¿Cómo prevenir desde la empresa el Acoso Laboral?

1. Contar con un protocolo de actuación ante casos de acoso
2. Campañas de Formación y comunicación a los profesionales de la compañía
3. Abordar el acoso desde la actividad de PRL involucrando a la Dirección y a toda la plantilla

¿Qué puedo hacer yo?

1. **Si soy víctima:**

   Denunciarlo. Notificarlo a la empresa a través del canal de denuncia.

2. **Si soy testigo/a:**

   Denunciarlo. Notificarlo a la empresa a través del canal de denuncia. No hacerlo puede convertirme en cómplice

3. **Técnicas de afrontamiento:**

   Identificar el problema y hacerle frente con asertividad. Evitar el aislamiento social y no culparnos. Reforzar la autoestima y si es necesario solicitar ayuda psicológica.

www.quironprevencion.com
91 122 14 52
contacto@quironprevencion.com

quirónprevención

Aprendiendo más sobre el

ACOSO LABORAL

para poder identificarlo y prevenirlo

quirónprevención

¿Qué es el **ACOSO LABORAL?**

Es una **conducta, acto, declaración o solicitud que pueda considerarse humillante, intimidatoria o violenta,** con el objetivo de atentar contra la dignidad de una persona en el entorno laboral.

Tipos de acoso:

Acoso psicológico o "mobbing"

Acoso sexual y por razón de sexo

Acoso PSICOLÓGICO o "MOBBING"

Exposición a **conductas de violencia psicológica,** dirigidas de forma reiterada y prologada en el tiempo, hacia una o más personas por parte de otra/s que actúan frente a aquella/s desde una posición de poder (no necesariamente jerárquica).

Acoso discriminatorio: por raza, etnia, religión, convicciones, discapacidad, edad, u orientación sexual.

TIPOS

Descendiente
lo ejerce una persona que ocupa un cargo superior a la víctima

Ascendiente
lo ejerce una persona que ocupa un cargo inferior a la víctima

Horizontal
entre compañeras/os del mismo nivel jerárquico

Acoso SEXUAL y/o POR RAZÓN DE SEXO

Cualquier **comportamiento verbal o físico, de naturaleza sexual** que atente contra la dignidad de una persona creando un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

Cualquier comportamiento **realizado en función del sexo de una persona,** con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

A diferencia del acoso psicológico, en el caso del acoso sexual no es necesario que las actuaciones o conductas sean continuadas en el tiempo. Una acción puntual es suficiente. No depende de la intención de la persona que lleva a cabo ese comportamiento o conducta. Es el receptor quien decide si la conducta de naturaleza sexual es bien recibida o no lo es.

TIPOS

Quid pro quo
Abuso de autoridad a través de un chantaje sexual por el que se fuerza a un/a empleada/o a elegir entre someterse a los requerimientos sexuales o perder ciertos beneficios o condiciones del trabajo.

Acoso que crea un ambiente hostil y humillante
- Contacto físico no deseado
- Conducta verbal de naturaleza sexual
- Conducta no verbal de naturaleza sexual

Consecuencias

Cualquier tipo de acoso **afecta tanto a la víctima:** desmotivación, frustración, ansiedad, depresión, suicidio, **como a la empresa:** deterioro de las relaciones laborales, disminución de la calidad del trabajo, aumento del absentismo, deterioro del clima laboral, **como a la sociedad**: pérdida de fuerza de trabajo, aumento de costes de asistencia a enfermedades, aumento de los costes de las pensiones de invalidez.

quirónprevención

¿Sabes qué es el ACOSO LABORAL?

Conducta, acto, declaración o solicitud que pueda considerarse humillante, intimidatoria o violenta, con el objetivo de atentar contra la dignidad de una persona en el entorno laboral.

Acoso Psicológico o Mobbing

¿Qué es?

Exposición a **conductas de violencia psicológica,** dirigidas de forma reiterada y prologada en el tiempo, hacia una o más personas por parte de otra/s que actúan frente a aquella/s desde una posición de poder (no necesariamente jerárquica).

Acoso discriminatorio: por raza, etnia, religión, convicciones, discapacidad, edad, u orientación sexual.

Tipos

Descendiente
lo ejerce una persona que ocupa un cargo superior a la víctima

Ascendiente
lo ejerce una persona que ocupa un cargo inferior a la víctima

Horizontal
entre compañeras/os del mismo nivel jerárquico

Acoso Sexual y/o por razón de sexo

¿Qué es?

Cualquier **comportamiento verbal o físico, de naturaleza sexual** que atente contra la dignidad de una persona creando un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

Cualquier comportamiento **realizado en función del sexo de una persona**, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

Una acción puntual es suficiente.

Tipos

Quid pro quo
Abuso de autoridad a través de un chantaje sexual por el que se fuerza a un/a empleada/o a elegir entre someterse a los requerimientos sexuales o perder ciertos beneficios o condiciones del trabajo.

Acoso que crea un ambiente hostil y humillante
- Contacto físico no deseado
- Conducta verbal de naturaleza sexual
- Conducta no verbal de naturaleza sexual

Consecuencias del Acoso Laboral

Para la víctima
Desmotivación, Frustración, Ansiedad, Depresión, Suicidio

Para la sociedad
Pérdida de fuerza de trabajo, aumento de costes de asistencia a enfermedades, aumento de los costes de las pensiones de invalidez.

Para la empresa
Deterioro de las relaciones laborales, disminución de la calidad del trabajo, aumento del absentismo, deterioro del clima laboral.

¿Cómo prevenir el Acoso Laboral desde la Empresa?

1. Contar con un protocolo de actuación ante casos de acoso
2. Campañas de Formación y comunicación a los profesionales de la compañía
3. Abordar el acoso desde la actividad de PRL involucrando a la Dirección y a toda la plantilla

¿Qué puedo hacer yo?

1. **Si soy víctima:**
Denunciarlo. Notificarlo a la empresa a través del canal de denuncia.

2. **Si soy testiga/o:**
Denunciarlo. Notificarlo a la empresa a través del canal de denuncia. No hacerlo puede convertirme en cómplice.

3. **Técnicas de afrontamiento:**
Identificar el problema y hacerle frente con asertividad. Evitar el aislamiento social y no culparnos. Reforzar la autoestima y si es necesario solicitar ayuda psicológica.