

Tamara moet het opnemen tegen haar treiterende collega's



'MIJ KRIJGEN
ZE NIET MEER
klein'

Tamara (32) werkt in een kraam op de markt met collega's die haar al jarenlang met grote regelmaat uitschelden, afsnauwen, negeren, uitlachen, vernederen... Maar van een onzeker en zwaarmoedig meisje veranderde ze langzaam in een strijdbare vrouw. Met dank aan haar collega's!

Tekst: **Renée Lamboo-Kooij** Foto: **iStock**

C

Op mijn eerste dag voelde ik het al. Die misselijke sfeer. Zoals wanneer je een kamer binnenkomt waar mensen net knallende ruzie hebben gehad. Ik voelde meteen: hier is iets mis. Het personeel snauwde naar elkaar en er werd regelmatig op elkaar gescholden. Je hoefde maar een klein dingetje fout te doen en je was een dom wicht, of een stomme koe. Het stond me tegen, maar het was geen reden voor mij om er niet te gaan werken. Mijn vriend werkte ook in de viskraam en ze zochten mensen. Ik had het geld nodig en het was toch maar tijdelijk, tot ik wist wat ik wilde met mijn leven. Het was niet mijn droombaan, maar het verdiende een stuk beter dan in een winkel. In mijn eerste weken werd me goed duidelijk gemaakt dat ik de nieuwe was. Iedereen deed zijn best me op mijn plek te zetten. Wanneer ik haring stond te

snijden en aan een collega vroeg nieuwe voor me te pakken uit de koeling, snauwde ze dat ik dat lekker zelf moest doen. Dan moest ik alles uit de kast halen om haar toch zover te krijgen. Ik zei dan dat we elkaar toch moesten helpen, dat het toch ook anders kon. En dan ging ze toch, maar wel met een gezicht. De vis smet ze uiteindelijk naast me neer. Geen dank je wel, geen alsjeblieft. Niets hartelijks. Soms vertelde ik iets, over mijn weekend of wat ik in de krant had gelezen... gewoon om het een beetje gezellig te maken. Maar er kwam amper reactie of ik werd voor gek gezet, tot ik het maar opgaf. Thuis klaagde ik bij mijn vriend. Was dit normaal? Stelde ik me aan? Hij werkte al jaren in de kraam en kende niet anders. Hij lachte en haalde zijn schouders op, wanneer ik weer eens klaagde. "Zo zijn ►

'ZE GOOIDEN LEVENDE KRABBEN IN HET afwaswater'

ze nu eenmaal”, zei hij dan, waarna hij weer verder tv keek. Misschien kwam dat ook wel door het gezin waar hij uit kwam. Zijn vader stond ook jarenlang op de markt en was net zo. Veel schelden, treiteren, drammen als hij zijn zin niet kreeg. Mijn vriend kende inderdaad niet anders. Bij mij thuis werd ook weinig rekening gehouden met gevoelens en toch dacht ik: het kan toch ook op een andere manier? Doordat iedereen in mijn omgeving het normaal vond, begon ik aan mezelf te twijfelen. Misschien moest ik me inderdaad niet aanstellen en hoorde dit er gewoon bij?

ONVEILIG

Ik was 23 toen mijn relatie stukliep. We hadden te vaak ruzie. Eigenlijk gingen we vrij harmonieus uit elkaar, dus konden we best allebei in de kraam blijven werken, vond hij. “Ik kan privé en werk prima scheiden”, zei hij nog. Ik geloofde hem en was blij. Dat betekende dat ik alleen in ons huis kon blijven wonen. Ik had het geld dat ik op de markt verdiende hard nodig voor de hypotheek, die ik nu in mijn uppie moest ophoesten. Dus stond ik de dag na onze breuk gewoon weer naast hem te werken. Ik vond het niet zo erg, was eigenlijk wel trots op mezelf. Kijk hoe volwassen we dit aanpakken? Al heel snel zag ik ook niet meer mijn ex in hem, maar was hij gewoon een van mijn collega's. Mijn

