

# HANDLEDNING FÖR GRUPPLEDARE



INRIKTNING  
KOLLEGA

Webbkursen Våld i nära relation  
– agera som chef eller kollega

För mer information kontakta:  
[utbildning@jamstalldhetsmyndigheten.se](mailto:utbildning@jamstalldhetsmyndigheten.se)





## Innehållsförteckning

Innan ni sätter igång .....	4
Övningar.....	5
Inledning.....	6
Kapitel 1. Arbetsplatsens roll.....	7
Kapitel 2. Du kan göra skillnad .....	12
Kapitel 3. Våga se, fråga och agera.....	17
Fler kurser för dig som vill lära dig mer .....	22
Nationella stödverksamheter .....	23
Referenser.....	25

# Innan ni sätter igång

Den här handledningen är till för dig som leder en grupp genom webbkursen Våld nära relation – agera som chef eller kollega. Handledningen utgår från att alla deltagarna sitter tillsammans i ett rum och går igenom kursen. Nedan finns tips på såväl praktiska saker att tänka på, såsom hur du möter känsliga situationer som kan uppstå och beskrivningar av de övningar som handledningen föreslår.

## Förberedelser

**Var förberedd.** Du behöver inte vara expert på området, men du ska ha genomfört webbkursen själv innan du leder andra. Gå först den version av kursen som genomförs enskilt (Våld i nära relation – agera som chef eller kollega – För dig som kollega), och titta också igenom det här gruppspåret och hela handledningen innan du leder gruppen genom kursen.

**När det står ”Förmedla” i handledningen ska du berätta för gruppen.**

”Förmedla”-texten fungerar som ett stöd för dig som gruppleddare. Vill du kan du förbereda dig lite extra genom att läsa in dig på texterna. Här kan du antingen läsa texten högt för gruppen, eller så berättar du med egna ord istället. Huvudsaken är att budskapet går fram.

**Bestäm upplägg och planera för hur mycket tid ni har** och hur långt ni ska komma vid varje utbildningstillfälle. Se till att det finns gott om tid för att diskutera innehållet.

**Du behöver projektor, extern skärm och högtalare och internetuppkoppling.** Beroende på hur du väljer att genomföra övningarna kan du också behöva post-it, whiteboard och pennor till alla.

**Ta reda på** om någon behöver anpassningar av tillgänglighetsskäl.

## Fyra goda råd

**1.** Förklara syftet, berätta för deltagarna varför ni ska utbilda er i ämnet.

**2.** Våld är ett område som kan väcka känslor, motstånd och som det finns en samhällsdebatt kring. Deltagare som har erfarenhet av våld kan påverkas känslomässigt. Tänk då på att kursen inte är en självhjälpsgrupp. Om någon exempelvis blir ledsen är det bättre att säga att ni kan prata vid efteråt eller hänvisa till annat stöd, än att prata om deltagarens situation i gruppen. Om du känner att ni behöver avbryta, ta en paus och be personen följa med ut. Fråga om deltagaren vill fortsätta om en kort stund, vara för sig själv eller om ni ska prata vid efter kurstillfället.

**3.** Om en deltagare inte håller med, ger uttryck för motstånd eller gör det svårt att hinna med ditt tänkta upplägg kan du bekräfta att du hör och tar in vad deltagaren säger, men gå sedan vidare. Det kan du göra genom att exempelvis säga ”bra fråga, men det har jag inget svar på”, eller ”absolut, det är en bra fråga, men nu måste vi gå vidare”, ”diskussionsmöjlighet kommer lite senare”.

**4.** Om en deltagare lyfter information du inte känner till kan du förklara att ni idag utgår från den kunskap som förmedlas i webbkursen men att det är välkommet att jämföra med annan forskning.



Visa film



Lyssna



Förmedla



Övning



Diskutera



Läs upp  
högt

Övningarna i de olika avsnitten ska ses som ett av många verktyg för att gruppen ska fördjupa sig i kapitlets kunskapsområde. Lägg till och/eller byt ut övningar som du vill. De aktiviteter som finns föreslagna ska ses som en möjlighet att ge deltagarna tid för reflektion och sätta ord på saker som kan vara nya eller som är svåra att prata om. Nedan finner du förslag på hur du kan starta upp kursen och beskrivningar av de vanligaste övningarna.

