

Normalia  
– ett studiematerial  
om alkoholnormen



**NB** 

NYKTERHETSÖRELSENS  
BILDNINGSVERSAMHET

Pass 1:

# Normer bär vi allihopa



Studiematerialet Normalia är producerat av Nykterhetsrörelsens Bildningsverksamhet © 2016 [www.nbv.se](http://www.nbv.se)

Text och grafik: Fredrik Torberger

## Normer är förväntningar

Vi möter ständigt förväntningar från vår omvärld, uttalade men också outtalade. En del av dem märker vi knappt, för vi har samma förväntningar på oss själva. Andra förväntningar kan väcka känslor av att vara eller göra fel.

### "De vill göra oss till trädockor"

Orden yttrades av en sexåring som ville bestämma mer själv. Skolans förväntan om anpassning kändes förminskande. Indelning efter biologisk ålder upplevdes kanske som ett uttryck för att alla barn förväntas vara som de genomsnittliga, de 'normal'-mogna barnen. Det är en förväntan som i praktiken är mycket utbredd i samhället. Både skolan och idrottsvärlden sorterar barn efter ålder. En förväntan som är så utbredd och accepterad kallas för en norm.

Normer är förväntningar på hur vi ska bete oss och vara. De finns i alla typer av gemenskaper och vi bär dem allihopa som en del av vårt sociala arv. Alkoholnormen är ett exempel på en förväntan som många har på vuxna. Att vi ska vilja ha ett fast arbete eller vilja bo i hus eller lägenhet är exempel på andra etablerade normer i vårt samhälle.

## Uttalade och outtalade normer

Våraföräldrar och andra har försökt lära oss kulturens seder, tabun och lagar. Processen kallas för socialisering. Syftet är att fostra oss till vad vår familj och vårt samhälle anser är en 'normal' vuxen.



MUSIK OM NORMER:  
Bo Kaspers Orkester  
"Dansa på min grav"

Seder, tabun och lagar är tydligt uttalade normer som delas av majoriteten i en grupp eller ett samhälle. Exempel kan vara 'Ha inte fötterna på bordet', (sed), 'Ljug inte' (tabu), 'Kör inte för fort!' (lag). Uttalade normer kan ofta motiveras med att de hjälper oss att undvika dåliga konsekvenser. Som i exemplen ovan: smuts på matbordet; svag tillit mellan människor; bilolycka.

Här i Normalia handlar det om de normer som är outtalade. Normer som blir till nästan hemliga regler som stjälper mer än de hjälper. Uttalade förväntningar på hur vi ska göra och vara som majoriteten ofta är omedveten om - tills någon bryter mot dem.

Normer varierar med sammanhang och fysisk plats, även inom samma kultur. Vid Nobelmiddagen gäller vissa normer, vid barnkalas andra, liksom på idrottsarenor eller vid gravplatser.

### Samtal 1: Var norm på sin plats

Här följer exempel på sammanhang och platser. Hur förväntas vi bete oss där? Vilka normbrott är möjliga på just de platserna?

- Välj varsitt sammanhang från listan nedan. Samtala om vilka förväntningar ni tycker hör ihop med dem. Är de samma, eller tycker ni olika? Vad kan det i så fall bero på?
- Har någon av normerna förändrats över tid?

Bröllop • Anställningsintervju • När du berättar nyheten för en vän om din gamla farmors död • Årsmöte i föreningen • På krogen • Möte med myndighetsperson • I hissen • På gym • Musikfestival • Scoutläger • Vid en trafikkontroll • På nattklubb • I en kyrka, moské eller motsvarande

## Normernas ursprung

Vad som är normativt bottnar till stor del i majoritetens beteenden eller attityder. Attityder kan ha en lång historia, som i fallet med synen på sexuell läggning. Exempelvis bibeltexter har i århundraden använts som argument för diskriminering av alla som bryter heteronormen.

