

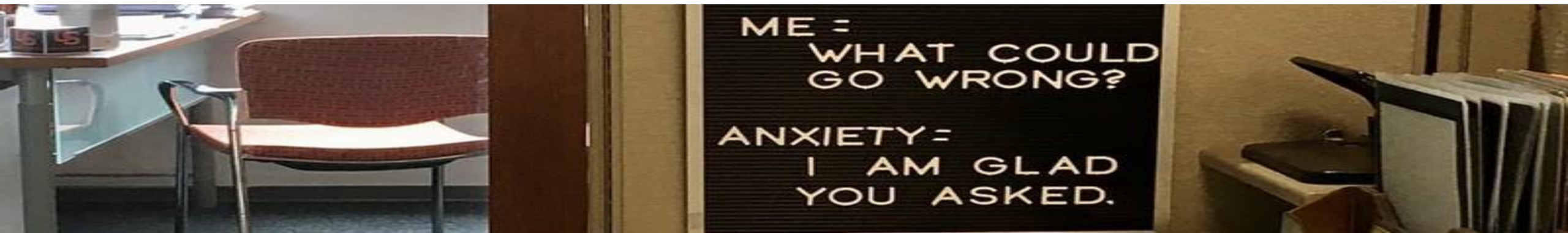


ТОКСИЧНИ ВРЪЗКИ НА РАБОТНОТО МЯСТО

Дисфункции в хоризонталните
отношения в сферата на труда:
описание, типология, последици,
намеса

Цели на модула:

- Да покажем значението на човешките взаимоотношения на работното място.
- Да открием как работят токсичните връзки
- Да разберем размерите и ефекта на токсичните взаимоотношения.

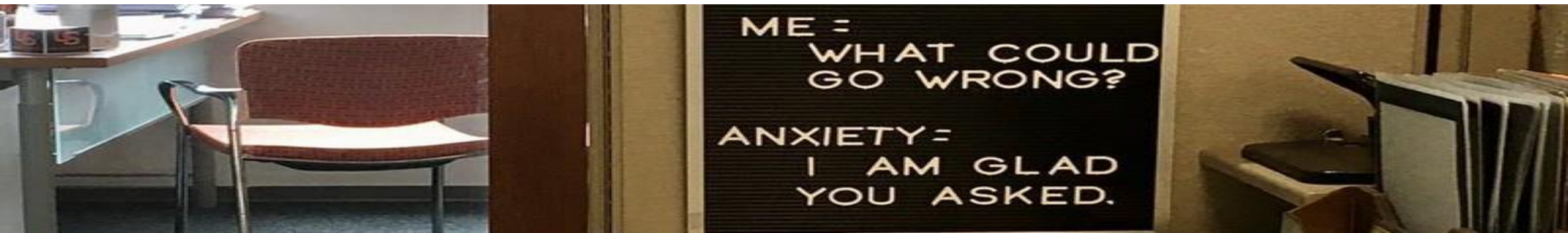


Цел:

Откриване и предотвратяване на токсични взаимоотношения на работното място.

Теми:

- Оpozнаване на ефектите от хоризонталните токсични взаимоотношения на работното място.
- Осъзнаване въздействието на токсичната работна среда.
- Приемане на отговорност за предотвратяване на токсични взаимоотношения.



Съдържание

Токсичност при хоризонтални трудови взаимоотношения.

Концепции за нападки („мобинг“) и манипулации, видове и ефекти

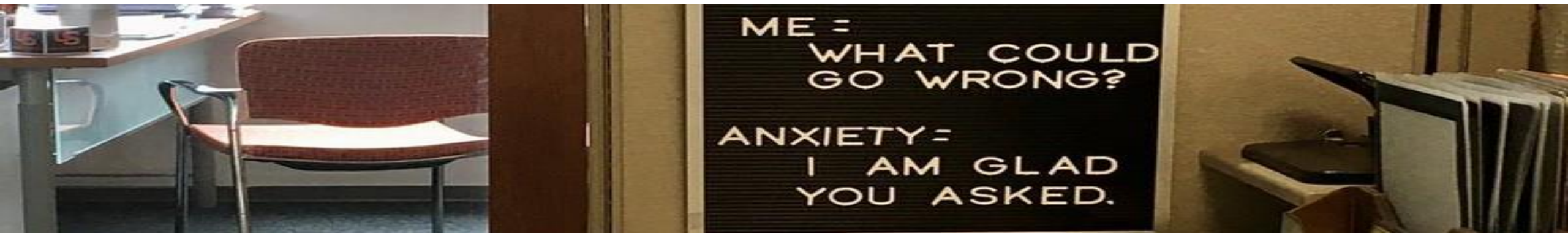
Токсична работна среда, установяване, последствия.

Активиращ профил на хоризонталните токсични връзки.

Токсични нагласи на работното място.

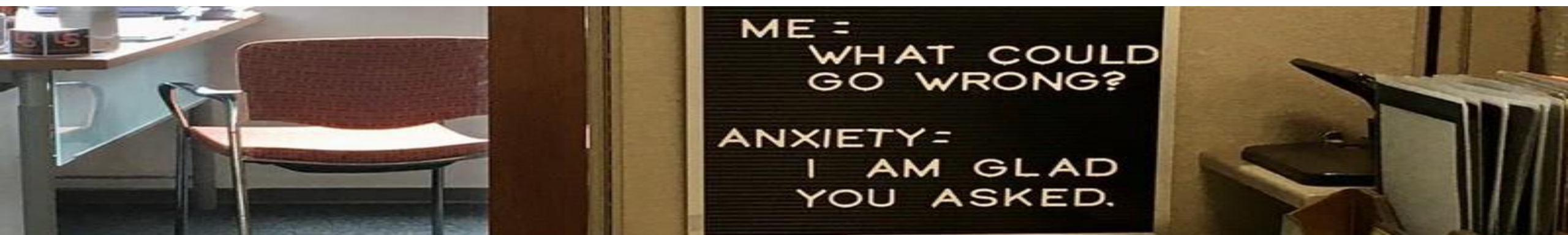
Предотвратяване на токсични взаимоотношения между служителите.