### Namnruna

Oavsett om ni känner varandra eller ej kan det vara bra att starta upp kursen med någon aktivitet som får deltagarna att känna sig trygga och för att alla ska få säga något innan kursens övningar startas upp. Det kan göra en deltagare mer benägen att delta aktivt i samtalet senare.

Ett förslag är att börja med en namnruna i form av namn plus något som börjar på namnets första bokstav. Några exempel är "B som i Bosse och bokslukare", "H som i Hedvig och händig".

### Runda

Runda betyder att den som har ordet får prata och de andra får lyssna. Ordet lämnas sedan till nästa deltagare, och sedan nästa deltagare, tills ordet har gått laget runt. Den som har ordet får tid att formulera sig, slipper bli avbruten och kan själv avgöra om den vill prata eller passa. Syftet med övningen är att alla ska få möjlighet att prata om de vill utan att de behöver begära ordet. Det visar också att alla i gruppen är lika viktiga. Rundan kan användas som en uppstart för ett diskussionsämne för att sedan "släppa frågan fri".

**Detta gäller för deltagare i rundan:**

- Tala i jagform.
- Avbryt inte den som pratar.
- Ifrågasätt inte vad som sägs.
- Kommentera inte, varken med tal eller kroppsspråk.
- Du får säga pass och då går ordet vidare till nästa person.
- Ge inga råd.

Förklara hur rundan fungerar vid första tillfället. Fördela tiden och avbryt om någon säger något kränkande eller frångår ämnet.

### Popcorn

Popcorn betyder att vem som helst får "poppa", alltså att ordet släpps helt fritt och att den som har något att säga får tala rätt ut. Den här metoden fungerar bäst när du som gruppleddare kan anta att någon eller några får något att säga, och när det är mindre viktigt att alla kommer till tals.

### Bikupa

I bikupan får alla deltagare möjlighet att prata fritt med en eller två andra deltagare. Här kan du välja om alla ska diskutera samma fråga eller om grupperna ska ha sin egen fråga.

Det ska inte ta lång tid, max tre till fem minuter. Du kan sammanställa tankarna på whiteboarden. Ibland räcker det att bara lyssna in någon eller några av grupperna istället för alla, och ibland är det inte nödvändigt att lyfta något av vad som sagts i helgrupp.

Bikupor är ett effektivt sätt att ge deltagarna möjlighet att tänka efter och fundera på vad de tycker i mindre grupp, men även för att låta den stora gruppen få ta del av flera olika åsikter och resonemang.

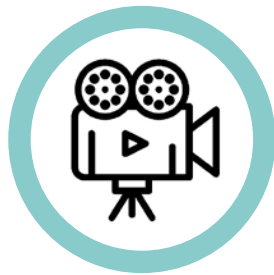
### När du avslutar

Varje kapitel avslutas med en summerande film. Du kan komplettera med att alla får svara på frågan "vad tar du med dig från det här kapitlet?". Ett annat sätt är att ställa den frågan när kursen är helt slut och då fråga vad deltagarna tar med sig från kursen i stort, alltså vad de har upplevt som mest tankeväckande, intressant, eller kanske förvånansvärt. I en runda utgör det också en sammanfattning, skapad av gruppen själv.

### Utvärdering

Utvärderingen som finns inne i webbkursen är bara till för dig som gruppleddare. Men du kan med fördel även låta gruppen utvärdera ert utbildningstillfälle. Det kan göras på många sätt. Ett förslag är att du låter deltagarna skriva en utvärdering utifrån frågorna nedan. Antingen lämnas den in eller så gör ni en runda.

- Vad har varit bra?
- Vad kan bli bättre?
- Vad har jag som deltagare bidragit med för att kursen skulle bli bra?



## **Inledning**

Visa introduktionsfilmen. Den förklarar kursens mål och några grundläggande begrepp som återkommer genom kursen.

# Kapitel 1. Arbetsplatsens roll



## Avsnitt 1. Arbetsplatsens roll



### Förmedla

Kapitel 1 ger en första introduktion till hur våld i nära relationer och hedersrelaterat våld och förtryck kan påverka mående och arbetsförmåga, och hur arbetsplatsen och de som vistas där kan göra skillnad.



### Visa filmen: Våld i nära relationer

## Avsnitt 2. Din fråga kan göra skillnad



### Lyssna

Beroende på hur mycket tid du har avsatt kan du välja att spela upp en, två eller tre ljudberättelser som handlar om erfarenhet av våld.

