

# ACOSO Laboral



BOLETÍN 04  
ACOSO LABORAL

*Salud* al **DÍA**  
Información a su alcance

SERVICIOS DE  
**SALUD**

Actualmente los seres humanos nos enfrentamos de manera cotidiana a una serie de retos que nos presenta la modernidad, dentro de los cuales se pueden mencionar: el aumento en los tiempos de traslado debido a los congestionamiento viales, un elevado nivel de consumismo que genera un endeudamiento importante en la sociedad, el constante bombardeo de información por medio de las redes sociales que lleva en algunas ocasiones a un desgaste emocional y en hostilidades virtuales que nos alejan del momento presente en el aquí y el ahora.

Las condiciones laborales actuales no son la excepción ante los retos de una sociedad cada vez más exigente y con mayor acceso a la información, sin embargo, cada vez más alienada de sus estados emocionales y su capacidad empática.

Estos factores, dentro de muchos otros, tales como circunstancias familiares, situaciones de salud, pocas horas de sueño y preocupaciones sobre otros temas, son aristas que llegan a converger en estados de estrés, que se manifiestan de múltiples maneras, tanto a nivel físico como emocional.

Hay momentos en que estas cargas de estrés son intolerables para las personas y no se encuentra una forma adecuada para canalizarla, provocando estados emocionales desagradables y que generan frustración. Además suelen ser manifiestos de maneras poco adecuadas y por lo tanto ser igualmente displacenteros para las personas que están alrededor y genera ambientes tensos u hostiles a nivel laboral ya que es donde las personas generalmente se interrelacionan durante períodos más prolongados.

Como parte de estos malestares y factores estresores, surgen situaciones graves en las interrelaciones laborales tales como el acoso, lo cual puede causar enormes sufrimientos a las personas que lo padecen y merma la competitividad de las empresas.

El acoso a diferencia de otros tipos de violencia, no deja rastros o evidencias externas, a no ser la del deterioro progresivo de la víctima, que es atribuido de forma maliciosa a otras situaciones como "personalidad difícil o incompetencia profesional". Lo anterior es otra de las situaciones que emerge como un reto en la sociedad actual: la competitividad agresiva y desmedida que puede valerse incluso del mobbing que se caracteriza, según Piñuel, por el continuo y deliberado maltrato verbal y modal que recibe un trabajador por parte de otro u otros, que se comportan con él cruelmente con vistas a lograr su aniquilación o destrucción psicológica y a obtener su salida de la organización a través de distintos procedimientos.

Muchas veces, la persona no se percata del acoso como tal, o lo ignora para no tener que enfrentar una situación que le genere

aún más conflicto y evitar "exponerse", para no ser considerada una persona problemática, sobre todo si quien ejecuta el acoso es un superior.

El acoso puede manifestarse de manera activa por medio de gritos, insultos, reprensiones, humillaciones en público o privado, falsas acusaciones, intromisiones, obstaculizaciones en trabajo que reducen su eficacia y eficiencia y por lo cual nuevamente serán acusados; o de forma pasiva como restricción en el uso de material o equipo, prohibiciones, obstaculizaciones en el acceso a datos, eliminación del apoyo a la persona trabajadora, disminución o eliminación de formación, negación de la comunicación con la jefatura.

Por lo tanto, es necesario discriminar las conductas de acoso de aquellos conflictos, discrepancias, discusiones, diferencias de opinión, etc., que puedan surgir tanto en las relaciones interpersonales como laborales, como de las respectivas aficiones, gustos y preferencias (políticas, deportivas, etc.) y que lleven a comportamientos que podrían etiquetarse como "molestos"

## Obstaculación RESTRICCIÓN




Es necesario hacer consciencia de la importancia de mantener una adecuada salud mental, para obtener un equilibrio emocional y que se manifieste en las diversas aristas de la persona. La Organización Mundial de la Salud define la salud mental "... como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad". A su vez define la salud como "... un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades".

Por eso le invitamos a dar un paso para proteger su salud mental y decirle NO al mobbing o acoso laboral y utilizar los meca-

nismos que en el Poder Judicial existen: Circular 168-2017 del "Reglamento Autónomo para Prevenir, Investigar y Sancionar el Acoso Laboral en el Poder Judicial" artículo 6 donde usted puede:

Acudir a la Unidad de Atención Psicosocial de los Servicios de Salud, al Área de Ambiente Laboral de la Dirección de Gestión Humana, o a la Inspección Judicial.

Asimismo, en el artículo 8 de ese mismo Reglamento se señala que "La Corte Suprema de Justicia, el Consejo Superior, el Tribunal de la Inspección Judicial y cualquier otro que de acuerdo con la ley puedan ejercer la potestad disciplinaria, serán los competentes para recibir, tramitar y resolver las denuncias por acoso laboral"



¡La salud mental  
es su derecho,  
pero está en sus  
manos hacerlo valer!