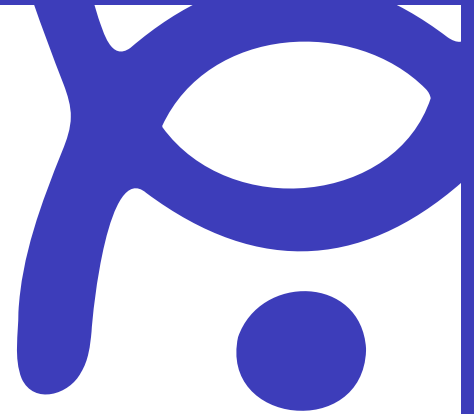


Lär dig känna begreppen -ordkort



- Utskrivbara ordkort passar för att bekanta sig med begrepp som rör likabehandling och som stöd i diskussioner kring likabehandlingens teman.
- Ordkortet kan användas tillsammans med arbetsgemenskapen eller med ungdomar.
- Exempel på användningssätt:
 - Välj kort med för er obekanta begrepp, bekanta er med dem och diskutera kortens teman.
 - Läs förklaringen och exemplet på kortet, varefter de andra försöker gissa vilket begrepp det gäller.
 - Läs begreppet på kortet till vilket de andra försöker hitta en förklaring eller ett exempel.
 - Välj några begrepp som ni tycker är på något sätt viktiga eller centrala i er gemenskap och diskutera på vilket sätt de syns eller förverkligas.
- Ordkortet är producerade som en del av Ungdomssektorns kompetenscenter för likabehandlingens arbete 2025–2026.

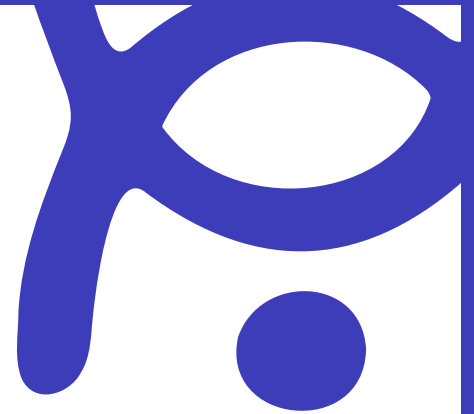
Ableism



En form av diskriminering som riktar sig mot personer med funktionsnedsättning, neuroavvikelse eller psykisk ohälsa.

Exempel: En ung person med intellektuell funktionsnedsättning nedvärderas i planeringen av gemensamma aktiviteter. Hens åsikt tas inte lika seriöst som de andra ungdomarnas fastän saken berör hen lika mycket.

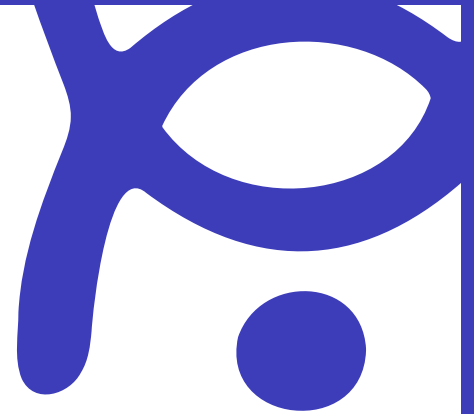
Allierad



Står upp för dem som utsätts för diskriminering, även om hen inte själv tillhör ifrågavarande grupp. Kallas även "ally".

Exempel: En ung försvarar sin vän som mobbas på grund av sin religion.

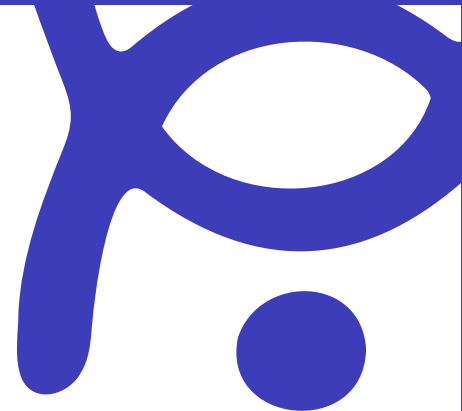
Antirasism



Medvetna handlingar som syftar till att aktivt minska rasism och bryta ned rasistiska strukturer och tankemönster.

