

# NORGE & KORONA

En serie folkedialoger om  
pandemien og hva den  
gjorde med oss





# INNHOOLD

<b>1 Norge &amp; Korona – en folkedialogturné.....</b>	<b>5</b>
Bakgrunn.....	6
Hvorfor folkedialog? .....	6
<b>2 Folkedialog – en arena for inkluderende samtaler .....</b>	<b>9</b>
Hva er en folkedialog? .....	10
En likeverdig møteplass .....	12
Øvelse i uenighetsfellesskap.....	12
Bruk av folkedialog .....	13
<b>3 Bearbeidende møter – innblikk i folkedialogene .....</b>	<b>19</b>
Fem fortellinger fra nord .....	20
Et fellesskap i mangfold og forskjeller .....	21
De eldres pandemi.....	23
Generasjonsmøte om tillit .....	25
Nærheten til naturen.....	27
Pandemien på bygda.....	30
Unge tok plass på Sørlandet .....	32
<b>4 Betragtninger fra samarbeidspartnere .....</b>	<b>35</b>
<b>5 Det vi tar med oss.....</b>	<b>39</b>
En ukjent, men godt likt samtaleform.....	40
Det utfordrende steget inn i dialogsirkelen .....	40
Folkedialog som styrking av et levende demokrati.....	42
<b>6 En stor takk.....</b>	<b>45</b>
Prosjektets samarbeidspartnere .....	46
Om Nansen Fredssenter .....	47



# 1

# NORGE & KORONA

- en folkedialogturné

**Folkedialogturneen Norge & Korona var en satsing i regi av Nansen Fredssenter i 2021. I løpet av høsten gjennomførte senteret folkedialoger over hele landet med Norge & Korona som overordnet tema. Turneen har gitt oss mange viktige erfaringer, som er utgangspunkt for dette heftet.**

## **Bakgrunn**

Ideen bak turneen kom i begynnelsen av pandemien, da hele verden trodde at COVID-19 ville bli en kortvarig affære. I et planleggingsmøte på senteret kom tanken om å arrangere folkedialoger hvor folk kunne dele sine erfaringer og refleksjoner rundt pandemien; en post-korona debrief i et dialogisk format. Norge & Korona ble planlagt og gjennomført som et samarbeidsprosjekt med andre freds- og menneskerettighetsentre, museer og biblioteker. Samarbeidspartnerne valgte et undertema relevant for deres lokalsamfunn. Dialogene samlet deltakere i alderen 13 til 70 år med ulike bakgrunner og erfaringer. Dette bidro til unike samtaler og lærerike erfaringer for alle som deltok.

## **Hvorfor folkedialog?**

Koronapandemien satte sitt preg på hele verden. Usikkerhet, polarisering, overbelastning av helsevesenet, uforutsigbarhet og skiftende opplevelser av tillit og mistillit er noe av det som preget våre liv i denne kriseperioden.

Til tross for at pandemien var et verdensomspennende fenomen, ble den også en dypt personlig opplevelse for den enkelte. Hver erfaring er unik, og dette var en viktig motivasjon for dialogene, da de offentlige samtalene i nyhetene og på sosiale medier ofte kun belyste et begrenset utvalg av historier og virkeligheter.



«Vi burde egentlig hatt  
slike dialoger hver dag.  
Vi trenger å snakke mer om  
det vi ikke snakker så mye  
om – hvordan pandemien  
har påvirket oss, både i det  
store og det lille»

– deltaker på folkedialog om Norge & Korona

Dialog skal gi rom for den enkelte til å formidle sine følelser, refleksjoner og opplevelser. Hver person blir hørt og sett. Sammen bidrar dette til den store fortellingen om hvordan korona har påvirket enkeltmennesker i Norge.

Nansen Fredssenter ønsket å skape slike rom for å gi landets innbyggere en sjanse til å bearbeide det de har vært gjennom, samt vise at en slik historisk hendelse treffer mennesker på ulikt vis. Opplevelsene er ikke ensidig negative. For noen åpnet pandemien opp for nye muligheter eller viktige endringer, og andre nøt den begrensede sosiale omgangen. For andre var pandemien derimot en stor belastning. Fortellingene er like forskjellige som menneskene de omhandler. For Nansen Fredssenter er det viktig at ulike stemmer kommer frem og formidles når historien om Norge og Korona, en gang i fremtiden, skal skrives. Dette erfaringsheftet er et bidrag til historien i form av en stemningsrapport fra en liten del av Norge, et godt stykke inn i pandemien. Samtalene gir innsikt i hva pandemien gjorde med oss, og ikke minst hva vi kan lære av den.



**Nansen Fredssenter**  
Nansen Center for Peace and Dialogue

## NORGE & KORONA

En serie folkedialoger om pandemien og hva den gjorde med oss

20.09 KJØPSVIK	28.10 ELVERUM
28.09 SKEDSMO	23.11 HOV
14.10 GRAN	10.12 KRISTIANSAND
19.10 LILLEHAMMER	



# 2

## FOLKE- DIALOG

– en arena for  
inkluderende  
samtaler

## Hva er en folkedialog?

En folkedialog er et reflekterende samtalefellesskap hvor alle som deltar kan uttrykke sine følelser, tanker og opplevelser. Hierarkier basert på kjønn, alder, posisjon eller bakgrunn blir mindre avgjørende i dette fellesskapet. Den enkeltes historie løftes frem, uavhengig av spesielle taleevner eller språkkunnskaper.

