



## „Godność ma swoje imię”

2026-02-05

**29 stycznia obchodziliśmy Światowy Dzień Walki z Mobbingiem. Był to dzień solidarności z osobami doświadczającymi przemocy w środowisku pracy oraz wyraźnego sprzeciwu wobec jej bagatelizowania i przemilczania. Tego dnia wystartowała trzecia odsłona ogólnopolskiej kampanii „Godność ma swoje imię”.**

Mobbing, czyli przemoc w środowisku pracy, jest jednym z najpoważniejszych i wciąż niedostatecznie rozpoznanych problemów społecznych w Polsce. To długotrwałe, uporczywe działania wymierzone w pracownika, które prowadzą do degradacji zawodowej, izolacji, poważnych konsekwencji zdrowia psychicznego i fizycznego, a w skrajnych przypadkach – do całkowitego wykluczenia z rynku pracy. Pomimo obowiązujących przepisów prawa osoby doświadczające mobbingu często pozostają bez realnej, szybkiej i skutecznej pomocy, a skala zjawiska wciąż nie znajduje adekwatnego odzwierciedlenia w systemowych rozwiązaniach państwa.

Hasło tegorocznej edycji kampanii podkreśla konieczność nazywania zjawiska mobbingu zgodnie z jego rzeczywistym charakterem. Przemoc psychiczna w miejscu pracy nie jest konfliktem ani nieporozumieniem – jest formą przemocy niosącą poważne konsekwencje zdrowotne, społeczne i ekonomiczne.

29 stycznia w samo południe odbyła się premiera nowego spotu kampanii społecznej:

29 stycznia Dobra Fundacja wznowiła dyżury zespołu interwencyjnego. Osoby doświadczające mobbingu mogą zgłaszać się po wsparcie poprzez formularz na stronie [godnoscmaswojeimie.pl](https://godnoscmaswojeimie.pl).

Dobra Fundacja nie ustaje w staraniach o pozyskanie finansowania na uruchomienie i prowadzenie ogólnopolskiego telefonu zaufania dla osób doświadczających mobbingu.

W lutym rozpocznie prace zespół legislacyjny powołany przez fundację, który zajmie się przygotowaniem projektu ustawy wprowadzającej mobbing jako odrębne przestępstwo do Kodeksu Karnego. Punktem odniesienia dla tych prac są rozwiązania funkcjonujące m.in. we Francji, gdzie mobbing został jednoznacznie uznany za przestępstwo prawa karnego, zagrożone karą grzywny oraz karą pozbawienia wolności. W Polsce mobbing pozostaje obecnie wyłącznie kategorią prawa pracy, co znacząco ogranicza skuteczność ochrony osób doświadczających przemocy w środowisku pracy, a jego sprawcy pozostają bezkarni.

W obchody Światowego Dnia Walki z Mobbingiem włączyły się miasta: Wrocław, Kraków, Katowice, Gdańsk, Rzeszów, Białystok, Gorzów Wielkopolski, Szczecin i Kielce.

## Mobbing w liczbach

- **93 proc.** pracowników zetknęło się z zachowaniami, które mogą być określone jako mobbing –



- najczęściej były to: krytyka wykonywanej pracy, przerywanie, ograniczenie lub niedawanie możliwości wypowiedzi, rozsiewanie plotek, przemoc słowna oraz lekceważenie
- **45 proc.** osób doświadczających takich zachowań przyznaje, że spotyka się z nimi regularnie, nawet raz w tygodniu
  - **90 proc.** osób, które doświadczyły mobbingu, zgłosiło pogorszenie zdrowia psychicznego, a **75 proc.** – fizycznego
  - Ponad **70 proc.** osób mobbingowanych wskazuje, że ich wydajność w pracy znacznie spadła, a **43 proc.** musiało skorzystać z urlopu zdrowotnego, aby poradzić sobie z sytuacją
  - Niemal połowa respondentów stwierdza, że doświadczenia z mobbingiem skłoniły ich do zmiany pracy. Kolejne **35 proc.** zadeklarowało, że w związku z takimi doświadczeniami poszukuje nowego zatrudnienia
  - **40 proc.** respondentów przyznaje, że w ich miejscu pracy brakuje jasno określonych zasad dotyczących przeciwdziałania mobbingowi, co stanowi istotny problem
  - Prawie **70 proc.** badanych podkreśla, że wprowadzenie skutecznych systemów zgłaszania takich incydentów jest niezbędne do stworzenia zdrowej i bezpiecznej atmosfery w firmie

Badanie zostało przeprowadzone metodą CAWI na próbie 713 respondentów w dniach 28 lutego – 17 marca 2024 r. Źródło: [Raport „Mobbing w środowisku pracy” – Dobra Fundacja i Antal 2024](#)

---

**Dobra Fundacja** to ogólnopolska organizacja ekspercka, która od 2023 roku koncentruje się na przeciwdziałaniu mobbingowi - przemocy w środowisku pracy. Fundacja łączy działania edukacyjne, systemowe i interwencyjne, współpracując z uznanymi ekspertami prawa pracy, psychologii i HR. Od stycznia 2024 r. realizuje ogólnopolską kampanię społeczną „Godność ma swoje imię”, była współorganizatorem debaty w Sejmie RP pod hasłem „Mobbing to przemoc”, w roku 2025 roku zorganizowała konferencję „Razem przeciw mobbingowi”, realizuje też projekty edukacyjne dla pracowników i pracodawców, a także przygotowała propozycje zmian legislacyjnych Kodeksie Pracy. Dobra Fundacja prowadzi również działania medialne i informacyjne o szerokim zasięgu oraz inicjuje współpracę firm w ramach Koalicji Firm – Razem Przeciw Mobbingowi.

**Ogólnopolskie Stowarzyszenie Antymobbingowe OSA** z siedzibą w Gdańsku to organizacja pozarządowa od ponad 20 lat zaangażowana w przeciwdziałanie mobbingowi. Stowarzyszenie prowadzi działalność pomocową, edukacyjną i ekspercką, oferując wsparcie osobom doświadczającym przemocy, a także działania szkoleniowe i doradcze dla pracowników, pracodawców oraz instytucji publicznych. OSA aktywnie uczestniczy w debacie publicznej na temat standardów ochrony godności w pracy, współpracuje z mediami oraz środowiskami eksperckimi, konsekwentnie zabierając głos na rzecz skutecznych i realnych mechanizmów przeciwdziałania mobbingowi.