

DESSA HUNDRA BERÄTTELSE
LÄMNAR INGEN OBERÖRD OCH
VISAR TYDLIGT HUR VIKTIGT DET
ÄR ATT BRYTA TYSTNADSKULTUREN.

HÄR FINNS OCKSÅ SVAREN PÅ
BRÄNNANDE FRÅGOR; VARFÖR HAR
INTE FLER MÄN SAGT IFRÅN? SKA
MAN ALLTID POLISANMÄLA? OCH
VAD ÄR CHEFENS ANSVAR?

#METOO

#ME
TOO

100 BERÄTTELSE
& 10 FRÅGOR
SOM BEHÖVER BESVARAS

MAX STRÖM

ALLBRIGHT



9 789171 264480

MAX STRÖM

MAX STRÖM

#ME
TOO

#ME TOO

100 BERÄTTELSE
& 10 FRÅGOR
SOM BEHÖVER BESVARAS

Denna bok har producerats av
Bokförlaget Max Ström i samarbete
med stiftelsen AllBright och med stöd av



©Bokförlaget Max Ström 2017

Redaktör Colette van Luik

Redaktion Malin Clausson, Ellinor Gotby Eriksson,
Colette van Luik, Amanda Lundeteg och Annica Triborg

Omslag Lotta Kùlhorn

Layout Amelie Stenbeck-Ramel

Tryck ScandBook UAB, Litauen, 2017

ISBN 978-91-7126-448-0

MAX STRÖM

FÖRORD

Tafsande, penisbilder och ovälkomna utseenderecensioner. Jag känner inte en enda kvinna som inte blivit utsatt. Sexuella trakasserier är en av samtidens största pandemier och förövarna har länge fått härja fritt. Med tysta godkännanden från de som inte sagt ifrån, och med hjälp av skammen hos offer som inte fått stöd har sexismen och övergreppen fått fortgå. Ända till nu.

Tack vare modiga kvinnors höjda röster och syster-skapets outhärliga stöd har #metoo dragit upp brutaliteterna till ytan. Det är ingen tillfällig kampanj, ingen övergående våg. Nej, #metoo är ett jordskalv som på kort tid skakat om västvärlden.

Den här boken innehåller hundra berättelser som tillsammans utgör en fasansfull mosaik av sexism och övergrepp. Tyvärr har det inte varit svårt att samla in dessa vittnesmål – de finns precis överallt.

I boken finns också tio frågor som vi alla borde ställa oss, och som borde diskuteras på varje arbetsplats, i varje skola och i varje familj.

Det är vår förhoppning att denna bok ska rikta ljuset mot en väg framåt. Att den ska bli startskottet för en helt ny typ av samtal, där vi tillsammans kan sätta stopp för sexism och övergrepp. Och där den typ av upplevelser som kvinnor nu delar med sig av för evigt ska förpassas till historiens skräckkabinett.

Amanda Lundeteg

”VI HADE FAKTISKT väldigt trevligt. Vi satt bredvid varandra på festen och pratade om allt möjligt. Han pratade om Sverige som jämställt och jag protesterade. Jag pratade om manliga normer och han protesterade. När jag skulle gå på toaletten trängde han sig in och försökte ta mig med våld. Var det hans sätt att visa jämställdhet?”

”EXEMPLEN ÄR SÅ MÅNGA. Några axplock:

Mammas snubbe som tog tag om min nacke, pressade in sin tunga i min mun och tvingade till sig en kyss när jag var 16–17 år.

Den väldigt kände skådespelaren som bjöd mig på en öl i baren när jag var i 20-årsåldern. Sen blev han skitsur för att jag inte följde med honom hem.

Alla dessa okända män i tunnelbanan som stått bakom mig och tryckt sitt kön mot min kropp.”

”DET ÄR SOMMARLOV och jag är 12 år. Jag och min bästis har åkt på basketläger. En kväll vaknar jag av att den glada och skojige tränaren har klättrat upp till mig i våningssängen. ’Du är så söt’, viskar han. ’Jag gillar dig och jag märker att du gillar mig.’

Sen försöker han kyssa mig, ta på mig, krama mig. Jag ligger stelfrusen och fastklämd under hans kropp. Jag förstår inte vad som händer. Jag har aldrig kysst någon. Jag vill inte kyssas. Hur ska jag bete mig? Vad är rätt och vad är fel? Tankarna snurrar och jag får panik eftersom jag inte kan röra mig.

’Vad håller ni på med?’ Min bästis har vaknat i sängen under. Tränaren klättrar snabbt ner och skyndar ut ur rummet. Nästa dag är det som om ingenting har hänt. Vi pratade aldrig om det, jag och min bästis. Inte heller berättade jag för någon annan. Men de två sista nätterna på lägret ställde vi för säkerhets skull en stol för dörren.”

Johanna Liljegren

”FICK FRÅGAN IDAG om vad jag tycker om #metoo. Tanken gjorde en tidsresa. Tillbaka till högstadiet. Fritidsgården. Den äldre killen som drar in mig på toan, trycker upp mig mot väggen, tar mig på fittan och gräver in sitt äckliga fejs mot min hals.

Samma högstadium, en kille från parallellklassen passerar i korridoren. Hur många sekunder tar det att passera någon? Två sekunder eller en evighet, om den innefattar en hand i fittan och kommentarer om hur ens rumpa ser ut.

Får skjuts framåt i tiden. Relativ nutid. Grannen som säger: ’Säg till om du vill ha kuk nån gång . . .’ Eller kompisen som trycker en hård kuk mot min rumpa under en konsert.

Svaret jag kom fram till var att jag ville ge min #metoo ett sammanhang. Koppla det till några fragment av de gånger jag känt mig så jävla nedtryckt, förminskad och berövad på alla format av integritet och privata gränser som finns.

Och sen våga säga nej.”

Nadja Westerholm

”EN AV VÅRA STÖRSTA leverantörer skulle bjuda på middag i samband med en mäsas. Vår produktionschef ville inte gå. Efter middagen försökte chefen för leverantörsföretaget tränga sig på och kyssa mig, men då slängde jag mig ur taxin. Jag var 22 år – lika gammal som hans döttrar. Min chef berättade efteråt att det inte var första gången. Men varför i all världen skickades jag då ut på detta?”

”JAG VAR SÅ STOLT över mig själv. Praoplatsen hade jag ordnat alldeles själv utan mina föräldrars hjälp. Jag skulle få äran att praoa på en ICA-affär i Västerås. Det var mitt första möte med en arbetsplats.

Första dagen var så rolig. Jag var 15 år och jag kände mig så vuxen. Min handledare x frågade plötsligt om jag tyckte om att rida. Jag var ingen hästtjej så jag svarade nej. Han tittade konstigt på mig och sa att han ville se mig rida. När jag berättade för mamma på kvällen funderade vi på om han kanske hade hästar.

Dagen efter jobbade jag över, var kvar sist i butiken och gick ner källaren för att byta om. När jag kom ner var det ganska mörkt. Där stod han. Handledare x. Han sa att lamporna hade gått sönder men att jag inte skulle vara rädd.

När han tryckte upp mig mot metallskåpet och började riva av mig kläderna fick jag panik. När han med sina stora äckliga händer försökte smeka mina små bröst tog jag min väska och slog honom i huvudet. Jag hann aldrig byta om. Jag sprang upp för trappan och ut därifrån. Utan jacka mitt i vintern. Sprang som jag aldrig hade sprungit förr till min kompis som praoade på sminket på Åhléns.

Hennes handledare ringde till mina föräldrar. ICA-affären fick aldrig mer ha praoelever. Jag behövde aldrig mer praoa. I mina drömmar ser jag fortfarande blicken i handledarens ögon. Han som med sina händer och sin blick dödade någonting inom mig.”

Katarina Wilk

”TJUGOETT ÅR, ny i Stockholm, och med litterära ambitioner är jag i mitten av 1990-talet på midsommarfest på Östermalm. På samma fest är Författaren – den uppburne, lysande stjärnan. Nu sitter vi vid samma långbord. Efter sillen och nubben, men före jordgubbarna, reser jag mig för att gå på toaletten. Författaren ställer sig i min väg: ’Får jag se när du kissar?’ Jag svarar förstås nej. ’Får jag kissa på dig då?’ Han berättar att han fått kissa på många andra tjejer och tycker att det är väldigt upphetsande. Jag skakar på huvudet, skyndar in på toan och låser dörren.

En vecka senare ringer Författaren från krogen och vill bjuda på middag, vill att jag kommer nu på en gång, han betalar taxin. Jag sitter i myskläder och ser på tv. Han trugar, ber och lockar, men lyckas inte övertala.

Till sist får han nog och ryter: ’Vet du inte vem jag är?’ ’Jo ...’, mumlar jag, men då har Författaren redan slängt på luren.

En vecka senare säger min tjejkompis som känner Författaren, att det var dålig stil av mig att inte komma. Författaren hade blivit jätteledsen, han tyckte verkligen om mig och trodde att vi hade bestämt. Han hade väntat och väntat. Jag skämdes, allt var mitt fel. Men innerst inne visste jag att jag hade tagit rätt beslut: hellre dissa än pissa.”

Ulrika Lidbo

”JAG JOBBADE SOM TRAVERSÖRARE i Borlänge på det som idag heter SSAB. Första dagen på jobbet visade en instruktör mig runt. När vi var klara gick jag till matsalen för att äta frukost. Jag sa: ’Hej, jag heter Kerstin’ och 20 karlar i olika åldrar stirrade på mig, den enda kvinnan på arbetsplatsen. Bakom mig kom en annan karl och gav mig en rejäl klapp på baken och flinade samtidigt mot de andra i rummet.

’Tack ska du ha’, sa jag. ’Vad bra att du gör detta redan nu. Då kan jag berätta något för dig. Det här är min kropp. Den dag jag vill bli klappad på av er, säger jag till. Och när det gäller dig så kommer jag att be att få bli klappad på när jag ser dig på stan och du har frun med dig.’

Det där spred sig. Jag kallades för en elak fan som sagt ifrån så tydligt. Men jag fick respekt. Alla visste att jag inte accepterade några som helst kränkningar. Det ska man inte göra. Allt som känns fel *är* fel.”

Kerstin Bäck

”JAG VAR DRYGT 20 ÅR och ny på min arbetsplats. Min chef var den som sett till att jag fått fast anställning och han var också min läromästare. Jag gillade honom egentligen. I alla fall måndag till torsdag. På fredagseftermiddagarna skruvade han av korken på whiskyflaskan som låg i skrivbordslådan. Då suddades den snälle fadersgestalten ut och snuskgubben trädde fram. ’Ska du hem och knulla nu?’ kunde han sliskigt fråga, och andra saker som anspelade på sex. Jag var ständigt rädd att något fysiskt skulle hända. Det lyckades jag klara mig ifrån, men hotet fanns där. Varje fredag.”

”JAG GÅR I HÖGSTADIET och väljer ’Foto’ när det är dags för Fritt valt arbete. Lektionerna är förlagda på kvällstid och gruppen fylls av elever från andra skolor. En av dem heter Micke och han charmar mig direkt, han är den sötaste och roligaste kille jag träffat under mitt 13-åriga liv. Läraren är en medelålders man och lektionerna är ganska trista, men jag störtar dit i största förväntan. Micke och jag håller oss nära varandra och skämtar, fnissar, spelar över.

En gång i mörkrummet känner jag Micke dra undan mitt hår från halsen och hålla kvar handen på axeln och så fortsätter det. När lamporna tänds låtsas vi som ingenting, vi bara ler mot varandra.

En kväll håller han om mig bakifrån och sticker in händerna under tröjan, jag känner hans flanellskjorta mot huden. När lampan tänds ser jag att Micke har t-shirt på sig. Det är läraren som bär flanellskjorta.

Nästa gång går jag inte till fotokursen utan låtsas vara sjuk. Då kommer läraren hem till mig, ringer på dörren och lämnar ett kort: ’Vad vore livet utan dig? Vad skulle jag ta mig till?’ Jag sliter sönder kortet i pyttesmå bitar och väljer ett annat Fritt valt arbete.”

Cecilia Michanek

”JAG ARBETADE för några år sedan i en ideell organisation som ständigt hade brist på pengar. Därför förväntades jag alltid dela rum med min chef när vi reste tillsammans i tjänsten. Varje gång klädde han av sig helt naken så fort vi kom in på rummet. Sedan spatserade han omkring i bara mässingen tills det var dags att checka ut. Själv tillbringade jag all min tid på sängen, eftersom jag inte hade lust att sitta på stolar, fåtöljer och annat som han haft sin bara rumpa på.

Titt som tätt upplyste han mig om att han hade svårt att sova på grund av molande pungvärk som tydligen bara skulle gå över om han fick sex. Han verkade mycket besviken över att jag inte ställde upp. När jag påtalade hans nakenvanor för en rad styrelsemedlemmar svarade de att han ju ’bara var sådan’ och att det var helt orimligt att jag skulle ’lyxa’ med eget hotellrum för medlemmarnas pengar.

Tydligen var det dock inte lyx med eget hotellrum när chefen reste med manliga kollegor, för då fick alla egna hotellrum.”

Anna Troberg

”VID LUNCHBORDET på jobbet berättade jag för en kollega att jag skulle hoppa in som vikarie under sommaren. Kollegan svarade: ’Det har bara tagits in unga och snygga tjejer som vikarier i år.’

Det är inte första gången som jag fått höra att jag fått chansen på grund av mitt yttre, mitt kön och min bakgrund. Många yngre kvinnor, speciellt med utländsk bakgrund, inklusive jag själv, anser att vi många gånger döms hårdare av vår omgivning och måste leverera dubbelt så mycket och ständigt bita ifrån, för att få den respekt vi förtjänar. Det är tröttsamt att vi inte kommit längre.”

”JAG HAR DRAGIT MIG för att dela mina erfarenheter i #metoo. Orsaken stavas skuld. Jag försatte mig själv i farliga situationer och hade därför mig själv att skylla. Tänkte jag, Men hur mycket ansvar kan man lägga på en sexåring? En sjuåring? En tolvåring? För så liten var jag när det började.

När jag var sex år var jag hemma hos mormors granne, en gubbe, i tron att jag skulle få bullar och saft. Jag fick istället en hård hand mellan mina ben där jag satt i hans knä. Jag sprang därifrån och berättade aldrig.

När jag var sju visade vaktmästaren i huset mig porrtidningar i ett källarförråd och när jag äcklad vände mig om hade han byxorna nere vid fötterna och tyckte att jag skulle smeka hans kön. Jag sprang därifrån och berättade aldrig.

När jag var tolv hjälpte jag en man som gått vilse att hitta rätt genom att gå med honom en bit på vägen. Som tack grabbade han tag i mig och tyckte att vi skulle ligga. Jag sprang därifrån och berättade aldrig.”

Colette van Luik

”EN MÖRK TISDAGSKVÄLL när jag var 16 år var jag på väg hem från gymmet i Liljeholmen. Jag gick till tvärbanan och väntade på tåget, glad och svettig efter ett hårt träningspass. Vid min station gick jag av och började gå hemåt. Då såg jag en man i 20-årsåldern, lång och rätt stor. Svart luva och en blick som gav mig rysningar. Han gick förbi mig, vände sig sedan om och började gå efter mig. Jag gick snabbare och snabbare, vände mig om och såg att han också ökade takten. Det var helt tomt på gatorna i det lilla bostadsområdet. Min lur var död och klockan var 22.03. Klockan 22.00 låstes porten och nycklarna hade jag glömt hemma. När jag gick runt hörnet på mitt hus började jag springa, fort. Tryckte in koden, ryckte upp dörren och smällde igen den bakom mig. Trodde jag. Killen hann dra upp den och jag hade ingen utväg. Hissdörrarna öppnades, jag klev längst in och tryckte på fyran. Han ställde sig bredvid mig, trots att hissen var stor. Han tryckte på trean och hissen började röra sig uppåt. Hjärtat rusade och jag var som förlamad. Tankarna snurrade och framförallt tänkte jag: ’Nu dödar han mig. Han kommer att dra fram en kniv och hugga ihjäl mig.’ När vi kom till tredje våningen öppnades dörrarna och det som kändes som de längsta sekunderna i mitt liv. Allt jag hoppades var att han skulle gå av. Men dörrarna stängdes och han var kvar i hissen. Han vände sig mot mig. Vi kom till fjärde våningen och jag trängde mig förbi honom. Han tog tag i min hand och frågade om mitt namn. Jag slet mig loss, sprang till dörren och ringde på dörrklockan så den nästan gick sönder.”

Saga Engman

”SOMMAREN 2015 ÅKTE JAG på roadtrip i Sverige med min bästa vän. En av kvällarna tog vi oss regnblöta i jeans och tröja till Harrys i Karlskrona för lite mat och ett glas vin. Det blev en helkväll med fler glas vin, många nya härliga möten med tidigare främmande människor och framförallt mycket dans på dansgolvet. Jag och min vän älskar att dansa och lever verkligen ut när vi fångas av musiken. Plötsligt dansade det fram en man mot mig. Han rörde sig bestämt och fokuserat och innan jag hann reagera hade han tryckt in sin tunga i min mun. Han var en främling och jag hade varken sett, pratat eller dansat med honom tidigare under kvällen. Jag blev helt överrumplad och även om jag direkt puttade bort honom och visade att jag inte tyckte att det var okej, så hade jag i stunden inte kraft att göra mer.

Tankarna som snurrade i mitt huvud var inte vad han hade utsatt mig för, utan jag började istället ifrågasätta och skuldsätta mig själv. Dansade jag för inbjudande? Hade jag fel kläder på mig? Efteråt har jag reflekterat över detta, att jag inte i första hand la skulden där den hörde hemma utan att jag tog på mig den själv. Händelsen kommer alltid leva kvar inom mig.”

Jill Agelin

”FÖRSTA GÅNGEN: Glömmer aldrig den nakne mannen i ett fönster i Varberg som lyckades fånga min sexåriga blick. Senare: Tänker på blottarna på tunnelbanan eller ute på Gärdets gräs. Runkarna på stranden, så tydligt ointresserade av tidningarna, snyggt arrangerade över badbyxorna.

Minns den gravt överförfriskade, äldre redaktören som erbjöd mig betalt om jag följde med till ett hotellrum. Främmande händer som gjort oväntade och ovälkomna påhälsningar på olika kroppsdelar. Chefen som tryckte upp mig mot en vägg och flåsade i mitt öra. Sliriga kommentarer. 60-åringen som tog för givet att jag, nyss fyllda 25, erbjöd sex för att jag accepterat hans sällskap över en fika en eftermiddag när vi hade ett gemensamt uppdrag.

