

# SOCIAL BYGGNORM 23

**Omklädningsrum i idrottshall**

EN IDÉ OM EN NY STANDARD

INTRO	04
EXKLUDERING	07
INTEGRITET SKAPAR GEMENSKAP	10
VAD KAN VI GÖRA MED BEFINTLIGA LOKALER?	15

# INTRO

## Varför Social byggnorm?

Hur kan vi motverka att organisationer utsätter människor för ojämlikhet? Ett vanligt svar på den frågan är att vi alla måste öka vår medvetenhet och kunskap om de strukturer, kulturer och rutiner som orsakar ojämlika maktförhållanden och deras konsekvenser. Först då kan förändringar bli möjliga.

Ett inte lika vanligt sätt att bedriva ett jämlikhetsarbete är att ta utgångspunkt i den fysiska miljön. Det finns många standarder och olika typer av byggnormer, men dessa rör i första hand byggnadstekniska föreskrifter, krav och lösningar. Det finns inga motsvarande riktlinjer gällande sociala interaktioner och ojämlikheter.

2017-18 genomförde Carlstedt Arkitekter tillsammans med bland annat Högskolan i Halmstad och Södertörns brandförsvaret ett Vinnova-finansierat projekt kallat FIRE, som utifrån ett normkritiskt perspektiv syftade till att undersöka, utmana och förändra den fysiska miljön på brandstationer för att både öka och behålla antalet kvinnor på brandstationerna. Resultatet blev Social byggnorm.

Syftet med Social byggnorm är att uppmärksamma hur arkitektur och sociala relationer och interaktioner ömsesidigt påverkar varandra, samt även att sprida kunskap och exempel som kan bidra till nya sätt att tänka och nya sätt att bygga.

Visionen är att Social byggnorm ska fyllas på med fler exempel och kunskap kring andra typer av rum, byggnader och fysiska miljöer eftersom den fysiska och psykosociala miljön alltid samspelar och förändringar i den ena också påverkar den andra. Förändringar i den fysiska miljön har därför inverkan på handlingar, attityder, rutiner, maktförhållanden och organisationskulturer.

Social byggnorm 18 blev ett första kapitel som visar hur omklädningsrum på brandstationer kan utformas ur jämställdhetsperspektiv. Social byggnorm 23 har också fokus på omklädningsituationen, men den här gången för skolans idrottsundervisning.

## Varför studera omklädningsrum?

Under våren 2023 arbetade vi med en ny skola i Köping där det ingick att rita idrottshall med tillhörande omklädningsrum. Eftersom vi vet att många elever idag vare sig byter om eller duschar i anslutning till idrottsundervisning kände vi stor tveksamhet inför att rita in de traditionella könsuppdelade omklädningsrum som beställarens program föreskrev. Med vår bakgrund i projektet Social byggnorm kände vi att det var dags att ta tag i frågan, vrida på begreppen och försöka hitta en annan väg framåt.

Vår metod blev att använda oss av samma normkritiska förhållningssätt som i projektet med brandstationerna. Vi gjorde också en litteraturstudie för att få med oss det historiska perspektivet på omklädningsrum i skolmiljö såväl som aktuella studier som gjorts nyligen. Vi studerade även exempel på nybyggda skolor som genomförts nyligen och använde oss av en liten referensgrupp av elever som även var idrottsutövare på fritiden. Genom referensgruppen fick vi även möjlighet att se hur omklädningsituationen såg ut för en transkille.

## Normkritiskt och inkluderande tänkande gällande omklädningsrum

Idag vittnar både lärare, elever och forskning om att väldigt få elever duschar efter sin idrottslektion och att endast en mindre andel elever byter om. Eleverna säger saker som "jag vill inte visa mig naken för mina kompisar", "usch, någon fotar oss", "killarna försöker komma in till oss" " jag definierar mig som hen" osv. Problemet gäller alla grupper av elever, såväl cis-killar och tjejer, transpersoner, icke-binära och personer med funktionsvariationer som obligatoriskt måste delta i skolgymnastiken.

Vi ser parallellt att omklädningsrummets funktion för idrottsrörelsen börjar förändras. Även här är det färre som utnyttjar funktionerna omklädning och dusch. Alltmer av snacket innan och efter sker via sociala medier istället för i omklädningsrummet, och själva träningen och matchen är det centrala.

Forskning pekar på att färre vill byta om dels beror på förekomst av kränkande behandling men också att nakenhet inför andra väcker många jobbiga känslor. Ett växande problem i omklädningsrummen har kommit att bli förekomsten av mobiltelefoner, där det blivit svårare och svårare att freda sig inför oönskad exponering. En växande utmaning är också att det blir vanligare med olika form av könsuttryck, könsidentifiering och tillgänglighetskrav.