Det er et inkluderende fellesskap ledsaget av en fasilitator, som ved å vise respekt og interesse for hver enkelt deltaker, skaper en atmosfære som er trygg nok til å snakke åpent og ærlig med hverandre. Det gis rom til at deltakerne kan gi slipp på sine tilvante roller, og heller snakke sammen kun som seg selv. Ethvert fellesskap har noen regler for hvordan man skal oppføre seg overfor hverandre. Reglene i folkedialogen er enkle, men kan allikevel være uvante og utfordrende å følge. Alle kan ta ordet, men det er ikke lov å argumentere mot eller kommentere det som blir sagt av andre. Spørsmål derimot, er svært velkomne, samt deling av erfaringer og opplevelser.



Dialogiske spørsmål er trigget av nysgjerrighet for det usagte, det underliggende – det vi ønsker å vite, men ikke vet. Med genuine spørsmål flyter samtalen dit deltakerne selv ønsker den skal gå. Læringen springer ut av evnen til å virkelig lytte til det som blir sagt. Ved å lytte aktivt er det rom for nye refleksjoner, som igjen fører til nye tanker og ideer, som trygt kan fremmes, vel vitende om at de ikke vil degraderes eller vurderes, men tas imot med åpne sinn. Dialog kan også være stillhet. I en verden hvor det alltid skal skje noe kan denne stillheten oppleves malplassert, til og med ubehagelig. I et dialogisk rom får man tid til å venne seg til stillheten, og dermed får en også ekstra tankerom.

Denne reflekterende prosessen begynner i dialogen, men kan fortsette i det uendelige hos den enkelte. Man får inspirasjon til å gå dypere inn i en problemstilling eller ideer og mot til å ta initiativ til handling. Når et tankefrø er sådd, kan mye skje.

## En likeverdig møteplass

En folkedialog er en åpen og offentlig møteplass, hvor alle er velkommen så lenge stolene rekker. Rommet ryddes for bord og alle inviteres til å sitte i sirkel så alle kan se hverandre. Enten man møtes fordi man er interessert i et tema, i selve metoden eller man bare er nysgjerrig, vil forestillinger om «oss» og «dem» bli utfordret i dialogsirkelen.

I en sirkel er det vanskelig ikke å bli sett. Ulike tilhørigheter vil være tilstede gjennom antrekk, hudfarge, religiøse symboler, alder, etnisitet og kroppsspråk. I en dialogsirkel må vi forholde oss til hverandre slik som vi er – vi kan ikke snakke bak eller om den andre, men blir nødt til å snakke med. Forutinntatte antakelser utfordres, og det blir mulig å stille alle de spørsmål man alltid har ønsket å få svar på. I møte med «de andre» blir vårt verdisyn satt på prøve – vi får sjansen til å oppdage likheter og å avvæpne forestilte eller reelle forskjeller.

Dialogen er som en oppdagelsesreise i den andres verden. I dette møte er det rom for bevegelse. Fra å se «den andre» som en utenforstående til et likeverdig medmenneske, selv om man er uenige eller misliker hverandre. Dialogen hjelper oss å trene opp den grunnleggende respekten alle fortjener, og som er nødvendig for at vi kan leve sammen i et bevegende fellesskap.

## Øvelse i uenighetsfellesskap

Et godt fellesskap kan forstås som harmonisk enighet. Når vi er enig med andre føler vi oss sett, akseptert og trygge. Vi kjenner at vi ikke er alene, men står sammen.

Et levende og utviklende demokratisk samfunn trenger mer enn harmoni og er avhengig av uenighet og de samtalene, diskusjonene og kollektive refleksjonene som dette innebærer. Det krever mot å gi rom for uenighet, og det kan føles utrygt og ubehagelig. Å verdsette uenighetsfellesskap er å anerkjenne mangfold og likeverd. For å unngå at noen får uforholdsmessig mye definisjonsmakt i fellesskapet må flere stemmer slippe til og rammene må være trygge nok til at alle kan delta på like vilkår.

Dialog gir mennesker et trygt rom for å kunne utforske både uenighet og enighet. Trygt, fordi det er faste regler som regulerer samtalen og en tilrettelegger som påser at reglene overholdes og at alle blir ivaretatt. Den enkeltes utsagn blir respektert gjennom aktiv lytting. Tankene som fremmes blir ikke feid over ende med motargumenter, eller vurdert som riktig eller galt, men utfordres gjennom undersøkende spørsmål.

En folkedialog er ikke bare en reflekterende samtale, men også en handlingsarena. I dialogsirkelen kan ulike handlingsmuligheter utforskes og belyses. En dypere forståelse for hverandre og hverandres humanitet bidrar til å skape et



felles handlingsrom. Ord skaper virkelighet – måten vi snakker sammen på kan være avgjørende for hvordan denne virkeligheten kommer til å se ut.

## Bruk av folkedialog

- Tidsramme:** 2–3 timer inkl. pause
- Oppsett:** En (eller flere) sirkler av stoler, evt. mikrofoner.
- Sted:** Et offentlig sted der alle føler at de er velkomne.  
For eksempel et bibliotek, museum, kulturhus
- Antall deltakere:** Alt mellom 10 og 100 personer
- Organisering:** Verten for dialogen er institusjonen som inviterer inn til dialog. Fasilitator, og evt. med-fasilitator, har ansvar for samtaleprosessen.

En fasilitator er en som legger til rette for en god og inkluderende samtale og som sørger for at dialogens regler følges. Et fasilitator-team består av fasilitator og med-fasilitator. En med-fasilitator er en som hjelper til med tilrettelegging, tidsstyring og ofte en oppsummering.

