

•**Segundo grado:** Es difícil eludir los ataques y humillaciones. Mantenerse o reincorporarse a su trabajo se hace más difícil. Algunos síntomas son: problemas gastrointestinales, insomnio, abuso de sustancias, depresión y conductas de evitación. Su familia y amigos no son consientes de lo que está sucediendo.

•**Tercer grado:** La reincorporación al trabajo es imposible y los daños psicológicos requieren de un tratamiento especializado. Los síntomas son: depresión severa, ataques de pánico, conductas agresivas, intentos de suicidio. Su familia y amigos son conscientes de la gravedad del problema.

COMO PREVENIR EL ACOSO LABORAL

- ✓ Capacítate sobre el Acoso Laboral. Infórmate sobre la Ley 20.607.
- ✓ Corrige, sanciona socialmente o denuncia a quienes cometen actos de violencia laboral hacia otros.
- ✓ Pide asesoría y apoyo para ti o tu unidad a los departamentos encargado de llevar esta temática.
- ✓ Infórmate sobre el procedimiento para realizar denuncias, investigación y las sanciones asociadas.



Además, colabora en la creación de un buen ambiente laboral

- ✓ Promueve el compañerismo y el trabajo en equipo.
- ✓ Ejerce un liderazgo participativo.
- ✓ Prioriza el dialogo ante los conflictos.
- ✓ Reconocer a los demás por su labor, desempeño y buena disposición.
- ✓ Fomenta canales de comunicación transparentes y evita el rumor.
- ✓ Respeta a los demás y trátalos con afectividad.



Para obtener asesoría y apoyo dirijase a los dptos.
De Calidad de Vida de su Establecimiento.
Llame al 576472 o 579821 HETG
576443 o 579837 DSSI y CGU

¿QUE ES EL
ACOSO
Laboral



Infórmate

EL ACOSO LABORAL, es un "Acto contrario a la dignidad de la persona, configurado por toda conducta que constituya agresión u hostigamiento reiterados, ejercida por el empleador o por uno o más trabajadores, en contra de otro u otros trabajadores, por cualquier medio, que tenga como resultado para el o los afectados, su menoscabo, maltrato o humillación, o bien que amenace o perjudique su situación laboral o sus oportunidades en el empleo". Ley N° 20.607 del 8 de agosto 2012.



¿CUÁNDO SE ES VÍCTIMA DE ACOSO LABORAL?

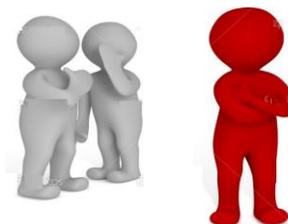
Se es víctima de acoso cuando, por actos realizados por otra persona en el ámbito laboral, siento que mi dignidad está siendo vulnerada.

EJEMPLOS DE CONDUCTAS ACOSADORAS

Actitudes que impidan expresarse.

Interrumpir, criticar su trabajo y/o vida personal, amenazar por escrito o verbalmente, evitar contacto visual e ignorar etc.

- **Aislamiento:** No hablar, alejar físicamente de sus compañeros, prohibir que otros le hablen, negar su presencia física etc.
- **Desacreditar su trabajo:** No asignarle tareas, exigir tareas inútiles o sin sentido, darle tareas inferiores a su capacidad, asignar incesantemente tareas, dar tareas superiores a su capacidad para demostrar incompetencia o dar tareas humillantes, etc.
- **Descredito de sus compañeros:** Murmurar, calumniar, ridiculizar, burlas, imitación de gestos, criticar sus creencias o desautorizar, etc.
- **Comprometer la Salud:** Asignar trabajos peligrosos, amenazarla o agredirla verbal o físicamente, ocasionarle gastos, etc.



NO ES ACOSO

- Tener un mal día en la oficina.
- Tener un jefe o un compañero un poco "quisquilloso".
- Tener un conflicto, una discusión o un desencuentro puntual.
- Tener una temporada de mucho trabajo. Estar tensionado.
- Trabajar en un ambiente "conflictivo".



NO ES ACOSO un conflicto puntual

TIPOS DE ACOSO

- **Descendente:** El agente acosador es una persona que ocupa un cargo superior a la víctima, como por ejemplo, su jefe.
- **Horizontal:** Se da entre colegas o compañeros de trabajo de la misma categoría o nivel jerárquico.
- **Ascendente:** La persona que realiza el acoso laboral ocupa un puesto de menos jerarquía al del afectado.

CONSECUENCIAS DEL ACOSO LABORAL

Las consecuencias dependen de la intensidad, duración y frecuencia. Se distinguen tres grados:

Primer grado: La persona es capaz de hacer frente a los ataques de que es objeto y de mantenerse en su puesto de trabajo. Sus relaciones personales no suelen verse afectadas.