Så där har det hållit på. Nej, inte med mig idag, inte när jag är en tant som rimligen inte får en enda gubbe att dregla lustfyllt vid åsynen av mig. Det kan möjligen betecknas som en fördel man har med stigande ålder.

Men någonstans gick det fel. Vi har inte klarat att uppfostra nya mansgenerationer. Grabbarna har ärvit tron på att manlighet kräver sin ’rätt’, att ’nej’ ändå kan betyda om inte ’ja’ så åtminstone ’kanske’. Ett mastodontiskt misslyckande.”

Aina Bergvall

”#METOO HAR SKAPAT en minneslavin av grå- och svartzoner som jag har förträngt eller ursäktat för mig själv. Minns när jag var 16 år och så kär att jag inbillade mig att den så eftertraktade äldre killens utnyttjande var ett bevis på att känslorna var besvarade. När han våldsamt använde min kropp så som han behagade, för att sedan avvisa mig, valde jag att fokusera på att han trots allt åtrådde mig. Det faktum att han bara åtrådde mig om han fick förnedra mig och sedan skicka iväg mig, ville jag inte erkänna.

Minns när jag var 18 år och vaknade på en efterfest av att en 35-årig man kom över min rygg. Vad han hade gjort med mig medan jag sov vet jag inte. Jag kände mig äcklig och valde att försöka översätta händelsen till en ’sjuk grej’.

Minns när jag var 22 år, blev drogad och slog upp ögonbrynet så att ansiktet täcktes av blod. När jag vaknade kunde jag inte öppna ena ögat på grund av allt stelnat blod. Jag var väck på rohypnol i över ett dygn, men kände mig lyckligt lottad eftersom jag hade kommit undan våldtäkt. Jag tänkte: aldrig mer ska jag släppa min drink med blicken.

Men det är fel. Jag ställer min drink var jag vill, jag går på vilken efterfest jag vill, och jag kommer aldrig någonsin igen blanda ihop kvinnohat med kärlek.

Vi ska lägga ansvaret där det hör hemma. Vi ska outa alla as. Och de som aldrig har förgripit sig men som upprätthåller systemfelet, de personer som lär tjejer och kvinnor att vi bär skulden – de kommer också att få smaka på vår upprättelse.”

Ellinor Gotby Eriksson

”NÄR JAG VAR 14 ÅR var jag på språkresa. Jag och min vän lärde känna några killar som var två-tre år äldre än oss. Vi var lite förälskade i varsin kille och såg det som en härlig sommarromans. En kväll tog de med oss till stranden och killen jag var ’tillsammans’ med ville att vi skulle sätta oss en bit bort mellan två båtar som låg på stranden. Jag sa nej, men ändå hade han sex med mig. Det tog flera år för mig att inse att jag hade blivit våldtagen.”

”JAG JOBBADE I EN KLÄDAFFÄR något år i yngre dagar. En av ägarna, som var polis, jobbade inte där men kom ofta in och stod och hängde. Han pratade nästan alltid om sex, om min kropp, om mina bröst. Jag vågade inte säga något eftersom jag var rädd att bli av med jobbet.”

”EXAMENSFEST PÅ MIN spelutbildning och min första kontakt med personer som jobbar i spelbranschen. Min lärare ropar att jag ska hälsa på en chef från ett spelbolag. Jag går dit, han tittar på mig och frågar om jag ridit min lärares bazooka. Min lärare skrattar och jag fattar först inte vad han menar. Går hem och gråter för jag inser att jag var så sjukt naiv som gick in i den här industrin med tron att jag skulle bli behandlad på samma sätt som killarna på min utbildning.”

”JAG VAR CHEERLEADER på ett jippo där två gymnasieskolor drabbade samman dagtid. Killarna från motståndarskolan störde sig på att vi tjejer retades och stojade när det gick dåligt för deras lag. Jag var lite modigare och kom för nära. Plötsligt hade jag åtta-tio killar över mig. Jag var hjälplös. De höll fast mig och jag sprattlade som en fisk, tänkte: ’Nu blir jag våldtagen. Är det så här det känns?’ De våldtog mig inte, men jag fick skrapsår och stora blåmärken som jag sminkade över med teatersmink på studenten två dagar senare.”

”JAG SKULLE GÖRA en intervju med en av våra största, mest folkära skådespelare, för ett nöjesprogram på en stor TV-kanal för 20 år sedan. En äldre kvinna skulle få träffa sin idol och jag var med som reporter. Träffen avslutades med att vi åt lunch tillsammans. Mitt i måltiden frågade skådespelaren, som är mer än 30 år äldre än jag, om jag ville prova på en äldre man. ’Nej tack’, svarade jag. Alla hörde frågan, men ingen kommenterade den. Själv skämde jag över att kvinnans bild av idolen måste ha solkats.

När vi släppte av skådespelaren ville han visa mig Stora scenen på Dramaten. Ensamma där inne höll han fast mig i ett skruvstöd och kramade sedan mina bröst så hårt att jag skrek ’Vad håller du på med!’ och lyckades slita mig loss, chockad och äcklad. På produktionsbolaget förfasade sig folk, men inget hände. Att jag kunde anmäla honom föll mig aldrig in.

Jag har råkat ut för många sexuella trakasserier genom åren. Glömmer aldrig ett av mina första TV-jobb. Den stora producenten och programledaren sa att vi skulle bli det perfekta programledarparet, men då måste vi bo ihop.

Vid ett tillfälle bad han mig tejpa upp en massa fotografier på väggen. Längre stod jag och balanserade på en stol. Jag minns fortfarande känslan av förnedring när jag förstod att det var för att han och en kollega skulle titta på min stjärt.

En annan gång beordrade han mig att jobba övertid och tog sedan ut mig på middag. När han var full och

kåt ringde han mig på jobbet. Han ville att jag skulle komma hem till honom och ha sex. Det var vidrigt. Han var över 20 år äldre än jag och min chef.

Efter att ha avvisat honom fick jag aldrig mer jobb på de ställen han var på.”

Åsa Görnerup

”MIN CHEF på en av Stockholms finaste restauranger tryckte upp mig mot väggen en kväll efter jobbet. Några i personalen hade suttit kvar och druckit lite. När han och jag var själva tog han mig på bröstet och sa: ’Fan vad härliga de är!’

Jag berättade detta för källarmästaren, som är en fantastisk person, men eftersom vd:n inte trodde mig, stod ord mot ord. Chefen är fortfarande anställd och jag kan inte jobba kvar på restaurangen. Kan inte ens vistas i lokalen för att jag är rädd att stöta på honom, då han vet att jag berättat om det som hänt och han har suttit i möte med ledningen.

Han har sagt obehagliga saker till andra på jobbet också, anspelar på sex och utseende på ett sätt som inte är okej. Flera tjejer som jobbat extra har nu valt att inte komma tillbaka. Tyvärr är inte detta enda problemet med honom. Det är en gåta att han får vara kvar.”

”REDAN MIN ANDRA DAG på redaktionen började programledaren uppvakta mig. Det var mitt första TV-jobb och när han frågade om jag ville träna med honom på TV-kanalens gym blev jag smickrad. Jag hann inte mer än sätta mig vid ett träningsredskap, förrän han satte sig grensle bakom mig och började smeka min midja. Jag var helt oförberedd. Efteråt frågade han om vi skulle basta ihop. Det ville jag inte. På redaktionen gick ryktet att han trakasserade många unga kvinnor. Att företaget hade haft krismöten, men han fick vara kvar.

Efteråt såg jag honom gå in på en porrklubb. När jag och min pojkvän var på husvisning några år senare upptäckte jag att han och hans fru stod bakom oss i kön. Plötsligt kände jag att han smekte min stjärt. Jag blev rädd att min pojkvän skulle upptäcka det och sa ingenting. Jag flyttade på mig och han kom efter. Det var hemskt.

Nu har det snart gått 30 år och mannen, som är pensionär, får fortfarande jobba på tv.”

”NÄR JAG VAR 12 ÅR skulle en läkare undersöka min hälsa, vilket han gjorde genom att klämma på mina bröst. Han konstaterade på så sätt att jag hade bra lungor. Vad bra!

När jag var 15 år var det en vän till familjen, dubbelt så gammal som jag, som tryckte ner mig i soffan och nästan gick hela vägen. Han lyckades sluta när jag flera gånger sa ifrån att jag inte ville. Han sa: 'Okej då, jag kan vänta några år.' Jaha, att jag tyckte det var jätteäckligt att hångla med honom var tydligen mindre viktigt.

När jag var 16 år var det en annan man, också dubbelt så gammal, som faktiskt gick hela vägen. Han slet sönder mina kläder och tog mig våldsamt och hårt, fast jag tydligt och klart sa nej flera gånger. Till slut blev jag tyst. Som alla andra män sket han ju i vad jag tyckte om saken. När jag efter något år till slut berättade för en närstående, sa personen att jag fick skylla mig själv som hade litat på mannen. Jaha, okej.

När jag var 20 år var jag hos en naprapat. Jag var naken på överkroppen och hade byxorna nere vid rumpan. Medan han masserade mina höfter sa han att jag hade fantastiska kurvor. 'Åh nej, inte nu igen, vill inte ligga med honom', tänkte jag. Men han lät mig gå, jag var ju så ung. Juste, tack.

När jag var 23 år var jag på läkarbesök på vårdcentralen. Läkaren erbjöd sig att göra en gynundersökning, trots att han inte var utbildad gynekolog. Det var ju snällt, men måste nog tacka nej.

När jag var 30 år träffade jag mitt livs kärlek. Han sa att han skulle göra slut om vi inte hade analsex och trekant. Ja, det är väl inte för mycket begärt?

När jag var 33 år började jag på mitt drömjobb. En äldre kollega ville binda fast mig, slå mig, och knulla mig tills jag fattade vad livet gick ut på. Kändes inte helt okej för mig. Förvånande nog fick han faktiskt säga upp sig, se där!

Nu när jag är 40 år och tänker på allt jag råkat ut för, har jag börjat förstå att jag kanske inte måste göra som de vill. Nu kan det bara bli bättre, för det har jag bestämt. Det är min kropp.”

”DET VAR STRAX EFTER LUNCH och restaurangen började tömmas på folk. Jag var 16 år och strosade runt bland borden och plockade iordning. Vid ett av borden hade ett gäng män dröjt sig kvar. När jag närmade mig dem steg ljudnivån och jag kände hur deras blickar riktades mot mig. När jag sträckte mig fram för att nå några glas kom klappen. En bestämd klapp på min rumpa, snabbt följd av ett hårt nyp. Jag hörde belåtna skratt. Allt gick väldigt fort, ändå minns jag varje sekund i detalj. Jag minns hur jag reflexmässigt vände mig om för att slå undan handen som dröjt sig kvar vid mitt ena lår. Mannen drog sig bakåt och de belåtna skratten ökade när jag missade honom med en hårsman. Hans nedvärderande blick fick mig att känna mig utnyttjad och helt naken. Hans röst var hård när han med mycket saliv uttryckte ordet ’hora’ ...”

Cathrine Tibbling

”JAG TRÄFFADE PÅ EN GRANNE i trapphuset en dag när jag var sjuk och hemma från jobbet. Han frågade hur jag mådde och jag berättade med den klena röst som kom från strupen att jag var förkyld och hade ont i halsen. Han sa att han skulle handla något till mig som skulle hjälpa. ’Jaja’, tänkte jag, ’det kan han väl få göra’, så jag tackade och fick en slängkyss tillbaka. En ilning av obehag genom kroppen.

Lite senare ringde han som väntat på dörren. Han tog fram frukt och grönt ur sin matkasse och bad om att få komma in och fixa någon sorts förkylningsdryck till mig. Jag svarade snabbt att jag tyvärr måste sova, eftersom jag var sjuk, vilket han till min lättnad accepterade. Jag tog emot varorna och då ville han ha en kram i utbyte. ’Jaja’, tänkte jag igen, ’han kan väl få en kram då’, men så började han istället kyssa min hals och min kind.

Jag blev fruktansvärt äcklad men drog mig artigt ur hans grepp och tackade honom för att han handlat åt mig.

Ja, jag tackade, istället för att svinga kassen med ingefära och citron i huvudet på honom. Kanske av rädsla för vad mer han kanske var kapabel till, men också av artighet och ansvar för att inte göra någon obekvä, rädsla att förstöra stämningen. Som om inte någon redan var obekvä och som om stämningen inte redan var förstörd. Det är det där ansvaret som alltid hamnar på kvinnor, som vi får lära oss att ta med genom livet. Ansvaret att ingen ska behöva skämmas eller plågas av en situation och det till priset av oss själva.”

Hanna Aspblad

”NÄR VI KOM TILL SVERIGE bodde vi ett tag på en flyktingsluss. Jag var det enda barnet förutom städerskans dotter. Vi lekte ihop de gånger hon följde med sin mamma till jobbet. På hotellet bodde det även en massa män som mest satt tysta och grät framför TV:n i uppehållsrummet. Min lekkamrat kallade dem zombies och varnade mig för att vara nära en av dem – han som alltid log och ville leka med oss. Vi sprang när han kom för nära. Ibland jagade han oss genom korridorerna. Eller trängde in oss i ett hörn och sa en massa äckliga saker. Ingen vuxen gjorde något. Inte förrän han gick för långt. Men då var det för sent. Jag var elva år när han förgrep sig på mig. Jag har fortfarande mardrömmar nästan varje natt.”

Nanna Castillo

”JO DÅ #METOO. Det blir lite av ett AA-möte över detta. Men när alla andra berättar vaknar mina egna minnen: av busschauffören som ville att jag skulle sitta i hans knä när han körde mig hem efter scouterna (han åkte senare fast för pedofili tack vare att en mer modig flicka vågade berätta), av musikläraren på högstadiet som absolut skulle trycka sig mot mig för att visa hur man höll instrumentet rätt, av kollegan som bröt sig in på mitt hotellrum, av arbetskamraten som försökte våldta mig när jag skulle ringa efter taxi, av chefen som jag sa nej till vilket gjorde det ohållbart att jobba kvar, av den store företagsledaren som tyckte att vi kunde prata vidare om vårt projekt 'horisontellt', av idrottsprofilen som jag skulle kunna förstöra både karriär och familj för om jag valde att berätta hur han ville avsluta lunchen. Jo då #metoo.”

”JAG OCH MIN KOMPIS lyckades ta oss in på krogen trots att vi inte fyllt 18 än. Under kvällen var det en kille som i princip trakasserade oss på dansgolvet. Han försökte dansa med oss, mot oss, hålla oss om midjan och ta på oss. Jag vet inte hur många gånger jag puttade bort honom. Han kom hela tiden tillbaka. När han greppade tag om min rumpa smällde jag till honom. Och han flippade ur. På en sekund hade han greppat tag om mitt hår med ena handen och om nacken med andra och började dunka mitt huvud i de tjocka träbjälkar som väggen bestod av. Jag kände mig som en viktlös docka som han kunde slänga runt hur lätt som helst, men som tur var såg några vakter vad som hände och hjälpte mig. De ledde ut mig så jag fick luft. Jag mådde illa och hade ont. En vakt frågade om jag ville anmäla. Jag vet inte om jag svarade, jag ville bara hem.

Dagen efter i skolan kände jag mig fortfarande illamående och åkte hem. När mamma kom berättade jag vad som hänt och hon tog mig till vårdcentralen. Där fick vi veta att jag hade fått en hjärnskakning.

Jag minns att min dåvarande pojkvän frågade mig, när jag berättade vad som hänt, hur jag egentligen hade betett mig för att den här killen kunde tro att han fick tafs på mig.”

Malin Meissner

”JAG VAR 24 ÅR, pluggade i Lund och var engagerad i universitetets student-TV. När en av landets då mest kända medieprofiler kom till Lund var det en stor händelse för oss. Jag skulle få intervjua honom för den lokala kanalens räkning, och jag beundrade hans arbete enormt mycket.

Efter intervjun åt vi middag med styrelsen för student-TV och sedan gick vi alla ut och tog en öl. Efter några öl föreslog medieprofilen att vi två skulle fortsätta festa på hans hotellrum.

Väl där började han plötsligt kyssa mig. Först blev jag överrumplad. Jag hade överhuvudtaget inte tänkt på honom som någon jag var intresserad av. Han var dubbelt så gammal som jag och i mina ögon inte alls attraktiv.

Jag blev så ställd att jag inte gjorde något motstånd. Trots att jag inte ville ledde det till sex. Jag minns att han under hela akten sa: 'Glöm inte att det är DU som utnyttjar MIG.' Det upprepades som ett mantra.

Inte förrän år efteråt insåg jag orsaken till varför han sa så. Jag minns också hur mycket jag skämdes när jag passerade hotellreceptionen fem på morgonen. Jag kände mig smutsig. Som att jag på något sätt vilselett honom och att jag fick skylla mig själv.

När jag ett knappt decennium senare mötte honom i en korridor på vår då gemensamma arbetsplats, gick han bara rakt förbi mig utan att hälsa.”

”NÄR EN PROGRAMLEDARKOLLEGA förklarade att jag var så snygg, att vore han inte redan sexuellt tillfredsställd hade han gått in på toa och runkat. När en annan programledarkollega smög upp bakom mig och stack in hela armen mellan mina ben, bakifrån, och greppade hårt mitt underliv. När en tredje programledarkollega sa att jag var snygg i uppsatt hår, att jag såg slynig ut när jag hade det utsläppt. När den folkkära TV-profilen mitt i natten körde efter mig i bil och skrek att jag – ’slynan’ tillika ’horan’ – fantamej skulle hoppa in i bilen, att han inte ödslat tid att prata med mig på krogen utan att få något i gengäld.”

Pia Herrera

”DET BÖRjade REDAN på ett av mina extrajobb under gymnasiet. Jag serverade på en restaurang när den var abonnerad för privata fester. Då var det mer regel än undantag att männen försökte ta en på rumpan, helt öppet inför alla. Restaurangen ägdes av min kompis pappa och jag vågade aldrig säga ifrån. Snarare var det uppskattat att jag höll god min och log.

Senare arbetade jag som mässvärdinna för ett stort internationellt företag där en släkting till mig jobbade. En dag gästade den upphöjde utländska och kända vd:n mässan. Alla verkade bli nervösa men han var ytterst trevlig mot mig. Men några dagar senare kom första brevet där han förklarade hur förälskad han var i mig, att vi måste ses och han lockade med resor till lyxiga resmål. Jag vågade inte svara. Dels var jag ju så ung, bara 16 år, och jag ville inte förstöra för min släkting genom att nobba vd:n. Han fortsatte att skriva och ringde även min släkting för att få tag på mig.