Асертивност, обратна връзка, признание и увереност.



Хоризонтални токсични взаимоотношения на работното място?

Можем да ги дефинираме като онези нагласи и поведения, които са разрушителни, отровни и вредни за физическото и психическото здраве на хората, които се зараждат и насочват към и между равни нива в една организация или компания, изразяващи се в различни по вид нападки и манипулации; тормоз, засягащ междуличностните отношения.



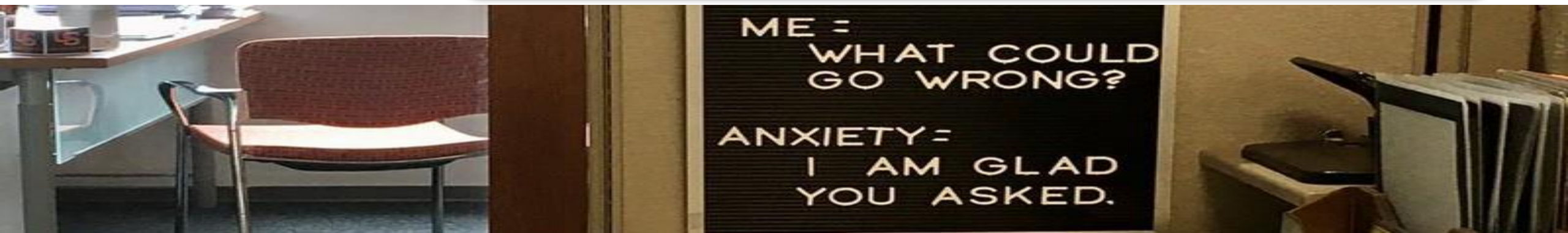
„Мобинг“

Феномен, който се среща на работното място

Лице или няколко лица, които упражняват психологическо насилие

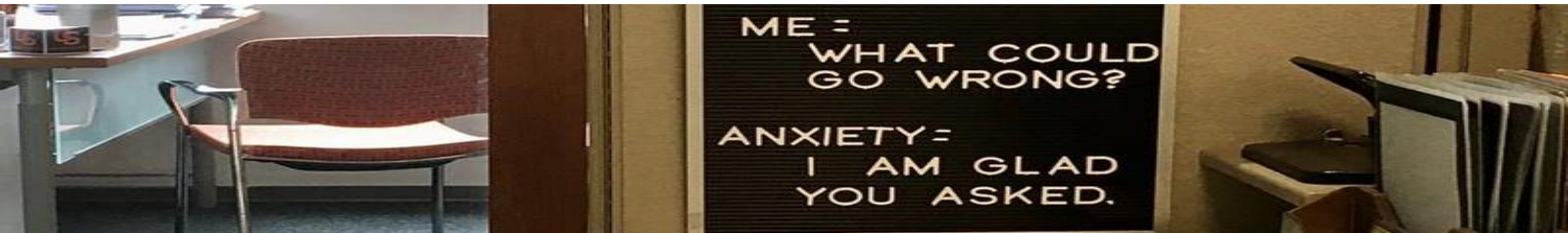
Систематично и повтарящо се

Насочени към друго лице или лица в същата сфера на работа



Манипулация

Манипулация, с цел да се обърка жертвата, да повярва, че той / тя е виновна за всичко, което се случва, понякога дори да постави под въпрос здравия разум на страдащия.



Тормоз по време на работа според йерархична позиция

Хоризонтално

Характеризира се с факта, че преследвачът и жертвата са в един и същ йерархичен ранг.

Вертикално

На по-високо йерархично ниво от жертвата или е на по-ниско ниво от жертвата.



ME =
WHAT COULD
GO WRONG?
ANXIETY =
I AM GLAD
YOU ASKED.

