

Webbaserad introduktionskurs om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer

UTBILDNINGSMANUAL

*”Webbaserad introduktionskurs om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer”
är producerad av Nationellt centrum för kvinnofrid, NCK, vid Uppsala universitet i
samverkan med länsstyrelserna och Socialstyrelsen.*

Webbkursen och relaterat material får inte användas för kommersiellt bruk.

www.webbkursomvold.se

Nationellt centrum för kvinnofrid, NCK
Uppsala universitet
Akademiska sjukhuset
751 85 Uppsala
www.nck.uu.se
ISBN 978-91-984396-1-8
Tryck: KPH Trycksaksbolaget AB, 2019

Innehåll

Inledning	5
Så använder du webbkursen som kursledare	6
Att utbilda om våld	9
LEKTIONSPLANER	
1.1 Vad är våld?	10
1.2 Våldets omfattning	11
2.1 Våldets uttryck	12
2.2 Våldets konsekvenser	13
3.1 Normaliseringsprocessen	14
3.2 Uppbrottsprocessen	15
4.1 Samhällets ansvar	16
4.2 Den yrkesverksammas ansvar	18
Avslutning	20
Ytterligare kunskapsstöd	21

Inledning

Kunskap om mäns våld mot kvinnor och våldets konsekvenser är viktig för att kunna ge våldsutsatta kvinnor ett bra bemötande, men också för att kunna arbeta förebyggande och för att förändra attityder i samhället.

Att enbart höja kunskapen om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer leder dock inte automatiskt till förändring inom detta område. Det krävs också arbete med normer, attityder och värderingar. En webbaserad introduktionskurs om våld kan ge grundläggande kunskap om våld, men för en mer djupgående och processinriktad kunskap krävs reflektioner och samtal i grupp om våldets komplexitet och om vilken praktik som lämpar sig bäst i den egna verksamheten.



Den här manualen är till för dig som ska leda utbildningstillfällen med hjälp av den webbaserade introduktionskursen om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relation. Kanske har du fått i uppdrag av din chef att hålla i en diskussion vid en arbetsplatsträff, eller att ansvara för en längre utbildningsinsats på er arbetsplats.

Det finns många olika sätt att använda webbkursen för utbildningsinsatser i grupp. Ni kan gå igenom innehållet helt och hållet gemensamt, under ledning av dig. Kursdeltagarna kan även gå igenom kursen på egen hand, för att därefter samlas för diskussioner och övningar. Ni väljer det sätt som passar er bäst utifrån faktorer som tidsutrymme, gruppens storlek och förkunskaper. Även dina erfarenheter av att utbilda kan påverka hur ni väljer att lägga upp era utbildningsinsatser. Ju mer erfarenhet du har av att utbilda, desto mer avancerade övningar och diskussioner kan ni ha.

Så använder du webbkursen som kursledare

Varje avsnitt i webbkursen motsvarar ett lektionspass, som vi valt att kalla det. Innehållet i ett avsnitt motsvarar alltså innehållet i ett lektionspass. Du kan välja att genomföra ett pass åt gången eller flera på rad, beroende på hur mycket tid du har till förfogande. Vid en arbetsplatsträff kan det till exempel vara lagom att gå igenom ett pass, medan ni hinner flera pass om ni har en hel- eller halvdagsutbildning.

Lektionspassen är förslag på hur webbkursens innehåll kan användas vid utbildning i grupp. Naturligtvis kan du välja att lägga upp en utbildning på annat sätt, till exempel genom att enbart använda vissa delar av webbkursen. Notera dock att den kunskap som webbkursen omfattar kan ses som baskunskap om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relation och att de delar som eventuellt väljs bort bör ersättas på något sätt för att inte kunskapen ska bli alltför fragmenterad och knapphändig.

Förberedelser

Börja med att registrera dig som användare till webbkursen. Därefter ska du som kursledare välja att växla till gruppspåret i webbkursens meny. I gruppspåret presenteras webbkursens innehåll på ett sätt som ska förenkla för kursledare att visa innehållet för en grupp. Deltagarna i den grupp du ska leda ska alltså inte välja gruppspåret, det är till för dig. Deltagarna behöver inte registrera sig på webbkursen överhuvudtaget, om inte du ber dem ta del av innehållet på egen hand inför ett kurstillfälle.

