

Paprastai ir aiškiai apie mobingą ir psichologinį smurtą

Greta Širvelytė

VPVPMC, 2021

Sąvokos (I)

- Agresija – bet koks fizinis ar žodinis elgesys, siekiant pakenkti ar sunaikinti (Myers, 2000).
- Antipatija – nepalankumo, nedraugiškumo kitam asmeniui jausmas arba nuostata. Gali atsirasti ir be akivaizdžios priežasties. Sunkiai įveikiama valios pastangomis ir racionaliais argumentais. Dažnai kyla dėl išankstinio nusistatymo ir menkai tepriklauso nuo asmens, kuriam jaučiama antipatija, elgesio (Psichologijos žodynas, 1993).
- Patyčios – pasikartojantys, daugkartiniai, nepaliaujami, pastovūs ir užgaulūs veiksmai, sukuriantys priešišką darbo aplinką, nukreipti prieš vieną ar keletą individų (Salin, 2001)

Sąvokos (II)

- Diskriminacija – veiksmai, konkrečios grupės nariams uždraudžiantys naudotis ištekliais ir atlygiais, kuriuos gali gauti kiti (Giddens, 2005).
- Diskriminavimas – reiškia veiksmą, suprantamą kaip: atskirti, nelygiai, nevienodai traktuoti, vertinti, atimti teisę, galimybę, pažeminti asmenį; nepateisinamas neigiamas elgesys grupės ar jos narių atžvilgiu (Myers, 2008).
- Engimas – spaudimas, vengimas, kamavimas (Dabartinės lietuvių kalbos žodynas, 1993).
- Konfliktas – suvokiamas poelgių, tikslų ar idėjų nesuderinamumas (Appleby, 2003).

Sąvokos (III)

- Manipuliacija – paslėptų priemonių naudojimas, norint priversti žmogų elgtis sau palankiu būdu (Legkauskas, 2008).
- Priekabiavimas – įžeidinėjimai, gąsdinimas, nepalankios aplinkos asmenims, priklausantiems mažumai, kūrimas (Palidauskaitė, 2003).
- Smurtas – asmens fizinė, seksualinė ir (arba) psichologinė prievarta kitam žmogui, siekiant įgyti arba palaikyti savo valdžią, kontrolę ir įtaką (Lemme, 2003).
- Socialinis atstūmimas – veiksmas, žeminantis aukos orumą, mažinantis savivertę ir stiprinantis diskriminuojančiųjų pritarimo poreikį (Myers, 2008).



Mobingas

- (angl. mobbing < mob – pulti visa gauja).
- Puolimas, pasireiškiantis tarp bendradarbių, dažniausiai tarp vienodos pareigybes turinčių darbuotojų; varginantis, ujančis, įžeidus, užgaulus tam tikro vieno asmens socialinis išskyrimas (Zapf, 1999).
- Vertikalaus ir horizontalaus tipo mobingas.

Mobingo (psichologinio teroro) apraiškos (pagal Leymann, 1990)

1. Poveikis saviraiškai ir komunikacijai
2. Socialinių santykių puolimas
3. Reputacijos, autoriteto puolimas
4. Puolimas darbinėse ir asmeninio gyvenimo situacijose
5. Tiesioginiai puolimai sveikatos srityje

1. Poveikis saviraiškai ir komunikacijai

- Vadovas arba kolegos apriboja galimybę išreikšti savo nuomonę
- Asmuo, jam kalbant, yra nuolatos pertraukinėjamas
- Bendraujama pakeltu tonu, šaukiant arba garsiai barama
- Nuolatinė darbo kritika (destruktyvi, o ne konstruktyvi)
- Nuolatinė privataus gyvenimo kritika
- Žodiniai, raštiški grasinimai

2. Socialinių santykių puolimas

- Su mobingo auka nebekalbama ir nebendraujama
- Kolegos nereaguoja į mėginimą užmegzti pokalbį
- Mobingo aukos perkėlimas į kitą patalpą, kuri yra toliau nuo kolegų
- Bendradarbiams uždraudžiama kalbėti su mobinguojamu (nuteikinėjama prieš jį)
- Į asmenį žiūrima kaip į „tuščią vietą“

3. Reputacijos, autoriteto puolimas

- Apie mobingo auką nuolat neigiamai atsiliepiama
- Mobingo auka tampa nuolatinių paskalų objektu, yra nuolat išjuokiamas, pašiepiamas
- Skleidžiama nuomonė, kad mobinguojamas asmuo gali būti psichiškai nesveikas
- Išjuokiama eisena, balsas, gestai. Gali būti pamėgdžiojami siekiant pasišaipyti
- Puolamos politinės arba religinės aukos pažiūros
- Juokiamasi iš privataus gyvenimo
- Darbo įnašas vertinamas prastai, liguistai
- Seksualinis priekabiavimas
- Keliamos abejonės dėl aukos sprendimų

4. Puolimas darbinėse ir asmeninio gyvenimo situacijose

- Neskiriamos jokios darbinės užduotys
- Skiriamos beprasmės darbo užduotys
- Skiriamos užduotys, kurios viršija sugebėjimus, iš anksto žinant, kad jos nebus atliktos arba atliktos be priekaištų
- Nuolat skiriamos naujos užduotys (per didelė apkrova)
- Pateikiamos „liguistos“ (žmogų traumuojančios) darbo užduotys
- Duodamos darbo užduotys, kurios viršija kvalifikaciją, siekiant parodyti, kad auka nemoka dirbti

