke – også kaldet MS. Vi er en organisation, der arbejder ude i verden, men også her i Danmark. Vi arbejder med rettigheder og demokrati, og vi har et grundprincip i MS, som er at al forandring kan ske, så længe man er organiseret og kan kæmpe sammen i stærke fællesskaber..."



Understreg gerne jeres respektive træningsprincipper, hvor der arbejdes med deltagerorienteret undervisning, hvor de unges egne erfaringer og kompetencer skal i spil: "I skal ikke bare stå og høre på os 'gamle', som var det skole eller lignende. Lad os sige det på en anden måde – det kommer til at blive super grineren, og I kommer ikke til at sidde særlig meget ned i dag!"

Kom med eksempler på jeres arbejde, hvor unge mennesker i stærke fællesskaber er gået sammen for at skabe forandring.

Vi anbefaler at dialogkorpset ikke direkte fortæller om negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter, da vi gennem lyttekampagnen opdagede at de unge mænd tager paraderne op når man snakker om social kontrol som noget af det første. Derfor skal denne snak komme senere i forløbet når der er skabt et trygt rum.

CHECK-IN – 10 MIN.

Introducer de frivillige unge mænd for konceptet, inden øvelsen går i gang.
I dag checker vi ind med:

- Navn
- Det mest maskuline slik, du kender?
- Og hvorfor det stykke slik er maskulint?

 Det er vigtigt at understrege, at en check-in kan se ud på forskellige måder, og de frivillige selv kan lave deres egen check-in på sigt. Skab gerne ejerskab omkring check-in-konceptet. Det er et koncept, som skaber rammen omkring undervisning/læring, men øvelsen er også noget, som de frivillige kan tage med videre i rygsækken og på sigt bruge som redskab, når de selv skal undervise andre unge mænd.

LÆR HINANDEN AT KENDE-LINJEN – 20 MIN.

 ”For at lære hinanden lidt bedre at kende, så skal vi lave en øvelse. I skal nu stille jer på linjen efter de udsagn, der bliver læst højt”. *Stil jer op efter:*

- Højde
- Alder
- Hvor langt væk du bor
- Hvordan er du kommet herhen
- Hvor vigtigt er det at man tjener mange penge
- Hvor glad er du for at lave mad
- Hvor vigtigt er det at man har en uddannelse

 Det er her vigtigt at få blandet udsagnene, og man kan godt som facilitator vælge at springe en smule mellem de forskellige udsagn. Facilitator tager en temperaturmåling på det trygge rum.

PRÆSENTATION AF FORLØBET – 15 MIN.

Forløbet præsenteres:

Tegn gerne forløbet op som en rejse, I som facilitatorer også er med på sammen med de unge. Fremhæv gerne, at I også bliver klogere på disse emner i fællesskab med de unge.

HOPES AND FEARS – 35 MIN.

Hopes and Fears er en måde at forventningsafstemme på. Hopes and Fears er god til intern forventningsafstemning og til at de unge får kendskab til hinanden og hvilke håb og bekymringer, den enkelte deltager må have. Dette kan være håb og bekymringer omkring emnet og temaerne eller selve forløbet, men også i forhold til det nye sociale fællesskab, man skal være en del af.

ØVELSE – HOPES AND FEARS

- Individuel brainstorm: Deltagerne sidder alene i 10 minutter og skal lave 3 post-its uden at tale sammen. Det er vigtigt, at de kun skriver én ting på hver post-it.
- Præsentation af Hopes and Fears i plenum – De hænges op på flipscharts og gennemgås i en åben snak.

FROKOST – 45 MIN.

OPLÆG/SESSION FRA HONEY & TEA – 90 MIN.

Honey and Tea er kendte Youtubere i minoritetsmiljøerne, der diskuterer normer, køn, etnicitet etc. for åben skærm. Se mere her: <https://www.youtube.com/watch?v=zXu-hYxJ4Bg&t=711s>

I deres oplæg snakker de om:

- Hvorfor er det overhovedet vigtigt at snakke om køn og kønsroller?
- Hvordan italesætter de unge selv maskulinitet og kønsroller via deres YouTube/Instagram-kanal?
- Afholdelse af Honey & Tea session: Fokus på spørgsmål, de unge mænd selv har modtaget omkring maskulinitet, køn og seksualitet.

 Alle undervisere skal ikke deltage i denne session. Det kan være en god ide, at nogle deltager, men tag gerne temperaturen på rummet og fordel jer derefter. En eller flere undervisere noterer guldgrube fra deltagerne.