Det var starten på mitt yrkesliv. Och jag kan knappt minnas alla inviter från manliga chefer som jag har försökt parera. Det sjuka är att jag framförallt försökt rädda deras ansikte snarare än stå upp för mig själv. Idag kan jag se att det inte är mitt fel när en chef trycker sig på mig och försöker hångla, fast jag tydligt visat att jag inte vill. Precis lika fel som det är när de på fester tjarar om att de vill ligga med en.”

”JAG HADE JOBBAT knappt två år som journalist. Jag var vikarierande reporter och jag och en betydligt äldre fotograf hade varit ute på ett jobb. I bilen på väg tillbaka till redaktionen gav han mig komplimanger och började prata om sin ’lyxhustru’ som tappat sexlusten och blivit ’så torr’ av mediciner att det inte gick att ha sex. Han fortsatte att prata om hur svårt det var för honom, han hade ju sina behov och sin sexlust att ta hänsyn till, därför hade han skaffat sig älskarinnor. Han frågade vad jag tyckte om det. Strax innan jag skulle kliva ur bilen undrade jag om han inte hade dåligt samvete. ’Över att ha älskarinna, menar du?’ sa han och tog samtidigt med handen rätt mellan benen på mig. Jag rusade ur bilen och berättade genast för min närmaste chef. Han agerade på en gång men de högre cheferna frågade senare om jag skulle ha samarbetsvårigheter med fotografen eftersom vi skulle jobba ihop under sommaren. Inget mer hände. Mitt vikariat tog slut efter ett par månader, men fotografen arbetade kvar i mer än ett decennium. Jag har senare fått veta att samma person ofredat flera kvinnliga medarbetare.

På samma tidning rådde generellt en gränslös och sexistisk stämning, en grov jargong som man förväntades anamma. Jag fick veta att det fanns en ’ligglista’ som en nattchef skickat runt, som namngav de sexigaste vikarierna och vilka man kunde tänka sig att ligga med. En manlig medarbetare sa att jag var högst upp på listan, som om det vore en komplimang.

En av de högsta cheferna ringde mig efter arbetstid

och frågade om jag ville komma upp på hans hotellrum. Han skickade mig till Gotland för ett reportage och lät mig sedan veta att han skulle komma över och hade bokat en svit dit jag var ’välkommen’. Samma chef hade relationer med realitystjärnor, sådana som tidningen skrev om. En av dem ringde mig och berättade att hon kände sig utnyttjad.

Jag vågade inte berätta allt detta då, det var som att man hade uppfattats överkänslig och skvallrig. Och på något sjukt sätt även märkvärdig.”

Ulrika Nandra

”SOM 12-ÅRING spelade jag tvårflöjt i kommunala musikskolan. Under en lektion smög läraren upp bakifrån och la händerna på mina bröst. Jag kände att det var fel men visste inte vem jag skulle vända mig till. En annan gång kom han mig på piano när jag satt bredvid och spelade flöjt. Då gled hans händer ner i mitt knä. Skammen gjorde att jag inte berättade förrän flera år efteråt för min mamma. Hon reagerade ganska ljummet. Om det hade varit min dotter hade jag blivit så arg. Det kanske var andra tider då.”

Anna Irestig

”JAG HAR FRILANSAT i 15 år som sångerska. Är med på en releasefest på ett svenskt skivbolag. Känd svensk pianist sätter sig mitt emot mig, skålar och säger: ’Det är så sextigt och spännande med er sångerskor. Ert verktyg är läppar och tunga. Man kan se på er sångteknik om ni är bra på blow-jobs. Du är ju helt klart en stjärna. Mjuka, fylliga och starka läppar, avslappnad käke och fin färg på tungan. Väldigt inspirerande!’ Klappar mig på kinden, skålar i mitt glas och går.”

Marzena-Annette Taranto

”NÄR JAG VAR 18 ÅR sökte jag jobb på ett känt evenemangsbolag. På intervjun fick jag träffa vd:n. Mötet gick bra och han frågade om jag hade en vän som också sökte jobb. Min bästa vän och jag gick dit några dagar senare. Han bjöd på öl som vi inte vågade tacka nej till och kommenterade våra utseenden och min väns bröst. Om vi svarade fel på hans frågor skulle vi ta av oss klädesplagg. När vi hörde av oss till hösten då vi skulle börja jobba, sa han att det inte fanns behov längre. Det framkom senare att det var för att vi inte hade hållit kontakten med honom under sommaren.”

Nora Strömberg

”JAG ARBETADE på en reklambyrå i Malmö. Vår vd hade precis öppnat en filial i Stockholm och när lokalen skulle invigas flögs hela personalen dit för att delta i invigningsfesten. Några av våra kunder som mestadels bestod av äldre män blev ganska onyktra och jag som var omkring 20 kände olust när jag blev uppbjuden. Det var en hel del tafsande och till slut lämnade jag festen. När vi kom tillbaka till Malmö blev jag inkallad till vd:n som skrek åt mig att ’du ska fan dansa med våra kunder när vi har fest i Stockholm’.”

”SOM BARN BEVITTNADE VI en man utanför badets stängsel som visade snoppen för oss. En annan stod naken i ett fönster på vår väg hem från skolan. Blottare som skrämde och äcklade oss.

Som 16-åring blev jag antastad i ett skogsbyn, mitt i natten. Mannen var ensam, ville ha en vän och visade det genom att hålla fast mig i ett järngrepp och försöka placera min hand i hans skrev. Jag lyckades slita mig loss och sprang för livet genom mörkret, hem till mamma och pappa.

Jag har blivit tagen mellan benen på ett diskotek. Den tredje gången han inte respekterade mitt ’lägg av!’ utan istället bara flinade och gjorde det igen, fick han en lavett.

Men den värsta var nog ändå fotografen. Jag var 18 år och han kom till mitt jobb för att spela in en reklamfilm, anlita av det stora köpcentret jag arbetade i. Efteråt undrade han om han fick ta några bilder på mig. För säkerhets skull besökte jag hans ateljé innan jag sa ja. Han verkade seriös, bilderna han visade var fina och jag var smickrad. Han körde mig till en vacker, enslig plats för fotografering. Jag var nervös och obekvä, men inte rädd. Jag satt på en stenmur iklädd jeans och en vit blus. Efter ett tag bad han mig att knäppa upp blusen lite. Det gjorde jag. Kameran klickade. Han bad mig knäppa upp lite till. Och det gjorde jag. Han fotade på och till sist syntes behån. Då bad han mig ta av mig mer, men där gick min gräns. Han kom fram till mig, där jag satt uppflugen på muren. Han ställde sig mellan mina ben.

Öste på med smicker och övertalning. Han tog tag i mig och jag stålsatte mig. Stängde av rädslan och bad honom köra mig till stan. Nu. Han KOKADE av ilska. Körde sammanbitet bilen och sa inte ett ord. Jag pratade om allt och inget. Skojade och pladdrade och var extremt medveten om att jag behövde snacka mig ur detta. Att det var enda sättet.

Skammen förtog sedan ilskan. Hur kunde jag vara så dum? Gå på den lätta? Fotomodell? Jag? Idiot!

Senare fick jag höra att han var känd för att utnyttja unga tjejer. Kanske gick det inte lika bra för alla som för mig och jag ångrar att jag inte gick till polisen med min upplevelse, där och då.”

Susanne Boll

”JAG VAR 14 ÅR och skulle åka med kvällsbussen från Kramfors till Uppsala för att hälsa på min kompis. Bussen fylldes snabbt och allt fler säten blev upptagna. Efter några stopp satte sig en man bredvid mig. Han luktade öl och verkade vara ganska påverkad. Jag märkte snabbt att han tittade på mig och att stämningen inte var normal. Jag kände plötsligt en hand tryckas in under mig. Jag tog bort den men sa ingenting. Det hände igen. Jag tog bort den igen och sa tyst ’nej’. Mannen gav sig inte och började peta på mig. Efter en lång stund tittade jag till slut åt hans håll och då höll han i sitt könsorgan, ville att jag skulle ta på det. Jag hoppade upp och satte mig på ett ledigt säte. Eftersom vi fortfarande satt nära varandra såg jag hur han tittade på mig, tills en ny kvinna klev på bussen. Hon hade inget annat val än att sätta sig bredvid honom. Jag såg att han gjorde likadant mot henne, men jag var för feg för att säga något. Kvinnan, som var lite äldre, reste sig under högljudda protester och gick fram till chauffören. Vid nästa stopp kastades mannen av bussen.”

Minna Gardelin

”JAG JOBBADE SOM FLYGVÄRDINNA och var på restaurang med min besättning i det land där vi skulle tillbringa natten. Kaptenen, som jag inte kände, hade med sig sin fru. När hon rest sig för att gå på toaletten började jag säga något om det vi alla samtalade om. Kaptenen avbröt mig och sa: ’Det enda jag kan tänka på är dina läppar och hur jag skulle vilja att de slöt sig runt min kuk.’”

”JAG VAR 20 ÅR och kär i en kille, vilket han var mycket väl medveten om och gillade att använda till sin fördel. Många gånger gick vi hem med varandra, ibland fick jag sova över och vissa gånger bad han mig gå, när han fått det han ville ha. Han var hårdhänt och hänsynslös. Jag hade ofta blåmärken efter att ha varit med honom. Han var manipulativ och övertalade mig till sex. Eftersom jag hade följt honom hem, och visste vad han förväntade sig, kände jag mig alltid skyldig och gav med mig.”

Joanna Rönnevall

”JAG VAR 56 ÅR då jag utsattes för försök till våldtäkt i min egen våning av en 16 år yngre man. Det var mitt på dagen och jag hade haft ett arbetsmöte med en författare och en känd artist. Vi skulle planera ett gemensamt framträdande på en festival i Borlänge.

När mötet var klart gick författaren, men artisten dröjde sig kvar. Han sa att han ville se min våning och jag började glatt visa honom runt. I den ganska trånga serveringsgången frågade han mig plötsligt om jag inte ville ha sex med en yngre kille. Sedan ryckte han upp min t-shirt, började dra i min behå och ropade att han ville suga på mina bröst. Jag kämpade förtvivlat emot, sa med eftertryck: ’Gå härifrån, ut från mitt hem.’ Då slet han istället in mig i sovrummet, kastade omkull mig på sängen och försökte kyssa mig. Jag skrek: ’Nu får du faktiskt lägga av, gå bort från mig.’ En mindre kamp utspelades men till slut reste han sig faktiskt upp och försvann.

Jag satt som förlamad i flera timmar, kunde inte röra mig. Var vaken hela den och efterföljande natt. Sedan fick jag några sms från honom där han skrev att jag var underbar. Jag ringde arrangörerna bakom vårt scenframträdande på festivalen och artisten fick sparken från uppdraget. Jag bollade det som hänt med några kollegor. Alla trodde på mig och försökte stötta så gott de kunde.

Jag trodde jag kunde leva med det övergrepp jag utsatts för, men drygt ett och ett halvt år senare stötte jag på artisten i ett jobbsammanhang. Jag rusade in på

toaletten och kräktes. Efter det beslöt jag mig för att anmäla och gick på skakiga ben till polisen.

Förundersökningen las dock ner i brist på tillräcklig bevisning. Kvar stod jag som nu lämnades ensam med den ännu mer aktiverade traumatiska känslö- och minnesbilden inom mig. Jag undrar fortfarande vad artisten sa till sitt försvar.”

Eva Rusz

”ARBETADE INOM MISSBRUKSVÅRD för kvinnor. I samband med en personalfest la en manlig kollega armen runt min hals och greppade det ena bröstet. När jag puttade bort honom såg han frågande ut. Nästa dag skylldes han på att han varit full. ’Gör aldrig om det igen’, var min kommentar.”

Annelie Kraft

”FÖR NÅGRA ÅR SEDAN när jag jobbade som jurist på en av landets största byråer var jag och en kollega, tillika delägare, i Amsterdam på en konferens med vårt internationella nätverk. Före middagen stod en guidad tur på schemat. Den gick bland annat till Red light district. Det vidriga i den idén dämpades inte direkt av att några kollegor pekade på en kvinna i ett fönster och sa: ’Vem vill knulla henne? Hon ser ju bedrövlig ut.’ Jag sa inget, jag ville bara därifrån.”

”VAR SOMMARVIKARIE på ett boende för fysiskt handikappade. Jag skulle hjälpa en MS-sjuk kille i 20-års åldern att kissa. Jag satte på mig plasthandskar och hjälpte honom att stoppa in snoppen i kissflaskan. Jag höll i flaskan och väntade på att han skulle börja. Istället sa han till mig att skaka flaskan, annars kunde han inte kissa. Jag fattade inte varför, men gjorde som han sa. Efter en stund gick det för honom. Blev så äcklad och förbannad. Insåg att han utnyttjat att jag var ny och inte visste bättre.”

”EFTER ATT JAG med all tänkbar tydlighet avvisat upprepade plumpa inviter om att kvällstid följa med en universitetslektor upp på hans rum för att ’dricka whisky’ på tu man hand, så svängde hans humör från flirtig till iskall. Han informerade mig några dagar senare om att jag inte hade den rätta inställsamheten för att komma in på hans nästa kurs, och alltså blev nekad en plats, som jag egentligen var berättigad till.”

”JAG BODDE I EN mellanstor stad på västkusten. Jag var 13 år och på den tiden var det dans i Folkets park varje onsdag med populära dansband. Basisten i ett väldigt känt band fick syn på mig. Han var 23 år; snygg, charmig och väldigt flörtig. Jag blev förstås smickrad att han såg just mig och blev förälskad. Så när han drog in mig bakom scenen i pauserna hängde jag med. Jag var helt oerfaren och naiv men lät honom grovhångla med mig. Vågade inte säga nej. Han körde ner handen i mina byxor, kysste mig samtidigt som han gned sig mot mig och stönade. Jag var vettskrämd, men detta upprepades varje onsdag i mer än ett halvår. Han hade säkert många unga tjejer i olika städer, men jag kände mig utvald. Och blev ett offer, vilket jag förstod först långt senare.”

”MITT FÖRSTA JOBB fick jag när jag just fyllt 16. Jag skulle sommarjobba på ett stort fyndvaruhus. Chefen gav mig ofta sexuella kommentarer om min kropp och jag försökte undvika att vara nära honom. En eftermiddag bad han om hjälp att lasta ur en bil som just anlant med varor. Jag klättrade in i lastrummet varpå han kvickt hoppade upp efter mig, stängde luckan och började tafsa. Jag började skrika och banka på väggarna tills han slutade och sa: 'Men vad tråkig du är. Fattar du inte ett skämt? Du kan verkligen inte ha kul!' Jag skämdes, cyklade hem, berättade inte för någon och kom aldrig mer tillbaka. Till mamma ljög jag ihop något om att jobbet var tråkigt, att jag inte ville vara kvar varpå hon skällde och sa att man inte kan vara så kräsen.”

Pia Flodner

”PERSONALFEST PÅ SVERIGES RADIO. Hade en hög chef till bordet. Han var många år äldre än jag och hängde rätt ofta på vår redaktion. Vi brukade småprata emellanåt. Väldigt neutralt.

På festen bjöd han upp mig och jag sa ja, men under dansen började han tafsa. Överallt, utanpå och innanför kläderna. Han var som en bläckfisk med långa tentakler. Jag försökte värja mig men hans grepp var fast. Det var fruktansvärt.

När låten var slut drog jag snabbt därifrån och visste inte hur jag skulle hantera det hela. Kände att det handlade om makt. Vem skulle man tro på om jag berättade? Chefen eller den yngre, inte fast anställda journalisten? Och om någon sett oss där på dansgolvet, hur hade det tolkats? Att jag hade uppmuntrat det hela? Jag hamnade i total vanmakt.

En bisarr tanke var också att om jag ställde till en scen och anmälde honom, så kanske radioprogrammet jag jobbade med skulle skadas. Absurt – men jag var så förvirrad. Min strategi blev att aldrig prata med honom igen. Inte säga ett ord eller svara på tilltal. Märkte att det förbryllade honom. Kanske insåg han vad han hade gjort. Blev skjutsad hem av en arbetskompis några dagar senare och berättade vad som hänt.

’Intressant’, sa han, för chefen hade pratat om personalfesten och påstått att man skulle passa sig för mig! Att jag var ’het som en spis’ och hade försökt att förföra honom. En oattraktiv gubbe i mina ögon. Han vände alltså sitt eget övergrepp mot mig. Maktspel!

Det var en omskakande upplevelse som var svår att komma över, men jag slutade på Sveriges Radio kort därefter och slapp stöta på honom mer.

Några år senare läste jag på löpsedlarna att en hög public service-chef hade anmälts för sexuella trakasserier och fått sparken. Det var han. Ha! Rättvisan segrade alltså till slut, men vi var många offer på vägen. Hans chefskollegor måste ha vetat och hört genom åren men inte agerat. Den fega tystnadskulturen i sin pyrdno.”

Cicci Renström Suurna

” ’SEXUELLA TRAKASSERIER? Vad är det? Det är ju bara att säga nej?’ Kvinnan på universitetets personalbyrå förklarade för mig att hennes högsta chef brukade säga så. Jag kände alltför väl till de konsekvenser en anmälan brukade få men det här bemötandet på personalbyrån hade jag inte förväntat mig.

En av mina chefer på institutionen där jag var doktorand hade trakasserat mig i månader. Från kommentarer, mail och sms hade han börjat göra fysiska närmanden. En gång, i mörkret då alla vid institutionen gick vilse på väg till jumiddagen, kände jag plötsligt en arm om mig. Det var min långa och många år äldre chef som i skydd av mörkret höll om mig. Hårt. Han trängde sig tätt intill, log med ansiktet nära mitt och sa något om att detta var så trevligt. Jag kunde varken prata eller vrida mig ur hans grepp.

Jag kontaktade prefekten som omedelbart ville göra mig sällskap till personalbyrån för en formell anmälan. Jag lovade att anmäla, men bara om det visade sig att han trakasserade fler. Jag hade aldrig kunnat föreställa mig det som sedan hände.

En av mina studenter sökte upp mig redan samma dag. Hon bad om hjälp. Samme man hade förföljt henne och tvingat sig på henne. Han hade nästan lyckats få in tungan i hennes mun. Han var hennes handledare. Att inte anmäla var inte längre ett alternativ.

