

DEMOKRATI SPELAR ROLL

- En studieplan till brädspelen
Dictator of Sweden

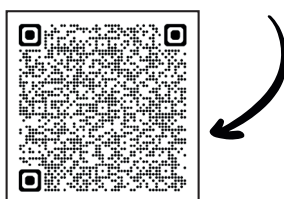


Innehåll

Inledning.....	sid 3
Vad är en studiecirkel?	sid 4
Förslag på upplägg	sid 5
Träff 1: Hot mot demokratin	sid 6-7
Träff 2: Demokrater mot antidemokrater	sid 8-9
Träff 3: Verktygslåda för demokrati	sid 10-11
Vill ni fortsätta träffas?	sid 12
Frågebank	sid 13
Anteckningar	sid 14-15
Om oss.....	sid 16

Allt material till studieplanen finns här:

www.studieframjandet.se/demokratispelaroll



Inledning

Demokratin backar världen över. Fler och fler människor får se sina fri- och rättigheter gå upp i rök och möjligheten att påverka samhällsutvecklingen minskar. Nivån av demokrati för genomsnittspersonen i världen är tillbaka på 1985s nivåer, enligt demokratiinstitutet V-dem.

Vad är det egentligen som händer?

Moderna demokratier avskaffas sällan genom statskupper eller dramatiska händelser, i stället kommer förändringen smygande, en rättighet i taget, ett beslut här, en förskjutning där.

I Sverige är stödet för demokratin starkt, men även här går utvecklingen åt fel håll. Den här studieplanen ställer frågor om hur vi kan känna igen auktoritära beslut och vad som kan hända om tron på demokratin minskar.

Vi vill att fler ska få kunskap om hur det går till när demokratin försvagas. Vi tror också att med kunskap kommer viljan att bidra till att demokratin ska bli starkare.

Studieplanen används tillsammans med brädspelet Dictator of Sweden, och har tagits fram i samarbete med Civil Rights Defenders och Sverok.

Vill ni ha hjälp med att komma i gång? Hör av er till Studieförbundet!

Med vänliga hälsningar

Tilia Birke, Andreas Westholm



Studie
främjandet

Sverok

CIVIL
RIGHTS
DEFENDERS

Februari 2026

Författare:

Tilia Birkne, verksamhetsstrateg Demokrati & hållbarhet och Andreas Westholm, utvecklingsledare Kultur på Studieförbundet.

Grafisk form: Carita Lott

Denna studieplan är producerad av Studieförbundet i samarbete med Civil Rights Defenders och Sverok.

Mer info på studieforamjandet.se

Vad är en studiecirkel?

En studiecirkel är en grupp människor som lär sig tillsammans och av varandra. Detta kallas folkbildning och är fritt och frivilligt att delta i. Ni i gruppen bestämmer själva vad och hur ni vill lära er. Att delta i en studiecirkel är roligt och inspirerande. Samla dina vänner, grannar eller din förening och kom igång.

Demokrati är viktigt i en studiecirkel och det är något ni skapar tillsammans. Förutsättningen för demokrati är att alla får komma till tals och att alla blir respekterade. Allas erfarenheter och inlägg är värdefulla. Genom att dela kunskap och erfarenheter lär ni av varandra.

Folkbildning och förändring

Folkbildning och studiecirkeln är ett enkelt och inkluderande verktyg för att förändra världen, ett steg i taget. Genom samtal lär vi oss av och med varandra. Att inte alltid vara helt överens men ändå kunna komma fram till slutsatser tillsammans. Att argumentera för sin sak men att vara öppen för att sina åsikter ibland kan behöva omvärderas och att det är helt okej. Det viktiga är inte att vara den som alltid har rätt utan att alla i gruppen utvecklas.

Några grundregler:

Det finns vissa generella grundregler för studiecirklar som är bra att känna till.