CODE OF CONDUCT – 40 MIN.

De emner, som der bliver gennemgået og sat fokus på via de næste workshops, kan for nogle være meget følsomme emner. Det er derfor vigtigt at få lavet nogle fælles spilleregler med henblik på at få skabt et trygt rum. I nedenstående er et eksempel på, hvordan dette kunne lyde:



"For mange kan det være både følsomt, men også noget man tit kommer til at gøre grin med eller lave sjov omkring. Det er nemlig også noget, som I har en masse erfaringer med og samtidig sikkert har meget forskellige holdninger til. I kommer helt sikkert til at være uenige omkring en masse ting på de næste workshops, og netop derfor er det vigtigt, at vi får udviklet nogle fælles spilleregler – en Code of Conduct".

ØVELSE – CODE OF CONDUCT

- Brainstorm kort med gruppen omkring mulige spilleregler (plenum).
- De får nu 20 minutter til at lave deres egne spilleregler – gerne 5-10 stk.
- Facilitatorer forlader rummet og de frivillige overlades til sig selv.
- De frivillige præsenterer deres Code of Conduct for facilitatorerne.



Nogle vil tænke, at de fælles spilleregler og rammer for, hvordan man er sammen, er noget som skal italesættes fra start. Det er en god ide at italesætte det i starten af dagen, men at de selv skal finde egne spilleregler, giver først mening for mange, når de har fået en kontekst (været igennem første dag), de kan sætte det ind i.



CHECK-UD – 20 MIN.

De frivillige er blevet præsenteret for check-in, og nogle vil nu for første gang introduceres til en check-ud. Derfor er det vigtigt at referere tilbage den check-in, der blev lavet tidligere på dagen.



"Dagens check-ud handler om, at man skal gøre noget til næste gang. Noget, som har noget med maskulinitet og kønsroller at gøre." ***Eksempler på dette kunne være:***

- Reflektere over, hvornår jeg selv føler, jeg er mest mand.
- Stille et spørgsmål til mine forældre omkring kønsroller.
- Sige til en ven, når han er meget mande-agtig.
- Lægge mærke til forskellige kønsroller i skolen eller derhjemme.

Dagens check-ud lyder således: "Til næste gang vil jeg..."



Understreg gerne, at det ikke er en stor opgave, men at det en lille opgave til dagligdagen.

WORKSHOP #2

– MIN MANDEHISTORIE/ VORES MANDEHISTORIE



FORMÅL:

- At få indsigt i egen historie og skabe bevidsthed omkring, hvordan egen og fælles historie kan skabe forandringer.



MÅLSÆTNINGER:

- Fortsat teambuilding og lære hinanden at kende.
- Blive klogere på egen mandehistorie og fælles mandehistorie.
- Hvorfor er vi en del af projektet (elevatortalen)?
- Bruge sig selv til at skabe forandring.
- Mod til at tage de svære snakke.



2 TIMER OG 30 MIN.

HVORNÅR?		HVAD?
17.00-17.15	'15	Check-in
17.15-17.45	'30	Min mandehistorie
17.45-18.00	'15	PAUSE
18.00-18.30	'30	Vores mandehistorie
18.30-19.10	'40	Elevatortale
19.10-19.30	'20	Check-ud



CHECK-IN – 15 MIN.

Vi laver en check-in med udgangspunkt i den lille hjemmeopgave, I har skulle lave til i dag. Man checker altså ind med det, som man lovede sig selv, at man ville gøre til i dag.

- Ser du noget anderledes? Hvad har du tænkt siden sidst?
- Var det nemmere denne gang end den først gang? Hvis ja, hvorfor?



Brug gerne lidt tid på denne check-in. De har nu prøvet konceptet omkring 'hjemme-øvelsen' og det er måske først nu, at de kan sætte den i kontekst til kompetenceforløbet.



MIN MANDEHISTORIE – 30 MIN.

Der laves en kort intro til historiefortælling som forandringsredskab.



"Historiefortælling er et gammelt erhverv, og det er faktisk en af de ældste udtryksformer. Vi har gennem mange tusinde år fortalt historier til hinanden, og de har også været med til præge vores egen historie. Vi har muligvis også været med til at præge andres historie og andres liv med vores egen historie eller fortælling. Historier kan selvfølgelig "bare" være ren underholdning. Historier kan dog også bruges til at overlevere ny viden eller videregive normer og værdier. De gode fortællinger gør indtryk på os - Vi tager dem med os gennem livet. Faktisk husker vi historier bedre end ren fakta. Den gode kommunikationsmand eller -kvinde bruger derfor historier til at viderebringe fakta, da stærke fortællinger gør, at vi bedre forstår budskaber. Historiefortælling kan inspirerer andre men også forbinde folk til hinanden. Et eksempel på dette kunne være moralske historier fra de 'ældre' til de yngre."

