

# 3

## former for seksuel chikane



**Kønkrænkende adfærd**  
– eksempelvis nedsettende bemærkninger om køn.



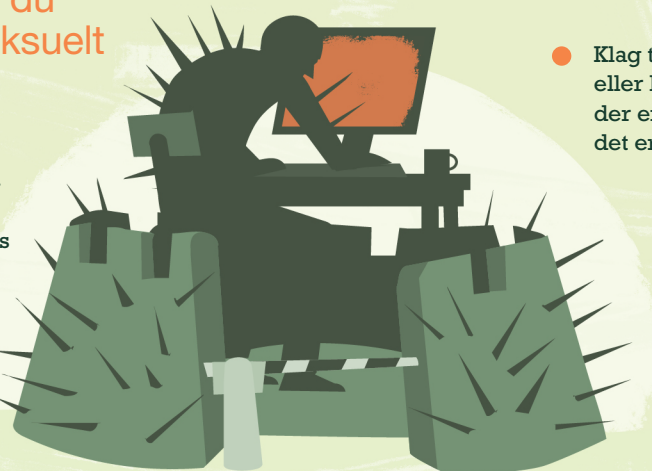
**Uønsket seksuel opmærksomhed**  
– eksempelvis uønskede kommentarer eller berøringer af seksuel karakter.



**Tvang**  
– eksempelvis krav om sex for at opnå en forfremmelse eller repressalier, hvis man nægter seksuelle ydelser.

## 5 gode råd, hvis du føler du dig seksuelt chikaneret

- Lyt til din personlige grænse. Hvis du føler, den er overskredet, så er den overskredet, også selvom den er anderledes end din kollegas grænse.
- Sig høfligt og bestemt fra, så det er tydeligt, at du ikke finder dig i det. Og sig fra, så andre hører det.



- Klag til din chef, og bed ham eller hende om at sikre, at der er et chikanefrit miljø – det er chefens ansvar.
- Snak med dine kolleger, arbejdsmiljørepræsentant eller tillidsrepræsentant om, hvordan seksuel chikane bedst kan undgås.
- Kontakt PROSA, hvis du har brug for hjælp.

TEKST: STINE NYSTEN  
GRAFIK: MIKKEL HENSSEL

# GUIDE: SÅDAN HÅNDTERER DU SEXCHIKANE

Op mod 77.000 danskere oplevede seksuel chikane på jobbet sidste år, viser en ny undersøgelse. Men hvad er seksuel chikane egentligt, og hvad kan du gøre for at forhindre det på din arbejdsplads? Prosabladet bringer en guide.



## Forebyg sexchikane på arbejdspladsen

Det er arbejdsgiverens ansvar at forebygge sexchikane. Men du kan som ansat selv være med til at skabe en sund arbejdskultur. Tal med din arbejdsmiljørepræsentant, så han eller hun kan tage det op med ledelsen. I kan bruge Arbejdstilsynets guide med seks nedslagspunkter:

- 1. Uacceptabel adfærd**  
Det er vigtigt, at ledelsen sender et klart signal om, at seksuel chikane på arbejdspladsen er uacceptabelt. Skab klare rammer for adfærd og meld dem ud, så alle på arbejdspladsen kender dem. Husk at orientere nyansatte.
- 2. Hav klare retningslinjer**  
Nedskriv klare retningslinjer for, hvordan I vil identificere og forebygge seksuel chikane, og hvordan I vil håndtere det, hvis problemet opstår. Sørg for, at alle på arbejdspladsen ved, hvad de skal gøre, hvis de mener, at der foregår chikane.
- 3. Brug dialogen som værktøj**  
Seksuelt chikane er tabubelagt og svært at tale om. Tag udgangspunkt i hverdagen og tal om, hvad der er ordentlig adfærd og god omgangstone hos jer, og hvor jeres grænser går. På den måde får I en fælles forståelse for, hvornår der er tale om sexchikane.
- 4. Sig fra**  
I kan forebygge sexchikane ved at gøre det nemmere at sige fra. Alle har forskellige grænser. Det er vigtigt at huske, når I taler om, hvordan I kan sige fra, hvis jeres grænser bliver overskredet.
- 5. Klarlæg roller og ansvar**  
Tag stilling til, hvem der har hvilke roller og opgaver, når I skal forebygge og håndtere sexchikane. Har I de nødvendige kompetencer på arbejdspladsen, eller er der brug for kurser eller ekstern bistand?
- 6. Bevar fokus**  
Tal om, hvordan I kan bevare den nødvendige opmærksomhed på at forebygge sexchikane. Gør det til et fast punkt på den årlige arbejdsmiljødrøftelse, på personalemøder og i arbejdsmiljøudvalget.

## Har du været udsat for sexchikane?

Du kan altid kontakte Arbejdstilsynets anonyme hotline på 70 22 12 80. Den er åben man-torsdag 8-15 og fredag 8-14. Du kan ringe, hvis:

- Du selv bliver mobbet eller udsat for seksuel chikane
- Du og din virksomhed har akutte problemer med mobning eller seksuel chikane
- En af dine kollegaer, en ven eller et familiemedlem bliver mobbet eller udsat for seksuel chikane
- Du og din virksomhed ønsker at forebygge mobning eller seksuel chikane på arbejdspladsen.