liefde voor hem was in de maanden ervoor al langzamerhand verdwenen, dus veel hartzeer had ik niet. In het begin voelde ik me zelfs ontzettend bevrijd. Ik kon weer doen waar ik zelf zin in had, wanneer, waar en met wie ik wilde. Alleen thuis zijn, daar genoot ik nog wel het meeste van. De stilte en de rust. Doordat ik opeens ruimte had om na te denken, kwam er na een tijdje veel onverwerkt verdriet bij mij naar boven. Niet eens specifiek om mijn ex, maar verdriet omdat ik al mijn hele leven had moeten vechten om mezelf te mogen zijn. Bij mijn ouders, bij mijn ex, op mijn werk... Er ging een beerput open en al mijn vermoedheid en alle tranen kwamen eruit. De sfeer op het werk hielp niet. Al zes jaar lang stond ik bijna elke dag urenlang op een plek waar ik me niet fijn voelde. Dat gaf zoveel stress en ik werd depressief. Ik heb er geen dag minder om gewerkt, want ik vond dat niemand eronder mocht leiden, zo ben ik nu eenmaal. Maar tijdens het haring schoonmaken dacht ik zoveel na. Over hoe mijn leven was geweest en wat ik anders wilde. Ik had de behoefte om mijn harnas eens uit te doen. Mezelf kunnen zijn, zonder de angst om gekwetst te worden. Maar ik voelde me niet veilig genoeg, zeker niet op mijn werk. Het was een donkere periode voor mij. Veel huilen, veel praten met goe-

de vrienden. Mijn collega's merkten wel dat er iets was, al vroeg niemand er naar. Ook ik zweeg en werkte stug door. Blick op oneindig en geld verdienen. Maar in de auto naar huis dacht ik wel eens: wat als ik mezelf nu dood rijd? Hoe erg is dat? Dan ben ik wel van alle spanning en alle stress af.

BAZIN

Praten was het enige dat hielp. Ik ging niet naar een psychiater of psycholoog, want ik wilde geen pillen. Ik wist waar mijn depressieve gevoelens vandaan kwamen; van een leven lang niet mezelf mogen en kunnen zijn. Als ik dat veranderde, dan zou ik weer gelukkig zijn. Urenlang praatte ik met de paar goede vrienden die ik had. Over alles wat me verdriet had gedaan in mijn leven. Na een paar maanden bereikte ik een omslagpunt. Ik was niet meer alleen aan het afbreken, maar bouwde weer op. Heel langzaam krabbelde ik op. Ik maakte nieuwe vrienden, die me leerden dat je ook anders kunt leven. Positief en liefdevol. Privé voelde ik me steeds beter. Op het werk werd het daarentegen alleen maar erger. Tijdens het opruimen werd ik vaak natgespoten met de slang. Een geintje, zeiden ze, daar kon ik toch wel om lachen? Maar ik voelde me zo vernederd. Toen ik een collega vroeg mijn haar uit mijn gezicht te vegen, omdat ik vieze handen had, trok ze een hele pluk uit mijn hoofd. De tranen sprongen in mijn ogen van de pijn. Ik draaide me woest om en keek midden in haar verbolgen gezicht. ‘Wat?’ vroeg ze, alsof ze geen idee had wat er aan de hand was. Natuurlijk stapte ik naar mijn bazin, voor de zoveelste keer. Dat deed ik steeds als het té erg werd. Ik vond het niet moeilijk om haar aan te spreken. Zelfs niet de eerste keer dat ik het deed, toen ik er pas een paar weken werkte. Ze gaf me altijd het gevoel dat ik welkom was om te praten. Dat ze het begreep en alles deed om me te helpen. Ze was

ook een vrouw, kende de marktwereld en haar personeel goed. Wanneer ik om hulp vroeg, sprak ze alle collega's aan op hun gedrag. Dan was het een paar weken rustig en kon ik weer wat opladen. Maar altijd begon het daarna weer. Ik denk dat ik wel vijftig keer bij haar ben geweest gedurende de jaren. Altijd op momenten dat ik het echt niet meer aankon. Ze probeerde iedereen tevreden te houden. Mij, maar ook mijn collega's die minstens zo belangrijk voor haar bedrijf waren. Ik begreep haar spagaat.

