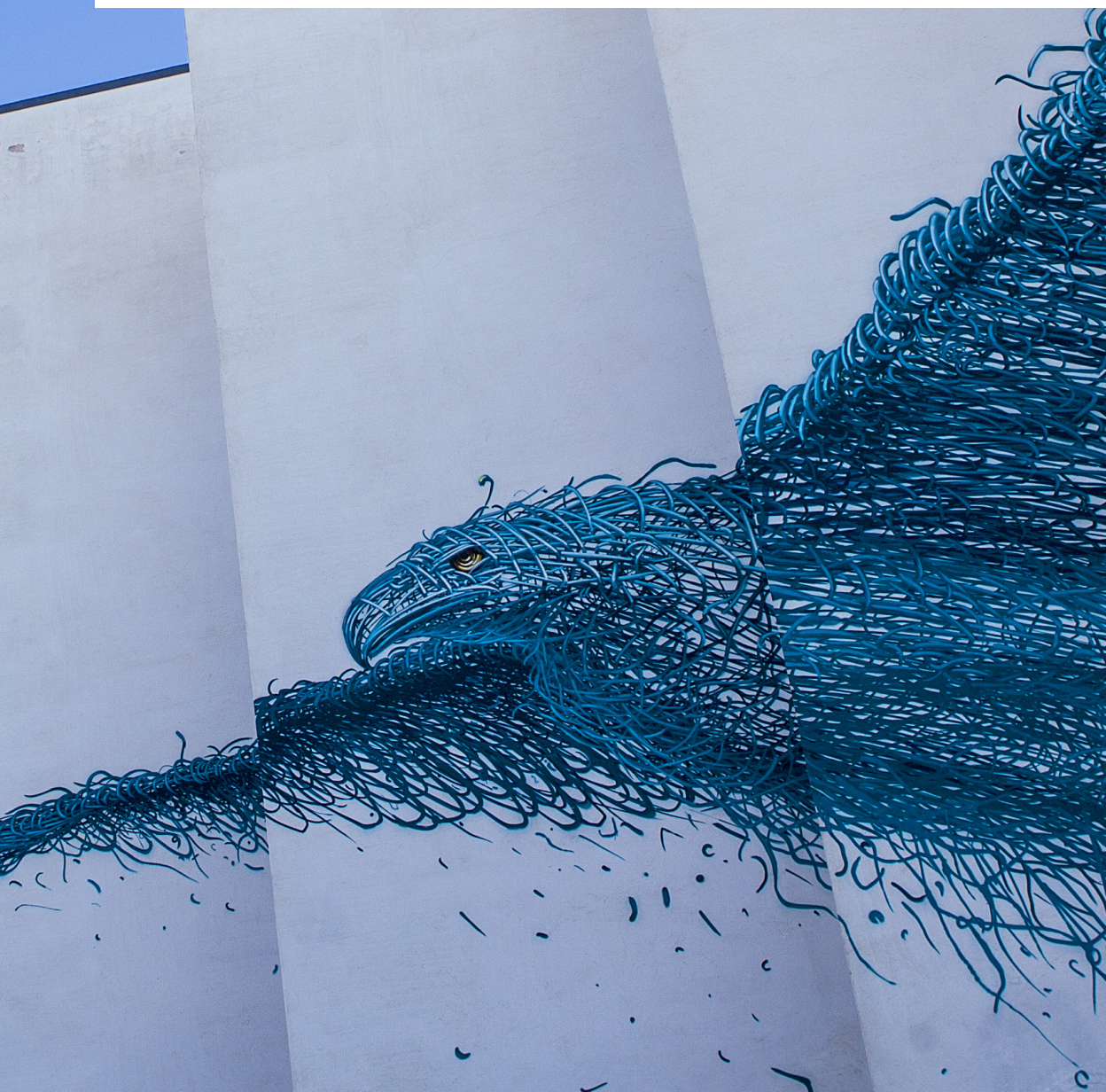


SÅ HÄR SKRIVER VI JÄMSTÄLLT PÅ HÖGSKOLAN I BORÅS

Skrivhandbok för jämställda och inkluderande texter



INLEDNING

Hur jämställda är vi egentligen?

Kommunikation handlar om att nå fram i bruset. Att kunna beröra en specifik målgrupp, men också att informera på ett korrekt sätt utan att falla in i traditionella föreställningar. Den här skrivhandboken har kommit till för att du som medarbetare på Högskolan i Borås ska få konkreta tips på hur du kan skriva jämställda och inkluderande texter.