Du behöver själv i förväg ha tagit del av innehållet i det eller de avsnitt ni ska fokusera på. Textavsnitten kan skrivas ut och delas ut till kursdeltagarna för läsning. Om du föredrar att själv presentera innehållet i texterna som en föreläsning kan du göra det istället och då använda utskrifterna som föreläsningsmanus.

Tips!

När du som kursledare är inloggad på gruppspåret hittar du rubriken *Material och länkar*. Där finns bland annat testet att skriva ut, facit, alla texter och de yrkesspecifika texterna som återfinns i det individuella spåret.



Praktiskt

Du behöver en dator med internetuppkoppling och projektor. Om ni ska göra övningar och summera diskussioner är det bra med en whiteboardtavla eller liknande och eventuellt papper och penna till deltagarna. Se över hur du kan och vill möblera lokalen ni ska vara i. Om du vill underlätta för diskussioner kan du till exempel möblera i "öar", det vill säga göra mindre grupper av bord och stolar som sprids i rummet.

Tidsåtgång för kursen

Hur lång tid ni behöver räkna med för att gå igenom ett pass beror på hur mycket tid ni kan avsätta för diskussioner, hur många kommentarsfilmer ni tittar på och så vidare. Innehållet i vissa lektionspass kan upplevas som mer komplexa än andra och därför ta mer tid. Tidsangivelserna som följer är därför uppskattningar.

Varje lektionspass beräknas ta mellan 20 och 40 minuter att gå igenom. Den kortare tiden gäller om du bitt deltagarna läsa texterna inför ert kurstillfälle och/eller om du väljer att utesluta någon av diskussionsfrågorna. För att ge deltagarna bästa möjlighet till ökad kunskap rekommenderas att ni diskuterar samtliga frågor.

Diskussioner och övningar

Diskussioner och reflektionsövningar är en viktig del vid utbildning om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer. Detta för att nå en förståelse för problematiken och i förlängningen kunna ge ett gott bemötande och adekvat stöd till våldsutsatta, våldsutövare och deras barn. Genom diskussioner kan dessutom den teoretiska kunskapen kopplas till praktik och reflektioner kring hur det ser ut i den egna verksamheten. Du behöver därför planera lektionspassen så att det finns tid för samtal och reflektioner.



När det gäller diskussionsfrågorna avgör du som kursledare om diskussionerna ska ske i helgrupp eller i mindre grupper. Ditt val kan exempelvis påverkas av gruppens storlek, lokalens utformning och hur mycket tid ni har.

Tidsåtgången beror på hur komplex den diskussionsfråga eller övning ni arbetar med är. Ju mer erfaren du är som kursledare, desto lättare kommer du att ha att uppskatta tidsåtgången och vara flexibel i situationer som inte går som planerat.

En rekommendation till dig som är ovan att leda ett utbildningstillfälle är dock att ge 2-3 minuter till deltagarna att diskutera en fråga sinsemellan i en så kallad bikupa och därefter 5-7 minuter för att gå igenom diskussionen tillsammans i helgrupp under ledning av dig.

En annan diskussionsform om deltagarna är få, det vill säga 5-8 stycken, kan vara att låta varje deltagare få utveckla sina tankar kring en frågeställning och prata en kort stund. De andra deltagarna lyssnar och sedan lämnas ordet till nästa deltagare tills ni gått bordet/varvet runt.

Vid större grupper kan du dela upp dem i mindre grupper för diskussion om en särskild frågeställning, beroende på tillgång till grupprum eller hur lokalen ser ut. Vid återsamling kan var och en av de mindre grupperna kort redovisa vad de kom fram till i sin diskussion.

Tänk på att inte kräva att alla deltagare ska prata utan var lyhörd och försök att skapa ett bra diskussionsklimat där alla är med och bidrar efter egen förmåga.