Även relativt nya fenomen kan på kort tid bli norm i en grupp eller ett samhälle. Många föräldrar har hört sina barn hävda att ”ALLA har en så'n!” när en ny pryl väcker känslor av begär. Kort efter att företaget Apple lanserade sin iPhone 2007 blev så kallade smartphones ny standard för både yrkesverksamma och för ungdomar. Snabbt förändrades normen kring att vara tillgänglig på mejl och inte minst på sociala medier. Oavsett hur eller varför en norm uppstår så frodas den tack vare människans önskan om att vara en del av majoriteten, de som är likadana. Eller normala, som vi säger.

### Normer under täckmantel

Normer gömmer sig i våra språkliga uttryck. Nedlåtande ord om bögaroch färgade visar att normen för män är att attraheras av kvinnor och att bara vita människor ses som jämlikar. Den här typen av kränkningar är ofta lätta att upptäcka. De bär så tydligt på kulturella idéer om vad som är en bra människa. Men även mer neutrala ord kan sätta ramar för vad som anses verkligt och viktigt. Införandet

FILMTIPS: I filmen The Matrix (1999) kämpar människor mot maskiner i en mörk framtid. Det människorna upplever som verkligheten är egentligen ett datorprogram, filmens metafor för normer. De som lyckas se och bryta mot normerna får enorma (!) krafter, något maskinerna vill förhindra. Med sina banbrytande effekter blev filmen om mänsklig frigörelse snabbt en modern klassiker.



av ordet *hen* handlade om att lyfta fram det faktum att två könsidentiteter inte räcker för att beskriva hur människor ser på sig själva. *Han* och *hon* är exempel på vanliga ord som bär på en verklighetsbeskrivning som bygger på majoritetsnormen. Att ’ta en bensträckare’ förutsätter ben som kan sträckas.

Hjältesagor bär också på normer. Mannen som villigt riskerar sitt liv för Nationen eller Äran, eller den färgade som hjälper den vite hjälten att bekämpa ondskan i sitt eget hemland är fortfarande teman på film, liksom komiska scener baserade på dagens alkoholnorm. Men det kan förstås ändras på.

Vårt sätt att organisera våra livsmiljöer är ett annat uttryck för normer. Har lokalen en rullstolsanpassad entré? Eller förväntas vissa människor be om hjälp för att klara livets mest fundamentala utmaningar?

## Samtal 2: Rätt och rimligt

När och hur mycket ska majoriteten anpassa sig till minoritetens behov? Bör till exempel han- och honpersoner anstränga sig för att säga *hen*? Bör föreningslokalen utrustas så att *alla* medlemmar kan använda den, oberoende av hjälp från någon annan? Kan en minoritet vara för liten för att få sina behov tillgodosedda? Reflektera tillsammans.

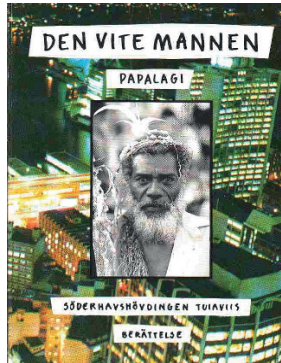
## I konstant förändring

Normer förändras, ibland genom aktiv kamp och politik, ibland på grund av teknik och nya sätt att leva. Vad tycker du till exempel om att någon knappar på sin telefon under ett möte? Vissa tycker det är oartigt att inte se på den som talar. Andra, kanske ofta yngre personer, upplever inte alls knappandet som lika störande. Livet på nätet är lika verkligt och viktigt som livet utanför. Synen på vad som är ett respektfullt uppförande förändras med tekniken.

Ett exempel på hur även normer med långa historiska rötter snabbt kan förändras är svenskarnas syn på homosexualitet. Under perioden 1981 till 2000 mer än fördubblades andelen svenskar som kunde tänka sig att ha en homosexuell som vän från 32 till 69 procent.<sup>1</sup> Under perioden genomdrevs minst tre lagändringar i riktning mot att ge homosexuella samma rättigheter som heterosexuella.<sup>2</sup>

### "Varför dricker inte du?"

Känner du igen frågan? Att bryta mot normer kan väcka reaktioner. I svåra fall av normbrott kan förbrytaren stillsamt bli exkluderad ur gemenskapen. Kanske rent av stigmatiserad, det vill säga utfrusen, orörbar. Detta hot om isolering är en orsak till att de flesta av oss följer omgivningens normer. Speciellt i nya grupper. Vi avstår, medvetet eller omedvetet, från att vara och göra en del av det som vi innerst inne vill. Normer blir då begränsande för människors frihet.



