

Uitingen van ongewenste omgangsvormen en stress reacties

Hieronder een (niet uitputtend) overzicht van uitingen van ongewenste omgangsvormen.

Discriminatie

- Een werknemer vaker dan anderen vervelende of minderwaardige klussen laten opknappen.
- Iemand buitensluiten of negeren.
- Uitschelden of pesten.
- Kwetsende grappen of opmerkingen maken.
- Een werknemer in afzondering laten werken.
- Minder betalen voor hetzelfde werk.
- Iemand afwijzen of anders bejegenen op basis van identiteitskenmerken of uiterlijk.
- Iemand voortdurend onderschatten of juist in de schijnwerper zetten.

Pesten

- Een werknemer bespotten of kleineren.
- Iemand meer kritiek geven dan aan anderen; het gevoel geven dat het nooit goed is.
- Buitensluiten en steeds niet mee laten doen.
- Negeren.
- Iemand het werk moeilijk maken en rotklussen geven.
- Roddelen over iemand of iemand zwart maken.
- 'Grappen' over iemand maken.

Seksuele intimidatie

- Dubbelzinnige opmerkingen en grapjes maken die te maken hebben met seksualiteit en intimiteit.
- Opmerkingen maken over uiterlijk en kleding.
- Opmerkingen maken over tv en films waarin seks voorkomt.
- Opvallend veel contact zoeken via mobiele telefoon, sms, chat of andere social media.
- Staren of gluren.
- De weg versperren of te dicht bij iemand komen.
- Om seksuele gunsten vragen.
- Oneigenlijke druk uitoefenen op basis van positie, persoonskenmerken of macht om seksueel ongewenst gedrag te tolereren of hierin mee te gaan.
- Onnodig lijfelijk contact: over de schouder leunen, hand op de rug leggen bij het voor laten gaan.

- Een klap op het achterwerk geven of stevig kussen tijdens het vieren van een verjaardag op het werk.
- Een werknemer aanranden of verkrachten.

Agressie en geweld

- Een werknemer onder druk zetten.
- Gehoorzaamheid afdwingen.
- Schreeuwen en schelden.
- Slaan, duwen en trekken.
- Dreigen.
- Overheersen.
- Chanteren.

Signalen van stress door ongewenste omgangsvormen zijn gedragingen of reacties van een werknemer die niet structureel bij hem of haar passen.

Signalen van een werknemer die erop kunnen duiden dat de werknemer is geconfronteerd met ongewenste omgangsvormen zijn bijv: zich terugtrekken, prikkelbaar, gespannen of somber zijn, snel schrikken, vermoeid zijn, ongezond eten en drinken, en roken.

Signalen die specifiek kunnen horen bij iemand die gepest wordt kunnen zijn: vermijdingsgedrag, onverklaarbare fouten maken, herhaaldelijk verzuim, verzoeken om roosterwijziging of overplaatsing zonder duidelijke redenen, ontslag (willen) nemen.

Ga het gesprek aan met een werknemer als deze stress signalen zichtbaar zijn.

Alarmbellen

Een werknemer kan na de confrontatie met ongewenste omgangsvormen stress reacties ontwikkelen. Het gaat hier om normale reacties op een abnormale gebeurtenis. Maar als deze signalen na 6 tot 8 weken niet afnemen, kan er sprake zijn van een ongezonde verwerking. Doorverwijzen naar een huisarts of bedrijfsarts is dan wenselijk. In de bijlage Normale reacties na een abnormale gebeurtenis is te lezen om wat voor reacties het kan gaan.