Genom att anlägga ett normkritiskt förhållningsätt har vi försökt hitta en alternativ utformning som möjliggör för alla att inkluderas i idrotten. Vi utmanar därför konceptet med att dela upp lokalerna i könsuppdelade ytor och konceptet att man förväntas vara bekväm med att vara naken tillsammans med andra personer av samma kön.

#### **Projektgrupp**

Anette Eriksson  
Arkitekt SAR/MSA och Socionom

Belinda Lundevall  
Arkitekt MSA

**Carlstedt  
Ark.**

# EXKLUDERING

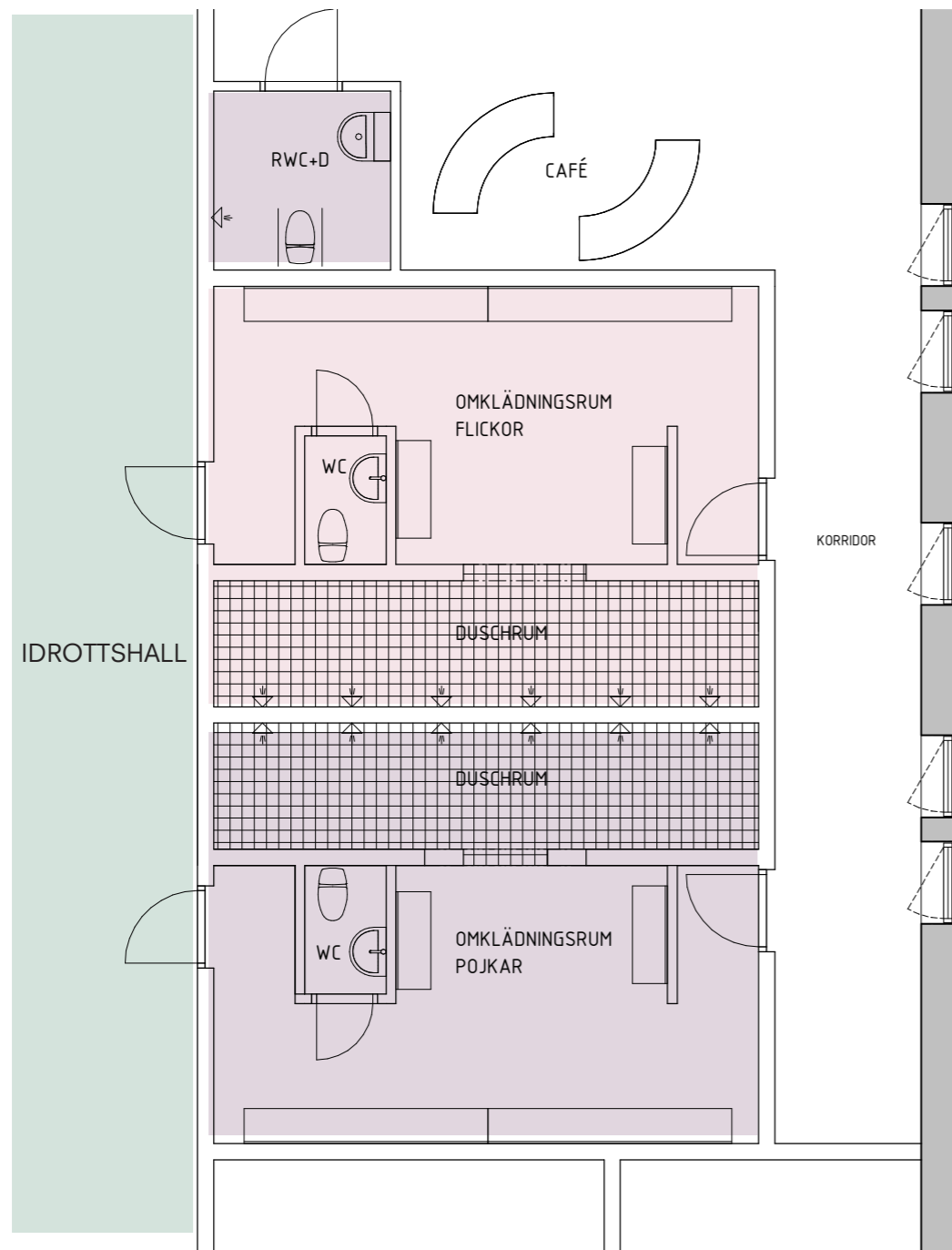
## **Det traditionella omklädningsrummet**

Ett omklädningsrum i skol- och idrottsmiljö delar traditionellt upp eleverna efter biologiskt kön. Att dela upp omklädningsrum efter kön bygger på att vi förväntas vara trygga med att byta om och uppträda nakna tillsammans med personer av samma biologiska kön. Att detta inte alltid stämmer vet vi, och även att orsakerna till det varierar. I de traditionella omklädningsrummen förväntas man även lämna sina privata ägodelar oinlåsta, vilket också i sig skapa en utsatthet för eleverna. En tydlig problematik med detta är att vi med tydlighet ser att elever väljer att inte byta om till eller duscha efter idrottslektionerna, alternativt att de väljer att inte delta i undervisningen alls.

