

Zit je collega in een ongemakkelijke situatie waarbij grenzen worden overschreden? Help elkaar.

- 1 Als een collega zich in een vervelende situatie bevindt en dit zelf (nog) niet helemaal door heeft. Schiet hem of haar te hulp door je in het gesprek te mengen: "Gaat alles goed hier? Kan ik helpen?"
- 2 Bespreek samen het voorval en respecteer elkaars grenzen. Daar bedoelen we mee: wat de een als onprettig ervaart, is voor de ander geen probleem. Wees een luisterend oor.
- 3 Is jou iets vervelends overkomen? Informeer je manager en bespreek het voorval in het teamoverleg
- 4 Indien nodig: maak met je collega of je manager een melding.
- 5 Bespreek het voorval in de gedragsvisite



Lees en leer meer over hoe om te gaan met ongepast gedrag

- Gebruik het organisatie document/protocol 'grensoverschrijdend gedrag'
- Is dit alles niet voldoende, of vind je geen steun? Neem contact op met de vertrouwenspersoon van jouw organisatie
- Idee: organiseer een moreel beraad

Zoek hulp bij een collega die je vertrouwt, en weet dat je er niet alleen voor staat: er is ook veel (gratis) informatie beschikbaar over ongewenst gedrag op het internet, bijvoorbeeld:

www.free-learning.nl (en zoek op 'agressie')

Ontwikkeld door UNO Amsterdam. Ga voor meer informatie naar www.unoamsterdam.nl



Eerste hulp bij ongepaste vragen, opmerkingen of verzoeken

"Kom je lekker naast me liggen?"

"Met jou wil ik wel een beschuitje eten..."



"Door jou wil ik niet geholpen worden!"

Tips voor de dagelijkse praktijk

Iemand gaat lichamelijk over je grens

Wat gebeurt er?

Iemand gaat lichamelijk over je grens en je wilt hier iets van zeggen.

 Geef je grens duidelijk aan en zeg:

"Wat u nu doet is niet ok.
Als u stopt met dan help ik u verder."

Of zeg: "Ik kan u alleen helpen als
u uw handen thuishoudt."

Of maak er een grap van: "Uw handen zitten op
de verkeerde plek, u mag ze fijn bij uzelf houden."

Of probeer af te leiden met iets wat hem/haar
interesseert: "Wanneer komt uw dochter weer?"

Of "Wanneer mag u weer schilderen?"

Of je opent een gesprek naar intimiteit:

"Mist u uw vrouw zo erg dat u nu
uw liefde aan mij verklaart?"

Stopt het gedrag niet? Ga naar 'het rode' kader. >

Iemand kwetst jou

Wat gebeurt er?

Iemand beledigt of kwetst jou en je wilt hier iets van zeggen.

 Geef je grens duidelijk aan en zeg:

"Hoe u tegen mij praat is niet ok. Als u hiermee stopt,
dan kunnen we verder gaan."

Of zeg: "Dat klinkt niet erg aardig, zullen
we even opnieuw beginnen?"

Stopt het gedrag niet? Ga naar 'het rode' kader. >



Je kan en wilt niet verder

Wat gebeurt er?

Iemand gaat lichamelijk over je grens of kwetst jou en je voelt dat je niet verder kunt in het contact met deze persoon.

 Loop niet zomaar weg.
Dit zou je kunnen zeggen:

"Als u dit doet kunnen we niet verder.
Ik ga even weg. Eén van ons komt over 10
minuten terug. Dan lukt het vast beter."

Realiseer je dat jij als professional vaak moet
vertellen hoe het wél goed kan gaan, bijvoorbeeld:

**"U houdt nu het bedhek vast zodat ik u goed
kan helpen."**

