



Co-funded by
the European Union



VAERK TØJS- KASSE

EVERY STORY(TELLER) MATTERS
HUMAN LIBRARIES AND MUTUAL RECOGNITION

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatternes egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union

INDHOLDSFORTEGNELSE

Indledning

Formålet med værktøjsskassen

Sådan bruges den

Konceptuel ramme

Nøglebegreber

Hvorfor interkulturalitet er vigtig

Fordele og strategier for ungdomsarbejde

Interkulturelle kompetencer

Oversigt over nøglekompetencer

Praktiske eksempler

Metoder og aktiviteter

Aktiviteter til at udvikle kompetencer

Trin-for-trin vejledninger

Human Library metoden

Hvad det er, og hvordan man implementerer det

Bedste praksis

Erfaringer fra partnere

Læringspunkter

Bilag

Skabeloner, tjeklister, yderligere materialer



Co-funded by
the European Union



INTRODUKTION TIL VÆRKTØJS- KASSEN



Hvad er værktøjskassen?

Every Story Teller Matters Værktøjskasse er en praktisk ressource, der er designet til at hjælpe ungdomsarbejdere, undervisere og organisationer med at fremme social inklusion og interkulturelt arbejde med unge.

Denne værktøjskasse, der er udviklet i forbindelse med projektet, samler gennemprøvede metoder såsom Human Library, historiefortælling og udvikling af interkulturel kompetence og tilbyder struktureret vejledning til anvendelse i formelle og ikke-formelle uddannelsesmæssige sammenhænge.

Indholdet er baseret på reelle erfaringer opnået i løbet af projektet og lokale aktiviteter udført af projektpartnere.

Hvorfor er det nyttigt?

Denne værktøjskasse tilbyder alle de ressourcer, der er nødvendige for at styrke interkulturel inklusion i ungdomsarbejde. Den indeholder tydelige, brugsklare materialer, der gør det nemt for ungdomsarbejdere at integrere interkulturel læring i deres programmer.

Ved at kombinere nemme og simple forklaringer af koncepter med engagerende formater som videoer, infografik og skabeloner forbedres undervisernes evne til at skabe inkluderende, deltagerbaserede og mangfoldige læringsmiljøer.



Formål og målsætninger

Hovedformålene med denne værktøjskasse er:

- At tilbyde praktiske værktøjer og metoder, der understøtter udviklingen af interkulturelle kompetencer.
- At styrke inkluderende og deltagerbaserede praksisser i ungdomsarbejde.
- At fremme anvendelsen af innovative metoder, såsom Human Library, ved hjælp af fleksible og tilgængelige materialer.
- At udstyre undervisere og ungdomsarbejdere med ressourcer, der imødekommer den nuværende sociale virkelighed, herunder udfordringer efter pandemien med hensyn til unges engagement og inklusion.

Denne værktøjskasse er designet til en bred vifte af brugere, herunder:

- Ungdomsarbejdere og undervisere, der arbejder i multikulturelle eller interkulturelle miljøer.
- NGO'er, samfundsbase organisationer og institutioner involveret i ungdomsudvikling.
- Undervisere, facilitatorer og programdesignere, der ønsker at integrere interkulturalitet i deres uddannelsesmæssige tilgang.
- Enhver, der er interesseret i at fremme dialog, empati og gensidig forståelse blandt unge.



Sådan bruger du denne værktøjskasse

Værktøjskassen er organiseret i tematiske sektioner, der kan udforskes enkeltvis eller samlet. I dette afsnit finder vi:

- Konceptuelle grundlag for ungdomsarbejde og interkulturalitet
- Udvikling af nøglekompetencer, herunder empati, kommunikation og kulturel bevidsthed
- Metoder og aktiviteter til at udvikle disse kompetencer
- Anvendelse af Human Library metoden
- Gode fremgangsmåder og anbefalinger baseret på konkrete erfaringer
- Bilag med skabeloner og yderligere materialer

Formater og tilgængelighed

For at understøtte forskellige læringsstile og erfaringsniveauer er indholdet tilgængeligt i flere formater:

- Tekstbaseret indhold til detaljerede forklaringer og teoretisk forståelse
- Infografik, der opsummerer centrale ideer og processer på en visuel måde
- Korte videoer (30-60 sekunder), der præsenterer koncepter og vejledning på en dynamisk og letforståelig måde
- QR-koder indlejret i infografik, der giver direkte adgang til videoer og udvidet indhold



Co-funded by
the European Union

Uanset om det bruges som et samlet program eller til specifikke behov, er denne værktøjskasse et fleksibelt og tilgængeligt værktøj for alle, der arbejder med at fremme interkulturel inklusion og social deltagelse.

Vi inviterer dig til at bruge denne værktøjskasse som et praktisk værktøj til at fremme mere inkluderende, deltagerbaserede og kulturelt mangfoldige miljøer.

SCAN ME





Co-funded by
the European Union

KONCEPTUEL- RAMME



UNGDOMSARBEJDE OG INTERKULTURALITET



I dagens stadig mere mangfoldige samfund spiller ungdomsarbejde en central rolle i at forme inkluderende, empatiske og kulturelt forbundne fællesskaber. Dette afsnit beskriver det konceptuelle grundlag for at forstå, hvordan ungdomsarbejde og interkulturalitet mødes – og hvorfor dette er vigtigt.

Ungdomsarbejde styrker unge mennesker gennem ikke-formel uddannelse, kreativitet, deltagelse og personlig udvikling. Det støtter deres evne til at engagere sig med andre, navigere i sociale forskelle og bidrage til samfundet. Men i en multikulturel verden er det ikke nok at arbejde med og på tværs af forskelle – ægte transformation kommer fra interkulturalitet: den aktive praksis med dialog, gensidig læring og forbindelse mellem kulturer.

Denne ramme udforsker seks kernekoncepter:

- Ungdomsarbejde som et værktøj til empowerment og inddragelse;
- Inklusion og mangfoldighed for at sikre, at alle føler sig værdsat og respekteret;
- Forskellen mellem interkulturalitet og multikulturalitet, og hvorfor dialog er vigtig;
- Fortællingens kraft til at opbygge empati og udfordre stereotyper;
- Empatiens rolle i at skabe trygge og støttende rum;
- Og innovative metoder som Human Library, hvor virkelige historier hjælper med at nedbryde fordomme.

Hver af disse idéer introduceres gennem korte videoer og infografik, der er designet til at inspirere, informere og støtte ungdomsarbejdere i at opbygge meningsfulde interkulturelle oplevelser. Sammen danner de rygraden i vores værktøjskasse – og sætter dig i stand til at skabe rum, hvor unge mennesker kan knytte bånd, udvikle sig og virkelig høre til.



Co-funded by
the European Union

Nøglebegreber

Ungdomsarbejde



Inklusion og
mangfoldighed



Interkulturalitet vs.
multikulturalitet



Fortælling



Empati



Menneskelige
biblioteker





Co-funded by
the European Union



UNGDOMSARBEJDE

og interkulturalitet

UNGDOMSARBEJDE, INKLUSION OG MANGFOLDIGHED

Ungdomsarbejde bringer unge mennesker sammen og støtter deres udvikling. Det hjælper med at opbygge færdigheder, selvtillid og fællesskab gennem uformel læring og deltagelse. Udforsk aktiviteter, der hjælper unge mennesker med at lede, skabe og skabe kontakt – se værktøjskassen for idéer!

Alle fortjener at høre til.

Inklusion betyder at byde alle forskelligheder velkommen og sikre, at alle har lige adgang og en stemme. Skab plads til alle identiteter – brug værktøjskassen til at lære, hvordan du skaber ægte inkluderende rum.



INTERKULTURALITET VS.

MULTIKULTURALITET

At forstå kulturelle forskelle er nøglen til at arbejde med unge.

Multikulturalitet handler om, at forskellige kulturer eksisterer side om side.

Interkulturalitet handler om dialog, udveksling og gensidig læring.

Vælg dialog frem for distance. Find værktøjer i værktøjskassen til at fremme interkulturel udveksling.

FORTÆLLING

Historier forbinder os.

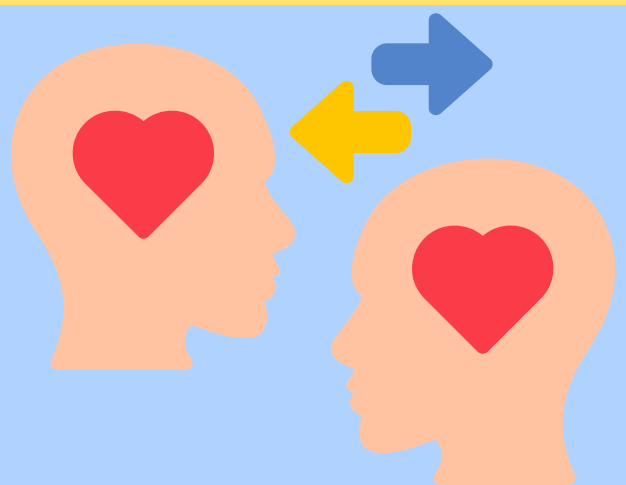
Historiefortælling giver unge mennesker mulighed for at dele deres liv, udfordre stereotyper og opbygge empati. Opfordr unge til at fortælle deres historier. Brug værktøjskassen til at udforske digitale historiefortællingsmetoder.

EMPATI

Empati hjælper os med at se med andres øjne.

Det handler om at føle med andre – at lytte, vise omsorg og opbygge respekt på tværs af forskelligheder.

Øv empati hver dag. Prøv vores aktiviteter for at skabe mere forståelse i din gruppe.



HUMAN LIBRARY

Hvad nu hvis mennesker kunne være bøger?

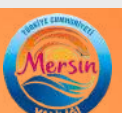
I et **Human Library** deler folk historier fra det virkelige liv for at nedbryde fordomme og åbne sind.

Afhold dit eget Human Library! Brug vores guide i værktøjskassen til at starte meningsfulde samtaler.



<https://everystoryteller matters.eu/>

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterens egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union

BETYDNINGEN AF INTERKULTURALITET



I UNGDOMSARBEJDE



I dagens stadig mere sammenkoblede og multikulturelle samfund spiller interkulturalitet en afgørende rolle i opbygningen af inkluderende, respektfulde og samarbejdsvillige fællesskaber. Inden for ungdomsarbejde er fremme af interkulturel forståelse ikke kun et redskab til social inklusion – det er en grundlæggende værdi, der styrker gensidig respekt og dialog mellem unge fra forskellige baggrunde.

Denne video tilbyder en kort, men meningsfuld rejse ind i, hvorfor interkulturalitet er vigtig i ungdomsarbejde, hvordan det transformerer ungdomsprogrammer, og hvilke strategier der kan bruges til at integrere det i den daglige praksis. Fra at fremme kulturelle udvekslingsaktiviteter til at udvikle interkulturelle kompetencer, undersøger vi, hvordan disse handlinger bidrager til mere sammenhængende og empatiske fællesskaber.

🎥 Scan QR-koden for at se videoen og opdag, hvordan du kan fremme interkulturalitet i dine ungdomsprogrammer.

Lad os bygge broer, ikke mure.

SCAN ME





Integration af interkulturalitet i ungdomsprogrammer

Hvorfor interkulturalitet er vigtigt i ungdomssammenhænge:

- Opfordrer til respekt for **mangfoldighed** og fremmer inkluderende miljøer.
- Styrker den gensidige forståelse og **mindsker fordomme**.
- Forbereder unge til at blive **globale borgere** og **effektive kommunikatører**.
- Fremmer **social samhørighed** og **solidaritet i lokalsamfundet**.



Nøglestrategier til at integrere interkulturalitet:

1. Kulturelle udvekslingsaktiviteter

- Organiser interkulturelle workshops, arrangementer og fester.
- Fremme direkte interaktioner mellem forskellige ungdomsgrupper.



2. Udvikling af inkluderende læseplaner

- Integrer forskellige kulturelle perspektiver i det pædagogiske indhold.
- Tilbyd ressourcer, der repræsenterer flere kulturelle baggrunde.

3. Uddannelse og kapacitetsopbygning

- Udstyr medarbejdere med træning i interkulturelle kompetencer.
- Styrk unge ledere i interkulturel kommunikation.

4. Samarbejde med lokalsamfund

- Indgå partnerskaber med kulturelt mangfoldige organisationer.
- Understøt lokalt forankrede interkulturelle initiativer.

5. Trygge og inkluderende rum

- Skab rammer, hvor alle kulturer bliver mødt med åbenhed og anerkendelse.
- Håndter og adresser konflikter respektfuldt og konstruktivt.





Co-funded by
the European Union

UDVIKLING AF



INTERKULTURELLE KOMPETENCER



I et mangfoldigt og sammenkoblet Europa er ungdomsarbejdere nøgleaktører i at fremme inkluderende, respektfulde og samarbejdsvillige fællesskaber. Men for at gøre det effektivt har de brug for mere end gode intentioner – de har brug for solide interkulturelle kompetencer.

Denne video udforsker de kernekompetencer, der sætter ungdomsarbejdere i stand til at engagere sig meningsfuldt på tværs af kulturelle forskelle. Fra empati og aktiv lytning til konfliktløsning og teamwork er disse kompetencer essentielle værktøjer til at fremme dialog, nedbryde stereotyper og skabe trygge rum, hvor alle unge føler sig værdsat.

Opdag, hvordan kritisk tænkning, kulturel bevidsthed og effektiv kommunikation kan hjælpe dig med at fremme gensidig forståelse og styrke deltagelse i dine ungdomsprogrammer. Disse kompetencer understøtter ikke kun individuel udvikling, men styrker også social samhørighed og lighed i lokalsamfundet.

**Lad os skabe miljøer,
hvor mangfoldighed er en
styrke, og inklusion er et
fælles ansvar.**



Co-funded by
the European Union

Nøglebegreber

Kulturel
bevidsthed

SCAN ME



Empati og aktiv
lytning

SCAN ME



Effektiv
kommunikation

SCAN ME



Konflikthåndtering

SCAN ME



Samarbejde

SCAN ME



Kritisk tænkning

SCAN ME





Co-funded by
the European Union



INTERKULTURELLE KOMPETENCER I UNGDOMSARBEJDE



KRITISK TÆNKNING

Evne til at analysere objektivt, stille spørgsmål ved stereotyper og genkende former for diskrimination. Muliggør reflekteret og retfærdig beslutningstagning.

EMPATI OG AKTIV LYTNING

At forstå andres følelser og lytte opmærksomt fremmer relationer baseret på respekt, anerkendelse og tillid.

KONFLIKT- HÅNDTERING

At løse uenigheder på en respektfuld og konstruktiv måde forvandler spændinger til muligheder for læring og interkulturel samhørighed.

EFFEKTIV KOMMUNIKATION

At udtrykke ideer klart og lytte aktivt, under hensyntagen til den kulturelle kontekst, reducerer misforståelser og fremmer gensidig forståelse.

SAMARBEJDE

At samarbejde ved at værdsætte mangfoldigheden af perspektiver fremmer fælles ansvar og styrker en følelse af fællesskab.

KULTUREL BEVIDSTHED

At erkende, hvordan kultur påvirker ens egne og andres overbevisninger og adfærd, fremmer respekt og åbenhed over for mangfoldighed.

- Opfordrer til åben og respektfuld dialog, hvor forskellige perspektiver værdsættes.
- Nedbryder stereotyper ved at udfordre fordomme og fremme en dybere forståelse af mennesker.
- Skaber trygge rum, hvor alle føler sig hørt, set og værdsat.
- Forbedrer samarbejde og gruppedynamik gennem empati, kommunikation og teamwork.
- Fremmer selv-refleksion og erkendelse af vores egne fordomme og deres indflydelse.
- Fremmer inkluderende og kreativ beslutningstagning, tilpasset forskellige kontekster.
- Styrker interkulturelle relationer ved at fremme gensidig forståelse og respekt.
- Fremmer social inklusion og aktiv deltagelse af alle unge.



<https://everystorytellermatters.eu/>

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterens egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union

METODER OG AKTIVITETER TIL



AT UDVIKLE KOMPETENCER



At inspirere unge til selvudvikling kræver mere end teori – det kræver praktiske, engagerende metoder, der bringer kompetencer til live. Ungdomsarbejdere i hele Europa har brug for fleksible værktøjer til at hjælpe unge med at udvikle kritiske færdigheder som empati, samarbejde og ansvarlig beslutningstagning.

Dette afsnit præsenterer en samling af afprøvede aktiviteter, der er udviklet til at opbygge disse nøglekompetencer gennem erfaring, refleksion og dialog. Uanset om du arbejder i skoler, ungdomscentre eller medborgerhuse, vil disse metoder hjælpe dig med at skabe dynamiske læringsmiljøer, der er inkluderende, styrkende og effektfulde.

Hver aktivitet er tydeligt beskrevet med dets formål, nødvendige materialer og en simpel trin-for-trin vejledning. Korte videoer og visuelle infografiker vil understøtte din implementering og tilbyde tydelig og praktisk vejledning.

Lad os give unge de værktøjer, de har brug for til at trives – én aktivitet ad gangen. Giv dem mulighed for at tænke kritisk, handle empatisk og bidrage meningsfuldt til deres lokalsamfund.





Kultur gennem vinduet

FORMÅL

Formålet med denne aktivitet er at udvikle kulturel bevidsthed som en central interkulturel kompetence ved at hjælpe deltagerne med at udforske, hvordan kultur former identitet, opfattelse og interpersonel dynamik. Den inviterer unge til at reflektere over de aspekter af deres kulturelle baggrund, der er synlige for andre, og dem, der ofte er skjulte, misforståede eller oversete.

Ved at synliggøre disse refleksioner og åbne rum for dialog, forbedrer aktiviteten deltagernes evne til at:

- Anerkende og respektere kulturelle forskelle
- Udfordre antagelser og stereotyper
- Reflektere over deres egen kulturelle identitet og fordomme
- Udvikle empati og åbenhed over for andre

Denne aktivitet støtter udviklingen af inkluderende holdninger og kommunikationsevner, som er afgørende for at navigere i forskellige sociale miljøer og fremme gensidig forståelse i ungdomsarbejde og interkulturelle miljøer.



GENEREL BESKRIVELSE

Denne aktivitet bruger vinduesmetaforen til at hjælpe deltagerne med at reflektere over, hvordan deres kultur opfattes af andre i forhold til, hvordan de selv oplever den. Deltagerne tegner et vindue og skriver eller tegner indeni det, hvad der er synligt for andre (f.eks. sprog, mad, tøj), og udenfor det, hvad andre normalt ikke ser (f.eks. værdier, følelser, overbevisninger, identitetskampe).

