

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ



ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ  
ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ

## 5ο Ετήσιο Συνέδριο Πρόληψης και Προαγωγής Υγείας *«Μένω υγιής από επιλογή κι όχι από τύχη»*



**“Σεξουαλική παρενόχληση στο χώρο εργασίας: Πώς την αναγνωρίζουμε εγκαίρως και πώς κάνουμε την αρχή ... να της βάλουμε ένα τέλος”**

**Πράπα Μιμή**  
**Ψυχολόγος Συμβουλευτικού Κέντρου Γυναικών Σύρου**

Ερμούπολη - Νοέμβριος 2014



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ



# Σεξουαλική παρενόχληση δεν είναι...

- η σεξουαλική επαφή
- οι ερωτοτροπίες
- οι φιλίες



**επιθυμητά  
καλοδεχούμενα  
αμοιβαία**

## **SEXUAL HARASSMENT VS. FLIRTING** know the difference!

### **Sexual Harassment**

Feels "bad"  
Is one sided  
Is degrading  
Makes you feel powerless  
Is power based  
Is unwanted  
Is illegal  
Is demeaning  
Produces negative self-esteem



### **Flirting**

Feels "good"  
Is reciprocal  
Is a compliment  
Makes you feel in control  
Is based on equality  
Is wanted  
Is legal  
Is flattering  
Produces positive self-esteem



## Σεξουαλική παρενόχληση είναι...

Κάθε ανεπιθύμητη λεκτική/σωματική συμπεριφορά ή πράξη σεξουαλικού χαρακτήρα με στόχο & αποτέλεσμα την

**προσβολή της αξιοπρέπειας**

για μία φορά, κατά διαστήματα ή συνεχώς



## Μία πράξη είναι σεξουαλική παρενόχληση όταν...

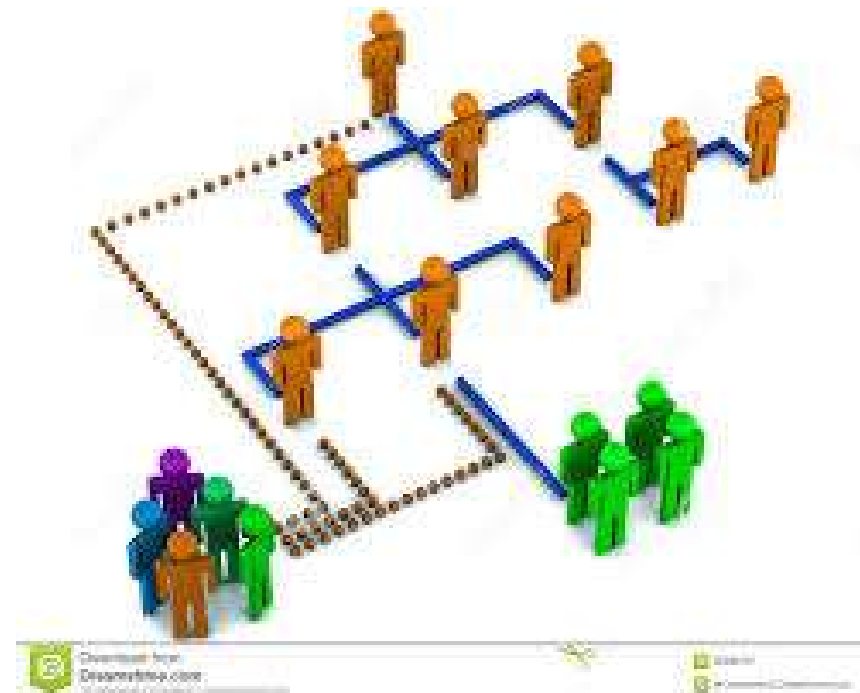
- η γυναίκα την θεωρεί προσβλητική
- γίνεται προϋπόθεση εργασιακής απασχόλησης/πορείας
- επηρεάζει απόδοση εργαζόμενης
- δημιουργεί εχθρικό & εκφοβιστικό περιβάλλον
- η γυναίκα ανταμείβεται αν ενδίδει ή τιμωρείται αν όχι



# Θύτες & θύματα σεξουαλικής παρενόχλησης

σε Οργανισμό, Φορέα, Επιχείρηση

- εργοδότης
- ιδιοκτήτης
- διευθυντής
- προϊστάμενος
- εργαζόμενος
- υποψήφιος για εργασία
- προμηθευτές
- εργολάβοι
- όσοι συναλλάσσονται με εργασιακό χώρο



