

Mobbing może być uważany za rodzaj terroru psychicznego, który jedna osoba lub grupa ludzi stosuje systematycznie przeciwko jednej osobie, często mamy do czynienia z prześladowaniem w miejscu pracy, w szkole, a także w rodzinie.

Głównym przejawem mobbingu są słowa i zachowania, które uderzają w godność i prawa człowieka, a najważniejszym celem sprawcy jest zaszkodzenie swojej ofierze tak, aby wyeliminować ją z pozycji jaką zajmuje obecnie w grupie. Aby psychoterror uznać za prawdziwy jego cele, takie jak ośmieszanie czy poniżenie muszą trwać przez co najmniej pół roku i pojawiać się raz w tygodniu.

Należy zwrócić również uwagę na przejawy mobbingu. Zaliczamy do nich m.in. słowne propozycje seksualne, plotkowanie na temat ofiary, napastowanie przez telefon, ciągłe krytykowanie wykonanej pracy, nie udzielanie urlopu, zlecanie prac, których wykonanie jest bezsensowne i wypowiadanie w obecności innych niegrzecznych opinii o podwładnym.

Na podstawie badań szwedzkich naukowców ryzyko tego, że doznamy mobbingu wynosi sześć miesięcy na całą karierę zawodową, gdzie człowiek na pracę zawodową poświęca ok. 30 lat. Najczęściej do mobbingu może dojść w sytuacji wysokiego bezrobocia, gdy pracodawca może bez ograniczeń dyktować warunki pracy, a pracownik z obawy, że straci pracę nie chce się sprzeciwić.

Warto zwrócić uwagę na organizacje i stowarzyszenia, które udzielają pomocy zarówno psychicznej, prawnej jak i lekarskiej ofiarom terroru psychicznego. W Polsce jest to m.in. Stowarzyszenie Antymobbingowe w Gdańsku i Stowarzyszenie Centrum Antymobbingowe w Warszawie. Osoby, które zostały poszkodowane mogą dochodzić swoich praw w sądzie.

Daniela Kaczmarek

Psychologia mBrokers.pl