BREEKPUNT

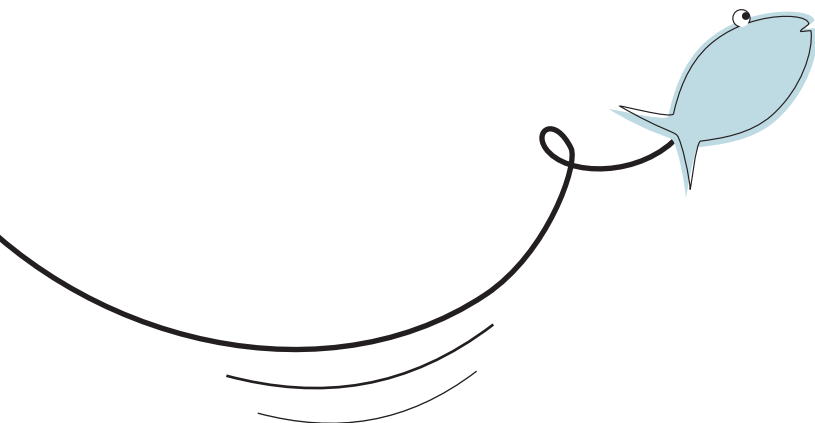
Op een dag begreep ik het. Waarom ik altijd het pisaaltje was. Ze wilden me klein houden. Ze waren jaloers. Ik las veel boeken en volgde opleidingen om mezelf te ontwikkelen. NLP bijvoorbeeld, een methode voor training en communicatieverbetering, ik wilde uiteindelijk een eigen coachingsbureau beginnen. Ik veranderde. Ik kreeg meer inzicht in mijn eigen gedrag en dat van anderen en kon steeds beter met hun pesterige gedrag omgaan. Ergens haalde ik weer de moed vandaan om te dromen van een mooie toekomst. Des te meer ik me ontwikkelde, des te erger hun pesterijen werden. Wanneer ik vrij vroeg omdat ik een cursus had, lachten mijn collega's me uit. “Dat wordt toch niets”, zeiden ze dan. “Daar ben je te dom voor.” Wanneer ik tijdens de lunch rauwkost at, omdat ik af wilde vallen, maakten ze dat belachelijk. “Kijk haar nou met haar konijnenvoer!” Wijzen en lachen. Ze gooiden levende krabben, die tussen de vis zaten, in het afwaswater. Zodat ik me rot schrok wanneer ik de vaat deed. En een keer gaf een van mijn collega's mijn telefoonnummer aan een klant, die een oogje op me had. Ik moest de klant toen uitleggen dat ik helemaal niet op stap wilde met hem. Ik schaamde me dood. Maar ik kon het allemaal aan, tot het echt persoonlijk werd. Mijn vader belde op een dag om te zeggen

dat mijn moeder met hartfalen in het ziekenhuis lag. Ik barstte midden op de markt in tranen uit. Ik stond zo te trillen, dat ik amper mijn telefoon vast kon houden. Mijn collega's vroegen wat er was, maar niemand zei dat ik naar haar toe mocht. Dus ging ik pas na werktijd. De volgende dag zei iemand daar wat van. “Waarom geef je haar niet vrij zodat ze naar haar moeder toe kan?” Er kwam amper een reactie. Het was een breekpunt voor mij. Dit was meer dan een beetje pesten. Ze zagen mijn verdriet toch? Ik had al die tijd begrip op kunnen brengen voor hun gedrag, hoe achterlijk ook. Het is hun achtergrond, ze weten niet beter. Maar dit was toch niet menselijk. Waren ze echt van steen?

