

**NÅR ALTING  
BLIVER TIL  
SEX PÅ  
ARBEJDS-  
PLADSEN**



**FAGLIGT FÆLLES FORBUND**





© Udgivet af 3F  
Kampmannsgade 4  
DK, 1790 København V  
Februar 2015  
Ligestilling og Mangfoldighed  
Tegninger: Mette Ehlers  
Layout: zentens  
Varenummer 7515

# Forord

Mange tror at seksuel chikane bare er en måde, vi omgås hinanden på. Det kan være på arbejdspladsen, på gaden, i byen eller på andre offentlige steder. Det kan være svært at sige fra, da man nødig vil virke "snerpet", selv om man føler sig krænket og ulykkelig.

Seksuel chikane hænger sammen med, at du er i en sårbar situation, og den der krænker har magten og udnytter omstændighederne.

Ingen skal leve med eller acceptere seksuel chikane – nogen steder. Det er ikke noget, vi skal acceptere som "normal" opførsel.

Seksuel chikane er forbudt, og vi vil på ingen måde acceptere seksuel chikane mod vores medlemmer, heller ikke mellem kolleger.

I denne pjece kan du læse mere om seksuel chikane, om hvad du kan gøre, hvis du bliver udsat for seksuel chikane særligt i forbindelse med dit arbejde, om dine rettigheder og om hvor du kan op søge hjælp.





Jeg var ked af det hver dag og frygtede timerne på jobbet. Han sagde til mig, at jeg var en pæn pige, men at jeg manglede selvtillid, at jeg skulle undersøge mig selv over det hele og med et spejl fornedet.

18-årig kokkelev





# Hvad er seksuel chikane?

**Seksuel chikane** kan tage sig ud på mange forskellige måder. Hvad der er ok for nogle, kan være enormt grænseoverskridende for andre. Det afgørende er hvornår du føler dig krænket og får overskredet dine grænser. Det er vigtigt at mærke efter og ikke undertrykke ubehaget.

**Seksuel chikane** kan opstå pludseligt. Men starter ofte med mobning eller anden chikane, og udvikles senere til seksuel chikane. Det gør at den kan være svært at identificere.

**Seksuel chikane** kan være en sjofel omgangstone på arbejdspladsen. En omgangstone der støder dig, eller som du bliver presset til at være en del af. Det kan være seksuelle antydninger eller direkte trusler. Det kan være upassende

berøringer eller opfordringer til at give seksuelle ydelser. Det kan være en form for mobning, som går over dine grænser. Seksuel chikane kan være en flirt, du ikke længere vil deltage i. Det er også seksuel chikane, når der spørges krænkende til dit sexliv, eller en kollega fortæller uopfordret og indgående om sit eget.

**Seksuel chikane** kan være rigtig mange ting. Og omfatter altså både kropslige krænkelser og sproglige krænkelser, som tilråb og udtalt mobning.

**Seksuel chikane** kan være svært at sige fra overfor, men gør det alligevel. Det er nemlig aldrig din fejl eller skyld, men udelukkende den person, der chikanerer dig.

**Mange tænker** "Det går vel over, hvis bare jeg forsøger at ignorere det". Desværre siger al erfaring, at den seksuelle chikane ikke går over, selv om du foretager nogle undvigemanøvrer og selv forsøger at klare sagen. Først når andre bliver opmærksomme og involverede, og der bliver talt om chikane, er der chance for at bryde den onde cirkel.



**Seksuel chikane kan opstå pludseligt. Men kan også komme snigende. Den kan være svær at sige fra overfor. Men gør det alligevel. Det er nemlig aldrig din fejl eller skyld, men den person der chikanerer dig.**









Øv dig i at sige:  
Det er ikke rimeligt!  
Det behøver jeg ikke finde mig i!  
Det behøver ikke være sådan!  
Det er OK at bede om hjælp!

# Seksuel chikane handler om magt!

**Seksuel chikane** handler sjældent om sex, men meget mere om magt. Den der chikanerer har brug for at vise sin magt over andre. Det kan være svært at sige fra over for. Men gør det alligevel. Tag ikke skylden på dig.

Når der er tale om **seksuel chikane** på arbejdspladsen vil den, der udøver seksuel chikane over andre, ofte være i en magtfuld rolle. Personen har magten til at gøre livet surt for den der bliver udsat for seksuel chikane. Personen kan måske fyre dig, udstille dig eller sørge for, at du føler sig usikker og afmægtig.

**Seksuel chikane** er altså ofte en magtdemonstration. Det handler om at vise hvem, der er den stærkeste – mere end

det handler om seksuelle bagtanker. Og **seksuel chikane** handler næsten altid om, at det er mænd, der misbruger deres magt over for kvindelige underordnede eller kollegaer.

Alle kan dog blive ofre for **seksuel chikane**. Ofte er det unge mennesker i usikre ansættelser. Der hvor man er alene eller er få medarbejdere eller arbejder på skæve arbejdstider. Eller der hvor man er nem at påvirke og skræmme eller ikke har nogen at søge hjælp os.