De uppgifter som kallas för "Övningar" i manualen kan kräva något mer tid. De kräver också mer av dig som kursledare, då du kan behöva fånga upp åsikter, reflektioner och reaktioner bland deltagarna under övningarna. Övningarna rekommenderas därför till dig som har lite mer erfarenhet av att utbilda. Om du är ovan räcker det att använda diskussionsfrågorna.

Tips!

Visa gärna kommentarsfilmer även om det inte specifikt anges. De kan bidra med fler aspekter på en fråga.



Efter utbildningen

När du har gått igenom alla lektionspass med gruppen kan du ge deltagarna ett test att göra (tillsammans eller enskilt). Testet och facit hittar du under rubriken *Material och länkar*. Du kan också skriva ut intyg på att de deltagit i kursen. Gå in på *Skapa intyg* i gruppspårets meny och ange hur många som deltagit i din kurs. Därefter får du en pdf som du kan skriva ut och ge deltagarna.

Att utbilda om våld

Utbildning om våld kan väcka många tankar och känslor. Det kan vara påfrestande att delta i den process som en ny förståelse för mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer kan innebära och ibland reagerar deltagare genom att exempelvis vara särskilt kritiska och ifrågasättande – ett slags motstånd. Bland yrkesverksamma kan motstånd också uppstå i och med en ny insikt om hur man har agerat tidigare i sitt yrkesprofessionella liv. Tankar som "Om nu våld är så vanligt, hur många våldsutsatta personer har jag inte missat att ge stöd under mitt yrkesliv?" kan väckas hos deltagaren. Motstånd kan också vara grundat i arbetsplatsens organisationskultur eller hur deltagaren uppfattar sin yrkesroll i relation till uppdrag och riktlinjer.

Utbildning om våld kan också väcka tankar och känslor kopplade till egna erfarenheter av att ha varit utsatt för eller ha utövat våld, eller till anhörigas eller nära vänners erfarenheter.

Eftersom våld i nära relationer är vanligt och utövas i alla olika samhällskategorier är det sannolikt att det finns kollegor med erfarenheter av att bli utsatta för eller utöva våld. Ett tips är därför att alltid utgå ifrån att alla former av erfarenheter kan finnas representerade i rummet. I praktiken kan det innebära att inte prata om personer som är utsatta för våld som "dom", som om dessa personer inte skulle kunna finnas bland "oss". Stanna också om möjligt kvar en stund efter utbildningstillfället ifall någon deltagare skulle behöva information om vilket stöd som finns att få. För att kunna hänvisa deltagare som varit utsatta för våld att söka vidare stöd, kan det vara bra att alltid ha med sig kort med numret till Kvinnofridslinjen.

För dig som gruppleddare kan det vara stärkande att vara förberedd på att motstånd kan uppstå under en utbildning och att det inte är någonting ovanligt i samband med utbildning om våld. Det finns dock några sätt att förebygga motstånd:

- Genom att vara inkluderande och värna om ett respektfullt samtalsklimat.
- Genom tydlighet: gå igenom varför utbildningen anordnats, utbildningens avgränsningar, vad som kommer att tas upp och inte. Definiera de begrepp som används, som "våld i nära relationer". Använd gärna informationen på kursens välkomstsida som hjälp i detta.
- Genom att gå igenom de praktiska förutsättningarna: hur mycket tid ni har till förfogande och om ni kommer att ta någon paus, till exempel.

Mer stöd

Kvinnofridslinjen 020-50 50 50 är öppen dygnet runt, alla dagar. Även den som möter våldsutsatta kvinnor i sitt arbete är välkommen att ringa.

LEKTIONSPLAN

1.1 Vad är våld?

Syfte

Lektionspassets syfte är att sätta problematiken med våld i nära relationer i ett sammanhang och se hur det förhåller sig till andra former av våld i samhället. Syftet är också att reflektera kring vad som orsakar våld i nära relationer.

Upplägg

Läs texterna *Hur kan våldet benämnas* och *Våldets bakomliggande orsaker*. Inled med att visa serien om Anna och därefter filmen *Användning av olika begrepp*. Samtala sedan kring texterna och filmen med hjälp av diskussionsfrågorna.



