

- 22 Se fábula o inventa una supuesta enfermedad de la víctima.
- 23 Se imitan sus gestos, su postura, su voz y su talante con vistas a poder ridiculizarlos.
- 24 Se atacan sus creencias políticas o religiosas.
- 25 Se hace burla de su vida privada.
- 26 Se hace burla de sus orígenes o de su nacionalidad.
- 27 Se le obliga a realizar un trabajo humillante.
- 28 Se monitoriza, anota, registra y consigna de forma no equitativa el trabajo de la víctima en términos malintencionados.
- 29 Se cuestionan o contestan las decisiones tomadas por la víctima.
- 30 Se le injuria en términos obscenos o degradantes.
- 31 Se acosa sexualmente a la víctima con gestos o proposiciones.
- 32 No se asigna a la víctima trabajo ninguno.
- 33 Se le priva de cualquier ocupación, y se vela para que no pueda encontrar ninguna tarea por sí misma.
- 34 Se le asignan tareas totalmente inútiles o absurdas
- 35 Se le asignan tareas muy inferiores a su capacidad o competencias profesionales.
- 36 Se le asignan sin cesar tareas nuevas.
- 37 Se le hace ejecutar trabajos humillantes.
- 38 Se le asignan tareas que exigen una experiencia superior a sus competencias profesionales.
- 39 Se le obliga a realizar trabajos peligrosos o especialmente nocivos para la salud.
- 40 Se le amenaza físicamente.
- 41 Se agrede físicamente a la víctima, pero sin gravedad, a título de advertencia.
- 42 Se le agrede físicamente, pero sin contenerse.
- 43 Se le ocasionan voluntariamente gastos con intención de perjudicarla.
- 44 Se ocasionan desperfectos en su puesto de trabajo o en su domicilio.
- 45 Se agrede sexualmente a la víctima.

45 preguntas de Heinz Leymann



FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES



www.istas.ccoo.es

www.extremadura.ccoo.es

RIESGOS PSICOSOCIALES

una realidad in-VISIBLE

digamos que eres... **CONFLICTIVO**

eh! **TÚ, VE a por café...**

...como tú hay cola esperando entrar, **TÚ VERÁS...**

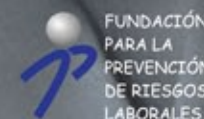
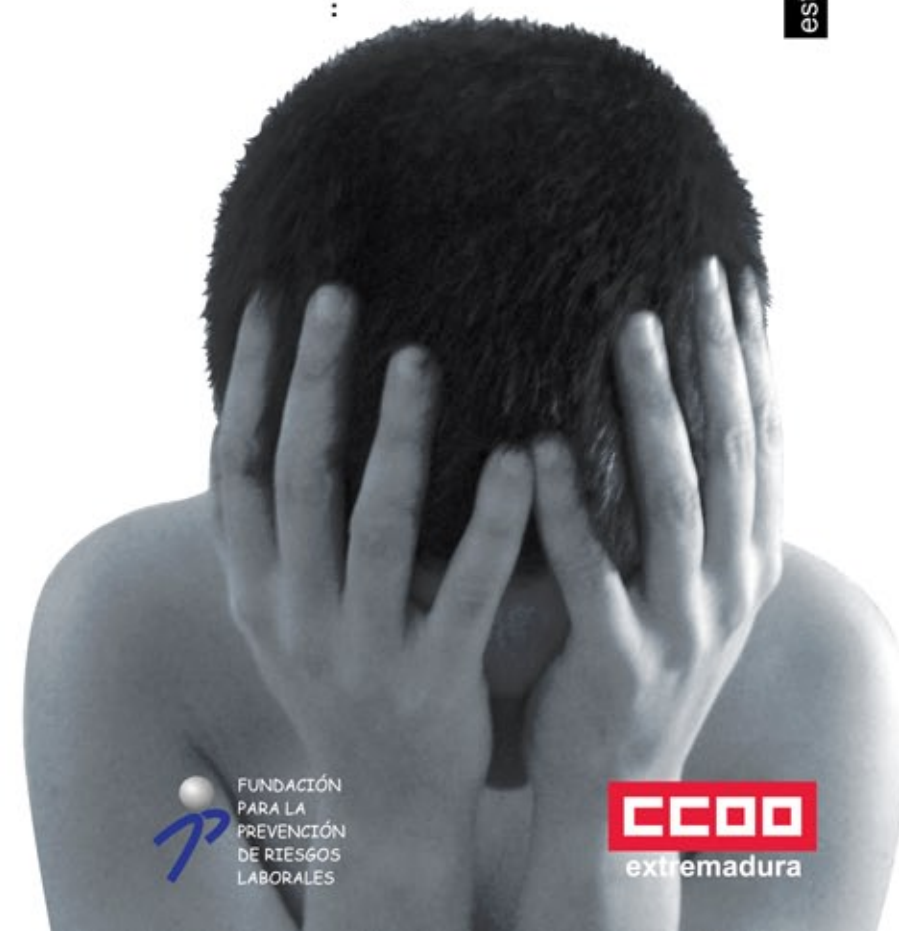
aquí no estamos para derrochar sino para trabajar **Y los TONTOS**
me salen muy caros

INÚTIL, recoge todo esto

pero, **¡QUIÉN COÑO** te ha dicho a ti que puedes hacer...