- **En studiecirkel måste ha minst tre deltagare som är minst 13 år.**
- **Studiecirkeln måste ha minst tre träffar.**
- **Varje deltagare måste närvara vid någon av de tre första träffarna.**
- **En studiecirkel måste omfatta minst nio studietimmar. (En studietimme är 45 minuter.)**

I varje studiecirkel utses någon av deltagarna till cirkelledare. Som cirkelledare behöver du inte vara expert i ämnet eller ha svar på alla frågor. Din roll är att leda cirkeln framåt och se till att alla kan framföra sina synpunkter och påverka arbetet. Cirkelledaren är också den som håller kontakten med Studieförbundet och rapporterar närvaron i cirkeln. Som ny cirkelledare får du en introduktion där vi går igenom det du behöver veta. Du blir också inbjuden till att gratis delta i Studieförbundets ledarutbildningar där du kan utveckla dig själv och ditt ledarskap.

Förslag på upplägg

En trygg grupp

Se till att alla kan vara delaktiga och får komma till tals. Tänk också på att många oroar sig för att demokratin hotas, och att samtalen kan väcka känslor. Kanske har några av er erfarenheter av diktatur eller förtryck? Innan ni sätter i gång, prata om hur ni kan göra för att skapa en trygg grupp.

Spelet Dictator of Sweden

För den här studiecirkeln behöver ni spelet Dictator of Sweden. Ni måste vara minst 5 personer för att spela. Spelet har tagits fram av människorättsorganisationen Civil Rights Defenders för att fler ska lära sig mer om hoten mot demokratin och hur vi kan försvara den. Studieförbundet har ett begränsat antal spel för utlåning.

Spelet finns även att köpa på Civil Rights Defenders hemsida. Där kan ni också ladda ner en utskrivbar version mot en valfri donation till Civil Rights Defenders.

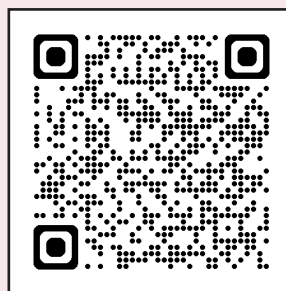
Ni hittar reglerna och en video som förklarar hur spelet går till på vår hemsida.

Varför spel?

Spel är mer än bara underhållning, det är kultur. Spel är en bra metod för lärande eftersom det skapar inlevelse och engagemang. Genom att testa olika roller kan vi få nya perspektiv och ny kunskap. I den här studiecirkeln används spelet tillsammans med övningar, diskussionsfrågor och material att läsa mellan träffarna.

Tips!

Innan första träffen, se gärna filmen
”Så här spelar du Dictator of Sweden”.



Träff 1 - Hot mot demokratin

Under den första träffen får ni lära känna varandra och prata om förväntningar, vad ni vill lära er och om praktiska detaljer. Genom att få en bra och trygg start lägger ni grunden för engagerade samtal under studiecirkeln. Du som cirkelledare har en viktig uppgift att se till att alla får komma till tals.

Ni lär er reglerna tillsammans, och testar att spela spelet. I slutet av träffen får ni reflektera kring hur det var att spela och hur ni upplevde de olika rollerna. Ni får också lära er om autokratisering och hur vi kan känna igen auktoritära beslut.

Incheckning

I en incheckning får alla prata och bli sedda. Ni "bryter isen" och lär känna varandra bättre. Välj om alla ska få presentera sig själva i en runda, eller om ni kanske ska intervjua varandra i par och sedan presentera sin nya kompis för resten av gruppen.

- Jag heter...
- Mina förväntningar på studiecirkeln.
- Varför vill jag lära mig mer om hot mot demokratin?
- Något roligt, exempelvis: Mitt favoritgodis?

Praktiskt

Se till att ni pratar om det praktiska kring studiecirkeln och vad alla behöver för att delta.