De senaste åren har omklädningsrum i hög utsträckning kompletterats med separata RWC/D för funktionshindrade eller personer som definierar sitt kön som ett annat än det biologiska. En lösning som inneburit ännu en form av utanförskap.

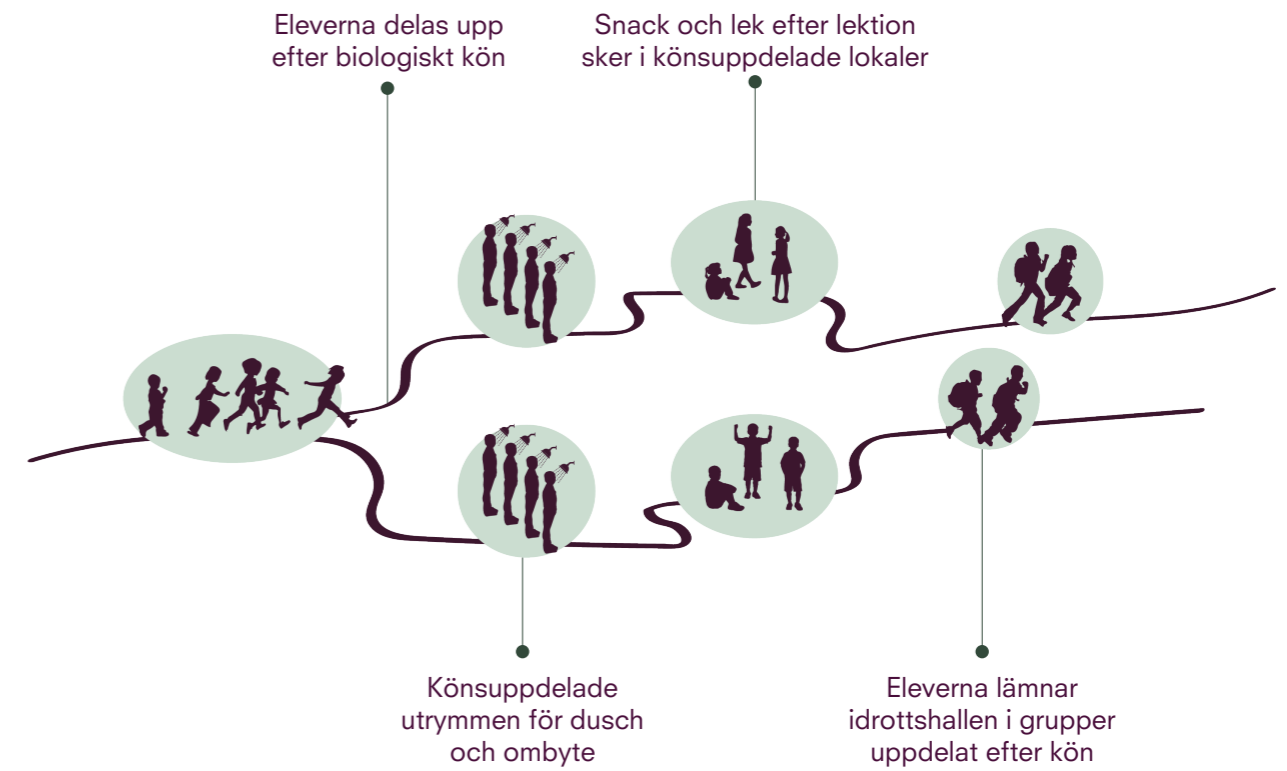
Omklädningsrummet är inte bara en plats där man byter om och tvättar sig, det är även en plats att landa på efter lektionen, en plats för både gemenskap och samtal. Hur påverkar det eleverna att dessa samtal och interaktioner är uppdelade på kön? Vad händer med de elever som av olika anledningar är utestängda från de här ytorna eller väljer att byta om i så kallade flex-omklädningsrum eller RWC och därför går miste om denna interaktion med de andra eleverna helt och hållet? Och hur påverkar det resten av skoldagen att eleverna lämnar idrottshallen i grupper uppdelade efter kön?