Jag vill rikta ett speciellt tack till Matilda Olsson som via Språkkonsultprogrammet vid Göteborgs universitet gjort praktik på avdelningen Kommunikation. Hon har under sin tid hos oss tagit fram den här handboken, som ligger helt rätt i tiden. Som högskola har vi ett särskilt ansvar att främja jämställdhet. Via Matilda Olssons kartläggning av våra studentintervjuer visar hon att det finns mycket av det vi gör idag, som vi kan göra ännu bättre. Många gånger är det sättet vi ställer frågor, hur vi citerar, fotograferar och rubriksätter som sätter agendan.

Under perioden 2017-2019 har vi som myndighet fått påbud att jobba extra aktivt ur ett jämställdhetsperspektiv. Den här handboken är en del i det arbetet och ska hjälpa oss att bli ännu bättre. Fundera gärna ett extra varv på hur du själv uttrycker dig.

Annie Andréasson
Kommunikationschef

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Ett jämställt och inkluderande språk 5

Texter 6

Skriv könsneutralt..... 7

Ordval 9

Jämställda texter 11

Bilder 14

Jämställda bilder 15

Lästips 18

ETT JÄMSTÄLLT OCH INKLUDERANDE SPRÅK

Den här handboken är till för att hjälpa dig och tipsa om hur du använder ett jämställt och inkluderande språk. Jämställdhet innebär att kvinnor och män ska ha samma rättigheter och möjligheter. När du som anställd på Högskolan i Borås skriver och kommunicerar behöver du vara uppmärksam på hur du uttrycker dig för att läsare ska känna sig inkluderade. Det handlar inte bara om att framställa kvinnor och män på ett likvärdigt sätt, utan att alla ska känna sig inkluderade – oavsett könstillhörighet, sexuell läggning, etnicitet, funktionsförmåga, klass, ålder eller religionstillhörighet.

TEXTER

Det finns inte alltid ett rätt och enkelt svar på hur man uttrycker sig inkluderande på bästa sätt. Precis som samhällsdebatten i övrigt, förändras normer och ords laddningar över tid. Det viktiga är att du som skribent inte skriver slentrianmässigt, utan att du är uppmärksam på vad du skriver, hur du skriver och varför du skriver som du gör. Här får du tips på hur du gör!

Skriv könsneutralt

Könsneutrala pronomen

Ibland är personers kön okänt eller irrelevant och då kan du använda dig av könsneutrala pronomen. Det finns flera olika sätt att göra detta på.

- ✓ En student som går på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *hen* går på arbetsmarknadsdagen.
- ✓ En student som går på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *han eller hon* går på arbetsmarknadsdagen.
- ✓ En student som går på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *den* går på arbetsmarknadsdagen.
- ✓ Du som går på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *du* går på arbetsmarknadsdagen.
- ✓ Studenter på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *de* går på arbetsmarknadsdagen.
- ✗ En student på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *han* går på arbetsmarknadsdagen.
- ✗ En student på högskolan kan knyta viktiga kontakter om *hon* går på arbetsmarknadsdagen.

Använd könsneutrala personbeteckningar

När du skriver ska du kunna använda en och samma personbeteckning om både kvinnor och män. Använd därför könsneutrala personbeteckningar när du skriver om någon. I svenskan blir det vanligare och vanligare med könsneutrala personbeteckningar, men det finns några könsbundna beteckningar som hänger kvar. Nedan ser du några exempel.

✓ Forskare	✓ Talesperson	✓ Lärare
✗ Vetenskapsman	✗ Talesman	✗ Lärarinna

Ibland kan det vara relevant att nämna kön, och då bör man använda adjektiven *kvinnlig* och *manlig* framför den neutrala beteckningen. Till exempel *Högskolan i Borås anställer fler kvinnliga forskare*.

Tänk på ordningen i ordpar

Tänk på i vilken ordning du skriver när det handlar om kvinnor och män. Här finns inget rätt eller fel, utan det viktiga är att du inte slentrianmässigt alltid skriver *män och kvinnor* eller *manligt och kvinnligt*. I många ordpar är det nämligen ofta så att det första ordet refererar till den med mest makt eller prestige, till exempel *kungen och drottningen*, *kvinnor och barn* eller *herr och fru*.