- Dag, tid och plats för träffarna?
- Uppläg för dagens träff.
- Pauser och fikaraster

Lär er spela Dictator of Sweden

Nu är det dags att tillsammans lära er hur det går till att spela Dictator of Sweden. Läs igenom reglerna och titta gärna på filmen som beskriver hur spelet går till. Ni hittar dem på Studieförbundets hemsida.

När ni läst igenom reglerna, spela gärna en testrunda med öppna kort. Det gör det enklare att förstå spelet.



Spela Dictator of Sweden

När ni har gått igenom reglerna är det dags att spela spelet för första gången. Hjälp varandra om det blir fel. Efter att ni spelat färdigt kommer ni att få prata om vad spelet väckte för tankar.

Diskussion – tips till cirkelledaren

Spelet kan väcka en hel del tankar, känslor och frågor. Här har vi samlat ett antal diskussionsfrågor som ni kan använda efter att spelet är slut. Ni väljer ut vilka frågor som passar er. Välj om ni vill låta alla reflektera på egen hand en stund först, eller starta samtalet direkt.

Exempel på diskussionsfrågor

- Vad tyckte ni om att spela spelet?
- Vad väckte det för tankar?
- Hur kändes det att vara demokrat, medhjälpare och diktator?

Speltekniska frågor

- Vad hade ni för strategier när ni spelade?
- Finns det något ni vill göra annorlunda nästa gång?

Känn igen autokratisering

När demokratin blir svagare kallas det autokratisering. Nu för tiden är det mer sällsynt att demokratier avskaffas genom militärkupper eller andra snabba händelser. Det är vanligare att demokratin urholkas gradvis, rättighet för rättighet.

Alla auktoritära beslutskort är baserade på verkliga händelser i något av de länder där Civil Rights Defenders arbetar.

- Vilka tankar väckte beslutskortet?
- Hur känner man igen ett auktoritärt beslut?
- Hur kan man känna igen tecken på att demokratin försvagas?

Inför nästa träff kommer ni att få läsa om händelserna som korten är baserade på.

Utcheckning

Avsluta träffen genom att låta alla säga något om vad de tyckte om träffen och spelet. Vad tar ni med er? Kanske finns det något ni vill göra annorlunda nästa träff?

Inför nästa träff

Varje auktoritärt beslutskort i spelet är baserat på verkliga händelser. Till varje kort finns en beskrivning av vad som hände, och var. Läs beskrivningarna inför nästa träff. Ni kommer att utgå från dem i samtalen.

Autokratisering.

När demokratin blir svagare kallas det autokratisering. Tidigare demokratiska vinster går förlorade och det demokratiska utrymmet för individer och civilsamhälle minskar. Fri- och rättigheter ifrågasätts och avskaffas.

Här hittar du beskrivningarna av de verkliga händelserna som beslutskortet är baserat på.



Träff 2 - Demokrater mot antidemokrater

Under den här träffen får ni lära er mer om de tecken som visar på när demokratin är illa ute. Ni får också spela spelet igen, och i en övning står inget mindre än demokratin på spel.

Incheckning

I en incheckning får alla prata och bli sedda. Under den här träffen kan ni använda dessa frågor, eller hitta på egna.

- Sedan förra träffen har jag tänkt på...
- Mina förväntningar på den här träffen.
- Något roligt, exempelvis "Om jag hade en superkraft, vilken skulle det vara?"

Praktiskt

- Hur lägger ni upp dagens träff?
- Pauser och fika.
- Har alla läst om de händelser beslutskort är baserade på, eller ska ni läsa tillsammans?

Övning

Inför den här träffen har ni läst beskrivningarna av de verkliga händelser som de auktoritära beslutskort i spelet är baserade på. I den här övningen ska ni läsa inforutan autokratisering i tre steg, och därefter placera in händelserna i ett av de tre stegen. Välj ungefär 5–10 händelser.

1. Låt alla berätta vad det väckte för tankar att läsa beskrivningarna.
2. Koppla de verkliga händelserna till ett eller flera av de tre stegen för autokratisering.
3. Varför ska vi lära oss känna igen de olika stegen?