For at fremme forståelsen af historiefortælling men også sætte det i et yderligere perspektiv for de unge, så kan en af facilitatorerne selv fortælle en personlig historie. Da fokus er på overgangen fra dreng til mand, og at de skal fortælle deres egen 'mandehistorie', så bør facilitators personlige historie have udgangspunkt i dette.

"Grunden til at vi skal snakke om historiefortælling nu, er at I selvfølgelig også har en historie (det har alle). Vi skal i dag derfor kigge nærmere på jeres mandehistorie. Med mandehistorie, mener jeg, hvordan I ser overgangen fra dreng til mand, hvad der skal til for at rykke fra et step til et andet, og hvor I står nu."

ØVELSE:

SESSION 1

Deltagerne skal selv tegne deres mandehistorie i forhold til det at være ung mand. Linjen er tegnet på forhånd og udleveres til alle deltagere. Inden der startes op på egen mandehistorie, så skal der brainstormes på eventuelle steps på ens 'mandelinje'.

- Deltagerne sidder individuelt og laver Mandehistorie (10 min.)
- Efterfølgende præsenterer de deres Mandehistorie i plenum (2 min hver). Ingen kommenterer på hinandens historier.
- Alle Mandehistorier hænges op i rummet, og der faciliteres en snak om ligheder og forskelle.



Det er utrolig vigtigt at få lavet en god brainstorm med deltagerne inden man starter op med den individuelle session. Nogle deltagere vil allerede have et stort refleksionsniveau mens andre muligvis skal have lidt hjælp til at komme i gang med at tænke i ens egen mandehistorie. Dette skaber et inkluderende læringsrum. Det er ligeledes vigtigt at alle deltager i øvelsen – også facilitatorer. De kvindelige undervisere laver en linje i forhold til, hvordan de ser dreng til mand (undtagen én, som laver pige til kvinde).

SESSION 2

Deltagerne sætter sig tilbage individuelt og arbejder videre med *Min Mandehistorie*.



"Der er nu blevet snakket om de individuelle skridt, I har taget, og hvor I er nu. Vi skal nu kigge lidt nærmere på, hvad der skal til for at tage de forskellige steps. Derfor vil jeg gerne have, at I med udgangspunkt i jeres mandelinje tænker på, hvad der skal til for at opnå de forskellige steps." *Hvordan går jeg fra..? Hvordan bliver jeg... ?*

- Deltagerne sidder individuelt og arbejder videre på deres mandehistorie (10 min.)
- Efterfølgende præsenterer de deres bud på, hvad der skal til for at opfylde de enkelte steps (2 min.). Ingen kommenterer på hinandens præsentation.
- Alle Mandehistorier hænges op i rummet og der faciliteres igen en snak om ligheder og forskelle.



Når deltagerne sættes i gang med deres mandehistorie, er det en god ide at facilitatorerne går rundt blandt de unge og lytter og hjælper deltagerne. På denne måde kan facilitatorerne få yderligere indblik i de overvejelser, deltagerne har omkring, hvorfor de vælger at gøre som de gør.



PAUSE – 15 MIN.



VORES MANDEHISTORIE – 30 MIN.



"Vi har nu fået skitseret, at der er rigtig mange forskellige meninger om, hvornår man er en mand, men også hvad der skal til for I hver især opnår de forskellige mande-steps. Nogle af de ting, som I nævner, der skal til for at opnå de forskellige mande-steps, er jo ting, som er ret ukonkrete. Vi skal derfor prøve at gøre det hele konkret." ***Eksempler på dette kunne være:***

- Tage sig sammen – hvad vil det konkret sige?
- Gode penge – hvor meget skal man tjene?
- Se godt ud – hvordan ser man godt ud?
- Uddannelse – hvilken uddannelse skal man have?

ØVELSE:

De ting, som der skal til for at opnå de forskellige mande-steps, skrives ned på post-its af deltagerne selv. Alle post-its lægges i en hat. Alle sidder i rundkreds, hvorefter man skiftes til at trække en post-it op af hatten til diskussion i plenum.

ELEVATORTALEN – 40 MIN.