# Μορφές σεξουαλικής παρενόχλησης (1)

## Λεκτική

- συμβουλές/φράσεις/αστεία με σεξουαλικό περιεχόμενο
- ανήθικα σχόλια
- χαρακτηρισμοί/σεξουαλικές βρισιές
- προσβλητικές φράσεις
- ενοχλητικό φλερτ
- ανεπιθύμητα σχόλια (ντύσιμο/σώμα)
- ανεπιθύμητες ερωτήσεις για σεξουαλική ζωή γυναίκας
- ανεπιθύμητες προτάσεις για ραντεβού/ερωτική σχέση
- πίεση για σεξουαλικές πράξεις



## Μορφές σεξουαλικής παρενόχλησης (2)

### Μη λεκτική

- ανεπιθύμητα υπονοούμενα
- επίμονα, απρεπή βλέμματα
- ασελγείς χειρονομίες
- σφυρίγματα
- πρόστυχα νοήματα (με μάτια/γλώσσα)
- παραβίαση ιδιωτικής ζωής εντός/εκτός εργασίας
- μηνύματα με σεξουαλικό περιεχόμενο
- επίδειξη εικόνων, φωτογραφιών, ταινιών με σεξουαλικό-προσβλητικό περιεχόμενο



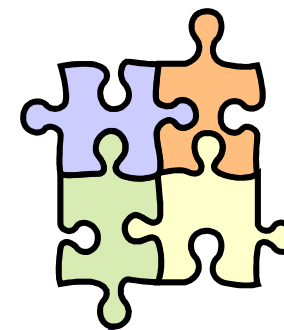
# Μορφές σεξουαλικής παρενόχλησης (3)

## Σωματική

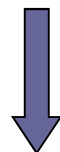
- μη απαραίτητο & ανεπιθύμητο άγγιγμα
- άγγιγμα στα ερωτικά σημεία του σώματος
- χάρδια, τσιμπήματα, φιλιά
- στρίμωγμα σε χώρους από όπου δεν υπάρχει δυνατότητα εύκολης διαφυγής (π.χ. γωνία, γραφείο)
- απόπειρα βιασμού
- βιασμός



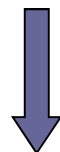
# Πώς κλιμακώνεται η σεξουαλική παρενόχληση; (1)



Χαριτωμένος, φιλικός, ενδιαφέρον για τη γυναίκα  
**«Στην αρχή έκανε τα πάντα για να με ικανοποιήσει»**

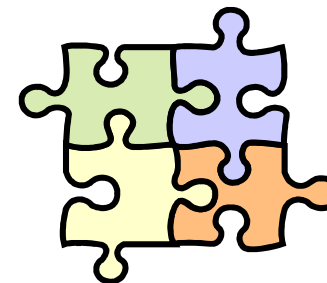


Ξεπερνά κάποια όρια αλλά δεν δείχνει απειλητικός  
**«Είσαι στις ομορφιές σου σήμερα. Δεν θα μ' αγκαλιάσεις για καλημέρα;»**

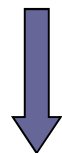


Εντελώς απροκάλυπτη σεξουαλική προσέγγιση  
**«Άρχισε να με χαϊδεύει, προσπαθούσε να με φιλήσει στον σβέρκο και στο στόμα»**

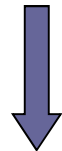
## *Πώς κλιμακώνεται η σεξουαλική παρενόχληση; (2)*



Η γυναίκα συνειδητοποιεί και θυμώνει  
**«Ένωθα ηλίθια και ότι έφταιγα αφού δεν είχε εκμεταλλευτεί άλλες»**

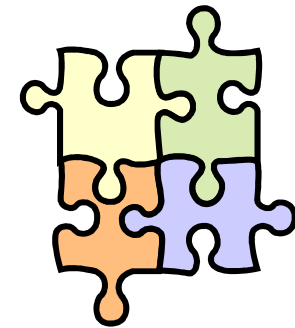


Ο δράστης γίνεται ύπουλος, επιθετικός, εκδικητικός  
**«Ρωτούσε άγρια που ήμουν. Με κάρφωνε λέγοντας ‘Μη ξεχνάς, κανείς δεν θα σε πιστέψει’»**

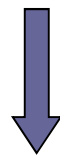


Η γυναίκα εμφανίζει ψυχικά-σωματικά συμπτώματα, μιλά  
**«Κανείς δεν το ήξερε, μόνο η μαμά μου λίγα απ’ όσα γίνονταν και δεν μ’ άρεσαν»**

