

Slučajevi radnica iz Zagreba: 'Kad bi šefica imala loš dan, potrudila se da ni moj ne bude dobar. Najgore je bilo kad mi je umrla majka'



MIRTA VRANJEŠ 27. 09. 2024. 7 PREPORUKA

f | x

Mobbing ili zlostavljanje radnika na poslu kod nas vrlo često prolazi nekažnjeno i prihvaća se kao normalna pojava jer se žrtve mobbinga boje za svoje radno mjesto i odlučuju šutjeti i trpjeti misleći da će zlostavljanje proći, a zlostavljač odustati.

Bilo da je riječ o verbalnim napadima, socijalnoj izolaciji odnosno ignoriranju zaposlenika, klevetanju, prijetnjama otkazom, manipuliranju radnim zadacima, podmetanju zaposleniku nemogućih zadataka, **seksualnom uznemiravanju** ili nekom drugom obliku mobbinga – potrebno je reagirati, poručuju stručnjaci.

Telegram je otvorio prostor žrtvama mobbinga. Progovorili su o svojim iskustvima na radnom mjestu. U ovom slučaju, dvije Zagrepčanke (podaci poznati redakciji), ispričale su kako su se osjećale tijekom emocionalnog zlostavljanja na poslu u trenucima kad su bile najranjivije, nakon smrtnog slučaja u užoj obitelji.

‘Čula sam najgore riječi koje mi je netko uputio’

“Na jednom od poslova koji sam radila imala sam šeficu koja se, kada ima loš dan, potrudila da nam dan svima bude loš. Mobitel nije prestajao ni nakon posla vibrirati od njezinih poruka i e-mailova. Kad radiš u takvim uvjetima, imaš osjećaj da si stalno na poslu i da si njihov rob. Bilo je dana kad bi mi se oči napunile suzama samo kad vidim e-mail na ekranu mobitela, bez obzira kakav bi sadržaj bio u njemu”, navodi čitateljica.

“Od te iste šefice čula sam najgore riječi koje mi je itko u životu uputio. Imala sam smrtni slučaj u obitelji. Iako je isprva bila puna razumijevanja i podrške za moju bol i tugu, nekoliko tjedana kasnije morala sam *odraditi dane koje sam bila slobodna nakon smrtnog slučaja u obitelji*“, navodi.

“Ništa bešćutnije u životu nisam čula, pogotovo jer je čitavo vrijeme govorila kako je tu za mene i moju obitelj u teškim trenucima. Slobodni dani na kojima sam nakon smrtnog slučaja regulirani su i zakonom, nisam ih uzela iz dosade, no ja sam ih morala odraditi”, dodaje čitateljica.

‘Pitala me koliko će mi trebati da odžalujem majku’

Sličan primjer ispričala nam je i druga čitateljica. “Bila sam na poslu kad su mi javili da mi je nakon duge i teške bolesti umrla majka. Javila sam voditelju što se dogodilo, a on mi je našao zamjenu i rekao da uzmem vrijeme koje trebam za pogreb i oporavak od stresa koji sam doživjela. Zahvalila sam mu”, rekla je.

“Dva dana nakon smrti moje majke, a par sati nakon pogreba, zazvonio mi je mobitel i vidjela sam da me zovu iz uprave tvrtke u kojoj radim. Pomislila sam da mi žele izraziti sućut i javila se. Šefica s druge strane linije me je pitala koliko će mi još trebati slobodnih dana da odžalujem majku jer nema koga staviti da radi umjesto mene”, dodaje.

“Nisam mogla vjerovati da me takvo što pita, osjećala sam da mi postaje mučno, počela sam se tresti, a mobitel mi je ispao iz ruke. Prekinula sam vezu i ugasila mobitel. Nakon povratka na posao rekla mi je – ‘vidjet ćeš što znači ugasiti mobitel i ne javljati mi se’. Nakon toga, dobivala sam smjene u kojima bih radila jedan dan do 23 sata, a onda drugi ujutro, od šest sati. Mislila sam da ću se raspasti i psihički i fizički”, ispričala je.

Mobbing se odražava i na privatan život žrtve

Ovakva iskustva su mučna, a žrtve često probleme koje imaju na poslu nose kući, u svoju obitelj. Psihologinja [**Helena Rašić**](#) u svojem se radu često susreće sa žrtvama zlostavljanja na poslu. Kaže kako se kod žrtava prvo uočavaju problemi i povećan broj konflikata u partnerskom odnosu i obitelji.

“Roditelji mogu primijetiti smanjenu toleranciju i teškoće u odnosu s djecom, a koja onda imaju svojih teškoća dalje. Tu su osamljivanje i povlačenje od okoline. Mogući su i razvodi, prekidi veza, prekidi prijateljstava – okolina s vremenom ima sve manju toleranciju na ono što žrtva proživljava i u svrhu samozaštite se odmiče, što uzrokuje još veći osjećaj nepripadanja i depresivnost”, opisuje.