 ”Vi har nu fået gang i jeres egne mandehistorier men også set på den fælles mandehistorie. For at afprøve nogle af jeres egne historier men også jeres historiefortællings-skills, så skal vi prøve at lave en elevatortale. En elevatortale er en kort og konkret præsentation, der fortæller hvem du er, hvad du brænder for og hvor du arbejder henne. Det er en øvelse som kommer fra business-verdenen og navnet kommer af, at du skal kunne præsentere dig og hvordan skaber værdi – gerne i løbet af en tur i elevatoren. Elevatortalen er ikke brugbar hvis man skal have et job men det er en god øvelse, til at blive skarp på de ting man brænder for og helt kort skitsere hvad man laver for tiden. Dette er måske relevant, når i skal fortælle jeres venner og familie hvad i laver på ’mandeholdet’”.

ØVELSE – ELEVATORTALEN:

- Der laves en fælles brainstorm over hvad den skal indeholde.
- Hver deltager får 10 min. alene til at forberede deres tale.
- Derefter præsenterer man sin tale to og to og der gives feedback.
- Der samles op i plenum – hvad har været fedt? Hvad har været svært?

CHECK-UD – 15 MIN.

Konceptet er det samme som på første workshop. Man checker ud med en lille hjemmeopgave, som man skal udføre til næste gang.

 ”Dagens check-ud handler om, at I skal gøre noget til næste gang. Noget, som har noget med maskulinitet og kønsroller at gøre.” ***Eksempler på dette kunne være:***

- Reflektere over, hvornår jeg selv føler, jeg er mest mand.
- Stille et spørgsmål til mine forældre omkring kønsroller.
- Sige til en ven, når han er meget mande-agtig.
- Lægge mærke til forskellige kønsroller i skolen eller derhjemme.

Dagens check-ud lyder således: ”Til næste gang vil jeg...”

 Understreg gerne, at de nu har prøvet konceptet af, og at de gerne må udfordre sig selv lidt mere og måske udvide deres komfortzone endnu mere.

WORKSHOP #3

– "SÅDAN ER DET BARE"



FORMÅL:

- At få indsigt i egne normer og værdier samt bevidsthed om eget sprogbrug.



MÅLSÆTNINGER:

- At blive bevidst om egne værdier.
- At blive bevidst om opretholdelse af normer og stereotyper.
- At få indsigt i normer og værdier på et strukturelt niveau.
- At få indsigt i normer og værdier på et strukturelt niveau.



4 TIMER OG 30 MIN.

HVORNÅR?		HVAD?
11.00 – 11.10	'10	Præsentation af dagens program
11.10-11.30	'20	Check-in
11.30-12.00	'30	Abigail øvelsen (original)
12.00-12.30	'30	Normer, værdier og fællesskaber
12.30.13.15	'45	PAUSE
13.15-13.45	'30	Abigail øvelsen (flipover)
13.45-14.30	'45	Forumteater/sketches
14.30-15.15	'45	At bryde med normer
15.15.15.30	'15	Check-ud

PRÆSENTATION AF DAGENS PROGRAM – 10 MIN.

Præsentér at dagen er i normernes tegn. Skriv definitionen af normer op på tavle/flipover inden.

 ”I dag er tanken, at vi skal være lidt nysgerrige på de normer, vi alle sammen til dagligt begår os i. Når vi taler om normer, så er det også uundgåeligt at tale om værdier og fællesskaber, så det skal vi også dykke lidt ned i og have nogle snakke om.”

Normer er koder og regler for, hvordan vi mennesker opfører os, som ikke er skrevet ned nogle steder. Normer er koder og regler, som vi har lært, siden vi var helt små, og som vi aldrig har tænkt over, at vi faktisk indretter os efter, mens vi vokser op. Vi ved som regel først, at koderne og reglerne eksisterer, når vi selv bryder dem, eller ser andre bryde dem. Normer er forskellige fra fællesskaber til fællesskaber – både på samfundsniveau og på gruppeniveau.

- Hvem bestemmer hvilke normer, der gælder i et fællesskab?
- Hvilken betydning har normer for vores hverdag og livet sådan i det hele taget?
- Hvad kan vi gøre, hvis vi er uenige i de gældende normer – kan vi overhovedet ændre dem?

"Det er nogle af de mange spørgsmål, vi vil komme rundt om på forskellige måder i dag. Der vil både være nogle oplæg, hvor I vil blive præsenteret for nogle begreber fx normer, værdier og fællesskaber, der er vigtige i denne sammenhæng. Og så vil vi lave nogle sjove og interessante øvelser, så vi kan få nogle spændende og måske også lidt svære snakke om normer.

