

Medlemsinformation

Föreningen **Stopp**

mot kränkande särbehandling i arbetslivet

januari 2011

Årsmötesdags

Gör din röst hörd



Rosenmetoden

Var med i en arbetsgrupp

Mycket på gång...

Som ni ser i detta nummer är det många aktiviteter på gång inom Föreningen Stopp. Det händer också en hel del ute i samhället, både på gott och ont. Mobbningen har ökat i arbetslivet enligt forskarna och många tvingas tillbaka till en destruktiv arbetsmiljö, men politiker verkar börja vakna och samlar till öppet seminarium om vuxenmobbing i riksdagshuset där nästan alla riksdagspartier är företrädare. Se separat info.

Förra årets artikelserie i DN "Mobbarna och rättvisan" fick många läsare. Journalisten Maciej Zaremba har nyligen tilldelats Publicistklubbens Guldpenna, bland annat med motiveringen: "Hans obehagliga fynd på folkhemmets bakgård har retat många, men gjort oss klokare." Maciej Zaremba är helt klart en av vårt lands modigaste och skickligaste journalister.

Några utdrag ur en av artiklarna (som nu går att köpa i bokform):
" 'Det är inte mobbarna som driver människor till förtvivlan", säger sociologen och psykoanalytikern Christophe Dejours. 'Det är de andras svek. De ser på, men de rör inte ett finger.' Han drar till drastiska paralleller. Han menar att man i dag på arbetsplatser kan studera hur nazismen blev möjlig. 'När människan blir alltför rädd om jobbet, när hon ingår i ett system som hon inte kan påverka lockas hon lämna sin moral hemma. Där kan hon vara en älskande far, empatisk make, men på jobbet stänger hon av, ser inte sådant hon inte vill hantera. Blir en liten Eichmann. Så går det till när ett samhälle mister känslan för rätt och orätt.'"
"I de svenska fall jag granskat, ganska många, står Försäkringskassan oftast på mobbarens sida: bagatelliserar övergreppen, misstänkliggör offret och söker orsaken till hennes sammanbrott hos henne själv."

"Sedan 2002 är mobbing på arbetsplatsen ett brott i Frankrike. 'Den som genom upprepade trakasserier som syftar eller leder till att en persons arbetsmiljö försämras på ett sådant sätt att det kränker personens värdighet och rättigheter, skadar personens fysiska och mentala hälsa eller äventyrar personens framtida yrkesliv, döms till fängelse i högst ett år och böter på 15 000 euro.' "

Vi ser fram mot en liknande utveckling i Sverige...

Maciej Zaremba medverkar både i seminariet i riksdagshuset och på ett medlemsmöte i Stockholm samma dag. Förhoppningsvis kommer seminariet att videofilmas och kunna ses på webben.

Maria Werme
Ordförande
PS: Observera ändra telefontider, se sista sidan

Medlemsavgift 2011

Nu är det dags att betala din medlemsavgift för 2011.

Enskild medlem: 150 kronor
Famijemedlem: 200 kronor

Beloppet sätts in på plusgiro:
41 63 32-5

Skriv i meddelanderutan om du vill att andra medlemmar ska kunna ta kontakt med dig eller inte.

Rosenmetoden

ger avspänning, självkänedom och kroppsmedvetenhet.

Den är en lyhörd och djup kroppsberöring av både kropp och själ där oförlösta känslor, som t.ex. lagrad smärta, sorg eller glädje, får möjlighet att frigöras.

”Att bli den vi verkligen är och inte den vi tror att vi är”,

säger sjukgymnasten Marion Rosen som utvecklade metoden utifrån 50 års arbete som sjukgymnast. Idag är hon 96 år och arbetar fortfarande som rosenterapeut.

”Det vi helst vill gömma är det som syns allra mest”

Vi spänner våra muskler för att behålla kontrollen och anpassa oss efter omgivningens krav. Med åren lagrar vi mer och mer spänningar i kroppen. Det resulterar i hämmad andning, blodcirkulation, rörelseförmåga och ger brist på energi. Spänningen blir till ett omedvetet mönster som begränsar våra liv. Rosenterapeuten möter den spända muskeln med samma spänning vilket ger det omedvetna möjlighet att bli medvetet.

