

Studieplan

Demokratin dör *i hettan*

Klimat, demokrati och handlingsutrymme



Innehåll

Förord	sid 3
Vad är en studiecirkel?	sid 4
Den här studiecirkelns upplägg	sid 5
Träff 1: Klimatkrisen, berättelserna och motståndet	sid 6
Träff 2: Makt, ansvar och polarisering	sid 7
Träff 3: Handlingsutrymme, engagemang och hopp	sid 8
Anteckningar	sid 9-11
Om Studieförbundet.....	sid 12

Förord

Klimatkrisen är inte bara en miljöfråga – den är också en demokratifråga. När temperaturen stiger ökar trycket på samhällen världen över, och med det växer risken för polarisering, faktaförnekelse och minskad tillit. Journalisten Erika Bjerström visar i boken *Demokratin dör i hettan* hur klimatförändringarna inte bara hotar ekosystemen, utan också de demokratiska strukturer som vårt samhälle vilar på.

Folkbildning är en del av demokratiutövande, och folkbildningens styrka är att skapa öppna rum där människor möts bortom filterbubblor och polarisering. Här finns utrymme för olika perspektiv, för svåra frågor och för att pröva tankar utan färdiga svar. Vår förhoppning är att denna studieplan ger dig verktyg att förstå sambanden mellan klimat och demokrati – och att hitta vägar framåt som bygger på delaktighet, kunskap och handlingskraft.

Studiefrämjandet arbetar med folkbildning för att stärka människors möjlighet att förstå, påverka och delta i samhällsutvecklingen. Genom samtal, reflektion och gemensamt lärande utforskar vi vidare i hur vi ser på hur klimatkrisen hänger samman med frågor om makt, ansvar och engagemang. Vi instämmer i Erika Bjerströms tro på att hopp inte är en känsla som kommer av sig själv, utan en disciplin som kan övas tillsammans.

Denna studiecirkel innehåller många teman och frågeställningar. Det är upp till gruppen att bestämma vilket fokus just er grupp ska ha, och vilka frågor ni ska diskutera. Se studieplanen som ett smörgåsbord, och ta det som passar er bäst!

Välkommen till en cirkel som rör sig från insikt till engagemang. Tillsammans kan vi stärka demokratin och bidra till en hållbar framtid.

Med vänliga hälsningar

Emma Berg



Januari 2026

Författare:

Emma Berg Utvecklingsledare Miljö,
Studiefrämjandet

Desirée Nöjd, Profilmrådesansvarig Miljö,
Studiefrämjandet

Sanna Tavelin, Profilmrådesansvarig Miljö,
Studiefrämjandet

Mickaela Tilly, Profilmrådesansvarig Miljö,
Studiefrämjandet

Grafisk form:

Carita Lott, Kommunikatör,
Studiefrämjandet

Foto: Mostphotos

Denna studieplan är författad av
Studiefrämjandet, i samråd med Erika
Bjerström.

Mer info på:

studieframjandet.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 eller din förening för att komma igång.

Demokrati och delaktighet

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

Tänk därför på att skapa rätt förutsättningar i er studiecirkel för att alla ska kunna delta i samtalen. Kom ihåg att alla fungerar olika i en grupp. Vissa pratar mer än andra och vissa är mer trygga med nya människor.

Respektera också att alla i studiecirkeln har olika mål, förväntningar och kunskapsnivåer. Försök att hålla ett tempo som passar de flesta och anpassa studiecirkelns upplägg utifrån gruppens behov.

Studiefrämjandet hjälper er

Studiefrämjandet kan hjälpa er med studiematerial, lokaler, utrustning, utbildning, coachning och mycket mer. Vi har ett stort nätverk och kunskap och erfarenhet inom många områden – framför allt inom våra profilområden natur, djur, miljö och kultur.

Studiecirklar har funnits i över hundra år och anordnas av de åtta studieförbunden. Studieförbunden få ekonomiskt stöd av stat, region och kommun. Vi får stöd för att alla över 13 år ska ha möjlighet att, tillsammans med andra, dela och utveckla ny kunskap genom hela livet.

Några grundregler:

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

- **En studiecirkel måste ha minst 3 deltagare som är över 13 år.**
- **Studiecirkeln måste ha minst 3 träffar.**
- **Varje deltagare måste närvara vid någon av de 3 första träffarna.**
- **En studiecirkel måste omfatta minst 9 studietimmar.**

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 Studiefrämjandet, och behöver en grundläggande cirkelledarutbildning.