### Folkedialog kan brukes til:

- Forebygge konflikter, motvirke polarisering og friksjon i et lokalsamfunn
- Inkluderende beslutningsprosesser
- Samtaler om sensitive tema



### Generelle mål i folkedialog kan være:

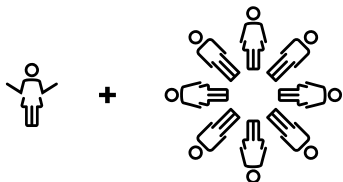
- Tilby et sted mennesker kan møtes på tvers av omgangskretser
- Skape en trygg atmosfære for å dele, lytte og gå i dybden
- Bedre forståelse i et lokalsamfunn
- Gi deltakere øvelse i dialogisk samtaleform
- Inkluderende og bred deltakelse

### Ulike former for folkedialog

Nansen Fredssenter har utviklet ulike former for folkedialog der struktur og oppsett varierer. Disse kan kombineres og tilpasses ut ifra behov og kontekst:

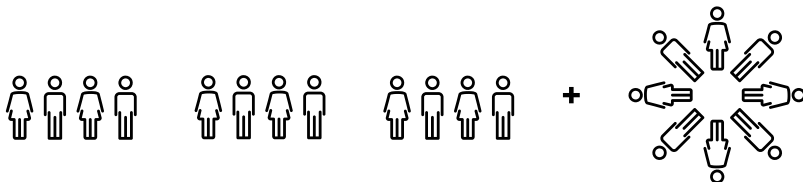
#### Dialog med introduksjon

Dialogen starter med 1-2 innledere som kort introduserer et tema eller spørsmål i ca. 5 minutter hver. Innleder deltar i den påfølgende dialogen, som er en fasilitert samtale i plenum, og kan være en akademiker, forfatter, kunstner, politiker eller en som har spesiell interesse og kunnskap om det som er tema for folkedialogen.



#### Dialog med mindre grupper

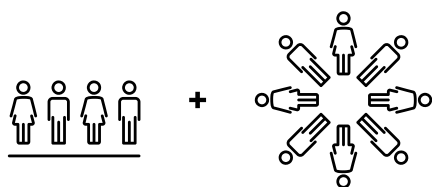
Dialogen starter i små grupper etter en innledning der alle får presentert et spørsmål. Samtalen foregår i mindre grupper før det åpnes for en plenumsdialog. Denne formen egner seg godt til forsamlinger med over 50 deltakere, men kan også brukes med færre deltakere, f.eks. en skoleklasse.





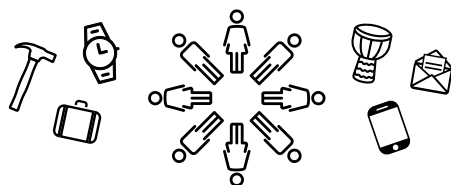
### Scenedialog

Dialogen starter med 3-5 utvalgte personer i fasilitert dialog der resten av deltakerne er publikum, før det så åpnes opp til en plenumsdialog. I plenumsdialogen deltar scene-deltakerne på lik linje med andre deltakere.



### Dialog med utgangspunkt i gjenstander

Deltakere (enten en utvalgt gruppe eller alle som måtte ønske det) tar med seg gjenstander som utgangspunkt for å dele erfaringer om det gitte tema. Det kan være til god hjelp å snakke ut fra assosiasjoner til en gjenstand som betyr mye for en. Å holde en gjenstand kan også gi trygghet og skape nysgjerrighet. En folkedialog med utgangspunkt i gjenstander kan også være en invitasjon til å legge igjen det en har tatt med seg til en utstilling som blir tilgjengelig for andre.



## Fasilitering av en folkedialog

### Før dialogen

- Forberedelsene starter med å bestemme hvilket tema som skal tas opp og hvem som skal fasilitere. Hvis gruppen er stor, er det lurt å ha flere med-fasilitatorer.
- Formuler et tema i samarbeid med samarbeidspartner eller på eget initiativ. Samarbeidspartner kan være en organisasjon eller en institusjon, som f.eks. et bibliotek eller museum.
- Formuler et åpent, ikke ledende, åpningsspørsmål som får deltakerne enkelt i tale. Et godt åpningsspørsmål hjelper deltakerne til å snakke på vegne av seg selv, samt stimulerer til utdypende svar. For eksempel: *Hva er viktig for deg når dette nabolaget skal utvikles?*
- Forbered rommet: sett ut stoler i sirkel og klargjør eventuelle mikrofoner
- Avtal servering og pauser med de som er vertskap for dialogen
- Forbered grunnregler for dialogen. Hvis det kun er en dialog er det fasilitator/fasilitator-teamet som bestemmer grunnreglene. Hvis det er planlagt flere folkedialoger med den samme gruppen kan gruppen selv arbeide fram grunnreglene. I utgangspunktet bør disse reglene uansett være med:
  - Snakk på vegne av deg selv
  - Forklar dine tanker, følelser og behov
  - Unngå å kommentere eller argumentere mot det de andre sier
  - Still gjerne spørsmål for å forstå andre bedre

### Når deltakerne ankommer

- Ta imot deltakerne med småprat, slik at de føler seg trygge. Vær vennlig, åpen og skap likeverd ved gi oppmerksomhet til alle, uavhengig av posisjon eller status
- Når alle har satt seg i sirkelen, ønsker fasilitator velkommen og presenterer tema og tidsramme for dialogen (vertskapet kan også gjøre dette). Presentasjonen av tema bør være generell, ikke ledende eller farget av egne meninger. Fasilitator presenterer seg selv med navn og rolle i dialogen, samt nevner i korte trekk hva en dialog er. Hvis det også er en med-fasilitator, får denne ordet og presenterer seg selv og sine oppgaver.