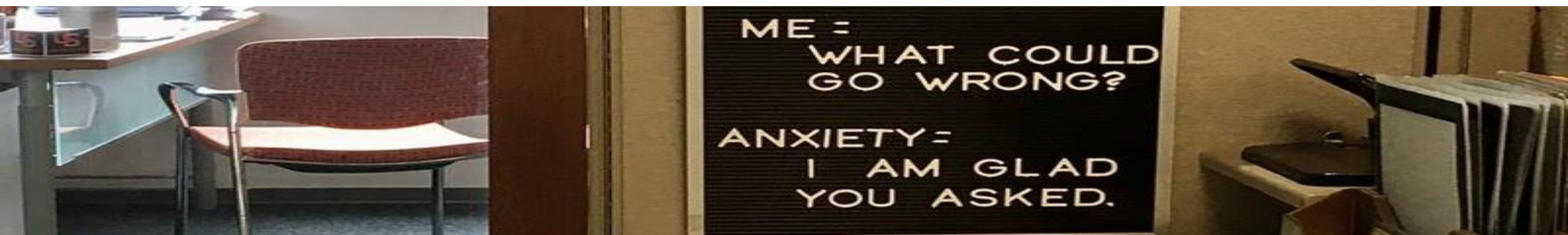


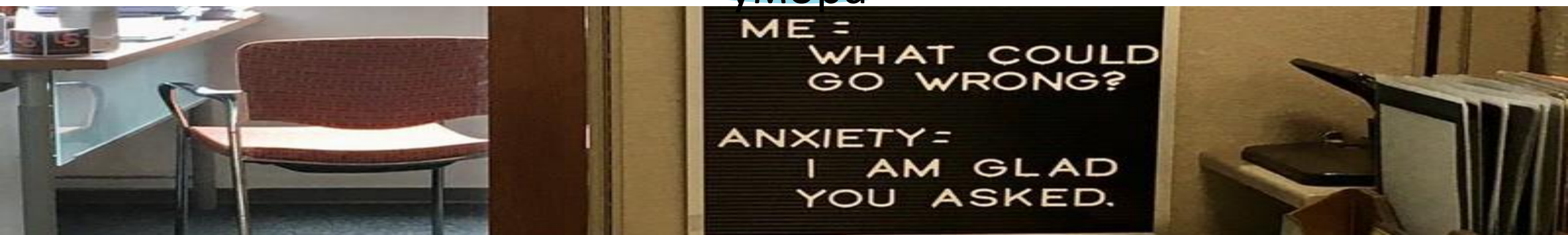
Тормоз на работното място според целта

Стратегически мобинг: това е част от стратегията на компанията и целта обикновено е тормозеното лице да прекрати доброволно договора си.

Порочен мобинг: няма общо с работодателя, причините се намират в манипулативния и тормозещ характер на побойника.

Дисциплинарен мобинг: използва се, за да накара лицето, което подлежи на тормоз, да разбере, че трябва да „влезе в матрицата“.





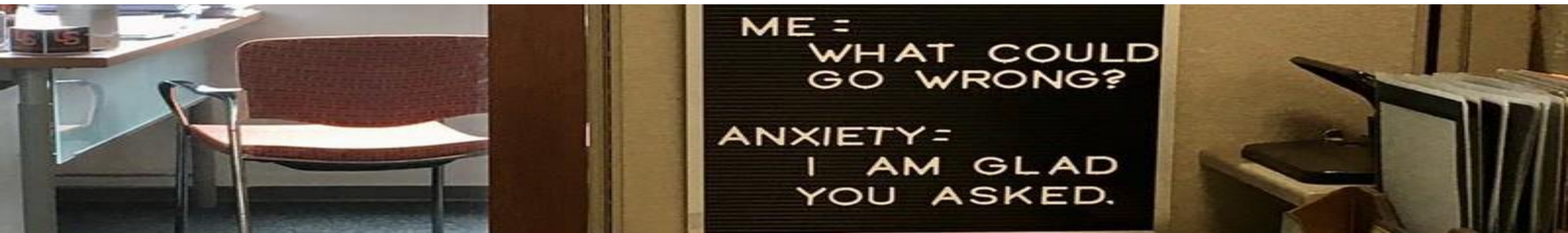
Какво представлява токсичната работна среда?

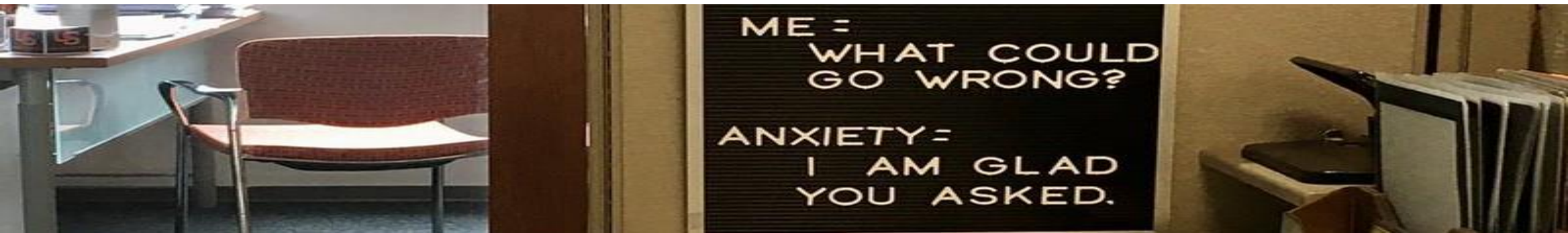
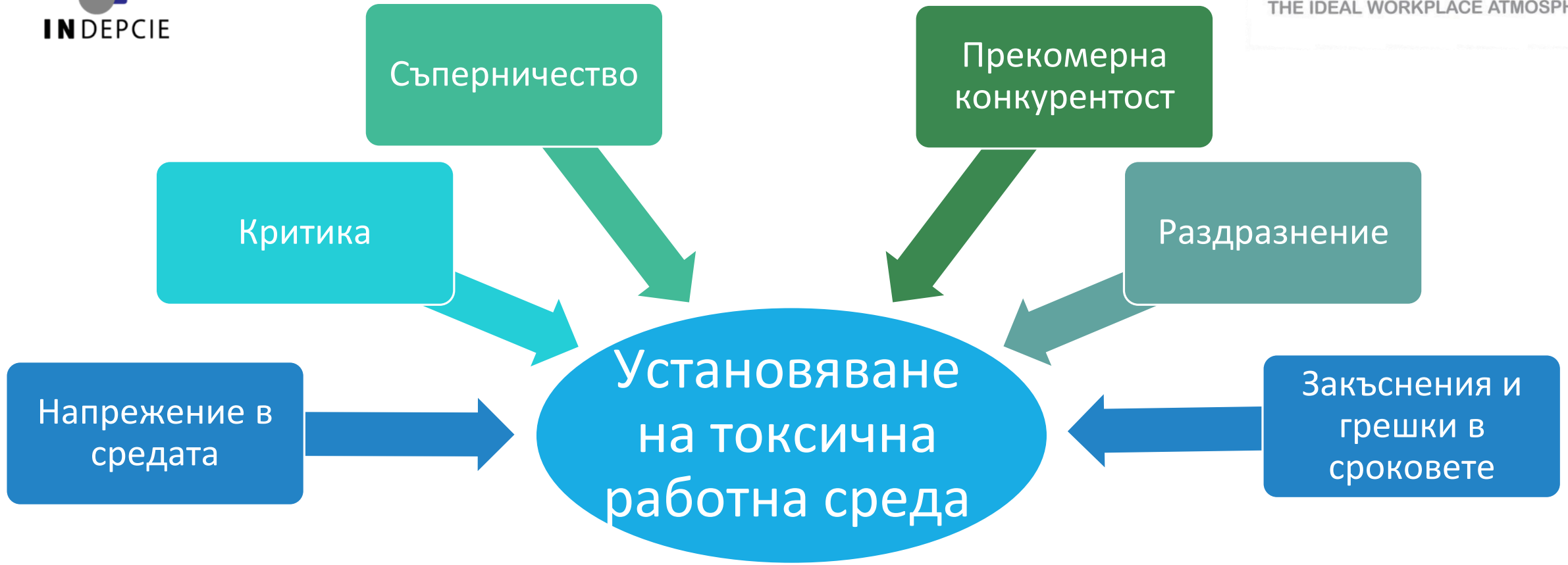
Токсичната работна среда е работна среда, която е белязана от лични проблеми сред различните й членове, където драма, битки и други конфликти пречат на продуктивността на служителите.

