



Bántó viselkedés munkahelyi példái

Inzultusok, melyeket, ha **rendszeresen, szándékosan, adott személlyel szemben** követnek el, bántalmazásként, munkahelyi mobbingként is definiálhatók.

Súlyos bántalmazás:

- Fizikailag bántalmazták.
- Szexuális tettlegességnek volt kitéve.
- Valaki feldúlta a munkahelyét, szétszórta a dolgait.

Fontos: ha ilyen viselkedést látsz, azonnal be kell avatkozni, zéró tolerancia javasolt. Szervezeti reakció és/vagy támogatás/fejlesztés javasolt az érintetteknek. Ezek jogi kategóriákba tartoznak.

Testi egészséggel kapcsolatos ártó megnyilvánulások:

- Fizikai erőszakkal fenyegették.
- Olyan munkára kényszerítették, amelyik az egészségét károsította.
- A testi szükségletek (evés, ivás, wc használat) kielégítésének szándékos akadályozása.

Közvetlenül a munkavégzéssel, munkával kapcsolatos negatív hatások:

- A munkáját kritizáló, **becsmérlő**, indokolatlan és gyakori támadások érték.
- Csak olyan munkát kapott, amelyben semmi lehetősége nem volt arra, hogy valamit **önállóan** csináljon.
- Egyáltalán **nem kapott munkát**, nem volt mit csinálnia.
- **Értelmetlen** munkát kapott.
- Ítéleteit megkérdőjelezték, véleményét **semmibe vették**.
- **Képességeit alig kihasználó** munkát kapott.
- **Mindig más** munkát kapott.
- Olyan feladatot kapott, amit szinte **lehetetlen jól megoldani**, azért, hogy a hitelét rontsák, "leégessék".
- Olyan munkára kényszerítették, amelyet **méltóságán alulinak** tartott.
- Rá nézve **sértő, megalázó** munkát kapott.
- Szándékosan, állandóan **félbeszakították** a munkavégzését, mondandóját.
- Más emberek **akadályozták** meg abban, hogy **kifejtse véleményét**.
- Szabálytalan, **tiltott dolgok elkövetésére** kényszerítették.
- Vezetői meggátolták abban, hogy kifejtse véleményét.
- Szándékosan olyan dologra beszéltek rá, **amelyből kára származott**.



Szociális kapcsolatok ellehetetlenítése:

- A közvetlen munkatársainak **megtiltják**, hogy **vele beszéljenek**.
- A munkahelye szükségtelenül **elszigetelt** a többiekétől.
- A többiek **nem** akarták, hogy az illető **beszéljen** velük.
- **Nem beszéltek** a többiek az illetővel.
- Úgy kezelték, mintha **nem is létezne**.

Jó hírnév, emberi méltóság rombolása:

- A járását, beszédét, külsőjét vagy szokásait tették **nevetségessé**.
- A **magánéletét** illették **kritizáló** támadásokkal.
- **Családi körülményeit** kritizálták vagy tették nevetségessé.
- Etnikai, nemzetiségi, faji **hovatartozását** támadták vagy gúnyolták.
- Az emberek **kigúnyolták** valamilyen **mássága**, fogyatékosága miatt.
- Politikai, vallási vagy egyéb **meggyőződését** támadták.
- **Gúnyolódtak** azzal, hogy keressen fel **pszichológust** vagy elmeorvost.
- Arra célozgattak, hogy **nem tartják teljesen normálisnak**.
- Az emberek **összebeszéltek** a háta mögött.
- Az emberek valótlanúságot, **rosszindulatú pletykát** terjesztettek az illetőről.
- **Burkolt gyanúsítások**, célozgatások hangoztak el róla.
- Ellenséges **arckifejezés** vagy mutogatás céltáblája volt.
- Hangos **kiabálás**, gyalázkodás történt irányában.
- Mások előtt **nevetségessé** tették.
- Szóbeli vagy online **fenyegetés** érte.
- Írásbeli **fenyegetés** érte.
- Telefonos **molesztálás** áldozata volt.
- **Szexuális ajánlatokkal** zaklatták, "kikezdték" vele.
- **Trágár szavakat** vagy egyéb, hasonlóan megalázó kifejezéseket kiabáltak utána.

Fontos: ha a fent felsorolt viselkedések valamelyikét tapasztalod, nem biztos, hogy bántalmazásról van szó. Lehet, hogy az az egy bántó viselkedés az ő környezetében nem számított bántásnak. Jelezni érdemes neki, hogy ez nem elfogadható és támogatni őt az elvárt viselkedés elsajátításában.