Exempel: Skolan inför lektioner där man lär sig hur olika bakgrunder stärker gemenskapen och hur orättvisor kan motverkas.

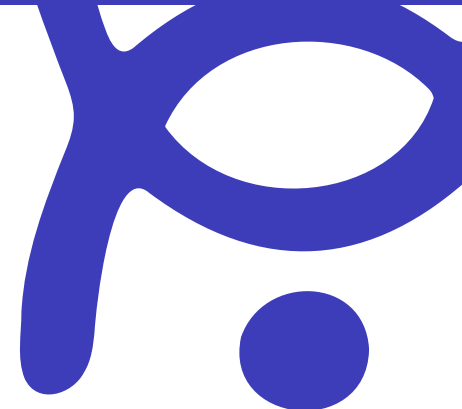
Delaktighet



Känslan av att höra till och vara betydelsefull, samt möjligheten att faktiskt påverka och delta i gemenskapen eller beslutsfattandet.

Exempel: Unga får vara med och planera och förverkliga till dem riktade evenemang. Man ger dem färdigheter och möjligheter att bära ansvar att göra själv.

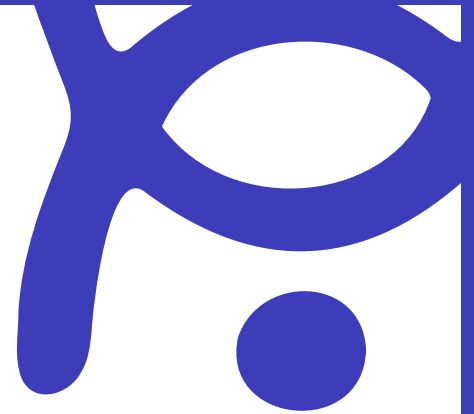
Diskriminering



När någon behandlas sämre än andra i samma situation på grund av sin egenskap.

Exempel: En restauranganställd vägrar betjäna en kund på grund av hens bakgrund.

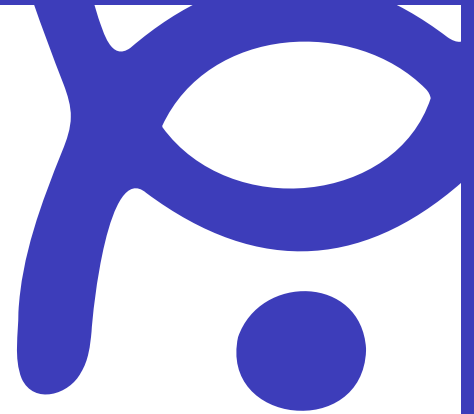
Exotifiering



En person ses enbart utifrån sitt utseende eller sin kultur, ofta som något "speciellt" eller spännande.

Exempel: En person får ständigt beröm för sitt "exotiska" utseende, även när det inte har något med samtalet att göra.

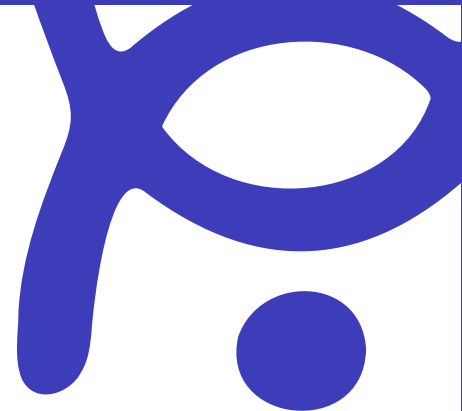
Fysisk tillgänglighet



Att ta hänsyn till alla slags människor i planering, genomförande och underhåll av den byggda omgivningen. Det handlar om att göra platser, tjänster och information enkla för alla att använda.