Under utredningstiden mötte vi stort motstånd och en enorm okunskap på alla nivåer. Till slut var det vi som lämnade institutionen. Jag avbröt mitt avhandlingsarbete och studenten avslutade aldrig sin

uppsats. Han, däremot, fick stanna. Detta trots att han fälldes för ’sexuella trakasserier av allvarlig art i två fall’.

I ett möte med personalbyråns högste chef när utredningen till slut var klar kastade han aggressivt fram: ’Är du nöjd nu?’ Förövaren hade befunnits skyldig men jag betraktades fortfarande som besvärlig.

Då hade jag i flera år levt med förövarens handlingar, reaktionerna på anmälan på arbetsplatsen och personalbyråns oförmåga att hantera ärendena. Jag var i en utsatt position på en institution präglad av misogyni, tystnadskultur och patriarkala oskrivna regler. De flesta, från kollegor till höga chefer, tycktes anse att det handlade mer om rabiatt feminism än om traditionell jämställdhet och en trygg arbetsmiljö.

När jag satt där, ensam med personalbyråchefen, var jag utmattad och på väg mot en lång sjukskrivning. Men förövaren var kvar.”

Katarina Rosengren Falk

”SOM 13-ÅRING PÅ EN RAST håller två killar mina armar och en tredje klämmer på mina bröst. När en manlig lärare kommer släpper killarna mig och jag tror att läraren ska säga till dem att uppföra sig. Men han går istället förbi oss med ett lystet flin och jag går skamsen därifrån.”

Pia Risan

”DET ÄR MÅNGA ÅR sedan nu. Min väninna och jag skulle äta middag på den fina restaurangen. Vi var i stort sett ensamma i den stora matsalen förutom ett gäng herrar en bit bort. Hovmästaren kom fram till vårt bord och undrade om de unga damerna inte skulle kunna tänka sig att byta bord.

’Varför?’ frågade vi som tyckte att vi satt bra där vi satt.

’Jo, men det vore ju så trevligt för herrarna vid det andra bordet att få något vackert att titta på.’ Vi satt kvar men vinet fick en besk eftersmak.”

”JAG JOBBADE I SJU ÅR som massageterapeut. En tidig torsdagskväll har en man bokat tid för behandling av smärtor i ländryggen. In kommer en man i 35-årsåldern i kostym och med portfölj. Han är i stan på konferens, ska föreläsa dagen efter. Fick ont i ryggen på flygresan. Behandlingen börjar. Efter en stund säger han: ’Ursäkta, men jag blir jävligt kåt här.’ Han vänder sig om och drar samtidigt fram sitt könsorgan. ’Skulle du bara kunna fixa till det här?’ säger han och pekar på sitt erigerade kön. Jag är ensam med honom på mottagningen, har ingen mobiltelefon bredvid mig och kan inte bedöma om personen kan bli våldsam. Jag tittar bort och säger lugnt: ’Du får vända dig om så jag kan behandla din rygg.’ ’Men jag har ju andra spänningar här som uppenbarligen behöver behandling. Jag betalar såklart extra.’ Jag mår illa av rädsla. Försöker snabbt tänka ut olika scenarier. Bestämmer mig för att antingen vänligt be honom gå eller om han blir våldsam gå med på det han vill. Jag är gravid och kan inte riskera fysiskt våld. Jag ber honom gå. Jag har ’tur’. Han svär och säger: ’Jävligt stiff. Du är snygg, jag är snygg, vi skulle ju bara ha det lite gött ihop. Your loss.’ Sen går han.”

”ALLA DESSA HÄNDELSER har jag länge velat klä i ord men inte tidigare vågat. Ett axplock ur ett alldeles vanligt liv:

Det är mörkt och musiken pumpar i hela kroppen. Jag lämnar dansgolvet för att gå på toaletten. Tre olika händer klämmer på min rumpa på den tio meter korta sträckan. Inget ovanligt hände på dansgolvet.

På väg hem mitt i natten. Det finns tre personer på bussen, jag sitter på en fönsterplats. En man i 50-årsåldern går på. Han sätter sig bredvid och pressar upp sitt ben mot mitt. Jag vågar inte röra mig av rädsla för att han ska tolka det som att jag vill vara intim med honom, av rädsla för att han ska göra något. Jag ber en stilla bön att han inte ska av på samma hållplats som jag. Han går av före. Jag är spänd i hela kroppen resten av vägen hem. Inget ovanligt hände på bussen.

Är på väg till en förfest. En kille vill väldigt gärna prata med mig i busskuren. Det vill inte jag, så jag säger åt honom högt att låta mig vara. Han följer efter när jag byter kur. Alla runt omkring stirrar ned i marken. Spårvagnen kommer och jag går medvetet på en annan vagn. Han letar upp mig, sätter sig bredvid. Börjar prata trots att jag säger ifrån och tydligt markerar avstånd. Jag söker och får ögonkontakt med andra passagerare. Skriker tyst på hjälp. En man ser medlidsamt på mig. Ingen gör något. Inget ovanligt hände på spårvagnen.

Jag sitter ensam på en bänk vid en tunnelbanestation en tidig morgon. Det är kanske tio andra på perrongen. Två uppenbart fulla killar slår sig ned. De vill prata.

Kille 1: – Hur har kvällen varit?

Jag: – Jo tack, bra.

Kille 1: – Vad säger du, ska du ha lite kuk?

Jag: – Tack, men nej tack.

Kille 2: – Hehe, sorry han är lite full.

Jag: – Ja jo.

Kille 1: – Du har fått för lite kuk. (Tittar menande på sin polare.) Hon behöver lite kuk. Alltså jag har ju tjej och så, men fyfan vad hon behöver kuk.

Jag: – Det är bra, tack.

Kille 1: – Johorå, kuk är precis vad du behöver.

Jag: – Verkar som att du kanske ska ha lite kuk. Du verkar ju väldigt fäst vid det. Det kanske vore bra för dig att ta tag i ditt begär.

Kille 1: – HA! Du har uppenbarligen fått mycket kuk. Hora.

Främmande tjej kommer fram till kille 1 och säger: – Fan vilken tönt du är.

När tåget kommer sätter jag mig i en vagn långt borta från killarna. Av ren reflex ser jag till att jag inte är ensam utan håller mig hela tiden i närheten av andra, särskilt kvinnor. Varenda muskel i min kropp är spänd. Det är bara jag och kille 1 som går av där. Jag springer hela vägen hem till min mormor. Vid frukosten dagen

efter frågar mormor hur gårdagkvällen var.

Jag: – Den var bra.

Ingenting ovanligt hände på perrongen.

Det är nyårsafton och jag och mina kompisar står vid ett stort torg för att titta på fyrverkerierna. En man kommer bakifrån och sticker upp sin hand under min klänning. Det enda ovanliga som händer är att jag nitar honom. En fruktansvärt bra känsla måste jag säga.”

Cecilia Baggesen-Gyllunger

”JAG VAR RUNT 20 när jag blev utskickad för att intervjua den kände artisten. Det blev en ganska lång och personlig intervju. Mot slutet grep han tag om mina axlar, tryckte sin mun mot min och började tungkyssas mot min vilja. Jag var panikslagen, totalt överrumplad och kunde inte komma loss. Fotografen, en ung tjej som var praktikant från en folkhögskola, började ta bilder på det som hände istället för att hjälpa mig. Jag lyckades till slut slita mig loss och sprang ner för trappan, ut från restaurangen. En bit bort stannade jag med bultande hjärta, vettskrämd.

Först ville jag aldrig mer se dem, varken artisten eller fotografen. Sedan fick jag bita ihop och gå tillbaka eftersom jag hade lämnat mina ytterkläder och väskan i rummet. På vägen hem i bilen var jag helt utom mig och frågade fotografen varför hon inte hade hjälpt mig. Hon svarade: ’jag trodde du gillade det.’ Skammen växte, allt kändes som mitt fel.”

Maria Domellöf-Wik

”JAG ÄR 17 ÅR och jobbar för ett svenskt reseföretag på en semesterort i Grekland. Det är en praktikplats och jag är i snitt tio år yngre än samtliga kollegor. En av dem, en snygg kille med flickvän hemma i Sverige, flirtar mycket med mig och jag blir lite förälskad. Men jag är oskuld och blyg och tänker också att han inte vill vara otrogen mot sin flickvän som nyss har varit nere och hälsat på.

En kväll är vi ute och äter middag allihop, det festas ordentligt och vi dansar på nattklubb. Sedan åker vi onyktra hem på mopeder. Jag får skjuts av den snygge killen som dock inte kör mig hem till mig, utan till sig. Han tycker jag ska sova över eftersom det är sent och vi lägger oss i hans säng. Jag har underkläder och t-shirt på mig. Jag är spänd som en fjäder men också lite förälskad ju ... Vi kysser varandra och plötsligt lägger han sig över mig. Han är två meter lång och väger säkert 90 kilo. Han är full. Jag får panik och säger: ’Nej, stopp, jag ska åka hem nu.’ Han slutar inte, drar ner mina trosor och försöker tränga in i mig. Jag gör det motstånd jag kan och kniper. Det gör ont och jag skriker, han ger upp, rullar av mig och säger: ’Va fan, är du oskuld eller?’

Jag tar mig hem och lägger mig med skammen som sällskap. Nästa dag när vi ses säger han: ’Du, det där igår. Det säger vi inte till någon, okej?’ Nej, det vill inte jag heller för jag skäms. Dagen därpå äter jag lunch med några kollegor. När jag sätter mig ser jag hur den snygge killen och en av de andra manliga kollegorna i

30-årsåldern flinar mot varandra. Den andre kollegan säger till den snygge: ’Ja, där behövde man inte ha lampan släckt, förstår jag.’

Jag känner mig smutsig. Skamfylld. Jag äter min mat och går tyst därifrån. Ångrar att jag varit på festen, att jag druckit, att jag inte tog en taxi hem direkt ... Idag ångrar jag att jag inte reste mig upp mitt i lunchen och berättade vad som hade hänt.”

”#METOO GÖR ONT. Händelser, år av normalisering och förträngning, det är som en damm som brister. Jag börjar minnas. Ser klart. Som:

Den gången jag tågluffade och vaknade av att den okände mannen hade tryckt upp sina båda händer genom shortsens ben. Händer som grävde i mitt kön.

Männen på spårvagnar och bussar som tryckt upp sina erigerade könsorgan mot min rygg.

Kollegan som tittade på mig och retoriskt frågade vår gemensamme kollega: 'Har hon inte sexiga ögon?.'

Chefen som ville ha sex med mig, den timanställda, och motiverade det hela med att han 'ändå var steril, så inget kunde ju hända'.

Kollegan i taxin på väg från företagsfesten som förde upp sin hand under min blus och försökte knäppa upp min behå.

Patienten som försökte nypa mig i mina 17-åriga bröstvårtor när jag skulle hjälpa honom från rullstolen till sängen.

Kollegan som sa att 'han gärna skulle vilja knulla mig hårt, där och då'.

Han som slickade mig i örat på julfesten.

Han som tyckte att jag var torr och trist för att jag inte ställde upp.

Mannen som följde efter mig, på väg hem från festen till lägenheten, han som tryckte upp mig mot husväggen när jag inte hann in i porten och som försökte att kyssa mig.

De anonyma sexuella kränkningarna och hoten i jobb mejlkorgen. 'Din uppblåsta lögnaktiga fitta', 'jag vill pissa på dig efter jag våldtagit dig'.

Den jämnåriga killen som stod och runkade vid björken vid vägen som jag var tvungen att cykla förbi för att kunna komma till högstadieskolan.

Mannen som satt i sin bil och tittade på handbollsdamlaget då vi hade konditionsträning. Han satt där och stirrade varje gång, på den tiden då sport-behå inte uppfunnits.

Det manliga handbollslaget som tittade på porrfilm och drack öl i vår gemensamma buss på väg hem från bortamatchen. Utsattheten när några av dem som ville att vi yngre tjejer skulle sitta med dem därbak.

Läraren som hittade på olika anledningar till att alla flickor som hade börjat få bröst tvingades böja sig fram över katedern så han kunde kika.

Rädslan att ensam möta det skrämmande killgänget i den öde skolkorridoren, kraften det krävdes att inte flacka med blicken, käkarna som spändes och försöken att kontrollera andningen.

Dörrarna som slets upp till tjejernas omklädningsrum.

De gånger jag gått med på att ha sex bara för att jag inte orkat med tjetet.

Känslan av att 'jag sa ju inte nej i tid, nog mycket eller nog tydligt'.

Det gör ont.

Det är äntligen verkligt. Jag är verklig. Detta hände mig. Varken mer eller mindre.

Vi ska läka och förändra. Men nu gör det ont.”

Sarah Britz

”JAG SITTER PÅ TERMINENS första arbetslagsmöte med några kollegor när den ena manliga kollegan vänder sig mot mig och entusiastiskt berättar om sin resa till Uzbekistan. Inte nog med att kvinnorna dricker alkohol, bär korta kjolar och har sex, så var han glad över att kunna påpeka att jag som lite ’flummuslim’ kunde passa in där och inte behöver vara orolig. Till min häpnad hör jag min andra manliga kollega gå igång på denna konversation och kläcker ur sig att muslimska kvinnor i Armenien minsann tävlar mot kristna kvinnor om vem som kan hora sig mest. Jag tittar chockat på honom. Detta är hans första dag på jobbet och jag skäms! Till slut skriker jag: ’Ni är två inkompetenta män som inte har något vett i huvudet! Ni är okunniga och hatiska!’ ”

”I BÖRJAN AV MIN KARRIÄR gjorde jag praktik på en reklambyrå där jag hamnade i en arbetsgrupp med en 20 år äldre kreatör. Han fattade tycke för mig, vilket han uttryckte genom många märkliga gester som fick mig att känna mig otroligt obekvämt. När vi en dag satt ensamma i ett litet rum och bollade idéer hade jag på mig ett par löst sittande byxor. Han småstönade bredvid mig och sa saker som ’jag kan verkligen inte koncentrera mig när du har på dig de där byxorna’. Han menade att han blev så kåt av att se mig i de byxorna att jag hindrade honom från att göra sitt jobb. Som i många andra liknande situationer försökte jag på något vänster ta det som en komplimang. Idag inser jag att det var ett rent utnyttjande av makt. Jag var praktikant, han var senior kreatör. Jag såg upp till honom för att han hade kunskap och makt, vilket han i sin tur missbrukade för sexuellt nöje.”

”JAG ÄR TIO och åker kommunalt. En man tittar på mig på ett konstigt sätt, rakt in i mina ögon som för att få min uppmärksamhet. Då upptäcker jag att hans kön är utanför byxorna. Det är det han vill att jag ska se.

Jag är tolv och bor nära kvarter där torskar plockar upp prostituerade. När jag går hem glider deras bilar långsamt upp bredvid mig och kör långs trottoarkanten. En gång viftar en man med sedlar och jag springer i panik hela vägen hem. Jag planerar att skriva upp deras bilnummer för att göra dem kända för världen.

Jag är tretton och åker buss. I den fullpackade bussen trycker äldre män sina erigerade kön mot min kropp. Det känns äckligt att de tillfredsställer sig mot mig, men i trängseln har jag svårt att ta mig därifrån.

Jag är sexton. En äldre kille som jag inte känner kommer in i rummet där jag ska sova och trycker ner sitt kön i min hals. Jag känner mig som fastfrusen och tror att jag inte har rätt att protestera.

Jag är fyrtio. Jag är på krogen och stöter på en branschkollega som jag inte känner privat, men som jag beundrar för hans yrkesskicklighet. Jag säger att jag alltid har uppskattat det han gör. Han svarar: ’Jag vill ligga med dig.’”

”JAG VAR RUNT 20 ÅR och arbetade på en statlig myndighet. Jag skulle vara trevlig och svara i telefon, upprätta vissa dokument – jag arbetade som ett slags receptionist. Jag hade många samtal och ansträngde mig för att vara professionell och tillmötesgående i varje samtal. Höga chefer på olika avdelningar ringde då och då, om olika ärenden, diarieföring med mera. En dag kom ett vadderat kuvert till min privata adress, där jag bodde. I kuvertet låg ett par nyinköpta trosor. Jag blev chockad. Vad hade jag gjort för att någon skulle ta sig till ett sådant beteende? Det dröjde kanske någon vecka. Så ringde en högt uppsatt chef från en annan avdelning till min arbetsplats. En man i 60–70-årsåldern. Han frågade om paketet hade kommit fram, om jag använde trosorna och om jag kanske hade dem på mig just vid detta tillfälle, då han ringde . . . Jag blev helt mållös. Denne man hade fru, barn och säkerligen barnbarn. Jag hade inte verktygen då, visste inte vad jag skulle svara.

Jag hoppas att unga tjejer idag är mycket tuffare och svarar något riktigt slagkraftigt om de utsätts för liknande beteende. Han hade makt och jag var i beroendeställning. Det dröjde många år innan jag ens nämnde denna händelse. Men sedan #metoo-kampanjen startade delar jag den gärna.”

”EN LÄKARE KOM OFTA upp bakom oss sjuksköterskor när vi satt och dokumenterade. Han brukade ta på oss och massera våra axlar. Jag blev riktigt less och pratade med min chef om det. Nästa gång läkaren kom upp bakom mig väjde jag undan och sa skarpt: ’Jag är inte din att röra på det sättet!’ Han skämtade bort det och jag upplevde att han inte tog mig på allvar. Jag sa åt honom att följa med in till konferensrummet och förklarade återigen att han inte fick röra mig på det sättet. Jag berättade att jag hade pratat med min chef och att jag skulle anmäla honom för sexuella trakasserier om han fortsatte. Efter det tog han inte på mig igen.”

”21 ÅR OCH PÅ TÄLTSEMESTER i Grekland med tre tjejkompisar och två killar. En natt försöker en av killarna tränga sig ner i min sovsäck med huvudet före. De andra sover bredvid. Jag sliter och drar i hans höfter och ben för att stoppa honom, men tyst så de andra inte ska höra. Min skam över att vara utsatt är så stor. Han försöker våldta mig oralt, jag kämpar tyst för att stoppa honom.”

”EN OKÄND KILLE går förbi när jag lutar mig fram och låser upp cykeln. Han daskar mig i baken. Jag blir arg och börjar skälla på honom: ’Vad gör du?!’ ’Åh det var så frestande’, skrattar han. Jag följer efter honom och skäller. Folk börjar titta. Men då säger han istället: ’Fattar du inte att det är slut. Jag vill inte vara ihop med dig. Gå!’ Blir återigen helt paff och stannar.”