Alla berättelser handlar om människor som fått stöd i att förändra sin livssituation med hjälp av en kollega eller en chef som hade mod att fråga.

**Innan du startar berättelserna, be deltagarna att medan de lyssnar fundera på om berättelserna skulle kunna handla om någon på arbetsplatsen.**

- 1) En kollegas fråga blev vändpunkten för en kvinna som var utsatt för våld av sin partner.
- 2) En chef såg tecken på att något inte stod rätt till och ställde frågan till en av sina medarbetare.
- 3) En ung mans reaktion när chefen konfronterade honom med anledning av hans våldsamma beteende.



### Förmedla

Genom att våga fråga kan du göra stor skillnad.

## Avsnitt 3. Våldshandlingar



### Övning

Gruppen gör en övning där de listar olika typer av våldshandlingar på ett papper eller en post-it-lapp. Låt dem skriva ner alla exempel på handlingar de kan komma på. Var tydlig med att exemplen ska vara konkreta. Deltagarna får max fyra minuter på sig att skriva. Övningen fortsätter i avsnitt 4.



## Avsnitt 4. Några exempel på former av våld



### Övning fortsättning

Gå antingen igenom lapparna genom att deltagarna får säga några exempel var, eller be dem berätta om sina exempel på våldshandlingar under varje kategori av våldsform som presenteras i bildspelet.

Kom våldsformerna som presenteras i webbkursens bildspel upp i deltagarnas exempel?

**Kategorierna nedan är desamma som i bildspelet.**

**Bild 1)** Fysiskt våld som slag, strypgrepp, sparkar, hålla fast, dra i hår, nypa, kasta föremål, skada husdjur och människor.

**Bild 2)** Psykiskt våld som nedvärderande ord, begräsningar av livsutrymmet i form av kontroll, hot om våld mot djur och människor, hot om att ta sitt eget liv, att tvinga någon att använda droger, tvinga någon att delta i eller avstå från religiös aktivitet.

**Bild 3)** Digitalt våld som att ständigt ringa eller sms: a, kräva lösenord till sociala medier och mejl, övervaka genom telefon, GPS, dator.

**Bild 4)** Ekonomiskt våld som att kontrollera den utsattas tillgång till pengar, tvinga den att stå för abonnemang, kräva att den ska redovisa inköp, använda ekonomi som maktmedel för att försvåra en separation.

**Bild 5)** Sexualiserat våld som att tafsa, våldta, tvinga någon att bevittna eller utföra sexuella handlingar, tvinga någon att se eller delta i porrfilm mot sin vilja. Att fotografera eller filma i ett sexualiserat sammanhang utan samtycke är också sexualiserat våld.

**Bild 6)** Funktionshinderrelaterat våld och försummelse, som att använda den utsattas funktionsnedsättning eller hjälpmedel, exempelvis en rullator eller kryckor, i utövandet. Att göra så den utsatta inte får den vård eller omsorg som den har rätt till. Att möblera om, kontrollera matintag, medicin eller neka den utsatta hjälp med sin hygien.

**Efter att gruppen har gett förslag på konkreta handlingar avrundar du avsnittet med att ni gemensamt tittar på den sista bilden i bildspelet: "Gränserna är inte skarpa".**



### Förmedla

- Våld kan definieras på många olika sätt. Nästan alla former av våld utgör brottsliga gärningar. Det finns också handlingar som inte definieras som brott. Dessa handlingar skapar utsatthet och räknas därför också som våld.
- Bakom allt våldsutövande finns en avsikt. Att använda olika former av våld är ett effektivt sätt att utöva makt och kontroll eftersom våldet skrämmer och skadar den utsatta.
- Våld, oavsett om det handlar om mäns våld mot kvinnor, våld i nära relation eller hedersrelaterat våld och förtryck, är mer än fysiskt våld. Med mer kunskap om hur våld kan se ut, är det också lättare att upptäcka.
- Observera att det sällan är så klara gränser mellan våldsformerna. Ibland är det enbart en form av våld som utövas, ibland kan våldshandlingen mycket väl ligga inom flera former av våld. Dock är syftet med våldshandlingarna detsamma: att utöva makt och kontroll genom att hota, skada och skrämna.

## Avsnitt 5. Hur vanligt är våld i nära relation?



### Förmedla

Våld i nära relation och hedersrelaterat våld och förtryck är vanligt förekommande i samhället. Det är något som människor i alla samhällsgrupper kan utsättas för.