INZICHT

Mensen vroegen me vaak: wat doe je daar nog? Een simpele vraag met een ingewikkeld antwoord. Ik solliciteerde me suf, mocht vaak op gesprek komen, maar werd steeds tweede of derde. Omdat een ander meer ervaring of opleiding had. Of omdat ik te veel salaris vroeg. Ik had een eigen huis en kon het me niet veroorloven om er financieel op achteruit te gaan. Ik verdiende in de kraam 1200 euro netto voor 30 uur, de rest van de uren gebruikte ik om mijn eigen bedrijf verder op te zetten, waar ook inkomsten uit

kwamen. In een winkel zou ik voor datzelfde bedrag 40 uur moeten werken, als ik dat al haalde. Dan kon ik mijn bedrijf opgeven. Geld... natuurlijk, het is allemaal zo weinig belangrijk. Maar ik weigerde mijn enige bezit, mijn huis, te laten afpakken door mijn collega's. Of mijn toekomst: mijn bedrijf, mijn *way out*. Dat gunde ik ze niet. En dus zat ik klem. Natuurlijk was het ook angst. Ik zat op een rotplek, maar had wel zekerheid. Als ik weg zou gaan, wat zou dat me brengen? Misschien een contract van een halfjaar en dan weer op straat? Soms, na een slechte dag, overwoog ik toch om weg te gaan. Gewoon opzeggen en mijn spullen pakken. Maar dan hadden ze me klein gekregen. Dan kregen zij hun zin en dat verdienden ze niet. Ik blijf, voor mezelf en voor mijn bazin, die me nodig heeft. Ze zei tijdens een van onze gesprekken eens dat ik door mijn manier van reageren juist nog meer pesterijen uitlokte. Ik was te heftig, te emotioneel. Ik vond het te kinderachtig voor woorden dat die basisschoolwetten kennelijk ook in een volwassen bedrijf opgaan, maar ze had gelijk. Dus reageerde ik niet meer op hun opmerkingen, maar lachte erom. Dan is de lol er snel vanaf. Ik maakte geen opmerking meer terug, al lagen de nare woorden soms op het puntje van mijn tong. De strijd werd minder, al ►



'IK BEN NU ZO STERK ALS EEN *tijger!*'

werd er achter mijn rug waarschijnlijk nog volop over me gepraat. Het maakte me niet meer uit. Ik had niets met die mensen, ik hechtte geen waarde meer aan hun mening. Ik werkte mijn uren, deed mijn best, hielp overal aan mee, maar dat was het. Ik zag mijn werk als een zakelijke overeenkomst met mijn werkgever. Zij betaalde me en ik werkte in ruil daarvoor heel hard.

Deze houding hielp me om wat afstand te nemen. Voor mijn collega's moest die omslag zichtbaar zijn geweest. Alsof er een luik naar beneden was gegaan. Geen persoonlijke verhalen meer, geen lach en geen traan. Pas wanneer het echt te ver ging, trok ik mijn mond open. Feitelijke, zakelijke. Dat ik respect eiste, klaar. Zo kenden ze me niet.

BEDANKT

Mijn ex die nog altijd mijn collega was, zat me op een dag weer eens zo op de huid. Toen ik wat fout deed, zuchtte hij alsof mijn werk één grote aaneenschakeling was van vergissingen. Hij zei toen iets wat ik nooit meer vergeet. Hij zei dat het voor iedereen beter was geweest als ik destijds toen ik depressief was, wél het stuur had omgegooid en mezelf dood had gereden. Wat ik vast had, kletterde uit mijn handen op de grond. Ik keek hem aan en vroeg of hij dat meende. Hij zweeg. "Als je dit meent, ben je ziek, heel ziek", fluisterde ik. Ik wilde niet iedereen mee laten genieten. Ik hielp nog een paar klanten, terwijl het in mijn hoofd bleef malen. Ik moet weg, ik moet weg, dacht ik.