”I TRÄNGSELN på tunnelbanan känner jag ett par fingrar som kommer mot mitt kön, fingrar som medvetet söker. Jag tänker så realistiskt som jag bara kan att det förstås är barnet i barnvagnen bakom mig som söker kontakt. Men i det obehag som rörelsen väcker, väcks också en uppfattning. I ögonvrån anar jag den skyldige och i samma veva hade vi anlänt en station och folk är tvungna att kliva av för att släppa på nya resenärer. Hoppfullt tänker jag att nu är det över. Men nej, han har inte gett upp. Jag försöker ta mig längre in i gången, bort från fingrarna och ögonen som lyser så nöjt. Jag kom inte så långt, så jag gjorde som sig bör, var tyst, blundade och räknade ner.”

”NÄR VI VÄL KOMMIT HEM till hans lägenhet, där jag skulle få låna soffan efter att ha missat nattbussen hem, var den trevliga och gulliga killen långt borta. Jag var trött och berusad och ville inte ha sex. Jag ville bara sova. ’Säg att du vill att jag sprutar dig i ansiktet!’ ’Jag sa nej. Flera gånger. Jag sa det tyst, vädjande, och jag sa det högt och bestämt: ’NEJ!’ Han svarar: ’SÄG DET! SÄG ATT DU VILL!’ Jag sa: ’Snälla, sluta, jag vill inte!’

Det spelade ingen roll.”

”SOM UNG KVINNA på en byggarbetsplats var jag nog beredd på att kunna bli drabbad av sexuella trakasserier. Visserligen är kulturen oftast ’grabbig’, men jag har mest mött schyssta killar. Fast på det senaste bygget var det annorlunda. Via en underleverantör kom ett helt arbetslag som tydligt hade en annan inställning till varför jag var där. Redan första dagen kom det insinuationer om vad de skulle göra med mig på taklagsfesten. Jag försökte skoja bort det, men för varje dag blev det allt mer obehagligt. De ’råkade’ komma åt mig när vi jobbade tätt intill varandra och i fikarummet var de snart öppet vidriga mot mig. Till slut gick jag till min chef, som reagerade snabbt och plockade bort hela arbetslaget från bygget. Jag är så tacksam att jag blev tagen på allvar, samtidigt som jag inte längre går till jobbet med samma glädje. När kommer nästa snubbe som inte fattar att både flirt och sex är underbart, men att det bygger på att båda vill?”

”JAG VAKNADE GLAD på festivalen. Idag fyllde jag 18 år. Ett stort steg mot vuxenlivet. Jag var bland vänner och musikframträdanden med artister jag älskade. Jag skulle somna kränkt och tom.

Vi pratade under dagen och kvällen. Jag och mannen som kom att våldta mig. Han arbetade i baren i ett av tälten som sålde öl. Han bjöd mig på några öl för att jag fyllde år.

Senare på natten när jag skulle gå på toaletten på en av de mindre trevliga bajamajorna, kände jag att någon puttade in mig och stängde dörren. Det luktade avföring och svett. Han drog ner mina byxor och tryckte in mig mot väggen. Jag försökte komma loss. Skrek nej. Han sa att jag skulle vara tyst och njuta av födelsedagspresenten.

Jag kommer alltid att minnas min 18-årsdag. Tyvärr som en av de värsta dagarna i mitt liv.”

”PÅ ETT FÖDELSEDAGSKALAS med personer i blandade åldrar och som jag inte känner. Två äldre män i 60-årsåldern hälsar på mig. Tydligt har vi träffats innan, så mitt framsträckta handslag blir en kram från deras del. En av dem håller kvar sina händer på mina axlar samtidigt som han pratar med någon annan om mig. Hans händer glider ner och vilar vid sidan av mina bröst. Jag stelnar till, ögonblicket går förbi obemärkt av alla andra, och jag vill inte skapa dålig stämning för jag överreagerar ju bara. Samtidigt kan jag inte sluta tänka på det. Senare under kvällen diskuteras #metoo, och de båda männen förbannar dessa mediemän till tusen och jag vill bara skrika: ’Du kramade mig och tog på mina bröst utan tillåtelse och jag orkar inte bry mig längre om du gjorde det med avsikt eller bara *slant till*. Sluta ta i min kropp utan tillåtelse!’ ”

”I SOMRAS JOBBADE JAG på en restaurang som gärna skryter om att alla sorters människor är välkomna att jobba där och att alla blir lika behandlade. Vid ett tillfälle gick jag ner till köket för att hämta grönsaker. Två manliga kockar stod och pratade. Jag uppfattade att deras konversation handlade om sex och de tystnade när jag kom. Efter en stund sa de: 'Vill du inte veta vad vi pratade om?' Jag svarade att jag inte ville veta. De insisterade och till slut sa jag: 'Okej då, vad pratade ni om?' Då sa den ena kocken: 'Nej, jag kan inte säga för jag har redan så många anmälningar om sexuella trakasserier.'”

”I JOBBET SOM BARTENDER för några år sedan var det inte ovanligt att gästerna kallade mig saker och tog på min kropp, oftast min rumpa, när jag hade gjort ett bra jobb. Min chef hade tryckt upp nya vita tights t-shirts. Som enda heltidsarbetande tjej tyckte han att jag skulle ha på mig den, speciellt på fredagar då alla män som arbetade i området kom på AW. När jag sa nej, sa han att han blev besviken och tyckte att jag borde anstränga mig mer för att baren skulle tjäna pengar.”

”NÄR #METOO SVEPTE IN över Sverige, tänkte jag: äntligen! Första gången som jag blev utsatt för en mans övergrepp var jag ett litet barn. Jag hade känt honom så länge jag kan minnas, han såg till att bli min vän. Berättade hur söt, fin och bra jag var. När jag var nio år förgrep han sig på mig.

Mitt första riktiga arbete fick jag som 16-åring, där mötte jag en kille. Han pratade som Mumintrölet. Han hjälpte mig så att jobbet skulle bli lättare. Fick mig att känna mig bra och duktig. En dag när vi var ensamma tryckte han upp mig mot en vägg. Hade en vass syl i sin hand och sa tyst, med den där vackra mumnrösten: ’Om du inte gör som jag säger, kör jag upp sylen i ditt öra. Var nu inte så svårflörtad. Jag tycker du ska vara glad över att jag tycker om dig.’

När jag på olika arbetsplatser om och om igen mötte män som tog sig rätten att ta och tafsa på min kropp kände jag skam. Idag vågrar jag vara tyst.”

Lisbeth Pipping

”PÅ JOBBET PÅ RESTAURANGEN brukade jag titta dem rakt i ögonen och be dem ta bort armen, att inte röra mig. I respektfulla sällskap brukade mannen ta bort sin arm direkt, om än lite generat, mumlande en ursäkt och respektera gränsdragningen. Men ofta brukade någon annan man som satt i sällskapet börja skämta om att jag hade sagt till och antingen välja att sexistiskt driva med mig, eller i samma anda, driva med den man jag sagt till.

Ifall jag upplevde att ett sällskap blev för kränkande, sa jag till restaurangchefen eller ägaren, som alltid var män. Här skiljde sig verkligen de bra cheferna från de dåliga. De bra lät mig slippa servera ett respektlöst sällskap och en manlig kollega fick ta över. Hade en gäst erbjudit mig pengar för sex, åkte de ut direkt från restaurangen. De sämre cheferna ursäktade alltid männen med att de ’bara var lite berusade och inte menade något illa’.”

Catharina Hemberg

”JAG VAR SJU ÅR och gick i en lekskola som låg på bottenvåningen i ett hyreshus. Vid gaveln fanns en brant trappa ner till cykelkällaren. Ibland fick vi barn leka utomhus själva och en gång jagade I och A – de busigaste killarna på lekis – ner mig där och ställde sig själva i trappan ovanför så att jag inte kunde komma upp. Jag hade en gul täckjacka som jag innan det där hände tyckte så mycket om och var så glad över. Den hade skärp i midjan och jag minns att jag kände mig som en stor tjej. När jag stod där nere och försökte övertala dem att låta mig komma upp, drog de ner sina byxor och kissade på mig. Och skrattade. Täckjackan blev alldeles plaskvåt. Jag vågade inte berätta för fröken, som om det var mitt fel.

På samlingen skulle alla berätta vad de tyckte var allra roligast att göra. Jag tyckte mest om att rita på stora papper. I och A svarade att de tyckte allra mest om att jaga mig. Sedan ville fröken prata med mig. Hon sa att jag skulle få gå hem lite tidigare än alla andra så att I och A inte skulle kunna jaga mig. Och jag vet att jag frågade fröken varför hon inte kunde säga till dem att sluta jaga mig stället. Hon tyckte att jag borde förstå att de bara var kära i mig, men inte visste hur de skulle visa det. 'Så där gör killar, de jagar tjejer', sa fröken och så fick jag avbryta leken, packa min väska och promenera hem medan de andra barnen stannade kvar tio minuter till och fick leka. För att I och A jagade mig, för att de hade kissat på mig i trappan ner till cykelkällaren. För att de var killar och jag var tjej.

Efteråt har jag tänkt på hur underligt det var att de gjorde det där. Att så små killar tog sig rätten att göra så mot en liten tjej. Att den strukturen redan var satt i dem.”

Kajsa Wiktorin

”TVÅ MÄN OCH TVÅ DIKTER om mig själv som 20-åring.

Praktik på teaterns pressavdelning

Du var vithårig, vänlig och glad
Tre gånger så gammal som jag
Du skötte annonser, jag var praktikant,
jag såg dig som en vis man

En dag kom du in på mitt rum
Kramade mig – hårt,
stod där en stund, tiden frös
Dina händer höll fast om mitt liv

Från den dan kom du in
en gång varje dag
och krävde din dagliga kram
Jag kände mig fångad, jag kände skam –
och förtroendet för dig försvann

En dag fick jag se att du knyckte en kram
av henne som handledde mig
Hon såg obekvämt ut,
men du strålade när du såg mig
Och såg att jag såg – det sanktionerade dig

I Gamla stan

Jag kom in i din butik
strax före stängningstid

Frågade efter något i ditt fönster
Du sa: 'Kom, jag har fler,
ska visa, vi går ner'
Klockan slog sex
Och du vred om nyckeln i dörren

Nerför en trappa, vita valv
Ett hus på säkert 500 år, jag var 20
Du luktade flum,
jag ville inte ha din kuk, ville inte ha din mun
Kände mig så dum

Vred mitt ansikte från dig
men vågade inte fly
Mindes klicket när dörren blev låst,
vart skulle jag ta vägen?
Jag hade ju själv följt med dig

Du nöjde dig med min hand,
och jag runkade din lem
Du log och sa: 'Kom gärna igen',
när jag skyndade ut och hem
Luften befriande sval
Hade jag haft något val?"

Anne Wollter

”EFTER EN MIDDAG under Almedalsveckan tog jag en öl med vice vd i ett börsnoterat företag. Vi pratade om saker som är viktiga för de affärer som jag sysslar med och det var ett samtal där vi var på samma nivå. Nästa kväll träffade jag samma person på ett annat ställe i Visby. Då grabbade han plötsligt tag i mig mellan benen. Inte så att det syntes, men mitt framför alla. Han såg nöjd ut och fortsatte oberörd att prata. Liknande har hänt förut och jag har aldrig anmält. Det har dessvärre varit en bedömning att det inte är värt att dra igång en hel process för en sån händelse. Karriär har fått gå före rättvisa. Men det är dags att sluta le och sluta skämta bort.”

Elisabeth Thand Ringqvist

”JAG ÄR 15 ÅR. Omklädningsrum på H&M. Provar linnen utan behå. Någon slänger in en kondom under provhytten. Jag ser mig omkring. Upptäcker ett borrarhål i väggen. Ett öga som tittar på mig. Jag böjer mig ner och kikar in i hålet. Där står en man i 50-årsåldern och runkar. Han hade planerat det hela väl, med borrar och allt. Jag var så skärrad att jag inte polisanmälde händelsen. Men jag sa till i butiken innan jag gick. Min killkompis skrattade bara när jag berättade. Jag hatade sen alla som såg ut som den där mannen.”

”JAG VAR KÄR I EN KILLE och hade haft sex med honom tidigare, men han ville inte ha något förhållande och träffade även andra tjejer. På min födelsedag följde han med mig hem. På morgonen vaknade jag av att han hade sex med mig. Helt oskyddat, oförberett. Jag hade inte haft en chans till samtycke. Jag hann fråga ’vad gör du?’ innan han var klar. Jag var chockad men slängde ut honom. Jag grät, hade dåligt samvete och kände skuld. Jag köpte dagen efter-piller och gick till gynekolog eftersom jag visste att den här killen hade legat med många andra. Idag vet jag att han är gift och har barn. Ibland ser jag bilder av honom, en leende pappa med blå ögon och armen om sin dotter. Han har själv antagligen ingen aning om vad han har gjort och hur djupa spår det har satt i mig för livet: dels sveket från någon jag tyckte så mycket om, dels förnedringen och skammen i själva övergreppet. Det tog årtal innan jag ens erkände att det var ett övergrepp och slutade ta på mig skulden.”

”HOS DOKTOR 1: En manlig läkare tog av mig behån när han skulle lyssna på mina lungor.

Hos doktor 2: En manlig läkare körde ner handen i min behå och kupade mitt bröst medan han lyssnade på mitt hjärta.

På solariet: Jag solade naken och när jag stängde solariet glimmade något till vid golvet. När jag tittade låg det en man på golvet i solariebåset intill och använde en spegel för att kika på mig. Vi fick ögonkontakt.

På tåget: En äldre man, typ 70–80 år, smekte mig på benet. Jag hade kort kjol och bara ben. Trots att vi satt bland folk vågade jag inte säga något.

På tåget 2: En man som satt framför mig särade på sina ben. Han hade hål i skrevet på byxorna och visade upp sin lem.

På krogen: En vän till mig omfamnade mig och lyfte upp mig i luften. Samtidigt passade någon på att köra upp fingret under min kjol. Jag hade dessutom stringtrosor vilket kändes oerhört förnedrande.

Utöver detta har jag ’drabbats’ av mängder med blottare under åren. Jag berättade aldrig för någon.”

”JAG ÄR 18 och på väg hem efter krogen. Jag går från Centralen mot Kungsholmen och känner mig förföljd. Nere i tunneln vid rådhusets tunnelbana lägger någon sina armar om mig bakifrån. En liten man i klassisk blottarrock och stirrig blick. Jag ryter åt honom att ge fan i mig. Han följer runkande efter mig genom hela tunneln. Jag skriker och svär för att hålla honom på avstånd. Väl ute ur tunneln rasslar han iväg in i mörkret på kyrkogården, som något slags djur.”

”JAG ÄR 24 ÅR och nyförlöst. Går med min bebis i liggvagnen på väg hem. När jag ska in genom porten kommer en man och håller upp dörren. Jag tackar och går in. Han följer med. Jag bökar in mig i hissen som är så trång att den egentligen bara rymmer mig och vagnen. Han följer med. Jag går av på mitt våningsplan. Han följer med. Jag låser upp och går in i hallen. HAN FÖLJER MED! Sedan står han förvåntansfullt i min hall och tycker att vi ska ha sex. Han försöker kyssa mig, men jag slår bort honom. Jag säger åt honom att gå, men det är inte förrän jag säger att min sambo kommer snart som han får bråttom iväg.”

”ÄR FRÅNSKILD och får med mig en man hem efter en blöt krogkväll. Det är inte världens bästa idé, inser jag efteråt och vill glömma alltihop. Men det vill inte han ...

Med glatt mod och utan en gnutta respekt för min ovilja, sätter han igång en uppvaktning som börjar likna förföljelse. Han ringer flera gånger efter varandra på nätterna i fyllan och förklarar mig sin kärlek (och väcker barnen). Det spelar ingen roll att jag ber honom fara och flyga, han fortsätter natt efter natt.

En morgon mitt i barnkaoset står han plötsligt i min hall och vill bli bjuden på frukost. Barnen stirrar tveksamt på den stora gubben och jag blir skitarg och kör iväg honom. Han ringer på porttelefonen på nätterna och vill komma upp. Jag känner mig inte säker i mitt eget hem längre.

En kväll när barnen är hos sin pappa och jag kommer hem sent har han ringt sju gånger på telefonsvararen. Jag vet att han kommer att fortsätta ringa hela natten. I paniken får jag en snilleblixt och kopplar om mitt nummer till barnens pappa ... På morgonen får jag höra att han ringt dit och frågat mitt ex efter mig. Efter det hör jag aldrig av honom mer. Det krävdes tydligen en annan man för att få honom att begripa läget.”

”JAG GICK I SJUNDE KLASS. Sökte en plats i gruppen. Jag ville vara tuff men jag var mjuk som solvarmt smör. På min första riktiga fest med alkohol fanns min bästis och hennes storebror och hans kompisar. Natten försvann. Dagen efter vaknade jag naken. Inte ens en strumpa hade jag fått ha kvar. ’Samla ihop dina kläder och dra härifrån’, tänkte jag. Och jag sprang. Jag fick sen höra att min bästis bror hade haft sex med mig när jag sov. Femton år senare förstår jag att det var en våldtäkt.”

”ETT ÅR SEN. Jag är på kryssning med en vän och vi umgås med ett gäng som vi har träffat ombord. Jag har väldigt lågt blodsocker på grund av en sjukdom och om jag inte äter på länge svimmar jag. Min vän är på toaletten och jag känner att jag måste till vår hytt och hämta choklad för att snabbt få upp blodsockret, så jag går ensam. Tre killar från gänget följer efter mig. En av dem, som vi kan kalla ’K’, tränger sig in i hytten när jag öppnar dörren. Han misshandlar och våldtar mig grovt medan de två andra killarna står utanför och vaktar. Cirka 20 minuter senare kommer min vän in i hytten, hittar mig naken och blodig på bäddsoffan. Hon trycker i mig choklad så jag ska vakna och försöker skaka liv i mig.

I ett år har jag gått på förhör efter förhör och överklagat. De tre killarna har även varit frihetsberövade. Jag har alla bevis som visar att han våldtog och misshandlade mig:

1. Jag har bilder på mitt underliv som var helt förstört. Helt igensvullet, stort som en tennisboll, blodigt, blått och med sprickor (gynekologen på avdelningen för våldtagna kvinnor sa att det var något av det värsta hon sett), och jag kunde inte gå på en månad på grund av av smärtorna.

2. Det finns övervakningsbilder och videor som visar att han tränger sig in och att de andra står utanför och vaktar.

3. Min vän är vittne och hittade mig naken, avsvimmad och blodig.

4. ’K’ skrev ett meddelande till mig på Facebook

dagen efter och bad om förlåtelse för det han gjorde.

