

Checklista

- om du blivit utsatt på jobbet

Om du personligen har råkat ut för diskriminering, trakasserier, hot, våld eller kränkande särbehandling så finns det fler saker som du kan göra.

- Ta din egen upplevelse på allvar.
- Säg ifrån direkt om du upplever något som kränkande.
- Dokumentera genom att anteckna tid, plats, vad som hände och sades, samt hur du reagerade. Anteckningarna kan komma att bli viktiga i en eventuell utredning.
- Tala om för din närmaste chef att du har utsatts för kränkningar. Om du blivit utsatt av din chef, eller av annan anledning inte vill anmäla till chefen, kan du istället kontakta personalenheten, skyddsombud, din fackliga organisation eller företagshälsovården.
- Ta emot erbjudande om stöd.
- Samarbeta och bidra till att hitta handlingsvägar för att lösa situationen.
- Prata med chef och skyddsombud om det som hände. Kräv att det ska skrivas tillbudsanmälan, arbetsskadeanmälan, och om det gäller hot, våld och / eller sexuella trakasserier att det omedelbart görs en polis-anmälan.
- [Polisanmälan](#) ska inte bara göras utifrån det som just hänt dig, utan även utifrån ett samhällsansvar. Vem vet vad personen som hotat eller varit våldsam gör härnäst eller mot vem?
- Din upplevelse av obehag och chock är alltid sann och ingen har rätt att bagatellisera din känsla. Hur var och en upplever en situation, beror mer på individens tidigare erfarenheter än på situationen i sig.
- Du får stöd och hjälp från din sektion eller din lokala avdelning när det gäller mötet med arbetsgivaren, chefen, arbetsskadeanmälningar med mera. Uppstår komplikationer som leder till att du vill ha kris- och samtalsstöd och inte får det av arbetsgivaren, får du också hjälp av facket.
- Kontakta [Brottsoffermyndigheten](#). Du kan vara berättigad till ekonomisk ersättning, så kallad brottskadeersättning. Skriftlig ansökan ska vara Brottsoffermyndigheten tillhanda senast två år efter brottet.