

Obsah

Slovo vydavatele	iii
Obsah	v
Předmluva	xi
Poděkování	xii
Úvodem	xiii
Kapitola 1: Práce a vztahy: bezpečná, či nebezpečná kultura?	1
Co je to bezpečná kultura	2
Bezpečná kultura v praxi	3
Hlavní myšlenky	5
Kapitola 2: Mobbing, bullying & bossing	7
Co je mobbing	8
Co je obsahem pojmu bullying?	10
Slyšeli jste již někdy o bossingu?	10
Hlavní myšlenky	10
Kontrolní seznam „obětí“ mobbingu či bossingu	10
Kapitola 3: Mobbování v praxi	13
Kapitola 4: Co znamená tzv. „klovací řád“?	17
Jako slepice na dvorku...	17
Co je „klovací řád“	18
„Hryzací a kopací řád“ divokých koní	19
Hierarchie v lidské společnosti	20
Několik slov k „biologizaci“ tématu mobbingu	21
Hlavní myšlenky	22
Kapitola 5: Je libo klovanec?	23
Kapitola 6: Lidský mozek, tzv. teritorialita a projevy agrese	27
Lidský mozek	27
Teritorialita	28
„Mužský“ hormon testosteron	29
Agresivita	29
Hlavní myšlenky	30

Kapitola 7: Člověk člověku...	31
Agrese jako projev či důsledek frustrace	32
Agrese jako naučená forma chování	32
Agrese jako vrozené formy chování	33
Hlavní myšlenky	34
Kapitola 8: Lidé kolem...	35
Kdo je často vystaven skupinové agresi?	37
Projevy skupinové agrese	37
Hlavní myšlenky	38
Resumé	38
Kapitola 9: Pracoviště jako místo hrůzy	41
Typologie agresivních útoků: stalking, chairing, staffing, defaming a shaming	42
Hlavní myšlenky	44
Kapitola 10: Čtyři vývojové fáze mobbingu	45
Fáze první: nevyřešený konflikt	45
Fáze druhá: psychoteror dostává zelenou	45
Fáze třetí: do hry vstupuje šéf	46
Fáze čtvrtá: vyloučení oběti z kolektivu, firmy či organizace	47
Mobbing – nejčastější příčiny (10 hlavních spouštěčů)	59
Kapitola 11: Šéfovské manýry	61
Hlavní myšlenky	67
Kapitola 12: Proč právě já?	69
Kapitola 13: Boží mlýny	77
Možná soudní dohra celého případu	77
Nebezpečí, že se sami stanete obětí	78
Pomsta oběti, resp. obětí	78
Hlavní myšlenky	78
Kapitola 14: „Nezůstat sám“ – o to tu běží	79
Jak se bránit mobbingu a bossingu	79
Kapitola 15: Aktivní obrana: pět základních pravidel	81
Pravidlo č. 1: Pamatuj, že rozhodnutí „zůstat nebo odejít“ je pokaždé tvoje osobní volba	81
Pravidlo č. 2: Nenechávejte si to líbit a popadněte „vola za rohy“	82
Pravidlo č. 3: Sami to nezvládnete – najděte si spojení	82

Pravidlo č. 4: Ujasněte si, čeho chcete dosáhnout a jakou k tomu zvolíte strategii, ale potom již Opravdu neváhejte a „jděte do toho“	84
Pravidlo č. 5: I prohra může být někdy začátkem vítězství	86
Stručný přehled doporučených kroků při mobbingu a bossingu	86
Co je tedy potřeba, stanete-li se obětí mobbingu?	87
Kapitola 16: Rodina a rodičovské vzory – spojenec, či nepřítel?	89
Role rodiny v pracovním životě	89
Reakce životního partnera na problémy v práci	90
Rodičovské vzory	91
Práva dítěte a tzv. quadrinity proces	92
Reakce či role dětí na stresovou situaci některého z rodičů	93
Kapitola 17: Hleďme si své práce, ale nebojme se o ni prát	95
Hlavní myšlenky	104
Kapitola 18: Několik úvah o autoritě a profesionalitě vedoucího	105
Víte co je tzv. „zpětná vazba“ čili feedback?	110
Mobbing aneb „prima klima“	116
Kapitola 19: Čemu bychom se mohli přiučit na rybím trhu?	117
Filozofie rybího trhu	118
4 principy z Pike Place (filozofie rybího trhu ze Seattlu)	119
Naše realita: práce jako „vězení“	120
Co obnáší tzv. vnitřní výpověď	121
Kapitola 20: Můj šéf je můj...	123
... učitel, trenér, kouč a partner	126
Kapitola 21: Vedoucí jako moderátor a tzv. workshop-kultura	129
Co je workshop	130
Co je kultura	132
3 druhy firemní kultury	133
Kapitola 22: Produktivní a férové vztahy na pracovišti?	135
Produktivita a vztahy na pracovišti	136
Férovost a férové vztahy na pracovišti – teze pro diskuzi	137
Kapitola 23: Práce a vztahy 2003: civilní odvaha a organizační statečnost	139
Závěr	146

Příloha č. 1: „Produktivita strachu a organizační statečnost“	149
Příloha č. 2: Emocionální reakce mohou škodit nebo pomáhat	151
Příloha č. 3: 45 ubližujících, poškozujících a nactiutřačných postupů a forem chování, které lze dle prof. Leymanna považovat za tzv. mobbing (objevují-li se nejméně 1x v týdnu po dobu minimálně 6 měsíců)	152
Příloha č. 4: Patříte k obětem mobbingu na pracovišti? (dle Klause Biedermanna, Dr. phil.)	155
Příloha č. 5	157
A. Komunikace v časech konfliktu či krize	157
B. Komunikace v časech konfliktu či krize	158
Příloha č. 6	160
Příklad první: Partnerské chování na pracovišti	160
Příklad druhý: Sartorius – Podnikové ujednání ke zlepšení informační a podnikové kultury jako i partnerského chování na pracovišti	163
Příloha č. 7: Kontrolní seznam vedoucího	167
Příloha č. 8: Styl vedení a zpětná vazba	169
Příloha č. 9: Základní hodnoty firmy XY	171
Příloha č. 10: Několik doplňujících informací o činnosti a možnostech spolupráce	174
Příloha č. 11: Mobbing a bossing v pohledu uplatňování některých právních norem ČR	176
Rejstřík	178
Další informace	180
Slovo o autorovi	181