Den här studiecirkelns upplägg

Övergripande pedagogisk idé

Studiecirkeln är uppbyggd i tre steg:

1. Att våga se – känslor, motstånd och berättelser
2. Att förstå strukturer – makt, ansvar och demokrati
3. Att ta steg vidare – engagemang, handlingsutrymme och hopp

Kort cirkelledarhandledning

Cirkelledarens roll. Du behöver inte vara expert. Din uppgift är att:

- skapa trygghet och struktur
- se till att alla kommer till tals
- hålla samtalet framåtriktat
- påminna om studiecirkeln som demokratisk form

Att leda svåra samtal

- Undvik ”rätt svar” – ställ följdfrågor
- Sammanfatta neutralt vid oenighet
- Avbryt vid personangrepp, inte vid åsiktsskillnader
- Påminn om samtalsregler vid behov
- Det är okej att stanna i mörker – men cirkeln ska inte sluta där
- Uppmuntra olika former av engagemang

Om samtalet fastnar

- Gå tillbaka till citatet
- Ställ en mer övergripande fråga
- Låt deltagarna prata två och två en stund
- Betona att folkbildning stärker förmågan att delta, inte ger färdiga lösningar

Studieplan – Demokratin dör i hettan

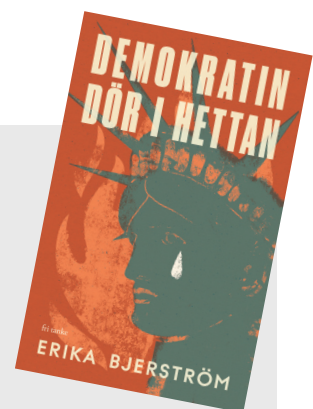
Baserad på: Demokratin dör i hettan av Erika Bjerström

Studieform: Studiecirkel / Bokcirkel

Antal träffar: 3

Rekommenderad studietid: 3 × 45 minuter per träff

Målgrupp: Personer med intresse för klimat, samhällsfrågor och demokrati – även utan tidigare erfarenhet av bokcirkel



Träff 1

Klimatkrisen, berättelserna och motståndet

Förslag på läsning: Inledning och kapitel 1-3

Syfte

- Lära känna varandra
- Sänka tröskeln till svåra frågor
- Skapa ett gemensamt språk för känslor, motstånd och förnekelse

Inledning – presentation och incheckning

Presentationsrunda:

- Vad heter du?
- Varför blev du nyfiken på boken eller cirkeln?
- Vad tänker du spontant på när du hör orden klimat och demokrati?

Sätt gärna gemensamma samtalsregler, till exempel: alla får komma till tals, vi lyssnar nyfiket, det är okej att inte ha färdiga svar.

Tema 1: Klimat, sanning och demokrati

Citat: "Sanningen är det första offret på vägen bort från demokratin." (s. 21)

Frågor

- Vad väcker citatet hos er?
- Varför är sanningen så central för demokratin?
- Känner ni igen detta i dagens klimatdebatt?
- Vad händer med demokratin när fakta ifrågasätts eller relativiseras?

Tema 2: Klimat och känslor

- Var det något i boken som berörde dig särskilt?
- Hur upplever du klimatfrågan känslomässigt?
- Väcker klimatfrågan oro, motstånd, likgiltighet – eller något annat?

Tema 3: Hopp och känslomässig uthållighet

Citat: "Att känna hopp är en fråga om disciplin." (s. 23)

- Vad väcker citatet hos er?
- Vad skiljer disciplinerat hopp från optimism?
- Kan hopp vara något man övar, individuellt eller tillsammans?

Tema 4: Klimatpsykologi och motstånd

Citat: "Klimatkrisen aktiverar våra försvarsmekanismer." (s. 35)

- Vad tänker ni på när ni hör ordet försvarsmekanismer?
- Känner du igen någon av de barriärer som lyfts?
- Hur kan försvar bli ett hinder för handling?
- Vad kan göra det lättare att ta till sig obekväma fakta?

Tema 5: Att tona ned krisen

Citat: "Att tona ner krisen kan framstå som pragmatiskt." (s. 29)

- Varför tror ni klimatkrisen ibland tonas ned?
- När blir pragmatism ett demokratiskt problem?
- Vad händer med tilliten när politiken inte säger som det är?
- Finns det situationer där du själv tonar ned klimatfrågan?

Tema 6: Berättelser och journalistik

- Vilken roll spelar journalistiken i hur vi förstår klimatkrisen?
- Vilket ansvar har journalister i rapporteringen?
- Finns risk att sanningen förenklas eller försvagas?
- Är det skillnad mellan lokal och nationell journalistik?

Praktisk övning:

Känslokartan (10–15 min)

- Reflektera kring:
- Vad skapar oro?
- Vad skapar motstånd?
- Vad väcker hopp?

Träff 2

Makt, ansvar och polarisering

Förslag på läsning: Kapitel 3–6

Syfte

- Flytta blicken från individ till system
- Fördjupa demokratibegreppet
- Skapa utrymme för svåra samtal

Inledning

Har boken förändrat hur du ser på ansvar
– ditt eget eller andras?



Citat: "Ansaret för klimatkrisen har flyttats från system till individ." (s. 46)

- Vad väcker citatet?
- Vad innebär det i praktiken att ansvar flyttas till individen?
- Vem gynnas av en sådan förskjutning?
- Hur påverkar det känslor av makt eller vanmakt?

