

“suntarbetsliv

# Förebygg hot och våld på arbetsplatsen

Victoria Magnusson

Ann-Charlotte Laurell

Verksamhetsutvecklare



**Version för dokumentation.  
Länkar har lagts till.**

# Innehåll

Hur skapar vi en trygg arbetsplats?

Säkerhetsdialogen

Digitala aggressioner

Medskick

Frågestund



## Tillsammans för friska arbetsplatser

Suntarbetsliv drivs av de fackliga organisationerna och arbetsgivarorganisationerna SKR och Sobona. Vi vänder oss till alla som jobbar med arbetsmiljö i kommuner, regioner och kommunala företag.

Kom igång med friskfaktorer

### Hitta rätt bland vårt innehåll

Hos Suntarbetsliv hittar du kostnadsfria verktyg, utbildningar och dialogstartare som ni på arbetsplatsen använder själva – och artiklar med inspiration och kunskap. Här har vi samlat ihop innehåll på några olika teman. Var vill du börja?

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

# Hur ser det ut på våra arbetsplatser?

- Tystnadskultur
- ”Lite får man tåla”
- Tillbud rapporteras inte
- Hot och våld – inte en del av SAM









Hur skapar vi en  
trygg arbetsplats?

[Säkerhetsdialogen: Hur skapar vi en trygg arbetsplats?](#)

## Forskningen säger

- Prata om hot och våld på jobbet med kollegor
- Rapportera alla tillbud inklusive oro
- Noll-tolerans mot att klara av hot och våld ensam
- Arbeta systematiskt med att förebygga hot och våld





# Hot och våld på jobbet

Vad är Hot och Våld?

## Exempel på hot och våld

- **Fysiskt** – att slå, bitas, rivas, hålla fast, sparkas eller spotta.
- **Psykologiskt** – handlingar som mobbning, trakasserier och verbalt våld.
- **Verbalt** – att skrika eller svära åt någon.
- **Icke verbalt** – genom kroppsspråk, en blick, en beröring eller att peka finger.
- **Digitalt** – obehagliga och oönskade sms, e-post, telefonsamtal samt inlägg och oönskad kontakt på sociala medier.





# Faktorer som bidrar till trygghet

- Tydlighet i roller och ansvar
- Välkända och tydliga rutiner
- Öva på olika situationer
- Socialt stöd och närvarande ledarskap
- Kunskap och kommunikation
- Fysisk miljö



# Bemötande

Hur bör vi hantera hotfulla-  
och våldsamma personer?





Säkerhetsdialogen

Förebygg ▾

Om något händer ▾

Gruppaktiviteter

Checklistor och stöd



## “Säkerhetsdialogen

Stöd för att förebygga hot och våld på jobbet

[Länk till Säkerhetsdialogen](#)

## Expertkunskap och stödmaterial

Förebygg ▾

Om något händer ▾

Gruppaktiviteter

Checklistor och stöd

### **Kunskapsmaterial**

i form av texter,  
tips, filmer

### **Praktiskt stöd**

som checklistor,  
test, dialogstöd



# Stärk dialogen med gruppaktiviteter i Säkerhetsdialogen



## Testa ert risk- och säkerhetsmedvetande

🕒 Ca 30 minuter

Undersök det risk- och säkerhetsmedvetande som finns på er arbetsplats.

Till testet



## Hur skapar vi en trygg arbetsplats?

🕒 Ca 30 minuter

Prata vad som bidrar till trygghet i arbetet trots att risken för hot och våld kan finnas.

Till aktiviteten



## Vad gör vi när något händer?

🕒 Ca 30 minuter

Tydliggör och utveckla arbetsplatsens rutiner för vad ni gör i en hotfull eller våldsam situation.

Till aktiviteten



## Hur hanterar vi situationer med hot och våld?

🕒 Ca 30 minuter

Dela erfarenheter av olika hot- och våldssituationer, och hur de skulle kunna förebyggas.

Till aktiviteten



## Vilka risker finns i vårt jobb?

🕒 Ca 40 minuter

Involvra arbetsgruppen för att löpande identifiera och samla in risker för hot och våld i arbetet, som ett komplement till årliga skyddsronder.

