

Magyar > Munka és pénzügyek > Foglalkozás > **Munkahelyi problémák**

## Munkahelyi problémák

### Külföldi országban dolgozni kihívást jelent.

Kellemetlen helyzetek, problémák vagy konfliktusok merülhetnek fel a munkahelyen. Ennek eredményeként pszichológiai nyomást tapasztalhat, sőt megbetegedhet.

A munkahelyi viták, a zaklatás, a szexuális zaklatás vagy a dízskrimináció nem rendben vannak. Tened kellene valamit ellene.

Mindezekben az esetekben vannak szakemberek, akik segíthetnek Önnek.

### Munkahelyi konfliktusok








A munkahelyen gyakran előfordulnak konfliktusok. Ne várjon túl sokáig, hanem tegyen lépéseket, hogy megszabaduljon a problémától. Ilyen nehézségek például:

- Nézeteltérések a felettesével
- Problémák a fizetéssel kapcsolatban
- Személyes viselkedését a munkahelyen folyamatosan kritizálják
- Zaklatás a csapatban
- A felmondás érthetetlen

Amikor csak lehetséges, vegye fel a kapcsolatot közvetlen **feletteseivel** vagy a **HR-osztállyal**.

Ha a munkáltató nem veszi figyelembe kifogásait, forduljon tanácsadó központhoz.

Ha Ön **szakszervezeti tag**, felveheti velük a kapcsolatot. Támogatni fogja Önt a folyamat során. Az elérhetőségeket alább találja.

-  [St. Gallen kanton munkaviszonyokkal foglalkozó békéltető testülete](#)
-  [Ingyenes jogi tanácsadás a St. Galleni Ügyvédi Kamarától](#)
-  [Zepra tanácsadási és támogatási szolgáltatások - Pszichológiai segítség](#)
-  [Nőkkel és munkával foglalkozó információs központ](#)
-  [SBK - Jogi tanácsadás ápolói szakmák számára](#)
-  [Jogi tanácsadás a vendéglátóiparban](#)
-  [Nemek közötti egyenlőség](#)

### Tanácsadó központok, szakszervezetek és munkavállalói szövetségek

Ha Ön szakszervezeti tag, felveheti velük a kapcsolatot. Támogatják és tanácsot adnak Önnek a teljes folyamat során - gyakran még az anyanyelvén is.

## Unia szakszervezet

Az Unia Svájc legnagyobb szakszervezete. Ágazatokon átívelő, és az ipar, a kereskedelem, az építőipar és a magánszolgáltató szektor munkavállalóit szervezi. Az Unia működteti Svájc legnagyobb munkanélküli-biztosítási pénztárát is.

[Válaszok az Unia CLA szolgáltatásból](#)

## Syna szakszervezet

Szakszervezetként a Syna a kereskedelem, a szolgáltatás és az ipar legkülönbözőbb szakmaiban képviseli a munkavállalókat. A tanácsadók németül, franciául, olaszul, spanyolul, portugálul, horvátul és angolul beszélnek.

[Syna régió Kelet-Svájc](#)

## SGB Svájci Szakszervezeti Szövetség

20 szakszervezet egyesítette erőit a Svájci Szakszervezeti Szövetségben, és megalkotja a svájci munkavállalók érdekeinek legnagyobb emyőszervezetét.

[SGB témák](#)

## Travail.Suisse

A Travail.Suisse a munkavállalók független emyőszervezete, amelyhez 10 egyesület tartozik. Ezek az egyesületek 150 000 tagot képviselnek a magánszektor és a közszolgálat legkülönbözőbb ágazataiból, szektoraiból.

[Információk és tanácsadás](#)

## SBK Ápolási Szakmai Egyesület

Az **SBK** Svájci Ápolói Szakmai Szövetség a képzett ápolók és egészségügyi szakemberek reprezentatív szakmai szövetsége Svájcban. Mintegy 25 000 tagjával az egészségügyi szektor egyik legnagyobb szakmai szövetsége.

