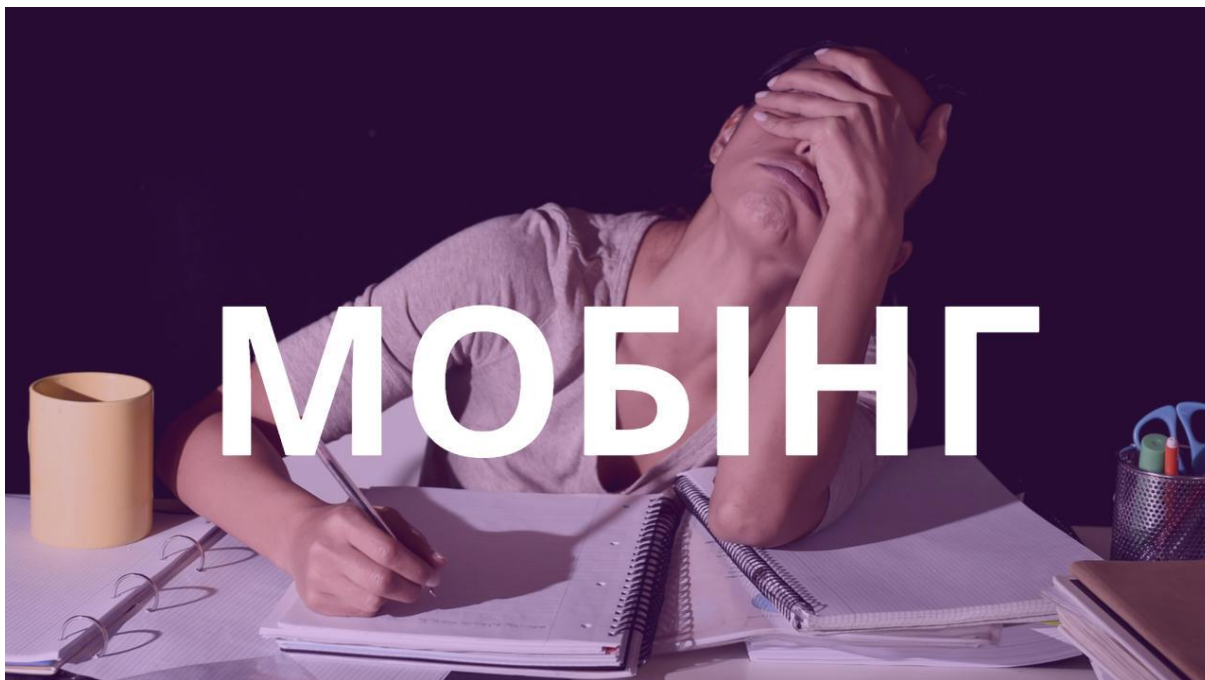


Що таке мобінг і чим відрізняється від булінгу?

Мобінг (з англійської mob – юрба) – не що інше, як цькування працівника на робочому місці за підтримки свідків. Це психологічне, фізичне чи економічне насильство серед учасників трудового процесу, що призводить до приниження людської честі й гідності та створює напружену, ворожу атмосферу в колективі.



Як зрозуміти, що ви стали жертвою мобінгу?

До вас застосовують насильство в тій чи іншій формі, найчастіше – психологічне й соціальне:

- образи та болючі «підколки»;
- зведення наклепів;
- розпускання пліток;
- підбурювання проти конкретної людини інших працівників;
- збір на людину компромату та маніпулювання цими даними;
- коментарі сексуального характеру щодо людини;
- ізоляція та ігнорування;
- демонстративне виключення із групи;
- бойкот;

Також мобінг передбачає фізичну форму (поштовхи, стусани, побиття, вимагання речей чи грошей) та економічну, – наприклад, позбавлення премій, нерівність кар'єрного зросту, нерівномірний розподіл між працівниками трудового навантаження.

Існує ще й кібермобінг – злам соціальних мереж, коментарі образливого характеру, онлайн-погрози, публікація особистої інформації, поширення в інтернеті публікацій про особу, які псують її репутацію.

Важливі ознаки мобінгу:

- вас намагаються соціально ізолювати;
- цькування відбувається систематично;
- протиправні дії щодо вас відбуваються за підтримки групи, в тому числі – мовчазної, що теж важливий нюанс!



Що керує дорослими, які вдаються до мобінгу, і чому його співучасники мовчать?

Яскрава ознака мобінгу – дисбаланс влади. Найчастіше, агресор має або «перебирає» на себе більше влади. І відчуває себе людиною, яка може впливати на настрій, самооцінку інших. Ба більше, такі люди організують своє життя та взаємодію з колегами саме таким чином, щоб відчувати владу. Але не забуваймо: мобінг це «хвороба групи». Часто група не протидіє побаченому насиллю та стає «співучасником» мобінгування, тому що боїться агресора. А ще більше боїться опинитись на місці жертви.

Тому й відмовчується, утримується від втручання. І ніхто не наважується сказати: «Стоп. У нашому колективі так не поводяться, це – не нормально».

Ще одна важлива деталь: мобінг відбувається в тих колективах, де вже довгий час панує не надто здорова атмосфера. І де вже звикли будувати стосунки в нездоровий спосіб. Ще одна причина, чому в колективі може бути «легалізований» мобінг, – розділеним колективом легше управляти.

Як створити «психологічний щит», якщо ви – жертва мобінгу?

- Усвідомте: те, що з вами відбувається під час мобінгу – відповідальність агресора та інформація про те, якими засобами він готовий досягати своїх цілей та які засоби комунікації для цього обирає. **Вашої провини в цьому немає, як і немає того, що «ви якийсь не такий/не така», а тому це сталося саме з вами.**
- Найважливіше – за найперших ознак мобінгу **заявляйте вголос про цю проблему.** Адже неназвану проблему вирішити практично неможливо. Замовчування лише підтримує її існування. **Скажіть при свідках: «Те, що зараз відбувається щодо мене – мобінг. І я не хочу брати в цьому участі. Я є такою ж частиною колективу, як і інші. Терпіти підтримувати це я не погоджуюсь».**
- Якщо особа, яка вас мобінгує, має знанчо більшу владу – звертайтеся за підтримкою, в тому числі до колег. Адже це доведений факт: спостереження за мобінгуванням людини для самої групи – неабиякий стрес-фактор, що породжує сильне напруження в колективі. **Подумайте, хто зі співробітників може стати на ваш бік.**
- **Фіксуйте кожен окремий випадок цькування.** Це допоможе довести в подальшому, що мобінг був систематичним і спрямованим конкретно на вас, на приниження вашої честі й гідності. Жодному співробітнику не потрібно робити щось конкретне, аби до нього ставилися з повагою – це право кожного за замовчуванням.

Правове регулювання мобінгу в Україні:

від теорії до судової практики



Кривдникам образи не зійдуть з рук: як каратимуть за мобінг?

З 1 грудня 2022 року за системне цькування чи приниження на роботі винні нестимуть адміністративну відповідальність:

- штраф від 1700 до 2550 гривень або від 20 до 40 годин громадських робіт;
- штрафу від 3400 до 5100 гривень або від 40 до 60 годин громадських робіт, якщо протягом поточного року сталось повторне правопорушення або якщо мобінг відбувався за участі цілої групи осіб;

Куди звертатись, якщо ви зазнали мобінгу:

Маєте право звернутися із скаргою до центрального органу виконавчої влади, що реалізує державну політику у сфері нагляду та контролю за додержанням законодавства про працю, та/або до суду. У Кодексі України про адміністративні правопорушення також визначено покарання керівника та працівника за мобінг.