Till aktiviteten

# Nedladdningsbara checklistor



Situation som kan eskalera

↓ Ladda ner PDF



Hot

↓ Ladda ner PDF



Säkerhet på nätet

↓ Ladda ner PDF



Tips för att förebygga hot och våld

↓ Ladda ner PDF



Efter att något hänt

↓ Ladda ner PDF



Attentat misstänkt försändelse

↓ Ladda ner PDF

## Nedladdningsbara skyddsronder



AFS 2001:1 - SAM

Arbetsmiljöarbete  
med hot och våld

Gå till skyddsron



AFS 1993:2 - VÅLD OCH HOT

Hot och våld på  
arbetsplatsen

Gå till skyddsron



AFS 2015:4 - OSA

Organisatorisk och  
social arbetsmiljö

Gå till skyddsron



AFS 2020:1 - ARBETSPLATSENS  
UTFORMNING

Lokaler och  
utrustning

Gå till skyddsron



AFS 1999:7 - FÖRSTA HJÄLPEN OCH  
KRISSTÖD

Krisstöd

Gå till skyddsron



AFS 1982:3 - ENSAMARBETE

Ensamarbete

Gå till skyddsron

# Samtalsstöd och mallar

## SAMTALSSTÖD



Vid en händelse



Ladda ner PDF

## MALL



Utredning av händelse



Ladda ner PDF

## MALL



Handlingsplan och uppföljning

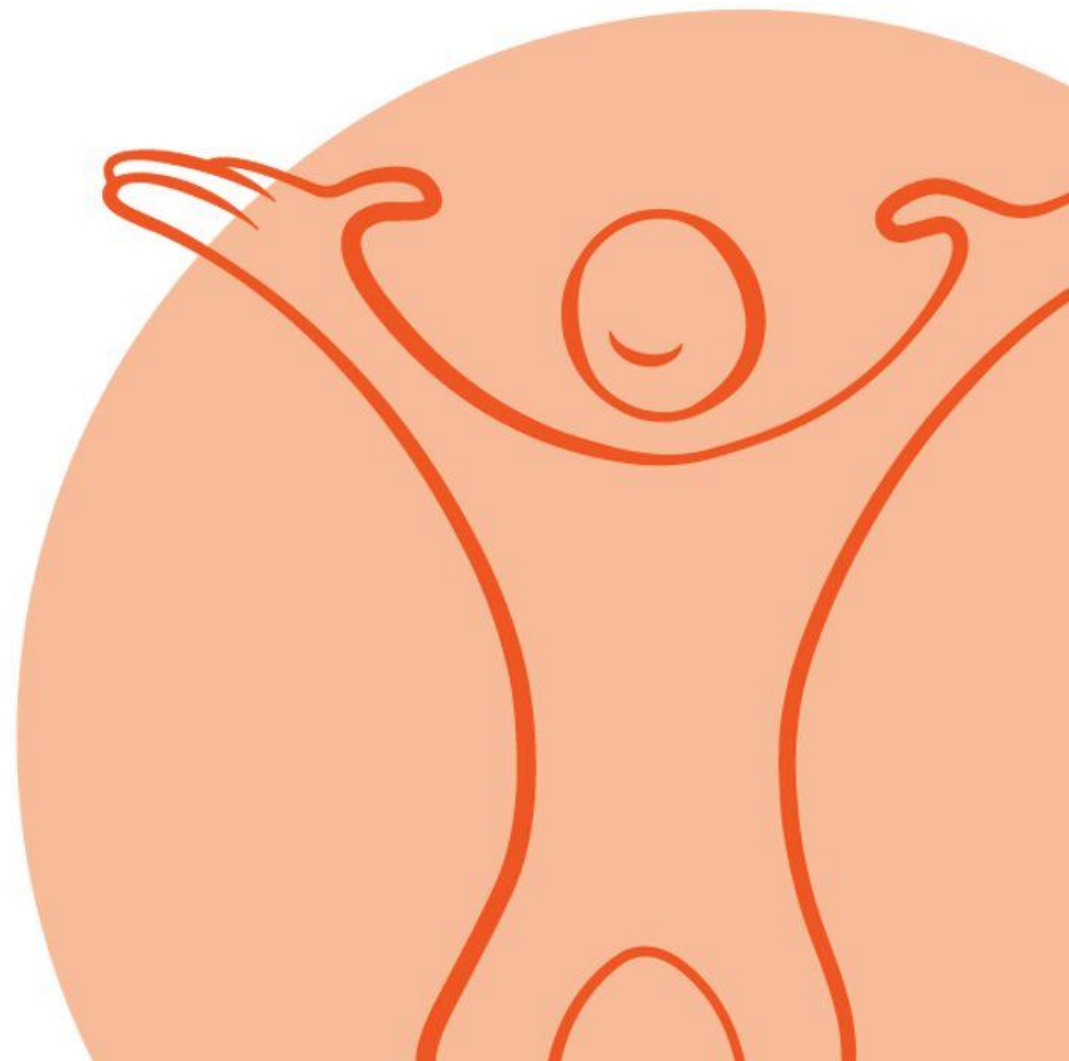


Ladda ner PDF



# Kom igång med Säkerhetsdialogen

- 1** Börja var ni vill i Säkerhetsdialogen
- 2** Inför nästa apt eller personalmöte - boka t ex in en gruppaktivitet
- 3** Använd i en skyddskommitté eller samverkansgrupp



# Testa ert risk- och säkerhetsmedvetande

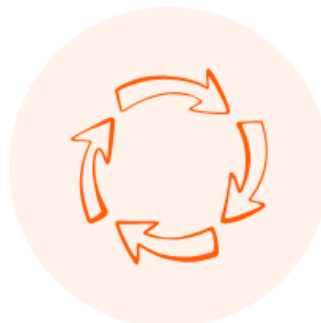


**Testa ert risk- och säkerhetsmedvetande**

🕒 Ca 30 minuter

Undersök det risk- och säkerhetsmedvetande som finns på er arbetsplats.

[Till testet](#)



Systematiskt  
arbetsmiljöarbete



Rutiner



Stöd och dialog



Kunskap och lärande



Så gör andra

# Så jobbar Göteborg mot tystnadskultur och otillåten påverkan

**Handlingsplan med 14 olika insatser inom tre olika fokusområden:**

1. Ökad tydlighet och struktur
2. Ökad kompetens