[SBK Munkajogi Tanácsadó Központ](#)

## Szindikám szakszervezet

A **Syndicom** a posta, a futár, az expressz, a csomagküldő piac (beleértve a logisztikát), a postai küldemények, a szállítás és az infrastruktúra, a távközlés, az informatika, a telefonos ügyfélszolgálatok, a távközlési ipar, a grafikai ipar és a csomagolás, a könyv- és médiakereskedelem, a sajtó és az elektronikus média, valamint a vizuális kommunikáció területén szervezi meg az alkalmazottakat .

[Ingyenes útmutató szindikátus](#)

## Hotel & Gasztro Egyesület

A vendéglátó-, szálloda- és sütőipari szakmai szervezet

[Hotel & Gasztro Egyesület](#)

---

## Megfélemlítés és szexuális zaklatás

Egy vagy több ember **szexuálisan zaklat**?

Vagy egy kolléga, egy csoport munkatárs vagy a felettese zaklatja? **A zaklatás** magában foglalja például:

- Sértéseket
- állandó kritika
- Fenyegetések
- Értelmetlen feladatok
- társadalmi kirekesztés
- és még sok más

Fontos , **hogy gyorsan cselekedjünk**, hogy a helyzet ne romoljon. Vegye fel a kapcsolatot a vállalatánál felelős személlyel vagy részleggel, például:

- Az Ön közvetlen felettese
- Az Ön HR-támogatása
- a személyzeti szolgálat
- a Személyzeti Bizottság
- egy bizalmi személy

Ha nem sikerül kielégítő megoldást találni, írásban tájékoztatnia kell munkáltatóját a helyzetről. Munkáltatója köteles segíteni Önnek.

Ha nem nyújt segítséget, forduljon a St. Galleni [Arbeitsinspektorat](#) (🔗 [A munkavállalók védelme érdekében a vállalatok munkaügyi törvényeit vizsgáló és végrehajtó hatóság](#)) :

#### Munkaügyi Felügyelőség

Gazdasági és Munkaügyi Hivatal  
Davidstrasse 35  
9001 St.Gallen

Telefon 058 229 35 40  
E-mail: [arbeitsinspektorat@sg.ch](mailto:arbeitsinspektorat@sg.ch)

---

## Diszkrimináció és rasszizmus

A munkahelyen különböző típusú diszkrimináció áldozatává válhat:

- nemi diszkrimináció
- faji megkülönböztetés
- Fogytékosságon alapuló hátrányos megkülönböztetés
- és még néhány

Ha a munkahelyén hátrányos megkülönböztetés éri, **kérheti munkáltatója** beavatkozását. Ellenkező esetben külső segítséget kaphat a tanácsadó központoktól.

Hozzáértő támogatást kap az ilyen esetekre szakosodott intézményektől:










- 🔗 [HEKS/EPER Rasszizmus és Diszkrimináció Elleni Tanácsadó Központ](#)
- 🔗 [Jogi védelem faji megkülönböztetés esetén](#)
- 🔗 [A fogyatékosokkal élők egyenlősége](#)

	<b>Portál álláskeresőknél: <a href="http://arbeit.swiss">arbeit.swiss</a></b>
	<b>Tanácsadás munkajogi kérdésekben</b>
	<b>GYIK a magánjogról</b> A Gazdasági Államtitkárság tájékoztatója



**Gyors tájékoztatás és tanácsadás (regisztráció nélkül)**  
Kapcsolattartási pontok keresése a közelben

## Munkahelyi mentális egészség brosrák

-  [Gesundheit am Arbeitsplatz](#)  DE  PDF, 709 kB
-  [Gesundheit am Arbeitsplatz für Führungskräfte](#)  DE  PDF, 957 kB
-  [Impulse für psychische Gesundheit am Arbeitsplatz](#)  DE  PDF, 1488 kB

## Kapcsolati helyek

Találja meg a megfelelő kapcsolattartó pontot, tanácsot vagy hatóságot az Ön közelében: [Kapcsolati helyek](#)

---

© 2025 Informationsplattform für Zugewanderte im Kanton St.Gallen