Токсични
индустриални
връзки



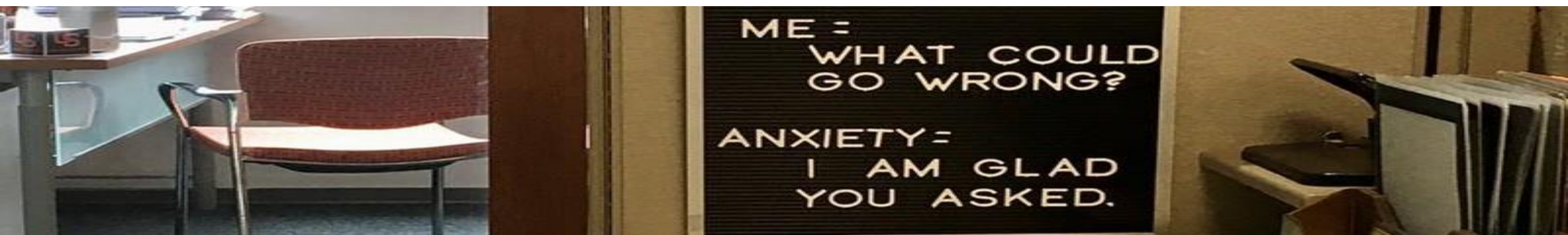
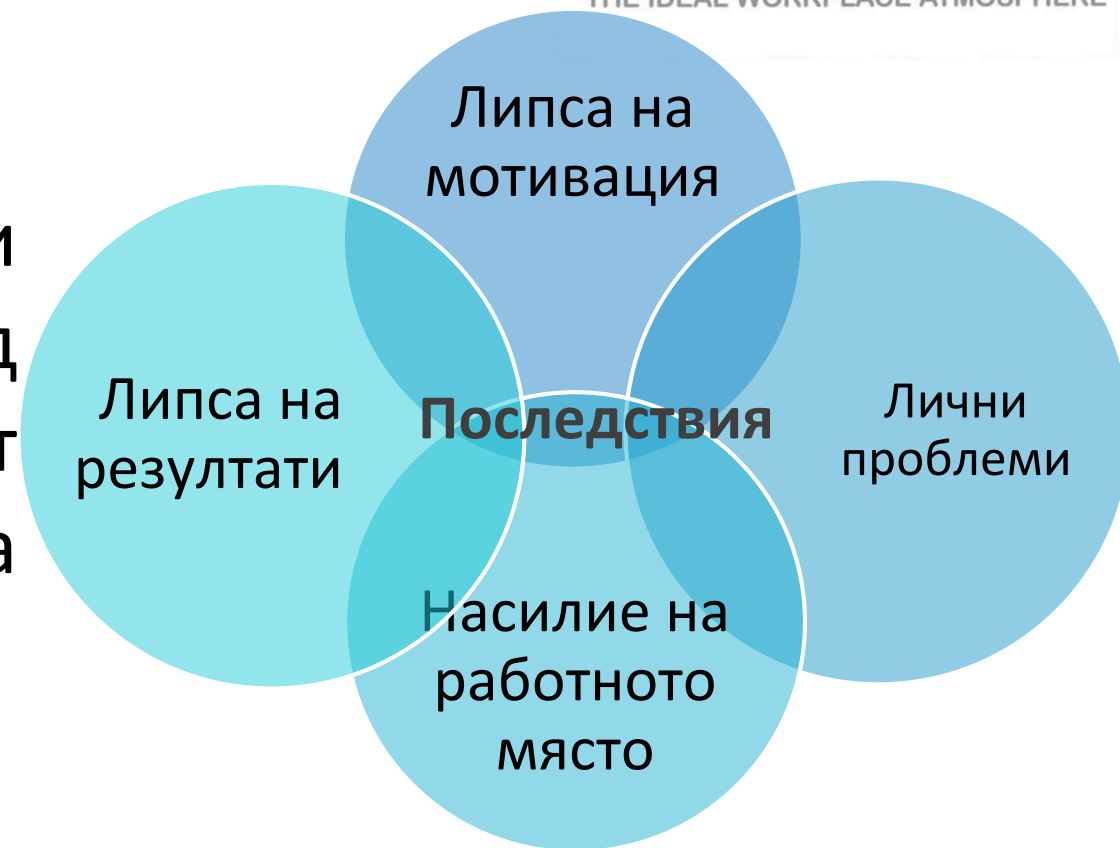
Токсична
работна
среда