## Traditionellt omklädningsrum



Exempel planlösning traditionellt omklädningsrum

## Rörelsedigram efter idrottslektion – traditionellt omklädningsrum



# INTEGRITET SKAPAR GEMENSKAP

Vi ställde oss frågan om vi genom ett normkritiskt förhållningssätt skulle kunna utmana den traditionella utformningen av omklädningsrum och istället skapa ett omklädningsrum där alla kan inkluderas oavsett kön, könsuttryck eller funktionshinder. Och om vi därigenom skulle kunna skapa större inkludering och mindre uppdelning baserat på kön även under andra delar av skoldagen.

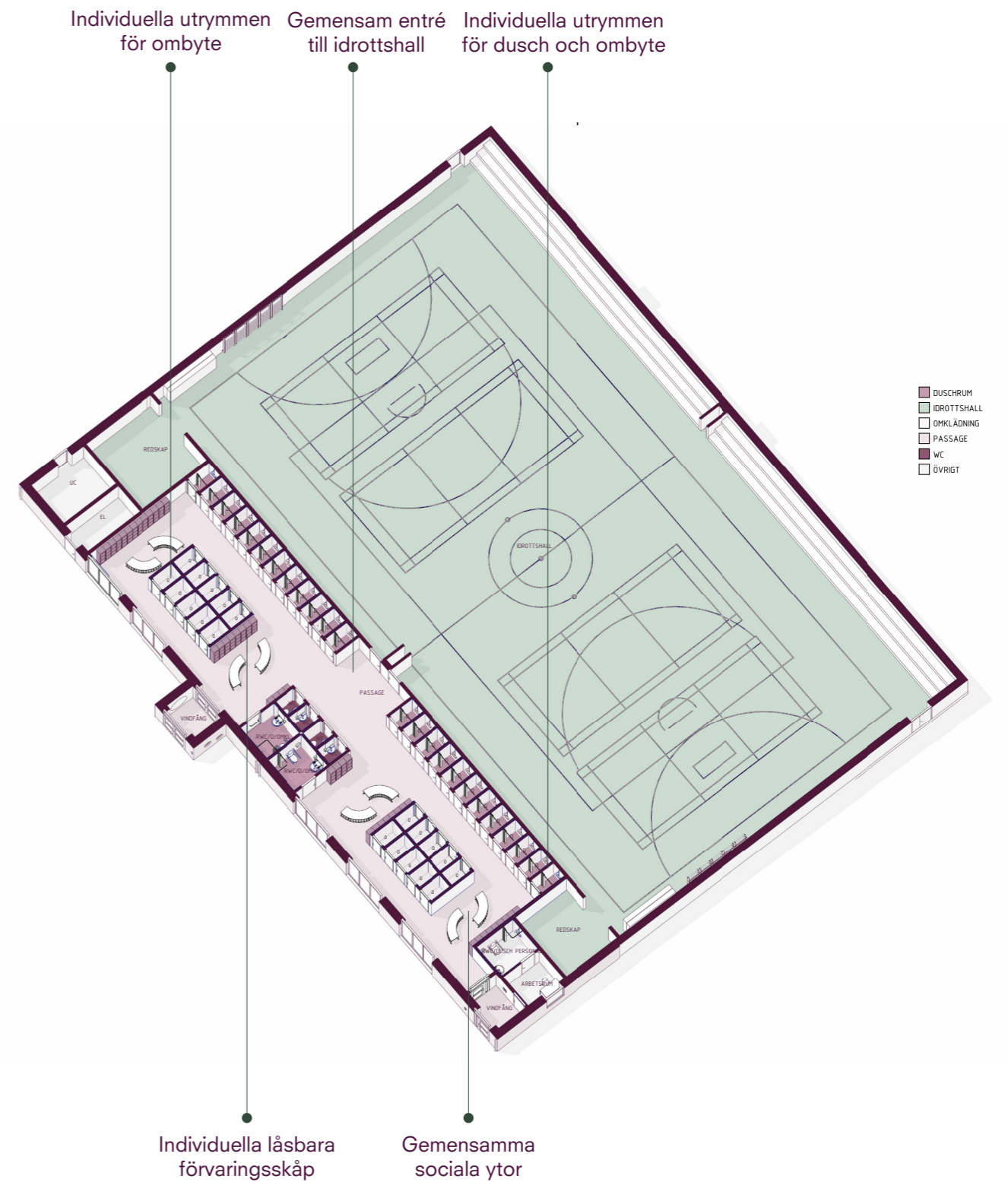
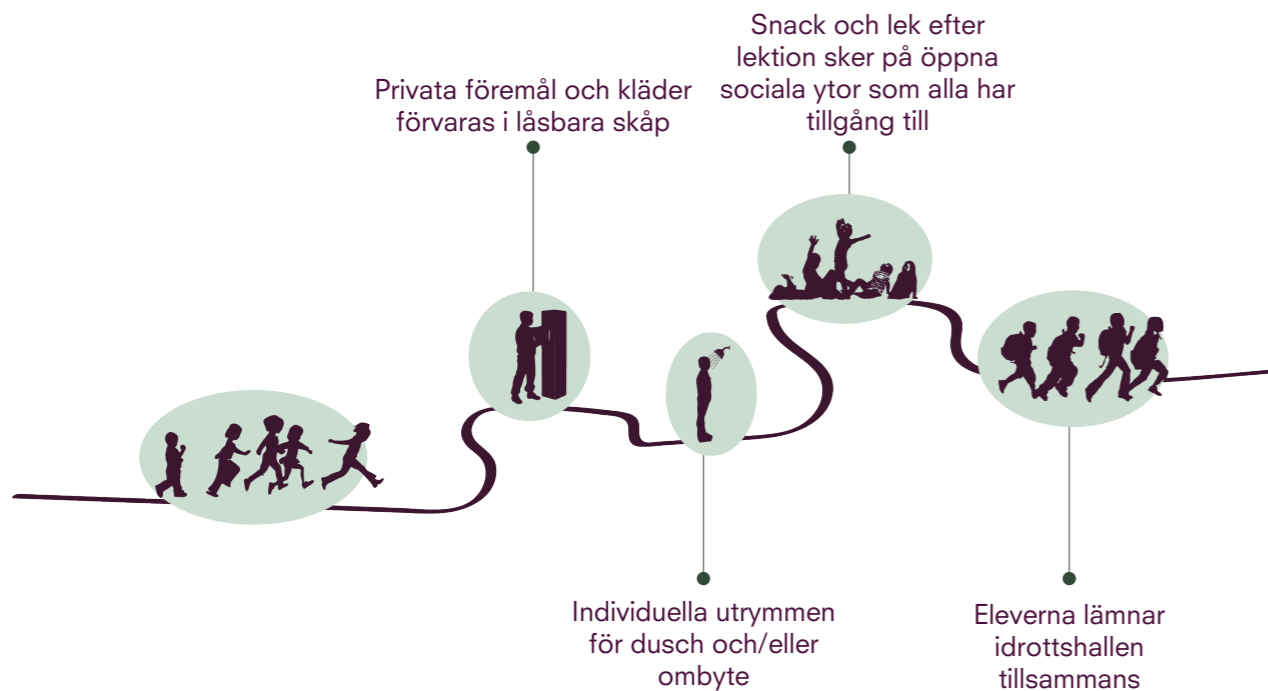
## Det alternativa omklädningsrummet