5. Hans DNA fanns på min kropp och jag hade en massa blåmärken.

Trots detta har ingen av dem fått något straff. De, och speciellt ’K’, går fria. Och när jag ber polisen att få ut alla papper från deras och mina förhör, säger de att det kan skada ’K’. Så nu är han offret, det är tydligen synd om honom. Jag citerar: ’Han kan lida men av detta’.

Det är en för jävlig straffskala vi har i Sverige; de som laddar ner filmer olagligt riskerar flera års fängelse, medan ’K’ går fri. Han, som förstörde mitt liv, som gör att jag inte ens kan sitta eller stå bredvid en man, som gör att jag inte vågar dricka alkohol för att jag är rädd att tappa kontrollen, att jag inte ens kan titta på en båt utan att få en panikattack, han som kommer att följa med mig resten av mitt liv, som jag drömmer mardrömmar om nästan varje natt, som gjort att jag fått diagnoser som PTSD, ångest och panikattacker, som jag är livrädd för att träffa på varje gång jag går utanför min dörr.

Är det ens någon idé att anmäla? För tydligen blir offret ’the bad guy’ i slutändan. Men jag säger bara det, om du ser mig ’K’, håll dig jävligt långt borta.”

Isabelle Norlén

”SOM EN FLODVÅG väller berättelserna fram. Våldtäkter, kränkningar, förnedring, kladdiga fingrar och tungor överallt där de inte ska vara. Kraften är enorm och när jag läser händer också något i min egen kropp. Egna, förträngda historier som nu letar sig upp till ytan och den personliga flodvågen omvandlas till svett och tårar.

Den där sena kvällen. Jag var på väg hem från min bästis och tog genvägen. En kort stig genom en park. Jag blir lika rädd nu när jag återskapar ljudet av stegen som snabbt hinner ikapp mig, hur jag ligger där på marken och han är över mig, river och sliter i kläderna. Att jag fick kraft att skrika begriper jag inte, men jag vrålade, slogs och sparkade. Ljus tändes i närliggande hus och han sprang. Jag var 14 år och hade just klarat mig undan en våldtäkt. Men 50 år senare blöder det fortfarande från såret när minnet återkallas.

Eller sommaren ett par år senare när jag var på min första egna utlandsresa och fick bo hos en vänfamilj. En dröm gick i uppfyllelse men förvandlades snabbt till en mardröm när mannen i familjen tog varje tillfälle att kladda och komma med allt mer långtgående inviter eftersom ’jag var så mycket mer attraktiv än hans fru’. Till slut en utpressningssituation – för vart skulle jag ta vägen i det främmande landet? För vem skulle jag kunna berätta vad jag var utsatt för?

Inte visste jag att det bara var en föraning. Att en stor del av vuxenlivet skulle fortsätta i samma spår. Strukturer som blir till vardag och normalitet. ’Lilla

gumman’ kan varken kräva löneförhöjning eller respektabelt bemötande om hon inte ställer upp lite.

Lättar på trycket. Förträngt förtryck har exploderat nu. Konvulsioner i arbetsliv och samhälle.

Men när musikeleverna vid Musikaliska akademien högt berättar om lärares övergrepp, kända sen lång tid, svarar prorektorn: ’Ska de brännmärkas och uteslutas bara för att några studenter klagat?’ Tydligare än så kan en maktstruktur inte uttryckas. Några futtiga studenter mot Kungliga musikaliska akademiens lärare.

Det är säkert också svaret på varför jag själv inte blivit direkt utsatt i den tv-bransch som lyfte på topplocket när #metoo exploderade i Sverige. Jag kom dit som programledare, därmed lovligt byte för allsköns kommentarer om mitt utseende. För kort, för tjock, för ful ... MEN jag var en bra bit över 40 och jag hade framförallt från början en skyddande position.

#metoo handlar om svaghet och könsmaktsordning mer än om sex. Må det vara slut på den eran nu när miljontals kvinnor skriver historia.”

Marianne Rundström

”JAG ÄR 16 ÅR och ungdomsledare på ett seglarläger för barn. Vi är många ledare, tjejer och killar i övre tonåren, några i 25-30-årsåldern och barnen är pojkar och flickor i 10-12-årsåldern. Vid ett tillfälle när jag är ensam i ett rum med flera av pojkarna springer plötsligt en av dem fram och tar ett hårt tag om mina bröst och klämmer. Det gör ont, men jag blir också skitförbannad och säger till på skarpen. Pojken blir förlägen. När jag senare frågar honom varför han gjorde så där, säger han att det var en av de andra ledarna, en jämnårig med mig, som sagt till honom att han skulle få pengar om han gjorde det.

Jag blir så fruktansvärt kränkt att jag går upp på mitt rum och låser in mig. Gråter för att den jag trodde var min kompis visade sig var ett svin, gråter för att jag skäms och för att jag inte vet hur jag ska hantera detta. Jag överväger att packa min väska och åka hem, men bestämmer mig för att vara kvar på lägret för pojkens skull, en tioåring som inte fattade hur illa han gjorde mig. Jag slutade istället som ungdomsledare efter det lägret.”

”BLOTT 22 ÅR GAMMAL var jag servitrisen på en av Marstrands mest populära restauranger som ville göra ett bra arbete. Alltid flitig och ge service i högsta klass. I restaurangbranschen finns en rå jargong och grov humor, ofta med anspelningar på sex. Tidigt påpekade kockarna vilka vackra och fasta bröst jag hade under min pikétröja. Eller var det kanske behån som höll dem fina? Dagligen kom kommentarer om att lyfta på tröjan och visa bröstet. Med ett litet leende sa jag gång på gång ’nej’. Dagarna gick och den dagliga kommentaren blev en vana. Någonstans togs den emot av mig med ett uns av uppskattning. Jag blev ju sedd. Jag hade ju fina bröst. Sommaren led mot sitt slut, jag kom in på en teaterutbildning och slutade en vecka senare. Kockarna sa: ’Nu får du allt visa bröstet, så vi får se om de är så där fina som de ser ut.’ Jag tittade på dem, tänkte tanken, men sa klart och tydligt: ’Nej, det får ni inte.’”

”DETTA INTRÄFFADE för omkring tio år sedan. Jag hade skilt mig året innan och jag och en kvinnlig bekant hade varit och tittat på en standup-show. Det var fredag och efter föreställningen gick vi till en krog och tog ett glas vin. Två normmän började prata med oss. Två till synes helt normala män i 45-årsåldern som var i Stockholm på affärsresa. Efter en stund gick den ena mannen och köpte varsitt glas vin till oss. Ganska snart började jag känna mig onykter, rejält onykter. Hörde hur jag sludrade, fick tunnelseende. Den ena mannen började hålla om mig. Jag försöker räkna; hur mycket har jag druckit egentligen? Två öl på föreställningen och snart två glas vin. Jag borde inte vara onykter.

Efter det har jag bara fragmentariska minnen. Vi går över Stureplan. Vi sitter i en taxi. Jag försöker tänka klart. Vi passerar en hotellreception. Jag tänker att jag ska prata med receptionen och be om hjälp, fråga vad som händer. Plötsligt är vi i hissen. Vilde jag följa med honom? När bestämdes det? Vi är på hotellrummet. Det snurrar i huvudet. Han är inne i mig. Det gör ont. Jag stöter bort honom. Jag blöder. Kvinnor som inte vill ha sex blöder nämligen. Jag mår illa och måste kräkas. När jag har tömt magen mår jag lite bättre, sitter på toaletten, försöker tänka. Han knackar. Jag rafsar ihop mina saker och lämnar hastigt hotellrummet. Utanför blir jag stående och stirrar på numret till hotellrummet, ser siffrorna, men kan inte memorera dem.

Sitter i taxin på väg hem. Det är ljust ute. Hela natten har gått. Jag sover hela dagen och kvällen. Vaknar vid

20-tiden och ringer min kompis. Vi försöker förstå vad som har hänt. Hon hade också blivit helt snurrig, men hade ringt en vän som kommit och hämtat henne. Jag anförtror henne vad som hänt.

Nu inträder det märkliga. Skammen. Min bekant är tydlig med att hon ’aldrig skulle följa med någon till ett hotellrum’. Jag skäms. Vuxna kvinnan som inte kan ta hand om sig. Jag skäms över att ha blivit drogad och våldtagen och bestämmer mig för att glömma alltihop.”

Yvonne Skattberg

”JAG TRÄFFADE MIN SAMBO för fem år sedan, när jag var 47 år. Efter några månader blev vi inbjudna på middag till mycket nära bekanta till honom. Till den middagen var också ett par inbjudna som var bekanta till min sambo. Till middagen fick jag placering längst in vid ena långsidan, min sambo mittemot och vid min vänstra sida fick jag mannen från det andra inbjudna paret. Mitt under middagen kände jag hans hand på mitt vänstra lår, smekande. Jag flyttade omedelbart båda benen så långt jag kunde åt höger men han fortsatte tafsa på mig. Det slutade med att jag satt med överkroppen rakt fram och benen i 90 grader åt motsatt håll. Jag kommer inte ihåg mycket av samtalet under middagen.

Efter middagen gick jag till garderoben för att hämta en sak. Då kände jag en hand som smekte mig över ryggen. När jag vände mig om var det min bordsgranne som stod mycket nära. Jag ryggade tillbaka. Rusade in på toaletten. På vägen hem började han skriva till mig via Facebook om hur trevlig han tyckte jag var, att han ofta var i stan och att vi måste träffas. Jag var inledningsvis extremt mesig och svarade vänligt eftersom jag inte ville störa mig med min sambos bekanta, men kände ett stort obehag. Efter några dagar rådgjorde jag med en manlig kollega som rådde mig att svara att jag inte tyckte att det var en bra idé att vi träffades men att jag uppskattade hans vänlighet. Allt för att inte riskera att han skulle prata illa om mig till min sambo.

Det tog mig flera år att berätta för min sambo. Jag vågade inte för jag var, efter erfarenhet från tidigare

händelser, orolig för att han och hans bekanta inte skulle tro mig. Och när jag tog mod till mig att berätta frågade han varför jag inte hade sagt något. När jag frågade: ’Skulle du trott på mig när vi bara hade känt varandra några månader?’ Och han erkände att han inte visste.

Jag är akademiker och har ett högt uppsatt jobb, men vågade inte säga något. Hur är det möjligt?”

Jeanette Gustafsdotter

”JAG HADE PRECIS AVSLUTAT en filmutbildning vid en dansk folkhögskola. Min högsta dröm var att få jobba med den geniförklarade regissören och hans excentriske producent. De hade rockstjärnestatus bland mig och mina filmintresserade vänner. Jag sa till mig själv: ’Tänk om jag bara går upp på producentens kontor och säger att jag har en tid att träffa honom?’ Det funkade. Han hjälpte mig att få en praktikplats hos deras svenska samarbetspartner.

Varje gång han kom till kontoret i Stockholm slängde upp mig över sitt knä och smiskade mig på rumpan inför alla under allmänt stoj och skratt. Jag försökte prata med honom om det men han bara fortsatte.

När jag kom in på en eftertraktad filmutbildning sa han: ’Man får gärna lämna familjen, Emma, det får man. Men man får aldrig komma tillbaka.’ Och så när han och jag plötsligt var ensamma på hans hotellrum där en efterfest ägt rum och jag bestämde mig för att gå, sa han: ’Så du vill börja göra film? Jag har kontakter i hela Norden, jag kan se till att ingen vill jobba med dig. Men du bestämmer själv om du ska stanna här eller gå.’

Jag tänkte att det skulle vara bra för min karriär om jag stannade, att han skulle prata illa om mig annars. Men jag kunde bara inte. Han var dubbelt så gammal som jag, han var ju en gubbe. Jag gick.

Jag var väldigt ledsen över händelsen, kände mig otroligt sviken. Jag hade trott att han såg mig som en talang, ’hon har ett driv, hon kan lyckas i filmvärlden’. Men han såg mig bara som ett stycke kvinnokött som

kunde befästa hans plats i toppen av makthierarkin. Den insikten slog mig helt av banan. Det var som att bli bestulen på sin mänsklighet.

Några månader senare var det vår och jag gick på den eftertraktade filmutbildningen och behövde låna en filmkamera. Jag visste att hans bolag brukade låna ut utrustning till filmare i början på karriären. Jag tog mod till mig och ringde honom och frågade.

Han sa nej.”

”JAG HAR NOG FÖRTRÄNGT en del för detta var mycket av min vardag på arbetsplatsen. Dessa händelser skedde för några år sen när jag var 22 år.

Jag jobbar på restaurang. En av gästerna tar mig på rumpan när jag står vid hans bord. Jag reagerar instinktivt och slänger disktrasan i hans ansikte. Jag berättar om händelsen för mina kollegor, de ber mig att inte reagera så mot gästerna, det är viktigt att de inte blir arga på oss.

En annan gång, en äldre man, kanske runt 75 år, talar om mig med sin vän. Han väser glatt att han ’har halva inne på mig’. Liknande händelser avlöser varandra. En släkting sa senare att det berodde på att jag var för trevlig.

Jag går in till köket. Den äldre kocken, dubbelt så gammal som jag, kommer nära, viskar i mitt öra, säger att han kan dö bara han får en natt med mig. Vi har ingen sådan relation. Jag berättar för min kollega, hon säger att kocken är snuskig. Vi talar inte mer om det.”

”JAG PRAKTISERAR på ett kontor. En anställd man är på mig hela tiden. Han frågar ganska omgående intima frågor. Bland annat vill han veta vad jag och min kille gör när jag möter honom efter praktiken eller på rasterna. Jag är så inställd på att jag ska göra bra ifrån mig för att öka chanserna till vidare jobb eller goda referenser.

När jag arbetar vid en arbetsbänk kommer han bakifrån, tar upp en linjal och snärtar mig på stjärten. Ingen reagerar. Vi sitter vid ett långbord och fikar tillsammans med ett trettiotal andra. Hela tiden tar han på mig, jag vill inte. Han stoppar ner handen i min ficka, säger att min mobil är på väg att ramla ur. Jag försöker säga ifrån men han bryr sig inte.

En kvinna som sitter på andra sidan kontorslandskapet säger till slut högt på fikarasten: ’Vad du är på Elin hela tiden.’ De närmaste kollegorna är tysta. I efterhand är jag glad att någon i alla fall sa ifrån.

Några år senare ser jag honom i ett köpcentrum. Impulsivt går jag fram, säger högt och tydligt att jag inte ville, att han borde vetat bättre än att tafsa sådär och inte ställt de närgångna frågorna. Han ber om ursäkt.”

”PÅ FÖRSTA JOBBET. Jag var 18 eller 19 år och hade mitt första ’riktiga’ jobb som gick ut på att registrera ordrar på ett företag med stor manlig dominans. I mina ögon var de flesta gubbar, alltså över 35 år. Själv var jag en hyfsat pryd och duktig tjej från arbetarklassen med ambitioner. Det var dags för personalfest. Min allra första! Det dracks lite på rummen redan på eftermiddagen. Allt var helt nytt för mig. Jag gick i korridoren och passerade ett rum med fyra–fem gubbar i 50-årsåldern. De var på ett ’festligt’ humör. De ropade på mig och jag gick in. En av dem utbrast något i stil med: ’Nu blir det rajtan-tajtan’ och ställde sig tätt intill mig och började jucka sitt underliv mot mitt ben. Jag fattade ingenting. Stämningen i rummet blev obekvä. I efterhand fattade jag att min roll var att spela med och fnissa. När jag inte gjorde det förstörde jag spelet. Och jag kände skam över att det hände mig. Det värsta var att jag efter några år träffade juckmannens dotter på en kurs på universitet. Jag skämdes fortfarande å hans vägnar och berättade inte vad hennes pappa gjort.”

”JAG VAR 26 ÅR och höggravid. Stod vid kaffeautomaten då en av kontorets chefer kom och ställde sig intill. Han stirrade på min mage och sa: ’Höggravid? Ja, då kan man ju sätta på dig utan att bli beskylld för faderskap, höhö.’”

”SOM UNG JOBBADE JAG många år i restaurang- och krogbranschen och trivdes väldigt bra. Under en period jobbade jag mycket nattsift som enda tjej på McDonald’s. Det var framför allt tre killar som var värst. Om jag råkade hamna på deras skift fick jag vara på min vakt. De skämtade ständigt om att de skulle våldta mig på lagret efter att vi hade stängt. De tryckte upp mig mot väggen, tafsade och kom bakifrån med sopborste som de tryckte mot min rumpa. De ställde intima frågor om min pojkvän och vårt sexliv. Det var som att de hetsade varandra, och meningen var att jag skulle rodna och bli obekvä. Ett maktspel. Chefen var lika mycket med på det. Flera gånger kallade han in mig på kontoret och tyckte att jag skulle sitta i hans knä medan han räknade kvällskassan.

En kväll vägrade chefen släppa hem någon av oss om jag inte satte mig i hans knä. De andra blockerade dörren och tjatade på mig att sätta mig i chefens knä så att de fick gå hem. Stämningen var hotfull och jag var rädd. Tänkte att nu våldtar de mig, som de sagt så många gånger. Jag försökte skoja bort det hela, hålla dem på gott humör. Samtidigt brann skammen inom mig för att jag inte sa ifrån ordentligt, men jag vågade inte. Min pojkvän var på en fiskeresor, jag ljög och sa att han väntade utanför. Det blev min räddning och vi blev utsläppta.

Efter det anmälde jag alla tre till restaurangchefen. Hon blev upprörd och kallade in en högre chef från huvudkontoret som hade samtal med mig. Det blev

ingen polisanmälan, men skiftchefen blev förflyttad till en annan restaurang. Jag hörde senare att han trakasserat en annan tjej och att hon sagt upp sig.

Många år senare sprang jag på chefen på restaurangen dit han flyttats. Han verkade inte skämmas alls och hade exakt samma jargong som tidigare. Han berättade också att han fått en dotter som han döpt efter mig ...”

Rebecka Edgren Aldén

”JAG ÄR 60 ÅR och fritidspolitiker. Det kvinnoförakt jag möter inom politiken är hånfulla kommentarer från manliga meningsmotståndare, arrogans och uttalanden som är ämnade att förminska mig och mina kvinnliga partikamrater. Ibland får jag penisbilder och hot på mail och i kommentarsfält från okända män. Jag gör aldrig polisanmälan. I somras försökte jag anmäla mejl som kommit till mig men som var ämnade åt en annan politiker: fruktansvärda hot, dödshot och hot om grovt sexualiserat våld och grov rasism. Polisen sa att det inte var någon idé att anmäla, det skulle inte leda någonvart och att sådana som hotar sällan går till handling. Jag gav mig, men nu gnager det inombords.”