Токсична работна среда

Служителите, техните проблеми и притеснения не се вземат под внимание и се очаква те да жертват благосъстоянието си за доброто на компанията и нейните цели.



Токсичният профил
в хоризонтално
отношение

СЪМНЯВА СЕ ВЪВ ВЪЗМОЖНОСТИТЕ НА КОЛЕГИТЕ СИ

ВИНАГИ ГОВОРИ ОТРИЦАТЕЛНО И ПОРАЖДА КОНФЛИКТИ

НЕ ПРИЕМА ГРЕШКИТЕ ВИ

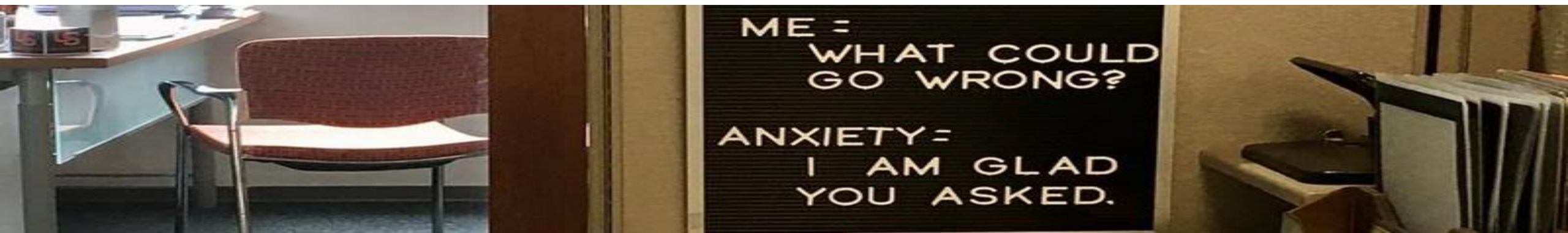
КАРА ДРУГИТЕ ДА СА ОТГОВОРНИ ЗА ПРОБЛЕМИТЕ

НЕ СЪТРУДНИЧИ

ПОСТОЯННА СМЯНА НА НАСТРОЕНИЯТА И КРИТИКА

НАСЪРЧАВА СЛУХОВЕ И КЛЮКИ

МАНИПУЛИРА И ГЕНЕРИРА ПОСЛЕДОВАТЕЛИ



Токсично поведение на работното място

Протагонизъм

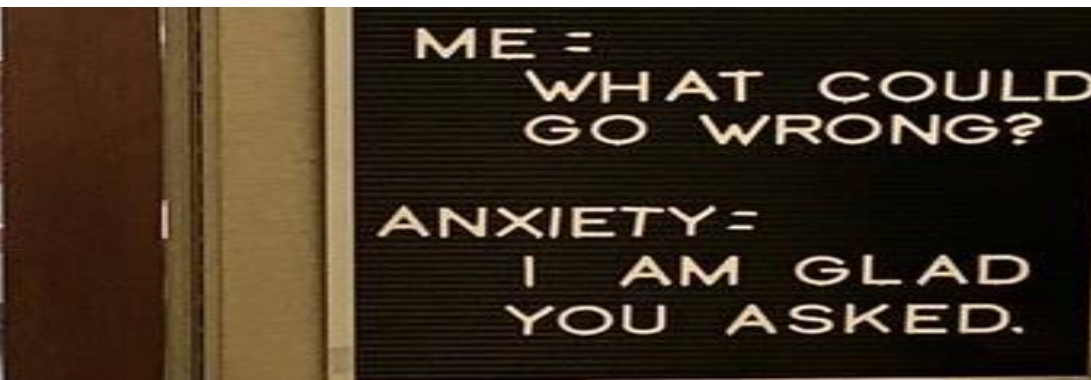
Налагане на възгледи, критикуване на тези на другите, високо чувство за компетентност, действия със злонамереност, предварително обмислени за постигане на техните цели.

Клюки

Докладване на неподходящи подробности или информация, която вреди на други колеги.

Гордост

Обикновено се появява при хора с висока интелигентност и много знания. Те не са склонни да слушат мнението на другите и отхвърлят техните идеи лесно.