Øv dig i at sige: Det er ikke rimeligt! Det skal jeg ikke at finde mig i! Det behøver ikke være sådan! Det er ok at bede om hjælp!

# Hvad kan du gøre?

**Seksuel chikane** er desværre udbredt på danske arbejdspladser og rigtig mange udsættes for chikane. Det betyder ikke, at den skal accepteres.

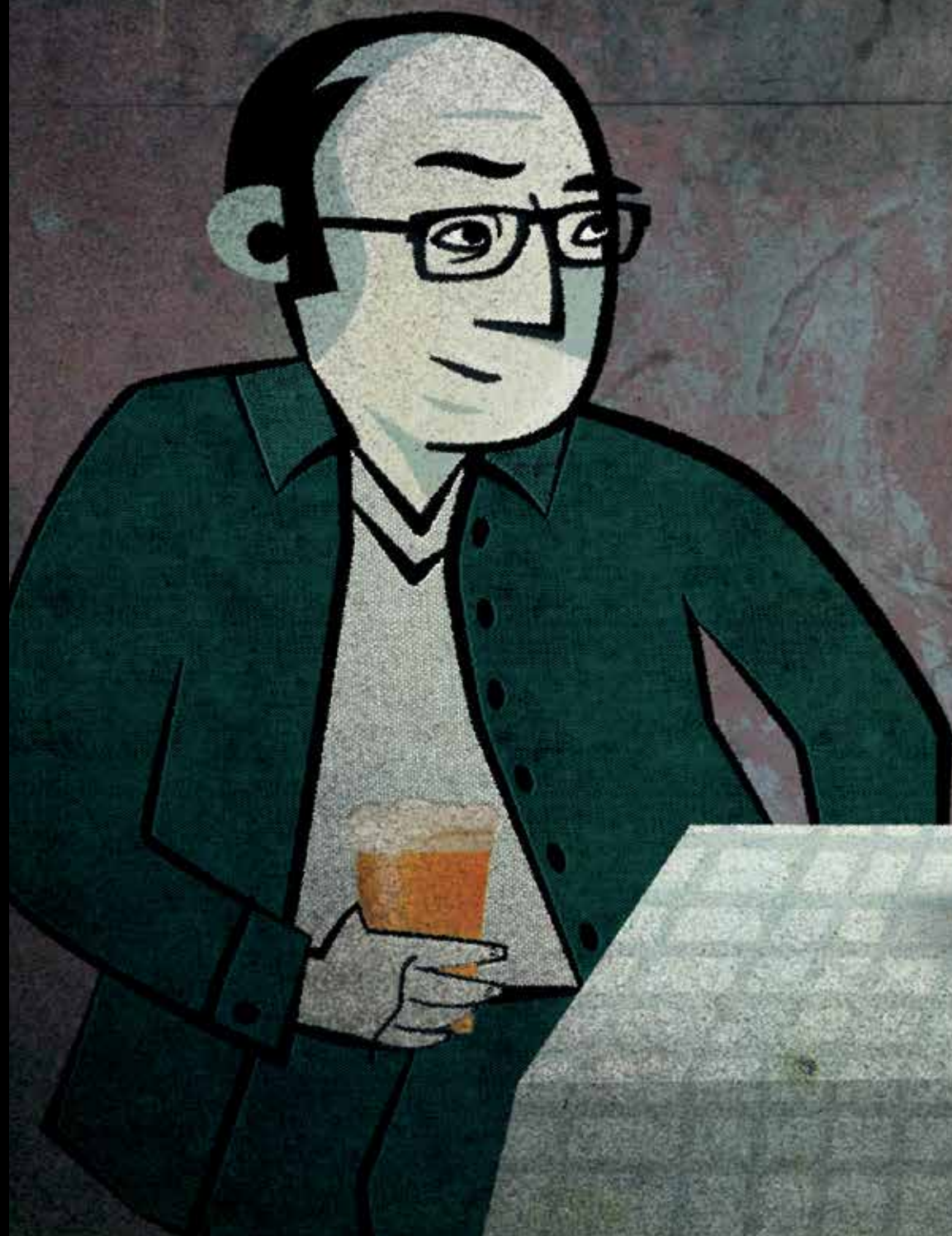
- Vær ikke bange for at stoppe en flirt, der udvikler sig til noget, du ikke bryder dig om.
- Du skal ikke underkende, hvad der kan være seksuel chikane. At lægge ører til andres seksuelle fantasier eller få fremvist sex-legetøj er klart grænseoverskridende.
- Du har altid ret til at sige fra – også overfor seksuelle antydninger eller indirekte trusler.
- Det er aldrig for sent at sige fra. Sig at du vil fortælle andre om det.
- Lad være med at skjule at du bliver chikaneret.
- Tag ikke skylden på dig.

- Gør chikanen synlig for andre på arbejdspladsen.

## Og frem for alt, tal om det!

- Tal med dine kollegaer eller din leder. Måske er der andre, der bliver chikaneret.
- Tal med dine nærmeste – også selv om det er svært.
- Tal med din fagforening.
- Vi hjælper dig, så du ikke må sygemelde dig eller forlade dit job.