Tema 2: Demokrati bortom val

Citat: "Demokrati är mer än fria val." (s. 107)

- Vad tänker ni på när ni hör ordet demokrati?
- Vad mer än val krävs för att en demokrati ska fungera?
- Vilka delar pratar vi för lite om idag?
- Hur påverkar klimatkrisen dessa delar?

Tema 3: Polarisering och ideologi

Citat: "Polariseringen kring klimatet är ingen slump." (s. 72)

- Hur upplever ni klimatdebatten idag?
- Varför har klimatfrågan blivit så polariserad?
- Vilken roll spelar sociala medier och algoritmer?
- Finns det frågor som blivit svåra att prata om?

Tema 4: Att mötas i oenighet

Citat: "Demokratin kräver samtal även när vi inte håller med." (s. 128)

- Vad är svårt i samtal över åsiktsgränser?
- När slutar ett samtal vara demokratiskt?
- Hur kan man stå upp för fakta utan att stänga samtalet?

Praktisk övning:

Vad kräver en fungerande demokrati? (15 min)

Lista t.ex.:

- Fria val
- Fri press, tillit
- Kunskap
- Deltagande
- Jämlikhet

Diskutera:

Vilka hotas av klimatkrisen – och hur?

Träff 3

Handlingsutrymme, engagemang och hopp

Förslag på läsning: Kapitel 7–10

Syfte

- Skapa känsla av handlingskraft
- Utforska olika former av engagemang
- Sammanfatta och avsluta cirkeln

Inledning

Har boken påverkat hur du tänker kring var du lägger din energi?

Tema 1: Demokratiska vägar framåt

Citat: *"Klimatkrisen kan inte lösas utan demokrati."* (s. 139)

- Varför menar författaren att klimat och demokrati hänger ihop?
- Vad krävs för att mildra klimatkrisen på demokratisk väg?
- Är klimatet "en fråga bland andra" – eller något som förändrar allt?
- Många unga ifrågasätter demokrati och förespråkar expertvälde (s. 184). Hur tänker du kring det?

Tema 2: Forskning, politik och ansvar

Citat: *"Det är politikerna som bär ansvaret, inte forskarna."* (s. 147)

- Har vi lagt för mycket ansvar på experter?
- Hur tydliga är politiker i ansvar och beslut?
- Hur kan medborgare utkräva ansvar på demokratisk väg?



Tema 3: Rörelser, institutioner och civil olydnad

Citat: *"En radikaliserad rörelse står ofta långt från opinionen."* (s. 148)

- När kan radikalitet vara nödvändig – och när blir den kontraproduktiv?
- Vad är institutionellt arbete, och vilken roll har det idag?
- Går det att påverka system inifrån?
- Finns olika former av engagemang som kan samexistera?
- Vilken roll kan folkbildningen spela framåt?

Tema 4: Journalistik och demokrati

- Det kommersiella trycket på journalistiken (s. 159) – vilka konsekvenser får det?
- Hur kan samhället skydda journalister från hat och hot (s. 166)?

Tema 5: Hopp och handling

Citat (återkoppling):

"Att känna hopp är en fråga om disciplin." (s. 23)

- Vad betyder hopp för er nu, efter hela cirkeln?
- Hur kan vi öva hopp tillsammans?

Avslutande övning:

Reflektera kring:

- Något du vill förstå mer av
- Något du vill prata vidare om
- Ett steg du vill ta vidare

Koppla till:

- Studiecirklar
- Lokalt engagemang
- Fortsatt folkbildning

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Om Studiefrämjandet

Studiefrämjandet ger människor möjlighet att utforska sina intressen, fördjupa sina kunskaper och få nya insikter tillsammans med andra. Vi finns till för att hjälpa människor att utvecklas, växa och ha roligt på vägen.

Vi brinner för folkbildning

Vi är ett partipolitiskt och religiöst obundet studieförbund som varje år stödjer tusentals studiecirklar och föreningar i hela Sverige. Vårt stöd kommer från statens, regionernas och kommunernas anslag till folkbildning.

Vår grund och inriktning

Studiefrämjandet är en ideell förening grundad på våra 19 medlemsorganisationer och deras demokratiska inflytande. Med en särskild inriktning på natur, djur, miljö och kultur arbetar vi med hållbar utveckling som ledstjärna.

Värderingar som vägleder oss

Vi utgår från ett demokratiskt synsätt där alla har lika värde och rätt till kunskap, kultur och bildning. I all vår verksamhet ska vi främja mångfald och motverka främlingskap och rasism. Hos oss ska alla känna sig välkomna.

Våra eldsjälar

Bakom allt vi gör finns cirka 7.000 ideella cirkelledare som med sitt stora engagemang skapar mötesplatser, gemenskap och lärande för människor över hela landet. Tillsammans kan vi mer!

Studie
främjandet

