

## Увага, мобінг: як владнати робочі конфлікти

«Не робота, а суцільна каторга!», – так часто описують свою роботу працівники, [роботодавці](#) яких просто знущаються над ними. Працювати доводиться практично цілодобово, а умови праці – нестерпні. Особливо це стосується тих, хто працює неофіційно, понаднормово та зі значними фізичними навантаженнями.

Так, у Дарницькому районі столиці на початку грудня сталася трагедія – чоловік викинувся з 14 поверху. Родичі чоловіка розповіли, що через надмірну вимогливість керівника останнім часом він практично не спав та став роздратований. На жаль, історія закінчилась фатально, проте чимало інших випадків самогубства через травлю на роботі можна попередити.

Відповідно до [Закону України № 4088](#) «Про внесення змін до Кримінального кодексу України (щодо встановлення кримінальної відповідальності за сприяння вчиненню самогубства)», з березня 2018 року кримінальна відповідальність передбачена за спонукання до самогубства та інші дії, які сприяють вчиненню суїциду. Такі дії караються обмеженням або позбавленням волі до трьох років.

Знайти управу над безжалісними роботодавцями можливо. Якщо Ви працюєте понаднормово, вихідні востаннє були кілька місяців тому, а про відпустку керівництво взагалі й чути не хоче, звертайтеся до Державної служби з питань праці. Співробітники служби здійнять повну перевірку діяльності роботодавця та відреагують на усі його правопорушення.

Цькування у робочому колективі – явище не нове. Сьогодні воно позначається терміном «мобінг» (від англ. mob – натовп). Так називають форму психологічного тиску на співробітника з боку керівництва компанії або цілого колективу. Мета – не просто принизити жертву, а домогтися її звільнення.

5 кроків у захисті від мобінгу:

1. Поясніть

Поговоріть із опонентом, з'ясуйте, чим Ви йому не догодили, і постарайтеся згладити гострі кути конфлікту.

2. Попросіть захисту

Якщо розмова не допомагає, то проінформуйте вище керівництво або відділ по роботі з персоналом про ситуацію, що склалася. Не зволікайте, не чекайте, що все налагодиться. Краще припинити це на ранніх стадіях. Якщо агресія виходить від начальства, то сміливо звільняйтеся. Гра не варта свічок.

### 3. Абстрагуйтеся

Це важко, але спробуйте не звертати увагу на нападки кривдника. Будьте спокійні, доброзичливі, пунктуальні, уникайте істерик і відкритих протистоянь. Зосередьтеся на виконанні своїх професійних обов'язків. Не давайте себе ображати, але оцініть, чи вистачить у Вас сил, щоб дати гідну відсіч емоційного терору.

### 4. Звільняйтеся

Зробіть це, як тільки відчули, що зауваження та знущання на вашу адресу набули сталого характеру. Звільнення – це не втеча, а розумний спосіб зберегти своє здоров'я і нерви в порядку. Будьте розумнішими, поступіться.

### 5. Телефонуйте 102

Якщо пресинг загрожує вашому здоров'ю або життю і у вас є докази цього, пишіть заяву в поліцію.

Пам'ятайте, неофіційна робота – жодних соціальних гарантій. Маєте розуміти, що робота без трудового договору не забезпечує жодних гарантій у вашій роботі. Тому перш за все вимагайте офіційного працевлаштування.

При офіційному працевлаштуванні працівник реалізує свої здібності шляхом укладання трудового чи колективного договору. Трудовий договір – угода між працівником і роботодавцем, за якою працівник зобов'язується виконувати роботу, визначену цією угодою, з дотриманням внутрішнього трудового розпорядку, а роботодавець – виплачувати працівникові зарплату й забезпечувати умови праці, необхідні для виконання роботи, передбачені законодавством про працю, колективним й угодою сторін. Відповідні положення визначені статтею 21 Кодексу законів про працю України (далі – КЗпПУ).

Тільки у випадку офіційного працевлаштування можна домогтися захисту своїх прав як працівника. Будь-якої травлі, конфліктів та сутічок можна уникнути.

Стаття 45 Конституції України закріплює положення, згідно з яким кожен, хто працює, має право на відпочинок, яке забезпечується, зокрема, шляхом надання оплачуваних щорічних відпусток.

Згідно з частиною п'ятою статті 11 Закону України «Про відпустки» забороняється:

- ненадання щорічних відпусток повної тривалості протягом 2 років підряд;
- ненадання їх протягом робочого року особам у віці до 18 років;
- ненадання їх протягом робочого року робітникам, які мають право на щорічну додаткову відпустку за роботу зі шкідливими та важкими умовами або з особливим характером праці.

Відповідальність:

1. Фінансова (абзац восьмий частини другої статті 265 КЗпПУ) – накладається на роботодавця (підприємство або підприємця) у вигляді штрафу у розмірі однієї мінімальної заробітної плати (станом на 2019 рік – 4173 грн).

2. Адміністративна – накладається на посадових осіб підприємства або на роботодавця-підприємця у вигляді штрафу у розмірі від 30 до 100 НМДГ (від 510 до 1700 грн) (частина перша статті 41 Кодексу України про адміністративні правопорушення).

Так, ми можемо цитувати Конституцію України, Кодекс законів про працю України, якими встановлено загальні гарантії, обов'язки працівника та роботодавця. Але безпосередні права та обов'язки, на які погоджується офіційно влаштований працівник, визначено у його посадовій інструкції. Її варто вивчити ще до працевлаштування.

Посадова інструкція – це сформований документ, в якому чітко перелічені вимоги до працівника: знання, завдання, обов'язки, а також визначено перелік його прав та відповідальність. Відповідальність є ключовою складовою посадової інструкції, адже працівник відповідає за належне чи неналежне

виконання обов'язків і завдань. Чітке розуміння посадових обов'язків насамперед дає можливість новоприйнятому працівнику швидко влитися в колектив і якісно виконувати поставлені завдання.

Мобінг підступний і небезпечний. По-перше, якщо вас принижують і гноблять, це само по собі неприємно. По-друге, тривала конфліктна обстановка однаково руйнівню діє на жертву, учасників конфлікту і на компанію в цілому.

Погодьтеся, суїцид працівника, який посміхався, ходив радісний та був дружній у колективі, – це дуже рідкісний виняток. Як правило, люди готуються до суїциду, до завершення життя, даючи емоційні та розумові сигнали своїми діями і вчинками.

Суїцид – це найстрашніше, до чого може призвести травля на роботі, але такі симптоми, як погіршення емоційного та фізичного стану, недосипання, нервові зриви, пригнічення, відчуття страху, або, навпаки, неконтрольованого гніву – це серйозні сигнали того, що на роботі не створені комфортні умови для праці людини. Адже найкраще у нас виходить те, що ми можемо робити з задоволенням, робота, на якій можемо проявити свій таланти.

Не будьте байдужі до колег, не проходите повз у скрутну мить. Можливо, саме Ваше добре слово підтримки врятує чиесь життя!