Gennem diskussion i små grupper og som helhed bliver deltagerne mere bevidste om antagelser, reflekterer over identitetens rigdom og kompleksitet og udvikler større empati.

Det er ideelt til Human Library-arrangementer, interkulturelle workshops, klasseværelser eller online ungdomsforløb.

For at understøtte refleksion kan facilitatorer bruge vejledende forslag såsom:

- Hvad tror folk om dig baseret på dit udseende, sprog eller adfærd?
- Hvilke værdier eller traditioner former din opfattelse af verden?
- Hvad er vigtigt ved din identitet, som folk måske ikke er klar over?

At dele et par eksempler på "vinduer" i starten kan hjælpe deltagerne med at føle sig mere trygge og inspirerede til at dele.



MATERIALER DER SKAL BRUGES

- A4-papir eller trykte/digitale vinduesskabeloner
- Kuglepenne, blyanter eller tuscher
- Valgfrit: online samarbejdsværktøjer som Jamboard, Miro eller Google Slides

OMTRENTLIG VARIGHED

- 45–60 minutter
- Forberedelse: 5–10 min
- Tegning og deling: 20-25 min.
- Gruppediskussion og refleksion: 15-25 min.

MÅLGRUPPE

- Unge mennesker i alderen 14+
- Grupper på 6-20 deltagere
- Velegnet til forskellige kulturelle baggrunde
- Fungerer godt i ungdomsworkshops, Human Library-aktiviteter, skoler og interkulturelle læringsrum
- Kan tilpasses online eller hybride rammer



TRIN-FOR-TRIN IMPLEMENTERING

Forberedelse

- Indret et stille sted, eller lav en online skabelon (hvis det er eksternt).
- Introducer formålet: at udforske identitet gennem det synlige og det usete.
- Giv et eksempel (virkeligt eller fiktivt) for at vejlede deltagerne.

Aktivitetsudvikling

- Giv hver deltager papir eller en skabelon. Bed dem om at tegne et vindue.
- Indenfor vinduet: Skriv eller tegn, hvad folk ser om deres kultur.
- Uden for vinduet: Skriv eller tegn det, folk ikke ser – værdier, følelser, kampe, familiens forventninger osv.
- Fremhæv kreativitet og følelsesmæssig ærlighed.

Diskussion, afsluttende refleksion og/eller evaluering

- Deltagerne danner parvis eller små grupper for at dele deres vinduer.
- Understøtte refleksion med spørgsmål som:
 - "Hvad overraskede dig?"
 - "Hvad har vi en tendens til at antage baseret på det, vi ser?"
 - "Hvordan kan vi skabe et miljø, hvor 'det ydre' bedre forstås?"
- Afslut med en gruppediskussion om, hvordan denne oplevelse hænger sammen med inklusion, fordomme og ungdomsarbejde.



EVALUERING OG FEEDBACK

- Brug refleksionsøvelser i gruppe- eller anonyme formater.
- Spørg deltagerne:
 - "Hvad lærte du om dig selv?"
 - "Hvordan har dit syn på andre ændret sig?"
 - "Hvordan hjælper dette dig i en mangfoldig gruppesammenhæng?"
- Brug eventuelt digitale værktøjer (Mentimeter, Google Forms) til hurtig input.

FORVENTEDE RESULTATER

- Deltagerne reflekterer grundigt over deres kulturelle identitet
- Øget forståelse af kompleksiteten og dybden bag kulturelle udtryk
- Bedre forståelse af antagelser og fordomme
- Stærkere empati og gruppetilknytning
- Større parathed til interkulturel dialog og inkluderende adfærd

INCLUSION MATTERS
**INCLUSION
MATTERS**



ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

- Normaliser forskellige niveauer af dybde – ikke alle vil dele dybt, og det er okay.
- Fremme følelsesmæssig tryghed og gensidig respekt
- Brug eksempler og vær klar til blidt at guide deltagerne ind i en refleksion
- Undgå at tvinge nogen til at dele mere, end de er trygge ved
- Hvis du arbejder online, så giv klare instruktioner til brug af digitale skabeloner og sørg for tid til refleksion

MULIGE TILPASNINGER

- For yngre grupper: Brug symboler eller enkle tegninger og kortere deletid
- Online brug: Brug delte dokumenter eller tavler til refleksion på afstand
- Lav læsefærdighed eller sprogbarrierer: Tilbyd aktiviteten med tegninger, oversatte instruktioner eller parvis facilitering
- Før-Human Library-arrangementet: Brug vinduet som en måde, hvorpå "menneskebøger" kan forberede deres historier, eller hvorpå "læsere" kan åbne op for nye perspektiver.





EKSEMPLER/CASES

Her er et par eksempler til inspiration.

1. Kulturelle normer og misforståelser

Indenfor Vinduet (hvad folk ser):

- Skaber ikke direkte øjenkontakt
- Undgår konfrontation i gruppediskussioner
- Altid meget høflig og siger "ja"
- Medbringer ofte hjemmelavet mad, der dufter anderledes

Uden for Vinduet (hvad folk ikke ser):

- Kommer fra en kultur, hvor respekt vises ved at undgå øjenkontakt
- At sige "ja" betyder ofte "jeg hørte dig", ikke nødvendigvis "jeg er enig"
- Voksende op i en husstand, hvor det frarådes at sige ældre imod

Føler sig såret, når mad bliver set som "mærkelig" eller der bliver grinet af den.





- **Festivaler og familieprioriteter**

Inde i Vinduet:

- Tog en fridag til en religiøs fejring
- Taler meget om fætre og kusiner og udvidet familie
- Gik glip af et weekendarrangement på grund af familieforpligtelse



Uden for Vinduet:

- Kommer fra en kultur, hvor den udvidede familie er afgørende i dagligdagen
- Religiøse helligdage er dybt personlige, men ikke offentligt anerkendte i dette land
- Står over for antagelser om, at de "ikke er forpligtede", når de prioriterer familie
- Finder det svært at forklare disse kulturelle forskelle uden at fremstå defensiv

- **Kommunikationsstile**

Inde i Vinduet:

- Meget stille i gruppediskussioner
- Udfordrer ikke andre åbent
- Giver sjældent direkte feedback

Uden for Vinduet:

- Kommer fra en kultur med høj kontekst, hvor tavshed er en del af respektfuld kommunikation
- Blev lært, at det er respektløst at være åbent uenig
- Bekymret for at sige imod kan blive misforstået som uhøfligt

Har svært ved at navigere i direkte diskussionsstile i ungdomsaktiviteter



- Tid og struktur

Inde i Vinduet:

- Kommer ofte for sent til møder
- Følger ikke en fastlagt dagsorden
- Improviserer ofte eller "følger strømmen"

Uden for Vinduet:

- Kommer fra en kultur, hvor tid er mere fleksibel, og relationer betyder mere end tidsplaner
- Finder stram struktur og rigid planlægning stressende og uvant
- Bliver ofte fejlagtigt vurderet som uorganiseret, når de i virkeligheden er meget tilpasningsdygtige og lydhøre.
- Føler at deres tilgang til tid ikke respekteres som gyldig eller værdifuld





Co-funded by
the European Union

SCAN ME





KULTUR GENNEM VINDUET



Denne aktivitet opfordrer deltagerne til at udforske, hvordan kultur former identitet ved at skelne mellem, hvad andre ser, og hvad der forbliver skjult. Den fremmer selvbevidsthed, udfordrer antagelser og opbygger kulturel bevidsthed og empati blandt unge.

MATERIALER

- A4-papir eller trykt/digital vinduesskabelon
- Kuglepenne, tuscher eller tegneredskaber
- Valgfrit: Online samarbejdsværktøjer



MÅLGRUPPE

- Unge mennesker fra 14 år og opefter
- Gruppestørrelse: 6–20 deltagere
- Ideel til ungdomsgrupper, Human Library-arrangementer, klasseværelser eller interkulturel træning
- Kan tilpasses både fysisk og online

TRIN

1. Introduktion: Præsenter aktiviteten og dens formål: at reflektere over, hvad der er synligt og usynligt ved vores kultur og identitet.
2. Tegn vinduet: Hver deltager tegner eller modtager en vinduesskabelon.
3. Inde i vinduet: Deltagerne skriver eller tegner, hvad folk typisk ser ved deres kultur (f.eks. mad, påklædning, helligdage, sprog).
4. Uden for vinduet: De reflekterer over og registrerer, hvad andre normalt ikke ser (f.eks. værdier, overbevisninger, følelser, pres, modsætninger).
5. Deling i små grupper: Deltagerne deler deres vinduer parvis eller i små grupper, hvilket fremmer forståelse og empati.
6. Refleksion for hele gruppen: Reflekter sammen: Hvad antog vi? Hvad overraskede os? Hvordan kan dette forbedre, hvordan vi arbejder i forskellige grupper?

ANBEFALINGER

- Yngre deltagere: Tillad mere tegning, forenkelt spørgsmålene.
- Onlinegrupper: Brug Jamboard- eller Google Slides-skabeloner til fælles deling.
- Flersprogede eller interkulturelle grupper: Tilbyd opgaver på flere sprog og forklar ukendte referencer.
- Introverte deltagere: Tilbyd en mulighed for at skrive dagbog eller en anonym delingsmetode.





Empaticirkler

FORMÅL

En empaticirkel giver et trygt og fokuseret rum, hvor enkeltpersoner kan dele deres tanker og følelser om et specifikt emne eller et spørgsmål, mens andre aktivt lytter og reflekterer over det, de hører, med vægt på talerens følelsesmæssige oplevelse. Kerneprincippet er virkelig at forstå en anden persons perspektiv uden at dømme eller afbryde. Det primære mål med empaticirkler er at udvikle empati og aktive lyttefærdigheder gennem struktureret deling og refleksion over forskellige perspektiver.

MATERIALE DER SKAL BRUGES

1. Kuglepen og papir til hver deltager.
2. En talegenstand (f.eks. en sten, en kuglepen).
3. En liste over korte, relaterbare spørgsmål eller scenarier.
4. Spørgsmål til den facilitator-guidede refleksion.



GENEREL BESKRIVELSE

Empaticirklen er en gruppeaktivitet, der ideelt set involverer 4-8 deltagere, der sidder i en cirkel for at styrke forbundethed og lighed. Aktiviteten, der vejledes af en facilitator, fokuserer på et specifikt spørgsmål, hvor en talende genstand angiver den aktuelle taler. Denne person deler sine tanker og følelser uafbrudt. Derefter 'gentager' de andre deltagere kort, hvad de hørte, med fokus på talerens følelser og perspektiv.

Denne cyklus af deling og "ekko"/genspejling fortsætter rundt i cirklen og sikrer, at alle har mulighed for at tale og blive dybt hørt.

Sessionen afsluttes typisk med en kort refleksion over oplevelsen, med vægt på opmærksom lytning og bekræftelse af individuelle følelser.

Empaticirkler bruges i forskellige sammenhænge til at fremme dybere forståelse, forbedre kommunikation, opbygge tillid og fremme empati.

SPØRGSMÅL TIL DEN FACILITATORGUIDEDE REFLEKSION

Spørgsmål til den facilitatorguide refleksion

"Hvordan føltes det at blive virkelig lyttet til?"

"Hvordan var det at forsøge at forstå en andens perspektiv?"

"Lagde du mærke til nogen fælles temaer eller forskellige synspunkter?"

"Hvad lærte du af denne aktivitet?"



SPØRGSMÅL

Spørgsmål med fokus på kulturelle forskelle/forståelse:

"Beskriv en gang, hvor du oplevede en kulturel forskel, der overraskede dig."

"Fortæl om et øjeblik, hvor du lærte noget nyt om en anden kultur."

"Fortæl om en gang, hvor du skulle forklare noget om din kultur til en person, der ikke forstod det."

"Beskriv en situation, hvor du så en person blive behandlet anderledes på grund af sin kulturelle baggrund."

Spørgsmål med fokus på empati/forbundethed:

"Fortæl om engang, hvor du forsvarede en person, der blev behandlet uretfærdigt."

"Fortæl om et øjeblik, hvor du mærkede en stærk forbindelse til en person fra en anden baggrund."

"Beskriv en gang, hvor du forsøgte at forstå en andens perspektiv, selvom du var uenig med dem."

"Fortæl om engang, hvor du følte, at du gjorde en reel forskel i en anden persons liv."

Spørgsmål til at fokusere på stereotyper/fordomme:

"Fortæl om engang, du hørte en fordom om en gruppe mennesker."

"Beskriv engang, du var vidne til, at nogen var fordomsfuld."

"Fortæl, hvordan stereotyper får dig til at føle."

"Fortæl om engang, du var nødt til at udfordre en fordom."



SPØRGSMÅL

Spørgsmål med fokus på at føle sig misforstået/ekskluderet:

"Fortæl om engang, hvor du følte, at nogen havde lavet en urimelig antagelse om dig på grund af, hvor du kommer fra, eller hvordan du ser ud."

"Beskriv et øjeblik, hvor du følte, at din stemme ikke blev hørt, fordi du var anderledes."

"Fortæl om engang, hvor du følte dig som en outsider i en gruppe eller situation."

"Fortæl om engang, hvor du følte dig dømt, før nogen rigtig lærte dig at kende."

Tips til at anvendelse af disse spørgsmål:

Hold det åbent: Tillad en variation af svar.

Relater til unges oplevelser: Sørg for, at spørgsmålene er relevante for deres liv.

Skab et trygt rum: Understreg, at der ikke er rigtige eller forkerte svar.

Opmuntre til følelsesmæssig udtryk: Mind deltagerne om at fokusere på deres følelser.

Prompt



OMTRENTLIG VARIGHED

- Cirka 45-60 minutter.
- Forberedelse: 5-10 minutter (klargøring af lokalet, indsamling af materialer, gennemgang af forløbet).
- Fastlæggelse af retningslinjer: 5 minutter (facilitator forklarer formålet og reglerne).
- Deling- og genspejling: 25-40 minutter (afhængigt af antallet af deltagere og dybden af delingens indhold). Sigt efter cirka 2-3 minutter pr. person til at dele, og 1-2 minutter til gruppens genspejlinger.
- Kort refleksion: 5-10 minutter (facilitatoren guider en kort diskussion om oplevelsen).





MÅLGRUPPE



Aldersgruppe:

- **Yngre unge (12-15 år):** Tilpasning med kortere deletider, enklere spørgsmål med fokus på relaterbare oplevelser (venskaber, skole) og mere struktureret facilitering. Mindre gruppestørrelser (4-6) er ofte mere effektive.
- **Ældre og unge voksne (16-30 år):** Velegnet til standard implementering med mere komplekse spørgsmål, der udforsker identitet, sociale problemstillinger og kulturel forståelse. Gruppestørrelser på 6-8 fungerer godt, men kan være lidt større (op til 10) med effektiv tidsstyring.

Antal deltagere:

- **Små grupper (4-6):** Ideel til dybere deling og mere individuel opmærksomhed. Giver mulighed for hyppigere skift og længere "genspejlinger".
- **Mellemstore grupper (7-10):** Håndterbare med tydelig tidsplanlægning. Kræver mere fokuseret facilitering for at sikre, at alle har mulighed for at deltage meningsfuldt.
- **Større grupper (11+):** Kan opdeles i mindre empaticirkler, der kører samtidigt med forskellige facilitatorer. Dette sikrer, at alle har mulighed for at tale og blive hørt inden for en rimelig tidsramme.



Type af miljø:

- **Uddannelsesmiljøer (skoler, universiteter):** Kan integreres i klasseværelsesaktiviteter, workshops om kommunikation, social-emotionel læring eller interkulturelle studier. Giver en struktureret måde for eleverne at knytte bånd og forstå forskellige perspektiver inden for skolefællesskabet.
- **Ungdomsorganisationer og -klubber:** Velegnet til regelmæssige møder eller særlige arrangementer med fokus på at opbygge fællesskab, fremme empati og udvikle sociale kompetencer blandt medlemmer.
- **Medborgerhuse og workshops:** Effektivt til at samle unge fra forskellige baggrunde for at fremme social samhørighed og forståelse i lokalsamfundet.
- **Online/virtuelle miljøer:** Kan tilpasses ved hjælp af videokonferenceplatforme med klare retningslinjer for rækkefølge af talere og "ekko"(genspejling) via stemme- eller chatfunktioner. Grupperum kan bruges til større grupper. Kræver nærværende og struktureret facilitering, så rummet holdes organiseret, og alle deltagere forbliver engagerede.
- **Uformelle rammer:** Kan bruges i mindre strukturerede miljøer (f.eks. ungdomsmøder, refugia) med tydelig, klar forklaring samt nærværende og respektfuld facilitering, der fremmer en åben og empatisk samtale.



TRIN-FOR-TRIN

1. Forberedelse (5–10 minutter):

- **Saml deltagerne:** Sigt efter en gruppestørrelse på 4–8 personer for optimal deltagelse. Større grupper kan deles op i mindre grupper.
- **Opstil rummet:** Få deltagerne til at sidde i en cirkel, så alle tydeligt kan se hinanden. Den fysiske opstilling skaber en følelse af lighed og fællesskab.
- **Materialer:** Du skal bruge en simpel talegenstand (f.eks. en lille sten, en kuglepen), papir og kuglepenne til personlig refleksion bagefter og en liste med korte, relaterbare spørgsmål eller scenarier.
- **Introducer aktiviteten (Facilitator):** Forklar formålet med empathicirklen – at øve dyb lytning og forståelse for hinandens perspektiver. Understreg, at målet ikke er at give råd, dele personlige historier (medmindre det er din tur til at tale) eller debattere, men at virkelig lytte til og reflektere over talerens oplevelse.



Fastlæggelse af retningslinjer (5 minutter - ledet af facilitator):

- **Én taler ad gangen:** Kun den person, der holder talegenstanden, taler.
- **Aktiv lytning:** Alle andre fokuserer udelukkende på taleren og er ikke kun opmærksomme på ordene, men også på tonen, kropssproget og de underliggende følelser.
- **Ingen afbrydelser eller parallel snak:** Deltagerne bør undgå at afbryde taleren eller deltage i separate samtaler.
- **Fokus på taleren:** Fokus forbliver på den person, der holder talegenstanden, indtil vedkommende er færdig med at tale.
- **Fortrolighed (valgfrit, men anbefalet):** Hvis emnet er personligt, opfordres deltagerne til at respektere privatlivets fred omkring det, der deles i kredsen.
- **Ret til at springe over:** Deltagerne har ret til at springe over, når det er deres tur til at tale.
- **Tidsgrænser (valgfrit):** Afhængigt af gruppen og det emne eller spørgsmål, der arbejdes men kan du sætte en kort tidsgrænse for hver talers tur (f.eks. 2-3 minutter).