## *Πώς κλιμακώνεται η σεξουαλική παρενόχληση; (3)*



Η γυναίκα αποφασίζει να λύσει το πρόβλημα, αν και  
αμφιβάλλει για τα προσόντα της  
**«Δε θα με διώξεις εσύ, αγαπώ τη δουλειά μου. Εξάλλου,  
που να βρω δουλειά στο Δημόσιο στα 55;»**



Συνειδητοποιεί ότι κάτι πρέπει να κάνει  
**«Τα είπα στις φίλες μου· είπαν ‘πρέπει να σταματήσει’.  
Τηλεφώνησα ότι είμαι άρρωστη· μετά πήρα στην  
Επιθεώρηση Εργασίας να μου πουν τι να κάνω»**

# Ποια είναι τα αίτια της σεξουαλικής παρενόχλησης; (1)

- ↑ ποσοστά γυναικών σε επαγγέλματα υψηλού κινδύνου (διδασκαλία, κοινωνική εργασία, επαγγέλματα υγείας, εμπορικά καταστήματα, ξενοδοχεία, εστιατόρια, εργοστάσια)
- ↓ ποσοστά γυναικών σε θέσεις με μεγαλύτερες αποδοχές & κύρος



## Ποια είναι τα αίτια της σεξουαλικής παρενόχλησης; (2)



- δύσκολες συνθήκες εργασίας: υπερβολικός φόρτος, γρήγοροι ρυθμοί δουλειάς, μείωση μισθών, έλλειψη στήριξης, εργασιακή ανασφάλεια
- αναδιοργάνωση εργασιακού φορέα, αλλαγή σε εργασιακές σχέσεις & ρόλους, αλλαγή προϊσταμένων, ασάφειες στην οργάνωση/κατανομή ευθυνών
- ιδιαίτερα χαρακτηριστικά θυμάτων και δραστών

# Γυναίκες-θύματα: χαρακτηριστικά

**ΟΛΕΣ** οι εργαζόμενες → **πιθανοί στόχοι**



Συχνότερα δέχονται παρενόχληση γυναίκες:

- νεαρές
- ανύπαντρες, διαζευγμένες, χήρες
- νεοεισερχόμενες στην αγορά εργασίας
- πιεσμένες οικονομικά
- μετανάστριες
- εργαζόμενες σε επισφαλείς συνθήκες εργασίας
- σε θέσεις που έχουν επαφή με το κοινό

## Άνδρες-δράστες: χαρακτηριστικά

- συνηθισμένοι, επιτυχημένοι, με φαινομενικά φυσιολογική προσωπική/επαγγελματική ζωή
- μεγαλύτεροι από το θύμα (συνήθως 30-50 ετών)
- παντρεμένοι
- ίδιας εθνικότητας με το θύμα
- ομόβαθμοι
- χρόνια στο συγκεκριμένο χώρο
- «καλοί, υπεράνω κάθε υποψίας»
- χρειάζονται επιβεβαίωση & ερμηνεύουν απόρριψη ως πλήγμα στο αίσθημα εξουσίας τους
- επίγνωση τι κάνουν, γι' αυτό προσεκτικά & κρυφά



# Επιπτώσεις σεξουαλικής παρενόχλησης (1)

## Για τις γυναίκες ως άτομα (α)

- απώλεια κινήτρου & αυτό-εκτίμησης, ανασφάλεια
- δυσκολίες προσαρμογής & συνεργασίας
- μείωση ικανοποίησης από εργασία
- φόβος, δυσφορία, μειωμένη αντοχή στο άγχος, ευερεθιστότητα, επιθετικότητα
- μελαγχολία, κατάθλιψη
- δυσκολίες στον ύπνο
- προβλήματα συγκέντρωσης
- κοινωνική απόσυρση/απομόνωση



## Επιπτώσεις σεξουαλικής παρενόχλησης (2)

### Για τις γυναίκες ως άτομα (β)

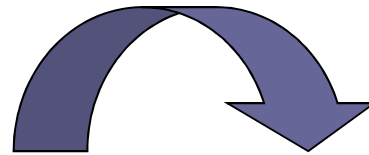


- ναυτία
- επίμονοι πόνοι σε κεφάλι, πλάτη, αυχένα
- ταχυκαρδία
- δυσκολία στην αναπνοή
- ατονία & σωματική εξάντληση
- κατάχρηση καπνού, αλκοόλ, εξαρτησιογόνων ουσιών
- αύξηση εργασιακών ατυχημάτων
- ανικανότητα για εργασία
- αυτοκτονία

