



---

**HANDREIKING VOOR:**

**MEDEWERKERS**

---

**HOE TE  
HANDELEN BIJ  
ONGEWENSTE  
OMGANGS-  
VORMEN?**

# **HOE TE HANDELEN BIJ ONGEWENSTE OMGANGSVORMEN?**

---

**Waar mensen samenwerken, kunnen ongewenste omgangsvormen ontstaan. Dit is niet alleen slecht voor de werksfeer maar kan ook leiden tot werkstress bij jou of je collega indien jij of je collega hiermee te maken krijgen.**

**Het is niet altijd duidelijk wanneer er sprake is van ongewenste omgangsvormen. Wat voor de één ongewenst is, is voor de ander wellicht een grapje of niet zo bedoeld. De gevolgen kunnen echter enorm zijn.**

## BEGRIPSBEPALING

### ONGEWENST GEDRAG KAN IN ELKE PROFESSIONELE WERKOMGEVING VOORKOMEN.

Hieronder verstaan we:

#### **Pesten**

Herhaald ongewenst negatief gedrag, waartegen iemand zich niet kan verdedigen. Pestgedrag kan direct gericht zijn tegen de persoon met kleinerende of vernederende opmerkingen, voortdurende kritiek, etc. Maar ook minder direct, bijvoorbeeld door iemand te isoleren, buitensluiten en negeren, of roddels, kwaadaardige geruchten, leugens en valse beschuldigingen te verspreiden.

#### **Agressie en geweld**

Er zijn verschillende vormen van agressie en geweld te onderscheiden: verbaal, psychisch en fysiek. Bij verbaal geweld valt te denken aan schelden of beledigen. Bij psychisch geweld gaat het o.a. om lastigvallen, intimideren of onder druk zetten. Bij fysiek geweld gaat het bijvoorbeeld om schoppen, slaan, bijten, vastgrijpen, of overvallen worden.

#### **Seksuele intimidatie**

Elke vorm van seksuele toenadering, verzoeken om seksuele gunsten of ander seksueel getint gedrag dat een werknemer tegen wie het is gericht, als ongewenst ervaart. Dat kan verbaal zijn (dubbelzinnige opmerkingen, vragen over het privé- leven), non-verbaal (tonen van seksueel getinte afbeeldingen, aanstaren, gebaren maken) en alle vormen van ongewenst lichamelijk contact (arm om de schouder, beetpakken, knijpen, zoenen, aanranden en verkrachten).

#### **Discriminatie**

Discriminatie wil zeggen dat er (direct of indirect) onderscheid tussen personen wordt gemaakt op grond van: afkomst, geslacht, seksuele geaardheid, leeftijd, handicap of chronische aandoening, politieke gezindheid, arbeidsrelatie (fulltime of parttime), arbeidscontract (vast of tijdelijk), vakbondslidmaatschap, burgerlijke staat, nationaliteit, godsdienst of levensbeschouwing.

## **WAT KUNNEN DE GEVOLGEN ZIJN VAN ONGEWENSTE OMGANGSVORMEN?**

---

Medewerkers die ermee te maken hebben, ervaren vaak stress. Stress kan leiden tot psychische en fysieke klachten en uiteindelijk tot uitval. In hoofdstuk 2 op pagina 23 en 24 van de Arbocatalogus 'Minder werkstress, meer werkplezier' zijn checklisten opgenomen van signalen van stress. Ook is de kans groot dat je gedemotiveerd raakt en minder plezier hebt in je werk.

