

## TALLER DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN EL TRABAJO

Elige y complementa utilizando las siguientes palabras:

### SOMETIMIENTO - PODER - CUATRO - OMISIÓN - PSICOLÓGICO - EXCLUSIÓN

La violencia laboral es un abuso de [ ] que tiene como finalidad la [ ] o el [ ] del otro.

Puede ejecutarse por acción u [ ], afectando a la salud psicofísica.

Consideremos:

Existe una situación en la que una persona o grupo ejercen maltrato modal o verbal alterno o continuo, recurrente y sostenido en el tiempo, sobre un trabajadora/or, buscando desestabilizarlo, aislarlo, destruir su reputación, deteriorar su autoestima, disminuir su capacidad para poder degradarlo.

Defino dicha temática como acoso [ ]

El mismo consta de [ ] etapas:

- **El desconcierto:** un nuevo empleado, luego de su período de adaptación, recibe críticas, ataques sin fundamento, que al intentar adaptarse le producirá un nivel elevado de Burn out.
- **La lucha:** La víctima opone resistencia pero ésto le genera cometer errores y de ellos, el descrédito que va en aumento.
- **El estigma:** sujeto estigmatizado que comienza a tener trastornos físicos, psíquicos, a la que se la consideraría "una persona conflictiva".
- **La salida:** La víctima comienza a buscar justicia, comprensión; difícil tarea sin ayuda de los demás.

Si vinculamos dos disciplinas la del derecho y la psicología en éste tema, hablamos de

**Daño Psíquico:** Es un perjuicio por un evento no previsible o inesperado por el sujeto al que le provoca determinadas perturbaciones, modifica su interacción con el medio y le origina alteraciones en el área afectiva. Produce una ruptura en su equilibrio. El sistema defenso-adaptativo intervendrá en la salud.

<b>COMO SE MANIFIESTA</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Cambio de tareas sin sentido</li><li><input type="checkbox"/> Aislamiento de otros compañeros</li><li><input type="checkbox"/> Asignación de tareas innecesarias o denigrantes</li><li><input type="checkbox"/> Ocultamiento de información</li><li><input type="checkbox"/> Impedimento de capacitaciones</li><li><input type="checkbox"/> Sobrecarga o no asignación de tareas</li><li><input type="checkbox"/> Difamar, criticar o ridiculizar</li><li><input type="checkbox"/> Bloquear, obstaculizar o imposibilitar la ejecución de una actividad</li><li><input type="checkbox"/> Frases descalificadoras y discriminatorias</li></ul>	
<b>DIFERENTES FORMAS</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Agresiones físicas</li><li><input type="checkbox"/> Acoso sexual</li><li><input type="checkbox"/> Acoso psicológico</li><li><input type="checkbox"/> Ciberacoso</li></ul>	<b>INDICADORES</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Insatisfacción con el trabajo</li><li><input type="checkbox"/> Aumento de licencias por enfermedad</li><li><input type="checkbox"/> Aumento de accidentes de trabajo</li><li><input type="checkbox"/> Aumento de reclamos laborales</li><li><input type="checkbox"/> Aumento de ausentismo</li><li><input type="checkbox"/> Evaluaciones inequitativas</li></ul>
<b>CONSECUENCIAS</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> A nivel físico: dolores corporales, trastornos funcionales, Enfermedades Psicósomáticas, Invalidantes, Mortales</li><li><input type="checkbox"/> A nivel psicológico: ansiedad, sentimientos de baja autoestima y fracaso, apatía, problemas de concentración, susceptibilidad a las críticas, desconfianza, aislamiento y agresión al entorno. Puede generar adicciones, insomnio, fobias, depresión hasta el suicidio.</li><li><input type="checkbox"/> A nivel social: dificultad para el trabajo grupal, resentimientos en relaciones familiares, amistosos y laborales.</li></ul>	

## Conclusiones

Con la finalidad de erradicar el acoso laboral es necesario:

- ☛ Brindar información, estrategias, técnicas operativas sobre la temática, implementar una guía de capacitación, a diversos profesionales de área en cuestión, quienes capacitarán con la intención de desnaturalizar la práctica abusiva, para (re)construir y valorar el poder individual de la trabajadora/or y lo colectivo en base al saber.
- ☛ Realizar evaluaciones diagnósticas al ingreso del puesto.
- ☛ Son necesarios: **PROTOCOS** de actuación para identificar, localizar, y medir la contingencia en **EVALUACIONES DE RIESGO**, los que nos permitirán plasmar en forma estadística casos registrados para obtener un **MEJOR PRONÓSTICO** en la salud de las trabajadoras/es que nos conducirá a una población más saludable, tratamiento mediante (entrevistas individuales, reuniones bio-psico-educativas), con vínculos respetuosos, solidarios, y de buena convivencia, armado de redes inter, intra y transpersonal, para que nuestro **ÁMBITO de TRABAJO** sea cada vez más íntegro, seguro, agradable e inspirador con el objetivo de procurar un trabajo **DIGNO Y DECENTE**.