Токсично поведение на работното място

Липса на самоконтрол

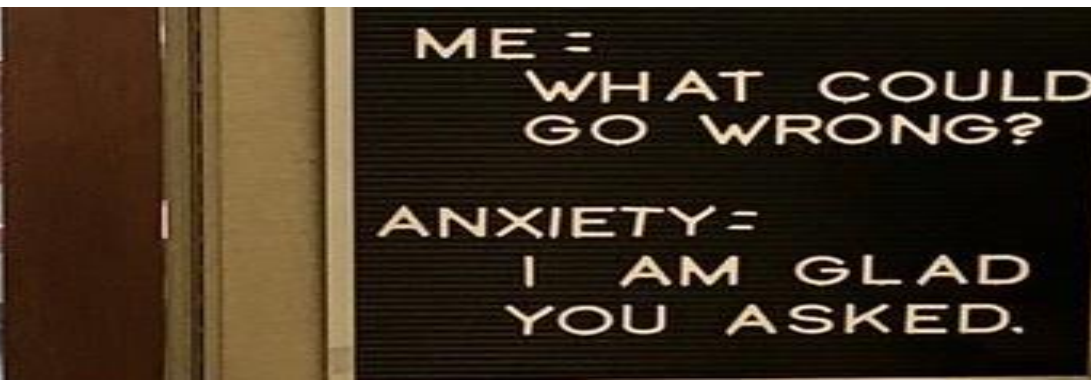
Това е експулсивно отношение, което е склонно да се изразява в чести емоционални истерии по скандални и агресивни начини.

Негативизъм

Обезсърчаване на екипа, фокус върху негативната страна на всяка ситуация, не даване на нови решения, отхвърляне на всички предложения поради потенциалните им неуспехи.

Манипулация

Опит за принуждаване на другите хора за постигане на лични цели на всяка цена.



Токсично поведение на работното място

Жертва

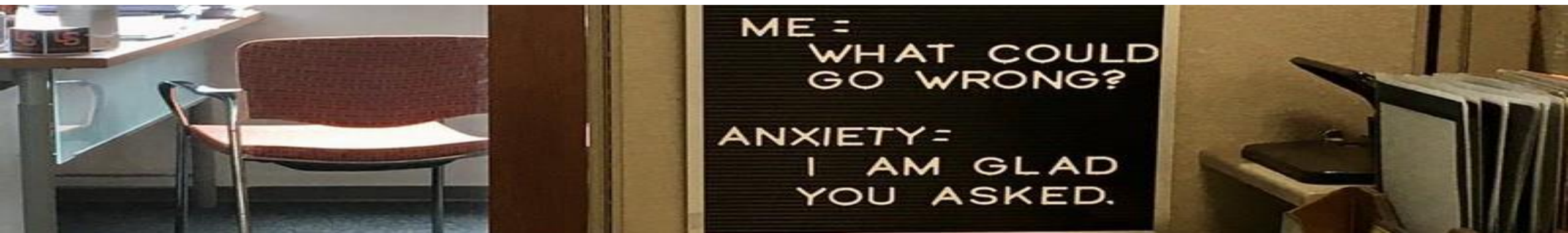
Това поведение е свързано с хора, които постоянно се оплакват, чувстват се разочаровани в усилията си; спират да действат и просто се оплакват.

Съдене

Това отношение е свързано с перфекционисти, които поставят непостижими стандарти и след това осъждат другите, че не се съобразяват с тях.

Превъзходство

Хора с малко познания, постоянно търсят признание, опитвайки се да накарат другите да мислят, че са страхотни, говорят много и с прекалено силен глас.



Предотвратяване на токсични взаимоотношения между служителите

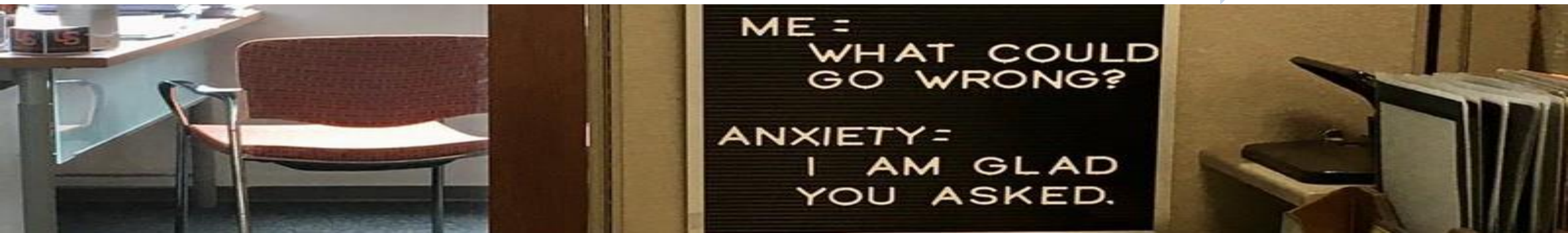
Насърчаване
на уважение

Търсене на
обратна
връзка от
служителите

Дефиниране на
процеси и задачи
със
справедливост

Отдаване на
признателност
към всеки
служител

Изграждане
на доверие



Асертивност

Асертивността е способността да бъдем ясни, откровени и директни, да казваме това, което искаме да кажем, без да нараняваме чувствата на другите или да омаловажаваме стойността на другите, само защитавайки нашите права като личност.