3. Stärkt ledarskap och organisationskultur



[Artikel: Så jobbar Göteborg mot tystnadskultur och otillåten påverkan.](#)





FORSKNING PÅ 5

## Digitala aggressioner

Starta dialogen på jobbet!

▶ Se filmen 5 min

A close-up photograph of a person's hands holding a dark-colored smartphone. The person is wearing a red and blue plaid shirt. The background is dark and out of focus. Overlaid on the image is the text "Din inkompetenta myglare!" in a white, sans-serif font. The text is positioned across the middle of the image, with "Din inkompetenta" on the left and "myglare!" on the right, partially overlapping the phone and the person's hands.

Din inkompetenta myglare!

## Förebygg digitala aggressioner

Digitala aggressioner som till exempel inlägg i sociala medier, mejl eller sms påverkar både medarbetare och verksamhet negativt. Det är en arbetsmiljörisk som många organisationer behöver hantera. Förebygg digitala aggressioner inom ramen för SAM, det systematiska arbetsmiljöarbetet.

### Kan förekomma i alla branscher

Forskningsprojektet om digitala aggressioner gjordes i skolan men fenomenet förekommer mer eller mindre i alla branscher. Det kan vara en närstående som har synpunkter på kvaliteten, någon som blivit arg över ett beslut eller en bedömning, eller någon som vill hämnas genom ett inlägg i sociala medier. Det kan vara enstaka händelser eller återkommande, vara lågintensivt och subtilt eller mycket allvarligt.

### Digitala miljöer påverkar empati

Digital kommunikation påverkar möjligheten att känna empati för den andre. En anledning är att personen som skickar det aggressiva innehållet inte får del av ansiktsuttryck eller kroppsspråk, vilket normalt hjälper till att utveckla empati för den andre. Detta riskerar att förstärka aggressiva beteenden.

