kod szkolenia: E-HR-MOB-PRAC / PL e-learning

Mobbing w miejscu pracy – szkolenie dla pracowników

Szkolenie poświęcone jest zjawisku mobbingu w środowisku pracy z perspektywy pracownika — jego skali, definicji prawnej, najczęstszym formom występowania oraz konsekwencjom dla osoby, która go doświadcza.

Uczestnicy poznają podstawowe regulacje wynikające z Kodeksu pracy, praktyczną interpretację przesłanek mobbingu oraz przykłady sytuacji, które mogą wystąpić w codziennym środowisku pracy.
Kurs ma charakter praktyczny i pomaga odróżniać mobbing od innych trudnych sytuacji interpersonalnych, takich jak konflikt, stres zawodowy czy wymagający styl zarządzania. Uczestnicy uczą się rozpoznawać sygnały ostrzegawcze, właściwie reagować na potencjalne przypadki mobbingu oraz rozumieć swoje prawa i dostępne formy ochrony prawnej.

Szkolenie pokazuje również, jakie skutki mobbing może powodować dla pracownika oraz jak świadomie wspierać budowanie bezpiecznego i opartego na szacunku środowiska pracy.

Mobbing 1 DEMO | Review 360

Odbiorcy szkolenia

Szkolenie jest przeznaczone dla:

- pracowników wszystkich szczebli organizacji,
- osób zatrudnionych na stanowiskach biurowych, operacyjnych, specjalistycznych i administracyjnych,
- pracowników, którzy chcą poznać swoje prawa oraz sposoby reagowania w sytuacji mobbingu,
- osób, które chcą odróżniać mobbing od konfliktu, stresu zawodowego lub trudnych relacji w pracy,
- wszystkich pracowników, którzy chcą wspierać bezpieczne, odpowiedzialne i oparte na szacunku

środowisko pracy.

Korzyści

Pracownik po ukończeniu szkolenia będzie potrafił:

- rozpoznać, czym jest mobbing i jakie zachowania mogą spełniać jego przesłanki,
- odróżnić mobbing od konfliktu, stresu zawodowego lub wymagającego stylu zarządzania,
- identyfikować najczęstsze formy mobbingu oraz sygnały ostrzegawcze,
- zrozumieć psychiczne, zdrowotne i zawodowe skutki mobbingu,
- wskazać swoje prawa oraz dostępne środki ochrony prawnej,
- określić, gdzie i w jaki sposób szukać pomocy w sytuacji mobbingu,
- świadomie reagować na trudne sytuacje w miejscu pracy,
- wspierać budowanie środowiska pracy opartego na szacunku i bezpieczeństwie.

Program szkolenia

Moduł 1: Wprowadzenie – skala zjawiska mobbingu

- Cel kursu i agenda szkolenia
- Skala zjawiska mobbingu w Polsce
- Statystyki CBOS dotyczące mobbingu
- Najczęstsze formy występowania mobbingu w miejscu pracy

Moduł 2: Mobbing w przepisach prawa – definicja prawna

- Mobbing w Kodeksie pracy
- Definicja prawna mobbingu z art. 94^3 Kodeksu pracy
- Czym jest mobbing?
- Kto może być ofiarą mobbingu?

Moduł 3: Przesłanki mobbingu i praktyczna interpretacja przepisów

- Praktyczne znaczenie regulacji dotyczących mobbingu
- Przesłanki uznania zachowania za mobbing
- Interpretacja przepisów w praktyce
- Fragmenty orzeczeń sądów powszechnych

Moduł 4: Mobbing a inne trudne sytuacje w pracy

- Różnice między mobbingiem a konfliktem
- Mobbing a stres zawodowy
- Mobbing a wymagający styl zarządzania
- Analiza stanów faktycznych i stanowisk sądów

Moduł 5: Formy mobbingu i sygnały ostrzegawcze

- Najczęstsze formy mobbingu
- Zachowania mogące świadczyć o mobbingu
- Sygnały ostrzegawcze w miejscu pracy
- Jak szybciej rozpoznawać niepokojące sytuacje?

Moduł 6A: Skutki mobbingu z perspektywy pracownika

- Psychiczne konsekwencje mobbingu
- Zdrowotne skutki mobbingu
- Zawodowe konsekwencje mobbingu
- Wpływ mobbingu na osobę nim dotkniętą

Moduł 7A: Twoje prawa i ochrona prawna

- Prawa pracownika doświadczającego mobbingu
- Dostępne środki ochrony prawnej
- Gdzie szukać pomocy?
- Jak reagować w sytuacji mobbingu?

Oczekiwane przygotowanie uczestnika

Brak

Czas trwania

1 dni / 1 godzin

Język

polski