Lösningen blev ett omklädningsrum där inkludering och gemenskap har skapats genom integritet. Förslaget bygger på individuella utrymmen där varje elev byter om och duschar enskilt för att sedan samlas på sociala ytor utanför där prat och lek kan ske öppet och inkludera alla.

Genom att bryta upp funktionerna och programmet till det traditionella omklädningsrummet landade undersökningen i följande behov:

- Plats för ombyte
- Plats att tvätta sin kropp på
- Förvaring av personliga ägodelar
- Utrymme för social gemenskap
- Gemensamma samlingspunkter
- WC/RWC

## Rörelsedigram efter idrottslektion – alternativt omklädningsrum



## Individuella funktioner

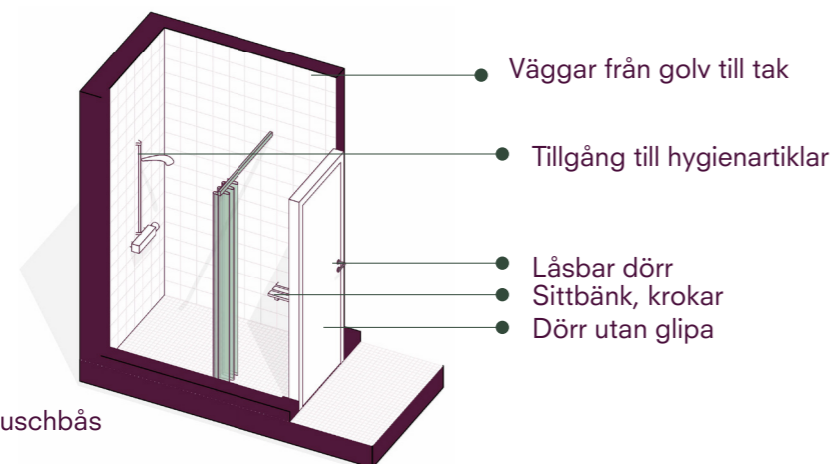
Det alternativa omklädningsrummet är utrustat med privata, låsbara duschbås med tillhörande omklädningsyta varav två är tillgänglighets-anpassade för fysiska funktionshinder. Duschbåsens väggar och dörrar går hela vägen från golv till tak för att skapa integritet. Varje bås är utrustat med duschdraperi, sittbänk, krokar och hygienartiklar. De individuella duschbåsen kompletteras med torra omklädningsrum där vägg och dörr också går från golv till tak.