Ik draaide me naar mijn collega toe en zei dat hij vervanging voor me moest zoeken, omdat ik naar huis ging. Ik was al zo vaak over mijn grens gegaan, op dat moment was het genoeg. Hij zei nee, maar ik bleef bij mijn standpunt en uiteindelijk kon ik gaan. Mijn moeder haalde me op de markt op, want mijn auto stond nog op de zaak. Ik stapte bij haar in, sloeg de deur dicht en vertelde wat er gebeurd was. Ze snapte het niet, ze lachte er zelfs een beetje om. Pissnijdig stapte ik thuis uit de auto en belde een vriendin, die gelukkig wel naar me luisterde en me begreep. Dit kon echt niet. Het lag niet aan mij. Terwijl ik verder vertelde, voelde ik mezelf strijdbaar worden. Ik voelde een soort vuur in mijn hart. Dit pik ik niet langer meer. Thuis belde ik mijn rechtsbijstandsverzekeraar om te vragen waar ik recht op had. Ik legde op hun verzoek die middag een dossier aan van alle voorvallen. Als een gek zat ik te tikken op mijn laptop. Alles kwam terug. En toch ging ik de volgende dag, na een gesprek met mijn bazin, weer werken. Achteraf geloof ik het zelf niet eens. Ik deed het voor mijn bazin, die kanker had en chemotherapie kreeg. Ik wilde haar niet belasten met dit soort gedoe en de zorg om nieuw personeel. Ik wilde de sterkere zijn. Voor haar ging ik terug. Ik werk er nog steeds. Het dossier dat ik ooit op verzoek van de rechtsbijstandsverzekeraar maakte, ligt thuis in een la. Ik hoop het niet meer nodig te hebben. Mijn eigen bedrijf begint goed te lopen, bijna zo goed dat ik daarvan kan

leven. Zodra ik dat punt heb bereikt, zeg ik mijn baan in de viskraam op. Aan de ene kant voelt het alsof ik jaren van mijn leven heb weggegooid. Ik had zoveel kunnen lachen, zoveel leuke mensen kunnen ontmoeten. Aan de andere kant ben ik al mijn collega's dankbaar. Dankzij hen ben ik nu zo weerbaar als een tijger. Ik heb mijn eigen bedrijf, ben 25 kilo afgevallen en zelfs gevraagd voor modellenwerk. Maar vooral heb ik ontdekt dat je leven zoveel leuker is wanneer je lief kunt hebben. Daar wordt je hart licht van, niet zo zwart als dat van hen. Binnen afzienbare tijd zeg ik mijn contract op. Dag collega's, succes met jullie levens! En bedankt, voor alles wat jullie niet voor me gedaan hebben en voor wat ik daardoor heb geleerd. ■

NIET ALLEEN TAMARA WORDT GEPEST...

In 2014 werd zo'n 8% van de Nederlandse werknemers gepest op het werk. Dat is ongeveer 1 op de 13. Van deze groep geeft 1,2% aan - omgerekend zo'n 80.000 werknemers - vaak of zeer vaak te zijn gepest. In totaal zegt 2,1 miljoen Nederlanders 'ooit' te zijn gepest op de werkvloer. We hebben het dan over vijandig gedrag, zoals isoleren, intimideren, uitschelden of belachelijk maken. Ook worden er zinloze taken

gegeven, belangrijke informatie achtergehouden en nooit koffie voor die bewuste collega meegenomen. Dat is niet alleen vervelend voor de mensen in loondienst, maar ook voor de baas. Het pesten zorgt naar schatting voor 4 miljoen extra verzuimdagen jaarlijks. Dat betekent 900 miljoen euro aan loondoorbetaling voor de werkgevers, zo rekende het TNO uit.

Bron: Nationale Enquête Arbeidsomstandigheden uitgevoerd door TNO en het CBS