Diskutera

1. I vilka sammanhang kan det vara bättre att använda begreppet "våld i nära relationer" än begreppet "mäns våld mot kvinnor" – och tvärtom?
2. Vilka begrepp använder ni i er verksamhet och varför?
3. Fundera på vilket eller vilka perspektiv på mäns våld mot kvinnor och våld i nära relation som ni använder i er verksamhet. Hur kan det tänkas påverka ert arbete?

Visa filmen *Vad är sexuella trakasserier och hur kan de förebyggas?*. Diskutera filmen med hjälp av frågorna.



Diskutera

1. Diskutera kopplingen mellan sexuella trakasserier och mäns våld mot kvinnor. Hur hänger det ihop?
2. Hur kan ni i er verksamhet arbeta våldsförebyggande?

1.2 Våldets omfattning

Syfte

Syftet med detta lektionspass är att skapa förståelse för hur vanligt våld i nära relationer är, men också för hur våldets förekomst kan mätas. Ytterligare ett syfte med passet är att ge deltagarna möjlighet att reflektera kring varför män är över-representerade som våldsutövare.

Upplägg

Läs texterna *Hur kan våld mätas?*, *Hur vanligt är våld i nära relationer?*, *Vilka utövar våldet?* och *Hur många barn upplever våld?*.

Inled med att visa serien om Anna och fråga om gruppen har några kommentarer om det de läst.

Visa filmen *Maskulinitet och våld*. Diskutera filmen och texterna med hjälp av frågorna.



Diskutera

1. Varför är det relevant att ha en uppfattning om våldets omfattning? Hur kan sådan kunskap påverka er i ert arbete?
2. Vilka rutiner har ni på er arbetsplats gällande anmälan om barn som ni misstänker far illa? Reflektera över hur ni aktivt sätter barnens bästa i fokus.



Övning

Be deltagarna associera kring maskulinitet och femininitet. Antingen skriver du ner det som sägs på en tavla, eller så får deltagarna skriva ned det på papper och sedan läsa upp. Diskutera sedan hur det som kommit upp kan kopplas ihop med 1) makt och 2) våld.

2.1 Våldets uttryck

Syfte

Passets syfte är att synliggöra hur våld i nära relationer kan yttra sig. Det är nödvändigt att känna till för att ha möjlighet att upptäcka våldet.

Upplägg

Börja med att visa serien om Anna och gör sedan övningen.



Övning

Be deltagarna att ge exempel på hur våld i nära relationer kan ta sig uttryck. Skriv gärna upp svaren på en tavla. När ni känner er klara kan ni titta på bilden i modulen *Våldet tar sig olika uttryck* och klicka på de olika former av våld som exemplifieras. Använd gärna uppläsningfunktionen. Visa också några av kommentarsfilmerna för att få fler exempel.

Be deltagarna läsa texten *Våld relaterat till särskild sårbarhet* och gå därefter vidare med diskussionsfrågorna.



Diskutera

1. Vilka former av våld tror ni kan vara svårast för omgivningen att upptäcka och förstå?
2. Hur kan ni arbeta för att den hjälp er verksamhet kan erbjuda ska vara tillgänglig för alla?

LEKTIONSPLAN

2.2 Våldets konsekvenser

Syfte

Lektionspassets syfte är att ge en inblick i vilka konsekvenser våldet kan få, för vuxna och barn som utsätts för våld och för samhället.

Upplägg

Visa först serien om Anna och därefter filmen *Våldets konsekvenser*. Läs texten *Våldets konsekvenser för barn* och se filmen *Hur påverkas barn av våldet?*.

Diskutera sedan det ni har sett och läst med hjälp av frågorna.



Diskutera

1. Var det något exempel på konsekvenser av våld som ni inte tänkt på tidigare?
2. Varför behöver ni ha kunskap om våldets konsekvenser på er arbetsplats? På vilket sätt kan sådan kunskap påverka ert arbete?

Be deltagarna läsa texterna *Våldets kostnader* och *Indirekta kostnader*.



Övning

Be deltagarna att reflektera en stund i grupper om två eller tre om vad de läst och samla sedan upp några kommentarer i helgrupp.