«Vi trenger veldig  
å snakke sammen  
og det er veldig befriende  
å ikke argumentere  
mot hverandre»

– deltaker på folkedialog om Norge & Korona

- Dersom det ikke er for mange deltakere – har en kort presentasjonsrunde med navn, og evt. deres interesse for å delta i dialogen
- Gå igjennom grunnreglene for dialogen
- Start dialogen med åpningsspørsmålet

#### **Under dialogen**

- Still oppfølgende spørsmål som hjelper den som snakker til å utdype og bli mer konkret, noe som gjør at deltakerne bedre forstår kompleksiteten i temaet, og kommer dypere i sine egne tanker og meninger, samt forstår bedre de andres meninger og tanker.
- Gi rom for følelsesmessige reaksjoner. Fysisk eller psykisk vold aksepteres ikke.

- Ansvarliggjør gruppen i å ta tak i eventuelle kontroversielle eller angripende utsagn. Det er fasilitator sitt ansvar å legge til rette for at dialogen er respektfull og inkluderende, men deltakerne har også et ansvar i å reagere på uttalelser og si sin mening om situasjoner som ikke er akseptable og som rammer en selv eller andre. Med-fasilitator er ansvarlig for tiden og må påse at den overholdes, og skriver ned stikkord for hovedtemaer som deltakerne bringer fram.

### **Avslutning av dialogen**

- Når dialogen nærmer seg slutten, vil med-fasilitator gi beskjed til fasilitator. Dersom det fortsatt er mange deltakere på talelisten, kan fasilitator spørre gruppen om de ønsker å utvide tiden. Det er opp til deltakerne om de ønsker å avslutte dialogen til satt tid, eller fullføre talelisten. Fasilitator vil takke for dialogen og gir ordet til med-fasilitator.
- Med-fasilitator oppsummerer dialogen basert på noterte stikkord. Det er viktig at notatene kun inneholder ord deltakerne har brukt, og ingen omformuleringer eller personlige betraktninger fra med-fasilitators side.
- Fasilitator eller den som er vertskap for dialogen kan lukke dialogen med noen avsluttende ord. Det er viktig å ikke ta opp nye poeng eller tanker rundt tematikken i avslutningen.



«Sånn som vi diskuterer  
i dag motvirker demokratiet,  
og demokratiet er  
under press»

– deltaker på folkedialog om Norge & Korona

# 3

## BEARBEIDENDE MØTER

– innblikk i folkedialogene

## Fem fortellinger fra nord

**Kjøpsvik bibliotek og kulturhus, Kjøpsvik, 20. september 2021**

*«De samfunnsmessige konsekvensene av pandemien – og hvordan den har påvirket deg»*

Serien med folkedialoger om koronapandemien og hva den gjorde med oss startet i en liten bygd med rundt 800 innbyggere, Kjøpsvik i Nordland. Dermed var ikke de som kom for å prate sammen mange, men like fullt var dialogen en givende, lærerik og rørende opplevelse.

Samtalen belyste ulike erfaringer både mellom generasjonene og by og land. Pensjonister og unge voksne delte hvordan livene hadde blitt annerledes, og også ikke, under pandemien. Ensomhet, savn og nære relasjoner til vaksineskeptikere var temaer som gikk igjen. Konklusjonen var klar etter nesten tre timer med uavbrutt samtale – vi trenger hverandre, kanskje mer enn vi egentlig var klar over.





«Det føles ut som jeg mistet to år av livet mitt»

– deltaker på folkedialogen i Strømmen

## Et felleskap i mangfold og forskjeller

**Lillestrøm bibliotek, Strømmen, 28. september 2021**

*«Hvordan har pandemien påvirket oss?»*

Folkedialogen på Strømmen var en intim og innsiktsfull samtale mellom nordmenn med svært ulike opplevelser under pandemien. Økonomiske utgangspunkt, sivilstatus, utfordringer med språk og hjemmeskole var temaer som kom opp blant deltakerne. Enkelte delte frustrasjoner og opplevelser av redsel, stress og mistro – andre delte råd om hvordan de selv hadde skapt rutiner og løsninger for å komme seg igjennom isolasjon, avmakt og ensomhet.

Deltakerne i dialogen hadde så ulike opplevelser at det var særlig betydningsfullt å ha sjansen til å møtes på tvers av deres ulike utgangspunkt om ikke kun for å lytte til hverandre. De dype samtalene i dialogen avdekket hvor ulikt vi har opplevd pandemien. Imidlertid stod takknemlighet igjen som et nøkkelbegrep for de fleste, dog på ulikt vis.



”

«I Norge og i mitt liv har dette vært en korona-reise på første klasse»

– deltaker på folkedialogen i Strømmen



«Folkedialogen gjorde meg mer oppmerksom på hvordan jeg har hatt det. Jeg har kommet nærmere venner og familie, men savnet relasjoner med naboer, lokalsamfunnet og bekjente – jeg er glad i folk og trenger folk!»

## De eldres pandemi

**Hadeland Folkemuseum, Gran, 14. oktober 2021**

*«(Mis)tillit i samfunnet: Koronapandemien i Gran»*

Som et lokalsamfunn som virkelig fikk teste tilliten under pandemien, var Gran en viktig plass å tilby en åpen dialog for innbyggerne. Etter dødsfall, anmeldelser og konspirasjonssamlinger var det mye å bearbeide, men kanskje også for mange litt for vanskelig og sensitivt. De som møtte opp var derimot ivrige til å fortelle om sine opplevelser, som fort ble personlige og nære.