Exempel: Byggnaden har hiss och ramper så att även en rullstolsbunden kan komma in.

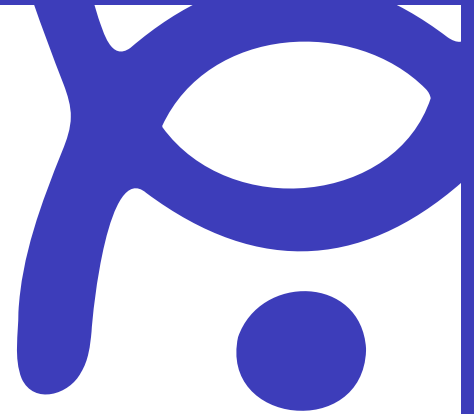
Fördom



En negativ tanke eller inställning gentemot någon trots att man inte känner personen. Fördomar kan omedvetet påverka hur man beter sig mot andra.

Exempel: En lärare antar att en ny elev är dålig i matematik eftersom hen kommer från ett land med ett annorlunda skolsystem.

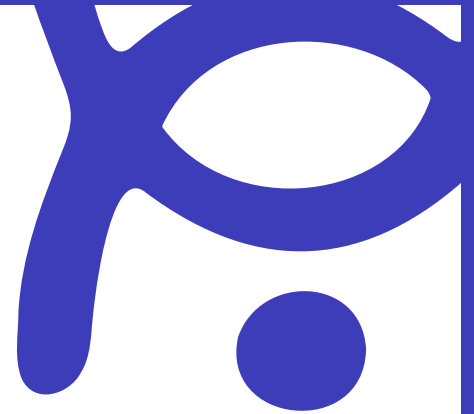
Hatreterik



Uttryck som kränker eller hotar människor på grund av deras bakgrund, religion eller annan egenskap.

Exempel: Nätet fylls av hatiska meddelanden riktade mot en person på grund av hens religion.

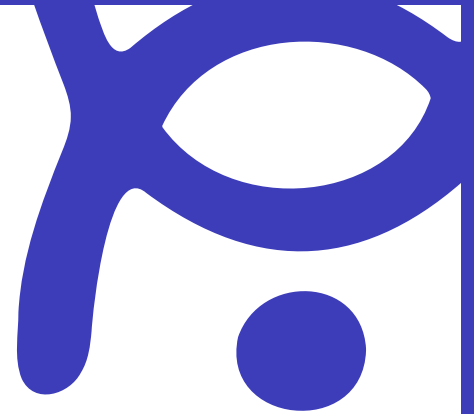
Indirekt diskriminering



När ett till synes neutralt förfarande missgynnar vissa grupper på grund av någon egenskap.

Exempel: Möten hålls alltid sent på kvällen vilket försvårar ensamstående föräldrars möjlighet att delta.

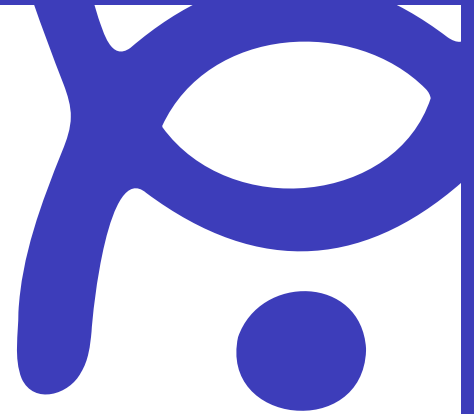
Inkludering



Att ge alla möjlighet att delta, verka eller påverka så att man känner sig som en betydelsefull del av gruppen eller gemenskapen.

Exempel: I en organisation planeras ungdomsverksamheten så att allas förslag och idéer blir hörda och sedda och värdesätts lika högt.