Om du vill vara konsekvent i hur du skriver ordpar kan ett sätt vara att alltid skriva i bokstavsordning. Då blir det alltså *flickor och pojkar*, *han och hon*, *killar och tjejer* och *kvinnor och män*.

Ordval

Vilka ord du använder dig av spelar stor roll för hur inkluderande och jämställd din text blir. Här har du chansen att göra medvetna val och till exempel använda dig av nya ord eller stryka vissa ord.

Skulle jag skriva så här om en man?

Fundera över vilka ord du använder och gör ett tankeexperiment: skulle du använda samma ord om din text handlade om en man i stället för en kvinna, eller vice versa? I texter beskrivs till exempel kvinnor ofta som *starka* eller att de har *skinn på näsan*, medan samma ord sällan används om en man.

Tänk normkritiskt

Vissa normer är så självklara i vårt samhälle att vi inte ens tänker på dem. Att tänka normkritiskt handlar om att synliggöra och reflektera över normer och att inte rutinmässigt uttrycka sig enligt dem. Genom att göra vissa ordval kan du kommunicera mer normkritiskt och därmed mer inkluderande. Exempel på starka normer är funktionsnorm, tvåkönsnorm, heteronorm, vithetsnorm, åldersnorm och etnicitetsnorm. De här normerna gör att när vi tänker på en byggingenjörsstudent tänker vi förmodligen på en ung, frisk, vit, svensk och heterosexuell man.

Vilka ord du väljer när du skriver beror självklart på situation och kontext, men ta för vana att fundera ett extra varv på vad du tar för självklart när du kommunicerar. Nedan ser du några exempel på mer inkluderande ordval.

✓ Beige

✓ Partner

✓ Invånare

✗ Hudfärgad

✗ Maka/make,
flickvän/pojkvän

✗ Medborgare

Funktionsnedsättning, funktionsvariation, funktionssätt eller funktionshinder?

Det finns flera olika sätt att beskriva personer som har en funktionsnedsättning, vilket kan bero på att ords värdeladdningar förändras över tid. På frågan om vilken beteckning du bör använda för personer med funktionsnedsättning finns inga enkla svar. Vissa begrepp kan vara dubbeltydiga och en del personer föredrar vissa benämningar framför andra.

Som skribent kan det vara bra att veta att det i grunden finns två olika slags betydelser. *Funktionsförmåga*, *funktionssätt* och *funktionsvariation* handlar om att alla människor fungerar på olika sätt. Alla människor har alltså funktionsvariationer. En *funktionsnedsättning* däremot handlar om just en nedsättning av någon funktion, till exempel att någon är rullstolsburen eller har dyslexi.

Frågan är dock något mer komplex, eftersom *funktionsvariation* ibland används synonymt med *funktionsnedsättning*. Om du ska skriva en text där det är relevant att nämna att någon har en funktionsnedsättning kan det därför vara klokt att helt enkelt fråga personen vilket begrepp hen föredrar.

Tänk på att en person inte har ett *funktionshinder*, eftersom det ordet betecknar begränsningar som hindrar personer med funktionsnedsättning, till exempel trappor eller rum som inte är utrustade med hörslina. Begreppet *handikappad* bör inte heller användas eftersom det kan tolkas som nedsättande och bland annat avråder Socialstyrelsen från att använda det.

Jämställda texter

Var konsekvent i hur du namnger personer

Se till att du namnger kvinnor och män på samma sätt. I texter är det vanligt att kvinnor nämns vid förnamn och att män nämns vid sitt fulla namn eller endast efternamn. Att bara nämna någon vid förnamn är tecken på närhet och personlighet, och att nämna någon vid fulla namnet eller bara efternamnet är tecken på distans och professionalitet. En bra regel är att skriva ut för- och efternamn första gången du nämner någon i en text, för att sedan använda antingen bara förnamnet eller bara efternamnet. Det viktiga är att du gör likadant oavsett om det handlar om en kvinna eller en man.

- ✓ Maria Johansson och Erik Andersson berättar om sina studier.
- ✓ Maria och Erik berättar om sina studier.
- ✗ Maria och Andersson berättar om sina studier.