Inden vi skal dykke lidt ned i normer, så har vi lige en check-in øvelse, som vi gerne vil lave med jer"

CHECK-IN – 20 MIN.

 "I dag tjekker vi selvfølgelig ind med den lille hjemmeopgaver fra sidst. Har I fået gjort det, som I snakkede om hver især sidst?"

 Vær gerne opmærksom på, at de unge har forskellige oplevelser, som de checker ind med, og at øvelsen derfor ikke skal være stramt styret, men fleksibel i forhold til måden de unge hver især checker ind. De har nemlig stillet personlige opgaver til sig selv, og netop derfor vil det også se forskelligt ud, når de unge checker ind.

ABIGAIL ØVELSEN – 30 MIN.

Historien om Abigail læses op, imens den tegnes. De unge får udleveret post-its, hvorpå de skriver de 5 navne/personer, de hører om i historien. De skal informeres om, at de bagefter skal rangere karaktererne efter hvem, der har handlet mest og mindst rigtigt.

LÆSES HØJT: "Abigail elsker Tom, som bor på den anden side af floden. En flodbølge har ødelagt alle broer, der gik over floden, og kun én båd er sejlbare. Abigail spørger Sam, der ejer båden, om han kan sejle hende til den anden side af floden. Sam indvilger, men kræver at Abigail har sex med ham til gengæld. Abigail ved ikke, hvad hun skal gøre. Hun løber hen til sin mor og spørger hende til råds. Moderen fortæller Abigail, at hun ikke vil blande sig i Abigails private affærer. I sin fortvivlelse har Abigail sex med Sam, der efterfølgende sejler hende over floden. Abigail møder Tom, omfavner ham lykkeligt, og fortæller ham alt, hvad hun har oplevet. Tom skubber brutalt Abigail fra sig, og hun løber væk. Ikke langt fra Toms hjem møder Abigail John, Toms bedste ven. Hun fortæller ham alt, hvad der er sket. John opsøger Tom, og slår ham for, hvad han har gjort mod Abigail. Herefter forlader John og Abigail sammen Tom."

ØVELSE:

Deltagerne laver en prioriteret rækkefølge af personerne i historien ud fra hvem, de synes, handler bedst. Den, der handler mest rigtigt, er nummer 1. Den, der handler mindst rigtigt, er nummer 5. Deltagerne diskuterer deres rækkefølge i grupper og rangerer derefter deres prioriteringer på tavlen i plenum for hinanden.

OPSAMLING PÅ PRIORITERINGERNE KAN LYDE SÅLEDES:

"Denne øvelse fortæller noget om, at vi har forskellige opfattelser af moral, altså hvad der er rigtigt og forkert i forhold til, hvordan vi omgås andre mennesker. Vores bedømmelse af Abigail-historien og lignende begivenheder sker på baggrund af værdier såsom tradition, religion, forældrerelationer og normer. Vi er typisk ikke bevidste om dem, men de ligger til grund for vores handlinger, og den måde vi fortolker verden på.



Hvorfor tror I, vi har lavet denne øvelse? Når vi laver denne øvelse, så får vi mulighed for at forstå vores egne værdier (individuel), men vi får også mulighed for at sætte vores egne værdier og normer i spil i forhold til andres (fællesskabet). Som vi talte om i forhold til definitionen af normer, så er det nemlig slet ikke sikkert, at vi hver især har de samme normer og værdier, som de andre i fællesskabet. Det er også tydeligt i dét her rum, at vi er enige om nogle værdier og normer, men andre er vi ikke enige om."



NORMER, VÆRDIER OG FÆLLESSKABER – 30 MIN.

Henvis til definition, som er skrevet op på tavlen/flipover.



"Vi kunne godt tænke os, at I på baggrund af definitionen og de snakke, vi allerede har haft om normer (uskrivne koder og regler) og værdier (forestillinger om, hvad der værdifuldt og ønskværdigt i et fællesskab, og hvad der ikke er det) skal prøve at finde nogle af de normer og værdier i Abigail-fortællingen."

- Hvilke normer trækker vi på, når vi rangerer de forskellige personer?
- Hvilke værdier ligger til grund for, hvordan vi rangerer personerne?

(fx; kvinder skal ikke bare have sex med alle, mænd løser konflikter med vold, mor skal hjælpe mig, familien som rådgiver).