Rosenmetoden är bra för dig som har spända muskler, har hållningsproblem eller svårt att slappna av, är trött, stressad eller utbränd, vill nå större kroppsmedvetande och ökad självkänedom.

Det är du som gör jobbet och rosenterapeuten är din hjälpare. Du bestämmer själv hur mycket du vill släppa fram.

Text: Rigmor Palmqvist, praktikelev i Rosenmetoden

Rosenmetoden hjälpte mig släppa spänningar efter mobbingen...

För mig så har rosenmetoden hjälpt till att få upp minnesbilder av det som då hände, men som jag inte först förstod vad det handlade om vilket gjort att jag alltmer kunnat slappna av i kroppen och har blivit betydligt mindre spänd. Det var när jag började känna av i ben, rygg och axlar och oavsett om jag tränade, stretchade eller var i viloläge. När det inte släppte som jag insåg att kroppen ville tala om något för mig. Då förstod jag inte att det hade med mobbingen att göra. Nu vet jag att det hade det.

När jag började söka efter något som kunde hjälpa till på vägen fann jag en sida om rosenmetoden och blev nyfiken och letade upp en rosenterapeut för att prova. Nu har det gett resultat att jag inte alls "bromsar" upp min kropp lika mycket samtidigt som det antingen under eller efteråt kommer upp minnesbilder som kroppen till slut släpper ifrån sig.

Det som är viktigt är dock att du är tydlig på att tala om att du har känt dig mobbad utifall att du reagerar kraftigt eller till och med kanske spänner dig ännu mer och då är det bra att "terapeuten" vet varför. Ett annat tips är också att komplettera rosenbehandlingen med samtalsterapi och bearbeta de minnen som kommer upp.

För mig så har rosenmetoden varit en stor hjälp att få loss bitar som jag totalt förträngt men som inte kroppen hade och jag är fullt övertygad om att det kan hjälpa fler av er på vägen tillbaka för det är ni alla värda och även om det kostar lite så är det en snäll investering i dig själv.

Text: Linda Mathiasson

Kallelse till årsmöte

Föreningen Stopp kallar till årsmöte **lördag 2 april**, 12.00 – 16.00 i Örnsköldsvik.

Här tas mål- och handlingsplan, budget och revidering av stadgar samt val av ny styrelse.

Mer information kommer när du anmält dig, men boka redan nu in datumet så att du har möjlighet att vara med! Det finns möjlighet till övernattnig men du får själv stå för resa och uppehälle.

För att ha rösträtt på årsmötet så behöver du ha betalt din medlemsavgift för 2011.

För mer info och anmälan ring Kerstin, 0703-60 50 62 eller info@foreningenstopp.se

Skriv en motion

En så länge är det ett tag kvar tills årsmötet är men tiden går fort. Skulle du vilja att föreningen jobbar med något speciellt eller är det något helt annat du önskar påverka?

Du vet väl att du som medlem har motionsrätt till årsmötet? Har du en tanke på vad du vill men önskar hjälp att få ner den i skrift – skicka ett mail till linda@foreningenstopp.se så hjälper vi dig. Vi vill ha din motion senast den 2 mars till styrelsen.

Vill du vara med på Brottsofferdagen?

Den 22 februari är det Brottsofferdagen. Om du känner att du vill så ta med dig några vänner, några ljus och ställ dig på en synlig plats i din närhet för att hedra de som inte orkat/kämpar mot kränkande särbehandling. Vill du ha hjälp med flygblad om Stopp. kontakta info@foreningenstopp.se.

Vad är energipsykologi (EFT)?

På senare år har det kommit flera helt nya behandlingsmetoder som har en enastående förmåga att behandla känslomässiga problem. De fungerar ofta milt och snabbt, även på mångåriga eller mycket allvarliga problem t.ex. trauma/PTSD.