Обръщайте се към човека по име

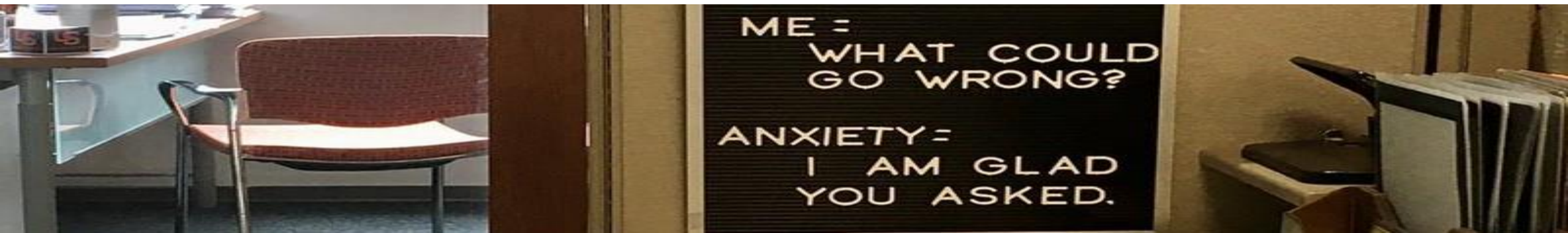
Изразявайте ясно задачите

Обяснявайте причините

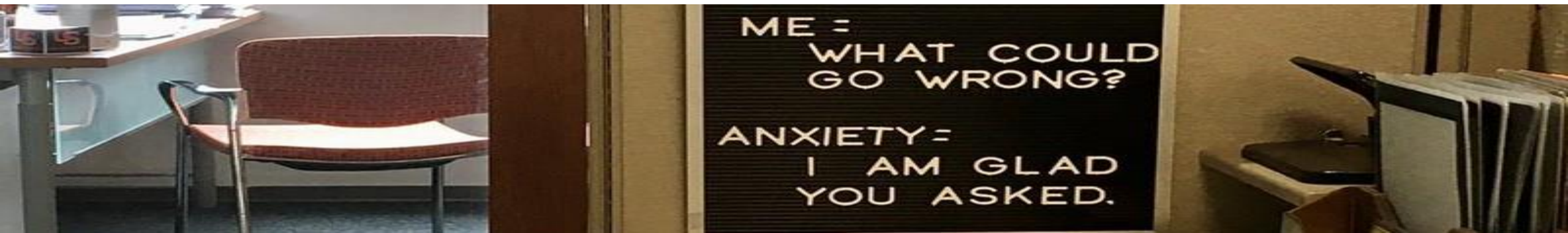
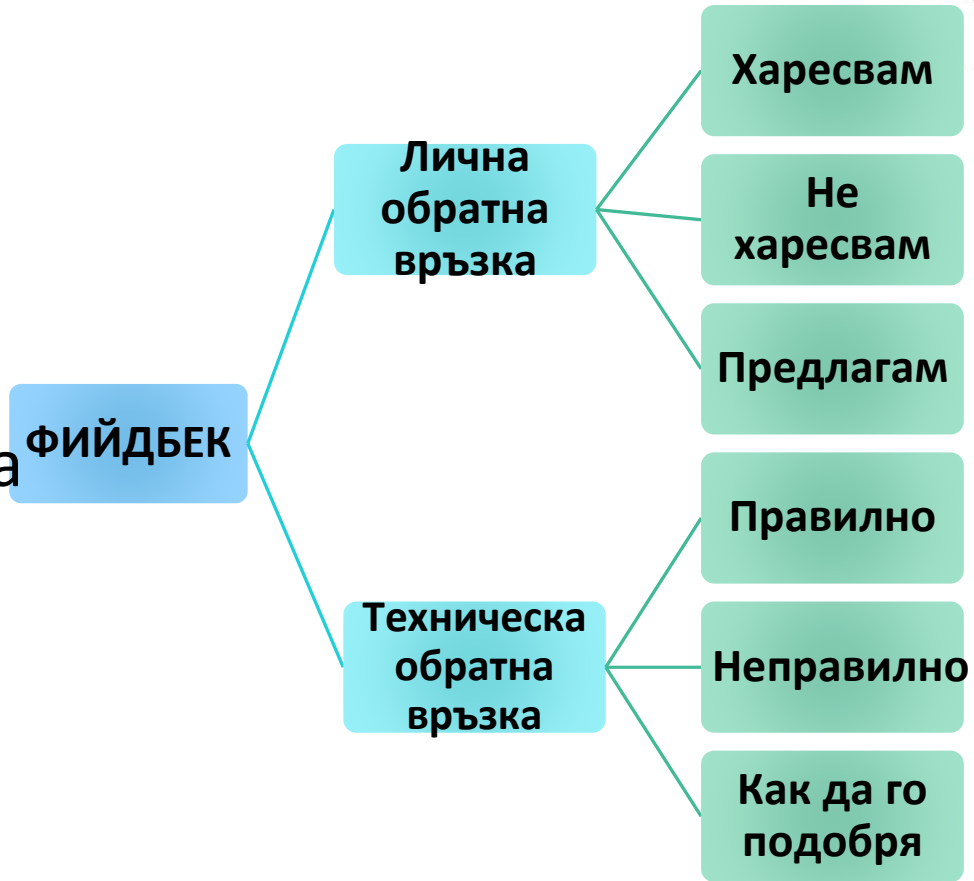
Насърчавайте коментарите

Попитайте дали имате нужда от нещо, за да изпълните задачата

Съгласете се със сроковете кога ще е необходимо това, което се иска.



