

# Seksuel chikane

Tal om grænser og kultur for at  
forebygge og håndtere seksuel chikane



[www.FIU-ligestilling.dk](http://www.FIU-ligestilling.dk)



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Formålet med kurset

## Du vil få:

- Vigtig basisviden om seksuel chikane
- Værktøjer til, hvordan du kan forebygge og håndtere seksuel chikane

## Emner, der vil blive gennemgået:

- Hvad seksuel chikane er, og hvem der er mest udsat
- Hvordan du kan få øje på en seksuel chikane sag
- Vigtige tips til, hvad der er godt og mindre godt at sige/gøre, når du skal have den svære samtale
- Hvordan seksuel chikane kan forebygges på arbejdspladsen ved at øve sig i at tale om grænser og kultur  
– og hvordan du kan facilitere denne samtale

**Til slut: en quiz!**

# Hvad er seksuel chikane?

## Tre typer:

- Fysisk (berøring)
- Verbal (sexistiske/seksuelle "jokes" kommentarer, samtaler)
- Ikke-verbal (seksuelle plakater/videoer, at blive "nedstirret")

## Person- og miljørette seksuel chikane

- Er den seksuelle chikane rettet mod en/flere specifikke person/er?
- Er der en generelt seksualiseret og chikanerende omgangstone på arbejdspladsen?

## Hvem?

- Mest: unge kvinder og LGBT+ personer uden magt
- Køn <> alder <> magt



[www.FIU-ligestilling.dk](http://www.FIU-ligestilling.dk)



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Hvordan du kan få øje på en seksuel chikane sag

## Et ikke særlig sandsynligt scenarie:

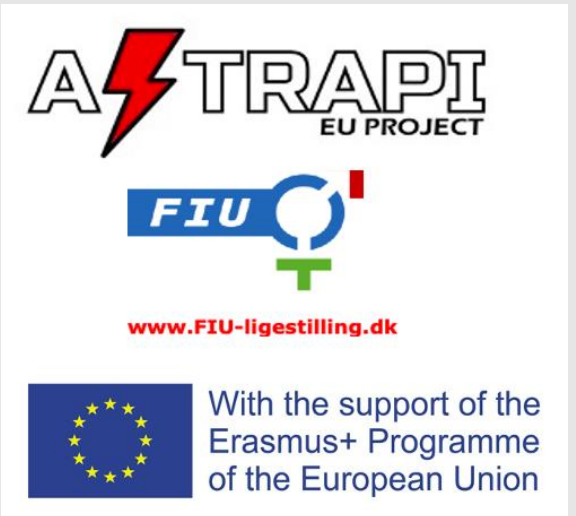
- ”Hej. Jeg har et problem: Jeg er blevet udsat for seksuel chikane, og jeg vil gerne have noget hjælp.”

## Hvorfor denne reaktion?

- Skam, skyld og tabu

## Et mere sandsynligt scenarie:

- Mere ”tilfældige” eller banale spørgsmål (om lønseddel, ferie, arbejdsopgave)
- Langsom til at fortælle/åbne op
- Underspiller hvad der er sket
- Frygt for ikke at blive troet på



# Den svære samtale: Hvad du bør gøre – og hvad du *ikke* bør gøre

## Sig ikke:

- "Har du været udsat for **seksuel chikane**?"
- "**Er du sikker** på, at vedkommende mente det på den måde?"
- "Tror du måske vedkommende **troede du var med på den**?"
- "Hvorfor sagde du ikke **fra**?"

## Sig:

- "Er der nogen, der har gjort **noget, du synes var ubehageligt**/ikke kunne lide?"
- "Det er **din oplevelse, der betyder noget**, ikke vedkommendes intention"
- "Det er **ikke din skyld**. Du har ikke gjort noget forkert"

Men vigtigst: Skab tillid og vær ikke bange for at spørge!



[www.FIU-ligestilling.dk](http://www.FIU-ligestilling.dk)



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Tal om grænser og kultur. Men hvorfor og hvordan?

Samtaler mellem kollegaer om grænser og hvilken slags arbejdspladskultur I ønsker, er helt essentielt, hvis målet er en seksuel chikane-fri arbejdsplads

## Disse samtaler:

- Minder alle om at være mere opmærksomme på, at alle har forskellige grænser
- Træner alle i at være klare omkring og at kommunikere egne grænser.
- Jo flere samtaler, jo bedre. (Træn, træn, træn!)

## Øvelse: Skriv følgende ned:

- Fem måder denne slags samtaler kan blive startet
- Fem spørgsmål, som du tror kunne starte en samtale om grænser og kultur



[www.FIU-ligestilling.dk](http://www.FIU-ligestilling.dk)



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Flere ideer

## Ideer til, hvordan samtaler om kultur og grænser kan startes:

- Arranger et møde efter arbejde, hvor emnet er "grænser og arbejdskultur"
- Få din chef til at nævne/gentage, hvilken kultur I arbejder frem imod at skabe før sommerfester, julefrokoster osv.
- Skriv i det interne nyhedsbrev om de værdier, I er blevet enige om, at I som arbejdsplads vil efterleve
- Hæng plakater op med citater, som minder alle om, hvilken kultur I ønsker

## Eksempler på spørgsmål:

- "Hvilken slags humor kan vi godt lide?"
- "Krammer vi hinanden? I hvilke situationer? Hvem/hvem ikke?"
- "Hvordan giver vi hinanden komplimenter?"
- "Hvordan fortæller vi en anden, hvis personen har overskridt en grænse?"
- "Hvordan håndtere og taler vi om uenigheder?"



[www.FIU-ligestilling.dk](http://www.FIU-ligestilling.dk)



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Skab en politik om seksuel chikane

## Bør som minimum indeholde:

- Hvad seksuel chikane er
- Nul-tolerance
- Hvilken opførsel/sprog/humor/berøring/stemning osv., der er uacceptabel
- At seksuel chikane defineres af *oplevelse*, ikke *intention*
- Hvad andenhånds seksuel chikane er, og at ofre for dette også er dækket af denne politik
- Hvem i virksomheden, der kan kontaktes
- Konsekvenser for at udøve seksuel chikane
- Mulighed for anonymitet



[www.FIU-ligestilling.dk](http://www.FIU-ligestilling.dk)



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Quiz-tid: Hvad har du lært i dag?



# Quiz

- 1.Hvilke tre faktorer fortæller noget om, hvem der er mest i risiko for at blive udsat for seksuel chikane?
- 2.Hvilke ord/sætninger er/er ikke en god ide at bruge, hvis du taler med en, du mistænker har været udsat for seksuel chikane?
- 3.Hvad er vigtigt at sige til en, som *har* fortalt dig, at hun/han/de har været udsat for seksuel chikane?
- 4.Hvad er vigtigt *ikke* at sige til en, som har fortalt dig, at hun/han/de har været udsat for seksuel chikane?
- 5.Hvad betyder mest: Oplevelse eller intention, når det kommer til at definere, hvad der er/ikke er seksuel chikane? Hvorfor?
- 6.Hvorfor er samtaler om grænser og kultur vigtige, hvis man gerne vil håndtere og forebygge seksuel chikane?