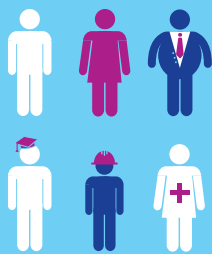


Pesten op het werk komt vaker voor dan je denkt. Tijd om er iets aan te doen. Want voorkomen van pestgedrag levert veel op. Hoe pak je het aan?

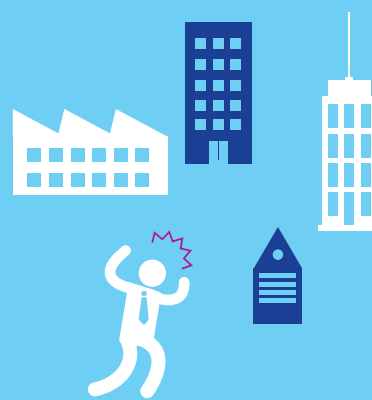
Wist je dat?



Pesten komt overal voor



Pesten gebeurt door collega's, leidinggevenden en klanten



50% van de NL'se bedrijven heeft geen anti-pestbeleid



Aanpakken van pesten levert miljarden op

Tips om pestgedrag aan te pakken

Wat kun je als werkgever doen?

1. Helder beleid
2. Signalering
3. Training leidinggevenden



1. Helder beleid

Aan pesten kunnen vele factoren ten grondslag liggen, maar de cultuur binnen een organisatie speelt een belangrijke rol. Met een duidelijk beleid pak je ongewenst gedrag bij de bron aan. Geef zelf het goede voorbeeld en grijp direct in als er grenzen worden overschreden.

2. Signalering

Om pestgedrag te voorkomen is het belangrijk dat je het tijdig signaleert. Laat het onderwerp aan bod komen in de risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) en het periodiek medisch onderzoek (PMO). Of leg mogelijke problemen voor aan de bedrijfsarts.

3. Training leidinggevenden

Laat leidinggevenden samen een training volgen over het signaleren van pesten. Zo kun je problemen eerder onderkennen.

Wat kun je als leidinggevende doen?

1. Spreek medewerkers aan op hun gedrag
2. Ga de dialoog aan
3. Positieve werksfeer



1. Spreek medewerkers aan op hun gedrag

De leidinggevende bepaalt voor een belangrijk deel de sfeer op een afdeling. Geeft duidelijk aan dat in jouw organisatie pesten niet wordt getolereerd.

2. Ga de dialoog aan

Ga bij signalering van pestgedrag en andere beïnvloeding van de werksfeer direct het gesprek aan met je team. Als teamleden er open voor staan en een meerderheid de dader duidelijk maakt dat het pesten niet op prijs wordt gesteld, houdt het vaak op.

3. Positieve werksfeer

Zorg voor een goede werksfeer, gezonde groepsprocessen en heb aandacht voor mensen. Zodat medewerkers op tijd bij je komen met problemen.

Wat kun je als collega doen?

1. Actieve steun
2. Non-verbale steun
3. Oplossing zoeken



1. Actieve steun

Wie getuige is van pesten, kan het slachtoffer actief steunen. Bijvoorbeeld door de dader aan te spreken op het pestgedrag of collega's te wijzen op de positieve eigenschappen van de gepeste persoon.

2. Non-verbale steun

Laat non-verbaal merken dat je het pesten niet accepteert. Loop bijvoorbeeld weg wanneer er over een collega wordt geroddeld.

3. Oplossing zoeken

Steun de gepeste collega door duidelijk te maken dat je hem/haar wel accepteert en probeer samen een oplossing te zoeken voor het probleem.

Wat kun je doen als je zelf wordt gepest?

1. Sociale steun
2. Zoek hulp
3. Wacht niet te lang



1. Sociale steun

Praat met anderen over het pesten. Met collega's, je partner of vrienden. Het lukt vaak enorm om je verhaal te doen.

2. Zoek hulp

Zoek iemand die kan helpen bij het vinden van oplossingen. Bijvoorbeeld je leidinggevende, een HR-collega, een vertrouwenspersoon, de bedrijfsarts of een bedrijfsmaatschappelijk werker.

3. Wacht niet te lang

Wat je ook doet, wacht er niet te lang mee. Gepest worden is niet alleen vervelend, je kunt er letterlijk ziek van worden.