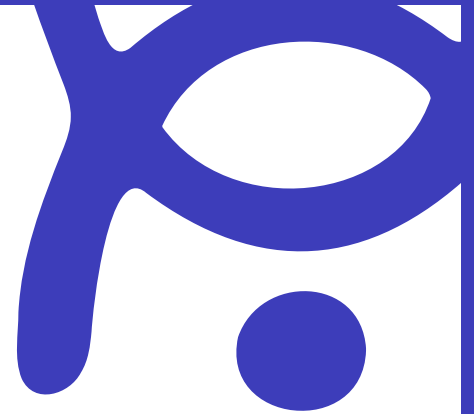
Intersektionalitet



En persons bemötande påverkas samtidigt av flera olika drag eller egenskaper som hen har.

Exempel: En person är både kvinna och invandrare och kan därför utsättas för annan typ av diskriminering än andra.

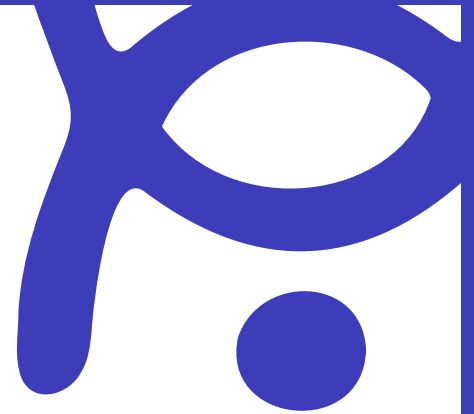
Könsmångfald



Människor kan inte indelas i bara två motsatta kön. Begreppet omfattar både könsmajoriteter och -minoriteter.

Exempel: En person upplever sig varken som man eller kvinna och vill bli tilltalad med sitt eget namn.

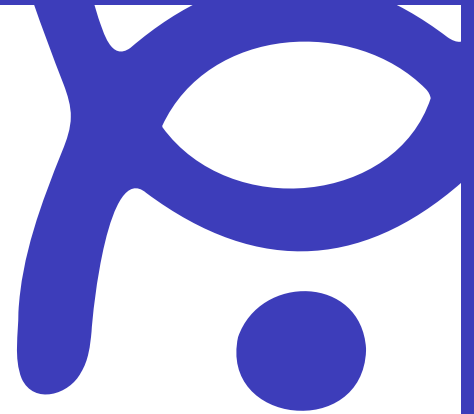
Likabehandling



Alla människor är lika mycket värda, oavsett bakgrund eller egenskaper. Detta är allas grundläggande rättighet.

Exempel: Inom ungdomsarbetet beaktas alla ungas individuella behov och möjligheter.

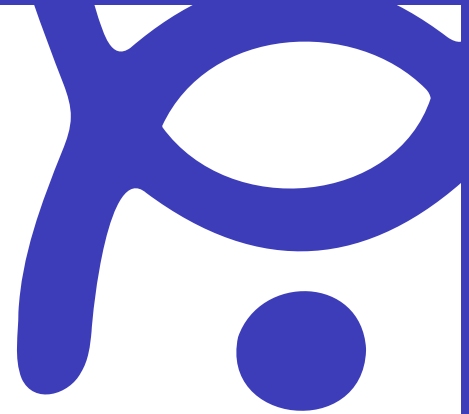
Likvärdighet



Alla har lika goda möjligheter, oavsett till exempel kön eller bakgrund.

Exempel: Alla ungdomar har samma möjlighet till utbildning.

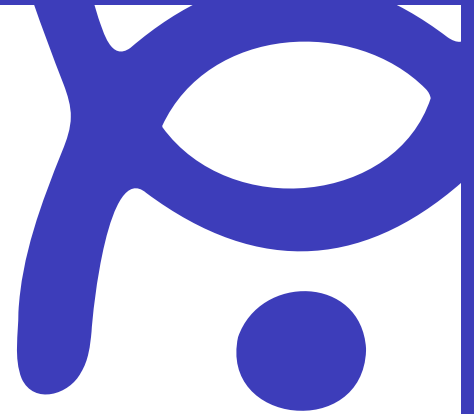
Marginaliserad



När en person eller grupp lämnas utanför eller osynliggörs i samhället och de betraktas som avskilda från det övriga samhället.