BOKTIPS: Hövding Tuiaviis Europaresa på 1920-talet väckte många aktuella frågor om normerna i vår del av världen.

## Normer och makt

Normer kan också skapa maktstrukturer, där olika grupper får olika mycket makt i olika sammanhang. Historiskt och än idag får till exempel män ofta mer plats i möten och samtal än kvinnor, en skillnad som också finns mellan vuxna och barn. Det är svårt att hitta argument *för* en sådan norm, men likväl påverkar den maktfördelningen.

När flera egenskaper med låg status, dvs. egenskaper som avviker från majoritetsnormen, kombineras hos en individ, riskerar maktlösheten att bli ännu större<sup>3</sup>. Ett exempel kan vara en färgad, invandrad, ensamstående kvinna med synlig funktionsnedsättning. Hon har sannolikt svårare att få jobb än en ljushyad person med god hälsa, som talar utan brytning. Följden kan bli sämre ekonomi som leder till sämre boende, mindre trygghet och ofta sämre hälsa. Å andra sidan kan en person med hög status komma undan med att bryta mot normer. På det här sättet påverkar normer vilken makt människor har över sina liv och gentemot varandra.

## Normer lika naturliga som kärlek

De av oss som gynnas av dagens normer är oftast omedvetna om de privilegier vi har. Normerna stödjer det som vi är, så vi upplever dem inte begränsande. Men omedvetenhet om privilegier bör inte ge skuld känslor. Det ligger i människans natur att skapa normer,<sup>4</sup> precis som vi föds med förmågan till kärlek. Ta istället ansvar för framtiden. Ifrågasätt dåliga normer i våra gemenskaper och i samhället. Precis som vår rörelse alltid har gjort med alkoholnormen. Vi kan alla bli normmedvetna, och låt oss börja med en titt i spegeln. Vilka normer fick just du med dig inför livets resa?



### Samtal 3: Normspanarna

Vilka normer fanns i din uppväxtmiljö? Vad förväntades av dig, kanske utan att det sades rakt ut?

1. Dela ut varsitt exemplar av Normspanarna.pdf. Där beskrivs förväntningar i form av påståenden.
2. Gå individuellt igenom påståendena under en rubrik, ett livsområde. Hur väl stämmer påståendena med vad som förväntades av dig från din omgivning? Eller: Vilka förväntningar hade du inte kunnat bryta mot, utan att familjen skulle ha reagerat negativt? Ange siffran som visar om förväntan fanns omkring dig.
3. Samtala i gruppen om livsområdet. Ser ni likheter och/eller skillnader? Ser ni förändringar över tid?
4. Gör nästa livsområde på samma sätt. Fortsätt tills ni är klara.

#### Reflektion

- Vad fick du ut av normspanandet?
- Du som har barn eller unga släktingar, vilka uttalade förväntningar tror du att de upplever från dig och släkten?

TIPS: Om gruppen är trygg, visa era svar för varandra. Skapa en linje på ett bord. Låt alla lägga en markör, till exempel en penna som visar hur väl påståendet stämmer på dem. Ni kan också ställa er på linje på golvet. På så sätt blir det tydligare hur gruppen har lika eller olika normer med i bagaget.

### Avslutning

Vad tar du med dig från dagens pass?

Tala gärna om vad som ska ske nästa träff.

### Källor

1. <http://www.qx.se/317/homosexuella-allt-mer-accepterade> 16-04-07
2. [https://sv.wikipedia.org/wiki/Homosexualitet\\_i\\_Sverige](https://sv.wikipedia.org/wiki/Homosexualitet_i_Sverige) 16-04-08
3. Khan Academy, videokurs i Social Injustice, januari 2016
4. [https://sv.wikipedia.org/wiki/Social\\_norm](https://sv.wikipedia.org/wiki/Social_norm) 16-04-08