Deling og genspejlingsprocessen (15-30 minutter):

- **Introducer Spørgsmålet (facilitator):** Præsenter et klart og kortfattet spørgsmål, som relaterer sig til det tema, I vil udforske (f.eks. "Fortæl om en gang, du følte dig misfortået" eller "Hvad betyder tillidsforhold for dig"). Tilpas spørgsmålet, så det er relevant og engagerende for ungdomsgruppen.
- **Første taler:** Facilitatoren kan selv starte eller udpege en person til at begynde. Denne person tager talegenstanden og deler sine tanker og følelser i forhold til spørgsmålet.
- **Genspejling (efter at taleren er færdig):** Når taleren er færdig indikerer de det ved at lægge talegenstanden tilbage i midten eller række den videre til den næste person. De øvrige deltagere tager på skift ordet for kort at "genspejle" det, de hørte. Genspejlingen bør fokusere på talerens følelser og perspektiv, ikke egne meninger eller fortolkninger.
- **Talerens bekræftelse (valgfrit):** Den oprindelige taler kan kort bekræfte, om genspejlingen resonerede med ham/hende. Det hjælper lytterne med at vide, om de har forstået fortællingen korrekt.
- **Næste taler:** Talegenstanden gives videre til den næste person i kredsen, som deler sit svar på det samme spørgsmål. Genspejlingsprocessen gentages, når vedkommende har talt.
- **Fortsæt rundt i kredsen:** Fortsæt processen, indtil alle, der ønsker det, har haft mulighed for at dele og blive genspejlet. Deltagerne kan vælge at springe deres tur over, hvis de ikke er klar til at dele.



- Kort refleksion (5-10 minutter - ledet af facilitator):
- Når alle har haft mulighed for at fortælle (eller tiden løber ud), kan facilitatoren lede en kort refleksion. Mulige spørgsmål kunne f.eks.være:
- "Hvordan føltes det virkelig at blive lyttet til?"
- "Hvordan var det at forsøge at forstå en andens perspektiv?"
- "Lagde du mærke til fælles temaer eller forskellige synspunkter?"
- "Hvad lærte du af denne øvelse?"
- Hold refleksionen kort og fokuseret på processen frem for de enkeltes individuelle historier.





EVALUERING OG FEEDBACK

Effektiviteten kan måles ved hjælp af både uformelle og mere strukturerede metoder. Uformelt kan man få værdifuld indsigt ved at observere deltagernes engagement under aktiviteten, notere dybden af deres deling og eftertænksomheden i deres “ekko”/genspejling og facilitere en diskussion efter aktiviteten om deres erfaringer og læring.

En mere struktureret evaluering kan indeholde korte, anonyme undersøgelser før og efter aktiviteten, hvor deltagerne spørges om deres komfortniveau i forhold til at lytte og udtrykke empati, deres forståelse af forskellige perspektiver og deres følelse af at være forbundet med andre. Disse undersøgelser kan bruge vurderingsskalaer eller åbne spørgsmål til at indsamle både kvantitative og kvalitative data om aktivitetens indvirkning på deres bevidsthed og færdigheder.





FORVENTEDE RESULTATER

Forventede resultater: Deltagerne vil demonstrere forbedrede evner til aktiv lytning, vise større opmærksomhed og mere præcis afspejling af andres følelser. De vil også udvise øget empati, vise en større forståelse og validering af forskellige perspektiver og følelsesmæssige oplevelser. Deltagerne vil sandsynligvis rapportere at de oplever en stærkere følelse af tilknytning og tillid i gruppen.

Forventede effekter: Aktiviteten bør fremme et mere inkluderende og respektfuldt miljø, hvor unge føler sig hørt og værdsat. Det forventes, at det vil bidrage til en reduktion af stereotyper og fordomme ved at fremme dybere forståelse på tværs af forskellige baggrunde. I sidste ende sigter Empaticirkler på at forbedre og styrke de unge deltagers kommunikations- og social-emotionelle færdigheder, hvilket på lang sigt fører til mere samarbejdsvillige og forstående fællesskaber.





Løsning af mulige konflikter eller problemer:

- **Dominerende talere:** Hvis en eller to personer har tendens til at dominere dele tiden, så mind gruppen blidt om tidsbegrænsningerne og vigtigheden af at alle bliver hørt. Du kan sige noget i retning af: "Lad os sørge for, at alle, der ønsker at dele, har mulighed for at gøre det inden for den tid vi har afsat."
- **Deling uden for emnet:** Hvis en deltager afviger markant fra emnet, så bring dem forsigtigt tilbage til fokus. For eksempel: "Tak fordi du delte det. For at hjælpe os med at holde fokus på vores emne, kunne du måske relatere dine tanker tilbage til det?"
- **Dømmende eller rådgivende "genspejlinger":** Hvis deltagerne begynder at tilbyde råd eller bedømme talerens oplevelse under "genspejlingen", omdirigerer dem forsigtigt til at fokusere på talerens følelser. "Husk, at det handler om at afspejle, hvad du hørte taleren fortælle at de følte, ikke din mening eller løsninger."
- **Afkobling eller tavshed:** Hvis nogen virker tilbagetrukket, så spørg dem i en pause eller privat, hvis det er passende, hvordan de har det. Et simpelt "Er alt i orden?" kan være nyttigt. Respekter det, hvis de ikke ønsker at dele.
- **Følelsesmæssig ubehag:** Hvis en deltager bliver synligt ked af det, anerkend vedkommendes følelser og vis empati. Tilbyd en pause eller muligheden for at træde ud, hvis det er nødvendigt. Hav ressourcer til rådighed til at støtte deltagerne, hvis emnet er følsomt.

Forstyrrende adfærd: Håndter enhver forstyrrende adfærd roligt og direkte, og gentag de aftalte retningslinjer for respektfuld deltagelse.



ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

Håndtering af aktiviteten:

- **Tydelige instruktioner:** Start med at forklare formålet, trinene og retningslinjerne for empathicirklen klart og præcist. Brug et enkelt sprog, og sikre at deltagerne har forstået hvad processen indebærer.
- **Tidshåndtering:** Vær opmærksom på den afsatte tid. Vejled forsigtigt deltagerne til at være præcise i deres deling og genspejlinger, især i større grupper. Brug en visuel timer, hvis det er nyttigt.
- **Håndtering af talegenstanden:** Sørg for, at talegenstanden videregives gnidningsløst, og at alle forstår dens formål.
- **Blid vejledning:** Som facilitator er din rolle at guide processen, ikke at lede indholdet. Undgå at blande dine egne meninger eller historier i aktivitetens delings- og genspejlingsfaser.
- **Vær en model for aktiv lytning:** Demonstrer aktiv lytning gennem din egen kropsholdning, øjenkontakt og korte anerkendelser under "genspejlingen".
- **Opmuntre til deltagelse:** Opmuntre nænsomt de mere stille deltagere til at dele, når talegenstanden rækkes til dem, men respekter altid deres ret til at vælge at springe over.
- **Overvåg energien:** Vær opmærksom på gruppens energiniveau. Hvis energien daler, overvej en kort strækpause eller et lidt anderledes spørgsmål til næste runde (hvis du laver flere runder).
- **Bløde overgange:** Signalér overgangene tydeligt mellem deling, "ekko"/genspejling og den afsluttende refleksion.



At sikre engagement fra alle deltagere:

- **Relevante spørgsmål:** Vælg spørgsmål, der er relaterbare og engagerende for den specifikke aldersgruppe og kontekst.
- **Forskellige Spørgsmål:** Hvis du laver flere runder, så brug en række forskellige spørgsmål for at imødekomme forskellige interesser og oplevelser.
- **Dynamik i små grupper:** Mindre grupper har naturligt en tendens til at have større engagement. Hvis man arbejder med en stor gruppe, er det vigtigt at dele gruppen op i mindre cirkler.
- **Fremhæv værdien af at lytte:** Fremhæv, at aktiv lytning er lige så vigtig som at dele, og at deres "genspejlinger" er værdifulde bidrag.
- **Skab en tryk og tillidsfuld atmosfære:** Fremhæv fortrolighed og ikke-dømmende adfærd fra starten. Din rolle som facilitator, der selv udviser empati og respekt er afgørende.
- **Positiv forstærkning:** Anerkend og værdsæt deltagernes indsats for at lytte og dele. Et simpelt "Tak fordi du deler" eller "Det var en tankevækkende refleksion" kan betyde meget.
- **Interaktive elementer (valgfrit):** For yngre grupper kan du indarbejde korte, lignende aktiviteter før eller efter empathicirklen for at styrke fællesskabet og forberede dem på dybere lytning.

Refleksionsspørgsmål: Formuler refleksionsspørgsmålene på en måde, der opfordrer alle til at tænke over deres oplevelse og hvad de har lært.



MULIGE TILPASNINGER

Tilpasning til forskellige kontekster:

Online/Virtuel:

- **Materialer:** Brug videokonferenceværktøjer. Etabler tydelige regler, for hvordan man tager ordet (f.eks. håndsoprækning eller en digital talegenstand). Brug eventuelt chatten til korte skriftlige genspejlinger, hvis det passer bedre.
- **Struktur:** Mindre grupperum til cirklerne kan gøre processen mere overskuelig. Sørg for at sikre gode lyd-og visuelle forhold. Facilitatoren skal være kompetent og tryk ved at lede online.

Uddannelsesmæssige rammer (klasseværelse):

- **Materialer:** Spørgsmålene kan kobles til emner i et pensum (f.eks. historiske personers perspektiver, karakterers motivationer i litterære tekster). Eleverne kan efterfølgende notere deres refleksioner i en dagbog.
- **Struktur:** Kan integreres i en undervisningsplan. Fokuser reflektionen på de ønskede læringsmål. Overvej at lade eleverne evaluere hinandens lyttefærdigheder (med tydelige kriterier).

Tilpasning til forskellige kulturelle grupper:

- Vær opmærksom på, at der kan være forskellige kulturelle normer omkring deling og følelsesmæssig udtryk.
- Giv tydelige retningslinjer for fortrolighed og respekt.
- Tilpas spørgsmålene, så de afspejler kulturelle værdier og oplevelser.
- Overvej at bruge flersprogede oversættelser, hvis det er relevant.



Co-funded by
the European Union

SCAN ME





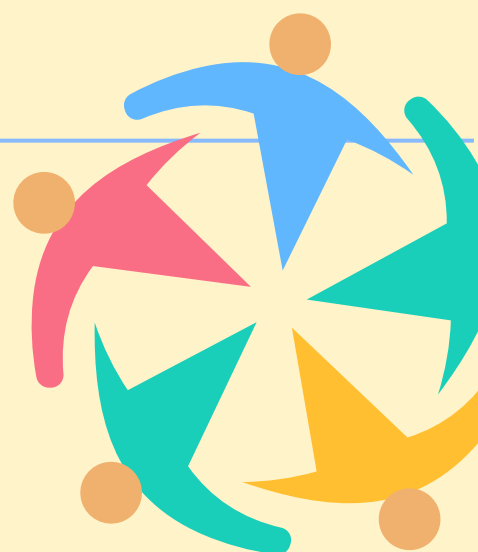
EMPATICIRKLER



Formålet med empathicirkler er at dyrke empati og forbedre aktive lyttefærdigheder. Ved at dele og reflektere forstår deltagerne forskellige perspektiver, fremmer respekt og nedbryder stereotyper.

MATERIALER

- Pen og papir til hver deltager.
- En tale-genstand (f.eks. en sten, en pen).
- En liste over korte, relaterbare spørgsmål eller scenarier.
- Spørgsmål til den facilitatorledede refleksionssession.



MÅLGRUPPE

- Unge (16-30) fra forskellige baggrunde, herunder immigranter, der søger at opbygge empati og forståelse på tværs af kulturer.

TRIN

1. Gruppeinddeling: Opdel deltagerne i mindre grupper (4-8 personer i hver).
2. Opstilling i en cirkel: Hver gruppe stiller sig i en cirkel.
3. Forklar formål og tale-genstand: I hver gruppe forklares fokus på empati og aktiv lytning. Introducér en tale-genstand (f.eks. en sten, kuglepen eller andet), og forklar, at kun den person, der holder genstanden, har ordet.
4. Fastlæg regler: Skitsér retningslinjer (kun den med tale-genstand taler, lyt opmærksomt, ingen afbrydelser).
5. Præsenter oplægget: Introducer emnet for alle grupper.
6. Første taler: I hver gruppe tager én person tale-genstanden og deler.
7. Ekko af følelser: Andre i gruppen afspejler kort følelserne hos den person, der holder den talende genstand.
8. Næste taler: Tale-genstanden gives videre til den næste person, der ønsker at dele.
9. Gentag: Fortsæt cyklussen med at dele med tale-genstanden og give genlyd/ekko inden for hver gruppe.
10. Kort refleksion: Hver gruppe har en kort diskussion om deres oplevelse.

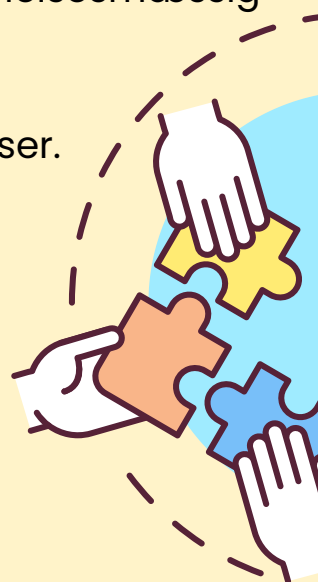
ANBEFALINGER

Forskellige kulturelle grupper:

- Vær opmærksom på kulturelle normer vedrørende deling og følelsesmæssig udtryk.
- Giv klare retningslinjer for fortrolighed og respekt.
- Tilpas oplæggene, så de afspejler kulturelle værdier og oplevelser.
- Overvej at bruge flersproget facilitering, hvis det er nødvendigt.

Online/virtuelle rammer:

- Brug videokonference-platforme med grupperum.
- Etabler klare retningslinjer for online etikette.
- Overvej at bruge digitale værktøjer til deling og refleksion.
- Sørg for tydelig moderering af chat og tale.





Lyt og tegn

FORMÅL

Formålet er at forbedre effektiv kommunikation, aktiv lytning og opmærksomhed på detaljer, især i interkulturelle sammenhænge, ved at fortolke mundtlige instruktioner præcist og oversætte dem til visuelle repræsentationer.

Aktiviteten har til hensigt at udvikle kernekompetencer inden for interkulturel kommunikation ved at understrege vigtigheden af klarhed, fortolkning og nonverbale antagelser i mundtlig kommunikation. Deltagerne øver sig i at afkode sprog på tværs af forskellige kommunikationsstile og kulturelle perspektiver, hvilket forbedrer gensidig forståelse og samarbejde i diverse grupper.

MATERIALER

1. Et simpelt originalt billede (opbevares af underviseren)
2. Papir til hver deltager
3. Blyanter eller kuglepenne
4. Et ur (valgfrit)
5. Et whiteboard eller skærm (valgfrit, men nyttigt til at vise det originale billede efter aktiviteten)



BESKRIVELSE

“Lyt og Tegn” er en gruppebaseret kommunikationsøvelse designet til at fremme aktiv lytning og forbedre evnen til mundtlig fortolkning. Deltagerne får papir og blyant og lytter til en facilitator, der beskriver et billede udelukkende med ord. Uden at se billedet skal deltagerne genskabe det udelukkende baseret på facilitatorens instruktioner. Dette udfordrer deltagerne til at være meget opmærksomme, tolke information uden visuelle signaler og stole på verbal klarhed. Aktiviteten kan udføres fysisk med små eller store grupper, og den fremmer teamwork, feedback og diskussion om kommunikationsprocessen. Ved afslutningen af aktiviteten sammenlignes tegningerne med det originale billede, og en gruppe refleksion hjælper med at forstærke læringsudbyttet.

OMTRENTLIG VARIGHED

Tidsramme (45–60 minutter i alt)

1. Forberedelse: 5–10 minutter
2. Gennemførelse af aktiviteten: 15–25 minutter
3. Diskussion og refleksion: 20–25 minutter



MÅLGRUPPE

- Voksne i virksomheds- eller læringsmiljøer
- Især velegnet til multikulturelle og internationale grupper
- Anbefalet antal deltagere: 5–25 personer
- Bruges i: både formelle læringsmiljøer og uformelle workshops

TRINFOR TRIN

Forberedelse

- Vælg eller tegn et enkelt stregbillede (f.eks. et hus, et landskab eller geometriske figurer).
- Tegningen må kun vises til facilitatoren.
- Hav tilstrækkelig papir og blyanter eller kuglepenne klar til alle deltagere.
- Sørg for et roligt, uforstyrret lokale, hvor deltagerne kan koncentrere sig om at lytte og tegne uden forstyrrelser.

Gennemførelse af aktiviteten

1. Saml deltagerne og forklar, at formålet er at tegne et billede udelukkende ud fra nogle mundtlige instruktioner.
2. Fremhæv vigtigheden af aktiv lytning og tydelighed.



1. Tillad deltagerne at stille ja/nej-spørgsmål efter behov (valgfrit – juster sværhedsgraden).
2. Fortsæt med at beskrive billedet, indtil tegningerne er færdige.
3. Sæt en tidsgrænse for at holde styr på tempo og fokus.

Diskussion og refleksion/evaluering:

1. Vis det originale billede til hele gruppen.
2. Lad deltagerne sammenligne deres tegninger med originalen og hinandens tegninger.
3. Faciliter en gruppediskussion med fx disse spørgsmål:
 - Hvad forklarer forskellene mellem jeres tegninger?
 - Var der et tidspunkt hvor du oplevede, at instruktionen var helt tydelig?
 - Hvad ville du gøre anderledes, hvis du skulle prøve denne øvelse igen?
 - Hvordan relaterer denne øvelse sig til kommunikationsudfordringer i den virkelige verden blandt mangfoldige grupper?