Exempel: Unga med funktionsnedsättning tas inte i beaktande vid planeringen av nya tjänster för ungdomarna i området.

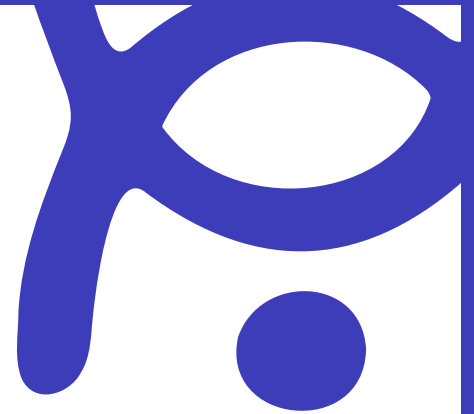
Mikroaggression



Små, återkommande ofta omedvetet och oskyldigt menade kommentarer eller handlingar men som kan uppfattas som nedvärderande eller kränkande.

Exempel: Någon berömmar en persons finska, trots att personen är född och uppvuxen i Finland.

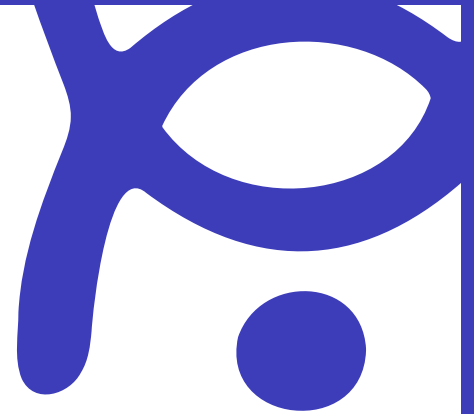
Minoritetstress



En ständig oro eller ångest som beror på att man tillhör en minoritet.

Exempel: En ung person funderar hela tiden på vad andra tycker om hen på grund av att hen tillhör en annan religion än sina bekanta.

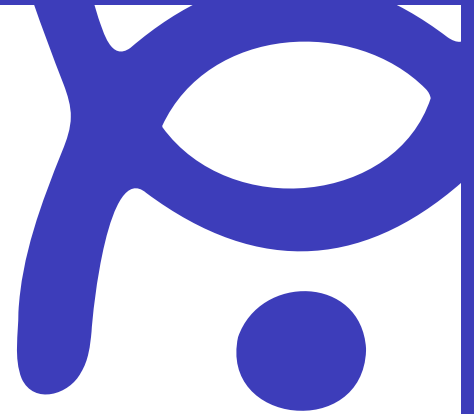
Misogyni



Attityder eller handlingar som nedvärderar eller diskriminerar kvinnor och flickor på grund av kön.

Exempel: En ung flickas dröm att bli bilmekaniker hånas och tas inte på allvar eller man ifrågasätter hur hon skulle kunna klara sig i bilbranschen.

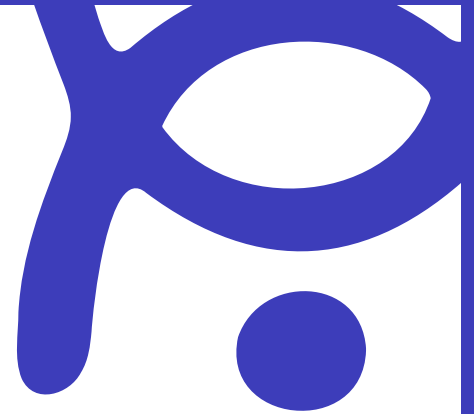
Mångfald



Insikten om att människor har många olika egenskaper och drag. Påverkande faktorer är bland annat ålder, kön, ursprung, medborgarskap, språk, religion, övertygelse, åsikt, utbildning, familjerelationer, hälsotillstånd, funktionsnedsättning, sexuell läggning samt politisk och ekonomisk ställning.