## **WANNEER MOET JE ACTIE ONDERNEMEN?**

---

Onderneem in de volgende gevallen altijd actie:

- Als je zelf last hebt van ongewenste omgangsvormen
- Als je merkt dat een collega er last van heeft
- Als het jouw werk of de werksfeer beïnvloedt





## WAT KUN JE ZELF DOEN ALS JE LAST HEBT VAN ONGEWENSTE OMGANGSVORMEN?

---

### Pesten

Bij pesten op het werk is het van belang om aan te geven dat je het pestgedrag niet accepteert. Praat erover met een collega die je vertrouwt of je leidinggevende. Mogelijk is er een vertrouwenspersoon in het bedrijf waar je je verhaal kwijt kan. Zo nodig kan je ook de bedrijfsarts inlichten en om advies vragen (op het open spreekuur). Tenslotte: als anderen (vaak) worden gepest, laat dan blijken dat je het niet waardeert. Zo doorbreek je een patroon en steun je een collega.

### Agressie en geweld

Ook als je te maken krijgt met agressie en geweld, is het belangrijk dat je aangeeft dat je het niet accepteert. Praat erover met je leidinggevende, breng het in bij het werkoverleg of licht de ondernemingsraad of HR in. Als dit niet mogelijk is, zoek dan hulp bij de vertrouwenspersoon of bedrijfsarts.

### Seksuele intimidatie

Bij seksuele intimidatie geldt: geef aan dat je het gedrag niet accepteert en praat erover. Soms is er – net als bij pesten – een bepaalde cultuur ontstaan in het bedrijf. Men is het dan (vaak onbewust) normaal gaan vinden. Pas als je duidelijk aangeeft dat je het gedrag ongewenst vindt, doorbreek je het gedrag. Als je afwijzende houding niet helpt, praat er dan over met de vertrouwenspersoon of iemand anders op het werk die je vertrouwt. Ook kan je de bedrijfsarts inlichten en om advies vragen. Als er sprake is van strafbare feiten (aanranding of verkrachting), doe dan aangifte bij de politie.

### Discriminatie

Discriminatie op de werkvloer komt vaker voor dan werkgevers en werknemers zelf denken. Als jij het gevoel hebt dat er onderscheid wordt gemaakt bijvoorbeeld op grond van je afkomst, geslacht, seksuele geaardheid, nationaliteit of leeftijd, geef dan aan dat je dit niet accepteert en maak het bespreekbaar.

## WAT ALS JE ER NIET UITKOMT?

---

Voor alle bovengenoemde vormen van ongewenst gedrag geldt: als je er niet uitkomt door overleg met de leiding, advies of hulp van de vertrouwenspersoon of de bedrijfsarts: dien dan een klacht in. In principe zou ieder bedrijf een klachtenregeling moeten hebben.

### **Branchevertrouwenspersoon Grafimedia**

Een vertrouwenspersoon is er in de eerste plaats om degene die te maken heeft gehad met ongewenste omgangsvormen emotioneel op te vangen, te begeleiden en te ondersteunen.

Is jouw bedrijf lid van het KVGGO en heeft het geen vertrouwenspersoon voor ongewenst gedrag, dan kun je contact opnemen met de branchevertrouwenspersoon Grafimedia. De branchevertrouwenspersoon is een onafhankelijke hulpverlener die jou advies kan geven: zie voor meer informatie [www.arbografimedia.nl](http://www.arbografimedia.nl).

## ALS JE ER MEER OVER WILT WETEN

---

In de Arbowet is vastgelegd dat ongewenste omgangsvormen vallen onder het risico **Psychosociale Arbeidsbelasting (PSA)**. Het gaat hierbij om arbeidsrisico's die werkstress kunnen veroorzaken, zoals **werkdruk en ongewenste omgangsvormen**.

In de Arbocatalogus 'Minder werkstress, meer Werkplezier', die speciaal gemaakt is voor medewerkers en leidinggevendenden in de Grafimedia, vind je veel meer informatie, checklisten, oplossingen en tips om stress als gevolg van werkdruk en ongewenste omgangsvormen te

herkennen en tegen te gaan. De Arbocatalogus 'Minder Werkstress, Meer Werkplezier' is te vinden op de website [www.arbografimedia.nl](http://www.arbografimedia.nl)

