

MOBING

trpinčenje je
„družinsko“



Edin Duraković,
Psihoterapije Simbalein

*... kakor maligni tumor - priplazi se vate
še preden se zaveš kaj je to, kar boli...*

ANDREA ADAMS

Ljubljana, april 2011



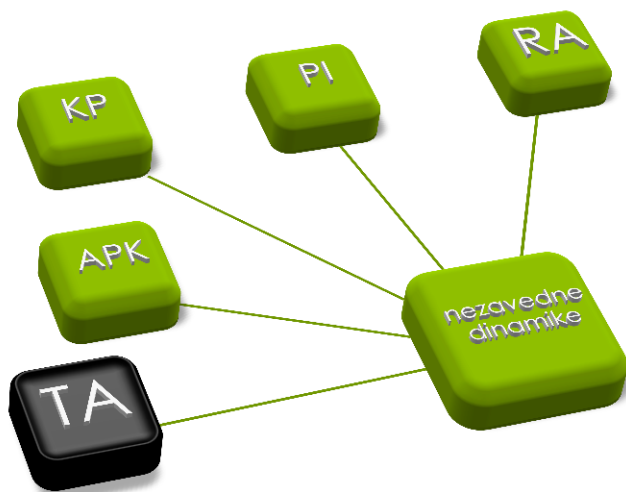
- ❖ **TDM**: med osebno izkušnjo in znanstvenim (mo)delom
- ❖ Kako je trpinčenje "**družinsko**"?
- ❖ **Strah**: žrtev ali „žrtev“, boli v obeh primerih.
- ❖ Kaj naredi delovni odnos **varen**?
- ❖ **igra vlog**: mini ekskurz iz ne-varnosti v varen odnos

Temeljna premisa RDT in dinamike v odnosu

Odnos je utemeljen na **vzajemnem afektu**, ki v dinamiki narekuje izoblikovanje določenega **vzorca**. Ponavljanje vzorca pa izhaja iz **temeljne potrebe** po **ohranitvi**, **kontinuiteti**, **povezanosti** in **pripadnosti** osebnemu svetu odnosov, tj. **bližini**, saj le-ti predstavljajo domačnost, pa čeprav so lahko boleči in travmatični.



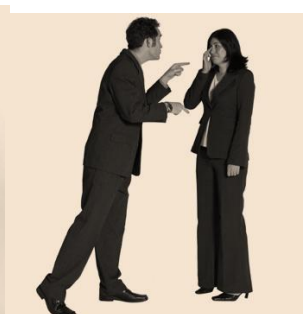
(Gostečnik, 2004; Kompan-Erzar, 2005)



Spoštujemo **telesno govorico**:
telo je izjemen **kažipot varnosti** v
(delovnem) odnosu!

Med.Over.Net, 20. april 2011

Ne-varne slike iz službe...



Med.Over.Net, 20. april 2011

...s svojimi imeni.

nadiranje, omejevanje govora, zmerjanje, kritiziranje, zastraševanje, **grožnje**, preprečevanje stikov, zbadanje, izogibanje, premestitve, blatenje, obrekovanje, posmehovanje, obsojanje, KRIČANJE, oponašanje hib, **manipulacija**, prisiljevanje, **poniževanje**, ignoranca, vsiljevanje in odvzemanje nalog, škodljive zahteve, pljuvanje, spotikanje, *neslane šale*, podtikanje,...

(Leymann in Gustaffson, 1996)

Posledice vidimo in čutimo



- **Trpinčenje**: sistematično in nasilno kršenje osebnih meja (telo, čustva, razum), pri čemer je dinamika nezavedna.
- **Ne-varno vzdušje** se rodi najprej doma in nepredelan kroži v različnih odnosih bližine. Išče „sorodnika“ v afektu.
- **Transfer** trpinčenja je zato **krožen**:



Afekt išče odnos, zato en **mora** „nasrkati“.

- Zakaj ravno jaz „igralec“ v tej drami[rablja/tarče/priče]?
- Meje, odgovornost, ukrepi?
- Lahka pot do rešitev je?

1. trening delovnih odnosov

(Goleman, 1998; Peltier, 2001; Gostečnik, 2004)

Namen: ustvarjanje **varnosti**.

Trening ni terapija, je pa lahko terapevtski.

Proces glede na cilje

1. stik z organizacijo
2. ugotavljanje TDM
3. priprava programa
4. izvedba z evalvacijo

Sistemska

- razmejitve vlog in odgovornosti,
- pravila in vloge, povratna informacija,
- pričakovanja, triangulacije, kom. pretok

Medosebna

- varen stik, zaupanje,
- regulacija afekta
- regulacija komunikacije

Osebna

- čustveno zavedanje,
- samopodoba, samozavest
- zadovoljstvo na del. mestu

2. samopomoč

(svetovanje, terapija, izobraževanje)

Če želimo ustaviti spiralo trpinčenja
v odnosih, pričnimo varnost graditi
najprej PRI SEBI.

Hvala, ker ste bili z nami.



Psihoterapije Simbalein

e: info@studio-simbalein.si

w: www.studio-simbalein.si

skype: [psihoterapije.simbalein](https://www.skype.com/name/psihoterapije.simbalein)

m: 030 689 656

Med.Over.Net, 20. april 2011