EVALUERING OG FEEDBACK

1. Brug uformelle drøftelser og deltagernes feedback under refleksionsfasen.
2. Valgfrit: Uddel et kort spørgeskema med udsagn som fx:
 - “Jeg følte mig sikker på, at jeg kunne forstå instruktionerne.”
 - “Denne øvelse hjalp mig med at se, hvor vigtig tydelighed er i kommunikationen.”
 - “Jeg er blevet mere bevidst om, hvordan kulturelle antagelser kan påvirke min fortolkning af sproget.”

FORVENTEDE RESULTATER

- Forbedrede færdigheder i aktiv lytning og fortolkning
- Øget bevidsthed om kommunikationsudfordringer i multikulturelle miljøer
- Øget forståelse for vigtigheden af klarhed, feedback og tålmodighed i gruppesamtaler
- Styrket samarbejde og opmærksomhed på nonverbale signaler i mundtlige beskrivelser



ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

- Øv dig i at beskrive billedet på forhånd for at sikre, at dine instruktioner til deltagerne er tydelige og logiske.
- Vælg billeder med forskelligt kompleksitetsniveau alt efter deltagernes erfaring.
- Vær særligt opmærksom på gruppedynamikken og opmuntre alle til aktiv deltagelse.
- Afgør på forhånd, om det er tilladt at deltagerne må stille spørgsmål mens du beskriver billedet.

Skab en støttende atmosfære, hvor fejl betragtes som læringsmuligheder.

MULIGE TILPASNINGER

- For online grupper: Brug grupperum og digitale tegneværktøjer (f.eks. whiteboard, apps eller tegneprogrammer).
- Til yngre målgrupper eller uformelle sammenhænge: Brug sjove og fjollede billeder for at bevare en let og humoristisk stemning.
- Til flersprogede grupper: Få instruktionerne oversat eller gentaget på flere sprog.
- Til erfarne grupper: Indfør forstyrrelser eller giv bevidst vage instruktioner for at efterligne virkelighedens uklarheder



Co-funded by
the European Union

SCAN ME





Co-funded by
the European Union

LYT OG TEGN



Formålet med aktiviteten er at styrke effektiv kommunikation med fokus på aktiv lytning, forståelse af mundtlige instruktioner og opmærksomhed på detaljer. Den fremmer samarbejde og klarhed i teammiljøer, hvilket er særligt nyttigt for interkulturelle og mangfoldige grupper, hvor kommunikationsstile kan variere.

MATERIALER

- Et originalt billede (kun facilitatoren må se det)
- Papir (et ark pr. deltager)
- Blyanter eller kuglepenne
- Ur eller timer (valgfrit)
- En måde at vise det originale billede til sidst (f.eks. skærm, udskrift)



MÅLGRUPPE

- Voksne i professionelle, uddannelsesmæssige eller træningsmæssige sammenhænge
- Gruppestørrelse: 5 til 25 deltagere
- Ideel til multikulturelle eller tværfaglige teams
- Fungerer godt i både formelle workshops og uformelle teambuilding-sessioner



TRIN

Forberedelse:

Vælg eller design et simpelt billede (landskab, objekt, geometriske former). Forbered nok papir og blyanter til alle deltagere.

Indledning:

Forklar formålet: at tegne et billede udelukkende baseret på verbale instruktioner. Understreg vigtigheden af at lytte og følge instruktioner omhyggeligt.

Udførelse af aktivitet:

Facilitatoren beskriver billedet trin for trin uden at vise det. Deltagerne tegner udelukkende ud fra det, de hører. Tillad eventuelt ja/nej-spørgsmål med afklarende budskaber. Sæt en tidsgrænse, hvis det er nødvendigt.

Afsløring og sammenligning:

Vis det originale billede til gruppen. Deltagerne sammenligner deres tegninger med originalen og hinandens.

Refleksion og diskussion:

Hold en kort debriefing med spørgsmål som:
Hvad gjorde instruktionerne lette eller svære at følge?
Hvilke strategier hjalp dig med at holde fokus?
Hvordan hænger dette sammen med kommunikationen i dit arbejde/team?



ANBEFALINGER

- **Fjernteams:** Brug virtuelle whiteboards eller tegneapps (f.eks. Miro, Jamboard), hvis aktiviteten skal foregå online.
- **Yngre eller uformelle grupper:** Vælg sjove, legende billeder (som dyr eller fantasiscener) for at holde stemningen let.
- **Flersprogede teams:** Gentag instruktioner på flere sprog, eller giv et oversat resumé.
- **Øvede hold:** Øg billedets kompleksitet eller begræns antallet af afklarende spørgsmål for at gøre aktiviteten mere udfordrende.





Stille diskussion

FORMÅL

At styrke deltagernes interkulturelle kompetencer – særligt refleksiv tænkning, empati og skriftlig kommunikation - i konflikthåndterings-situationer.

Denne aktivitet viser, hvordan skriftlig dialog kan fremme gensidig forståelse og konstruktivt samarbejde i mangfoldige arbejdsmiljøer.

GENEREL BESKRIVELSE

Denne aktivitet involverer deltagerne i en stille, skriftlig samtale for at udforske løsninger til konflikter på arbejdspladsen. Deltagerne arbejder i små grupper og reagerer på et konflikt scenarie ved kun at bruge skriftlige kommentarer og en tusch i forskellige farver. De interagerer med hinandens ideer skriftligt, inden de påbegynder en mundtlig diskussion og refleksion over samtalen.

Denne metode simulerer, hvordan vi ofte bruger skriftlig kommunikation (e-mails, beskeder) i multikulturelle og hybride arbejdspladser, hvor det kræver omhyggelig overvejelse. Den lægger vægt på at respektere forskellige synspunkter og praktisere inkluderende, konstruktive reaktioner – centrale aspekter af interkulturel kompetence.



MATERIALER

- Flipoverark (1 pr. gruppe)
- Farvede tuscher
- Trykte eller digitale kopier af konfliktscenarier (1 pr. gruppe)
- Kuglepenne/notesblokke til deltagernes noter under refleksion
- Ur

OMTRENTLIG VARIGHED

I alt: 30–40 minutter

- Forberedelse : 3–5 minutter
- Stille diskussion: 15 minutter
- Gruppediskussion: 5-10 minutter
- Refleksion for hele gruppen/klassen: 10 minutter
- Valgfri evaluering: 5 minutter

MÅLGRUPPE

- Aldersgruppe: 16+
- Gruppestørrelse: Små grupper på 4–6 personer; kan tilpasses til større forsamlinger ved at opdele deltagerne i flere mindre grupper

Miljø: Velegnet til klasseværelser, workshops, teambuilding-forløb eller interkulturel undervisning (fysisk eller hybrid)



AKTIVITETSUDVIKLING

Forberedelse

1. Forbered flipoverpapir og farvede tuscher (1 pr. deltager i en gruppe).
2. Udskriv eller tildel ét konfliktscenarie til hver gruppe.
3. Sørg for nok plads til, at hver gruppe kan arbejde uden forstyrrelser.

Aktivitetsudvikling

1. Gruppedannelse (2 minutter)

Opdel deltagerne i små grupper (4-6 personer). Hver gruppe modtager:

- Et stort ark papir
- Farvede tuscher (1 pr. person)
- Et konfliktscenarie

2. Stille Skriftlig Diskussion (15 minutter)

- Deltagerne læser scenariet.
- Uden at tale, skriver deltagerne deres tanker, ideer og løsningsforslag på papiret med de tildelte tuscher
- De opfordres til at svare skriftligt på andres kommentarer, udfordre respektfuldt eller bygge videre på idéer.
- Understreg vigtigheden af tydelig, respektfuld og inkluderende skriftlig kommunikation.



3. Mundtlig gruppediskussion (5-10 minutter)

- Når tiden er gået, lad grupperne diskutere den skriftlige dialog højt.
- Opfordrer til refleksion:
 - Hvad var de vigtigste idéer?
 - Hvad fandt de nyttigt eller overraskende?
 - Ændrede det skriftlige format deres måde at kommunikere eller tænke på?

4. Refleksion for hele gruppen (10 minutter)

Bed grupperne om kort at dele:

- Hvad deres scenarie indeholdt i hovedtræk
- De mest centrale idéer og løsningsforslag, de kom frem til
- På hvilken måde det tavse skriftlige format påvirkede deres refleksion og kommunikation

EVALUERING OG FEEDBACK

Facilitatorer kan evaluere aktiviteten ved at:

- Kort mundtlig refleksion eller feedbackrunde
- Valgfri skriftlige spørgeskemaer med spørgsmål som:
 - Hvad lærte du om din egen kommunikationsstil?
 - Hvordan hjalp denne aktivitet dig med at forstå andres perspektiver?
 - Hvad ville du gøre anderledes i en reel skriftlig konfliktsituation?



FORVENTEDE RESULTATER

Deltagelse i aktiviteten "Stille Diskussion" fremmer en øget bevidsthed om, hvordan skriftsprog kan være et stærkt værktøj til at håndtere konflikter på en velovervejet og effektiv måde. Aktiviteten bidrager til en større forståelse af forskellige perspektiver og fremmer empati i gruppesammenhænge. Gennem processen med at reflektere og svare i stilhed udvikler deltagerne også deres refleksive tænkning og interkulturelle kommunikationsfærdigheder. Derudover dyrker aktiviteten en større værdsættelse af tavse og inkluderende dialogmetoder, som er særligt værdifulde i mangfoldige eller tværkulturelle miljøer.

ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

Facilitatoren bør fremme en atmosfære præget af åbenhed og respekt ved at minde deltagerne om, at det skriftlige diskussionsrum skal forblive fordomsfrit. Facilitatoren bør med diskretion følge gruppedynamikken for at sikre, at alle engagerer sig i aktiviteten. Deltagerne bør forsikres om, at forskellige skrivestile eller sprogfærdigheder er fuldt ud acceptable, da fokus er på at dele idéer frem for perfekt grammatik. Afslutningsvis kan refleksionen, efter diskussionen, bruges til at fremhæve meningsfulde sammenhænge mellem øvelsen og virkelige situationer, såsom kommunikation på arbejdspladsen eller i interkulturelle sammenhænge.



MULIGE TILPASNINGER

- For yngre grupper: Brug enkle konfliktscenarier, eller sammensæt aktiviteten med visuelle ledetråd eller tegnefilm.
- For online-/hybridformater: Brug delte digitale dokumenter (f.eks. Google Docs) med farvekodet tekst i stedet for papir.
- For tidsbegrænsede situationer: Reducer den stille diskussion til 10 minutter og forkort grupperefleksionen.

For større grupper: Lad flere små grupper arbejde parallelt og roter scenarierne mellem runderne.

SCAN ME





Co-funded by
the European Union

STILLE DISKUSSION



At udvikle deltagernes interkulturelle kompetencer, især reflekterende tænkning, empati og skriftlig kommunikation, i konfliktløsningssituationer.

MATERIALER

- Flipover-papir (1 pr. gruppe)
- Farvede tuscher
- Udprintede eller digitale versioner af konfliktscenarier (1 pr. gruppe)
- Kuglepenne/notesblokke til deltagernes noter under refleksion
- Ur eller timer



MÅLGRUPPE

- Små grupper på 4-6 deltagere; kan tilpasses større grupper med flere mindre teams. Velegnet til klasseværelser, workshops, teambuilding-sessioner eller interkulturel træning (personligt eller hybrid)

TRIN

Gruppedannelse

Opdel deltagerne i små grupper (4-6 personer).

Stille skriftlig diskussion

Deltagerne læser scenariet.

Uden at tale skriver de deres tanker, idéer og løsningsforslag på papiret med den farve tusch, de har fået tildelt.

Verbal gruppediskussion

Når tiden er gået, får grupperne lov til at tale sammen og diskutere det, der blevet skrevet.

Opfordr til refleksion

Hvad var de vigtigste idéer?

Hvad var nyttigt eller overraskende?

Ændrede det skriftlige format deres måde at kommunikere eller tænke på?

Fælles refleksion i plenum

Hver gruppe deler kort:

En opsummering af deres scenarie

Nøgleidéer eller -løsninger, der diskuteres

Hvordan det tavse format påvirkede deres tænkning og kommunikation

Evaluering og feedback

Facilitatorer kan evaluere effektiviteten gennem:

- En kort mundtlig refleksion eller feedbackrunde
- Valgfrie skriftlige spørgeskemaer



ANBEFALINGER

- For yngre grupper: Brug enklere konfliktscenarier eller kombinér aktiviteten med visuelle hjælpemidler eller tegneserier.
- Til online-/hybridformater: Brug delte digitale dokumenter (f.eks. Google Docs) med farvekodet tekst i stedet for papir.
- Ved begrænset tid: Reducer den stille diskussion til 10 minutter og forkort grupperefleksionen.
- For større grupper: Lad flere små grupper arbejde parallelt og roter scenarierne mellem runderne.





Menneskeknude

FORMÅL

At udvikle interkulturelle kompetencer såsom teamwork, kommunikation, empati, problemløsning og tillidsopbygning gennem fysisk samarbejde og gensidig forståelse i en mangfoldig gruppe.

GENEREL BESKRIVELSE

Menneske knude er en dynamisk, fysisk aktivitet, hvor deltagerne danner en sammenfiltret cirkel ved at række hænderne ind over gruppen og tage fat i hinanden. Uden at slippe grebet skal de derefter samarbejde for at vikle sig fri. Aktiviteten opmuntrer deltagerne til at navigere forskellige kommunikationsstile, aflæse nonverbale signaler og løse problemer i fællesskab i et sjovt og uformelt miljø.

Den er særligt effektiv i blandede, kulturelle grupper, da den tydeliggør værdien af aktiv lytning, samarbejde og forskellige tilgange til udfordringer. Denne metode simulerer, hvordan vi ofte bruger skriftlig kommunikation (e-mails, beskeder) på multikulturelle og hybride arbejdspladser, hvilket kræver grundig overvejelse. Den understreger vigtigheden af at respektere forskellige synspunkter og praktisere inkluderende, konstruktive svar – nøgleaspekter af interkulturel kompetence



MATERIALER

Ingen materialer nødvendige, kun et åbent område, hvor deltagerne kan bevæge sig frit.

VARIGHED

- Forberedelse: 5 minutter
- Aktivitet: 15-20 minutter

Debriefing/Refleksion: 15-20 minutter

I alt: 35-45 minutter

MÅLGRUPPE

- Alder: 12 år og derover
- Gruppestørrelse: 6-12 deltagere pr. gruppe (større grupper kan opdeles)
- Miljø: Indendørs eller udendørs områder

Ideel til: Skoler, ungdomsgrupper, interkulturelle lejre, diversitetsworkshops



TRIN-FOR-TRIN IMPLEMENTERING

Forberedelse

1. Identificér et sikkert og rummeligt område til aktiviteten.
2. Introducer kort formålet med aktiviteten – at samarbejde og løse en fysisk gåde sammen, mens vi reflekterer over, hvordan vi kommunikerer og arbejder igennem forskelligheder.

Aktivitetsudvikling

1. Bed deltagerne om at danne en cirkel, hvor de står skulder ved skulder.
2. Alle rækker deres højre hånd ud i cirklen og griber fat i en andens hånd (ikke personen lige ved siden af dem).
3. Gentag det samme med venstre hånd, og sørg for, at der er kontakt til en anden person og igen ikke nogen ved siden af dem.
4. Når alle er forbundet, skal gruppen udrede sig selv for at danne en cirkel uden at give slip på hænderne.
5. Opfordre deltagerne til at tale, lytte, være tålmodige og foreslå strategier.
6. Hvis knuden bliver fysisk umulig at udrede, så tillad en enkel håndsslipning med en kort refleksion over behovet for fleksibilitet i problemløsning i den virkelige verden.

Diskussion, afsluttende refleksion og/eller evaluering

Når gruppen har færdiggjort aktiviteten (eller har gjort en god indsats for at forsøge), afhold en gruppediskussion:

- Hvad var udfordrende ved denne aktivitet?
- Hvordan kommunikerede I med hinanden?
- Følte alle sig inkluderet i processen?
- Kan du relatere dette til, hvordan vi arbejder i forskellige teams eller fællesskaber?



EVALUERING OG FEEDBACK

- Uformel diskussion med spørgsmål til opfølgning
- Valgfrit: Korte feedbackformularer eller anonyme kommentarkort
- Facilitatoren kan observere deltagelse, kommunikationsmønstre og engagementsniveauer under opgaven og diskussionen.

FORVENTEDE RESULTATER

Deltagerne vil:

- Erfare vigtigheden af samarbejde og klar kommunikation
- Opbygge empati ved at stole på og hjælpe andre
- Reflektere over deres rolle i en gruppe og hvordan de interagerer i forskellige miljøer
- Styrke gruppesammenhold gennem fælles problemløsning

SCAN ME





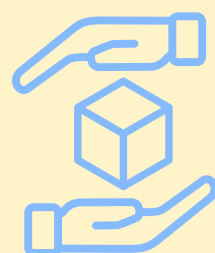
MENNESKEKNUDE



Denne aktivitet har til formål at fremme interkulturelle kompetencer såsom kommunikation, samarbejde, empati og tillidsopbygning ved at engagere deltagerne i en fysisk samarbejdsorienteret udfordring. Den opfordrer til refleksion over, hvordan forskellige perspektiver og kommunikationsstil påvirker teamwork.

MATERIALER

- Ingen specielle materialer kræves
- Bare et åbent, sikkert rum til bevægelse



MÅLGRUPPE



- Aldersgruppe: 12+
- Gruppestørrelse: 6-12 personer pr. gruppe
- Kontekst: Velegnet til ungdomsworkshops, interkulturel træning, klasseværelser eller uformelle læringsmiljøer
- Tilgængelighed: Kan tilpasses deltagere med begrænset mobilitet

TRIN

1. Forberedelse:

- Forklar aktiviteten og dens formål: teamwork og kommunikation på tværs af forskelligheder.
- Sørg for et sikkert og åbent område til bevægelse.

2. Dan knuden:

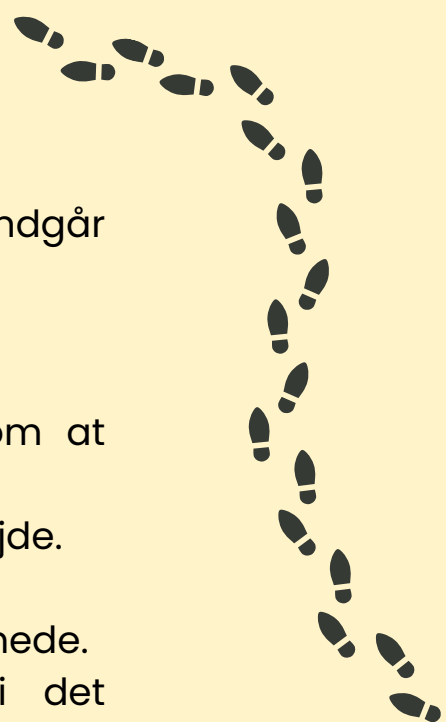
- Deltagerne står i en cirkel.
- Hver person griber fat i den andens højre hånd og undgår de nærmeste naboer.
- Gentag med venstre hånd, så der dannes et virvar.