5. Tiesioginiai puolimai sveikatos srityje

- Auka verčiama dirbti sveikatai žalingus darbus
- Grasinama prieš auką panaudoti fizinę jėgą
- Nedidelės jėgos panaudojimas, kad „pamokytų“ auką
- Grubus bendravimas
- Materialinės žalos darymas darbo vietoje
- Seksualinis priekabiavimas

Seksualinis priekabiavimas

- **Nepageidaujamas** užgaulus, žodžiu, raštu ar fiziniu veiksmu išreikštas **seksualinio pobūdžio elgesys** su asmeniu, kai tokį elgesį lemia tikslas ar jo poveikis pakenkti asmens orumui, sukuriant bauginančią, priešišką, žeminančią ar įžeidžiančią aplinką.
- Gali būti ne fiziniai (pravardžiavimas, juokeliai, gandai, komentarai apie kūną ir pan.) ir fiziniai (lietimas, kutenimas, stumdymas, įspraudimas į kampą ir pan.).
- Jei asmuo nepasakė „ne“, tai dar nereiškia, kad pasakė „taip“

Seksualinio priekabiavimo pavyzdžiai

- Tiesioginiai ar netiesioginiai grasinimai ar kyšiai tam, kad pasiektų seksualinį kontaktą
- Seksualinio pobūdžio pasisakymai, asmeniniai klausimai
- Kartotinis kvietimas į pasimatymą ar seksualinio kontakto siūlymas
- Masažas
- Kito asmens seksualumo ar patrauklumo įvertinimas
- Dažni juokeliai apie seksualinius santykius ar lytis
- Seksualiai atviros medžiagos rodymas
- Geidulingi žvilgsniai

Psichologinis smurtas

- Tyčinis valdžios prieš kitą asmenį ar darbuotojų grupę naudojimas, įskaitant ir grasinimą panaudoti fizinę jėgą, veiksmai, kurie gali pakenkti fizinei, protinei, dvasinei ir moralinei gerovei (Workplace violence in the health sector, 2003, cit . Iš Vėbraitė ir kt., 2013).

Diskriminacija

Tiesioginė

- Skirtingų sąlygų taikymas skirtingiems asmenims, esant tokiai pat ar panašiai situacijai.
- Kai renkantis karjeros klausimo sprendimo atveju, remiamasi tokiais kriterijais, kaip tautybė, religija, lytis, amžius. Sąmoningai nusprendžiama atmesti dėl tam tikrų kriterijų.

Netiesioginė

- Pasireiškia, kai nors tiesiogiai ir nediskriminuojančios, sudaromos prastesnės sąlygos tam tikrai grupei priklausantiems asmenims.

Priekabiavimas

- Kabinėjimas, priekabių ieškojimas, nepasitenkinimas kito asmens atžvilgiu.
- Agresyvus veiksmai.
- Pasikartojantys, nuoseklūs poelgiai, kurie apima priekabiautojo ir aukos jėgos skirtumus bei sukuria priešiškas darbo sąlygas.
- Priekabiautojas siekia tikslo, kurdamas nepalankią, priešišką, slegiančią atmosferą, pasitelkdamas fizinius ir psichologinius poveikio metodus.

Galimos mobingo pasekmės: psichikos sveikatai

- Dėmesio koncentravimo ir atminties problemos;
- Nepasitikėjimas savimi, sumenkusi savigarba;
- Nuolatinis nuovargis;
- Padidėjęs jautrumas;
- Sudirgimas, agresija;
- Padidėjęs teisybės ieškojimo jausmas;
- Depresija;
- Mintys apie savižudybę

Kolodej (2005), cit. iš Vveinhardt (2009)

Galimos mobingo pasekmės: fizinei sveikatai

- Galvos skausmai;
- Skrandžio skausmai, virškinimo problemos;
- Šleikštulys, pykinimas, vėmimas;
- Apetito stoka;
- Nugaros skausmai;
- Širdies ir kraujagyslių sistemos sutrikimai;
- Miego problemos: nemiga, prabudimai vidury nakties;
- Padidėjęs alkoholio vartojimas, narkomanija;
- Raumenų patempimas.

Kolodej (2005), cit. iš Vveinhardt (2009)

Literatūros šaltiniai:

- Higienos institutas (2021). Konstruktyvios kritikos principai. Žiūrėta internete: <https://www.hi.lt/uploads/news/id1301/Konstruktyvi%20kritika%20ir%20kritikavimo%20taisyklės.pdf>
- Vėbraitė, I. ir kt. (2013). Veiksmų, kuriais siekiama mažinti psichologinį smurtą Vilniaus ir Klaipėdos darbo vietose, dažnis. Visuomenės sveikata, nr. 1, 91-97 p.
- Vveinhardt, J. (2009). Mobingo kaip diskriminacijos darbuotojų santykiuose diagnozavimas siekiant gerinti Lietuvos organizacijų klimatą. Daktaro disertacija, VDU.

Paprastai ir aiškiai apie mobingą ir psichologinį smurtą

Greta Širvelytė

VPVPMC, 2021