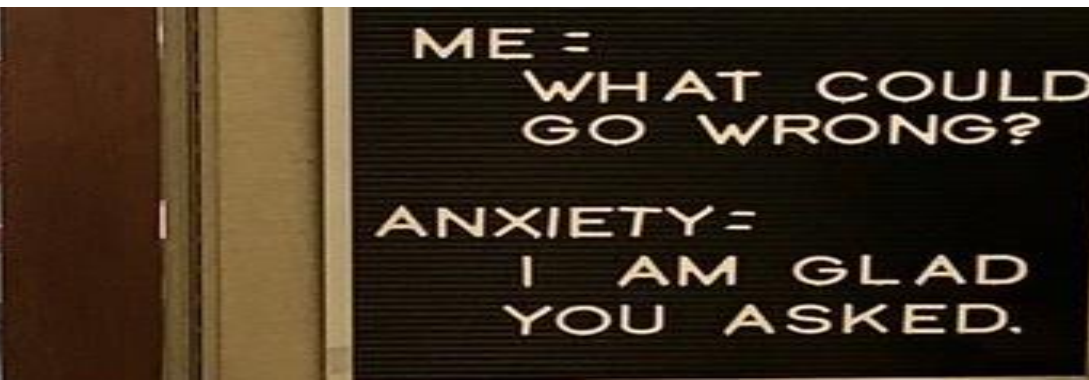
Обратната връзка е информация, която даваме на друго лице за подобряване на личните или работните отношения.



**Методология, която да
накара служителя да се
чувства признат**



- Уверете се, че сте в правилната позиция
- Той / тя разполага с ресурсите за задачите
- Той / тя знае какво се очаква от него / нея
- Оценяване на добре свършената работа
- Уважавайте свободното и работното време
- Предлагайте възможности за растеж
- Прилагайте асертивно отношение



Изграждане на
Доверие

Даване на пример

Да бъдеш последователен, честен и справедлив

Споделяне на информация

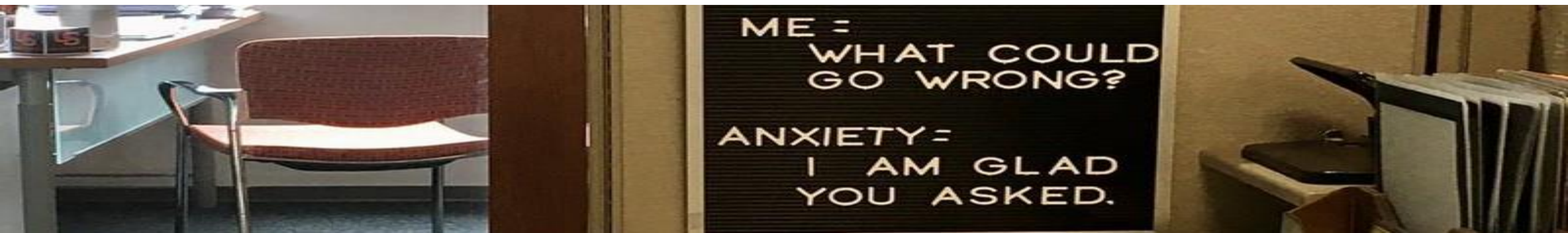
Активно слушане

Приемане на грешки

Делегиране на отговорности

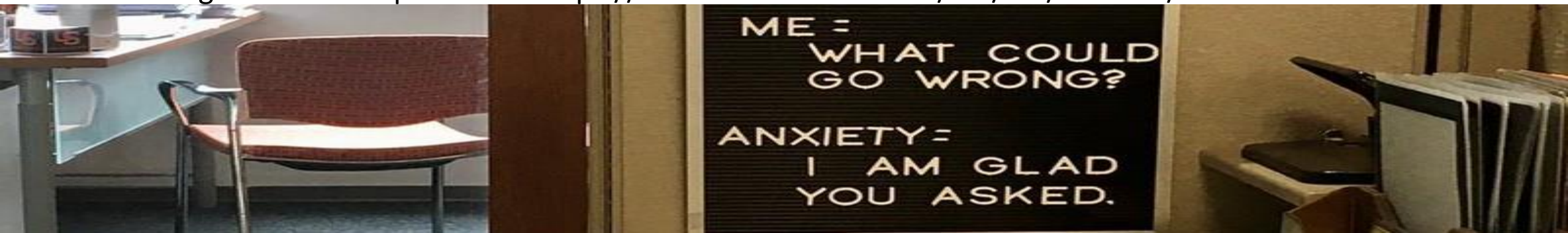
Избягване на фаворизиране

Ограничаване на слуховете



ИЗТОЧНИЦИ:

- **Piñuel, I. (2003). *Mobbing: cómo sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo*. Ed. Punto de Lectura. Madrid.**
- **Fuller, Kristen (2019, 15 de marzo) How to Recognize a Toxic Work Environment and Get Out Alive.** Psychology Today. Recuperado de <https://www.psychologytoday.com>
- **Nicuesa, Maite (2018, 25 de abril) Cómo sobrevivir en un ambiente laboral tóxico.** Psicología Online. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com>
- **Amna Anjum, Xu Ming, Ahmed Faisal Siddiqi, Samma Faiz Rasool (2018, 21 de Mayo) An Empirical Study Analyzing Job Productivity in Toxic Workplace Environments.** US National Library of Medicine National Institutes of Health. 15(5): 1035. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5982074/>
- **Stanford T. Goto, Connie Martin (2009, 13 de abril) Psychology of Success: Overcoming Barriers to Pursuing Further** Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07377360902810744>





THE IDEAL WORKPLACE ATMOSPHERE



Erasmus+

ANDRAGOŠKI ZAVOD
LJUDSKA UNIVERZA VELENJE

GrowthCoop
developing people



BULGARIA TRAINING
БЪЛГАРИЯ ТРЕЙНИНГ

INSTITUT
INPRO

I & F
Instruction & Formation
LEARNING FOR LIVING