Det å være eldre i en pandemi hadde både fordeler og ulemper. Deltakerne formidlet at de hadde nytte av livserfaringer med kriser tidligere i livet. Samtidig ble de under pandemien den gruppen med mennesker som skulle beskyttes og tas hensyn til, noe som også førte til opplevelser av isolasjon. Myndighetenes reaksjon på pandemien skapte for mange trygghet i en utrygg situasjon. Deltakerne var enige om at de hadde tillit til politikernes evne til å ta hånd om pandemien. I tillegg ble det å bo i en bygd, hvor mange kjente hverandre og hvor det var nok med plass, fremhevet som en stor fordel i en uoversiktlig smittesituasjon.

”

«I Norge er det en sterk tillit til myndigheter, men lite rom for å stille spørsmål. Er man imot det etablerte, så er man automatisk radikal. Det er liksom ikke noe midt-imellom»

– deltaker på folkedialogen i Lillehammer





## Generasjonsmøte om tillit

**Litteraturhus Lillehammer, Lillehammer, 19. oktober 2021**

*«Hva har tillit betydning for deg under pandemien?»*

På Lillehammer ble stolene raskt fylt når lokalbefolkningen ble invitert til å dele sine tanker og erfaringer om tillit i pandemien. Generasjonsspennet var stort under dialogen, noe som muliggjorde innsikt i svært ulike opplevelser av tillit, myndigheter, frihet og selvråderett.

For noen var tilliten skjør og gjenstand for misbruk, andre nevnte den var helt essensiell for krisetiden. Enkelte kjente de mistet tillit til alle rundt seg under pandemien, mens andre opplevde for første gang å bli beskyldt og fordømt av nære. Blant de voksne som var til stede var det mange spørsmål til de yngre deltakerne, som delte åpent og ærlig om mental helse, opplevelser av urettferdighet og mestringsfølelse.



”

«Hvorfor har det vært viktig å holde vinmonopolet oppe i stedet for at unge skal kunne gå på skole? Det er skuffende. Det føltes urettferdig at jeg måtte lide for en gruppe som etter mine erfaringer ikke brydde seg»

– deltaker på folkedialogen i Lillehammer





## Nærheten til naturen

**Norsk skogmuseum, Elverum, 28. oktober 2021**

*«Pandemien – bra for naturen?»*

På Norsk Skogmuseum var målet å forstå mer om hvordan pandemien hadde påvirket vårt forhold til naturen. Sammen utforsket de oppmøtte spørsmålet om pandemien hadde vært bra for naturen. Klimaendringer og naturødeleggelse ble det også reflektert over i samtalen. Den tapte friheten flere kjente på under periodene med nedstengning ble gjenfunnet i naturen, og mange kjente på takknemlighet for å bo et sted

”

«Naturen ble liksom  
friminuttet i pandemien»

– deltaker på folkedialogen i Elverum

# ”

«Jeg er redd for at vi mister evnen til å ha genuine samtaler med gjensidig respekt når vi bruker mest tid på skjermer»

– deltaker på folkedialogen i Elverum

der den var så lett tilgjengelig. Flere opplevde at pandemien ga dem ro, en pust i bakken fra skolearbeid, tid til de lange samtaler og til å nyte det etterlengtede vinterlyset i stua på hjemmekontor. Dialogen sentrerte også rundt viktigheten av å snakke sammen om det vi har opplevd under pandemien, for å bearbeide perioden og ikke minst lære av den.



”

«Dette var en fin og annerledes opplevelse. Rett og slett en bra «debrief» etter en spesiell tid. Som politiker er det ikke dialog man praktiserer mest. Da blir det heller skarpe ordskifter og gjerne populariserte svart-hvitt argumenter. Dialog derimot, gir muligheten til å reflektere over hva man har hørt, opplevd og følt på uten å bli kvast motsagt»

– deltaker på folkedialogen i Elverum



## Pandemien på bygda

**Lands museum, Hov, 23. november 2021**

«Ung i Land under pandemien»

Hvordan har det vært å være ung på bygda under pandemien? Klarer du å leve som du selv vil under korona? Har Covid19 hatt noen positive påvirkninger eller bare utfordringer på skole, fritid og hjemme?

Dette var spørsmål unge innbyggere i Land ble invitert til å reflektere over i folkedialogen som skulle sette lys på deres opplevelser. Unge og voksne fikk innblikk i hverandres ulike erfaringer i en personlig og nær samtale. Frihetsbegrensningene hadde samtlige kjent sterkt på, og hytteforbud, vaksineringspolitikk, isolasjon, avlyste kjøretimer og alvorlig sykdom var noen av temaene som ble tatt opp i dialog sirkelen. Felles for de oppmøtte var opplevelsen av å være heldig som bodde på bygda under pandemien.



«Jeg opplever at vi er som sauer og gjør det som blir sagt. Kanskje vi følger tiltakene for lett»

– deltaker på folkedialogen i Hov

”

«Jeg ble sint når venner  
og familie opplevde  
pandemien annerledes»

– deltaker på folkedialogen i Hov



## Unge tok plass på Sørlandet

**Ta plass på Arkivet, Kristiansand, 10. desember 2021**

*«Barn og unges rettigheter i møte med pandemien»*

I vintermørket var rundt 30 unge mennesker i alderen 13–20 år og noen voksne, samlet til folkedialog om barn og unge rettigheter i pandemien. Deltakerne delte åpent fra et variert spekter av erfaringer; «Jeg synes det var godt å ha hjemmeskole» startet noen med. For dem hadde hjemmeskole gitt rom for økt konsentrasjon og læring, det var det slett ikke alle





som var enig i. Flere opplevde den sosiale isolasjonen som svært krevende. Noen fortalte om hvordan det var å komme hjem til Norge etter å ha oppholdt seg i USA når pandemien begynte. Norge opplevdes som trygt, etter å ha levd uten restriksjoner, men med mye usikkerhet. Tema som vaksiner, innreise og urettferdighet i håndteringen av begge disse spørsmålene kom også opp til overflaten. Dialogen ble avsluttet med en oppfordring om å være seg bevisst verdien av friheten vi har til å bevege oss fritt mellom ulike samfunn og land til vanlig. Ved at vi mistet dette privilegium under pandemien, ble vi mer bevisst at det for mange mennesker i verden er en normaltilstand å ha sterke restriksjoner på bevegelighet.



