

Cauchemar en entreprise

Harcèlement psychologique au travail:
le crime "presque" parfait



Intimidation, harcèlement, Mobbing: 3 critères

- 1 - " Intention " de malmenier psychologiquement,
un collaborateur.
- 2 - " Répétition " d'actes hostiles dans le temps.
- 3 - " Rapport de force inégal " (hiérarchique ou
d'un/une collègue harceleur, ayant un rapport de
force supérieur par sa manière d'intimider la
victime, de la déstabiliser)



Le harceleur

- Il a souvent un poste hiérarchique plus élevé par rapport à la victime.
- Il a une personnalité forte et reconnue dans son travail et qui a un certain pouvoir de décision, d'ancienneté (mais il peut s'agir aussi d'un/e collègue)
- Le harceleur, lève souvent la voix, car il/elle ne sait pas gérer sa frustration.



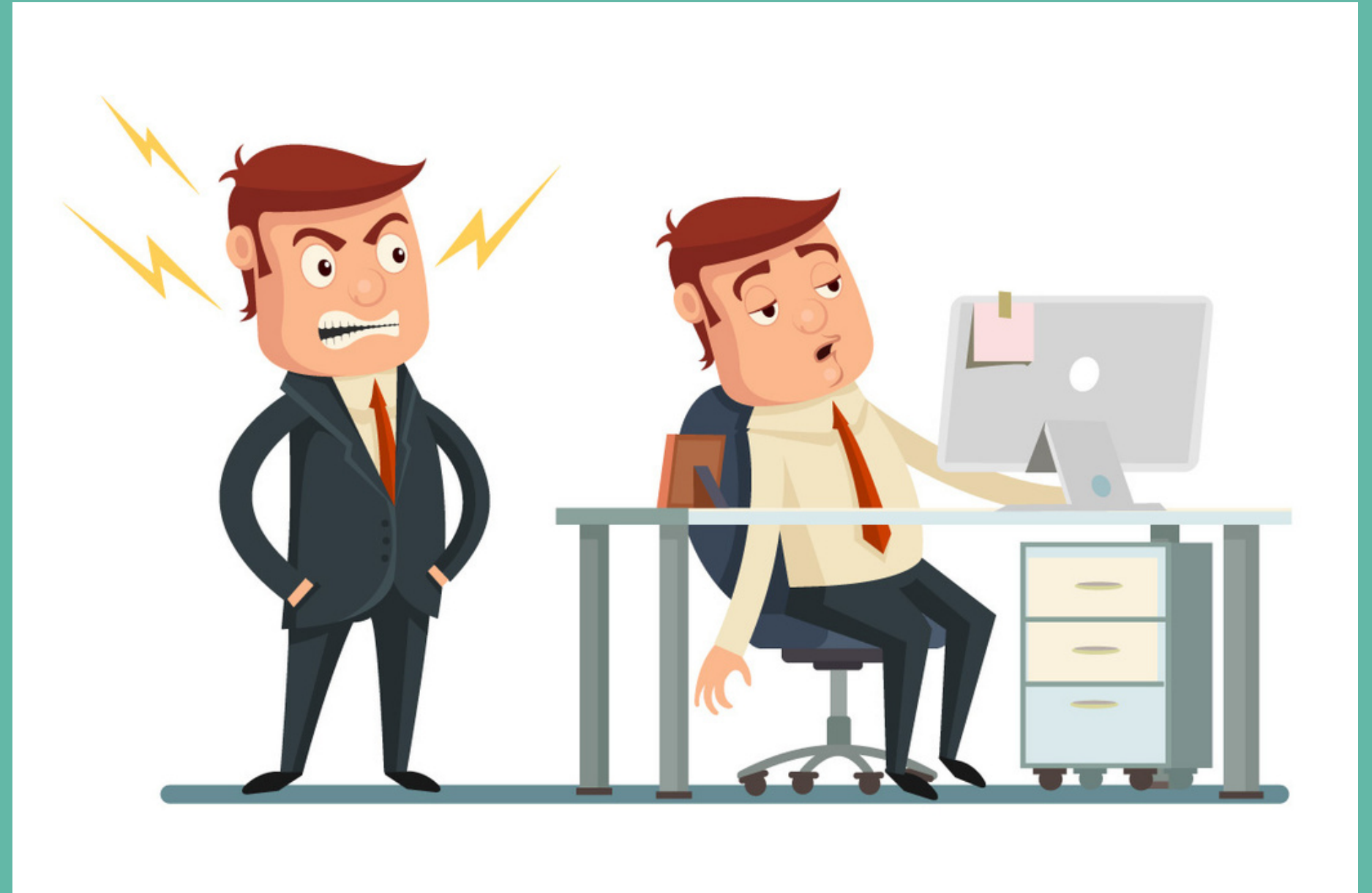
Les victimes

- Gardent longtemps en secret leurs souffrances.
- Elles n'ont pas, ne trouvent pas, des moyens pour demander de l'aide au sein de l'entreprise.
- Elles culpabilisent.
- Elles craignent de perdre leur emploi.
- Elles ont le sentiment de perdre le contrôle.



Les dégâts

- L'intimidateur provoque des dégâts psychologiques souvent profonds.
- Il détruit la motivation de la victime et sa performance au travail.
- Le harcèlement dans la durée peut provoquer un burn-out qui nécessitera une prise en charge médicale urgente.



Un crime presque parfait car..

- Le mobbing est un poison pour l'auto-estime et la confiance.

Malgré ces dégâts psychologiques avérés, il est très difficile de traduire en justice le/les coupables.

Cependant, plein de solutions existent pour renforcer la confiance en soi qui est le meilleur BOUCLIER face à l'intimidation.



Réagissez!

- Il ne faut pas éprouver de la honte, vous subissez un acte qui est puni selon le code des obligations suisse! (art.328-al.1 et la loi suisse du travail: art 6, al-1).
- Dénoncez la personne sans tarder et par écrit au bureau RH.
- Cherchez de l'aide psy pour renforcer votre confiance.
- Parlez à votre entourage (famille, amis).
Ne gardez pas tout cela secret.



L'antidote: Le respect mutuel

- Un poste de travail épanoui n'est pas un rêve impossible.
- Malheureusement, notre société s'habitue et banalise certains comportements agressifs.
- Vous devez réagir pour faire comprendre autrui que vous voulez être respecté!

&&&&

Plus d'informations, soutien et aide dans ces situations:

www.alejandrafahrni.ch

Visitez ma page:

<https://alejandrafahrni.ch/entreprises/conseilsinformations.html>