Synliggör både kvinnor och män i texter

Tänk på att ha med både kvinnor och män i dina texter och att försöka ge dem lika mycket utrymme. Ibland kan det vara svårt att genomföra rent praktiskt, ifall det du ska skriva om handlar om ett område som faktiskt inte är jämställt. Till exempel kanske det är svårt att hitta kvinnor att skriva om i mansdominerade branscher, eller män i kvinnodominerade branscher. Just därför är det extra viktigt att du gör medvetna val de gånger det är upp till dig att välja vem eller vilka du ska skriva om. Det är bra att visa upp förebilder och till exempel skriva om en kvinnlig byggingenjör eller om en manlig sjuksköterska för att visa och inspirera andra, och för att inte befästa stereotypa könsroller.

Skriv om kvinnor och män på ett nyanserat sätt

Det räcker inte att skriva om kvinnor och män i lika stor utsträckning, utan det är minst lika viktigt att du är medveten om *hur* du skriver om dem. Tänk på att beskriva kvinnor och män som professionella och personliga i samma utsträckning. Det är nämligen vanligt att män beskrivs utifrån sin yrkesroll, medan kvinnor beskrivs utifrån sin relation till andra eller mer personligt. Se också till att du beskriver kvinnor och män som både aktiva och passiva i samma utsträckning.



Jimmie driver en webbutik vid sidan av studierna.

Fatima driver en webbutik vid sidan om studierna.



Jimmie driver en webbutik vid sidan av studierna.

Fatima började studera efter att ha fått sitt tredje barn.



Alek valde Högskolan i Borås för att den hade gott rykte.

Hanna valde Högskolan i Borås för att den hade gott rykte.



Alek valde Högskolan i Borås för att den hade gott rykte.

Hanna tycker att Borås är en mysig stad.



BILDER

Precis som med texter, är det viktigt att bilder är jämställda och inkluderande. Om du fokuserar på inkluderande texter men glömer bort bilderna, går halva poängen förlorad. Genom att även ha med normbrytande bilder visas det upp något som ligger närmare verkligheten, nämligen att människor *är* olika och *ser* olika ut.

Jämställda bilder

Räkna

Räkna hur många kvinnor och män som är med på bilderna. Enligt Statistiska centralbyrån (SCB) räknas 40–60 % åt endera hållet som en jämn könsfördelning. Bredda även perspektivet och räkna personer med avseende på hudfärg, funktionsförmåga, könsuttryck och ålder. Blir resultatet väldigt enformigt och normativt? Byt ut bilderna om du har möjlighet!

Inkludera utan att markera

Tänk dig att du har ett material där många olika personer är med, både de som tillhör normen och de som inte gör det. Syns de i liknande sammanhang? Pratar de om samma saker? Oftast är det så att personer som inte tillhör normen får uppträda som representant för sin grupp, och inget annat. Personer med funktionsnedsättning får utrymme när det handlar om just funktion, och homosexuella personer får utrymme när det handlar om HBTQ-frågor. Var därför uppmärksam på att inkludera utan att markera, och låt olika personer synas oavsett ämne.

Använd förebilder

Varje dag matas vi med bilder som på ett eller annat sätt talar om för oss hur vi ska vara och hur vi ska se ut. Dessa bilder är ofta stereotyper som till slut blir sanning för oss. Ett sätt att motverka det är att visa upp förebilder – någon som inte passar in i den normativa rollen som till exempel sjuksköterska eller professor. Vem vet, kanske kan just den bilden väcka en tanke hos någon som bär på drömmar hen inte vågar satsa på. Så använd förebilder om möjlighet finns!

Undvik genusstereotyper

Varje dag möter vi massvis av bilder som påverkar oss. Om vi ser samma sak gång på gång får det oss att tro att det är så det *ska* se ut. Här listas några av de vanligaste stereotypa sätten att avbilda kvinnor och män på bild, och hur du undviker dem.



Män på kontoret och kvinnor i naturen

I många personporträtt fotograferas män på kontoret, medan kvinnor tas ut ur sin arbetsmiljö och fotograferas ute i naturen eller hemma. Använd i stället samma sorts fotomiljöer för både kvinnor och män. Låt sammanhanget och (den nyanserade, jämställda) texten avgöra var bilderna tas.



Yrkesmän och prydnadskvinnor

Var uppmärksam på hur du instruerar personer när du ska fotografera dem. En man avbildas ofta ståendes rakt upp och ner, medan kvinnor blir fotograferade sittandes på skrivbord som en prydnad. Även om du inte själv fotograferar, kan du ändå påverka vilka bilder du får. Var tydlig med vilka slags bilder du vill ha när du beställer.