... no sé si me entiendes **CARIÑO**

esto era **PARA AYER...** y ya ves, **MAÑANA ES SÁBADO**



FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES



extremadura

ACOSO MORAL EN EL TRABAJO: MOBBING

Definición:

Se atribuye a **Heinz Leymann** la descripción de este fenómeno y su aplicación a la psicología laboral. En 1990 propuso esta definición en el marco de un Congreso sobre Higiene y Seguridad en el Trabajo.

"El mobbing o terror psicológico en el ámbito laboral consiste en la comunicación hostil y sin ética, dirigida de manera sistemática por uno o varios individuos contra otro, que es así arrastrado a una posición de indefensión y desvalimiento, y activamente mantenido en ella..."

Podemos hablar de acoso psicológico cuando:

- El hostigamiento se produce de forma continuada.
- Al menos durante seis meses, una vez por semana.
- Provoca en la "víctima" estados de ansiedad, estrés, depresión, daños en el aparato digestivo, alteración del sueño, pérdida de autoestima, irritación generalizada, entre otros síntomas. NTP:476 (insht)

NO es Acoso:

Estrés.

El estrés en el trabajo es un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo. Es un estado que se caracteriza por altos niveles de excitación y de angustia, con la frecuente sensación de no poder hacer frente a la situación.

Burnout.

Desgaste profesional que sufren los trabajadores de los servicios a personas (sanidad, enseñanza, administración pública, policía, servicios sociales, etc.), debido a unas condiciones de trabajo que exigen altas demandas sociales.

Conflictos personales. (Una guerra abierta).

Cada uno de los protagonistas de un conflicto profesional puede, teóricamente, defender su posición.

Maltrato de la dirección.

Conducta tiránica de algunos jefes que someten a sus asalariados a una presión terrible o les tratan con violencia, negándoles todo trato de respeto. Violencia a la vista de todos.

Perfiles:

ACOSADOR-ACOSADORA

Según el profesor IÑAKI PIÑUEL, de la Universidad de Alcalá de Henares.

- Personalidad psicopática, con alteración del sentido de la norma moral
- Ausencia del sentimiento de culpabilidad
- Si se le hace frente es cobarde
- Mentiroso compulsivo, con gran capacidad de improvisación
- Profesional mediocre, con complejo de inferioridad
- Necesita del secreto, la vergüenza de la víctima y los testigos mudos, ciegos y sordos
- MEDIOCRE INOPERANTE ACTIVO

VÍCTIMA DE ACOSO:

- Elevado nivel de ética
- Honradez, rectitud y alto sentido de la justicia
- Autónomo, independiente y con iniciativa
- Alta capacitación profesional
- Popular entre sus compañeros
- Alto sentido cooperativo para el trabajo en equipo
- Persona sensible y de personalidad estable

Consecuencias para la salud.

Los síntomas pueden ser muy diversos. El primer síntoma, suele ser la ansiedad: presencia de un miedo acentuado y continuo, de un sentimiento de amenaza.

Otros síntomas emocionales pueden ser: sentimientos de fracaso, impotencia, frustración, baja autoestima o apatía.

Trastornos físicos (dolores de espalda, molestias gastrointestinales, jaquecas, problemas cardiovasculares, etc.) **sociales** (susceptibilidad, hipersensibilidad a la crítica, hostilidad, inadaptación, ira, deseos de venganza, etc.), **laborales** (insatisfecho, con poco rendimiento, bajas prolongadas y/o intermitentes, inseguridad, incremento de la accidentabilidad...), **familiares, sexuales.**

¿Con quién debes ponerte en contacto?

- Con el **Delegado o Delegada de personal o Prevención**
- Con la **Federación/rama** de CC.OO. de Extremadura a la que pertenezcas
- Con el **Gabinete de Salud Laboral, Medioambiente y Drogodependencias** de CC.OO. de Extremadura:
Badajoz: 924 22 32 48/49
Cáceres: 927 22 72 79

45 preguntas de Heinz Leymann

- 01 El jefe o acosador no permite a la víctima la posibilidad de comunicarse.
- 02 Se interrumpe continuamente a la víctima cuando habla.
- 03 Los compañeros le impiden expresarse.
- 04 Los compañeros le gritan, le chillan e injurian en voz alta.
- 05 Se producen ataques verbales criticando trabajos realizados.
- 06 Se producen críticas hacia su vida privada.
- 07 Se aterroriza a la víctima con llamadas telefónicas.
- 08 Se le amenaza verbalmente.
- 09 Se le amenaza por escrito.
- 10 Se rechaza el contacto con la víctima (evitando el contacto visual, mediante gestos de rechazo, desdén o menosprecio, etc. ..)
- 11 Se ignora su presencia, por ejemplo dirigiéndose exclusivamente a terceros (como si no le vieran o no existiera).
- 12 No se habla nunca con la víctima.
- 13 No se le deja que se dirija a uno.
- 14 Se le asigna a un puesto de trabajo que le aísla de sus compañeros.
- 15 Se prohíbe a sus compañeros hablar con él.
- 16 Se niega la presencia física de la víctima.
- 17 Se maldice o se calumnia a la víctima.
- 18 Se hacen correr cotilleos y rumores orquestados por el acosador o el gang de acoso sobre la víctima.
- 19 Se ridiculiza a la víctima.
- 20 Se atribuye a la víctima ser una enferma mental.