

Mobning – hvad kan I gøre?

Forebyggelse og håndtering af mobning på arbejdspladsen er et fælles ansvar. Alle har en rolle – se her, hvad I kan gøre, for at det lykkes.

INDIVID:

Individet er den enkelte medarbejder

Hvordan kan du være med til at forebygge og håndtere mobning på arbejdspladsen?

- Tal ikke bag om ryggen på dine kolleger eller ledere
- Stop rygter og sladder
- Sig fra over for mobning
- Lær at løse konflikter konstruktivt
- Vær med i aktiviteter, der fremmer trivsel
- Kend og brug din virksomheds handlingsplan mod mobning.

Hvis du er vidne til mobning:

- Sig fra i situationen
- Støt og lyt til den kollega, der føler sig mobbet
- Gå til din tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant
- Tal med din nærmeste leder.

Hvis du føler dig mobbet:

- Fortæl det til din leder
- Gå til din tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant
- Skriv ned, hvad du oplever som mobning
 - Tal med familie og venner om det, du oplever
 - Brug virksomhedens tilbud om krisehjælp
 - Søg hjælp hos en psykolog eller læge.



GRUPPE:

Kollegerne eller teamet i afdelingen

Hvordan kan I sammen være med til at forebygge og håndtere mobning?

- Vær med i aktiviteter, der fremmer trivsel
- Stop sladder og rygter
- Sæt mobning på dagsordenen
- Sig klart fra over for mobning
- Tal om jeres omgangstone og adfærd

Hvad er godt? Hvad er skidt?

- Hjælp hinanden med at løse konflikter på en konstruktiv måde
- Hvis mobning opstår, så tag problemet op med ledelsen
- Kend og brug arbejdspladsens handlingsplan mod mobning.

LEDELSE:

Teamleder eller afdelingsleder

Hvordan kan mellemledere være med til at forebygge og håndtere mobning?

- Tag ansvar for, at der er en tydelig ansvars- og opgavefordeling
- Sørg for klar og tydelig kommunikation
- Sæt fokus på god kommunikation, ønsket adfærd og omgangstone
- Påtal uønsket adfærd og omgangstone
- Lær at løse konflikter på en konstruktiv måde
- Sig tydeligt fra over for mobning, både generelt og konkret
- Tag henvendelser om mobning alvorligt
- Tag initiativ til en grundig undersøgelse af den konkrete sag
- Hent hjælp udefra, hvis nødvendigt.



ORGANISATION:

MED-/samarbejdsudvalg, arbejdsmiljøorganisation, HR og topledelse

Hvordan kan topledelse, samarbejdsudvalg og MED-udvalg forebygge og håndtere mobning?

- Formulér en handlingsplan mod mobning med en klar definition af mobning og klare retningslinjer for forebyggelse og håndtering af mobning
- Tag ansvar for, at handlingsplanen er kendt i organisationen og bliver ført ud i livet
- Sørg for, at planen bliver fulgt op og revideret fx i forbindelse med en APV
- Skab rammer for et godt psykisk arbejdsmiljø.

