

I Spis treści

Wstęp	VII
-------------	-----

Część I

Słowo wstępne	3
---------------------	---

Rozdział I. Stres zawodowy — grunt do rozwoju mobbingu

Ludzkie potrzeby a stres zawodowy	7
Czynniki wywołujące stres zawodowy	10
Treść pracy	10
Warunki pracy	15
Warunki zatrudnienia	15
Relacje społeczne w pracy	16
Zdrowotne następstwa doznawanego stresu	18

Rozdział II. Sposoby komunikacji interpersonalnej a typy zachowań ..

Styl bierny	26
Styl bierno-agresywny	27
Styl agresywny	29
Styl asertywny	30
Komunikaty niewerbalne przekazywane w rozmowie	32
Przestrzeń otaczająca człowieka	34

Rozdział III. Kontrolowanie emocji podczas rozmowy

Metoda powtórzeń	41
Trzymanie się faktów	41
Uświadamianie sobie własnych emocji	43
Projekcja lęków	44
Empatia	45
Relaksacja oddechowa	47

Rozdział IV. Zachowanie wobec czynnego lub biernego ataku ze strony przełożonego	49
Zachowanie agresywne	49
Zachowanie bierne	53
Zachowanie bierno-agresywne	54
Rozdział V. Na czym polega zjawisko mobbingu?	59
Kto staje się prześladowcą?	65
Kto może być ofiarą?	67
Rozdział VI. Jakie koszty ponosi organizacja?	70
Aneks	74
Piśmiennictwo	75

Część II

Rozdział VII. Wprowadzenie w prawną problematykę mobbingu	79
Rozdział VIII. Rozwiązania szczegółowe — mobbing, naruszenie dóbr osobistych, dyskryminacja ze strony podmiotu zatrudniającego	84
Czas pracy	85
Mobbing oraz zakaz dyskryminacji	90
Ochrona dóbr osobistych pracownika na tle regulacji kodeksu cywilnego	96
Podsumowanie stanu faktycznego	100
Rozdział IX. Mobbing ze strony współpracowników	106
Relacja pracodawca — mobber	107
Relacja: pracodawca — mobbingowany	125
Relacja: mobbingowany — mobber	127
Rozdział X. Postępowanie przed sądem pracy	128
Rozdział XI. Mobbing w prawie karnym oraz w prawie wykroczeń	134
Piśmiennictwo	139
Wykaz skrótów	141