## *Επιπτώσεις σεξουαλικής παρενόχλησης (3)*

### *Για τους εργοδότες & τις επιχειρήσεις*

- πτώση παραγωγικότητας & αποτελεσματικότητας
- έμμεσο κόστος λόγω χαμηλής απόδοσης- εμπιστοσύνης εργαζόμενου & αυξημένης επίκρισης
- προβλήματα στην συνεργασία των εργαζομένων
- αυξημένη απουσία θυμάτων λόγω ασθένειας
- παραίτηση προσωπικού



***επιδεινώνεται ποιότητα & εικόνα φορέα***

# Επιπτώσεις σεξουαλικής παρενόχλησης (4)

## Για το κοινωνικό σύνολο

- τομέας Υγείας
- ανεργία
- επανεκπαίδευση
- αποκατάσταση
- ενσωμάτωση

αυξημένο  
οικονομικό κόστος





*Πόσο εύκολο είναι να αναγνωρίσουμε την  
σεξουαλική παρενόχληση;*

*Δύο μηχανισμοί άμυνας*



**Άρνηση:** *δεν την αναγνωρίζω*

**Εκλογίκευση:** *“οφείλω να  
την αποδεχτώ”*

***προστατεύω τον εαυτό μου ψυχικά***

## Πώς αναγνωρίζουμε την σεξουαλική παρενόχληση;

- **Συμφωνούμε** με αυτή τη συμπεριφορά;
- Μήπως νιώθουμε **άβολα**;
- Μήπως **παραβιάζει** την **αξιοπρέπειά** μας ως γυναίκες και ως άτομα;
- Μήπως παραβιάζει το δικαίωμά μας να εργαστούμε με αξιοπρέπεια σε **ασφαλές εργασιακό περιβάλλον**;



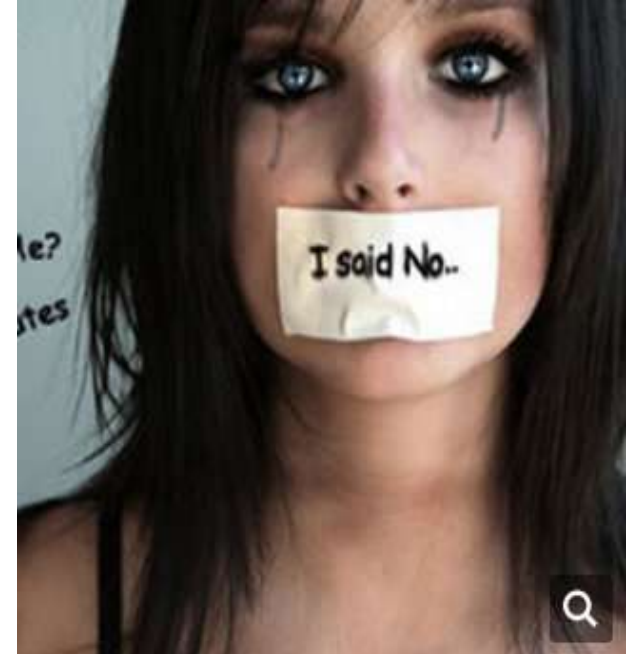
## *Βήματα για να αντιμετωπίσουμε ευθέως όποιον μας παρενοχλεί*

- ονομάζουμε άφοβα την συμπεριφορά που δεχτήκαμε
- κάνουμε τον δράστη υπεύθυνο για τις πράξεις του
- δεν προσποιούμαστε ότι δεν συνέβη τίποτα
- αναλαμβάνουμε δράση για το περιστατικό
- λέμε στους άλλους τι έκανε



## Τι κάνουμε αν κάποιος στη δουλειά μας παρενοχλεί σεξουαλικά; (1)

- Δεν βρίσκουμε δικαιολογίες
- Δεν κατηγορούμε τον εαυτό μας
- Δηλώνουμε αμέσως ότι μας ενοχλεί η συμπεριφορά
- Απαιτούμε να σταματήσει
- Μένουμε σοβαρές, μιλάμε άμεσα
- Ξεκάθαρα όρια: **ΟΧΙ** με έμφαση
- Δεν ανησυχούμε αν προσβάλλουμε ή πληγώσουμε τον άλλο. Ανησυχούμε για τον εαυτό μας



