

BOZP má smysl



Máte pocit,
že Vás **kolega**
v práci doslova
šikanuje?



Cokoliv řeknete a uděláte **je**
špatně?



Jste neustále **terčem pomluv, intrik**
a útoků?

V práci se s Vámi nebaví ani klika u dveří?

A **opakují se** tyto **situace** nejméně **půl roku** a alespoň
jednou týdně?

Možná jste se stali obětí mobbingu...

**ZAJÍMALY
BY VÁS DALŠÍ
INFORMACE
K TÉMATU ?**



MECHANIZMY
PRÁVNÍ OBRANY
ZAMĚSTNANCE MBS

MOBBING

Jak se mobbing projevuje?

- › dlouhodobé a nepřetržité útoky na konkrétního jedince;
- › zejména psychické násilí, ale mohou se objevit i fyzické útoky;
- › pravidelnost a opakovanost;
- › nepřátelská komunikace;
- › rafinovanost a zákeřnost útoků;
- › bezcitnost vůči oběti;
- › trvalá přítomnost nepřátelství a agrese.

KDE BLB, TAM NEBEZPEČNO

#bozpmasmysl

MOTIVACE AGRESOREK:

- › Vnímání oběti jako cizího prvku, narušitele „starých pořádků“
- › Pocit sounáležitosti „my dvě proti ní“
- › Pocit ohrožení agresorek (oběť je mladší, vzdělanější, flexibilnější apod.)

REAKCE OBĚTI:

- › Překvapení z nepříjetí
- › Hledání vysvětlení (proč já?)
- › Smutek a stres
- › Zklamání z (ne)reakce vedení
- › Únik a obavy z návratu



DESATERO OBRANY PROTI ŠIKANĚ

1. Nečekej (nebuď čekatelem).
2. Nevěř tomu, že tobě se to nemůže stát.
3. Nebuď lhostejný k oběti šikany.
4. Nebuď na to sám.
5. Nepasuj se dobrovolně do role oběti, nevytvářej svým přístupem automobbingovou smyčku.
6. Nespoléhej se na to, že problém za tebe vyřeší nadřízení.
7. Nehledej v utrpení smysl a neboj se odejít.
8. Nehledej šikanu tam, kde se po tobě chce plnění pracovních povinností.
9. Nemlč o tom, co se ti děje a co se ti nelíbí.
10. Nechtěj měnit osobnost predátora, změň svůj postoj k němu, k jeho chování, k sobě.

„V práci jsem měla problém se dvěma staršími kolegyněmi. Bezdůvodně se mnou přestaly mluvit a absolutně na mě nereagovaly. Chodily si na mě stěžovat vedoucí, sociálně mě izolovaly, vysmívaly se mi, urážely mě, měly ironické poznámky a dělaly mi naschvály.“

Ze začátku jsem si nepřipouštěla, že mám asi problém. Špatně jsem spala, nechtělo se mi do práce, moje psychická pohoda byla úplně narušena.

Vedoucí situaci odmítla řešit a nechala dál vše plynout, sice si s nimi promluvila a pohrozila jim, ale žádné kroky nepodnikla.

Zachránil mě odchod na rodičovskou dovolenou, ta se ale pomalu chýlí ke konci.

Nedokážu si vůbec představit, že se tam budu muset vrátit.“

(příběh z psychologické praxe,
redakčně zkráceno)



**PRVNÍ POMOC
PŘI ŠIKANĚ
V PRÁCI**