3. Udrede:

- Uden at give slip arbejder deltagerne sammen om at udrede knuden i en cirkel.
- Opfordr til åben kommunikation, strategi og samarbejde.

4. Afspejling:

- Diskuter hvordan kommunikationen hjalp eller hæmmede.
- Udforsk forbindelser til interkulturelt teamwork i det virkelige liv.
- Valgfrit: Gentag aktiviteten i stilhed eller med specifikke kulturelle roller for at uddybe oplevelsen.



ANBEFALINGER

- Ved begrænset mobilitet: Brug snor eller reb til at simulere håndforbindelser, mens du sidder ned.
- For store grupper: Opdel jer i mindre cirkler og sammenlign strategier.
- For at uddybe kulturel læring: Tildel deltagerne kulturelle kommunikationstræk (f.eks. høj kontekst vs. lav kontekst).





Nedbrydning af stereotyper

FORMÅL

Hovedformålet med denne aktivitet er at fremme interkulturelle kompetencer ved at opfordre deltagerne til at identificere, diskutere og udfordre stereotyper. Gennem guidede diskussioner og interaktive øvelser vil deltagerne få en dybere forståelse af forskellige kulturer, fremme empati og udvikle færdigheder til at genkende og modvirke stereotyper. Denne aktivitet har til formål at skabe et mere inkluderende og respektfuldt miljø ved at fremhæve vigtigheden af kulturel mangfoldighed og gensidig respekt.

GENEREL BESKRIVELSE

Aktiviteten begynder med en introduktion til formålet med og vigtigheden af kritisk tænkning i forbindelse med genkendelse af stereotyper. Deltagerne opdeles derefter i små grupper, der skriver almindelige stereotyper på indekskort, som deles med den større gruppe til diskussion. Facilitatoren skriver disse stereotyper på en whiteboard og leder en diskussion om deres oprindelse, påvirkning og gyldighed, hvor deltagerne opfordres til at dele personlige historier og bruge kritisk tænkning til at sætte spørgsmålstejn ved hver stereotype. Konceptet om reframing introduceres, hvor deltagerne bliver bedt om at omformulere stereotyper ved at overveje alternative, positive perspektiver.



Aktiviteten afsluttes med en opsummering af hovedpunkter og en fælles refleksion over, hvordan kritisk tænkning og omformulering hjalp med at forstå og udfordre stereotyper. Aktiviteten opfordrer deltagerne til at anvende disse færdigheder i deres daglige interaktioner.

Aktiviteten kræver indekskort, en whiteboard, tuscher og eventuelt multimedieressourcer og varer cirka 45 minutter.

MATERIALER

- Liste over alle de materialer, der er nødvendige til aktiviteten. Dette inkluderer ressourcer, værktøjer eller andet udstyr, der er nødvendigt til implementeringen.
- Indekskort
- Tuscher
- Et whiteboard eller et stort papir
- Valgfrit: multimedieressourcer (videoer, billeder) til at illustrere pointer





EMNER OG SPØRGSMÅL TIL AKTIVITETEN

Emner med fokus på kritisk tænkning:

1. Indledning:

- "Hvorfor er det vigtigt at udfordre stereotyper?"
- "Hvordan kan kritisk tænkning hjælpe os med at genkende og nedbryde stereotyper?"

2. Gruppediskussion:

- "Hvilke stereotyper har du stødt på eller hørt om forskellige kulturelle eller sociale grupper?"
- "Hvorfor findes disse stereotyper?"

3. Deling og refleksion:

- "Hvordan kan disse stereotyper være skadelige?"
- "Hvilke beviser understøtter eller afkræfter denne stereotype?"
- "Hvordan kan denne stereotype påvirke individer fra målgruppen?"

4. Inkorporering af reframing:

- "Hvordan kan vi omformulere stereotypen 'indvandrere er ufaglærte' for at fremhæve deres bidrag?"
- "Hvilke positive perspektiver kan vi overveje for hver af de anførte stereotyper?"

5. Personlige historier og omformulering:

- "Del en personlig historie, hvor du oplevede eller var vidne til en stereotype."
- "Hvordan kan du omformulere denne oplevelse til at fokusere på positive aspekter eller erfaringer?"



Tips til brug af disse emner:

- Hold det åbent: Tillad en variation af svar.
- Relater til deltagernes oplevelser: Sørg for, at emnerne er relevante for deres liv.
- Skab et trygt rum: Understreg, at der ikke er rigtige eller forkerte svar.
- Opmuntre til følelsesmæssig udtryk: Mind deltagerne om at fokusere på deres følelser.

Spørgsmål til den facilitatorledede refleksionssession:

- "Hvordan hjalp kritisk tænkning med at forstå og udfordre stereotyper?"
- "Hvordan var det at forsøge at forstå en andens perspektiv?"
- "Lagde du mærke til nogen fælles temaer eller forskellige synspunkter?"
- "Hvad lærte du af denne aktivitet?"

OMTRENTLIG VARIGHED

Cirka 45-60 minutter.

Aktiviteten forventes at tage omkring 45 minutter til 1 time i alt. Dette inkluderer cirka 10 minutter til forberedelse, 45 minutter til implementering (inklusive introduktion, gruppediskussion, deling og refleksion, inkorporering af reframing og personlige historier) og 20 minutter til refleksion og konklusion. Denne tidsramme giver mulighed for grundig diskussion og meningsfuld engagement i aktivitetens mål.

- Forberedelse: 5-10 minutter (indretning af lokalet, indsamling af materialer, gennemgang af processen).
- Introduktion: 10 minutter
- Implementering: 45 minutter
- Refleksion og konklusion: 20 minutter



MÅLGRUPPE

1. Tips til brug af aldergruppe:

- Unge (12-18 år): Ideel til elever i folkeskolen og gymnasiet for at fremme tidlig bevidsthed om kritisk tænkning om stereotyper.
- Voksne (18 år+): Velegnet til universitetsstuderende, arbejdspladsteams og lokalesamfundsgrupper for at fremme interkulturelle kompetencer og inklusion.

2. Antal deltagere:

- Små grupper (5-10 deltagere): Giver mulighed for mere intime diskussioner og personlig deling.
- Mellemstore grupper (10-20 deltagere): Muliggør forskellige perspektiver, samtidig med at en håndterbar gruppedynamik opretholdes.
- Store grupper (20+ deltagere): Kan opdeles i mindre grupper til diskussioner, hvilket sikrer, at alle har mulighed for at deltage.

3. Type af miljøer:

- Uddannelsesmiljøer: Klasseværelser, workshops og seminarer, hvor læring og diskussion opfordres.
- Arbejdspladser: Teambuilding-forløb, mangfoldighedstræning og professionelle udviklingsprogrammer for at forbedre inklusion på arbejdspladsen.

Lokale organisationer: Lokale klubber, kulturelle grupper og nonprofitorganisationer, der har til formål at fremme social samhørighed og forståelse.



TRIN-FOR-TRIN IMPLEMENTERING

Forberedelse

1. Materialer:

- Indeks kort
- Whiteboard eller stort papir
- Tuscher
- Valgfrit: multimedieressourcer (videoer, billeder) til at illustrere pointer

2. Opsætning:

- Indret lokalet, så det muliggør gruppediskussioner (f.eks. små cirkler af stole eller borde).
- Sørg for, at alle materialer er let tilgængelige.

3. Introduktionsforberedelse:

- Forbered en kort instruks af formålet med aktiviteten og vigtigheden af kritisk tænkning i at genkende og nedbryde stereotyper.



AKTIVITETSUDVIKLING

1. Introduktion (5 minutter):

- Start med at forklare formålet med aktiviteten: at identificere og udfordre almindelige stereotyper.
- Diskuter vigtigheden af kritisk tænkning i at genkende og nedbryde disse stereotyper.

2. Gruppediskussion (10 minutter):

- Opdel deltagerne i små grupper.
- Giv hver gruppe indekskort.
- Bed hver gruppe om at lave en liste over almindelige stereotyper, de har stødt på eller hørt om forskellige kulturelle eller sociale grupper, på indekskortene.

3. Deling og refleksion (20 minutter):

- Bed hver gruppe om at dele deres liste med den større gruppe.
- Skriv stereotyperne på tavlen eller et stort papir.
- Start en diskussion om, hvorfor disse stereotyper eksisterer, og hvordan de kan være skadelige.
- Inviter deltagerne til at dele personlige historier eller oplevelser relateret til de diskuterede stereotyper.
- Opfordre deltagerne til at bruge kritisk tænkning til at sætte spørgsmålstejn ved gyldigheden af hver stereotype.
- Stil vejledende spørgsmål som: "Hvilke beviser understøtter eller afkræfter denne stereotype?" og "Hvordan kan denne stereotype påvirke personer fra målgruppen?"



4. Integrering af reframing:

- Forklar konceptet reframing: at ændre den måde, vi ser på en situation eller overbevisning, for at se det fra et andet perspektiv.
- Fremhæv, hvordan omformuleringer af stereotyper kan bidrage til at udfordre stereotyper og fremme en mere inkluderende tankegang.
- Efter stereotyperne er skrevet ned, bed deltagerne om at omformulere hver stereotype ved at overveje alternative, positive perspektiver.
- Hvis en stereotype for eksempel er "indvandrere er ufaglærte", kan deltagerne omformulere den til "indvandrere bringer forskellige færdigheder og erfaringer".

5. Personlige historier og omformulering:

- Opfordre deltagerne til at dele personlige historier om, hvor de har oplevet eller været vidne til stereotyper.
- Bed dem om at omformulere disse oplevelser ved at fokusere på positive aspekter eller erfaringer.





DISKUSSION, AFSLUTTENDE REFLEKSION OG EVALUERING

1. Konklusion og refleksion (10 minutter):

- Opsummer de centrale pointer, der er diskuteret, og de omformulerede perspektiver.
- Reflekter i fællesskab over, hvordan kritisk tænkning og omformulering hjalp med at forstå og udfordre stereotyper.
- Opfordre deltagerne til at anvende disse færdigheder i deres daglige interaktioner med andre.

2. Evaluering:

- Indsamle feedback fra deltagerne om aktivitetens effektivitet og deres læringsoplevelser.
- Brug denne feedback til at foretage nødvendige justeringer til fremtidige implementeringer.





EVALUERING OG FEEDBACK

Evaluering af effektiviteten af aktiviteten "Nedbryd stereotyper" kan udføres gennem både uformelle og strukturerede metoder:

UFORMELLE METODER

1. Gruppediskussioner:

- Efter aktiviteten, arranger en åben diskussion, hvor deltagerne kan dele deres tanker og følelser om oplevelsen.
- Stil spørgsmål som "Hvad lærte du af denne aktivitet?" og "Hvordan har dit perspektiv på stereotyper ændret sig?"

2. Personlige refleksioner:

- Opfordre deltagerne til at skrive korte refleksioner over, hvad de har lært, og hvordan de planlægger at anvende denne viden i deres dagligdag.
- Indsaml disse refleksioner for at måle aktivitetens effekt.



STRUKTUREREDE VÆRKTØJER

1. Undersøgelser:

- Lav en spørgeskemaundersøgelse med spørgsmål, der vurderer deltagernes forståelse af stereotyper, deres evne til kritisk at analysere dem og deres villighed til at udfordre dem.
- Medtag både kvantitative (f.eks. Likert-scale) og kvalitative (f.eks. åbne spørgsmål) elementer.

2. Feedbackformularer:

- Giv feedbackskemaer, hvor deltagerne kan vurdere forskellige aspekter af aktiviteten, såsom instruktionernes klarhed, diskussionernes effektivitet og den samlede effekt.
- Bed om forslag til, hvordan aktiviteten kan forbedres.

3. Evalueringer før og efter aktivitet:

- Udfør vurderinger før og efter aktiviteten for at måle ændringer i deltagernes viden om og holdninger til stereotyper.
- Sammenlign resultaterne for at vurdere aktivitetens effektivitet.



FORVENTEDE RESULTATER

1. Forbedret kritisk tænkning:

1. Deltagerne vil udvikle evnen til kritisk at analysere og sætte spørgsmålstejn ved stereotyper og forstå deres oprindelse og virkninger.
2. Forbedrede færdigheder i at evaluere evidens og overveje alternative perspektiver.

2. Øget kulturel bevidsthed:

1. Større bevidsthed om og forståelse for kulturel mangfoldighed.
2. Deltagerne vil få indsigt i forskellige kulturelle og sociale grupper, hvilket fremmer empati og respekt.

3. Forbedrede interpersonelle færdigheder:

1. Styrkede kommunikationsevner gennem deling af personlige historier og deltagelse i gruppediskussioner.
2. Evne til at lytte aktivt og reagere eftertænksomt på forskellige synspunkter.

4. Positiv holdning til mangfoldighed:

1. Deltagerne vil lære at omformulere negative stereotyper til positive perspektiver og dermed fremme en mere inkluderende tankegang.

Øget villighed til at udfordre stereotyper og være fortalere for inklusion i deres daglige interaktioner.

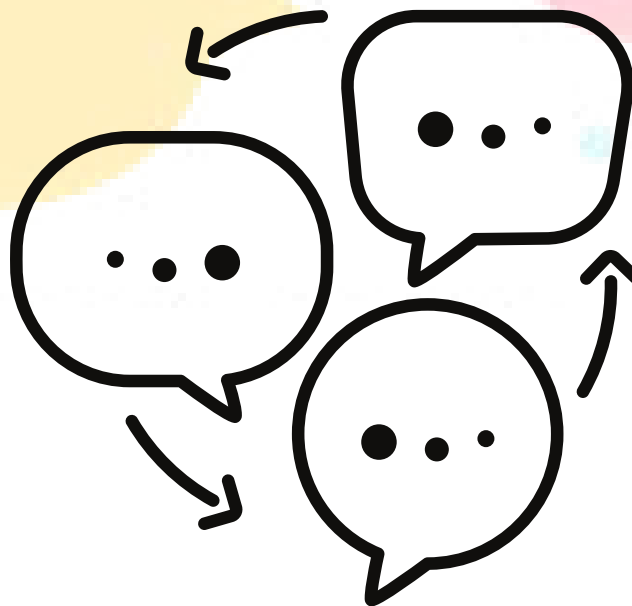


5. Styrket social samhørighed:

1. At opbygge stærkere bånd i gruppen ved at forstå og respektere hinandens baggrunde og erfaringer.
2. Skabe et støttende miljø, hvor mangfoldighed værdsættes og hyldes.

6. Personlig udvikling:

1. Deltagerne vil reflektere over deres egne fordomme og stereotyper, hvilket fører til personlig udvikling og selvbevidsthed.
2. Udvikling af strategier til at modvirke stereotyper og fremme inklusion i forskellige sammenhænge.





FORVENTEDE VIRKNINGER

1. Øget kulturel følsomhed:

- Deltagerne vil udvikle en dybere forståelse og værdsættelse af kulturel mangfoldighed.
- Øget evne til at genkende og respektere forskellige kulturelle normer og værdier.

2. Reduktion af fordomme:

- Ved at udfordre og omformulere stereotyper vil deltagerne reducere deres egne fordomme og bias.
- Fremme en mere inkluderende og retfærdig tankegang.

3. Forbedrede sociale interaktioner:

- Deltagerne vil være bedre rustet til at engagere sig i respektfulde og meningsfulde interaktioner med personer fra forskellige baggrunde.
- Styrkede relationer og socialt samhörighed i gruppen.

4. Styrke til at udfordre stereotyper:

- Deltagerne vil føle sig i stand til at sætte spørgsmålstejn ved og udfordre stereotyper i deres dagligdag.
- Øget tillid til at kæmpe for mangfoldighed og inklusion.



5. Forbedrede evne til kritisk tænkning:

- Udvikling af kritisk tænkning til at analysere og dekonstruere stereotyper.
- Evne til at anvende disse færdigheder i forskellige sammenhænge, hvilket fører til bedre informeret og gennemtænkt beslutningstagning.

6. Fremme af inklusion:

- Skabe et mere inkluderende miljø, hvor mangfoldighed hyldes og værdsættes.
- Opfordre deltagerne til aktivt at bidrage til at fremme inklusion i deres lokalsamfund.

7. Personlig udvikling og selvbevidsthed:

- Deltagerne vil få indsigt i deres egne fordomme og stereotyper, hvilket fører til personlig udvikling og selvbevidsthed.
- Udvikling af strategier til at modvirke stereotyper og fremme positiv forandring.





ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

Administration af aktiviteten

1. Sæt klare forventninger:

- Forklar tydeligt formålet og målene med aktiviteten i starten.
- Fastsæt grundregler for respektfuld og åben kommunikation.

2. Skab et trygt miljø:

- Skab en støttende atmosfære, hvor deltagerne føler sig trygge ved at dele deres tanker og oplevelser.
- Fremhæv fortrolighed og respekt for alle holdninger.

3. Vær forberedt:

- Gør dig bekendt med materialerne og trinene i aktiviteten på forhånd.
- Hav alle nødvendige materialer (indekskort, tuscher, whiteboard) klar og tilgængelige.





ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

Løsning af konflikter eller problemer

1. Håndtering af ubehag:

- Anerkend at diskussion af stereotyper kan være følsomt og kan fremkalde stærke følelser.
- Opfordre deltagerne til at udtrykke deres følelser og yd støtte efter behov.

2. Håndtering af uenigheder:

- Hvis der opstår konflikter, mægl i diskussionen ved at minde deltagerne om grundreglerne.
- Opmuntre til aktiv lytning og empati for at forstå forskellige perspektiver.

3. Håndtering af modstand:

- Nogle deltagere kan være modstandsdygtige over for at udfordre deres egne stereotyper. Vær tålmodig og forståelig over for dette.
- Brug vejledende spørgsmål til blidt at fremme kritisk tænkning og selvrefleksion.





ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

At sikre engagement

1. Aktiv deltagelse:

- Opfordre alle til at bidrage ved at stille åbne spørgsmål og invitere de deltagere der er mere stille til at dele deres tanker.
- Brug diskussioner i små grupper for at sikre, at alle har mulighed for at tale.

2. Interaktive elementer:

- Indarbejd interaktive øvelser, såsom rollespil eller historiefortælling, for at holde deltagerne engagerede.
- Brug multimedieressourcer (videoer, billeder) til at illustrere pointer og fastholde interessen.

3. Positiv forstærkning:

- Anerkend og valider deltagernes bidrag for at opbygge selvtillid og fremme yderligere deltagelse.
- Fremhæv indsigtfulde kommentarer og eksempler for at understrege nøglepunkter.





ANBEFALINGER TIL FACILITATOREN

Yderligere tips

- **Fleksibilitet:**
 - Vær tilpasningsdygtig og klar til at justere aktiviteten baseret på gruppens dynamik og behov.
 - Giv ekstra tid til diskussioner, hvis deltagerne er dybt engagerede.
- **Opfølgning:**
 - Giv deltagerne mulighed for at fortsætte samtalen efter aktiviteten.
 - Opmuntre dem til at anvende de færdigheder og indsigter, de har tilegnet sig, i deres daglige interaktioner.





MULIGE TILPASNINGER

Tilpasning til forskellige aldersgrupper

1. Unge (12-18 år):

- Brug et enklere sprog og mere relaterbare eksempler.
- Indarbejd interaktive elementer som spil eller multimedieressourcer (videoer, billeder m.m) for at fastholde engagementet.
- Forkort diskussionernes varighed, så den passer til koncentrationsevnen.

2. Voksne (18 år og derover):

- Inkluder mere komplekse og nuancerede diskussioner.
- Brug casestudier eller eksempler fra den virkelige verden til at illustrere pointer.
- Giv plads til længere, dybdegående diskussioner og refleksioner.

Tilpasning til forskellige gruppestørrelser

1. Små grupper (5-10 deltagere):

- Skab intime diskussioner, hvor alle kan dele personlige historier.
- Brug rundbordsformat for at sikre ligelig deltagelse.

2. Mellemstore grupper (10-20 deltagere):

- Opdel jer i mindre grupper til diskussion, og så mødes igen til deling og refleksion.
- Brug "breakout-sessions"/ diskussion i mindre grupper til at styre gruppedynamik.

3. Store grupper (20+ deltagere):

- Opdel jer i flere mindre grupper til aktiviteten.
- Brug teknologi (f.eks. online platforme) til at fremme diskussioner og deling.



MULIGE TILPASNINGER

Tilpasning til forskellige kontekster

- Uddannelsesmæssige miljøer:
 - Integrer aktiviteten i en bredere undervisningsplan om mangfoldighed og inklusion.
 - Brug klasseværelsets ressourcer som projektorer og whiteboards som visuelle hjælpemidler.
- Arbejdsplads:
 - Tilpas aktiviteten til at adressere specifikke mangfoldighedsproblemer på arbejdspladsen.
 - Indarbejd teambuildingøvelser for at styrke relationerne på arbejdspladsen.
- Lokale organisationer:
 - Tilpas aktiviteten, så den fokuserer på lokale kulturelle grupper og samfundsmæssige problemstillinger.
 - Brug de tilgængelige fællesrum og ressourcer til at facilitere aktiviteten.





Tilpasning til forskellige behov

- Sprogbarrierer:
 - Tilbyd materialer på flere sprog.
 - Brug visuelle hjælpemidler og multimedieressourcer til at understøtte forståelsen.
- Tilgængelighed:
 - Sørg for, at det fysiske rum er tilgængeligt for alle deltagere.
 - Brug hjælpemidler til deltagere med handicap.
- Tidsbegrænsninger:
 - Forkort aktiviteten ved at fokusere på nøgleelementer
 - Tilbyd en kortere version, der kan færdiggøres på kortere tid.

SCAN ME



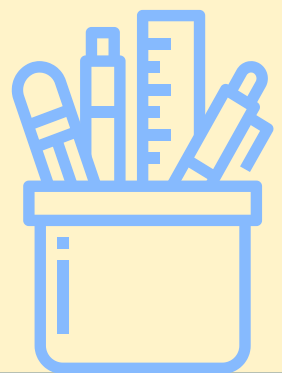


NEDBRYDNING AF STEREOTYPER

Hovedformålet med denne aktivitet er at hjælpe deltagerne med at identificere, sætte spørgsmålstejn ved og udfordre almindelige stereotyper. Derved sigter aktiviteten mod at fremme gensidig forståelse og respekt mellem forskellige grupper. Deltagerne vil udvikle kritisk tænkning, praktisere empati og aktiv lytning og forbedre deres kulturelle bevidsthed. Denne aktivitet bidrager til at skabe et mere inkluderende og samarbejdsorienteret miljø, hvor alle individer føler sig værdsat og hørt.

MATERIALER

- Indeks-kort til hver gruppe
- Tuscher
- Whiteboard eller stort papir
- Valgfrit: multimedieressourcer (videoer, billeder) til at illustrere pointer

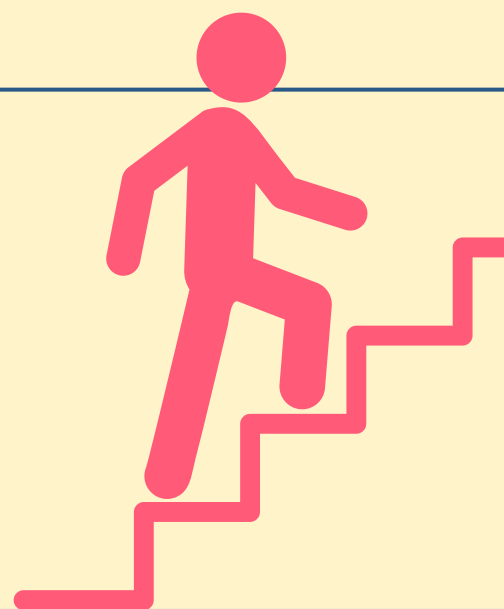


MÅLGRUPPE

- Ungdomsarbejdere
- Unge mennesker
- Undervisere
- Grupper i lokalsamfundet

TRIN

- Opdel jer i grupper.
- Forklar formål og regler.
- Del stereotyper.
- Udfordr og gentænk dem.
- Del erfaringer.
- Reflekter og afslut.



ANBEFALINGER

- Forskellige kulturelle grupper:
 - Fortrolighed og respekt: Giv klare retningslinjer for fortrolighed og respekt for at sikre et trygt rum for alle deltagere.
 - Kulturelt relevante emner: Tilpas opfordringerne, så de afspejler deltagernes kulturelle værdier og oplevelser. Dette gør aktiviteten mere relaterbar og meningsfuld.
 - Flersproget facilitering: Overvej at bruge flersproget facilitering, hvis det er nødvendigt, for at sikre, at sprogbarrierer ikke hindrer deltagelse og forståelse.



ONLINE/VIRTUELLE RAMMER:

- **Videokonferenceplatforme:** Brug videokonferenceplatforme med grupperum til at facilitere diskussioner i små grupper.
- **Online etikette:** Etabler klare retningslinjer for online etikette, såsom at slå mikrofoner fra, når du ikke taler, og brug chatfunktionen respektfuldt.
- **Digitale værktøjer:** Overvej at bruge digitale værktøjer til deling og refleksion, såsom online whiteboards eller fælles dokumenter.
- **Moderering:** Sørg for tydelig moderering af både chat og tale for at sikre, at diskussionen forbliver respektfuld og relevant.





Co-funded by
the European Union

IMPLEMENTING AF



HUMAN LIBRARY METODEN



Implementering af Human Library handler ikke kun om at organisere en begivenhed – det handler om at skabe et transformerende rum, hvor ægte samtaler kan udfordre stereotyper, vække empati og skabe gensidig forståelse. Denne metode forvandler mennesker til "bøger" og lyttere til "læsere" og åbner en platform hvor levede erfaringer kan deles og høres i et ærligt og respektfuldt miljø.

For at gøre dette muligt er omhyggelig planlægning og gennemtænkt forberedelse afgørende. Fra at definere formålet og sammensætte det rette team til at udvælge forskellige og villige "bøger" understøtter hvert trin skabelsen af et trygt og inkluderende rum, hvor meningsfuld dialog kan udfolde sig. Processen involverer: forberede og støtte til deltagere, indrette imødekommende omgivelser og sørge for, at både bøger og læsere er klar til en oplevelse, der kan være følelsesladet, øjenåbnende og dybt menneskelig.

Det følgende er en praktisk vejledning til at skabe et Human Library arrangement – fra forberedelse og promovering til facilitering og evaluering – alt centreret omkring det fælles mål om forbundethed gennem samtale.





Co-funded by
the European Union



EVERY STORY(TELLER) MATTERS
HUMAN LIBRARIES AND MUTUAL RECOGNITION

IMPLEMENTERING AF ET HUMAN LIBRARY



 ET BIBLIOTEK HVOR
BØGERNE ER ... MENNESKER!

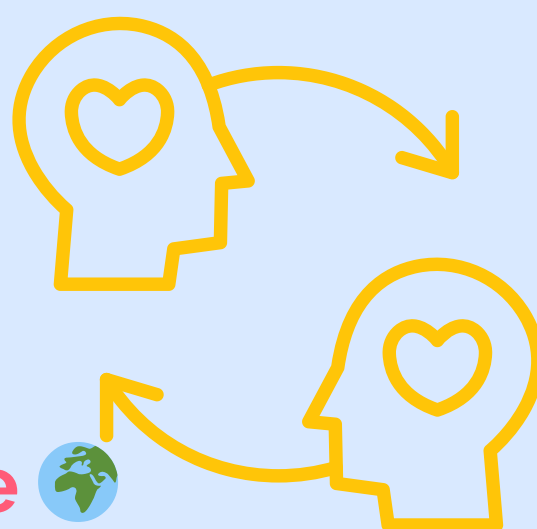
- ÆGTE HISTORIER. ÆGTE
SAMTALER.

 "BØGERNE"
- FOLK DELER PERSONLIGE
LIVSERFARINGER.

 "LÆSERNE"
- LYTTERE DER SPØRGER,
FORBINDER, REFLEKTERER.
 DET HANDLER OM DIALOG.
- IKKE OM AT LÆSE — OM AT
TALE OG LYTTE.

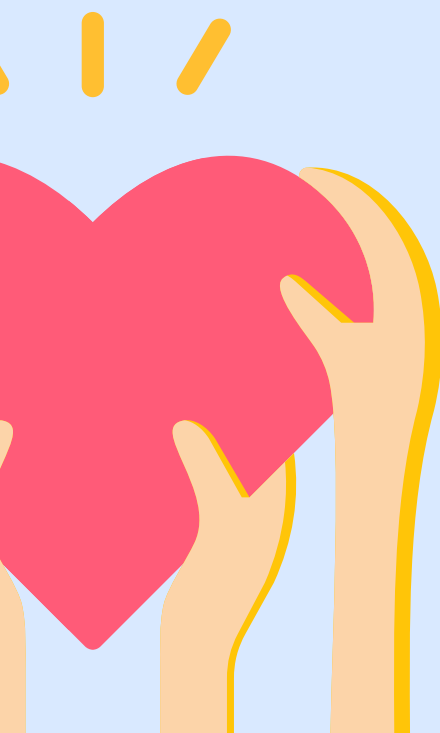
MÅLET?

- Nedbryd stereotyper 
- Opbyg empati 
- Styrk gensidig forståelse 



HUMAN LIBRARIES SKABER...

- Trygge rum, ærlig
samtale 
- Åbne sind, åbne
hjerter 

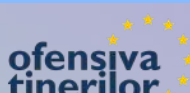


<https://everystoryteller matters.eu/>



Co-funded by
the European Union

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterernes egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union



PLANLÆGNING OG FORBEREDELSE

REKRUTTERING AF "BØGER"

Find mangfoldige stemmer 🌍

Baggrund, overbevisninger, identiteter og erfaringer

Mangfoldighed = rigdom 💎

- Etnicitet
- Køn
- Religion
- Evner
- Livserfaringer

Hjælp "Bøgerne" med at forberede sig 🤝

- Forstå arrangementets formål
- Reflekter over deres historie
- Form fortællingen (med støtte)
- Lav en titel og synopsis
- Design en forside
- Definér behovet for trykke rum
- Aftal privatliv og samarbejde

Husk:

Hver samtale bliver forskellig! 🔄

FORBEREDELSE OG STØTTE TIL "BØGERNE"

Træning og selvtillidsopbygning 🧠

- Individuelle eller gruppesessioner
- Et trygt og støttende rum

Vigtige fokuspunkter 🎯

- Autenticitet
- Fortrolighed
- Aktiv lytning

Hjælp med at forme fortællingen 📝

- Udpeg vigtige øjeblikke
- Skab en sammenhængende struktur
- Overvej, hvad der skal deles
- Sæt personlige grænser

Forbered dig på svære spørgsmål ?

- Hvordan man kan reagere
- Hvornår man kan sige "Det vil jeg helst ikke svare på"

Tilpasning til forskellige målgrupper 👤

- Teenagere ≠ Voksne
- Juster tone, sprog, detaljer

Deres historie betyder noget ❤️

- Mind dem om deres indflydelse

Kreative forsider 🎨

- Titel + visuelt design
- Ingen rigtige navne/billeder (medmindre det er aftalt)
- Væk nysgerrighed
- Brug metaforer eller personlige symboler. Giv plads til fantasien! 🌈

PLANLÆGNING OG FORBEREDELSE

Start med ét spørgsmål ?

- Hvad er målet?

Definer formålet 🎯

- Oplysning?
- Inklusion?
- Interkulturel dialog?

Sammensæt dit team 👤

- Logistik
- Kommunikation
- Rekruttering af bøger og læsere

Vælg det rette sted 🏠

- Tilgængeligt
- Behageligt til private samtaler

Fastlæg detaljerne 📅

- Vælg en dato
- Planlæg varigheden af samtalerne (20-40 min.)

FORMIDLING OG OUTREACH

Spred budskabet

- 📱 Sociale medier, skoler, lokale grupper
- 🌍 Ægte, mangfoldige historier
- 👉 Inviter folk fra alle samfundslag

Til læserne

- 🔊 Tydelig information
- 📖 Adgang til forsider og synopser
- ✅ Accepter vilkår og betingelser
- 🕒 Mød op!
- 😬 Vær nysgerrig, stil spørgsmål
- 🔴 Respekter grænser og rummet
- 🕒 Bliv til det sidste
- 📝 Giv feedback

Nogle grundregler for alle

1. Gensidig respekt og aktiv lytning
👂🧠
2. Respekter bøgerne og deres privatliv
📖👜🙏
3. Respekter tidsplanen
🕒📅✅
4. Pas på stedet og materialerne
🏠🍎🌿
5. Vær fuldt til stede og tag ansvar under hele oplevelsen
👁️🔒👤



<https://everystorytellermatters.eu/>



Co-funded by
the European Union

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterens egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union



STRUKTUR, RAMMER OG FLOW: HVORDAN ET HUMAN LIBRARY FUNKERER

Bøgerne og læserne!

BØGERNE

- 2 til 6 bøger pr. arrangement
- Mangfoldighed + sikkerhed = 🔑
- En chance for at blive hørt 💬
- At dele virkelige historier = styrke ✨

LÆSERNE

- 2 til 10 pr. bog
- Mindre gruppe = dybere dialog
- Engager dig og spørg (med respekt)
- Aktiv lytning er nøglen 🧠❤️
- Bogen er stjernen ✨

FACILITERING AF FLOWET

- Bogpassere!
- Tag godt imod deltagerne 🙌
- Hold styr på tiden og fordel grupperne 🕒
- Del grundreglerne 📋
- Skab god stemning og marker skift
- Aftal et sikkerhedssignal med hver "Bog" 🚨🤝



TID OG RUNDER

- Samlet varighed: 1t30 – 2t30
- Hver runde: 20-40 min
- Mindre end 20 = for kort
- Mere end 40 = for trættende
- Maks. 2 runder pr. bog, med pauser

STEDET ER VIGTIGT

- Roligt område eller adskilte fortællerum
- Privat hvilezone til "Bøger"
- Støttematerialer
- Tilgængelighed for alle
- Bonus: kaffehjørne = fællesskab ☕



<https://everystoryteller matters.eu/>



Co-funded by
the European Union

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterens egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union



METODER TIL EVALUERING OG OPFØLGNING AF ARRANGEMENTET

INDSAML FEEDBACK

Fra:

- Bøger
- Læsere
- Team

Hvorfor?

- Forstå effekten
- Se hvad der virkede
- Forbedring til næste gang



Tid til at reflektere!

SÅDAN INDSAMLER DU DET

- Hurtige spørgeskemaer
- Spørg om følelser, oplevelser, indsigter
- Brug før- og efterformularer til at spore ændringer

BONUS

- Lad "Læserne" skrive beskeder til "Bøgerne"
- Anonym eller underskrevet
- En lille gestus - stor følelsesmæssig effekt



<https://everystoryteller matters.eu/>



Co-funded by
the European Union

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterernes egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union



ANBEFALINGER



STØTTE TIL BOGUDVIKLINGS- PROCESSEN

Tilbud om opfølgende sessioner:

- Brainstorming
- Historiestruktur
- Testgennemgang

Mind dem om: del kun det, der føles rigtigt!

(Historien kan være:)

symbolsk, tematisk eller om centrale øjeblikke.

Reflekterende spørgsmål hjælper.

📖 At skrive et udkast hjælper med struktur og timing

🗣️ Øv højt for at opbygge selvtillid

Nogle "Bøger" har brug for ekstra støtte!



Nogle sidste tips til at sikre, at dit Human Library kører problemfrit – og meningsfuldt.

LYD BETYDER NOGET

- Hold øje med overlappende historier
- For meget støj = mindre intimitet
- Skab stillezoner



EVALUERING KAN VÆRE VANSKELIG

- Feedbackformularer korte og enkle 🖋️
- Klart, venligt sprog
- Under arrangementet



For teenagere eller børn:

Prøv legende eller kreative

feedbackformater 🎨🧩



<https://everystoryteller matters.eu/>



Co-funded by
the European Union

Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterens egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.





