



## Acoso moral en el trabajo: Mobbing

### ¿Qué es el Mobbing?

El Acuerdo Marco sobre el Acoso y la Violencia en el Trabajo<sup>1</sup> define el acoso y la violencia como *“la expresión de comportamientos inaceptables adoptados por una o más personas, y pueden tomar muy diversas formas, algunas más fácilmente identificables que otras. Se da acoso cuando se maltrata a uno o más trabajadores o directivos varias veces y deliberadamente, se les amenaza o se les humilla en situaciones vinculadas con el trabajo.....”*

La NTP 854<sup>2</sup> lo define como *“Exposición a conductas de violencia psicológica, dirigidas de forma reiterada y prolongada en el tiempo, hacia una o más personas por parte de otra/s que actúan frente aquella/s desde una posición de poder (no necesariamente jerárquica). Dicha exposición se da en el marco de una relación laboral y supone un riesgo importante para la salud”*.

### Tipos de Mobbing.

Acoso Laboral Descendente(bossing):	Acoso Laboral Horizontal(mobbing propiamente dicho):	Acoso Laboral Ascendente
El acoso es ejercido por el superior jerárquico contra un trabajador/a.	Es el que se produce entre compañeros de trabajo con la misma categoría o nivel jerárquico	Es el menos habitual y se ejerce desde un puesto inferior contra un cargo superior.

### Fases del Mobbing

Fase 1	Incidentes Críticos	Surge un conflicto entre las partes que es el que va a desencadenar los hechos
Fase 2	Acoso o Estigmatización	Es en esta fase donde se van produciendo los ataques en contra de la víctima por parte de su acosador o acosadores
Fase 3	Intervención por Parte de la Empresa	Cuando la empresa tiene conocimiento de la situación, casi siempre por la propia denuncia de la víctima.
Fase 4	Exclusión:	La víctima se encuentra aislada y marginada.

1 <http://www.msc.es/ssi/igualdadOportunidades/docs/acuerdoMarcoEuropeo.pdf>

2 <http://www.insht.es/>



## ¿Como se expresa el acoso psicológico?

Existen ciertas acciones, conductas propias de hostigamiento, agrupadas en función del objeto hacia el que se dirige el ataque que se pueden concentrar en 5 categorías:

- Impedir que la víctima se exprese.
- Desacreditar a la víctima en su trabajo.
- Comprometer la salud de la víctima
- Aislar a la víctima.
- Menospreciar a la víctima frente a sus compañeros.

### Consecuencias del acoso psicológico en el trabajo

Consecuencias físicas	Trastornos cardiovasculares, trastornos musculares, trastornos respiratorios y trastornos gastrointestinales
Consecuencias psíquicas	Entre otras se produce ansiedad, estado de ánimo depresivo, apatía o pérdida de interés por actividades que previamente le interesaban o le producían placer
Consecuencias sociales	Los efectos sociales del acoso laboral se caracterizan por la aparición en la víctima de conductas de aislamiento, evitación y retraimiento
Consecuencias laborales:	Pérdida de productividad, afecta al rendimiento del trabajador, del grupo o equipo de trabajo (a la calidad y cantidad del trabajo, a la motivación....), aumento de la siniestralidad laboral....



#### EJEMPLO DE ACOSO

Laura es una dependienta que en los últimos meses se ha visto completamente discriminada y atacada por su superior en su puesto de trabajo, concretándose dicha actividad de hostigamiento destinada a minar su moral y su autoestima en:

1) Ataques verbales contra su persona, bien directos o bien consentidos, a raíz de su labor en la tienda, con expresiones dirigidas a ella del tipo: "no tienes personalidad", "no hablas como una mujer", "no te organizas bien", "trabajas menos que tus compañeras", "usurpas sus ventas", "eres una mala vendedora", "solo te dedicas a picotear"..... 2) Relegación por la demandada a un segundo plano, llegando incluso a prohibir a sus compañeras que hablasen con ella. 3) Diferencias de trato discriminatorias respecto a sus compañeras.

La situación vivida en su puesto de trabajo se tradujo para Laura en una serie de problemas físicos y psicológicos, siendo diagnosticada de síndrome ansioso depresivo y precisando de tratamiento médico.

#### Normativa aplicable:

Ley 31/1995, de 8 Noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.

Acuerdo Marco Europeo sobre Acoso y violencia en el lugar de trabajo.

NTP 854 Acoso psicológico en el trabajo: definición

NTP 891 y 892 Procedimiento de solución autónoma de los conflictos de violencia laboral



+ info



observatorio  
de riesgos psicosociales  
UGT

[www.ugt.es/saludlaboral/](http://www.ugt.es/saludlaboral/)  
[riesgopsicosociales@cec.ugt.org](mailto:riesgopsicosociales@cec.ugt.org)