LEKTIONSPLAN

3.1 Normaliseringsprocessen

Syfte

Syftet med lektionspasset är att ge deltagarna kännedom om våldets normaliseringsprocess, det vill säga den process som ligger bakom att våldet blir vardag. Att ha kunskap om detta är av stor vikt för att kunna ha förståelse för den våldsutsattas situation och för att minska risken för skuldbeläggande.

Upplägg

Visa först serien om Anna. Be deltagarna läsa texten *Våldets normaliseringsprocess*. Visa gärna illustrationen till modulen *Våldets normaliseringsprocess*. Diskutera det ni sett och läst utifrån frågorna nedan. Avsluta med att titta på någon eller några av de tre kommentarsfilmerna om normaliseringsprocessen.



Diskutera

1. Vilka exempel på våldets normaliseringsprocess ser ni i serien om Anna?
2. Den våldsutsatta kan vara mer mottaglig för hjälp ju närmare våldsfasen hon befinner sig (se illustration). Om hon har gått vidare till reparationsfasen och upplever relationen som varm och positiv igen kan det vara svårare att nå fram med hjälp och stöd. Hur skulle ni kunna dra nytta av denna kunskap på er arbetsplats?

Låt deltagarna läsa texten *Anpassning och motstånd* och visa sedan de tre kommentarsfilmerna om anpassning och motstånd.



Diskutera

Be deltagarna prata med varandra om varför det kan vara relevant att uppmärksamma den våldsutsattas anpassning och motstånd.

3.2 Uppbrottsprocessen

Syfte

Passets syfte är att ge deltagarna kunskap om den så kallade uppbrotsprocessen. Att lämna en relation där våld förekommer beskrivs ofta som en process i olika faser. Att ha kunskap om detta är viktigt för att ha förståelse för den våldsutsattas situation och varför det kan vara svårt att lämna relationen.

Upplägg

Visa först serien om Anna. Be deltagarna läsa texten *Uppbrotsprocessen*. Visa därefter illustrationen till *Uppbrotsprocessens tre faser*.



Diskutera

För en våldsutsatt person kan det kännas övermäktigt med alla praktiska aspekter som hon måste hantera i upprottet. Får hon hjälp med detta kan det vara en stor lättnad. Diskutera vilket praktiskt stöd en våldsutsatt person kan tänkas behöva.

Läs texten *Riskyllad separation*.



Diskutera

Vad kan ni inom er verksamhet göra för att uppmärksamma en eventuellt riskyllad situation för en våldsutsatt person som genomgår en separation?

LEKTIONSPLAN

4.1 Samhällets ansvar

Syfte

Syftet med lektionen är att understryka samhällets ansvar för våldsutsatta, våldsutövare och deras barn. Deltagarna ska få kunskap om vilka skyldigheter olika yrkesgrupper har och vilket stöd som finns att ge.

Tips!

Detta lektionspass har mycket innehåll och kräver mer tid. Räkna med cirka 15 minuter extra jämfört med de andra passen.



Upplägg

Visa först serien om Anna. Be deltagarna läsa texten *Samhällets ansvar* och visa därefter filmen *Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd*. Gå vidare till *Anna och Adam, en fallbeskrivning* och visa filmen.



Diskutera

Vad tänker ni kommer att hända härnäst? Vilka samhällsaktörer kan Anna, barnen och Adam tänkas komma i kontakt med? Vilket slags stöd behöver de?

Efter samtalet, visa filmerna på videoväggen *Vem ska göra vad?*. Ni kan visa alla eller välja de aktörer som är mest relevanta för er verksamhet att veta mer om.



Diskutera

Hur väl stämde innehållet i filmerna överens med de diskussioner ni hade innan? Hur fungerar det i er kommun/er region/ert län?

Visa filmen *Att arbeta med våldsutövare*.



Diskutera

Vilket stöd kan våldsutövare få för att upphöra med sitt våldsamma beteende i er kommun/er region/ert län? Försök att ta reda på det om ni inte vet.

Läs texten *Samverkan* och visa därefter filmen *Sekretess – hinder eller hjälp vid samverkan?*. Diskutera med hjälp av frågorna.