Utanför duschbåsen finns totalt förvaringsskåp installerade för privata tillhörigheter och kläder. Det generösa antalet förvaringsskåp tillåter att eleverna till nästkommande lektion kan byta om innan eleverna från pågående lektion hämtat sina ägodelar.

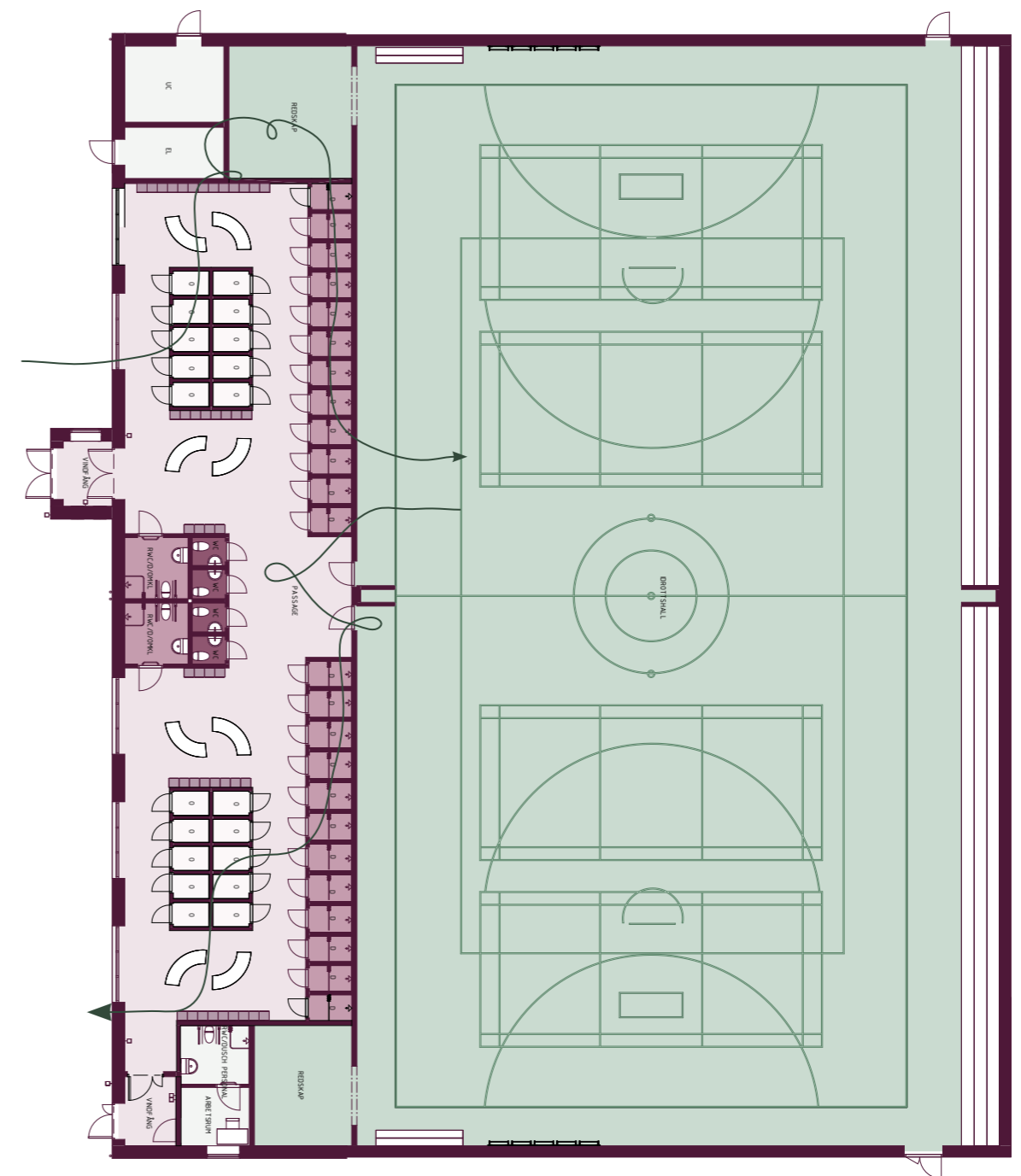
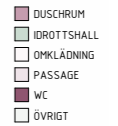
## Gemensamma funktioner

Den stora öppna passagen ersätter den sociala funktionen i ett traditionellt omklädningsrum. Här blir den största skillnaden är att alla som rör sig i det gemensamma utrymmet är påklädda och att ingen utestängs från att delta i den sociala gemenskapen. De sociala ytorna fungerar som en flaskhals till- och från idrottshallen vilket gör att eleverna på ett naturligt sätt kommer att samlas innan och efter lektionen. En funktion som även fungerar bra för idrottsföreningar som använder lokalerna kvällstid. De kan samlas här innan och efter match eller träning för taktik- och socialt prat.