Gemensamt för de nya metoderna är att man bearbetar kroppens energi/meridiansystem ur ett psykologiskt perspektiv - därav "familjenamnet" Energipsykologi.

Vad är Energipsykologi?

Energipsykologi är en hybrid - en kombination - av österländsk medicin och västerländsk psykologi och innebär ett verkligt genombrott vid behandling av alla känslomässigt orsakade problem.

Flödet av "Livsenergi" (Chi; meridianer) är en central tanke inom den Kinesiska medicinen. Chi anses påverka kroppen på alla plan, framförallt känslolivet. Obalanser eller blockeringar i chiflödet upplevs som negativa känslor med allt vad de för med sig. Det gäller att ha balans i chiflödet för att man skall må bra! Detta synsätt har fram till nu till stor del ignorerats i västvärlden där man oftast begränsar sig till symtomlindring genom dämpande mediciner, desensibilisering (att vänja sig vid problemet) eller att försöka tänka

på annat sätt eftersom olika tankar skapar olika känslor.

Nyupptäckten är att om man arbetar med meridiansystemet samtidigt som man aktivt styr tankarna/intentionen på särskilt sätt så släpper blockeringarna och man mår mycket bättre! Man har nått en helt ny nivå av helande.

Själva grundorsaken till problemen bearbetas - detta står helt klart om man iakttar effekten av behandlingarna: Efter en lyckad behandling kan man t.o.m. provocera klienten som då har mer neutrala tankar, känner annorlunda och beter sig annorlunda i förhållande till problemet. Resultatet är inte sällan bestående. Om problemet skulle återkomma beror det normalt på s.k. aspekter (=detaljer man förbisett under behandlingen) som också behöver behandlas.

På medlemsträffen i Malmö så provade vi på EFT - läs mer längre fram.

Källa: www.energipsykologi.se



Ska arbetsgivaren ha möjlighet att köpa ut obekväma personer?

Idag är det fullt möjligt för en arbetsgivare att köpa ut en person som anses obekvämt helt i enlighet med lagen. Så om en person blir mobbad på sin arbetsplats utan att chefen gör något åt det eller till och med är delaktig i det hela och låter dig gå från din arbetsplats på oskäliga grunder.

För om det är så att en domstol har ogiltigförklarat en uppsägning så ska tillsvidareanställning fortsätta att gälla. Dock så har arbetsgivaren om denne inte accepterar domen möjlighet enligt § 39 i Lagen om anställningsskydd möjlighet att säga upp arbetstagaren och betala skadestånd på upp till 32 månads löner.

Ska det verkligen få vara så? För om man nu har fått rätt att en anställning är ogiltigförklarad och tror att man har sitt arbete kvar så kan man trots det bli av med jobbet men med ett antal månadslöner.

Nu undrar vi vad du som medlem tycker när det gäller § 39 i LAS? Tycker du att den är bra eller tycker du att den är ett hinder då det gäller mobbing?

Gå gärna in på vårt forum på hemsidan och diskutera frågan eller maila till info@foreningenstopp.se din åsikt och hjälp oss vad vi ska tycka när vi pratar mot politiker och tjänstemän.

Text: Linda Mathiasson

Diskussionsforum

På föreningen Stopps hemsida så finns ett diskussionsforum där man kan diskutera olika frågor med andra. Så missa inte chansen att göra din röst hörd.

Vill du ha en inloggning till forumet så skicka en e-post till linda@foreningenstopp.se så får du ett inloggningsnamn och lösenord.

Händer i media

Diskussion om mobbing i "Frukostklubben" Radio Sjuhärad fredag 14 januari

Kommande

Tidningen Arbetsliv om Föreningen Stopp

Kollega, Unionens medlemstidning

Hallå igen alla Stoppare!