Diskutera

1. Vilka myndigheter och idéburna organisationer samverkar ni med i dagsläget? Vilka skulle ni vilja samverka med? Vilka förutsättningar krävs för att uppnå en god samverkan både externt och internt?
2. Diskutera hur sekretessen kan vara en hjälp och när den blir ett hinder? Hur kan samtycke och samordnade insatser vara till hjälp för den våldsutsatta?

4.2 Den yrkesverksammas ansvar

Syfte

Syftet med lektionen är att göra deltagarna uppmärksamma på vilket ansvar de har som yrkesutövare och hur de själva kan bidra till att ge ett gott bemötande och ett ändamålsenligt stöd till de personer de möter.

Upplägg

Visa först serien om Anna och sedan filmen *Vad kan ett gott bemötande innebära?*.



Övning

Be deltagarna sätta sig mitt emot varandra i par. Den ena personen ska berätta någonting för den andra, till exempel om sin senaste resa eller hur morgonen varit. Den som lyssnar får under tiden inte röra en min, inte nicka, humma eller liknande. Efter ett par minuter kan du som kursledare avbryta övningen och låta deltagarna berätta om vad de upplevde. Hur var det att prata med någon som inte visade något som helst engagemang? Hur var det att vara den som lyssnade? Syftet med övningen är att ge deltagarna en erfarenhet av hur viktigt kroppsspråket är i bemötandet av andra.

Visa filmerna *Att ställa frågor om våld* och/eller *Tandvårdens möjlighet att upptäcka våldsutsatthet* och läs texten *Bra att tänka på när du ställer frågor om våld*.



Diskutera

När frågor om våld ska ställas är det betydelsefullt hur och under vilka omständigheter de ställs.

Diskutera följande frågor (samtliga eller några utvalda) i mindre grupper:

- Har vi rutiner för hur frågeproceduren går till?
- Ställer vi frågor om våld i en för klienten/patienten trygg miljö?
- Hur inger vi förtroende?

- Har vi rutiner för vart klienten/patienten kan hänvisas inom organisationen eller till annan verksamhet?

Läs texten *Bemötande utifrån särskild sårbarhet*.



Diskutera

1. På vilket sätt hade Annas situation och behov av stöd kunnat se annorlunda ut om hon hade:

- Haft en funktionsnedsättning
- Levt i en samkönad relation
- Befunnit sig i ett missbruk/beroende
- Haft svårigheter med det svenska språket
- Varit äldre

2. Vilken beredskap har ni i er verksamhet för att ge stöd till personer i dessa situationer?

Visa modulen *Föreställningar om våld*.



Diskutera

Har ni fler exempel på vanliga föreställningar om våld i nära relationer? Hur kan sådana föreställningar påverka stödet till våldsutsatta ifall de finns hos personalen?

LEKTIONSPLAN

Avslutning

Syfte

Passets syfte är att blicka framåt och ge deltagarna motivation att förbättra arbetet för våldsutsatta personer och deras barn samt våldsutövare och lära sig mer om ämnet.

Upplägg

Börja med att visa serien om Anna.



Diskutera

Vad kan ni göra inom er verksamhet för att förbättra arbetet för våldsutsatta personer och deras barn samt våldsutövare:

- I morgon?
- Inom en månad?
- Inom ett år?

Anteckna förslagen och sammanställ dem gärna så att ni kan påminnas om dem på er arbetsplats.

Avsluta med att visa filmen *Framtida utmaningar*.

Ytterligare kunskapsstöd

Under *Material och länkar* i webbkursens meny hittar du länkar till webbaserat utbildningsmaterial, filmer och litteraturtips.

För dig som vill ha ytterligare stöd i ditt arbete finns det även mer material på NCK:s webbplats www.nck.uu.se

Där hittar du de nationella metod- och kompetensstöden *Webbstöd för kommuner* och *Webbstöd för vården* som är särskilt anpassade för medarbetare i kommuner, respektive inom hälso- och sjukvård samt tandvård. På webben finns även NCK:s kunskapsbank som samlar kunskap inom områdena mäns våld mot kvinnor, hedersrelaterat våld och förtryck samt våld i samkönade relationer. Via webbplatsen kan du också läsa mer om och ansöka till universitetskurser samt hitta mer information om Kvinnofridslinjen.