1. Be alla deltagare ta fram ett papper och rita en tipsrad för sex frågor med tre svarsalternativ, A, B eller C. Berätta att gruppen ska gissa svaren enskilt och att ni sedan ska gå igenom de korrekta svaren.
2. Be gruppen att enskilt besvara en fråga i taget och läs svarsalternativen högt, be deltagarna kryssa för svar i sin tipsrad direkt efter varje fråga.
3. När alla frågor är upplästa och alla har fyllt i sin tipsrad går du tillbaka till nummer 1 och ber någon av deltagarna att säga sitt svar. Du klickar i det svar som deltagaren föreslår.
4. Klicka på knappen "rätta fråga".
5. Läs det rättade svaret samt kommentaren till frågan högt för deltagarna.
6. Gör samma process på resten av frågorna.

### Hur vanligt är våld i nära relation?

#### Fråga 1.

A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### Fråga 2.

A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### Fråga 3.

A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### Fråga 4.

A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### Fråga 5.

A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### Fråga 6.

A	B	C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### Diskutera

- Visste ni att det är så här vanligt, att det är många som har erfarenheter av våld?

Skriv telefonnummer till de nationella stödlinjerna på en whiteboard och påminn om att det kan finnas regionala och lokala alternativ. Kvinnofridslinjen, Tel: 020-50 50 50 och Välj att sluta, Tel: 020-555 666 har kontaktuppgifter till dessa aktörer. Sist i handledningen finns en bilaga med kontaktuppgifter till flera stödlinjer. Det går att kontakta dessa aktörer för att prata om att någon i ens närhet kan vara utsatt eller utövare.



### Förmedla

Det kan vara svårt att veta hur du ska agera när du känner att något är fel. Kvinnofridslinjen kan ge stöd och vägledning när du tror att någon är utsatt, oavsett kön. Om det handlar om någon som utövar våld, kan du vända dig till Välj att sluta.

Vid akuta situationer, till exempel pågående misshandel, larma alltid 112.



## Avsnitt 6. **Sammanfattning**



**Visa filmen som summerar kapitel 1**

# Kapitel 2. Du kan göra skillnad



## Avsnitt 1. Du kan göra skillnad



### Förmedla

I det här kapitlet ska vi bland annat gå igenom hur ni på arbetsplatsen kan upptäcka våld i nära relation och hedersrelaterat våld och förtryck, och hur det är möjligt att göra skillnad.



### Visa filmen: Du kan göra skillnad

Filmen tar upp att det är viktigt att ställa frågan även om det känns svårt.

## Avsnitt 2. Att vara utsatt för våld i nära relation



### Övning

- Bikupa: Låt deltagarna diskutera vem som kan bli utsatt för våld. Samtalen sker parvis i fyra minuter.
- Det kan komma många olika påståenden. Summera vad deltagarna har pratat om i helgrupp (till exempel genom runda eller popcorn).
- Vänd sedan på kortet för att gemensamt ta del av vad forskningen säger.

## Avsnitt 3. Berättelser om våldsutsatthet



### Lyssna

Beroende på hur mycket tid ni har avsatt, så kan ni lyssnat till en, två eller tre berättelser. Gemensamt för dem är att de handlar om olika erfarenheter av att leva med våld.

**Innan du startar berättelserna, be deltagarna att medan de lyssnar fundera på om berättelserna skulle kunna handla om någon på arbetsplatsen.**

- 1) En kvinna berättar om hur det var att leva i en relation där det fysiska våldet blev allt värre.
- 2) En man berättar om hur det var att leva med en fru som kontrollerade och begränsade hela hans sociala liv.
- 3) En kvinna berättar om hur en stormförälskelse övergick i ständig kritik och ekonomiskt våld.

## Avsnitt 4. Tecken när någon är utsatt för våld i nära relation



### Övning

Be deltagarna att enskilt skriva ner vilka tecken som går att upptäcka på en arbetsplats. Vad kan vi vara uppmärksamma på?

Samla sedan in förslagen, antingen genom att de själva kommer upp till whiteboarden och skriver upp sina förslag på tecken eller att de får berätta vad de kommit fram till i en runda medan du listar dem på tavlan.

När förslagen finns på tavlan vänder du på kortet i kursen och jämför om ni har fått fler, färre eller andra möjliga alternativ.