### Hämningar minskar

Det är också lättare att uttrycka ilska och frustration i digitala miljöer jämfört med i verkliga livet. Känslan av att vara anonym minskar sociala spärrar.

## RÅD FRÅN FORSKNINGEN

- Skapa dialog
- Ge stöd till utsatta
- Bygg upp kompetens och rutiner
- Integrera i SAM

### Gränserna luckras upp

Digitala aggressioner kan nå medarbetare både på jobbet och på fritiden. Det gör fenomenet mer allvarligt eftersom det inkräktar på privatlivet och möjligheterna till återhämtning.

### Viktigt att hantera

Digitala aggressioner påverkar medarbetare och verksamhet negativt. Från tidigare forskning är det också känt att det leder till ökad stress, ökad kognitiv belastning, och till att medarbetare trivs sämre. Dessutom tar det tid att hantera de digitala aggressionerna. Organisatoriskt handlar det om minskad produktivitet, ökad frånvaro och en ökad personalomsättning.


### Om forskningen

Forskningen bedrevs vid Malmö universitet med Rebecka Cowen Forssell som projektledare. Med i forskningsprojektet "Digitala aggressioner – En ny arbetsmiljörisk i skolan" fanns också docenterna Hanne Berthelsen och Sandra Jönsson.

[Forskningsrapport: Digitala aggressioner – En ny arbetsmiljörisk i skolan](#)

# Förebygg och hantera digitala aggressioner

 Gruppaktivitet

 Tidsåtgång: Från 15 minuter

Titta på filmen först. Välj de frågor som är viktiga hos er. Tänk på egen hand och prata sen i mindre grupper. Summera tillsammans och bestäm nästa steg.

En dialog är en bra början. Då får ni koll på digitala aggressioner hos er. Det är en förutsättning för att kunna hantera det inom ramen för det systematiska arbetsmiljöarbetet. Vilka åtgärder behövs hos er?

Fråga 1

**Vilka erfarenheter har vi av digitala aggressioner?**

Fråga 2

**Var sätter vi gränsen för vad som är ok och inte?**

Fråga 3

**Vad behöver vi göra för att förebygga digitala aggressioner hos oss?**

Fråga 4

**Hur ska vi hantera digitala aggressioner när de uppstår?**



## TIPS

# Jobba vidare med att förebygga digitala aggressioner

Här finns en gruppaktivitet för att jobba med digitala aggressioner inom ramen för det systematiska arbetsmiljöarbetet och stöd för att forma en arbetsmiljöpolicy, riktlinjer för kommunikation och rutiner. Samverka i arbetsgruppen, ta upp frågan i samverkansforum och involvera högre ledning, HR, säkerhet med flera om det behövs.



Vägledning: 6 steg för att förebygga digitala aggressioner

[Ladda ner och öppna pdf](#) 



Vägledning: Stöd för att forma policy och rutiner

[Ladda ner och öppna pdf](#) 

Till sist

## Medskick

- 1 Prata om hot och våld på jobbet
- 2 Rapportera alla tillbud inklusive oro
- 3 Hot och våld – en naturlig del i det systematiska arbetsmiljöarbetet
- 4 Noll-tolerans mot att klara av hot och våld på egen hand



Det här händer 2024

## Webbinarium 19 april

### Förebygg hot och våld på arbetsplatsen

Gäst: Melina Mellin, Säkerhetschef på  
Södertälje sjukhus

Anmälan görs på:

<https://www.suntarbetsliv.se/eventang>



# Utcheckning

**Tankar och  
reflektioner?**



# Olika sätt att komma i kontakt med oss



## Boka vägledning

Vill du ha hjälp av hitta rätt i utbudet? Eller bolla övningar till nästa arbetsplatsträff? Boka en halvtimmes vägledning!



## Boka en föreläsning

Boka in en av våra verksamhetsutvecklare att föreläsa hos er! Välj bland olika teman och stöd som Suntarbetsliv erbjuder.



## Ta hjälp av Friskfaktorlinjen

Vill ni ha strategisk rådgivning, för att komma igång eller komma vidare med era friskfaktorer? Boka tid med en av våra friskfaktorexpertter!



# Tack!