Exempel: Inom ungdomsarbete förstår man att unga har olika bakgrund och styrkor.

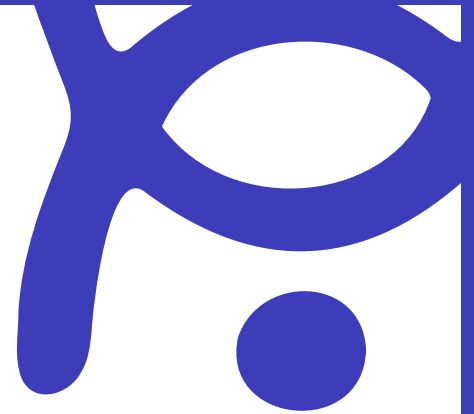
Norm



En föreställning om vad som är "vanligt" eller "normalt" och som innehåller antaganden om människor och grupper. Detta påverkar hur dessa blir behandlade eller hur man bemöter dem.

Exempel: Att anta att en familj alltid består av mamma, pappa och barn, trots att det finns många olika familjekonstellationer, eller att det till könsrollen hör ett visst uppförande.

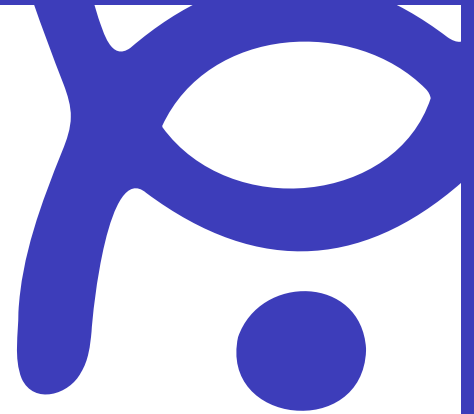
Rasifiering



När en person görs annorlunda eller "avvikande" på grund av sitt utseende eller sin bakgrund.

Exempel: En person får ständigt frågan "varifrån kommer du egentligen?", trots att hen är född i Finland.

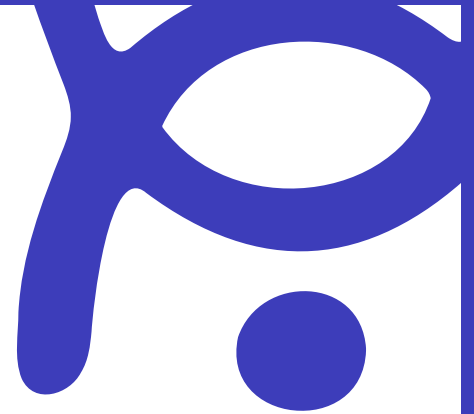
Rasism



Diskriminering på grund av etniskt ursprung, hudfärg eller bakgrund.

Exempel: En ung person utesluts från gemensamma aktiviteter på grund av sin hudfärg.

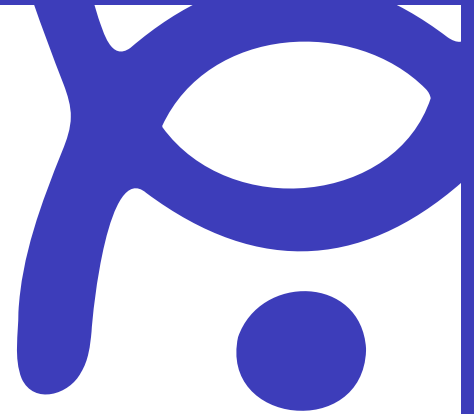
Representation



Hur olika grupper syns och inkluderas i samhället, t.ex. i media, kultur eller beslutsfattandet.

Exempel: Barnböcker innehåller karaktärer i olika åldrar och med olika bakgrund.

