

Efekti mobinga na mentalno zdravlje

Jelena Bajić

Magistar psihologije, Banjaluka, Bosna i Hercegovina, jelena.bajic87@gmail.com

Sažetak: U ovom radu smo pokušali sažeti rezultate nekih od najpoznatijih istraživanja rađenih u Evropi, a koja su imala za cilj da ispituju koje su posljedice mobinga po pojedinca i njegovo zdravlje. Rezultati istraživanja ukazuju da su te posljedice negativne i praćene različitim psihofizičkim tegobama, a najčešće su: gubitak volje i satisfakcije na poslu, gubitak samopoštovanja, problemi sa spavanjem, povišena anksioznost, problem sa koncentracijom, hronični umor, ljutnja, depresivnost i različite somatske tegobe. Rezultati jedinog dostupnog istraživanja rađenog na području Bosne i Hercegovine na uzorku ljekara javnih zdravstvenih ustanova ukazuju da je 76% ispitanika izvještavalo o prisutnosti mobinga u njihovom radnom okruženju, dok je 26% bilo izloženo perzistentnom mobingu na poslu. U istraživanju su takođe dobijeni podaci koji potvrđuju postojanje negativnih posljedica zlostavljanja na poslu po mentalno zdravlje ispitanika.

Zaključak ovog rada jeste da mobing i zlostavljanje na radnom mjestu ostavljaju ozbiljne posljedice po zdravstveno stanje žrtve, što prvenstveno zavisi od učestalosti, intenziteta i trajanja mobinga.

Ključne riječi: mobbing, zlostavljanje na radu, psihofizičke tegobe.

Datum prijema rada: 25. maj 2015.

Datum odobrenja rada: 31. maj 2015.

UVOD

Svjedoci smo vremena u kojem se pred nas svakodnevno postavlja i nameće veliki broj zahtjeva i izazova, koje često doživljavamo kao stresogene. „Savremeni čovjek“ veliki dio svog vremena utroši na radom mjestu, zato i ne čudi da se poslednjih decenija u svijetu govori o stresu doživljenom upravo na poslu. Veliki je broj faktora koji mogu dovesti do stresogene reakcije, što je u osnovi često vrlo subjektivno i zavisi od apercipcija pojedinca. Međutim, postoje situacije na poslu koje su objektivno vrlo prijeteće i nepovoljne po određenu grupu ljudi, a najčešće po određenog pojedinca. Te situacije najčešće nastaju kao produkt neprijateljskog i neetičnog vida komunikacije među zaposlenima. Ovo se najčešće odnosi na situacije kada grupa ljudi ili određeni pojedinac iz različitih razloga nastoje da ponize i psihički dezintegrišu drugog pojedinca, koji počinje da trpi određene psihičke, emocionalne i profesionalne probleme.

Pojam zlostavljanja na radu dolazi iz engleskog jezika, od riječi *mob* – ološ, rulja, odnosno *mobbish* – prostački, vulgaran, grub. Iz ove dve riječi proizašla je riječ *mobbing* – zastrašiti metodom ološa, psihički dotući, društveno degradirati, uništiti lično dostojanstvo i isključiti iz socijalne sredine (Westhues, prema Lubarda 2008).

Prvu definiciju mobinga dao je njemački psiholog Heinz Leymann 1984. godine. On je mobing definisao kao: „Psihološki teror na radnom mjestu koji podrazumjeva neprijateljsku i neetičku komunikaciju koja je sistemski usmjerena od

strane jednog ili više pojedinaca prema, uglavnom, jednom pojedincu koji je zbog mobinga gurnut u poziciju u kojoj je bespomoćan i u nemogućnosti je da se brani, te držan u njoj pomoću stalnih aktivnosti zlostavljanja. Te aktivnosti odvijaju se sa visokom učestalošću (barem jednom nedeljno) i u dužem razdoblju (najmanje šest mjeseci). Zbog visoke učestalosti i dugog trajanja neprijateljskog ponašanja ovo maltretiranje dovodi do značajne mentalne, psihosomatske i socijalne patnje” (Leymann, prema Ivanov I Ivanov, 2011).

VRSTE MOBINGA

Osnovna podjela mobinga koja se može naći u literaturi jeste na vertikalni i horizontalni mobbing (Ivanov i Ivanov, 2011; Stanar, 2011).

Vertikalni mobing nastaje kada nadređeni zlostavlja jednog podređenog radnika, jednog po jednog radnika dok ne ostvari cilj, tj. dok ne uništi cijelu grupu (strateški mobbing) ili kada grupa radnika zlostavlja nadređenog. Podvrsta vertikalnog mobinga jeste bossing, a predstavlja otvoreno vrijeđanje radnika, kritikovanje njihovog rada, postavljanje previsokih zahtjeva, uskraćivanje prava na godišnje odmomore itd. Snježana Stanar navodi da je ovo jedan od najprisutnijih oblika mobinga na našim prostorima (Stanar, 2011).

Horizontalni mobing je pojava koja se javlja između radnika koji zauzimaju isti položaj u hijerarhijskoj strukturi organizacije. Različiti su motive za pojavu ove vrste mo-

- riti se sa njime*. Beograd: Specijalna bolnica za bolesti zavisnosti "Naltrex Zone".
- Nielsen, MB., Hetland, J., Matthiesen, SB., Einarsen, S. (2012). *Longitudinal relationships between workplace bullying and psychological distress*. Scand J Work Environ Health. 2012;38(1):38-46. doi:10.5271/sjweh.3178. Norway: University of Bergen.
- Pranjić, N., Maleš-Bilić, LJ., Beganlić, A., Mustajbegović, J. (2006). *Mobbing, Stres, and Work Ability Index among Physicians in Bosnia and Herzegovina: Survey Study*. Retrieved May 16, 2015 from: http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=7767.
- Stanar, S. (2011). *Psihološki izvori percepcije mobinga*. Univerzitet u Istočnom Sarajevu: Filozofski fakultet Pale, Katedra za psihologiju.
- Vuković, D. (2006). *Mobing na radnom mestu*. Preuzeto 17.05.2015. sa: <http://www.doiserbia.nb.rs/img/doi/1450-6637/2006/1450-66370604003V.pdf>.
- Zapf, D., Einarsen, S., Hoel, H., Vartia, M. (2004). Empirical findings on bullying in the workplace. In: Einarsen, S., Hoel, H., Zapf, D., Cooper, C. *Bulling and Emotional Abuse in the Workplace: International perspectives in research and practice (pp 104-126)*. London and New York: Taylor and Francis.

Effects of Mobbing on Mental Health

Jelena Bajić

Master of Arts in Psychology, Banja Luka, Bosnia and Herzegovina, jelena.bajic87@gmail.com

Abstract: In this paper we tried to summarize the results of some of the best known researches done in Europe, and the goal of which was to investigate the consequences of mobbing for individuals and their health. The research results show that those consequences are negative and accompanied by different psycho - physical problems, in most of the cases those include: loss of will and satisfaction at work, loss of self-respect, sleep problems, increased anxiety, concentration problems, chronic fatigue, anger, depressivity and different somatic problems. The results of the only available research conducted in the territory of Bosnia and Herzegovina on the sample of physicians from public medical institutions, suggest that 76% of the subjects reported the presence of mobbing in their working environment, whereas 26% of them were exposed to persistent mobbing at work. Data have also been obtained during the research confirming the existence of negative consequences of harassment at work for subjects' mental health.

The conclusion of this paper is that mobbing and harassment at work leave serious consequences on victim's health condition, which primarily depends on the frequency, intensity and duration of mobbing.

Key words: mobbing, harassment at work, psycho-physical problems