Co-funded by
the European Union

PROJEKTETS



BEDSTE PRAKSIS



Dette afsnit samler seks eksempler på bedste praksis fra hver projektpartner og viser reelle erfaringer og aktiviteter, der er implementeret i løbet af projektet. Hvert eksempel indeholder en kort beskrivelse af konteksten, den anvendte tilgang og de opnåede resultater. Målet er at give inspiration og vejledning gennem praktisk indsigt, herunder refleksioner over de udfordringer, der er blevet stødt på, løsninger og erfaringer. Udtalelser og vigtige konklusioner fremhæver det menneskelige aspekt af hvert initiativ, mens et afsluttende sæt anbefalinger tilbyder værdifulde råd til dem, der planlægger lignende handlinger i fremtiden.

Yderligere materialer, såsom billeder, værktøjer eller detaljerede beskrivelser, er tilgængelige via de angivne links.





ET HUMAN LIBRARY ARRANGEMENT

Der blev afholdt et Human Library-arrangement med en syrisk migrantkvinde som en "bog", der delte sin personlige historie med gymnasieelever, der fungerede som "læsere". Arrangementet begyndte med en introduktion til Human Library-konceptet, efterfulgt af bogen, hvor hun delte sine livserfaringer, udfordringer og indsigter. Eleverne deltog aktivt ved at stille spørgsmål mod slutningen af sessionen og skabte meningsfulde interaktioner dokumenteret med billeder og videoer.

Der opstod et par udfordringer under arrangementet, såsom sprogbarrierer, der forhindrede klar kommunikation, hvilket førte til korte pauser og krævede tolkehjælp. En anden udfordring var de studerendes indledende tøven med at stille spørgsmål. Derudover nødvendiggjorde den følelsesmæssige intensitet i de personlige historier, der blev delt, følsomhed og psykologisk støtte. Disse udfordringer blev effektivt håndteret ved at tilbyde simultantolkning eller konsekutiv tolkning, samt en kort orientering om spørgeteknikker på forhånd og psykologiske støttemekanismer, såsom rådgivere, let tilgængelige.



Deltagernes vidnesbyrd fremhævede dybdegående indvirkninger, og eleverne bemærkede øget empati, forståelse og bevidsthed om flygtningeproblemer efter begivenheden. Den syriske kvindes historie resonerede dybt hos eleverne, hvilket ændrede deres perspektiver betydeligt og korrigerede misforståelser om flygtninge.

Arrangementet understregede effektiviteten af direkte, personlig historiefortælling i forhold til at reducere fordomme og fremme ægte interkulturel forståelse.

For fremtidige projekter anbefales det at sikre god timing og valg af sted for at maksimere tryghed og deltagelse. Det er afgørende at forbedre sprogstøtten gennem yderligere oversættere eller sprogfacilitatorer. Regelmæssig integration af Human Library-arrangementer i skolernes undervisningsplaner kan bidrage til at opretholde opmærksomheden. Undervisning før arrangementet i kulturel følsomhed og aktive lyttefærdigheder vil gavne deltagerne.





AT SKABE ET BIBLIOTEK AF MENNESKELIGE BØGER

I løbet af implementeringen af Human Library-arrangementerne var forberedelse og støtte til "Bøgerne" en hovedprioritet. Tre af de fire unge immigranter, der bor i Portugal og havde deltaget i en international mobilitetskampagne, forblev involveret i projektet og deltog som Bøger i arrangementerne – to af dem i mere end én session. Derudover tilsluttede flere personer med forskellige nationaliteter og baggrunde sig til biblioteket af bøger, via kontakter fra foreningen og ungdomsarbejdere involveret i processen.

En af teamets største bekymringer var trivslen for dem, der meldte sig frivilligt til at være Bøger. At dele personlige historier sætter ofte folk i en sårbar position, så en tæt og personlig støtteproces var afgørende. For det meste blev et teammedlem udpeget til at ledsage hver Bog tæt og fungere som deres primære kontaktperson. Der blev afholdt flere møder med hver Bog, hvor de modtog alle de logistiske oplysninger om eventet, hjælp til at strukturere deres historie (når det var ønsket) samt feedback gennem hele forberedelsesprocessen.

I løbet af arrangementet blev der gjort ekstra meget for at skabe et varmt og imødekommende miljø – for eksempel ved at indsamle personlige, håndskrevne beskeder fra Læsere til hver Bog. Dette viste sig at være en meningsfuld måde for Bøgerne at modtage direkte feedback og forstå effekten af deres historie.

Efter eventet fortsatte teamet med at følge op på hver enkelt Bog for at reflektere over deres oplevelse.



Dette tætte og personlige forhold muliggjorde skabelsen af en mere stabil og bæredygtig pulje af Bøger, hvoraf mange var tilgængelige til at deltage i mere end ét arrangement. Det berigede projektet, at give bøgerne mulighed for at interagere med forskellige grupper af Læsere, og det gjorde også projektledelsen mere effektiv, da teamet kunne regne med personer, der allerede var bekendt med processen.

En af de største udfordringer var at sikre ensartet og mangfoldig deltagelse af Læsere. Til arrangementerne, der var baseret på åbne indkaldelser, opstod to centrale problemer: for det første løb puljen af deltagere med personlige forbindelser til Bøgerne tør, hvilket førte til et fald i deltagerfremmøde i efterfølgende arrangementer; for det andet var publikum ofte ikke særlig mangfoldigt og bestod hovedsageligt af folk fra de samme sociale kredse - som oftest allerede var opmærksomme på og engagerede i emnerne.





For at udvide rækkevidden og diversificere publikum viste det sig som en effektiv løsning, at organisere Human Library-arrangementer på skoler. Disse rammer gjorde det muligt at engagere yngre og mere varierede grupper, ofte på et afgørende stadie for udvikling af kritisk tænkning, empati og aktiv lytning.

En anden udfordring var teamets behov for at definere en klar og ensartet model for, hvordan Human Library-metoden skulle implementeres, og hvordan Bøgerne skulle støttes. For at imødekomme dette blev der udarbejdet en informationsguide, der beskrev metodologien, strukturen af arrangementerne samt processen med at opbygge og støtte Bøgerne.

Guiden har hjulpet teamet med at bevare fælles retning og har givet Bøger, Læsere og andre interessenter en bedre forståelse af processen.

Bøgernes udtalelser fremhæver vigtigheden af kontinuerlig støtte: "At have vejledning gennem hele processen tilføjer dybde og selvbevidsthed. Det er en mulighed for at genopleve og gentænke sin historie." "Støtten gjorde hele forskellen, lige fra de vejledende spørgsmål i den første refleksion til den følsomme og samarbejdsorienterede skabelse af bogomslaget."





Det blev set som gavnligt at deltage i mere end ét arrangement:

"Muligheden for kontinuerlig deltagelse i forskellige miljøer bragte nye perspektiver."

"At genfortælle min historie for forskellige publikum hjalp mig med at udforske nye betydninger, beriget af reaktioner og refleksioner fra flere og flere Læsere."

En bog delte:

"At deltage i dette projekt hjalp mig med at tage ejerskab over min historie og styrkede min identitet og modstandskraft som immigrant."

Den vigtigste konklusion: det er afgørende at etablere omsorgsfulde og empatiske relationer og skabe et trygt miljø for meningsfuld deltagelse.

For at sikre personlig støtte: undgå at inkludere for mange bøger i samme arrangement for at sikre, at teamet kan tilbyde tæt, individuel ledsagelse. For at det kan lade sig gøre, er god teamledelse også afgørende. For at garantere, at bøgerne ikke føler, at deres arbejde er forgæves eller mindre værdsat, og for at øge projektets effekt, er det vigtigt at sikre, at Læserne deltager, ikke kun i antal, men også i mangfoldighed.

Skab langvarige relationer: At arbejde med Bøger over flere arrangementer beriger deres oplevelse og styrker projektets fundament.



UVENTET RESULTAT

I implementeringsfasen af vores Human Library-arrangement i projektet fik vi den unikke mulighed, at afholde en mobilitet i Rumænien med 29 deltagere fra forskellige lande. Deltagerne var samlet til et læringsforløb med fokus på ligestilling mellem kønnene — en ideel ramme til at udforske personlige fortællinger og fremme dyb dialog.

Det, der gjorde denne oplevelse endnu mere særlig, var omgivelserne: en fredfyldt sommerlejr, omgivet af natur, langt fra byens støj og distraktioner. Det rolige, inspirerende miljø skabte den perfekte atmosfære til meningsfuld refleksion, tillidsopbygning og åbenhjertige samtaler.

Ved at anerkende gruppens fælles formål og parathed til at etablere bånd besluttede vi at afprøve vores allerførste Human Library-arrangement. Vi begyndte med at introducere konceptet og guide deltagerne gennem en refleksionsproces, der opfordrede dem til at tænke over personlige oplevelser, som havde formet deres forståelse af kønsroller, stereotyper eller identitet.

I starten var vi usikre på, om nogen ville føle sig klar til at træde ind i den sårbare rolle som "Bog". Til vores overraskelse og store taknemmelighed trådte to deltagere modigt frem for at dele deres personlige historier. Deres ærlighed og følelsesmæssige dybde udløste stærke, intime samtaler og inspirerede andre til også at åbne op – hvilket skabte en bølgeeffekt, der bragte gruppen tættere sammen.



På grund af gruppens interesse i at høre begge historier i dybden tilpassede vi vores program og organiserede to Human Library-arrangementer om dagen — én om morgenen og én om eftermiddagen, med frokostpause imellem.

Denne struktur havde en værdifuld fordel: den gav deltagerne mulighed for at engagere sig fuldt ud i begge historier på en afslappet og fokuseret måde. I stedet for at haste gennem flere fortællinger, havde læserne tid og følelsesmæssigt overskud til at lytte nærværende, reflektere og at skabe en forbindelse til hver fortæller. Denne opbygning forstærkede indtrykket fra hver session og skabte en mere meningsfuld og respektfuld oplevelse for både Bøger og Læsere.

Vores største bekymring i starten var, om nogen af deltagerne ville være villige til at blive Bøger, især i betragtning af gruppens størrelse og den nødvendige sårbarhed. Vi spekulerede også på, om omgivelserne – selvom de var smukke – måske ville gøre det sværere at fokusere på alvorlige emner.

For at imødekomme dette investerede vi tid i grundig introduktion af Human Library-konceptet og afholdt guidede refleksionsaktiviteter, som hjalp deltagerne med, at udforske deres personlige historier på en tryk og gradvis måde. De naturlige omgivelser viste sig at være en jordnær kraft i stedet for at være distraherende – de skabte et fredeligt, ikke-dømmende rum, hvor folk følte sig trygge. De to frivillige, der trådte frem som Bøger, hjalp med at bryde isen, og deres mod satte tonen for hele dagen.



En vigtig læring var, at kvalitet betyder mere end kvantitet. Selv med blot to bøger var den følelsesmæssige effekt enorm. Vi lærte også, at tillid, tid og omgivelser er afgørende ingredienser for et vellykket Human Library. Og måske den mest overraskende indsigt? Indvirkningen af historierne varede langt ud over selve begivenheden.

Efter de formelle sessioner var sluttet, bemærkede vi, at deltagerne fortsatte med at dele personlige oplevelser, knytte dybere bånd og åbne op for hinanden i afslappede samtaler. Human Library havde skabt et trygt rum, som rakte ud over selve arrangementet — og bidrog til at knytte deltagerne sammen i et fællesskab og lagde fundamentet for ærlige og vedvarende samtaler gennem resten af mobiliteten.

For andre, der ønsker at afholde et Human Library-arrangement, især under ungdomsmobiliteter eller uddannelsesforløb, anbefaler vi at starte i det små. To autentiske historier kan være lige så effektfulde – hvis ikke mere – end en fuld bogliste. Fokuser på forberedelse: Skab en reflekterende proces, der opbygger tillid og giver deltagerne mulighed for at blive forbundet med deres egne fortællinger. Vælg et fredeligt, naturbaseret miljø, hvis det er muligt – det forbedrer virkelig atmosfæren.

Strukturer dagen med pauser og tid til bearbejdning – f.eks. at opdele sessionerne med en frokostpause – for at hjælpe deltagerne med at forblive følelsesmæssigt nærværende og engagerede.

Og husk: Nogle gange sker den største effekt af en begivenhed, efter den er slut – giv plads til, at magien kan udfolde sig.



AT BYGGE FUNDAMENTET FOR HUMAN LIBRARIES

Det er afgørende at skabe et trygt miljø for en vellykket gennemførelse af Human Library arrangementer. For at skabe dette trygge miljø anvendte vi en flerstrengt tilgang, med fokus på klar kommunikation og tillidsopbygning. For at sikre, at både Bøger og frivillige forstod projektets mål og Human Libraries-metoden, afholdt vi workshops, hvor vi grundigt forklarede processen. For at fremme en behagelig atmosfære i indledende møder, sørgede vi for frokost og snacks. Disse workshops gav også Bøgerne og de frivillige mulighed for at opbygge personlige relationer, hvilket bidrog til følelsen af tryghed og gensidig respekt.

I processen med at skrive bøgerne, har der været fokus på at opbygge tillid, især mellem de frivillige og Bøgerne, såvel som mellem Bøgerne selv. Vi organiserede to workshops specifikt for at fremme dette, hvor deltagerne fik mulighed for at lære hinanden at kende og dele deres motivation for at deltage. Den første workshop omfattede introduktioner og diskussioner, der afslørede et fælles ønske blandt bøgerne – alle med minoritetsbaggrund – om at dele deres oplevelser og udfordre stereotyper. Dette fælles formål hjalp med at skabe en stærk følelse af forbundethed mellem dem, mens de frivillige udtrykte en stor interesse i at bidrage til et projekt der fokuserer på at ændre forforståelser og perspektiver.



Efter frokosten i løbet af den første workshop blev Bøgerne og de frivillige sat sammen parvis med det formål at påbegynde udviklingen af både bogens indhold og en bogsynopsis. Den efterfølgende workshop havde fokus på selve skriveprocessen, hvor Bøger og frivillige arbejdede separat med at færdiggøre synopsen og udarbejde et bogomslag.

Disse indledende workshops spillede en afgørende rolle i at skabe fundamentet for Human Library-arrangementerne. Gennem tillidsopbygning, åben dialog, et imødekommende miljø og en aktiv igangsætning af bogens udvikling blev deltagerne – især Bøgerne – styrket til at dele deres historier med autenticitet, velvidende at deres stemmer ville blive hørt og værdsat.

Forberedelsen af deltagerne til at fortælle personlige historier, særligt dem der berører sårbare emner som identitet eller traumer, kræver opmærksomhed på følelsesmæssig parathed og respekt for individuelle grænser. Mange deltagere er usikre på, hvad og hvor meget de bør dele. Facilitatorer kan understøtte følelsesmæssig tryghed ved at anvende en fleksibel og deltagerstyret tilgang – med reflekterende spørgsmål, frivillig journalføring og uformelle opfølgningsmøder, som giver den enkelte frihed til at definere egne grænser. Det er afgørende at normalisere, at personlige fortællinger er dynamiske og at deling altid skal være frivilligt.

Yderligere udfordringer kan opstå i form af forskellige grader af selvtillid og varierede kommunikationsstile. Nogle deltagere føler sig måske utrygge ved offentlig tale eller har vanskeligt ved at formidle deres personlige oplevelser i en traditionel, lineær form, mens andre har udfordringer med at gøre deres historie tilgængelig på tværs af kulturelle eller sproglige barrierer. Her er løsningen at tilbyde mangfoldige forberedelsesformater – såsom en-til-en-samtaler, visuelle hjælpemidler som storyboards, eller fortællecirkler med ligesindede. Det er vigtigt at understrege, at det ikke handler om performance, men om autenticitet, og at alle måder at udtrykke sig på er værdifulde.



De to indledende workshops var helt centrale i opbygningen af tillid og åben kommunikation. Her blev der skabt et trygt rum, hvor både Bøger og frivillige følte sig mødt, værdsat og trygge. En af de vigtigste erfaringer fra forløbet var betydningen af et imødekommende miljø, herunder fælles måltider, som bidrog til personlige relationer og nedbrydning af sociale barrierer. En Bog beskrev oplevelsen således:

"At deltage i disse workshops og blive mødt med den fantastiske velkomst gjorde det lettere for mig at åbne op og fortælle min historie." "Relationen til de andre 'bøger' og frivillige var enestående, især da vi så, hvor enige vi var i vores ambitioner og mål. Dette skabte et behageligt og rart miljø."

Workshopforløbet gav samtidig bøgerne værdifuld tid til at forme og udvikle deres personlige fortællinger, og bekræftede den betydning, deres historier har – både for dem selv og for publikum. Denne målrettede tillidsopbygning havde direkte indflydelse på deltagernes engagement i Human Library-arrangementerne. Ved at fremme gensidig respekt og et støttende fællesskab reduceredes oplevelsen af intimidering, hvilket skabte grobund for ægte og åben deling. En anden Bog nævnte:

"At møde de andre bøger og høre deres historier var øjenåbnende og skabte et stærkt bånd mellem os. Dette reducerede betydeligt den intimidering, jeg følte ved at dele min historie, da jeg følte mig tryk og støttet af de andre bøger og de frivillige."

Udtalelserne understreger, hvordan workshopformatet – herunder den personlige parring mellem bøger og frivillige til udvikling af historien – understøttede de efterfølgende Human Library-arrangementer. Flere deltagere anbefalede at afsætte endnu mere tid og integrere historiefortælling som en øvelse i de forberedende møder, hvor hver bog får mulighed for at øve sig i at dele sin fortælling og få konstruktiv feedback.



At støtte deltagerne i forberedelsen af deres personlige historier til Human Library-workshops er en nænsom, men dybt givende proces. Forberedelsen bør begynde i god tid og ske gradvist, så der afsættes tilstrækkelig tid til at identificere og støtte de deltagere, der ønsker at være en del af Human Library. Denne tidlige involvering åbner for dybere refleksion, styrker tilliden og skaber rum for tilpasning undervejs.

Når forløbet tilrettelægges som en relationel og fleksibel proces frem for en fastlagt struktur, kan facilitatorer fremme et miljø, hvor deltagerne føler sig oprigtig mødt og støttet. Små, bevidste handlinger – som personlig opmærksomhed, tilpasset støtte og mulighed for individuel udvikling – har potentiale til at transformere en stærk fortælling til en meningsfuld og livsændrende oplevelse.