Denna gång skriver jag några rader i min roll som valberedare i föreningen STOPP. Nu är det nämligen dags för alla i föreningen att tänka till vad ni önskar av föreningen och styrelsen framöver. Då är det också aktuellt att föreslå kandidater till oss i valberedningen.

Kom med förslag! Kanske är det just DU, som nu läser dessa rader, som är intresserad av en styrelsepost? Eller har Du förslag på någon, som Du anser borde nomineras?

Hör i så fall av Dig till mig, tfn nr 054 - 56 46 33 eller på marta.christenson@comhem.se eller till Eva Jonzon, tfn 08 - 648 41 04. Välkommen!

Vad mer jag har att säga denna gång, är att det verkligen är många intressanta saker på gång. Själv åker jag t ex till Kalmar för att övervara Agneta Strandingers utställning: EN DAG FICK JAG NOG, med seminarium 25/1 med deltagande av bl a Maciej Zaremba. Detta ska jag berätta för er om nästa gång. Till dess, ha det bra, så hörs vi snart igen.
Kram från Märta-Elin Christenson

Vad vill du se i Stopps mål- och handlingsplan?

Vi som jobbar med att ta fram förslag till mål- och handlingsplan för Stopp är nu inne i ett intensivt skede, då den ska antas på årsmötet i april. Nu behöver vi din hjälp med vad du vill att föreningen ska jobba med.

Ska vi jobba mest med påverkan eller mer med medlemsaktiviteter? På vilket sätt kan du som medlem bidra i arbetet för att motverka vuxenmobbing? Har du möjlighet att hjälpa oss och dig själv med att sprida information om föreningen?

Hör av dig till sammankallande i denna grupp: Linda på linda@foreningenstopp.se med dina tankar och synpunkter så försöker vi väva in det i vårt arbete.

Har du e-post som vi inte vet om?

Skicka den i så fall till oss och hjälp oss hålla våra kostnader nere. Maila till linda@foreningenstopp.se

Skånemedlemmarna på G

Årets första medlemsträff var i Malmö, lördagen den 22 januari och hade tema EFT, en metod som handlar om att knacka på sig själv för att släppa spänningar. Mer om vad EFT handlar om kan du läsa i början av detta medlemsblad under rubriken "Vad är energipsykologi" och även på hemsidan www.energipsykologi.se.

Vad tycker du har varit det bästa med dagens träff?

- Skönt att träffa andra som vet vad man pratar om. Ser framemot ytterligare träffar lokalt här i Skåne och ser positivt på att vi som var med på träffen nu utbytt e-postadresser med varandra för att börja någonstans, säger Marie.

Under denna eftermiddag så hanns det inte bara med att prova på EFT utan även planera för en lokal verksamhet medlemmar emellan i Skåne men också fastställa ett datum för ett påverkanssamtal, miniseminarium i Malmö i maj.

Ja man får liksom en förståelse för det som varit eller det man är med om som man inte får någon annanstans, fortsätter Torsten.

Varför tycker du det är så viktigt att lyfta dessa frågor till beslutsfattare?

- De förordningar och lagar som nu finns är tandlösa så länge man som enskild person inte kan anmäla psykosociala arbetsmiljöproblem till arbetsmiljöverket då man sällan har stöd av varken fack eller arbetsmiljöombud. Här behövs en förändring och den kan bara ske den politiska vägen, tycker Torsten.

I det stora hela en mycket bra och givande dag med många kloka tankar och idéer på vad man vill göra. Framförallt så är det att påverka mot en tydligare lagstiftning som står i fokus för våra medlemmar längst ner i

SydVäst. Detta är inget konstigt eftersom det är här det finns brister för att ha en rimlig chans att själv slippa bli den som inte bara mobbas utan också tvingas gå från jobbet med en ofta ekonomisk konsekvens som följd.

Man kommer också att ha kontakt med varandra och ha lokala träffar och diskussioner via e-post vilket jag ser som väldigt positivt.

