

EL ACOSO LABORAL

El acoso laboral o mobbing es el conjunto de conductas y actitudes hostiles dirigidas de forma reiterada y prolongada en el tiempo (habitualmente se extiende durante más de seis meses) hacia una o más personas por parte de otra u otras. Éstas actúan frente a las acosadas desde una posición de poder (no necesariamente jerárquica). Dicha situación se da en el marco de una relación laboral y supone un importante riesgo para la salud.

Algunos ejemplos de conductas concretas que sí se consideran acoso, cuando se sufren de modo continuado en el contexto laboral, son: desacreditar la reputación personal, menosprecio profesional, imposición de tareas de imposible cumplimiento, asignación excesiva de cargas de trabajo, control excesivo y diferenciado del resto del claustro, aislamiento social, ataques a la vida privada, amenazas e intimidación, asignación de funciones que no son propias, violencia física o verbal,...

Hay que diferenciarlas de otras que no se consideran acoso tales como actos puntuales discriminatorios, amonestaciones sin descalificar por no realizar bien el trabajo, ofensas puntuales y sucesivas de varias personas sin coordinación entre ellas, comportamientos arbitrarios o excesivamente autoritarios que apuntan a la colectividad en general, conductas despóticas dirigidas indiscriminadamente a varias personas trabajadoras, un incidente violento singular y puntual.

En definitiva, un hecho aislado, por muy desagradable que sea, no se describe como mobbing.

CONCLUSIÓN

Las situaciones de riesgo psicosocial en docentes, por desgracia, están a la orden del día, y son muchos los profesionales que no desarrollan su trabajo adecuadamente debido a las mismas y que incluso se ven obligados a ausentarse de su puesto de trabajo por estas razones.

Como consejo, les apunto a los docentes que las mejores estrategias para combatirlo son: la relajación y la modificación de los pensamientos distorsionados negativos.

Bibliografía

- - Notas técnicas de prevención sobre factores de riesgo psicosociales:
- NTP 318: El estrés: proceso de generación en el ámbito laboral
- NTP 450: Factores psicosociales: fases para su evaluación

Artículos educativos de la web.

- - Página web Junta de Andalucía.
- - R. GIL- MONTE, P. El síndrome de quemarse por el trabajo ("burnout"). Ed. Pirámide. 2005.