## Τι κάνουμε αν κάποιος στη δουλειά μάς παρενοχλεί σεξουαλικά; (2)



- Δυναμική γλώσσα σώματος → σταθερή βλεμματική επαφή, όρθιο κεφάλι & ώμους

- Σχέση με παρενοχλούντα → καθαρά επαγγελματική
- Ημερολόγιο: μέρα/ώρα, συμβάν, διάλογος, μάρτυρες
- Μιλάμε· ίσως να μην είμαστε οι μόνες
- Φωτογραφίες & αντίγραφα παρενοχλητικού υλικού (προσβλητικά ραβασάκια, πορνογραφικά περιοδικά)

## *Τι κάνουμε αν κάποιος στη δουλειά μάς παρενοχλεί σεξουαλικά; (3)*

- “Στην Ελλάδα η σεξουαλική παρενόχληση στο χώρο εργασίας αποτελεί αδίκημα & τιμωρείται απ’ το νόμο”
- Στέλνουμε στο δράστη πολιτικές & κανόνες που απαγορεύουν την παρενόχληση
- Εάν δεχτήκαμε σωματική επίθεση ή βιασμό → κάνουμε ιατρικό έλεγχο & παίρνουμε ιατρική γνωμάτευση



## *Αν ο δράστης συνεχίσει...*

### **Απευθυνόμαστε σε:**

- τηλεφωνική γραμμή SOS 15900
- Συμβουλευτικό Κέντρο Γυναικών
- δικηγόρο
- Συνήγορο του Πολίτη
- Επιθεώρηση Εργασίας
- εκπρόσωπο εργαζομένων
- διοικητικό προϊστάμενο
- διευθυντή προσωπικού



**SEXUAL HARASSMENT COMPLAINT FORM**

ALL INFORMATION WILL BE KEPT CONFIDENTIAL.

VICTIM'S NAME (Last)		First		Middle Initial		Home Telephone	
Address (Mailing Address)							
Incident Address		City		State		Zip	
						Other Telephone	

ption

*Εργαζόμενες που παρενοχλούνται  
σεξουαλικά μπορούν να προσφύγουν...*

***...κατά των:***



- Δημοσίου (Υπουργεία, ΝΠΔΔ, ΝΠΙΔ, ΟΤΑ Α' & Β', Δημόσιες Επιχειρήσεις-Οργανισμούς, ΔΕΚΟ)
- Ιδιωτικού Τομέα (Φυσικά Πρόσωπα, Εμπορικές, Μη Κερδοσκοπικές Επιχειρήσεις)
- Τραπεζών

*Τι ορίζει η νομοθεσία;*

**Σεξουαλική παρενόχληση:**

**v.3896/2010**

- προσβολή προσωπικότητας, τιμής, ελευθερίας εργαζομένων, ηθική βλάβη που δίνει το δικαίωμα αποζημίωσης στο θύμα
- απαγορεύεται ρητά και κατά την αναζήτηση εργασίας
- απαγορεύεται η λύση της σχέσης εργασίας
- απαγορεύεται κάθε δυσμενής μεταχείριση λόγω φύλου, ή ως εκδίκηση προς τον εργαζόμενο που δεν ενέδωσε



## Σε επίπεδο πολιτείας



«Εθνικό Πρόγραμμα για την Ουσιαστική Ισότητα των Φύλων 2010-2013» (χρηματοδότηση: ΕΣΠΑ)



Αν δέχεστε σεξουαλική παρενόχληση, απευθυνθείτε:

- στην *Τηλεφωνική γραμμή SOS 15900*
- στα *Συμβουλευτικά Κέντρα Γυναικών*

# Συμβουλευτικά Κέντρα Γυναικών

Παρέχεται **ΔΩΡΕΑΝ** σε κάθε γυναίκα που ενδιαφέρεται →

- πληροφόρηση
- ψυχοκοινωνική στήριξη
- νομική συμβουλευτική

Ισχύει ρητά η τήρηση του  
**ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ**



*Συμβουλευτικό Κέντρο Γυναικών Σύρου:  
στοιχεία επικοινωνίας*



**22810-76496 & 76497**



**Φολεγάνδρου 2 (λιμάνι)**



**[ermoupoli@isotita.gr](mailto:ermoupoli@isotita.gr)**

*Σας ευχαριστώ για την  
προσοχή σας!*