## Avsnitt 5. Att utöva våld i nära relation



### Diskutera

- Låt deltagarna diskutera parvis (bikupa) vem de tror kan utöva våld i nära relation. Diskussionstiden är fyra minuter.
- Samla ihop förslagen i helgrupp, i en runda eller popcorn. Vänd på kortet för att ta del av vad forskningen säger.

## Avsnitt 6. Berättelser om våldsutövande

Innan du startar berättelserna ber du deltagarna att fundera på om dessa händelser skulle kunna handla om en medarbetare, men att det inte är något de ska dela med sig av i gruppen efteråt.



### Lyssna

- 1) En man som berättar om hur hans problem med att hantera sin ilska utsätter hela familjen.
- 2) En ung man berättar om hur han motvilligt kontrollerar sin syster och kusin, då hans familj förväntar sig det av honom.



### Förmedla

Hedersrelaterat våld och förtryck, som den andra berättelsen handlar om, utövas kollektivt. Ibland är en och samma person både utsatt för våld och utövar våld. Detta gäller inte minst pojkar och unga män, som kan tvingas att bevaka sina systrar eller kvinnliga familjemedlemmar och kusiner, mot sin egen vilja.

## Avsnitt 7. Tecken när någon utövar våld i nära relation



### Övning

Be deltagarna att enskilt skriva ner vilka tecken som går att upptäcka på en arbetsplats. Vad kan vi vara uppmärksamma på?

Samla sedan in förslagen, antingen genom att de själva kommer upp till whiteboarden och skriver upp sina förslag på tecken eller att du muntligen samlar upp vilka tecken de kommit fram till och skriver upp dem.

När förslagen finns på whiteboarden vänder du på kortet i kursen och jämför om ni har fått fler, färre eller andra möjliga alternativ.

## Avsnitt 8. Våga tänka våld!



### Förmedla

Det är viktigt att våga tänka tanken att tecknen du ser kan vara kopplade till våldsutsatthet eller våldsutövande, likaväl som att de kan ha orsakats av andra livsomständigheter.

## Avsnitt 9. Våldets normaliseringsprocess



### Förmedla

I mötet med någon som är utsatt för våld i nära relation är det viktigt att känna till det som kallas för våldets normaliseringsprocess. Våldets normaliseringsprocess utgår från de mönster som framträtt ur berättelser från kvinnor som utsatts för våld av män. Den ska inte användas som en mall som beskriver upplevelsen för alla individer som utsatts för våld, utan som ett sätt att förstå komplexiteten i våldet.

Mäns våld mot kvinnor är det som är vanligast förekommande enligt nationell statistik och forskning. I beskrivningen av processen i filmen nedan används därför en kvinna som utsätts av en man.

Processen ser dock likadan ut i en hbtqi-relation eller för en man som är utsatt av sin kvinnliga partner. Effekterna av våld, samt hur hälsan påverkas, är kunskap som ännu är ofullständig för dessa två grupper. Mycket talar dock för att våldet får liknande hälsoeffekter oavsett vem som är utsatt.

Här följer en film som på ett mycket komprimerat sätt beskriver en relation som börjar som alla andra, med ömsesidig attraktion, men som snart övergår till en relation där hot om våld blir en del av vardagen.



### Visa filmen: Berättelsen om Lena och Peter



### Diskutera

- När tycker du att Lena skulle ha avslutat relationen?
- När tycker du att Peter skulle ha förändrat sitt beteende eller avslutat relationen?

## Avsnitt 10. Våld i nära relation - ett mönster



### Visa filmen: Våld i nära relation - ett mönster



## Avsnitt 11. Sammanfattning



Visa filmen som summerar kapitel 2



# Kapitel 3. Våga se, fråga och agera



## Avsnitt 1. Våga se, fråga och agera



### Förmedla

I förra kapitlet har ni fått veta att våld i nära relation ofta påverkar arbetsförmågan. Vi har gått igenom tecken att vara uppmärksam på och hur normaliseringsprocessen fungerar.

I det här kapitlet får du ta del av hur du kan agera om du tror att någon på jobbet är utsatt eller utsätter andra. Som kollega kan du vara ett stort stöd och bidra till ett arbetsklimat där dina kollegor kan och vågar prata om våld i nära relation och hedersrelaterat våld och förtryck.