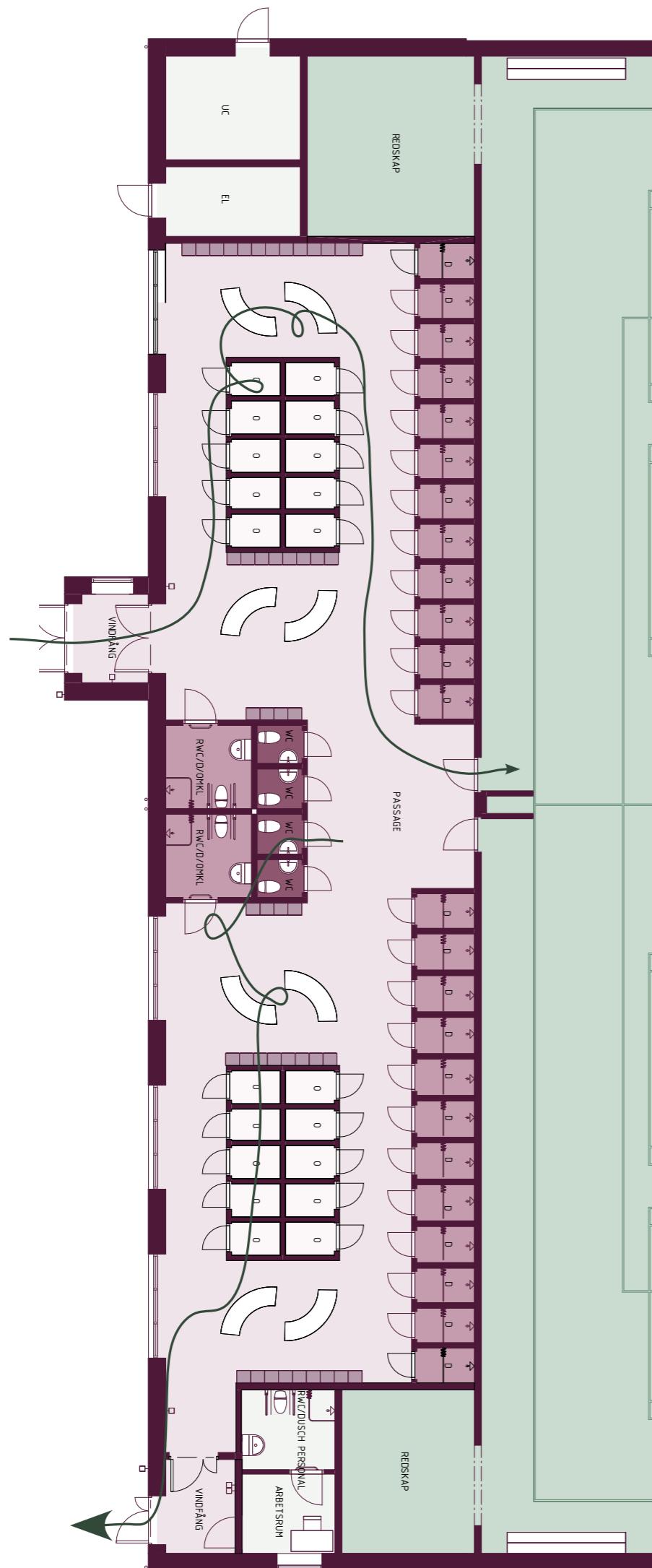
Planlösningen bygger på att skapa en rörelse genom rummet och därmed skapa trygghet för eleverna. Genom att placera duschbås centralt i rummet har otrygga hörn arbetats bort.



Individuellt duschbås







## Vad kan vi göra i befintliga lokaler?

### Olika förutsättningar

Alla idrottshallar ser olika ut och har olika förutsättningar för förändring. Den befintliga byggnaden eller platsen påverkar, liksom den psykosociala arbetsmiljön och ekonomiska förutsättningar och prioriteringar. Valet av tankeriktning kan baseras på vilka förutsättningar som finns just nu, men också på visionen om vart ni vill nå.

Det viktigaste arbetet för ett inkluderande av alla är att försöka analysera rummen med normkritiska ögon och utifrån detta förhållningssätt lyfta de frågor som uppstår. Även små förändringar kan göra stor skillnad för de som ska använda lokalerna. Ett steg för att få med fler elever i idrotten och även få fler att klä om för idrott är att forma lokaler som erbjuder integritet och skyddar eleverna från oönskad exponering.