Det som också kom fram av diskussionerna kommer mynna ut i ett försök att få in en debattartikel i någon/några av de tidningar som finns i Skåne om att man vill att det införs en oberoende myndighet som tar hand om kränkande särbehandling och psykosocial arbetsmiljö precis som det numera finns för barn som mobbas i skolan.

Kommande planerade och större aktiviteter i Skåne kommer vara ett medlemmöte med tema Självkänsla med Monika Freij i Helsingborg den 7 maj och ett miniseminarium/påverkanssamtal den 14 maj i Malmö dit vi också bjuder in en lokal politisk panel.

När jag efter mötet och en promenad genom Malmö och en efterlängtd sen lunch satte mig på tåget för att ta mig tillbaka till Göteborg var jag väldigt nöjd och glad för den entusiasm och öppenhet som medlemmar emellan utbyter med varandra.

Text: Linda Mathiasson



Insänt: Lika rätt att vara olika!

Varför har man inte rätt att vara olika och vad är det förresten som säger att man är olik någon annan? Det har väl inte bara blivit en slump att vi människor kallar de som inte uppfyller kriterierna för olika? Förresten vilka kriterier är det egentligen vi pratar om, är det att vara färgad eller är det att ha en annan sexuell läggning eller kanske till och med att vara ung?

Fast om nu alla var så lika vore världen inte bra tråkig då? Självtänkt jag att det är tur att det finns en bra blandning av unga, gamla, invandrare, funktionshindrade och homosexuella. Alla dessa grupper berikar vårt samhälle på sitt sätt och har alla precis lika stort värde som du och jag. Vi måste börja våga ta ställning och visa att vi inte accepterar den diskriminering som pågår. Vi är nu i 2000-talet, där den tekniska utvecklingen går fort fram. Är det då inte väldigt konstigt att vissa ska behöva utstå att inte kunna känna sig delaktiga i samhället...

Det kan inte vara meningen att några ska behöva utstå att vara ensamma enbart för att de inte "passar in" på vad den vanlige "medelsvensson" tycker är normalt. Det som behövs är en rejäl attitydförändring. För att nå hit så krävs det en massa information om olika grupper och deras värderingar. Vi måste sträva efter ett samhälle där alla har lika rätt att vara olika!

Text: Linda Mathiasson

· · · · ·
· Kränkande särbehandling ·
· räknas inte som diskriminering ·
· så du kan inte få hjälp av DO. ·
· · · · ·

Öppet seminarium om Vuxenmobbing i riksdagshuset

Föreningen Stopp har fått möjlighet att lyssna till ett seminarium i riksdagen.

Seminarium "Kränkande särbehandling i arbetslivet - Mobbarna och rättvisan", om hur situationen ser ut för människor som särbehandlas i arbetslivet.

Plats: Sveriges Riksdag, Mynttorget 2, ledamotshuset L4-14

Tid: Tisdagen den 8 februari 2011, kl 13-15

Medverkande:

Maciej Zaremba, journalist och författare till Mobbarna och rättvisan
Hillevi Engström, arbetsmarknadsminister
Mikael Sjöberg, generaldirektör på Arbetsmiljöverket
Börje Sjöholm, arbetsmiljöhandläggare på Unionen
Stefan Fölster, chefsekonom för Svenskt Näringsliv
Riksdagspolitikerna Raimo Pärssinen (S), Tomas Tobé (M), Christer Winbäck (Fp),
Annika Qarllsson (C), Josefin Brink (V), Lars-Axel Nordell (Kd)

Anmälan senast 31 januari till maria.eklof@riksdagen.se alt 08-86 45 07

Arrangeras av Moderaterna.