”

«Jeg føler også at en del unge har måttet ta mye av børen under pandemien, og at vi har lidd for at andre skal ha det bra. Det viktigste er så klart å redde liv, men den enkeltes psyke er også viktig»



# 4

## BETRAKTNINGER FRA SAMARBEIDS- PARTNERE

## Dialog som metode og verktøy i integreringsarbeid

**Nina Langfeldt, frivillighetskoordinator i Lillestrøm Kommune**

Skedsmo kommune startet samarbeid med Nansen Fredssenter i 2012 og samarbeidet videreføres i Lillestrøm kommune. Dialogkurs, dialoggrupper og åpne folkedialoger har vært, og er, et veldig viktig verktøy i integreringsarbeidet i kommunen.

Gjennom de forskjellige dialoggruppene har mennesker fra ulike land og kulturer fått anledning til å stille spørsmål om alt som er ubegripelig og vanskelig når man skal leve i en ukjent kultur. Og de norske deltakerne har likeledes kunnet få en forståelse for valg mennesker fra andre deler av verden tar, både om å komme hit, og valg av levemåte i det nye landet.

Men dialoggruppene viktigste funksjon har vært å skape en møteplass hvor man opparbeider tillit og trygghet. Mange kommer fra land hvor tillit til myndigheter og naboer er så å si fraværende, og for en som er utrygg er det heller ikke lett å finne fotfeste på et nytt sted.

Ved å gi mennesker trygghet for at de kan være en ressurs, gir man også energi og pågangsmot til å ønske å bidra i samfunnet. Dialoggruppene er grunnlaget for vår årlige 8. mars feiring, 13 år med Kulturmix, et stort antall kulturforeninger (etniske foreninger), mange gode seminarer og årlige folkedialoger.

Det er mange forventninger og meninger rundt begrepet integrert, men jeg tenker Malalay (38) sa det best; «jeg føler meg trygg nå, når jeg går i byen eller møter naboen min, da tenker jeg at jeg er integrert i Norge».



«Jeg har aldri hatt det så bra  
som under pandemien»

– deltaker på folkedialog om Norge og Korona



«Å lytte og bli lyttet til er beroligende og krevende på samme tid»

– Kari Eilertsen, prosjektleder på Narviksenteret

## Dialog i museum

**Stig Hoseth, direktør på Norsk skogmuseum**

Norsk skogmuseum har alltid vært et hands-on museum med pedagogikk i stor grad basert på direkte kontakt mellom mennesker. Dialog i ulike formater er en videreføring, praktisert på viktige tema i vår tid, og henvendt til så vel unge som voksne. Kunnskap fra Nansen Fredssenter er vår innfallsport og kilde til å gjøre dette viktige arbeidet på en bedre måte.

Temaet for museets folkedialog i denne turneen, som samlet ca 12 deltakere fra 20 til 70, var «*Pandemien – bra for naturen?*». Spørsmålet innbød til en refleksjon om hva denne spesielle situasjonen gjorde med vårt personlige forhold til natur, når så mange sosiale og praktiske begrensninger var satt for vår livsutfoldelse, – og i neste omgang om dette hadde konsekvenser for naturen selv. Alle deltakerne brakte frem egne tanker og erfaringer, mest rundt personlige og familiære opplevelser. Noen trakk inn et samfunnsmessig perspektiv, og var også innom et rent biologisk (naturslitasje mv). Flere hadde brukt naturen mer, og som et sted man var, ikke bare benyttet. Det var enighet om verdien av å skape et arrangement og en arena for stille refleksjon og ytring, uavhengig av tema.

## Å delta i en dialog – noen refleksjoner

Kari Eilertsen, prosjektleder på Narviksenteret

Hvor møtes vi i vår tid? Hvor snakker vi sammen? Hva snakker vi om, og hva snakker vi ikke om? Hvordan snakker vi sammen?

Jeg husker da jeg for første gang deltok i en dialog. Det ga meg en merkelig ro og trygghet på at denne samtalen vil gå fint, til tross for at jeg mange ganger hadde opplevd at samtaler gikk i stå eller at jeg tok over samtaler.

Reglene i dialogen gir en grunnleggende ro fordi vi er enige om å lytte til hverandre. Å lytte til andres tanker skapte liv til mine egne, beriket de med perspektiver jeg ikke var bevisst. I folkedialogen snakket vi om koronaen og hva den hadde gjort med oss. Jeg lærte om meg selv og mine reaksjoner via det de andre fortalte. For meg var det en trøst, og styrket min følelse av at vi opplevde epidemien i felleskap, selv om det føltes veldig ensomt og trist mens det stod på som verst med nedstengningen.

I dialogen er jeg et menneske, skulder til skulder med andre mennesker. Vi er ulike og like, og det er greit. Jeg fikk en varm følelse av å høre til. Å lytte og bli lyttet til er beroligende og krevende på samme tid.

Folkedialogen og samtalen bidro med innsikt om meg selv, og de andre jeg deltok sammen med. Jeg så meg selv utenfra på et vis. Det er lurt å ta et steg ut av sitt eget hode av og til.