Spela Dictator of Sweden

Nu har det blivit dags att spela spelet en gång till. Repetera först spelets regler och se till att alla förstår. Hjälpt varandra om ni blir osäkra. Låt alla fundera en minut över sin karaktär och vilka strategier de vill ha i spelet. Kom ihåg att fulspel är tillåtet!

Autokratisering i tre steg

Hur går det till när demokratier slutar vara demokratier?

1. Demonisering

En ledare lovar att rädda landet eller ge tillbaka makten till folket. Ledaren pekar ut en fiende eller syndabock för landets problem, och delar landet i ett "Vi" mot "Dem". "Dem" är ofta en redan marginaliserad grupp, som ledaren avhumaniserar och talar illa om.

2. Tysta kritiska röster

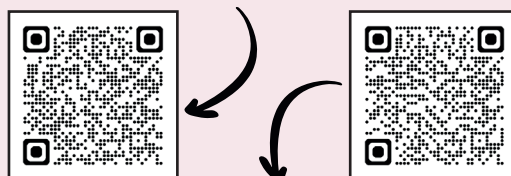
Sanningen undergrävs av desinformation och smutskastningskampanjer. De som höjer sina röster tystas ner genom repressiva taktiker som hot, fängelse eller i värsta fall mord. Andra förblir tysta av rädsla för vad som skulle hända om de säger vad de tycker.

3. Konsolidering av makten

Demokratiska institutioner undermineras. Exempelvis genom att opartiska yrkespersoner ersätts av lojalister, och att opartiska medier tystas. Nya lagar som tillåter auktoritära metoder stiftas, och säkerställer att de som sitter på makten får behålla den.

Dictator of Sweden – How to dismantle democracy

[Backa Demokratin! - Civil Rights Defenders](https://crd.org/sv/backademokratin/)



Länk till Civil Rights Defenders

<https://crd.org/sv/backademokratin/>

Källa: Civil Rights Defenders



Övning

I *Dictator of Sweden* spelar ni demokrater mot antideokrater. I den här övningen ska ni alla gå in i rollen som antideokrater. En av er utses till kandidat för att bli Sveriges första diktator, och de andra får rollen som medhjälpare. Er uppgift i övningen är diskutera hur ni skulle gå till väga för att avskaffa demokratin

Syftet med övningen

Ledare som vill försvaga eller avskaffa demokratin säger det ofta inte rakt ut. Syftet med övningen är att ni ska lära er känna igen tecken på att demokratin försvagas, och kunna agera i tid. Det är när vi är många som står upp för demokratin som den kan bli starkare.

Innan ni sätter i gång

Utse vem av er som ska försöka bli diktator. De andra är medhjälpare. Prata om vilken strategi ni ska ha. Tycker alla lika om allt? Berättar ni direkt om er plan, eller har ni en annan berättelse när ni pratar med väljarna?

Tänk på att det kan finnas personer i gruppen med egna erfarenheter av att bli utsatta för demonisering eller att bli tystade. Vill ni ha ett ord för att pausa övningen om något inte känns bra?

Vi föreslår att ni använder er av en grupp som inte pekats ut som syndabockar i verkligheten. I övningen är gruppen som ni demoniserar *villaägare*.

Demonisering

- Varför vill ni använda er av demonisering?
- Hur ska göra för att lyckas?

Tysta kritiska röster

- Varför ska ni tysta kritiska röster?
- Hur ska ni göra för att lyckas?

Konsolidering av makt

- Varför vill ni göra det svårt att bli av med er?
- Hur ska ni lyckas behålla makten?

Avsluta övningen

Avsluta övningen och tacka varandra. Prata om vad ni tyckte om övningen och hur det kändes att vara diktator och medhjälpare. Var det något som var svårt, roligt eller obehagligt? Ge utrymme för alla att berätta.