## Avsnitt 2. När du frågar om våldsutsatthet



### Förmedla

Det är inte säkert att den som är utsatt för våld definierar sig själv som utsatt. Därför ska vi undvika svepande våldsord som "misshandel" och "våldsam". Försök i stället använda konkreta beskrivningar som till exempel "blivit hotad, knuffad, slagen", "kontrollerar mobil eller mejl", "blivit rädd", "varit med om något obehagligt", "gjort dig illa".



### Övning

- Bikupa: Låt deltagarna själva fundera och prata om vad som är viktigt att tänka på om de ska ställa frågor om våld till någon de misstänker är utsatt. Samtalen sker parvis i fyra minuter.
- Det kan komma många olika förslag. Summera vad deltagarna har pratat om i helgrupp, genom till exempel runda eller popcorn.
- Vänd sedan på kortet med rubriken "Vad ska vi tänka på när vi frågar om våldsutsatthet?" för att gemensamt ta del av ett urval av några viktiga förhållningssätt.



### Förmedla

Grunden för att kunna bidra till förändring är att du lyssnar, frågar och tror på vad din kollega berättar. Var inte rädd för att ställa frågor – det visar att du bryr dig. Det är vanligt att den som är utsatt för våld är orolig att inte bli trodd, särskilt om den som utövar våldet uppfattas som charmig och snäll av omgivningen. Det är viktigt att inte skuldbelägga eller ifrågasätta.

## Avsnitt 3. Samtalet med kollegan

Deltagarna ska nu få lyssna till en dramatiserad berättelse där Amir bestämmer sig för att fråga sin kollega Micke hur han har det i sin relation.



### Lyssna



### Diskutera

- Hur var förutsättningarna för samtalet?
- Var det något som Amir hade kunnat göra annorlunda?
- Hur skulle du känna inför att ha ett liknade samtal med en kollega?

## Avsnitt 4. När du frågar om våldsutövande



### Övning

- Bikupa: Låt deltagarna själva fundera och prata om vad som är viktigt att tänka på om de ska ställa frågor till någon de misstänker utövar våld. Samtalen sker parvis i fyra minuter.
- Det kan komma många olika förslag. Summera vad deltagarna har pratat om i helgrupp.
- Vänd sedan på kortet med rubriken "Vad ska vi tänka på när vi frågar om våldsutövande?" för att ta del av ett urval av några viktiga förhållningssätt.



### Förmedla

Tänk på att kollegan antagligen inte uppfattar sig själv som våldsutövare. Därför är det viktigt att du beskriver vad du uppfattat och visar att du frågar av omtanke.

Att få frågor om våldsutövande kan väcka skam hos den som har utövat våld. Skammen kan i sin tur väcka ilska och förnekelse. Det är inte ovanligt att den som utövar våld lägger ansvaret på vad som hänt i relationen på sin partner, eller att den bagatelliserar sina handlingar.

Sammanfattningsvis, om du känner att du inte vill eller vågar ta upp dina misstankar med kollegan kan du alltid vända dig till närmaste chef, HR eller till någon annan du har förtroende för, till exempel en facklig företrädare eller ett skyddsombud. Chefen har ansvar för arbetsmiljön på jobbet. Du kan alltid kontakta Kvinnofredslinjen om det gäller någon som är våldsutsatt. När det gäller våldsutövande kan du kontakta Välja att sluta eller Preventell.

## Avsnitt 5. Fall: Småprat vid kaffeautomaten

Deltagarna ska nu få lyssna till en dramatiserad berättelse där Lisa och Sandra småpratar lite vid kaffeautomaten, och Lisa börjar fundera på om en kollega kanske utövar våld.



### Förmedla

Det som lyfts i samtalet är hur svartsjuka kan uppfattas som romantiskt, när det egentligen är en form av kontroll.



### Lyssna



### Diskutera

- Vad tycker du att Lisa ska göra nu?
- Vad tycker du var bra delar av samtalet och vad var mindre bra?

## Avsnitt 6. Om din kollega lever med barn



### Förmedla

Barnkonventionen slår fast att barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld. Barn ska inte behöva bevittna våld. Därför är det straffbart att låta barn bevittna vissa brottsliga gärningar i en nära relation, som våldsbrott och sexualbrott.

Alla vuxna personer som får kännedom om att ett barn far illa har ett ansvar. Vid misstanke om att barn far illa bör du anmäla din oro till socialtjänsten. Det gäller för alla, oavsett om du är släkting, granne, kollega eller arbetsgivare.