· · · · ·
· **Har du e-post som vi inte vet om?** ·
· · · · ·

· Skicka den i så fall till oss och ·
· hjälp oss hålla våra kostnader ·
· nere. Maila till ·
· linda@foreningenstopp.se ·
· · · · ·

Händer i SydVäst

Medlemsmöte i Uddevalla

Medlemsmöte i Uddevalla, lördagen 19 mars klockan 12.00-15.30 med tema Giraffspråket med SooMi. För info och anmälan: sydvast@foreningenstopp.se

Medlemsmöte i Falkenberg

Medlemsträff i Falkenberg på tema teater, att själva jobba med att dramatisera mobbingproblematiken, lördag 26 mars klockan 12.00-16.00. För mer info och anmälan sydvast@foreningenstopp.se

Medlemsmöte i Alingsås

Boka redan nu in medlemsmöte i Alingsås, lördag 2 april, 12.00-15.30. Vi återkommer med tema och program längre fram. Mötet görs i samarbete med föreningen "Jag mobbar inte" med Lisbeth Pipping. För mer info och anmälan: sydvast@foreningenstopp.se

Medlemsmöte i Göteborg

Vi planerar ett medlemsmöte med något tema i Göteborg en vardagkväll under april/maj. Håll utkik efter mer information.

Medlemsmöte i Helsingborg

Medlemsmöte med tema självkänsla med Monika Freij i Helsingborg lördagen den 7 maj, 12.00-15.30. För info och anmälan: sydvast@foreningenstopp.se

Påverkanssamtal i Malmö

Miniseminarium/påverkanssamtal kommer ordnas i Malmö lördag 14 maj, för att täcka våra kostnader kommer vi ta 100 kronor. Mer info och anmälan sydvast@foreningenstopp.se

Medlemsmöte i Stockholm

Välkommen till medlemsmöte med journalisten Maciej Zaremba, författare till artikelserien i DN våren 2010: "Mobbarna och rättvisan".

Tid: Tisdagen den 8 februari kl 17-20 (Maciej Zaremba kommer kl 18)

Plats: Hornsgatan 114, över gården T-bana Zinkensdamm (rödalinjen) ca 10 minuter från centralen.

Tänk på att undvika parfymade produkter.

Anmälan med tanke på fika till Maria, tfn 0737 - 24 18 65



Artikelserien från DN gjordes till bok och går att beställa från t ex Adlibris.

Var med och påverka

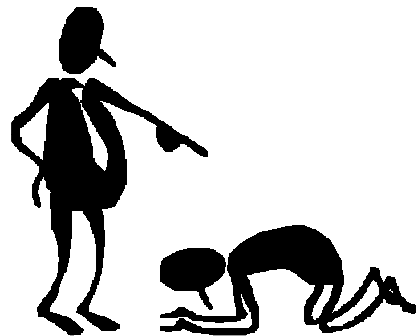
Vi söker dig som vill vara med och påverka vårt samhälle men också hjälpa till i föreningens arbete på något sätt., hör av dig till linda@foreningenstopp.se om du är intresserad av någon av följande arbetsgrupper:

Vill du vara med i någon av våra arbetsgrupper:

- Stödtelefongruppen
- SMS, E-post och Facebook kontakter
- Juridiska gruppen
- Presskontakter
- Mål- och handlingsplan samt stadgar
- Medlemsinfo
- Medlemsvård
- Projekt/Bidrag
- Hemsidan
- Resurscentrum

I nästa medlemsblad...

- * Nya styrelsen
- * Seminarium i Kalmar
- * Prova rosenmetoden
- * Teater för att motverka mobbingen
- och mycket mer



Var med och påverka!

Ta chansen att skriva en insändare, debattartikel eller prata med en politiker om problemet mobbing. Du har också möjlighet att skriva på vårt diskussionsforum på hemsidan. Skicka ett mail till linda@foreningenstopp.se så får du inloggningsuppgifter till vår egen blogg.

Finns du på Facebook, så får du gärna bli vän med Föreningen Stopp så hjälps vi tillsammans åt att sprida information om att föreningen finns.

Många röster små gör tillsammans skillnad!

Kontakta oss

019 – 507 05 19

måndag och torsdag 18.00 - 20.00

031 - 353 17 51

fredagar 9.00 - 15.00

Bli medlem!

Medlemsavgiften är 150 kronor för enskild medlem och 200 kronor för familj, vilket betalas in på **pg 41 63 32-5**