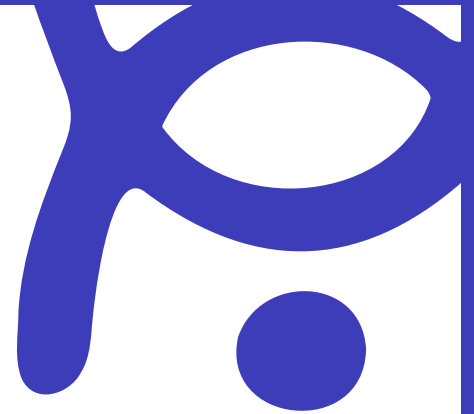
Sexism



När någon behandlas sämre på grund av kön, könsidentitet eller könsuttryck.

Exempel: Flickor anses inte vara lika bra gruppledare pojkar. Pojkar tillåts inte visa samma känslighet eller känslor som flickor.

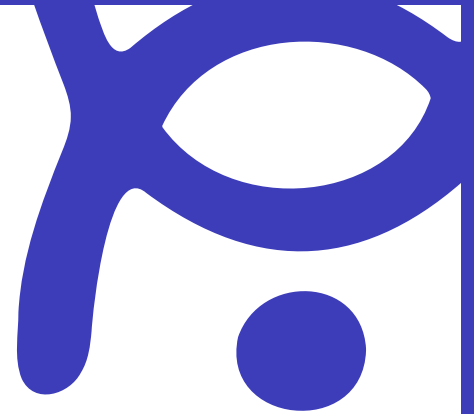
Sexuella minoriteter



Personer vars sexuella läggning inte är heterosexuell eller som själva definierar sig som sexuella minoriteter.

Exempel: En pojke gillar en annan pojke och berättar det för andra.

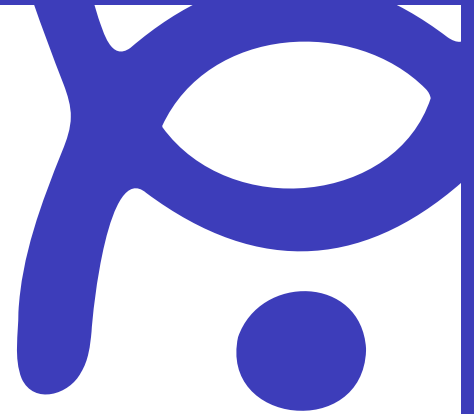
Stereotyp



En förenklad och ofta felaktig föreställning om människor utifrån bakgrund eller egenskaper.

Exempel: Att anta att alla unga är intresserade av sociala medier och kan allt om dem.

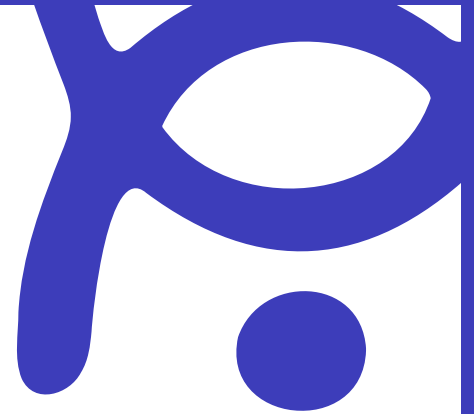
Strukturell diskriminering



I situationer då regler eller rutiner i samhället behandlar människor orättvist och diskriminerande, även om det inte alltid är uppenbart. Man kallar detta också institutionell diskriminering.

Exempel: I platsannonser krävs perfekt finska även om språket inte behövs i det dagliga arbetet.

Tillgänglighet



Att alla kan använda information, tjänster eller lokaler på ett enkelt och begripligt sätt – oavsett exempelvis fysiska egenskaper.

Exempel: En webbplats är anpassad så att en synskadad kan använda den med skärmläsare.

Källor

- [Brottsofferjour](#)
- [Fem-R](#)
- [Institutet för hälsa och välfärd](#)
- [Likabehandling.fi](#)
- [Seta](#)
- [Undervisningsstyrelsen](#)