Vi kommer alle sammen fra forskellige fællesskaber med forskellige normer, koder og regler. Mens vi vokser op, får vi fyldt forskellige normer i vores rygsække, fordi vi mennesker kopierer de mennesker, vi omgiver os med. Vi tænker ikke over, at vi gør det, og vi tænker heller ikke over, at vi som voksne faktisk stadig gør det. Vi vokser op i en familie, som er et fællesskab, og som hver især har forskellige normer, som bygger på forskellige værdier og kulturer (en bestemt måde at leve på – en fælles livsform).

Nogle gange er vi enige om hvilke normer, der gælder, og andre gange er vi ikke. Det interessante er, at vi mennesker ofte tror, at vores normer, som vi har i familien og i de fællesskaber vi ellers begår os i, også gælder andre steder. Konflikterne eller uenighederne opstår i de tilfælde, hvor vi ikke er enige og ikke forstår, hvorfor eller hvordan andre kan have nogle andre normer end os selv.

- Genkender I måske nogle situationer fra jeres eget liv, hvor I har en klar opfattelse af, hvad der rigtigt, og at nogle andre så synes noget andet er rigtigt at gøre?

ØVELSE:

Bed deltagerne om at snakke sammen to og to i 5 min. Opsamling i plenum

Kom gerne med eksempler på forskellige former for normer. Eksempelvis er der normer om køn. Facilitatorer kommer gerne med personlige fortællinger om normer.



PAUSE – 45 MIN.



ABIGAIL ØVELSEN (FLIPOVER) – 30 MIN.

Historien om Abigail (nu med omvendt køn) læses op, imens den tegnes. De unge får udleveret post-its, hvorpå de skriver de 5 navne/personer, de hører om i historien. De skal informeres om, at de bagefter skal rangere karaktererne, efter hvem der har handlet mest og mindst rigtigt denne gang

LÆSES HØJT: Kevin elsker Sarah, som bor på den anden side af floden. En flodbølge har ødelagt alle broer, der gik over floden, og kun én båd er sejlbare. Kevin spørger Hannah, der ejer båden, om hun kan sejle ham til den anden side af floden. Hannah indvilger, men kræver at Kevin har sex med hende til gengæld. Kevin ved ikke, hvad han skal gøre. Han løber hen til sin far og spørger ham til råds. Faren fortæller Kevin, at han ikke vil blande sig i Kevins private affærer. I sin fortvivlelse har Kevin sex med Hannah, der efterfølgende sejler ham over floden. Kevin møder Sarah, omfavner hende lykkeligt og fortæller hende alt, hvad han har oplevet. Sarah skubber brutalt Kevin fra sig, og han løber væk. Ikke langt fra Sarahs hjem møder Kevin, Zenia, Sarahs bedste ven. Han fortæller hende alt, hvad der er sket. Zenia opsøger Sarah, og slår hende for, hvad hun har gjort mod Kevin. Herefter forlader Zenia og Kevin sammen Sarah.

Deltagerne laver igen en prioriteret rækkefølge af personerne i historien ud fra hvem, de synes, handler bedst. Den, der handler mest rigtigt, er nummer 1. Den, der handler mindst rigtigt, er nummer 5. Deltagerne diskuterer deres rækkefølge i grupper og rangerer derefter deres prioriteringer på tavlen i plenum for hinanden.

- Hvorfor er det anderledes nu?
- Er der nogle andre og nye normer og værdier på spil?

FORUMTEATER/SKETCHES – 60 MIN.

INTRO TIL FORUMTEATER.

”Forumteater er en interaktivt teaterform, som tager udgangspunkt i deltagernes egen forståelse af det, der foregår. Gennem forumteater præsenteres aktuelle og ofte uudtalte problemstillinger, og de gøres sammen med deltagerne, tydelige. Forumteater giver herigennem deltagerne mulighed for at komme på banen og udforske forskellige handlemuligheder. Forumteater kan bruges på forskellige måder og har mange forskellige grene. I dag skal vi lave og bruge forumteater/sketches som værktøj til at udfolde og udforske vores egne værdier, men også de normer, som vi selv er en del af og måske også selv er med til at opretholde. I bliver delt op i grupper og så skal i ud hver især og lave en sketch, som viser en situation, hvor I aktivt bryder med en norm.”

ØVELSE:

Deltagerne opdeles i grupper og stilles spørgsmålet:

- Hvilke normer og fællesskaber er I en del af?
- Find 2 normer fra jeres egen hverdag?

 Når man laver sketches, så kan de se ud på mange forskellige måder. Sørg gerne for, at deltagerne er enige om ikke at tale eller bevæge sig for meget i sketchen, men gør det til et 'billede', som de andre skal sætte ord på. Herigennem får man alle deltagernes egne fordomme og stereotype forestillinger i spil. Man kan også bede dem om at tænke i en person, som opretholder normen, og en, som bryder med den.