”ÅKER, I TJÄNSTEN, till en byggarbetsplats. Kliver in i byggets enorma hiss. Den är som brukligt klädd med plywood. Det billiga träet agerar skydd för ordinarie hissväggar. Det vet alla. Men den här dagen klev jag rätt in i en kolsvart hiss. Färden upp var lång och effekten slående.

’Va fan’, sa jag, till ingenjören som var med mig, ’varför är väggarna svarta? Det här ser ju ut som de där klubbarna i Berlin i slutet av nittonhundratalet.’

’Jo, alltså man sätter ju upp skydd i hissarna för att inte skada väggarna när ...’, svarade ingenjören.

’Ja, jag vet’, svarade jag insatt. ’Men varför svart? Varför överhuvudtaget anstränga sig att måla dem, och svart av alla färger?’

’De ritar kukar’, svarade en tjej från hissens ena osynliga hörn. ’Det är mycket sådant på byggen. Om hissens svart är det svårt att rita så att det syns.’

Jag reagerade med att skratta och dra något dåligt skämt jag glömt nu. I retrospektiv kan jag inte se det roliga. Det är så illa på så många plan.”

Anna-Sara Torgnysdotter

”INNE PÅ TOALETTEN tvättar jag munnen med tvål, sen försöker jag skölja kinderna utan att allt smink försvinner. Den äldre kollegans blöta, smackiga pussar fyller mig med vämjelse. Först smäller han dit dem på kinderna. Blött och pang på. Sen en stor puss rakt på munnen. Inför alla på kontoret.

Vi är tre kvinnor runt 30 som fått nya chefsjobb. På avdelningen intill arbetar mannen. Han är inte mer än 10–12 år äldre än jag, men kör en stil som att han är den erfarna, trygge som tagit oss under sitt beskydd. Varje dag kommer han in på vår avdelning. Han är trevlig, skrattar, höjer stämningen. Vi inser att det är bra internpolitiskt på företaget att han finns där, att han ’lägger ett gott ord’ för oss uppåt i hierarkin. Men jag klarar inte de där pussarna.

Jag berättar för min man att jag håller på att spy av dem. Säger att kollegan säkert inte menar så mycket. Att det är bra att hålla sig väl med honom. Min man säger: ’Det där kan du nog inte säga så mycket om, det kan såra honom.’ Vi konstaterar att jag bör stå ut.

Jag lär mig att småningom så att vända kinden mot honom igen. Är jag tillräckligt snabb blir det tre kindpussar, men ingen på munnen.”

”NÄR SLUTAR EN KRAM att bara vara en kram? När blir den oskyldiga men ofta viktiga hälsningskramen ett sätt för de manliga kollegorna att passa på att klämma lite extra, pussa extra blött och hälsa lite extra på bröstet. När jag funderar på sexuella trakasserier i vardagen tänker jag genast på alla kramar, pussar och smekningar jag fått. I över 20 år har jag jobbat på media- reklam- och contentbyråer, TV-kanaler och tidningsförlag. Och i över 20 år har det varit en del av vardagen. Att hälsa på manliga kollegor, kunder och chefer. Unga och gamla. Finniga och skäggiga. Mäktiga och fumlige. Jag har glömt hur många de varit. Men min kropp minns dem; händerna, saliven, smekningarna, de konstiga leendena och den olustiga känslan av ett slags nedvärdering. Förminskning. Respektlöshet. Fast det var ju bara en kram. Eller ...”

”JAG VAR NY I MEDIEBRANSCHEN och efter ett år på flera olika redaktioner runt om i landet kom jag till slut in som vikarie på min drömarbetsplats, en stor kvällstidning. Jag jobbade nästan dygnet runt och gjorde allt för att få vara kvar.

En utekväll med redaktionen började en av mina chefer att prata med mig, bara mig, och satte sig gradvis allt närmare tills våra ben stötte ihop. I början kände jag mig lite smickrad över uppmärksamheten, minns att jag tänkte att det här kanske ökar mina chanser att få vara kvar. Men plötsligt tog han tag i mig hårt, stack in tungan i min mun samtidigt som han greppade tag i mitt ena bröst. Jag kände mig jättegenerad och dum inför de andra. Men det jag tänkte mest på var hur jag skulle komma ur det utan att han blev arg och kanske förstörde mina chanser att få vara kvar.

Jag ville egentligen skälla ut honom men jag vågade inte. Istället skämtade jag bort det, vilket i efterhand ökade skammen eftersom jag inte stod upp för mig själv. Resten av kvällen höll jag mig så långt bort från honom som möjligt. Jag såg att han gick vidare till en av de andra nya vikarierna och hörde sen att de gick hem ihop. Dagen efter bevärdigade han inte henne med en blick. Sa inte ens hej när hon gick förbi.”

”JAG FÖLJER MED EN KILLE hem från krogen. Han är nykter och bor en bit bort så vi tar hans bil. Han är lite äldre än jag. Bor fint. Visar mig runt och sen hamnar vi i sovrummet. Det tar inte lång stund innan jag känner att någonting är fel. Han säger att han ska ge mig jobb som hans ’sekreterare’ och att vi då ska ha sex på jobbet. Precis ’när han vill’. Jag är rädd och vågar inte säga emot. Säger det han vill att jag ska säga. Vill ta mina grejer och springa, men det är mitt i natten, mitt i vintern. Istället tar han mig i analen, utan förvarning. När allt är över skjutsar han hem mig, som om allt var som vanligt. Som om han inte alldeles nyss våldtagit mig. Och jag sitter bredvid honom, med skammen som om allt var mitt eget fel. Det var inte mitt fel.”

”FÖRR VAR JAG MER RÄDD och skamsen. Nu är jag bara förbannad. Inte bara på alla killar och gubbar som tittat, hånat och tagit på mig trots att jag sagt ifrån. Utan också på alla chefer som sett och hört men inte gjort något alls. Men nu skiter jag i allt ni har gjort fel. Bara ni sätter igång att göra rätt!”

HUR HAR DET KUNNAT PÅGÅ SÅ LÄNGE?

Det handlar om makt och att mäns makt blivit alltmer tydligt sexualiserad och den alltmer pornifierade kulturen. Det sexualiserade våldet genomsyrar hela vår kultur i reklam, på film och tv, i sociala medier och så vidare.

Könsmaktsordningen finns från första andetaget. Redan i förskolan vet barn att pojkar är mer värda än flickor. Än idag kan en flicka få höra att pojken slår henne för att han tycker om henne. Lite senare kanske tjejerna går med i "Varken hora eller kuvad" eller vänder sig till föreningen Storasyster för att få rätt att leva som de vill eller bearbeta övergrepp. Självklart får inte alla tjejer dickpics i mobilen, begränsas eller utsätts för övergrepp. Men vetskapen om att det kan hända skapar en rädsla hos långt många fler tjejer än de som drabbas. Statsvetaren Maria Wendt kallade det för "Rädslans politik" i sin avhandling.

Maria Wendt menar att kvinnors rädsla för våld och våldtäkt faktiskt är ett demokratiproblem. Om medborgarskapet vilar på rätten att ta det offentliga rummet i besittning så är kvinnors medborgarskap beskuret. Rädslan för att utsättas finns ofta i bakhuvudet. Idag är denna rädsla inte enbart förknippad med det offentliga rummet, utan övergrepp kan ske i den egna mobilen, i den egna datorn. Det sexualiserade våldet har tagit sig in i den enskilda tjejens och kvinnans vardagsrum på ett nytt sätt.

Våldet har även en mer vardaglig sida. Flicka möter pojke. De får barn. Hon tar lång föräldraledighet, han lite kortare. Hon går ner i tid men det gör inte han. Hon gör lite mindre karriär om hon går upp i tid eller anpassar sitt arbete till att de har barn. Han gör inte det i samma utsträckning. Hon borde gå hem kl 16.05, för då får hon inte längre lön för sitt jobb på grund av löneskillnaderna mellan kvinnor och män. Han får lön hela dagen. Hon får lite sämre vård än honom och han nyare och bättre mediciner än henne. Hon är mer sjukskriven än han. Vid 65 har han en högre pension och hon riskerar att bli fattigpensionär. Och så rullar det på, i generation efter generation med en del förändringar som får oss att tro att maktordningen är rubbad.

Vi har blundat länge och har inte velat se vidden av förtryck och sexuella trakasserier. Varje enskild kvinna som blivit utsatt har därför själv fått bära skammen. I och med #metoo har det öppnat sig en möjlighet som gör att en kvinna kan berätta sin historia utan att ansvaret läggs på henne. Det går inte längre säga att det är hon som gjorde fel.

Carin Holmberg, fil dr i sociologi

HUR VET MAN VAD MAN FÅR OCH INTE FÅR GÖRA?

Det är väldigt enkelt. Om du är osäker på om du får ge din kollega en kram, så fråga. Om du känner att du väldigt gärna vill skicka en bild på din penis till en tjej, kolla först om det är okej med henne. Samma regel om du vill ha sex med någon. Att inhämta samtycke först är egentligen den enda regel du behöver komma ihåg.

Män känner sig ofta kritiserade för sitt beteende. Om du är man och blir kritiserad för något du gjort, vad gör du då? Har du svar på tal eller stannar du upp och lyssnar på kritiken? Funderar du på vad din del i konflikten består av? Vad är skillnaden mellan att ragga på någon och att utsätta någon för sexuella trakasserier? Självreflektion tar dig framåt i livet – låt den ta dig framåt även här. Ibland är det bästa svaret på kritik att fråga den andra personen vad du gjort för fel. Var modig och lyssna!

Vad det gäller vad du får göra på din arbetsplats, till exempel när du mejlar en kollega, när du är på after work eller när du möter någon i korridoren, är grundregeln: var saklig och konkret. Om du är privat kan det missuppfattas. Avsluta till exempel inte ett jobbmail med ”kram”. Kollegor ska kunna se på varandra som professionella individer och måste ha relationer grundade på ömsesidig respekt.

I skolans värld gäller samma sak. Man måste lära sig vad samtycke är och inhämta samtycke, inte bara när det

gäller sex utan när det gäller allt. Kränkande ord har en tendens att eskalera och måste stoppas tidigt. Alla elever borde ha tillgång till undervisning där man får lära sig hur man inhämtar samtycke, vad sexuellt självbestämmande är, vad man får och inte får göra. Alla elever har rätt till sin integritet. Samtycke borde vara en del av läroplanen.

Samtycke ska inte bara inhämtas innan, utan stämmas av hela tiden. Man har rätt att ändra sig när man vill. Exempelvis om man vill bli kramad en dag kanske man inte vill det dagen efter. Viktigt är inte bara att fråga, utan också att lämna utrymme för den tillfrågade att säga nej. Det är inte alltid ett nej uttrycks med ord. Hur den andra reagerar med kroppsspråk, ansiktsuttryck och röstläge är också viktigt.

Killar och män måste börja prata med varandra; till exempel genom att ordna killmiddagar och tala om saker som sex, våld och vänskap. Många män blir tidigt begränsade i sina känsleregister – de behöver bli frigjorda i sin potential att bemöta andra människor. Män behöver prata med andra män om hur man ska förhålla sig på arbetsplatsen. Börja en rörelse där ni går först och visar hur man betar sig. Normen är så stark för hur en man ska vara: initiativrik, handlingskraftig, stark hela tiden. Det sätter krokben för män och gör män osäkra. När män inte uttrycker sina behov får det konsekvenser. Vi behöver frigöra mannen lika mycket som vi behöver frigöra kvinnan.

Elin Sundin, ordf föreningen FATTA

VAD GÖR FACKET?

Känner man sig kränkt, trakasserad eller på annat sätt illa behandlad av kollegor eller chefer, ska man vända sig till den som har förhandlingsansvaret på arbetsplatsen, fackets klubbordförande eller huvudskyddsombudet. Sedan ska detta hanteras utifrån jämställdhetslagen eller diskrimineringslagen. Facket ska då driva frågan mot företaget. I slutändan är det dock alltid företaget som har huvudansvar för att detta sker. Så går det normalt till. Men, om man arbetar på ett mindre företag kanske förövaren är kompis med någon i facket, eller kanske är det arbetsgivaren som betar sig illa. Då ska man ta kontakt med facket centralt.

Vidare ska facket jobba med värderingar, språkbruk och hur man ska uppföra sig på en arbetsplats. Och de fackliga representanterna ska själva vara goda förebilder, vilket de kanske inte alltid varit. Genom åren har vi fått in anmälningar om att förtroendevalda utsätter kvinnor för trakasserier, vilket är helt oacceptabelt. De får i sådana fall givetvis lämna sina fackliga uppdrag. Facket måste vara oerhört tydligt med att det är nolltolerans som gäller. Sexistisk jargong måste man hantera, det är där fröet till sexuella trakasserier ligger. Vidare måste facket ta debatten om vad som är okej och inte. Här gäller det att stå upp för sina värderingar i den praktiska vardagen. Människor ska känna sig trygga och säkra på sina arbetsplatser, det är det fackliga målet. Men vi är inte där ännu. Vi måste skruva det mer och ta reda på

hur vi fångar upp det tysta lidandet. Vi kan inte i ena stunden säga att människor är lika värda och i nästa stund nypa någon i rumpan. Facket måste ta fighten, bland annat genom aktivt jämställdhetsarbete och riktade insatser där man slår fast vilka värderingar som ska råda på arbetsplatserna.

Jag kan hålla med om att facket har varit tyst under #metoo. För 15–20 år sedan jobbade vi mycket med de frågor som vi upplevde som nya och unika. Bland annat drev vi tydliga avtalskrav som stärkte jämställdheten och andra grundläggande frågor. Efter det kanske vi slappnade av, och var nog lite blinda för det som pågår nu. Det som uppdragats är trakasserier av kvinnor i alla yrken och överallt i samhället. Vi från facket utgår ju ifrån människors lika värde och kvinnors möjlighet att utvecklas på jobbet. Det måste vi visa att vi kämpar för idag också.

Vi vet att det ibland råder en gammalmodig syn på kvinnor på många arbetsplatser. Och att man till sitt för-svar säger att det råder en ”rå men hjärtlig jargong”. Det köper inte jag. Det ska bara heta en ”hjärtlig jargong”.

Anders Ferbe, fd ordf IF Metall

VARFÖR SKÄMS VI?

Genom århundrandena har kvinnor fått förhålla sig till skuld och skam i förhållande till sin sexualitet och kropp. Att utsättas för något som är kopplat till den kvinnliga kroppen har därför alltid varit skamligt. Samhällets struktur är tydlig med att det är kvinnornas ansvar om de råkar ut för övergrepp. Det är därför det under lång tid i både hemmen och i våra domstolar har ställts frågor som ”vad hade du på dig” och ”varför följde du med honom hem”? Vi lägger skulden på kvinnorna, men glömmar att inga sexualbrott skulle ske om det inte fanns manliga förövare. Men det är inte så samhället ser det.

Om en man vill oskadliggöra en kvinna kallar han henne hora eller slampa. Det finns inget mer effektivt sätt att undergräva hennes trovärdighet och ta bort all makt från henne. Kvar blir kvinnan med en känsla av skam och skuld.

Det är ett så brett spektrum av brott som tillåtits ske – från sexistiska kommentarer till penetrerande övergrepp. Att skam- och skuldbelägga de utsatta har varit oerhört effektivt.

Därför har man aldrig behövt ta itu med de män som begår övergreppen, aldrig behövt ifrågasätta deras värderingar. Allt är ju ändå kvinnornas fel.

Samma sak händer när barn råkar ut för förövare. Förövaren är noga med att tydliggöra för barnet att det är barnets fel. Det är barnet som fått förövaren att göra det här, hade barnet inte varit så förföriskt hade

det aldrig hänt. På så sätt får man med barnet på övergreppet. Och barn känner på samma sätt som kvinnor skuld och skam och undrar hur de kunde vara så dumma att de till exempel visade sig nakna framför webbkameran. Bara vart tionde fall av sexuella övergrepp kommer till myndigheters kännedom.

Det handlar om makt; vuxna har mer makt än barn, och män har mer makt än kvinnor. Vi lever i ett ojämnt ställt samhälle där skammen och skulden läggs hos de som inte har makt. Detta får vi med oss från tidig ålder. Redan som barn lär sig pojkar att det är okej att pilla på snoppen medan flickor som har handen i trosan omedelbart får en tillsägelse.

Det är häftigt det som håller på att hända nu i och med #metoo. Nu tar vi bort skammen från kvinnornas axlar och placerar den hos förövarna. Vi börjar ifrågasätta vad det är för normer som män har som gör att de utövar sexuellt våld mot kompisar, kollegor och klasskamrater. Kvinnor börjar förstå att det inte spelar någon roll vad de har på sig eller om de är berusade. Det inte är deras fel. Vi börjar se vem som har det egentliga ansvaret. Det som synliggörs är en struktur där män utövar sexuellt våld mot kvinnor och flickor, och för första gången verkar många lyssna och reagera.

Vi kommer att kunna använda #metoo som ett redskap. De vid makten kan avkrävas ansvar och skammen placeras där den hör hemma. Det som sker nu är en revolution.

Nina Rung, kriminolog

OM DET HÄNDER PÅ JOBBET?

Det är inte okej att det finns chefer och medarbetare som blir utsatta för sexuella trakasserier. Det är inte heller okej att det finns chefer och medarbetare som tar sig rätten att bidra till en sexistisk och icke-inkluderande kultur. Arbetsgivare har därför ett stort ansvar för att det inte finns sexuella trakasserier och annan diskriminering på arbetsplatsen och det vilar på två ben:

Dels ett förebyggande arbete, dels arbetet med att hantera problem som uppstår. Detta måste man göra enligt lag. För att alla på arbetsplatsen ska veta vad de ska göra när det inträffar trakasserier och sexuella trakasserier ska arbetsgivaren ha riktlinjer för hur man agerar. Både arbetsgivare och arbetstagare behöver agera när sexuella trakasserier inträffar. En chef som ser eller hör något, eller får ta del av ett rykte, är enligt lag skyldig att agera.

