

Assetjament laboral o *mobbing*

És un conjunt d'accions sistemàtiques, i que duren en el temps, destinades a danyar la integritat física o psicològica d'una o més persones. Hi ha situació d'abús de poder. Pretenen destruir la reputació i xarxes de comunicació, pertorbant l'exercici de les seves funcions i així desempallegar-se de la persona afectada. Passa tant a empreses privades com públiques.

Què no és assetjament en el treball?

Un fet col·lectiu de tipus organitzatiu, un acte singular, els conflictes entre dos interlocutors o més, per molt violents que siguin, sempre que passi en el mateix nivell. Però aquestes situacions, si es tornen abusives, poden convertir-se en el punt d'inici d'una situació d'assetjament.

Com es nota?

Pressions i crítiques injustes: fer que cometi errors, desacreditar-la professionalment.

Aïllament: fer-li el buit, aïllament físic, no se la deixa parlar, no se l'escolta...

Atemptats a la dignitat: desqualificacions i injúries personals, burlas, gestos de menyspreu...

Violència verbal, física o sexual: amenaces físiques, empentes, cops de porta, crits, trucades telefòniques, desperfectes a les seves propietats...

No hi ha cap retret clar: No existeixen o són banals. La víctima està atrapada i immobilitzada; no sap de què se l'acusa i es desestabilitza. No entén res, creu que tot és culpa seva i que està "perdent els papers".

Es pot caure malalt?

Sí, causa ansietat, depressió, mals de cap, i altres trastorns que poden afectar la seva salut. La víctima sol intentar evitar totes les situacions en què es dona el *mobbing*. Quan ja tot ha passat, queda la por que es repeteixi i molta inseguretat.

Què es pot fer?

El metge de capçalera pot enviar-li als serveis de Salut Mental i Salut Laboral, i cal informar els sindicats, advocats i associacions d'afectats.



Més informació:

Hirigoyen, Marie-France (2001). *L'assetjament moral a la feina. Distingir el cert del fals*. Ed. 62/Paidós.

Piñuel, Iñaki (2001). *Mobbing. Cómo sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo*. Ed. Sal Terrae

Piñuel, Iñaki (2003). *Mobbing. Manual de autoayuda. Claves para reconocer y superar el acoso moral en el trabajo*. Ed. Aguilar.

<http://www.xarxabcn.net/clam>
www.mobbing.nu

Associació CLAM: 630.370.086

Acoso laboral o *mobbing*

Es un conjunto de acciones sistemáticas, y que duran en el tiempo, destinadas a dañar la integridad física o psicológica de una o más personas. Hay una situación de abuso de poder. Pretenden destruir la reputación y redes de comunicación, perturbando el ejercicio de sus funciones y así deshacerse de la persona afectada. Pasa tanto en empresas privadas como públicas.

¿Qué no es acoso en el trabajo?

Un hecho colectivo de tipo organizativo, un acto singular, los conflictos entre dos interlocutores o más, por muy violentos que sean, siempre que ocurra en el mismo nivel. Pero estas situaciones, si se vuelven abusivas, pueden convertirse en el punto de inicio de una situación de acoso.

¿Cómo se nota?

Presiones y críticas injustas: hacer que cometa errores, desacreditarla profesionalmente.

Aislamiento: hacerle el vacío, aislamiento físico, no se la deja hablar, no se la escucha...

Atentados a la dignidad: descalificaciones e injurias personales, burlas, gestos de menosprecio...

Violencia verbal, física o sexual: amenazas físicas, empujones, portazos, gritos, llamadas telefónicas, desperfectos a sus propiedades...

No hay ningún reproche claro: No existen o son banales. La víctima está atrapada e inmovilizada; no sabe de qué se le acusa y se desestabiliza. No entiende nada, cree que todo es culpa suya y que está perdiendo los papeles.

¿Se puede caer enfermo?

Sí, causa ansiedad, depresión, dolores de cabeza, y otros trastornos que pueden afectar su salud.

La víctima suele intentar evitar todas las situaciones en que se da el *mobbing*. Cuando todo ha pasado, queda el miedo de que se repita y mucha inseguridad.

¿Qué se puede hacer?

El médico de cabecera puede enviarle a los servicios de Salud Mental y Salud Laboral, y se debe informar a los sindicatos, abogados y asociaciones de afectados.



Más información:

Hirigoyen, Marie-France (2001). *L'assetjament moral a la feina. Distingir el cert del fals*. Ed. 62/Paidós.

Piñuel, Iñaki (2001). *Mobbing. Cómo sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo*. Ed. Sal Terrae

Piñuel, Iñaki (2003). *Mobbing. Manual de autoayuda. Claves para reconocer y superar el acoso moral en el trabajo*. Ed. Aguilar.

<http://www.xarxabcn.net/clam>
www.mobbing.nu

Asociación CLAM: 630.370.086

Autores/as: J. Pradas Abat, S. Agruña Fernández [enfermeras] y Solè Mirabet [Psicóloga]

Coordinación: Vocalía de Comunicación de la CAMFiC

Ilustraciones: Verónica Monterde