Utcheckning

Avsluta träffen genom att låta alla säga något om hur de upplevde träffen, spelet och diskussionerna. Utcheckningen ger möjlighet till reflektion och att bli lyssnad på. Vad har ni lärt er under träffen?

Inför nästa träff

Nästa träff fokuserar på strategier för att försvara och stärka demokratin. Inför den får alla i uppgift att komma på ett förslag på något de vill förändra som skulle göra Sverige mer demokratiskt.

Träff 3 - Verktyslåda för demokrati

Under den här träffen kommer ni att lära er mer om vad forskning säger om varför demokrati är bra. Ni får prata om era egna demokratiska förslag och sätta ihop en verktyslåda för att gå från idé till handling.

Incheckning

I en incheckning får alla prata, bli sedda och en möjlighet att skapa relation till varandra. Under den här träffen kan ni använda dessa frågor, eller hitta på egna.

- Sedan förra träffen har jag tänkt på...
- Mina förväntningar på den här träffen.
- Något roligt, exempelvis "En plats jag längtar till är..."

Praktiskt

- Hur lägger ni upp dagens träff?
- Pauser och fika.

Diskutera era förslag för en starkare demokrati

- Var det lätt eller svårt att komma på förslag?
- Hur kan man veta om ett förslag är bra för demokratin?
- Hur skulle ni göra för att få igenom era förslag?
- Hur skulle det fungera i en perfekt demokrati?

Ni kan välja att skriva på post-it-lappar, använda en whiteboardtavla eller att bara prata.

Verktyslåda för demokrati

I den här övningen ska ni prata om metoder för att skapa förändring. Till er hjälp har ni fyra kategorier

Börja med att prata fritt om vilka sätt att skapa förändring som ni känner till. Välj sedan en sak var som ni skulle vilja förändra, och prata om hur ni skulle göra för att förändra just den. Om ni redan är engagerade i frågan kan ni försöka komma på nya metoder som ni inte testat ännu. Avsluta genom att identifiera vilket ett första steg skulle vara.

Fyra metoder för att skapa förändring. Vad passar för er, och varför?

Välgörenhet

Direkt hjälp till människor i behov – till exempel genom att ge pengar, mat eller kläder.

Ombudskap

Att föra andras talan inför makthavare – som att kontakta politiker eller skriva debattartiklar.

Mobilisering

Få många att agera tillsammans – genom kampanjer, protester eller namninsamlingar.

Organisering

Bygga grupper som jobbar långsiktigt för förändring – där deltagarna lär sig, leder och driver frågor ihop.

Studiecirkeln – demokrati i praktiken

En av friheterna i den svenska demokratin är att delta i en studiecirkel, som ni gör nu. Det bygger på idén att göra kunskap tillgänglig för alla.

Till demokratins försvar

Forskning visar att demokrati har många positiva effekter på samhällen och människors liv. Läs faktarutan tillsammans.

- Varför är det viktigt att känna till fördelarna med demokratin?
- Vad kan hända om människor slutar tro på demokratin?
- Vad behövs för att tron på demokratin ska öka?

Utcheckning

Avsluta träffen genom att låta alla säga något om hur de upplevde träffen, spelet och diskussionerna. Vad tar ni med er?



Därför spelar demokratin roll

Jämställdhet: Demokratier främjar mer jämlika attityder mellan könen och stärker kvinnors rättigheter. Kvinnors hälsa och representation förbättras när det finns fria val och ansvarssystem.

Korruption: Hög grad av demokrati minskar korruption. Däremot kan övergångsperioder från diktatur till demokrati tillfälligt öka korruptionen innan stabil demokrati etableras.

Klimatpolitik: Demokratier har mer ambitiösa klimatmål och bättre resultat i att minska utsläpp. Ökad yttrandefrihet stärker miljörelser och leder till konkreta förbättringar.

