**Jämställt hela tiden och En väg in- så jobbar du med materialet**

Det här metodmaterialet är framtaget av EU projekten Jämställt hela tiden och En väg in. Det är tänkt att användas av dig som har personalansvar och håller i arbetsplatsträffar eller liknande.

Metodmaterialet innehåller en rad övningar, metoder och verktyg för att konkret kunna förbättra, vidareutveckla jämställdhets- och integrationsarbetet i din arbetsgrupp eller på din arbetsplats.

Övningarna är tänkta att bidra till en kunskapsökning men också egen reflektion- vilket är en förutsättning för att kunna arbeta vidare och forma egna strategier för ökad jämställdhetsintegrering och förbättrat integrationsarbete.

**Metoder**

*Följande metodövningar finns i materialet:*

**Värderingsövningar**

är ofta ett bra sätt att starta ett jämställdhets- och integrationsarbete med. Deltagarna får tillfälle att tänka efter och göra egna val, träna sig i att uttrycka åsikter, motivera sina ståndpunkter och lyssna på andras.

**Frågetävlingar**

olika typer av frågetävlingar kan vara ett lekfullt sätt att ge information och möjlighet till reflektion.

**Medier**

övningar som syftar till att synliggöra hur vi marknadsför oss genom text och valet av bilder. Använd gärna bilder som finns på arbetsplatsen, i fikarummet eller liknande.

**Härskartekniker och trakasserier.**

syftet med den här typen av övningar är att synliggöra härskartekniker och hur de kan bemötas samt att få kännedom om trakasserier och sexuella trakasserier och hur dessa kan ta sig uttryck och uppfattas olika av olika personer.

**Normer**

syftet med dessa övningar är att synliggöra normer och hur synliga och osynliga normer styr vårt beteende.

**Icke-diskriminering**

syftet med denna övning är att få en fördjupad kunskap om vad likabehandling innebär och reflektera över vad det innebär på arbetsplatsen.

**Jämställdhetspolitiska mål**

syftet med övningen är att öka kunskapen om de jämställdhetspolitiska målen och hur målen kan beröra det egna arbetet.

**Jämställdhetsintegrering**

innebär att jämställdhetsperspektivet alltid ska finnas med i det dagliga arbetet som en naturlig del. Övningarna syftar till att få deltagarna att reflektera över sin del i detta och hur det ser ut på vår arbetsplats.

**Integration**

**i**ntegration handlar om att skapa möten mellan människor, utbyta erfarenheter och lära av varandra. Det syftar till lika rättigheter, skyldigheter och möjligheter oberoende av nationell, etnisk eller kulturell bakgrund. Övningarna syftar till öka kunskapen om hur vi blir en mer inkluderande arbetsplats fri från diskriminering.

**Att komma igång**

Varje övning innehåller en svårighetsgrad, ”lätt, medel och svår”. Välj en övning ur materialet som du tycker är lagom i svårighetsgrad och omfattning att börja med. Det gäller att hitta en nivå som passar gruppen. Läs gärna igenom avsnittet ”inledning” och ”instruktion” i metodmaterialet innan du genomför metodövningarna.