

# Våld i nära relationer är en facklig fråga

Arbete mot mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer är en facklig fråga eftersom våldet drabbar medlemmar och påverkar deras arbetsförmåga och hälsa. Arbetsplatsen och kollegorna kan vara ett tryggt stöd för den som är våldsutsatt, och bidra till att rätt stöd och hjälp ges, men kan också utgöra en fristad från hemmet.

Våld i nära relationer drabbar både kvinnor och män, men kvinnor utsätts i betydligt högre utsträckning för grovt, upprepat och kontrollerande våld från en partner. I jämförelse med män är det också vanligare att kvinnor utsätts för sexuellt våld i nära relationer. Våldet sker vanligtvis inomhus i offrets egen bostad.

## Gör våldet pratbart och våga fråga

Att upptäcka våldsutsatthet så tidigt som möjligt räddar liv. Kunskap om våld i nära relationer på arbetsplatserna tillsammans med en handlingsplan för hur arbetsplatsen kan stödja medarbetare som utsätts för våld i nära relationer, leder till en ökad trygghet i att våga se och våga fråga. Det är också viktigt att arbetsplatser skapar en kultur där våldet blir pratbart och inte anses vara en "privat angelägenhet".

Arbetsgivare kan göra stor skillnad för den som utsätts genom att ställa frågor i medarbetarsamtal, ta fram rutiner för hur ni utreder behov av anpassning, rehabilitering och ger stöd. Att fråga om våld visar att du bryr dig.

## Tecken på att en medarbetare är våldsutsatt

Det syns sällan utanpå. Det är viktigt att vara uppmärksam på att det finns flera former av våld, som psykiskt, fysiskt, sexuellt, ekonomiskt eller materiellt. Det är vanligt att den som är utsatt försöker dölja det. Våldet i nära relationer är ofta upprepat, och eskalerar över tid. Riskerna ökar också när den utsatta försöker lämna relationen.

### Tecken kan vara:

- ▶ Oplanerad och återkommande sjukfrånvaro (för att kunna hantera konsekvenserna av våld).
- ▶ Avsaknad av flexibilitet runt arbetstider.
- ▶ Hen inte längre deltar i sociala aktiviteter utanför jobbet.
- ▶ Avlämnad, hämtad från jobbet av partner.
- ▶ Tät telefonkontakt med partner/närstående på arbetstid.
- ▶ Trötthet och koncentrationssvårigheter.
- ▶ Blåmärken, rodnader, sår.

Källa: Jämställdhetsmyndigheten

## Kontaktuppgifter till stödverksamheter

Du som är chef, kollega, anhörig eller själv utsatt kan ringa till Kvinnofridslinjen som är öppen dygnet runt för att ställa frågor och få råd och stöd om våld. Där får du prata med någon som är van att möta människor som utsatts för våld och du kan vara anonym när du ringer.

- Kvinnofridslinjen: 020-50 50 50
- Stödlinjen för män: 020-80 80 80
- Stödlinjen för transpersoner: 020-55 00 00
- Du kan också kontakta socialtjänsten i din kommun, polisen eller en ideell kvinnojour.



# Är du utsatt för våld i nära relation?

Några av oss på arbetsplatsen är utsatta för våld från en närstående. Det finns stöd att få! Det är en mänsklig rättighet att få leva sitt liv utan rädsla, hot och våld.

Våld i relation kan ta sig många uttryck. Det kan till exempel bestå av hårda ord, kränkningar, aggressiva utbrott, hot om fysiskt våld och kontroll av beteende och socialt umgänge. Det kan också handla om fysiskt våld såsom knuffar, örfilar, slag, sparkar eller stryptag.

En relation som innehåller våld börjar ofta bra. Om du upplever att din partners personlighet förändrats sedan ni inledde er relation, humöret blir sämre, partnern blir allt mer missnöjd och kontrollerande så bör du vara uppmärksam.

## Andra tecken att vara uppmärksam på kan vara:

- ▶ Min partner klagar ofta på mig och säger nedvärderande kommentarer om mitt utseende, min intelligens eller mina vänner.
- ▶ Min partner är svartsjuk och tycker inte att jag ger honom tillräckligt med uppmärksamhet, det händer att jag stannar hemma från en fest eller undviker att umgås med mina vänner eller familj på grund av hans misstänksamhet.
- ▶ Min partner vill ha koll på var jag befinner mig hela tiden, ha tillgång till mina sociala medier, eller läsa mina sms eller mejl.
- ▶ Min partner har kontroll över min ekonomi och över gemensamma tillgångar och besparingar.
- ▶ Min partner har en förlegad och nedvärderande kvinnosyn.
- ▶ Min partner tjar sig till sex.
- ▶ Min partner får raseriutbrott som kan göra mig rädd.
- ▶ Min partner får mig ofta att ifrågasätta min egen verklighetsuppfattning.
- ▶ Min partner brukar skylla på att det är jag som provocerar och att det är mitt fel när han/hon/hen tappar humöret.

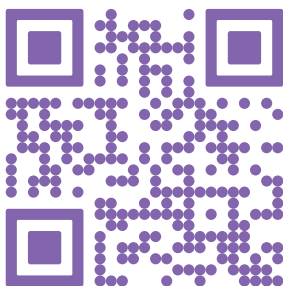
Källa: Jämställdhetsmyndigheten

## Stöd finns!

Om du är utsatt för våld i nära relationer eller funderar på om du är utsatt, vänd dig till stödjande personer för att prata. Du förtjänar att må bra! Du kan ringa till Kvinnofridslinjen som är öppen dygnet runt. Där får du prata med någon som är van att möta människor som utsatts för våld och du kan vara anonym när du ringer.

Du kan också vända dig till socialtjänsten i din kommun eller en ideell kvinnojour. Är situationen akut kontakta alltid polisen på 112.

- Kvinnofridslinjen: 020-50 50 50
- Stödlinjen för män: 020-80 80 80
- Stödlinjen för transpersoner: 020-55 00 00



Läs vår artikel för mer information om vad du kan göra och hur du kan få hjälp.