

Wat is pesten op het werk?

Is er sprake van herhaald ongewenst negatief gedrag waartegen iemand niet in staat is zich te verdedigen?
Dan is er sprake van pesten!

Pestgedrag kan...

- **Direct gericht zijn tegen de persoon**
(zoals steeds kleinerende en vernederende opmerkingen maken, voortdurend kritiek geven, fysiek aanvallen of bedreigen met geweld)
- **Meer achter de rug om plaatsvinden**
(zoals iemand isoleren, buiten sluiten en negeren of roddelen, het verspreiden van kwaadaardige geruchten, leugens en valse beschuldigingen)

De pester maakt gebruik van: (een combinatie van)

- **Woorden** (verbaal)
 - **Gesproken**
(face-to-face of per telefoon)
 - **Geschreven**
(per brief, e-mail, sms, social media)
- **Gebaren, gezichtsuitdrukkingen**
(non-verbaal)
- **Direct lichamelijk contact** (fysiek)

Typisch pestgedrag

Wanneer jij, je collega of je werknemer voortdurend...

- wordt bespot
- kritiek krijgt
- wordt uitgescholden
- fysiek wordt aangevallen
- wordt bedreigd
- wordt buitengesloten en genegeerd
- te maken heeft met 'practical jokes'
- onderwerp is van roddels
- het werk moeilijk wordt gemaakt door bepaalde organisatorische maatregelen

herken pesten

Hoeveel werknemers worden gepest op het werk?

7,8%

van de werknemers wordt gepest op het werk; dat zijn ruim een half miljoen werknemers

1,2%

van de werknemers wordt structureel gepest op het werk; dat zijn ruim 80.000 werknemers

Wat zijn gevolgen van pesten op het werk?

Pesten kan ernstige gevolgen hebben. Niet alleen voor de gepeste zelf maar ook voor omstanders, zoals zijn/haar collega's, zijn/haar familie en vrienden, voor de organisatie en voor de maatschappij.

Mogelijke gevolgen voor het individu

- Negatieve emoties (zoals angst, woede en verdriet)
- Twijfel aan jezelf, aan je kunnen en bestaansrecht
- Psychosomatische klachten (zoals hoofd- en buikpijn, hartkloppingen, hoge bloeddruk en duizelingen)
- Psychische problemen (zoals slaapproblemen, depressieve klachten en burn-outklachten)
- Psychische stoornissen (zoals angststoornissen, Post Traumatische Stress Stoornis (PTSS), Depressie)
- Verminderde betrokkenheid
- Verminderde motivatie
- Verminderde productiviteit
- Verzuim
- Ontslag

Wat zijn kosten van pesten op het werk?

4 miljoen
extra verzuimdagen
per jaar

€900 miljoen
aanvullende kosten
loondoorbetaling

Plus kosten voor...

verzuim-
begeleiding
door de
werkgever

juridische
trajecten

imago-
schade

extra
zorg

...

In samenwerking met

TNO

op weg naar duurzame inzetbaarheid

bron: NEA, TNO/CBS