

HET BLOED VAN ONDER JE NAGELS

TEKST MARLEEN FINOULST, HOOFDREDACTEUR BODYTALK | ILLUSTRATIE IEF CLAESSEN



Belangrijke telefoontjes die opzettelijk niet worden doorgeschakeld. Een dossier dat tijdens de lunchpauze verdwijnt. Je computer met een wachtwoord moeten beveiligen wanneer je vergadert. Het lijken pesterijen waarmee je nog kan leven.

Erger kan ook. Inkt op je zwarte bureaustoel, zodat je broek naar de knoppen is. Iemand die 's avonds op je bureau plast. Dat laatste overkwam een klokkenluider die in de *Panorama*-uitzending over de Hasseltse politie aan het woord kwam.

Soms gaan pesterijen op het werk zo ver dat het slachtoffer uit het leven stapt. Zoals die 22-jarige postbode die door zijn pestende collega's tot de wanhoop werd gedreven. Hij smeedt zich voor een trein in Sint-Joris-Weert. Pesten op het werk is sinds 2002 strafbaar, maar dat houdt de pestkoppen niet tegen. Integendeel, de cijfers nemen schrikbarend toe. In 2011 gaf niet minder dan 14% van de werknemers te kennen dat ze in de voorbije twaalf maanden gepest werden op het werk: in 69% van de gevallen door een leidinggevende en bij 31% door een collega of een groep collega's. Opvallend is dat dubbel zoveel ambtenaren als mensen uit de privésector gepest worden. Uit onderzoek naar de oorzaken van pestgedrag blijkt dat een hoge werkdruk een beïnvloedende factor is. Werkstress vergroot de kans op pesten. Dat belooft in tijden van economische crisis!

Gepest worden op het werk is vernietigend. Voortdurend, zowel verbaal als non-verbaal, getreiterd, vernederd en vijandig bejegend worden is bijzonder schadelijk voor de gezondheid. De gevolgen worden altijd onderschat. Zolang het slachtoffer zich verweert en er nog hoop is op een oplossing, blijft het bij stress, angst, vermoeidheid, slapeloze nachten, hoofdpijn en maagklachten. Als er excuses worden aangeboden of als het pestgedrag stopt omdat de dader van werk verandert, dan verdwijnen de klachten en hervindt het slachtoffer zijn evenwicht.

Blijft het pestgedrag echter voortduren, dan loert depressie om de hoek. Gevoelens van onmacht, minderwaardigheid en verdriet krijgen de overhand. Het psychische lijden heeft ook lichamelijke gevolgen, zoals hoge bloeddruk, huidziekten of evenwichtsstoornissen.

Niet kunnen rekenen op de solidariteit van anderen op de werkvloer is nefast. Uit schaamte en vernedering verzuimen sommigen hulp in te schakelen en stappen uit het leven. Denk er even aan wanneer de neiging tot treiteren de kop opsteekt. Kies kleur tegen pesten.

- ▶ De Vlaamse Week tegen Pesten loopt van 10 tot 17 februari 2012.
- ▶ www.kieskleurtegenpesten.be
- ▶ Marleen.Finoulst@bodytalk.be
- ▶ Reacties welkom op www.weliswaar.be/forum