AT BRYDE MED NORMER – 45 MIN.

Der er blevet snakket om normer, værdier og fællesskaber hele dagen. Her er det meningen, at der skal være lidt løst faciliteret snak om mulige spørgsmål, som er affødt af en dag i normernes tegn.

Mulige spørgsmål til diskussion efterfølgende

- Er det et tabu at bryde med normen?
- Har de lyst til at bryde med normer?
- Hvorfor er det svært?
- Hvad skal der til for at bryde normer?
- Hvad så når en norm er åndssvag?



CHECK-UD – 15 MIN.

Konceptet er det samme som på de andre workshops. Man checker ud med en lille hjemmeopgave, som man skal gøre til næste gang.



”Dagens check-ud handler om, at man skal gøre noget til næste gang. Noget, som har noget med maskulinitet og kønsroller at gøre.”

Eksempler på dette kunne være:

- Reflektere over, hvornår jeg selv føler, jeg er mest mand.
- Stille et spørgsmål til mine forældre omkring kønsroller.
- Sige til en ven, når han er meget mande-agtig.
- Lægger mærke til forskellige kønsroller i skolen eller derhjemme.

Dagens check-ud lyder således: ”Til næste gang vil jeg...”



Understreg gerne, at de nu har prøvet konceptet af, og at de gerne må udfordre sig selv lidt mere og måske udvide deres komfortzone endnu mere.

WORKSHOP #4

– GI' DET VIDERE



FORMÅL:

- At kunne formidle den nye viden og de nye værktøjer til andre unge.



MÅLSÆTNINGER:

- Få indblik i hvilken rolle en facilitatorer har?
- Stille de gode (og svære) spørgsmål.
- At kunne opbygge en workshop.
- At føre den gode dialog.



4 TIMER OG 10 MIN.

HVORNÅR?		HVAD?
11.00-11.20	'20	Check-in
11.20-11.50	'30	Workshopelementer
11.50-13.20	'90	Den gode facilitator
13.20-14.50	'90	De gode spørgsmål
14.50-15.10	'20	Check-ud

LÆR HINANDEN AT KENDE-LINJEN – 20 MIN.

Vi laver en check-in med udgangspunkt i den lille hjemmeopgave, I har skulle lave til i dag. Man checker altså ind med det, som man satte sig for at gøre til i dag.

- Ser du noget anderledes? Hvad har du tænkt siden sidst?
- Var det nemmere denne gang end den først gang? Hvis ja, hvorfor?

 Brug gerne igen lidt tid på denne check-in. De har nu prøvet konceptet omkring 'hjemmeøvelsen' et par gange, og det er måske først nu, at de kan sætte den i kontekst til kompetenceforløbet.

HVORDAN SER EN WORKSHOPS UD – 30 MIN.

Vi skal nu til at kigge nærmere på, hvordan man afholder en workshop, og hvilke elementer som indgår i dette. Hertil også hvem det er, som laver workshoppen, og hvad man skal være opmærksom på.

ØVELSE – OPBYGNING AF WORKSHOP

- Deltagerne skal visualisere en workshop og derfor tegne den som et forløb. De har 5 min. til at tegne et forløb som de før har været deltager på.
- De skal efterfølgende præsentere den for hinanden i plenum.

Det er facilitators rolle at lave en opsamling på en flipchart. Her skal man forsøge at samle så mange forskellige workshopelementer som muligt.

 Sørg gerne for at deltagerne tænker i erfaringer, som de selv har med de workshops de allerede har været på indtil nu.

DEN GODE FACILITATOR – 90 MIN.

Der er nemlig stor forskel på at være underviser, som man kender det fra skolen, og så være facilitatorer, som f.eks. os der står her nu. Når man laver en workshop som er man facilitatorer og ikke underviser.

 ”En facilitator skal skabe rammerne for det gode læringsrum og guide deltagerne igennem workshoppen. En facilitator skaber et trygt rum, også når der er tale om følsomme og sårbare emner. Som facilitator er man tilstede som en ressource for deltagerne. Man sidder ikke med al viden selv. Man bør derfor være forberedt på fleksibilitet, så der er mulighed for at deltagerne kan være medskabende og impulsive i processen. En facilitator er en, som sørger for at alle er med. Det er en, som ikke bedømmer eller dømmer, men en der til at hjælpe dig med bruge dine kompetencer på bedst mulig måde”.