## Avsnitt 7. Känner du till vilket stöd som finns?



### Diskutera

- Vilket stöd finns i vår närhet?

Hänvisa sedan till den lista med stöd och kontaktuppgifter som finns som bilaga till denna handledning. Du kan skriva ut den, eller på annat sätt se till att alla gruppdeltagare vet var den finns.



## Avsnitt 8. **Sammanfattning**



**Visa filmen som summerar kapitel 3**

## Fler kurser för dig som vill lära dig mer



**BARNAFRID - NATIONELLT KUNSKAPSCENTRUM**  
LINKÖPINGS UNIVERSITET

**NCK**  
NATIONELLT CENTRUM  
FÖR KVINNOFRID

**JÄMSTÄLLDHETS  
MYNDIGHETEN**

  
**Länsstyrelserna**

## Fler kurser för dig som vill lära dig mer

Berätta att det finns en sida på Nationellt Centrum för kvinnofrids kunskapsbank, med länkar till olika kostnadsfria webbaserade kurser.

[Klicka på länken](#) för att visa hur webbplatsen ser ut, eller låt deltagarna scanna QR-koden med sina telefoner för att själva hitta till sidan.



# Nationella stödverksamheter

## Socialtjänsten i din kommun

Råd, stöd och skydd för den som utsätts för eller utövar våld i nära relationer. Tänk på att dina kollegor eller medarbetare kanske inte bor i den kommun där din verksamhet finns.

## Polisen

Anmäl brott i nära relation, eller kontakta akut vid pågående våld. Polisens uppgift är att förhindra och ingripa mot brott. Polisen kan även sätta in åtgärder för att skydda den som riskerar att utsättas för hot och våld.

Telefon akut: 112

Telefon ej akut: 114 14

[www.polisen.se](http://www.polisen.se)

## Kvinnofridslinjen

Hit kan den som är utsatt för våld ringa dygnet runt. Men även den som är anhörig, vän, kollega eller chef till någon som utsatt är välkommen att ringa. Det är gratis och telefonsamtalet syns inte på telefonräkningen.

Telefon: 020-505050. Öppet dygnet runt.

[www.kvinnofridslinjen.se](http://www.kvinnofridslinjen.se)

## Hedersförtryck – nationella stödtelefonen

Råd och konsultation i situationer där barn och vuxna är eller riskerar att bli utsatta för hedersrelaterat förtryck, våld, barnnäringskap, tvångsäktenskap och könsstympning.

Telefon: 010-223 57 60. Helgfria vardagar, måndag till fredag, kl. 09:00-16:00.

Telefonen öppnar kl. 10:00 på onsdagar jämna veckor.

[www.hedersfortryck.se](http://www.hedersfortryck.se)

## PrevenTell

PrevenTell är en nationell hjälplinje för den som upplever att den tappat kontrollen över sin sexualitet, som kanske känner oro för tankar och handlingar, eller är rädd att göra sig själv eller andra illa.

Telefon: 020-66 77 88. Vardagar kl. 12.00-15.00.

<http://preventell.se>

## Välj att sluta

Nationell telefonlinje för den som vill få hjälp att förändra ett kontrollerande eller våldsamt beteende. Här går det att prata anonymt med en rådgivare som har stor erfarenhet av dessa frågor. Det går att få stöd och råd, och hjälp till vidare behandling. Den som är utsatt för våld eller har frågor om ilska, kontrollerande och våldsamt beteende är också välkommen att ringa.

Telefon: 020-555 666. Måndag - fredag kl. 8.30-16.00

[www.valjattsluta.se](http://www.valjattsluta.se)

**Nationella organisationer som erbjuder rådgivning, stödverksamhet, skyddat boende och/eller jour-/ stödtelefon i frågor som rör våld i nära relation och/eller hedersrelaterat våld och förtryck.**

### **Brottsofferjouren**

Brottsofferjouren är en politiskt och religiöst obunden ideell organisation som ger stöd till brottsoffer, vittnen och anhöriga.

[www.brottsofferjouren.se](http://www.brottsofferjouren.se)

### **Hedersförtryck.se**

Via länken nedan listas de organisationer som erbjuder rådgivning, stödverksamhet, skyddat boende och/eller jour-/ stödtelefon i frågor som rör hedersrelaterat våld och förtryck, barnäktenskap, tvångsäktenskap och könsstympning.