Bistra män och leende kvinnor

Tänk på att ha en jämn balans mellan både leende och allvarliga kvinnor och män. Alltför ofta avbildas kvinnor med stora leenden, och män med bistra blickar.



Aktiva män och passiva kvinnor

Vad gör personerna på bilderna? Är de aktiva genom att arbeta, diskutera och röra på sig, eller passiva genom att vara stilla och posera framför kameran? Se till att det är jämnt mellan kvinnor och män, så att du inte reproducerar en stereotyp av aktiva män och passiva kvinnor.



Män som sitter bredbent och kvinnor med benen i kors

Var uppmärksam på hur personerna på bilderna har sina ben. Är det mest dominanta män med benen isär och harmlösa kvinnor med benen ihop eller i kors? I så fall är det dags att byta bilder!



Kvinnor som rör vid sig själva eller andra

På foton är det vanligt att kvinnor rör vid sig själva, till exempel stryker sig över kinden eller vilar hakan i handen. Det är också vanligt att kvinnor rör vid andra, kanske håller sin hand på någons arm eller axel. Män avbildas mycket sällan på det här viset. Det här stärker förväntan om att kvinnor ska vara mjuka, omhändertagande och behöver någon att luta sig mot. Män däremot får inte visa någon öm sida och de klarar att stå på egna ben, utan någons axel att luta sig mot.



Stora män och små kvinnor

Var uppmärksam på vilket perspektiv som används i bilder. Kvinnor avbildas ofta uppifrån vilket får dem att se små och undergivna ut. Män avbildas nerifrån vilket får dem att se stora och mäktiga ut. Det mest neutrala, och bästa i många fall, är därför att fotografera alla i ögonhöjd.



Stående män och sittande kvinnor

En genusklyscha bland bilder är stående män och sittande kvinnor. Att stå eller befinna sig över någon symboliserar dominans. Tänk därför på vilka fysiska positioner personer på bilder har, så att inte till exempel två personer avbildas där den ena sitter medan den andra står.

Vad betyder genus?

Genus betyder "socialt och kulturellt konstruerat kön". Det handlar om de föreställningar som finns i vårt samhälle om vad som är "manligt" och "kvinnligt".

LÄSTIPS

Här kommer det några tips ifall du vill läsa mer om jämställd och inkluderande kommunikation.

Jämställt språk – En handbok i att skriva och tala jämställt

Karin Milles på uppdrag av Språkrådet

I den här utförliga handboken får du hjälp med hur du kan känna igen och motverka de mönster som gör att kvinnor och män tilltalas, omtalas och framställs på olika sätt.

Bilder som förändrar världen

Tomas Gunnarsson och Gävle kommun

En bildhandbok där du bland annat kan läsa om tio genusstereotyper i bilder, se hur foton ”genusrenoveras” och bli inspirerad till att använda mer normkritiska bilder.

Alla ska med – En guide till inkluderande kommunikation

Länsstyrelsen Skåne

I den här guiden får du vägledning i hur du kommunicerar inkluderande i både text och bild.

Schyst!

Region Värmland

En handbok med tips och exempel som hjälper dig kommunicera mer jämlikt. Till den här handboken finns det också ett arbetsmaterial som heter ”Schysta övningar” som du kan utgå ifrån om du vill jobba med frågorna på din arbetsplats.

Det här är en skrivhandbok framtagen för anställda på Högskolan i Borås. I handboken får du tips och råd om hur du skriver jämställt och inkluderande.

Efter att du har läst handboken kan du använda check-listan nedan för att kolla av dina texter.

NÄR DET GÄLLER TEXTER HAR JAG TÄNKT PÅ ATT:

- ☐ Skriva könsneutralt genom att använda könsneutrala pronomen och könsneutrala personbeteckningar
- ☐ Använda samma slags ord för att beskriva både kvinnor och män
- ☐ Vara uppmärksam på vilka ord jag väljer som har med funktionsförmåga att göra
- ☐ Använda inkluderande ord
- ☐ Namnge kvinnor och män på samma sätt
- ☐ Synliggöra både kvinnor och män
- ☐ Använda förebilder
- ☐ Skriva om kvinnor och män på ett nyanserat sätt

NÄR DET GÄLLER BILDER HAR JAG TÄNKT PÅ ATT:

- ☐ Använda förebilder
- ☐ Inkludera utan att markera
- ☐ Räkna vilka som syns i bild så att det är jämställt
- ☐ Undvika genusstereotyper



**HÖGSKOLAN
I BORÅS**