FACILITERING AF INKLUDERENDE HUMAN LIBRARY ARRANGEMENTER FOR BØRN MED HANDICAP

Et centralt mål i vores projekt var at sikre, at unge mennesker – herunder børn og unge med handicap – fik mulighed for aktivt at deltage i interkulturel dialog og oplysende aktiviteter gennem vores Human Library-arrangementer. Her deler enkeltpersoner, kaldet “Bøger”, deres personlige fortællinger om migration med “Læsere”, med det formål at fremme forståelse, empati og indsigt på tværs af kulturer og livserfaringer.

Vi anerkendte tidligt behovet for at skabe tilgængelige og inkluderende miljøer, især i mødet med børn med forskellige typer handicap, så de også kan deltage i disse transformative oplevelser. Vores Human Library-arrangementer havde derfor særligt fokus på at bygge bro mellem migrantfortællere og unge deltagere med handicap, og give dem tidlig indsigt i samtaler om migration, mangfoldighed og social retfærdighed.

En af de største udfordringer vi stod over for var at sikre direkte kommunikation mellem de menneskelige “Bøger” – migranter, der primært talte engelsk – og børn med kommunikationsmæssige udfordringer, herunder hørehæmning. Da Human Library-metoden bygger på direkte og personlig deling af historier og følelser, var vi opmærksomme på, at inddragelsen af formidlere eller tolke kunne risikere at svække denne direkte forbindelse.



For at imødekomme de forskellige kommunikationsbehov hos børnene valgte vi at samarbejde tæt med deres lærere, som havde indgående kendskab til hver enkelt elevs unikke udfordringer.

For børn med hørenedsættelse hjalp lærerne med tegnsprogsoversættelse, hvilket sikrede, at de kunne engagere sig fuldt ud i historierne. I tilfælde af sproglige barrierer – eksempelvis når de menneskelige Bøger kun talte engelsk – sørgede vi for simultanoversættelse til eksempelvis græsk for at styrke forståelsen blandt både elever og undervisere.

Selvom denne tilgang medførte, at interaktionerne blev medierede snarere end direkte, skabte den rammer for ægte engagement. Børnene deltog aktivt, stillede spørgsmål og indgik i dialog med migrantfortællerne – på måder der respekterede deres individuelle behov og ressourcer. Frem for alt gav det disse børn, som ofte står uden for interkulturelle møder, mulighed for at udvide deres perspektiver og skabe meningsfulde med bånd med mennesker fra andre baggrunde.

Selvom vi ikke har direkte citater fra deltagerne, var tilbagemeldingerne fra både lærere og elever overvejende positive. Undervisere udtrykte stor taknemmelighed over at kunne introducere globale emner i et format, der var tilgængeligt og vedkommende. Mange lagde mærke til, hvor nysgerrige og engagerede børnene var under sessionerne. Samtidig satte migrantfortællerne pris på at dele deres historie med et yngre og mere forskelligartet publikum, end de normalt møder.

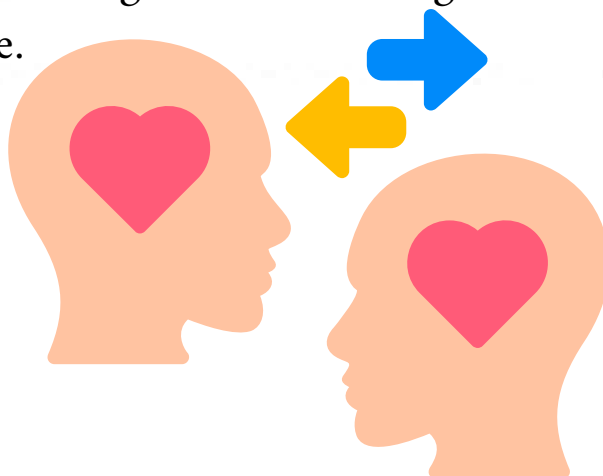


Vores erfaring har vist, at fremme af inklusion kræver kreativitet og stor tilpasningsevne i udviklingen af programmer. En af de mest værdifulde indsigter var betydningen af læreres og tolkes involvering, som viste sig at være uundværlig i arbejdet med børn med handicap. Selv når kommunikation sker gennem en mellemmand, bevares den centrale essens af Human Library – nemlig empati, aktiv lytning og ægte dialog.

Til fremtidige projekter med fokus på inklusion af børn med handicap anbefaler vi et tæt og tidligt samarbejde med undervisere, tegnsprogstolke og relevante specialister. Dette sikrer, at alle kommunikationsbehov bliver identificeret og imødekommet fra starten. Etablering af partnerskaber med skoler og organisationer med erfaring inden for handicapområdet bidrager desuden til at forme aktiviteter, der rummer forskellige evner og fremmer tillid blandt deltagerne.

Vi foreslår også at udarbejde materialer og indhold i flere tilgængelige formater – eksempelvis visuelle hjælpemidler, understøttelse af tegnsprog og versioner med forenklet sprog. Dette udvider adgangen til interkulturelle arrangementer og skaber en mere inkluderende oplevelse for alle.

Endelig er det afgørende, at arrangører forbliver åbne og fleksible, så der kan reageres hurtigt på ændrede behov undervejs. Denne tilpasningsdygtighed er nøglen til at sikre, at børn – uanset evner – kan deltage aktivt, opleve meningsfulde møder og udvikle sig til medfølende, oplyste verdensborgere.





OPBYGNING AF ET TVÆRKULTURELT NETVÆRK FOR AT FREMME INTERNATIONAL DELTAGELSE

Et centralt mål i projektet var at sikre en mangfoldig og inkluderende deltagelse, med personer fra forskellige lande og kulturelle baggrunde. Dette blev realiseret ved at udnytte erfaringer og relationer fra tidligere interkulturelle projekter, som gav adgang til etablerede netværk med internationale aktører.

Deltagerne bidrog til projektets udbredelse ved at dele deres egne oplevelser og indsigt i deres respektive netværk, hvilket skabte nysgerrighed og engagement omkring initiativet. Denne proces førte til en naturlig inklusion af nye deltagere, der blev motiveret af fællesskabet og projektets budskab.

En af de største udfordringer bestod i at rekruttere deltagere med forskellige nationaliteter til aktiviteter som mobilitetsprogrammer og Human Library-arrangementerne. På trods af stor interesse var det vanskeligt at finde personer, der opfyldte alle specifikke kriterier, og samtidig engagere dem aktivt.

Løsningen lå i at bygge videre på tidligere etablerede netværk, særligt dem fra projekter med fokus på interkulturalitet og migrantmiljøer. Personer med tæt tilknytning til disse fællesskaber matchede projektets målgruppe og var mere tilbøjelige til at deltage.

Neotalentways engagement i tidligere initiativer fungerede som en nøgle til at nå disse deltagere og inddrage nye organisationer og individer, der delte visionen.



Takket være de eksisterende kontakter og netværk voksede projektets synlighed betydeligt og tiltrak en bredere og mere forskelligartet gruppe af deltagere og interessenter. Denne udvidelse berigede aktiviteterne og sikrede, at hvert arrangement levede op til de opstillede deltagelseskriterier.

Selvom vi ikke har direkte citater fra deltagerne, var den generelle feedback meget positiv. Mange gav udtryk for begejstring over at opdage initiativer som dette, få indblik i Erasmus+programmet og dets muligheder, og komme i kontakt med mennesker med forskellig kulturel baggrund. Både gennem lokale aktiviteter og internationale mobilitetsprogrammer værdsatte deltagerne muligheden for at dele erfaringer, blive lyttet til og opleve en følelse af tilhørsforhold i et bredt interkulturelt fællesskab.

En væsentlig læring gennem projektforsløbet var betydningen af at opbygge og vedligeholde tillidsfulde relationer. Det viste sig, at mund-til-mund-anbefalinger og uformelle netværk ofte var langt mere effektive end formelle opslag og opfordringer på sociale medier. Takket være den tillid, der var opbygget gennem tidligere samarbejder og fælles erfaringer, blev deltagerne inspirerede og motiverede til at engagere sig i projektet med stor entusiasme.



Vi erfarede også, at en klar og lettilgængelig formidling af mulighederne i Erasmus+ er et effektivt redskab til at tiltrække opmærksomhed fra nye og varierede målgrupper – særligt blandt dem, som ikke tidligere har haft kendskab til denne type initiativer. At præsentere programmets muligheder på en enkel og forståelig måde kan fremme nysgerrighed og øge deltagelse.

I fremtidige projekter anbefales det at trække på eksisterende relationer og netværk fra tidligere aktiviteter. Dette kan i høj grad lette rekrutteringen og udvide projektets rækkevidde. Derudover bør kommunikationsstrategier udformes med fokus på tilgængelighed og målgruppespecifik tilpasning, så budskabet vækker interesse og gør det let for potentielle deltagere at engagere sig.

Det kan være særligt værdifuldt at identificere og involvere ambassadører eller uformelle repræsentanter blandt forskellige fællesskaber og lande. Personer, der har naturlige forbindelser og tillid i deres miljøer, kan fungere som brobyggere og bidrage til at sprede budskabet i relevante netværk.

Endelig understreger erfaringen, at vedvarende og åben kommunikation samt tydelig information om projektets indhold og muligheder – herunder dem, der tilbydes gennem Erasmus+ kan skabe engagement fra en tidlig fase og opbygge et stærkt fundament for deltagelse.



Co-funded by
the European Union



BILAG





Co-funded by
the European Union

TEKNISK DATABLAD: IMPLEMENTERING AF HUMAN LIBRARY-ARRANGEMENT

Titel på arrangement	
Sprog	
Dato og tidspunkt	
Lokation for event	
Anslået samlet varighed	
Hovedmålsætning	
Forventet antal bøger	
Forventet antal læsere	
Organiserende team (navne og roller)	



SAMTYKKEERKLÆRING TIL BOG

Bogtitel:

Synopsis (maks. 100 ord):

Visuelt forslag til omslag (beskrivelse eller vedhæftet billede):

Vigtige elementer eller symboler for bogen:

Logistiske krav (materialer, plads, tilgængelighed):

Er du tryk ved fotografier under arrangementet?

Ja / Nej

Giver du samtykke til at dele din historie efter arrangementet?

Ja / Nej

Kommentarer eller specifikke behov:

Underskrift eller aftale (digital eller manuel):



TJEKLISTE TIL HUMAN LIBRARY- ARRANGEMENTER

- Definition af hovedformål for arrangementet
- Valg og forberedelse af lokale
- Ring efter Bøger
- Udarbejdelse af visuelt materiale (omslag, synopser, skiltning)
- Registrering og kommunikation med Læsere
- Design af eventplan og tildeling af vagter
- Valg af Bibliotekarere eller facilitatorer
- Forberedelse af materialer og forplejning (hvis relevant)
- Udfyldelse af samtykkeformularer
- Evaluering efter arrangementet



TJEKLISTE TIL HUMAN LIBRARY- ARRANGEMENTER

- Definition af hovedformål for arrangementet
- Valg og forberedelse af sted
- Ring efter Bøger
- Udarbejdelse af visuelt materiale (omslag, synopser, skiltning)
- Registrering og kommunikation med Læsere
- Design af eventplan og tildeling af vagter
- Valg af Bogholdere eller facilitatorer
- Forberedelse af materialer og forplejning (hvis relevant)
- Udfyldelse af samtykkeformularer
- Evaluering efter arrangementet



EVALUERING AF HUMAN LIBRARY- ARRANGEMENTER

Tak for din deltagelse i dette Human Library-arrangement. Vi vil gerne udtrykke vores dybfølte tak for din aktive medvirken og engagement. Dit bidrag har haft stor betydning for arrangementets succes.

For at kunne evaluere kvaliteten af arrangementet og få bedre indsigt i dine oplevelser og refleksioner fra dagen, inviterer vi dig til at besvare følgende spørgeskema. Dine svar vil hjælpe os med at forbedre og videreudvikle fremtidige events.

Spørgeskemaet anvendes udelukkende til interne formål, og alle oplysninger behandles anonymt og fortroligt. Ingen data vil blive delt med tredjeparter, og dit privatliv er fuldt beskyttet.

Der findes ingen rigtige eller forkerte svar – det vigtigste for os er, at du svarer så ærligt som muligt.

Del venligst dit køn med os

- Kvinde
- Mand
- Andet
- Foretrækker ikke at sige det

Del venligst din alder med os

- 15-19
- 20-25
- 26-35
- 36+

Del venligst dit oprindelsesland med os



Hvad har du lært eller fået ud af din deltagelse i Human Library arrangementet?

- Større forståelse af sociale problemer.
- Nye og anderledes perspektiver.
- Øget viden om diversitet og inklusion.
- Inspiration til at tage sociale initiativer.
- Færdigheder som empati og respekt.
- Jeg lærte om personlig modstandsdygtighed og hvordan man overvinder udfordringer.
- Jeg følte mig mere sikker på at dele mine egne oplevelser og perspektiver.

Læringsresultater

Angiv venligst, i hvilken grad du er enig eller uenig i følgende udsagn (SU = Stærkt uenig; U = Uenig; EU = Hverken enig eller uenig; E = Enig; SE = Stærkt enig).

- Jeg har en bedre forståelse af, hvordan sociale normer, traditioner og stereotyper påvirker min opfattelse af andre mennesker.
- Jeg føler mig mere motiveret til at fremme inklusionen af migranter i mit lokalsamfund.
- Jeg forstår nu bedre vigtigheden af kulturel mangfoldighed i vores lokalsamfund.
- Jeg er mere motiveret til at samarbejde med andre medlemmer af mit lokalsamfund for at fremme inklusion af migranter.
- Jeg har forstået betydningen af personlig historiefortælling og kulturel udveksling i forhold til at fremme empati og forståelse.
- Dette arrangement har forbedret min evne til at indgå i meningsfulde samtaler med mennesker fra forskellige kulturelle baggrunde.
- Dette arrangement har styrket mit personlige engagement til et mere inkluderende og retfærdigt samfund.
- Jeg føler mig mere engageret i at være en aktiv fortæller for inklusion og mangfoldighed i mit lokalsamfund.



Angiv venligst, i hvilken grad du er enig eller uenig i følgende udsagn (SU = Stærkt uenig; U= Uenig; EU = Hverken enig eller uenig; E = Enig; SE = Stærkt enig).

- Promoveringen af arrangementet var effektiv og passende
- Arrangementets varighed var passende.
- Human Library-metoden er blevet godt forklaret, og jeg forstår, hvordan det fungerer.
- Lokalet til arrangementet var tilstrækkeligt og komfortabelt, hvilket fremmede interaktion og læring.
- Arrangementet var let tilgængeligt for alle deltagere.
- Organiseringen og afviklingen af arrangementet var effektiv og velkoordineret.
- Jeg følte mig godt tilpas under arrangementet.

Hvad nød du mest ved Human Library-arrangementet?

Hvad fandt du mest værdifuldt ved din oplevelse af Human Library-arrangementet?

Tror du, at dette arrangement ville have været mere effektivt, hvis det havde været afholdt fysisk?

- Ja
- Ingen
- Jeg er ikke sikker



Co-funded by
the European Union

Forklar dit svar til det forrige spørgsmål

Hvordan mener du, at Human Library-arrangementet kunne forbedres for fremtidige deltagere?

Ville du være interesseret i at deltage i fremtidige Human Library-arrangementer eller lignende initiativer?

- Ja, jeg vil gerne deltage som Bog
- Ja, jeg vil gerne deltage som Læser
- Ja, jeg vil gerne deltage som Bog eller Læser
- Ingen
- Måske

Tak!





REGLER FOR DELTAGELSE I HUMAN LIBRARY-ARRANGEMENTER

Før begivenheden:

- Lær om formålet med arrangementet.
- Læs synopsis af de tilgængelige Bøger (hvis de tidligere er delt).
- Bekræft din deltagelse

Under arrangementet:

- Øv aktiv lytning
- Respekter Bøgernes tid og privatliv
- Stil spørgsmål med respekt og åbenhed
- Deltag med engagement

Efter arrangementet:

- Udfyld evalueringen
- Del din oplevelse, hvis du føler dig tryk ved det
- Tak for dit bidrag til et mere inkluderende rum!



LÆSERENS SAMTYKKE

Læserens samtykke

- Navn på Læser (valgfrit):
- Alder:
- Hvordan hørte du om arrangementet?
 - Sociale medier
 - E-mail
 - Nyhedsbrev
 - Organisationens hjemmeside
 - Tidligere arrangementer
 - Onlinesøgning
 - Andre
- Jeg har læst og accepterer vilkårene og betingelserne for arrangementet
- Jeg accepterer at deltage aktivt og respektere Bøgerne
- Jeg forstår vigtigheden af at opretholde fortrolighed og skabe et trygt rum

Signatur eller digital/manual accept



AKTIVITETSSKABELON TIL UDVIKLING AF INTERKULTURELLE KOMPETENCER

Titel på aktivitet	
Læringsmål for aktiviteten	Beskriv kort og klart hovedformålet med aktiviteten. Det skal være relateret til udviklingen af interkulturelle kompetencer.
General beskrivelse	Detaljeret forklaring af, hvad aktiviteten består af, hvordan den udføres, og i hvilken sammenhæng den kan anvendes. Sørg for, at det er tydeligt nok for en person, der aldrig har prøvet det.
Læringsmål	Beskriver de forventede resultater: holdningsændringer, tilegnelse af interkulturelle færdigheder, styrkelse af relationer osv.
Materialer	Komplet liste over materialer, værktøjer eller ressourcer, der er nødvendige for at forberede og udføre aktiviteten.
Varighed	Angiv den forventede tid for aktiviteten, herunder: forberedelse, implementering og diskussion og refleksion
Målgruppe	Beskriv, hvilken type gruppe aktiviteten er rettet mod
Trin-for-trin implementering	1. Forberedelse 2. Aktivitetsudvikling 3. Diskussion, afsluttende refleksion og/eller evaluering
Evaluering og feedback	Forslag til, hvordan aktivitetens effektivitet kan evalueres. Kan omfatte: • Feedbackrunder • Observationer fra facilitator • Strukturerede værktøjer (rubrikker, indikatorer osv.)
Anbefalinger til facilitatoren	Praktiske tips til at sikre en vellykket implementering:
Mulige tilpasninger	Forslag til tilpasning af aktiviteten i henhold til...



Co-funded by
the European Union



Finansieret af Den Europæiske Union. De udtrykte synspunkter og meninger er dog udelukkende forfatterens/forfatterernes egne og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller Det Europæiske Forvaltningsorgan for Uddannelse og Kultur (EACEA). Hverken Den Europæiske Union eller EACEA kan holdes ansvarlige for dem.