[www.hedersfortryck.se](http://www.hedersfortryck.se)

### **RFSL**

Riksförbundet för homosexuellas, bisexuellas, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter driver en stödmottagning som har målgruppen hbtqi-personer som blivit utsatta för trakasserier, hot och våld.

Mer information om stödmottagningen:

[www.rfsl.se/verksamhet/stod/rfsl-stodmottagning/](http://www.rfsl.se/verksamhet/stod/rfsl-stodmottagning/)

### **Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige**

Roks är en paraplyorganisation för lokala kvinno- och tjejjourer. Det som är gemensamt för de lokala kvinno- och tjejjourerna är att de erbjuder stöd till kvinnor och tjejer.

Via länken hittar du Roks lokala jourer: [roks.se/hittaenjour](http://roks.se/hittaenjour).

### **Unizon**

Unizon är riksförbund för idéburna kvinnojourer, tjejjourer och ungdomsjourer.

Via länken hittar du Unizons lokala jourer:

[www.unizonjourer.se/om-unizon/vara-jourer](http://www.unizonjourer.se/om-unizon/vara-jourer).

### **Ungarelationer.se**

Nationell stöd- och kunskapsplattform för att motverka våld i ungas partnerrelationer. Hit kan unga upp till 20 år vända sig oavsett om de blir utsatta för våld, är den som utsätter eller är en kompis till någon som blir utsatt/utsätter någon.

Chatt: varje kväll mellan kl. 20.00-22.00.

[ungarelationer.se](http://ungarelationer.se).



# Referenser

## Kapitel 1

[Socialstyrelsen \(2021\) Våld i nära relationer och hedersrelaterat våld – Ett utbildningsmaterial.](#)

[Makt, Mål och myndighet – feministisk politik för en jämställd framtid \(skr 2016/17:10\).](#)

[Regeringens proposition \(2021/22:138\) Ett särskilt brott för hedersförtryck.](#)

[Westerstrand, J. Strid, S. Carsbring, A. Ekbrand, H. \(2022\) Kvinnors trygghet. Ett samhälle fyllt med våld. Roks](#)

[Nationellt centrum för kvinnofrid \(2014\) Våld och hälsa – En befolkningsundersökning om kvinnors och mäns våldsutsatthet samt kopplingen till hälsa, NCK-rapport 2014:1.](#)

[Charlot, N., Cleroux, A., Lopez, J. & Scott, K. \(2021\). Kan arbetsplatsen vara trygg när hemmet inte är det? Hur våld i nära relationer påverkar arbetsförmågan och relationer på arbetsplatsen.](#)

[Brottsförebyggande rådet, \(2022\) Konstaterade fall av dödligt våld. En granskning av anmält dödligt våld 2021.](#)

[Brottsförebyggande rådet \(2002\) Våld mot kvinnor i nära relationer. En kartläggning. Rapport 2002:14.](#)

[Unik databas: 325 kvinnor dödade.](#)

[Häger Glengård A, Steen Carlsson K, Berglund A. \(2011\) Ekonomiska konsekvenser av mäns våld mot kvinnor: en kunskapsöversikt samt kostnadsberäkningar utifrån tre typfall.](#)

## Kapitel 2

Lundgren, E. (2004) Våldets normaliseringsprocess. Roks.

Moser Hällen, L. (2021) Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer, LIBER AB.

Gun Heimer, Annika Björck, Ulla Albért, Ylva Haraldsdotter, Anna Berglund m.fl. (2019) Våldsutsatta kvinnor – samhällets ansvar, Upplaga 4, Studentlitteratur AB.

[Sveriges Kommuner och Regioner \(2022\) Våld i nära relation – stöd för dig som chef, stödmaterial för arbetsgivare.](#)

[Enander, V. Genväg till forskning. Att stanna och att gå: forskning kring misshandelsprocessen och misshandlade kvinnors uppbrottsprocess.](#)

[Brå \(2014\) Brott i nära relationer – En nationell kartläggning. 2014:8](#)

## Kapitel 3

[Socialtjänstlagen.](#)

[Socialstyrelsen \(2022\) Till dig som är skyldig att anmäla oro för barn.](#)







Jämställdhetsmyndigheten | Box 73, 424 22 Angered | Besöksadress: Angereds torg 9  
031-392 90 00 | [info@jamstalldhetsmyndigheten.se](mailto:info@jamstalldhetsmyndigheten.se) | [www.jamstalldhetsmyndigheten.se](http://www.jamstalldhetsmyndigheten.se)