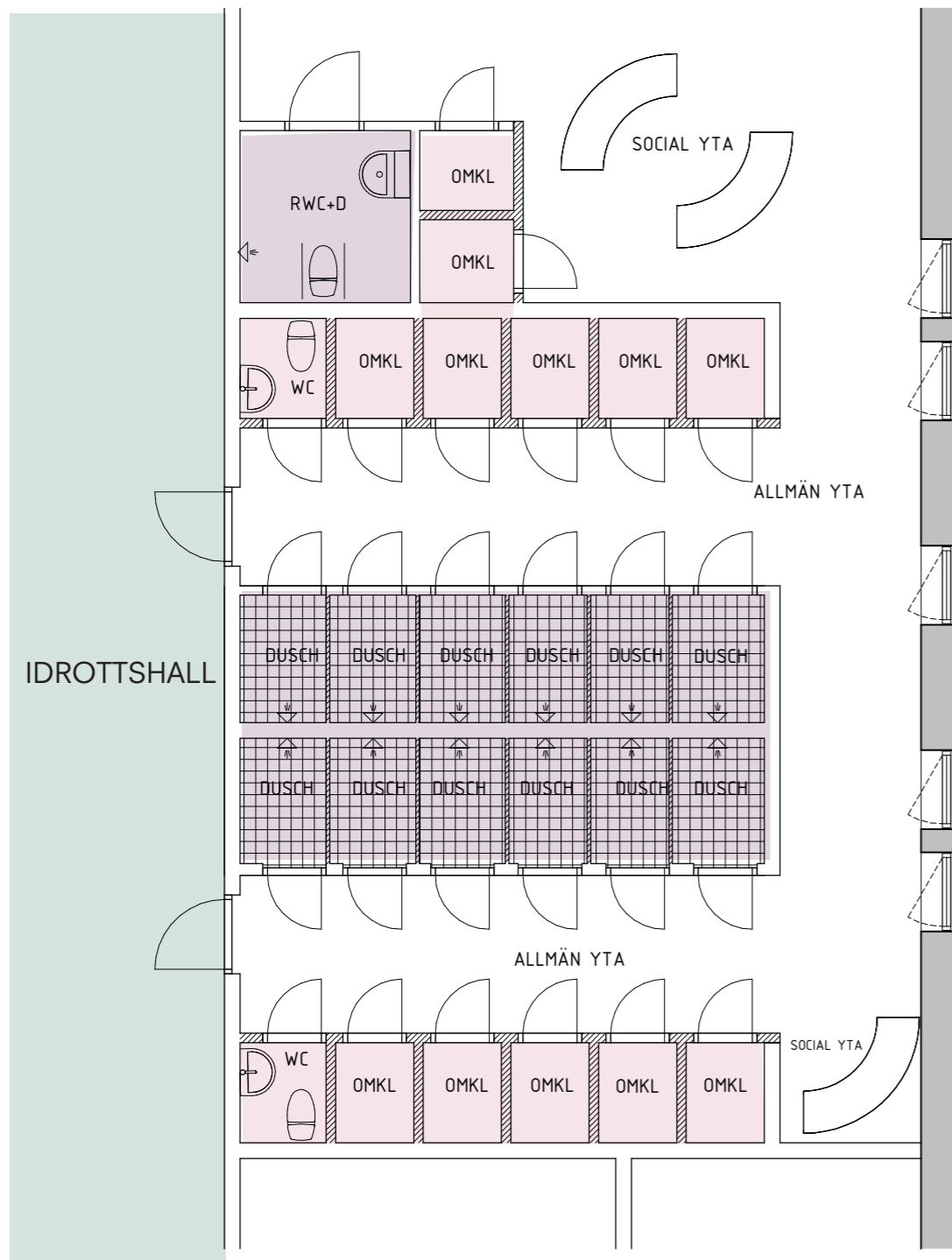
På nästa sida ser ni ett förslag som vi tagit fram på hur det på ett enkelt sätt går att bygga om befintliga omklädningsrum till relativt låg kostnad. Vi behåller duscharnas placering men bygger upp väggar med dörrar för att skapa individuella duschbås. Jämför med den befintliga planlösningen på sidan 8 för att jämföra skillnaden.

### Slutsats

Genom vårt normkritiska förhållningssätt har vi lyckats utforma omklädningsrum som erbjuder omklädnings- och tvättmöjligheter för alla elever oavsett kön, könsuttryck eller funktionsvariationer, där den ökade integriteten ökar förutsättningarna för fler att delta i idrotten och där den sociala inkluderingen ökar.



## Traditionellt omklädningsrum efter ombyggnad



Exempel på hur traditionellt omklädningsrum kan byggas om.  
Jämför ursprunglig planlösning på sid 8.

**Carlstedt  
Ark.**