«Det er mange grunner til at vi har klart oss så bra som vi har gjort, men vi skal vokte oss for å bli altfor selvgode»

– deltaker på folkedialog om Norge og Korona

# 5

# DET VI TAR MED OSS

## En ukjent, men godt likt samtaleform

Folkedialog er et ukjent konsept i Norge. Det var tydelig under arbeidet med denne turneen. Det å snakke sammen uten å argumentere mot hverandre eller med mål å vinne frem med sin posisjon, var uvant for de fleste. I mange sosiale arenaer blir vi opplært til å argumentere for våre meninger og forsvare våre synspunkt. Som konsekvens sliter vi med å lytte til det andre forteller oss, og mange samtaler oppleves som en konkurranse i hvem som har rett. Når vi ikke evner å virkelig lytte, blir det vanskelig å trå inn i andres sko.

Når deltakerne ankom et rom og ble møtt med en enkel sirkel med stoler, skjedde det noe med dem. Noen reagerte med usikkerhet eller undring, andre så på det som noe spennende og nytt. I en slik situasjon, der alle kan se hverandre og det ikke er en mulighet til å forsvinne i mengden, ble de nødt til å forholde seg til «de andre»; de kjente, ukjente, de man er uenig med og enig med, de man liker og de man kanskje ikke liker så godt. En ring skaper en opplevelse av fellesskap og dette var tilfellet for disse dialogene også.

Samlet i sirkelen, ble mange overrasket over hvor godt det var å sitte sammen slik; at dialog kunne være så annerledes, få frem så mye annet, nå så dypt, gi så mye. Dette var noe mange ikke hadde opplevd før eller hørt om. Flere deltakere delte at de ønsket seg flere slike arenaer, på ulike steder, hvor man kunne lytte til hverandre, stille spørsmål og bli kjent med andre ståsteder på en annerledes måte. Derfor stilte vi oss spørsmålet: Hvorfor var det så vanskelig å rekruttere til noe som ble så godt tatt imot?

## Det utfordrende steget inn i dialogsirkelen

Gjennom denne turneen har vi erfart hvilken utfordring det kan være å rekruttere folk til å møte opp og delta i folkedialog. Mange grep ble tatt for å motivere til deltakelse, men antallet deltakere ble ofte mindre enn forventet. For å kunne gjennomføre en god dialog er det ikke nødvendig med mange deltakere, men det er verdt å reflektere over mulige årsaker til at ikke enda flere kom til dialogene.

Dialog er et begrep som brukes i mange sammenhenger, for eksempel i politiske møter, NAV, diskusjoner, panelsamtaler og forhandlinger.



Utvanningen av begrepet kan bidra til at det oppfattes som utydelig, ukjent eller mindre relevant for de som ikke føler de hører hjemme i slike settinger. Denne antagelsen støttes også av den tydelige forskjellen på deltakelse på steder der lokalsamfunnet allerede har et forhold til folkedialog som samtaleform, som for eksempel i Lillestrøm eller i Lillehammer. På disse dialogene var oppmøtet stort, og rekruttering ikke en særlig utfordring.

Samtidig kan det å invitere til personlige samtaler om sensitive, reflekterende og svært åpne tema virke ubehagelig eller som en unødvendig risiko å ta for mange. Vi lever i en kommunikasjonskultur der vi er vant med å være passive tilskuere til samtaler mellom eksperter, politikere og andre kjente personer. Det å skulle ta steget inn å selv være en aktiv del av samtalen kan forståelig nok oppleves som ukjent farvann.

Folkedialogturneen ble gjennomført i en periode der pandemien på ingen måte var over. Dette kan også ha hatt en innvirkning på om folk følte seg komfortable med å delta på offentlige arrangement. Kanskje var det for tidlig for noen å møte andre utenfor sine innerste sirkler, enten på grunn av frykt for smitte, sosiale vaner og rutiner som følge av pandemien, eller at man rett og slett var lei av temaet som helhet.



En viktig læring for fremtidige folkedialoger er at dialog som samtaleform, i enda større grad spres, tilbys og informeres om, slik at flere får kjennskap til formatet og hva det innebærer å delta. Vår erfaring viser tydelig at den absolutt beste rekrutteringen gjøres av de som har deltatt på en folkedialog, og dermed kjent på kroppen hva slags potensial samtaleformen kan ha.

## Folkedialog som styrking av et levende demokrati

Demokrati er et folkestyre. Engasjerte medborgere som påvirker og støtter opp under styringsformen er derfor nødvendig for et levende demokrati.



I Norge er tilliten til myndighetene forholdsvis høy. Under koronapandemien var denne tilliten et viktig element for å få med befolkningen på inngripende og frihetsbegrensende smittevernstiltak. Men den har også vist at kritiske stemmer kan ha vanskelig levekår i et samfunn hvor konsensus er en svært fremtredende norm.

Pandemien har vist hvordan tillit er ferskvare. Den kommer ikke av seg selv og krever kontinuerlig innsats, både i relasjoner mellom enkeltpersoner og i et samfunn. For at tillit skal kunne bygges og opprettholdes må mennesker oppleve at de blir lyttet til og inkludert. Pandemien, som i andre kriser, ga grobunn for en større grad av polarisering. Denne polariseringen

”

«Cjennom pandemien har vi måttet kalibrere oss hele tiden. Noe av det morsomste jeg har gjort under pandemien var å ha julebord over zoom. Da hadde vi ulike viner til rettene som ble servert simultant»

kan forebygges i dialogen ved å ta hverandres perspektiver på alvor, med oppriktig nysgjerrighet og åpenhet. Alle inviteres inn, vel vitende om at deres syn vil bli lyttet til, men samtidig utfordret på en måte som ikke stimulerer til forsvar, men refleksjon og ettertanke.