Vi anbefaler derfor at man sætter fokus på følgende:

- **Rollen som facilitator:** Hvad er din opgave og hvad er ikke din opgave?
- **Loyalitet med medfacilitatorer:** vigtigt at italesætte at man er sammen gruppe og at man har nogle fælles spillerregler som facilitatorer (evt. lave en CoC for hvordan man er en god medfacilitator).
- **Lær at lave en brainstorm:** At lære at lave en brainstorm, vil være en lavt hængende frugt, som hurtigt vil kunne give succesoplevelser hos de unge mænd.
- **Kropssprog:** Brug Gæt og Grimasser til at sætte fokus på kropssprog og hvordan man bruger kroppen i et workshop set-up.
- **Improvisation som faciliteringsværktøj:** at bruge improvisationsøvelser til at træne færdigheder som facilitatorer er en god ide. Forslag til øvelse; Alle skriver en ting ned på en post-it som lægges i en fælles hat. Konceptet er, at man skiftes til at trække en seddel. Så har man to minutter alene til at forberede en brandtale om det som står på sin post-it. Når første person har brugt sine to minutters forberedelse, og er klar til at starte, så trække næste deltager en post-it og går ud og forbereder sig imens den anden laver sin brandtale. Sådan fortsætter det til at man er færdig.

 Det er vigtigt, at man prioritere disse med henblik på den gruppe af unge, som man har som deltagere på kompetenceforløbet. Nogle af disse øvelser vil passe bedre til nogen end andre og derfor er det vigtigt at facilitator kender sine deltagere.

DE GODE SPØRGSMÅL – 90 MIN.

 ”Her den næste times tid, så skal vi have fokus på de gode spørgsmål. At kunne stille de gode spørgsmål er en stor del af det at være facilitatorer. Det er både noget man kan bruge, når man selv står for en workshop men også hvis man for eksempel skal facilitere en dialog til en workshop. De gode spørgsmål er også relevante, når man evt. skal stille sig kritisk over for de mandebilleder, som man oplever i sin hverdag. Gode spørgsmål kan være med til at få andre til at reflektere, ligesom vi (facilitatorer) også har stillet jer gode spørgsmål for at få jeres hjerner lidt på overarbejde.”

ØVELSE:

- Gå sammen to og to og sæt jer med ryggen til hinanden.
- Skriv to ting ned som du godt kan lide – det må gerne være personligt.
- Man må kun stille ja/nej-spørgsmål

OPSAMLING I PLENUM:

- Hvordan gik det? Hvorfor gik det ikke som i havde håbet på? Hvad er svært?



Det er vigtigt, folk reelt svarer ja eller nej. Man må ikke svare måske eller give andre antydninger. Det er meningen, at deltagerne skal erfare, hvor svær en opgave dette er.

OPLÆG OM DE GODE SPØRGSMÅL

- Hvad gør spørgsmål gode? Og hvorfor er det vigtigt?
- Åbne og lukke spørgsmål.
- Gode dialogspørgsmål.
- Spørgsmålstyper.

ØVELSE – SPØRGSMÅLSBINGO

- Facilitator kommer med et dilemma – gerne et personligt dilemma
- Deltagerne skal hertil stille spørgsmål til facilitator. Facilitator svarer IKKE på spørgsmålet men kommer med en rating fra 1 til 10 i forhold til hvor meget han/hun skal tænke over spørgsmålet – altså hvor godt et spørgsmål det er. Skal facilitator tænker sig godt om, så er det top karakter og skal facilitator ikke tænke meget over det, så er det bundkarakter.



Det skal gerne være et dilemma som der er bid i. Pointen er nemlig, at deltagerne skal begynde at tænke i at stille gode spørgsmål og gerne glemme dilemmaet en smule. De skal altså frakoble sig dilemmaet og fokusere på det gode spørgsmål, for selvfølgelig at få flest point. Jo bedre dilemmaet er, jo bedre spørgsmål kan der stilles.



CHECK-UD – 20 MIN.

Konceptet er det samme som på andre workshops. Man checker ud med en lille hjemmeopgave, som man skal gøre til næste gang.



”Dagens check-ud handler om, at man checker ud med det som man synes man er blevet god til i dag. Vi har været igennem mange forskellige ting og det er vigtigt, at i fortæller hvilke ting i føler i er blevet gode til i dag og har mod på at prøve af for andre unge.”

Dagens check-ud lyder således: ”Jeg har mod på at prøve kræfter med...”

MELLEMFOLKELIGT SAMVIRKE **act:onaid**

Mellemfolkeligt Samvirke

Fælledvej 12

DK-2200 København N

ms.dk