

## Violencia en el trabajo

Autor Administrator  
sábado, 24 de junio de 2006  
Modificado el sábado, 24 de junio de 2006

Las actitudes violentas no solo se dan en la calle o en la vida familiar. Demasiado a menudo se dan, también, en el trabajo haciendo intolerable la vida de muchos trabajadores/as.

Hablamos de violencia en el trabajo para referirnos a las conductas ofensivas, intimidatorias, vejatoria y al abuso de poder o autoridad que llegan a provocar situaciones de estrés en los/as trabajadores/as.

Un caso especialmente grave de violencia es el acoso sexual.  
Las actitudes violentas no solo se dan en la calle o en la vida familiar. Demasiado a menudo se dan, también, en el trabajo haciendo intolerable la vida de muchos trabajadores/as.

Hablamos de violencia en el trabajo para referirnos a las conductas ofensivas, intimidatorias, vejatoria y al abuso de poder o autoridad que llegan a provocar situaciones de estrés en los/as trabajadores/as.

Un caso especialmente grave de violencia es el acoso sexual.

Este tipo de conductas pueden provenir de los clientes, de alumnos, de pacientes, de supervisores, de empresarios o de compañeros de trabajo. Aquí nos referimos solo a las relaciones entre los miembros de la empresa.  
¿Cómo reconocer el problema?

La violencia se puede producir de muchas formas. Algunas son evidentes, pero otras son sutiles y difíciles de explicar.

Son formas de violencia:

- Ordenar tareas de malas maneras.
- Ejercer la crítica de manera constante.
- Castigar a uno/a realizar tareas por debajo de sus capacidades o a trabajar en solitario.
- Desconfiar sistemática y manifiestamente en las capacidades de los demás.
- Impedir la promoción profesional a pesar de la persona afectada cuente con capacidades suficientes.
- Actitudes intransigentes sobre como hacer las cosas.
- Insultar, afrentar, amenazar a las personas en público o en privado.
- Acoso sexual. Efectos en la salud

Las personas que sufren violencia sistemática pueden desarrollar:

- ansiedad
  - insomnio
  - pérdida de autoestima
  - urticaria
  - úlcera gastrointestinal
  - depresión
  - ideas de suicidio
- ¿Cómo controlar el problema?

- No dejes el problema sin respuesta mucho tiempo.
- Coméntalo con compañeros/as de confianza.
- Habla con el Delegado/a de Personal o miembros del sindicato.
- Si el problema afecta a mas personas solicitar a la empresa que lo investigue y tome medidas incluida la de establecer por escrito una política contra las manifestaciones de maltrato y procedimientos para expresar quejas.