“Aktivnosti koje je žrtva voljela ostaju u prošlosti, nema interesa za napredovanje na osobnom planu, osjećaj bespomoćnosti se ogleda u svakom aspektu života. Mi smo vrlo kompleksan sustav, svi dijelovi našeg tijela i psihe su međuvisni, a i svi naši socijalni krugovi i odnosi imaju međudjelovanje. Ako jedan dio našeg života ima tako snažan negativni predznak, posljedice se moraju osjetiti u svim drugima”, poručuje psihologinja Rašić.

Žrtve se često srame prijaviti mobbing

Čak i kod takvih problema u kojima žrtva ne vidi izlaz, a trpi njezin privatni život i obitelj, mnogi se ne odlučuju prijaviti mobbing i izboriti za sebe. “Sve žrtve osjećaju sram, bar u jednom trenutku – to je najjače oružje mobbinga. Svi ljudi imaju potrebu za pripadanjem – kod nekih je manje, kod drugih jače izražena, no prisutna je”, objašnjava Rašić.

“Pripadanje nam omogućuje zaštitu od različitih opasnosti, što u konačnici znači preživljavanje. Brojne potrebe ispunjavamo kada imamo osjećaj pripadanja svojoj radnoj okolini – osjećamo se bolje oko poslovnih dostignuća, imamo osobe s kojima možemo dijeliti radne frustracije, zajedno ručamo, dijelimo brojne trenutke iz života. Na kraju, u ovom užurbanom svijetu – nekad više budnog vremena provedemo s kolegama s posla nego s vlastitim romantičnim partnerima ili obitelji”, navodi psihologinja.

Dodaje da situacija u kojoj se okreće cijela radna okolina protiv žrtve neminovno uzrokuje osjećaj nepripadanja, srama, a ljudi se zapitaju – što to s njima nije u redu, pa imaju snažnu potrebu povratiti osjećaj prihvaćenosti. “U tom trenutku se može iskoristiti taj osjećaj kako bi se na žrtvu prebacilo još više zadataka i odgovornosti i stvara se začarani krug zlostavljanja”, kazala je Rašić.

‘Ponekad i obitelj žrtve može poprimiti sličan stav’

“No, važno je napomenuti da se žrtve osjećaju kao da nemaju nikakve mogućnosti, nikakvog izbora, kao da nikada neće dobiti posao, da su nesposobni, glupi, nevrijedni poštovanja, a ponekad, u tom klupku frustracije i obitelj žrtve može poprimiti sličan stav prema žrtvi“, upozorava.

“Nekad je doista jako teško izvući se. Žrtva mora ponovno izgraditi samopoštovanje kako bi uopće shvatila da ono što prolazi nije zavrijedila i ne smije prolaziti nitko, a to je tek prva stepenica. Važno je biti realističan u očekivanjima, kao i dati vrijeme da odluka o poduzimanju bilo čega sazre. Doista, važno je reći žrtvi da ne mora napraviti ništa što ne želi (osjećaj kontrole je već oduzet na poslu, a mora imati osjećaj kontrole u nekom aspektu života), ali da se uvijek može informirati i popričati s nekim”, navodi Rašić i dodaje da ohrabrivanje žrtava najčešće ipak dolazi od drugih kolega koji su i sami proživjeli slično, partnera ili stručnih osoba.

“Osobe koje su prošle slično, kao i one koje rade sa žrtvama mobbinga češće će imati razumijevanja oko zakochenosti od poduzimanja neke akcije od opće okoline, i tu ću uputiti na udrugu Mobbing i druga mjesta te stručnu psihološku pomoć. Ako vas itko tjera da prijavite svog zlostavljača prije nego ste za to spremni – zahvalite se, okrenite i otidite. Vi upravljate svojim životom i trebate imati informacije i podršku, ne dodatnu prisilu”, zaključuje psihologinja Rašić.

Ostale tekstove na ovu temu možete pročitati [OVDJE](#).

Više informacija o Udruzi za pomoć i edukaciju žrtava mobbinga možete pronaći [OVDJE](#).

Tekst je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije temeljem Programa ugovaranja novinarskih radova u elektroničkim publikacijama.

[mobbing, mobbing na poslu, Helena Rašić,](#)

TELEGRAM

Vijesti	Najnovije	Magazin	Pratite nas	Plus
Vijesti	Rat u Ukrajini	Telesport	Facebook	Pretplata
Politika&Kriminal	Koronavirus	Super1	YouTube	Pošaljite nam vijest
Komentari	Hrvatska	PitanjeZdravlja	Instagram	Impressum
Biznis&Tech	Zagreb	OpenSpace	TikTok	Oglašavanje
Velike priče	Split		Twitter	Kontakt
Život	Rijeka		WhatsApp	Uvjeti korištenja
Kultura	Osijek		RSS	Pravila privatnosti