

¿Qué puedes hacer ante el acoso laboral?

Si sufres esta situación o la detectas en otras personas hazla **VISIBLE**:

- ▶ Busca el apoyo de personas de tu confianza (familiares, amigos, compañeros de trabajo...).
- ▶ Comunícalo a la representación de los trabajadores y trabajadoras.
- ▶ Acude al Servicio de Prevención de la empresa y denuncia la situación.
- ▶ Solicita asesoramiento en el sindicato.
- ▶ Denúncialo ante la Autoridad Laboral competente: Dirección General de Trabajo y Salud Laboral e Inspección de Trabajo.

Todos los agentes implicados, tienen el deber y el compromiso de mantener la confidencialidad

Desde el Gabinete de Salud Laboral de CCOO Illes Balears te podemos ayudar a:

- ▶ Evaluar el problema.
- ▶ Proponer vías para la solución del conflicto.
- ▶ Formular posibles denuncias y reclamaciones.
- ▶ Contactar e intervenir en la empresa.

Marco legal del acoso

En nuestra legislación no se han regulado expresamente este tipo de situaciones.

La jurisprudencia compensa el vacío legal tratándolo como un atentado contra la dignidad y la intimidad de los trabajadores recogido en la Constitución española (Art. 10 y 14), así como en el Estatuto de los Trabajadores (Art. 4.2, 39.3, 41) y como incumplimiento de la protección de la salud recogido en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, que obliga a todas las empresas a identificar y evaluar los riesgos de origen psicosocial para aplicar, posteriormente, las medidas preventivas oportunas.



D.L. PM-985-2012



El acoso laboral es

Aquella situación en la que una persona ejerce una violencia psicológica extrema, sobre otra persona o personas en el lugar de trabajo con la finalidad de destruir las redes de comunicación de la víctima o víctimas y su reputación y perturbar el ejercicio de sus labores. Debe darse de forma repetida y recurrente (más de una vez por semana y durante un tiempo prolongado, más de seis meses).

Puedes identificarlo

- Si crean rumores y mentiras sobre tu trabajo o tu vida personal.
- Si te aíslan física y emocionalmente.
- Si se mofan de ti delante de otras personas.
- Si no te permiten expresarte, si te interrumpen constantemente.
- Si te insultan o gritan de forma habitual.
- Si de forma constante resaltan los errores que cometes.
- Si te obligan a realizar tareas degradantes por debajo de tu categoría profesional.
- Si te encomiendan sin cesar nuevas tareas.
- Si cuestionan de forma constante las decisiones que tomas.
- Si de forma sistemática te niegan información para la realización de tus tareas.
- Si ocultan las habilidades que tienes.
- Si dan a entender que tienes problemas psicológicos.

www.salutlaboral.es
salut.laboral@ib.ccoo.es

CCOO
comissions obreres
de les Illes Balears

Proyecto
IT-0192/2011,
con la financiación
de la Fundación para
la Prevención
de Riesgos Laborales

**FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES**

No es acoso

- ▶ Un conflicto o situación aislada y puntual.
- ▶ Un estilo de mando autoritario.
- ▶ Hacer un trabajo individual o aislado por las características de la actividad laboral.
- ▶ Los roces o tensiones que puedan surgir en el entorno laboral.
- ▶ La falta de organización del trabajo o la escasa comunicación.
- ▶ El aumento de carga de trabajo por circunstancias de la producción.



Tipos de acoso

- ▶ **Descendente:** Del jefe al subordinado.
- ▶ **Ascendente o vertical:** Del subordinado al jefe.
- ▶ **Entre iguales u horizontal:** De compañero a compañero.

Fases del acoso

- ▶ **Conflicto:** El desencadenante cuando surge por problemas interpersonales entre las partes. Dura poco tiempo.
- ▶ **Mobbing o estigmatización:** Comienzan los ataques por parte del acosador/es. La víctima lo interpreta como un malentendido e intenta aclararlo. Cada vez se siente más insegura y ansiosa.
- ▶ **Intervención:** Cuando la empresa tiene conocimiento de la situación de acoso. La actitud de la empresa puede ser:
 - Omisiva:* Niega el conflicto y decide no intervenir.
 - Positiva:* Interviene eficazmente para resolver el conflicto.
 - Negativa:* Ampara al acosador y criminaliza a la víctima.
- ▶ **Marginación:** El trabajador termina excluido y aislado. Normalmente abandona el trabajo.

Consecuencias

- ▶ **Físicas:** Migrañas, insomnio, trastornos alimenticios, tensión muscular crónica, problemas digestivos y cardiovasculares...
- ▶ **Emocionales:** Ansiedad, miedo, pérdida de autoestima, depresión, nerviosismo, irritabilidad, trastornos psiquiátricos severos, conductas suicidas...
- ▶ **Comportamentales:** Adicciones, conductas de aislamiento e incomunicación, deterioro de las relaciones afectivas...
- ▶ **Laborales:** Pérdida de competitividad, eficacia y calidad del personal, absentismo, siniestralidad laboral, disminución del rendimiento laboral, pérdida de empleo...
- ▶ **Familiares:** Deterioro de las relaciones, abandono o desplazamiento de las responsabilidades y compromisos familiares, separaciones...



Cómo prevenir el acoso desde la empresa

- ▶ **Aumentar** los niveles de participación del personal en el diseño de la organización del trabajo mejorando su poder de decisión.
- ▶ **Evitar y controlar** las posibles situaciones de estrés a través de evaluaciones de riesgo psicosociales y la vigilancia de la salud.
- ▶ **Fomentar** un clima de apoyo social a través del trabajo en equipo y de una comunicación transparente y asertiva, eliminando las situaciones de aislamiento y discriminación.
- ▶ **Diseñar** planes de formación destinados a manejar la resolución de conflictos en el ámbito laboral.
- ▶ **Tipificar** como falta muy grave cualquier situación de acoso psicológico en el trabajo.
- ▶ **Establecer** un comité de seguridad y salud y un protocolo a seguir en caso de acoso laboral.