Han holdt en skrælet  
banan op foran mit an-  
sigt og sa'- vis os hvordan  
du gør. Og så slikkede  
han langsomt på bananen  
medens alle gæsterne i  
baren grinede.

Mandlig kollega til kvindelig bartender

# Du har loven på din side!

Seksuel chikane er ulovligt – det hersker der ingen tvivl om.

Hvad siger loven:

*“Der foreligger seksuel chikane, når der udvises enhver form for uønsket verbal, ikke-verbal eller fysisk adfærd med seksuelle undertoner med det formål eller den virkning at krænke en persons værdighed, navnlig ved at skabe et truende, fjendtligt, nedværdigende, ydmygende eller ubehageligt klima”.*

**Seksuel chikane** er forskelsbehandling på grund af køn – hvilket er forbudt. Hvis man har fået sine rettigheder (til ligebehandling) krænket, så kan man få tilkendt en godtgørelse (erstatning).

3F har mulighed for at hjælpe dig, hvis du vil have det.

Det kan være voldsomt at tale med andre om chikanen. Men hvis ikke for din egen skyld, så tænk på de der var før dig eller kommer efter dig. 3F kan kun hjælpe, hvis du vil det.

**Hvis det er en kollega** der udsætter dig for seksuel chikane, er det vigtigt, at du fortæller din arbejdsgiver om chikanen. Hvis ikke arbejdsgiveren stopper den seksuelle chikane, kan vi retsforfølge ham eller hende.



**Hvis det er din arbejdsgiver,** der udsætter dig for seksuel chikane må du have nogle udenfor arbejdspladsen til at hjælpe dig. Din fagforening kan tale med arbejdsgiveren eller din fagforening kan køre en retssag mod arbejdsgiveren.

**Det er aldrig dit problem** alene, hvis du udsættes for seksuel chikane. Det er et arbejdspladsproblem, som din fagforening kan løse sammen med dig.

**Du har ret til** at være anonym, når du henvender dig til din tillidsrepræsentant, arbejdsmiljørepræsentant eller til din lokale fagforening. Og du bestemmer selv hvad og hvor meget der skal komme ud af

din henvendelse. Måske har du behov for at vende din tvivl. Måske ønsker du at fagforeningen søger erstatning til dig og får sat en stopper for chikanen.

**Ofte foregår chikanen** i enrum, hvor ingen andre kan se det, der sker. I sådanne tilfælde kan det blive dit ord mod den, der chikanerer. Du står meget stærkere, hvis du kan skaffe dokumentation. Det kan være vidner, der har overværet hvad der er blevet gjort eller sagt. Det kan være sms'er eller billeder. Husk det er lovligt at optage en samtale, så længe du selv er til stede. Eller skriv de forskellige episoder ned, så du senere kan huske det præcise forløb.







Seksuel chikane er desværre udbredt på danske arbejdspladser og rigtig mange udsættes for chikane.

Det betyder ikke, at det skal accepteres.

3F opfordrer dig til at søge hjælp, hvis du oplever chikanen.

# Hvorfor er det vigtigt at reagere?

Udover ubehaget ved at blive chikaneret, kan du også få ondt i maven, kvalme, stress og få hukommelsestab. Eller du kan blive usikker, nervøs, anspændt og aggressiv. Det er symptomer, der ofte udvikler sig hos en person, der bliver chikaneret. Det kan få dig til at sygemelde dig eller sige op. Og det kan påvirke dit fremtidige liv på arbejdsmarkedet og derhjemme.

Vi prøver alle på at håndtere vores problemer selv. Det er også godt nok – til en vis grænse. Den grænse kan dog være svær at mærke, når det gælder seksuel chikane. Man kan være bange for fyring. Man kan tænke, at det er en selv, der er noget galt med. Man kan frygte at det bare bliver meget værre, hvis man taler om det

med andre. Man kan frygte at blive latterliggjort eller at blive hængt ud. Der er mange grunde til, ikke at søge hjælp. Men det duer ikke! Den der udsættes for seksuel chikane, bliver utryg og bange og der er kun én vej ud. Det er at tale med andre om det og for eksempel få hjælp af din fagforening, 3F.

Her ved man, hvad der kan gøres.



**Seksuel chikane er forbudt, og vi vil på ingen måde acceptere seksuel chikane mod vores medlemmer, heller ikke mellem kolleger.**

Kontakt din tillids- eller  
arbejdsmiljørepræsentant  
eller kontakt din lokale  
3F-afdeling.  
Eller ring til os på  
70 300 300.  
Læs mere på [www.3f.dk](http://www.3f.dk)



I denne pjece kan du læse mere om seksuel chikane, om hvad du kan gøre, hvis du bliver udsat for seksuel chikane særligt i forbindelse med dit arbejde, om dine rettigheder og om hvor du kan opsøge hjælp.



[WWW.3F.DK](http://WWW.3F.DK)

LIGESTILLING OG MANGFOLDIGHED