

UAP - Unitat d'Atenció Psicològica

www.uap.cat

info@uap.cat

L'ASSETJAMENT LABORAL I ELS SEUS CÒMPLICES

L'assetjament laboral és un conflicte que com molts altres gaudeix de la col·laboració directa i indirecta de molts còmplices.

Els mitjans de comunicació són un exemple, ja que molt sovint fan saltar l'alarma sobre l'assetjament a diferents àmbits: be sigui escolar, laboral o familiar.

El fet de que es parli d'aquests fenòmens d'origen social, ajuda a la seva conscienciació, així com a agilitzar que es contempli a nivell legal i judicial.

En moltes ocasions hem pogut observar des del nostre àmbit professional de la psicologia la repercussió dels mitjans de comunicació. Aquesta consisteix en un augment considerable de les demandes d'atenció per maltractaments, abusos a menors, o altres problemàtiques. Totes elles es plantegen la necessitat de "sortir a la llum" i sol·licitar ajuda gràcies a una pel·lícula o documental que provoca un ressò a la societat.

De forma que no podem menysprear la funció que fan.

En canvi, tractar de forma superficial la problemàtica, o crear una alarma social pot generar confusió social que a llarg termini minimitza la seva importància.

Per això és necessari fer un filtre d'aquella informació que pot arribar a distorsionar-la fins arribar a provocar l'efecte contrari i infravalorar-lo.

L'assetjament laboral és un procés destructiu per a l'autoestima de la persona. Aquesta és una conseqüència que podria ser comú a altres problemàtiques que tenen el seu origen a l'àmbit laboral, però no per això les hem de confondre per que requereixen de tractaments diferents.

A continuació enumeraré alguns dels principals **conflictes laborals**:

- Les problemàtiques puntuals causades per canvis de funcions o condicions.
- Els enfrontaments amb alguna persona concreta de la mateixa categoria professional.
- Una directiva que fa un abús de poder de manera indiscriminada a tots els seus treballadors.
- L'estrès laboral per a intentar aconseguir o mantenir un rendiment.
- El síndrome del cremat (burn out) que es caracteritza principalment per una desmotivació.

Totes ells tenen en comú amb l'assetjament laboral que s'originen a l'àmbit del treball i que poden provocar períodes d'ansietat, depressió i baixa autoestima, amb les conseqüents baixes laborals.

En canvi el que caracteritza l'assetjament laboral, i el fa més denigrant encara, és que consisteix en un maltractament manifest o encobert, de forma constant cap a una persona específica, que es prolonga en el temps i que persegueix l'objectiu d'eliminar a aquella persona del seu lloc de treball.

En un començament, aquest procés provoca una desconfiança laboral a la seva pròpia feina, fins arribar a un deteriorament greu de l'autoestima.

Habitualment aquest tipus de processos neixen a un medi afavoridor, on abunda una directiva desprovista d'habilitats de gestió saludables, amb molts conflictes laborals i un medi laboral precari.

Quan les persones afectades deixen d'autoculpar-se pel que està succeint, poden prendre consciència del procés al que han estat sotmesos.

És llavors quan comencen a contemplar la idea de sol·licitar ajuda, però acostumen a trobar-se amb un escàs reconeixement de la fenomen i dels recursos necessaris per a tractar-lo, tant a nivell sanitari com legal.

Per a que les persones víctimes d'aquest tipus d'assetjament recuperin la seva autoestima i tornin a gaudir d'una qualitat de vida saludable, requereix habitualment la intervenció d'un professional de la Psicologia. I això depèn de la sensibilització social necessària per a que arribi a recórrer a ell i continuar avançant en la seva erradicació.

Per tot això és necessari donar a conèixer aquesta problemàtica sense per això caure en el mal ús o trivialització del problema.

COM CONTACTAR AMB NOSALTRES?

En cas de que estiguin interessats en ampliar informació sobre el nostre centre o els diferents tractaments que oferim, poden dirigir-se a la següent pàgina web:

www.uap.cat

O bé poden contactar amb nosaltres a la direcció, telèfon i e-mail següents:

Avda. Diagonal 449, 4art. 08036 Barcelona Telf. 93 410 04 05

info@uap.cat