Fred och säkerhet: Demokratier går sällan i krig med varandra och har lägre risk för inbördeskrig. Länder med hög jämställdhet har också mindre risk för konflikter.

Hälsa: Demokratisering ökar livslängden, minskar spädbarnsdödlighet och förbättrar tillgången till sjukvård. Diktaturer tenderar att ha sämre hälsoskydd.

Socialt skydd: Demokratier satsar mer på stöd till fattiga och utsatta grupper. De främjar samarbete och social sammanhållning.

Tillgång till tjänster: Demokratier ger bättre tillgång till rent vatten, el, internet och vaccinationer tack vare ansvarssystem och öppenhet.

Transparens: Demokratiska regeringar är mer öppna med data och beslutsprocesser, medan diktaturer ofta manipulerar statistik.

Utbildning: Demokrati ökar investeringar i utbildning, särskilt för låginkomsttagare och landsbygdsbor, och är viktig för att nå globala utbildningsmål.

Källa: V-dem Institute, Case for democracy policy briefs

Vill ni fortsätta träffas?

Här tar studieplanen slut. Men om ni vill kan ni fortsätta studiecirkeln eller till exempel starta en förening. Här nedanför finns en frågebank ni kan använda om ni vill fortsätta träffas. Helt säkert finns fler bra idéer i gruppen. Låt alla dela med sig av tankar och förslag. Prata med er folkbildningsutvecklare på Studieförbundet så hjälper vi er framåt.



Frågebank

Här kommer några exempel på frågor som ni kan använda om ni vill ses igen. Ni kan säkert fylla på med egna. Spela också gärna, men spela inte bort demokratin!

- Hur känner man igen ett auktoritärt beslut?
- Hur känner man igen antidemokratisk retorik?
- Hur känner man igen en medhjälpare?
- Vilka är tidiga tecken på att en ledare vill försvaga demokratin?
- Vad händer med sammanhållningen i ett samhälle när demokratin försvagas?
- Vad händer med tryggheten i ett samhälle när demokratin försvagas?
- Varför röstar människor på auktoritära ledare?
- Varför röstar människor på ledare som står upp för demokratin?
- Hur påverkar sociala medier demokratin?
- Demokratin är på tillbakagång i världen, hur märks det?
- Hur skulle det påverka er om Sverige blev en diktatur?
- Hur kan man göra för att vara med och utveckla demokratin?
- Hur skulle Sverige kunna bli mer demokratiskt?
- Hur kan folkbildningen bidra till att stärka demokratin?



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Civil Rights Defenders

Civil Rights Defenders är en internationell icke-statlig organisation med huvudkontor i Stockholm i Sverige. Organisationen arbetar med mänskliga rättigheter och inriktar sig på medborgerliga och politiska rättigheter. www.crd.org

Sverok

Sverok samlar den svenska spelhobbyn och är ett av landets största ungdomsförbund. Sedan 1988 har Sverok utgjort ett levande förbund av passionerade spelälskare som samlas runt spelkulturens starka gemenskap. Tillsammans är Sverok-föreningarna tusentals människor som arbetar för att spel ska vara tillgängligt, inkluderande och roligt för alla. www.sverok.se

Studiefrämjandet

Studiefrämjandet är ett partipolitiskt och religiöst obundet studieförbund, med ett brett utbud av studiecirklar, utbildningar, kulturupplevelser och föreläsningar. Vi har en särskild inriktning på natur, djur, miljö och kultur. Vi arbetar med hållbarhet som ledstjärna och är en plattform för samtal om hur vi tillsammans skapar bästa möjliga värld för oss och kommande generationer.

Mest av allt finns vi till för att hjälpa människor att utvecklas tillsammans med andra, samtidigt som de har kul. Tillsammans kan vi mer!

Kontakta oss så hjälper vi er vidare. Information och kontaktuppgifter hittar ni på www.studieframjandet.se.



**CIVIL
RIGHTS
DEFENDERS**

Sverok

Studie
främjandet