Folkedialogturneen skapte rom for alle som ønsket å snakke om pandemien. Mange deltakere fortalte at de følte en trygghet gitt av myndighetene i en uviss tid. Men det var også andre som opplevde uforholdsmessig maktbruk, redsel for å være kritisk til myndighetene eller opplevde å være innestengt.

Det at alle fikk fortelle, uten fare for å bli motargumentert eller kommentert, opplevdes trygt. Det at alle måtte lytte til hverandre ga en mulighet for læring og praktisering av toleranse. Aktiv deltakelse er et kjennetegn på et levende demokrati; hvor det er trygt å være uenig og hvor læring skjer gjennom å lytte til hverandre. Det er nettopp dette som turneen klarte å synliggjøre, og som vi fikk bekreftet at det er behov for, også i fremtiden.



«Vi forstår bedre at vi ikke er alene om våre opplevelser. Det gjelder både det som er vanskelig, men også de fine øyeblikkene som farger hverdagen. [...] Derfor trenger vi mer dialog, og dette kan vi lære mer av»

# 6

**EN STOR  
TAKK**

## En stor takk til alle våre samarbeidspartnere

**Arkivet freds- og menneskerettighetssenter** (Kristiansand) er et av Norges syv freds- og menneskerettighetssentre. Senteret er både et minneste for 2. verdenskrig og et nasjonalt forsknings- og formidlingssenter med nasjonalt nedslagsfelt.

### **Hadeland folkemuseum**

(Jaren) er et museum innenfor Randfjordmuseet, et konsolidert museum som arbeider med naturhistorie, kulturhistorie og samtidsproblematikk i deres museumsdistrikter. Museet formidler kunnskap og fortellinger som gir mening for folk i samtiden, og presentere og diskuterer samfunnet slik det er og har vært.

### **Kjøpsvik bibliotek og kulturhus**

(Kjøpsvik) i Nordland. Bygget har et bibliotek, ungdomsklubb, scene og møtelokaler. Prosjektsamarbeidet ble gjennomført i samarbeid med **Narviksenteret**, en stiftelse som arbeider med formidling, dokumentasjon og forskning på spørsmål knyttet til krig og konflikt.

**Lands museum** (Dokka) er et museum innenfor Randfjordmuseet, et konsolidert museum som arbeider med naturhistorie, kulturhistorie og samtidsproblematikk i deres museumsdistrikter. Museet formidler kunnskap og fortellinger som

gir mening for folk i samtiden, og presentere og diskuterer samfunnet slik det er og har vært.

### **Lillestrøm Kommune** (Lillestrøm)

har i mange år samarbeidet med Nansen Fredssenter om nettverket Skedsmo Dialog. Skedsmo Dialog er et paraplynettverk for dialogarbeid i frivillig sektor i tidligere Skedsmo Kommune. Nettverket promoterer og videreutvikler dialog som metode og samtaleform i ulike ledd i lokalsamfunnet.

### **Litteraturhus Lillehammer**

(Lillehammer) er en arena for litteratur, samtale og debatt som arrangerer ulike aktiviteter og arrangementer for lokalbefolkningen på Lillehammer bibliotek. Litteraturhuset er et samarbeid mellom Lillehammer bibliotek, Nansenskolen – Norsk Humanistisk akademi, Høgskolen i Innlandet, Lillehammer, Norsk Litteraturfestival og Stiftelsen Lillehammer Museum.

### **Norsk skogmuseum** (Elverum)

er en del av Anno museum, og har et nasjonalt ansvar for å formidle historien om utmarksnæringene jakt, fangst, fiske, skog, skogbruk og skogindustri. Museet har som et av sine satsningsområder å holde dialogmøter for lokalbefolkningen, med spesielt fokus på den vanskelige naturforvaltningen og ulve-debatten.

## Om Nansen Fredssenter

Nansen Fredssenter er et kunnskapssenter og møtested for dialog og fredelig konfliktløsning.

Å skape møteplasser for dialog er senterets kjernekompetanse, utviklet gjennom praktisk erfaring i konfliktområder og i Norge i mer enn tretti år.

Senteret holder kurs og gir opplæring i dialog og fredelig konfliktløsning, legger til rette for dialog mellom parter i konflikt og arrangerer folkedialog om aktuelle tema, i Norge og med samarbeidspartnere internasjonalt.

Nansen Fredssenter holder til på Lillehammer.

[www.peace.no](http://www.peace.no)  
[post@peace.no](mailto:post@peace.no)  
+47 612 55 00



[www.peace.no](http://www.peace.no)



@NansenPeace



@NansenFredssenter



FRITT ORD

### **Dette prosjektet er støttet av Fritt Ord**

En stor takk rettes til stiftelsen Fritt Ord for økonomisk støtte som har muliggjort gjennomføringen av denne serien med folkedialoger rundt om i landet.

# WE WORK FOR PEACE AND CONFLICT TRANSFORMATION OUR APPROACH IS DIALOGUE

**Ansvarlige for heftet:** Siri S. Thorsen og Christiane Seehausen. Henrik Jarholm og Norunn Grande har bidratt med korrektur.

**Deskarbeid:** Siri Syverud Thorsen

**Foto:** Henrik Jarholm (s. 2, 4, 10, 15, 20, 22, 24–29, 31, 41–43), Birgit Amalie Nilssen (s. 12–13, 32–34)

**Layout og trykk:** Dialecta Lillehammer

© 2022 Nansen Fredssenter