Om du som medarbetare upplever att något inte känns okej för dig, då behöver du tala om det. Du gör det genom att informera en chef eller någon från HR-avdelningen. Vill du inte prata med din arbetsgivare och är med i facket så kan du kontakta dem. Om du inte är med i facket eller inte vill prata med dem, kan du göra en anmälan till Diskrimineringsombudsmannen, DO. Det kan du göra om din arbetsgivare inte uppfyllt sin skyldighet att utreda och vidta åtgärder mot trakasserier eller sexuella trakasserier, men också om du tycker att din arbetsgivare inte gör tillräckligt för att förebygga

trakasserier och sexuella trakasserier. Vill man ha förändring måste man också medverka till att det kan ske förändring. Det ställer jobbiga krav på oss alla, men nu måste vi kavla upp ärmarna så att vi får ett stopp på sexuella trakasserier och annan diskriminering på våra arbetsplatser.

Målet är att ha en kultur på arbetsplatsen där det är högt i tak och där man känner att man kan berätta saker utan att drabbas av till exempel repressalier. Man måste fortlöpande jobba med värderingsfrågor och skapa ett klimat som gör det enkelt för arbetstagare att säga ”Stopp, det här beteendet är inte vad vi kommit överens om”. Frågor om värderingar och bemötande är viktiga att ta upp kontinuerligt på till exempel arbetsplatsträffar, enhetsmöten och så vidare. Vi är alla varandras arbetsmiljö, alla måste vara med på att det är viktigt att respektera och samarbeta med varandra.

Åsa Krook, chef Arbetsgivarutveckling, Arbetsgivarverket

VAD SKA MAN ACCEPTERA?

Genom att kalla kvinnor för bitch, hora, lilla gumman eller pinglan, förolämpar du 50 procent av befolkningen och sätter en norm som våra döttrar ska växa upp i. Tänk på att det är någon annans dotter, fru eller lillasyster som du kränker. Kalla inte någon för saker som du inte vill att din dotter, fru eller syster ska bli kallad. Ingen ska behöva acceptera någonting som gör ont. Punkt.

Vissa män säger gärna att kvinnor är så känsliga eller inte har någon humor för att vi inte tycker det är kul med sexistiska skämt eller nedsättande tillmälen. Men det är dessa män som är okänsliga. De visar brist på empati och respekt och oförståelse för att kränkande ord och handlingar gör ont.

Jag tänker ofta på min tvååriga dotter och hur jag vill att hennes vardag ska se ut när hon är vuxen? Vilka nedsättande ord vill jag inte att hon ska kallas för? Alla ord och handlingar som man reagerar negativt på, som är sexistiska, nedsättande, sårande och kränkande, måste vi markera hårt mot. Det är jätteviktigt att vi vågar säga ifrån. Och ja, det är jobbigt att behöva ta striden. Men det är ännu jobbigare om detta fortsätter. Många tänker att de inte vill förstöra stämningen genom att inte skratta åt sexistiska skämt, eller genom att ta ner kalenderflickor från väggen eller genom att säga stopp när någon tafsar. Men då får man tänka om. Stämningen är redan förstörd. Den som drog det dumma skämtet eller fällt den plumpa kommentaren har ju redan förstört stämningen.

Förskjut ansvaret till den som uttalar eller utför det sexistiska eller rasistiska. Om män till exempel envisas med att kalla kvinnor för stumpan eller kärring, får kvinnor svara med att de i fortsättningen ska tilltalas med sina förnamn.

Porrbilder på jobbet, kalenderflickor på anslagstavlan, porrsurfande i mobilen, könsord, tafsande, trakasserier, rena övergrepp – vi ska inte acceptera något av detta på våra arbetsplatser, ingen annanstans heller, för den delen. Sex är privat, det får man hålla på med hemma, inte på jobbet. Inga kollegor ska behöva exponeras för det.

Visst är det tungt att förändra världen, men vi kan inte vara tysta längre. Tystnaden är förövarens bästa vän. Att vara tyst är att acceptera.

Mina tre brasklappar på vägen:

1. Alla män måste ha civilkurage nog att visa sitt syskonskap med kvinnor genom att ryta ifrån.
2. Kvinnor ska också säga ifrån, gärna tillsammans med andra, det är bättre än att vara ensam. Man är starkare tillsammans.
3. Kämpa för våra döttrars framtid.

Elaine Eksvärd, retorikexpert och grundare av barnrättsorganisationen Treskabinoll

VAD SÄGER MAN TILL SINA BARN?

Först och främst, var ett gott exempel själv – handling påverkar mer än ord. Hur föräldrar agerar i konflikter; hur maktförhållandena ser ut mellan föräldrarna; vilket språk de har mot varandra. Hur arbetsfördelningen ser ut mellan föräldrarna påverkar barnens uppfattning kring respekt, gränser och ömsesidighet.

Föräldrar bör också visa känslor, särskilt pappor ska tänka på det; glada såväl som ledsna och arga. Det är viktigt att förstå egna och andras känslor.

Vidare måste det finnas en öppenhet mellan föräldrar och barn. Det bör finnas en atmosfär som är tillåtande, att kunna prata om vad som händer utan att föräldrarna blir rädda eller arga.

Om barnet berättar om en egen kränkning eller om någon kamrat som blivit kränkt bör föräldern sätta sig ner och intervjua barnet om alla detaljer. Att berätta i detalj om kränkande händelser är bearbetande och blir ett bra underlag för att reflektera kring hur kränkningar uppstår och vad man bör göra åt dem.

Gränser är ett viktigt tema när man pratar om mellanmänskliga relationer. Hur nära är okej? Hur märker man när en annan person vill att man slutar?

Ömsesidighet är viktig inte bara när det gäller sex utan även när det gäller vad man ska göra för aktiviteter tillsammans. Att inte dras med i något mot sin vilja och att vara lyhörd och lyssna in om den andre verkligen vill det man själv vill.

Genom att barnet tidigt i livet känner sig lyssnad på och sedd av sina föräldrar bygger man in medkänsla i sitt barn. Det är dessutom viktigt att man som förälder påminner barnet om att försöka leva sig in i hur det är för andra som blir kränkta, mobbade, hamnar utanför kamratgemenskapen. Det är ett ständigt påverkansarbete som föräldrar bör tänka på själva och förmedla till sina barn.

Diskutera med barnen om vad som kan hända om man kränker någon annan, vilka konsekvenser kan det få på kort och på lång sikt. Känslomässiga? Kamratmässiga? Juridiska?

Sammanhanget är meningen med livet, vilket har med anknytning att göra. Tillhörigheten till en grupp är så viktig att vi kan vara fullt beredda att nedvärdera vem som helst för att själva inte bli utstötta. Att utveckla den styrkan det behövs för att motverka gruppträck är en utmaning för barn och ungdomar. Jag tror att kända, goda förebilder hjälper.

Börje Svensson, psykoterapeut, startade Centrum för barn i kris på Rädda barnen

VARFÖR SÄGER INTE FLER MÄN IFRÅN?

Allt är kopplat till maskuliniteten. Det finns en rädsla att avslöja var man själv befinner sig som man om man vägrar skratta när någon drar ett sexskämt. Man är rädd att bli ifrågasatt. En man vill ju inte bli kallad kärring eller bög.

Ett annat problem är könsmaktordningen mellan män och kvinnor som vi är så rädda att bryta mot. Den tillåter män att diskriminera och underordna kvinnor.

Vi är också rädda att bli uteslutna ur gruppen, gruppen män i detta fall. När en man närmar sig andra män som han inte känner så väl måste han vara försiktig med vad han säger för att inte råka trampa de andra på tårna och riskera att uteslutas ur gruppen. På arbetsplatser där man känner varandra rätt väl borde det vara enklare med djupare samtal. Jag tror att #metoo ger resultatet att fler män faktiskt vågar bryta mönster.

Förväntningarna ökar nu på män att säga ifrån, men att släppa på sin maskulinitet är svårt. Dessvärre tror jag att man mest kommer att prata om de andra männen, inte om sig själv. Det är de andra männen som slår och utsätter kvinnor för kränkningar. Själv har man ingen roll i detta, och därför har man heller ingen skuld i det som sker.

Vad vi gör åt maskuliniteten? Vi måste arbeta strukturellt med jämställdhetsarbetet och inkludera männen i det. Mycket handlar om utbildning och kompetensutveckling. Alla måste lära sig vad genuspedagogik är och hur könsmaktsordningen tar sig uttryck. Och vi

måste börja möta våra barn utifrån deras frågeställningar och inte utifrån deras kön.

Mina tre råd:

Bli inte rädd! När du hör talas om kränkningar och mäns våld mot kvinnor, ta tag i frågan. Fundera på hur du är en del av det. På vilket sätt kan du göra så att män inte använder sexistiska uttryck eller brukar våld?

Bryt in diskussioner. När någon kränker en annan människa, när det inte känns rätt, säg ifrån. Få andra att reflektera och sluta blunda.

Ha köksbordsresonemang. Har du skrikit åt din son på fotbollsplanen att han spelar som en tjej? Ta genast tag i detta och prata om vad som gick fel. Du är inte vad du säger utan vad du gör.

Tomas Wetterberg, jämställdhetsexpert, Länsstyrelsen i Örebro län, fd ordf nätverket Män för jämställdhet

NÄR SKA MAN POLISANMÄLA?

Kom ihåg att det aldrig är ditt fel att du utsätts för brott. Du ska inte känna skuld eller skam. Det finns bara en som bär ansvaret och det är förövaren. Det enda sättet att stoppa förövaren att begå nya övergrepp är att polisanmäla brottet. Det är också enda sättet för dig att få en juridisk upprättelse.

Det ska råda nolltolerans mot alla former av sexuella övergrepp, det inkluderar även nyp, tafsande, ovälkomna sms med sexuellt innehåll etcetera. Acceptera aldrig att någon tar på dig eller gör något mot dig, mot din vilja. Så fort du upplever att det är kränkande eller att du själv känner att det här är fel, sätt stopp för det och våga polisanmäla brottet och förövaren.

Var inte rädd för att polisen inte ska tro på dig. Jag har full respekt för att du känner som du gör, men det är ytterst ovanligt att så är fallet. Men här måste du våga agera och sätta stopp.

Bli arg och tänk att ingen ska få göra något mot din vilja. Känns det otäckt att gå ensam till polisen, ta med dig någon du litar på; en familjemedlem, en partner, en vän, en kollega.

Du behöver inte ens göra polisanmälan själv. Det kan någon annan göra åt dig. Men du kommer att kallas till ett målsägandeförhör. Även då kan du ha med dig en stödperson och förstås ditt målsägandebitråde som företräder dig. Det är viktigt att du känner att du inte är ensam, för det är du inte. Berätta så mycket du

kan om händelsen för polisen. Tala även om hur du upplevde det som hände, beskriv och var noga med detaljerna.

Det är viktigt att du sparar precis alla bevis och alla spår som stödjer din berättelse för att du verkligen har varit utsatt för ett brott. Skador, DNA-spår, sms, chattar, bilder, filmer . . . Vittnesmål är förstås viktiga – notera vittnen som gjort, sett och hört saker. Personer som du har berättat för. Det är bevisningen som blir avgörande för om åklagaren väcker åtal och du får chans till prövning i domstolen.

När du gör en polisanmälan ska du alltid begära ett målsägandebitråde. Ett målsägandebitråde är samma sak som ett juridiskt ombud och målsägandebitråde utses av domstol till den som blivit utsatt för ett brott. Målsägandebiträdets roll är att tillvarata dina intressen, hjälpa och stötta dig.

Den som utsätts för ett brott har rätt att begära ett målsägandebitråde så snart förundersökning inleds och du har rätt att begära den du önskar. Det är staten som ersätter målsägandebiträdet så du behöver alltså inte betala själv.

Ett juridiskt ombud ska ta till vara målsägandens intressen i målet samt lämna stöd och hjälp genom hela rättsprocessen med start från det att förundersökningen inleds till dess att rättegången är helt avslutad. Målsägandebiträdet ska även bistå målsäganden med att föra skadeståndstalan med anledning av brottet. Målsägandebiträdet kan även överklaga domar.

Se till att ditt målsägandebitråde är specialiserad på just brottmål och brottsoffer och har stor erfarenhet. Ett stort engagemang är också mycket viktigt. Vissa advokatbyråer är specialiserade på brottsoffer och arbetar aldrig med misstänkta förövare.

Mina tre bästa råd om du står inför att anmäla ett sexualbrott är:

1. Polisanmäl direkt. Dokumentera och spara all bevisning.
2. Begär alltid ett målsägandebitråde i anslutning till polisanmälan.
3. Uppge all stödbevisning till polisen (vittnen samt skriftlig bevisning). Vet du att du har skador, visa alla skador och se till att dokumentera allt på sjukhus. Om du har blivit utsatt för en våldtäkt duscha inte, släng inte eller tvätta inte några kläder. Det kan finnas väldigt viktiga spår och bevis.

Elisabeth Massi Fritz, advokat specialiserad på att företräda brottsoffer

VAD ÄR POLITIKENS ANSVAR?

Betydelsen av våra politikernas ansvar att förändra sexistiska värderingar och få bort tystnadskulturer kan inte överskattas. Förr sa man att det är med lag som land byggs – det gäller fortfarande.

Verklig förändring innebär att vi alla tar personligt ansvar, att vi uppträder respektfullt men också kräver respekt av våra medmänniskor. Och verklig förändring innebär att vi ställer krav på våra politiker som har medlen att påverka och styra såväl lagar som utveckling.

Jag brukar säga att jämställdhet är en fråga om omfördelning av makt och resurser från män till kvinnor. Sverige är förvisso ett av världens mest jämställda länder men vi är fortfarande bara bäst bland de sämsta. Inget land är i mål.

Trots denna grad av jämställdhet känner sig tre av fyra kvinnor otrygga när det är mörkt – fast vi har haft lagar om kvinnofrid i över sjuhundra år. Och tiotusentals kvinnor utsätts för trakasserier och fysiska övergrepp, vilket är fasansfullt och helt oacceptabelt.

Våra politiker behöver förändra lagstiftningen och införa samtyckeslagstiftning. Men politikerna måste framförallt verka för att höja kunskapen om sexualbrott inom rättsväsendet. När en kvinna gör en polisanmälan måste hon bemötas med respekt och tas på allvar – och ärendet ska handläggas snabbt. Finns det bevis ska det ovillkorligen leda till åtal och prövning i domstol.

Så är inte alltid fallet nu och det är våra politiker som

måste ändra på detta. De måste gå i bräschen för att förändra destruktiva maskulinitetsnormer och även öka kunskapen bland unga om var sexuella gränser går.

Jag tror inte att konfrontation är ett särskilt framgångsrikt verktyg i politiken. Men påtryckningar fungerar utmärkt, och nu när det snart är val så är jag övertygad om att alla politiker kommer att vilja lyssna på vad du och andra har att säga om övergrepp.

Mitt råd är att höra av dig direkt när det finns konkreta fall.

På den lokala nivån: om tjänstemän inom kommun eller landsting inte agerar på larm om övergrepp och trakasserier – kontakta de ansvariga politikerna.

På statlig nivå: om tjänstemän i statliga verk, myndigheter eller bolag inte agerar på larm om övergrepp och trakasserier – kontakta de politiker som arbetar i styrelsen.

När det är val: rösta inte på politiker som inte tar dessa frågor på allvar. Och på samma sätt som det är olagligt för en chef att inte ingripa när man misstänker övergrepp på jobbet, är det omoraliskt av politiker att inte kraftfullt arbeta mot våld och övergrepp.

Jag känner hopp i kraften i den massiva kvinnorörelse som #metoo faktiskt är – jag vågar påstå att detta är det största som har hänt sedan kvinnorna kämpade sig till rösträtten. Låt oss inte tappa farten – och låt nu inte förövarna, rättsväsendet och politikerna komma undan!

Amanda Lundeteg, vd AllBright

BEHÖVER DU HJÄLP, RÅD OCH STÖD?

Roks och Unizon organiserar kvinnojourer över hela Sverige. På deras hemsidor kan du hitta kontaktuppgifter till den jour som ligger närmast. För dig som är yngre finns Tjejjourerna. Organisationen VOOV förmedlar tillfälliga jourhem åt djur för att matte ska kunna bo i skyddat boende.

roks.se
unizon.se
tjejjouren.se
voovhem.wordpress.com

Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för kvinnor och tjejer som utsatts för våld och hot. Du kan ringa dygnet runt och samtalet syns inte på telefonräkningen. Organisationen Terrafem driver en jourtelefon för kvinnor med utländsk härkomst. Samtalet syns inte på telefonräkningen. Om du identifierar dig som hbtq-person och är våldsutsatt, vänd dig till RFSL:s brottsoffertelefon. Samtalet syns inte på telefonräkningen. Brottsofferjouren ger stöd, råd och information till alla brottsutsatta.

kvinnofridslinjen.se
tel. 020-50 50 50
terrafem.org
tel. 020-52 10 10
rfsl.se/brottsofferjour
tel. 020-34 13 16
brottsofferjouren.se

Du som är under 18 kan vända dig till Bris och prata eller chatta med en kurator. Du kan också tala med Barnombudsmannen. Samtalet syns inte på telefonräkningen.

bris.se
tel. 116 111
barnombudsmannen.se
tel. 020-23 10 10

Fatta är en ideell förening som engagerar sig mot sexuellt våld. Sveriges Kvinnolobby och Fredrika Bremerförbundet driver jämställdhetsfrågor med ett lite bredare spektrum.

fatta.nu
sverigeskvinnolobby.se
fredrikabremer.se

Tillsammans är en förening där den som drabbats av sexuellt våld kan få stöd av andra med samma erfarenheter.

foreningentillsammans.se

Diskrimineringsombudsmanen, DO, hjälper anställda att driva diskrimineringsärenden i arbetslivet.

do.se

Genom Sveriges advokatsamfund kan du hitta en advokat som hjälper dig om du skulle behöva hjälp när du utsatts för ett brott. Advokat Elisabeth Massi Fritz är en byrå som specialiserar sig på att företräda brottsoffer.

advokatsamfundet.se
advokatfritz.com

Om du utsatts för våldtäkt ska du vända dig till sjukhusets akutmottagning. På Södersjukhuset i Stockholm finns en akutmottagning för våldtagna.

sodersjukhuset.se
08-616 46 70

AllBright är en partipolitiskt obunden och icke vinstdrivande stiftelse som arbetar för ett jämställt och meritokratiskt näringsliv. AllBright arbetar aktivt med opinionsbildning och utbildning för att påverka beslutsfattare att öka andelen kvinnor på ledande positioner och skapa mer inkluderande arbetsplatser. AllBright kartlägger kontinuerligt representationen av kön och arbetsplatskulturer för att belysa frågan om jämställdhet. AllBright vill skifta debatten från att diskutera problem till att komma fram till lösningar. AllBright arbetar också för nolltolerans mot trakasserier och övergrepp.