

8 tipos de acoso laboral

 orientacion-laboral.infojobs.net/ejemplos-acoso-laboral

24 de mayo de
2018

Alexandre Fontelles

Director de Fontelles Abogados



El acoso laboral, conocido también como "*mobbing*", es un tipo determinado de **acoso en referencia a aquellas conductas habituales dentro del ámbito de trabajo** que, en su conjunto, provocan una **situación de violencia psicológica contra una determinada persona**. Estas actitudes abusivas pueden desarrollarse por un superior jerárquico, un subordinado o compañero de trabajo de forma verbal, escrita o con gestos que atentan contra la dignidad e integridad del trabajador. En función de cada uno de los casos, existen varios tipos de acoso laboral.

Casos más comunes de *mobbing*

Las conductas más habituales que se dan en los casos de acoso laboral son difíciles de determinar porque varían según la situación de cada víctima, pero se pueden resumir en las siguientes premisas generales:

1. Discriminación laboral del trabajador

Me ocultan información para desarrollar mi trabajo, no me permiten ascender, no me informan sobre los proyectos y formación que ofrece la empresa, no me dan acceso a otras facilidades que los otros trabajadores de la misma condición si tienen.



2. Aislamiento laboral

Me ignoran, me restringen o prohíben mis posibilidades de comunicación con mis compañeros, superiores y/o clientes, no puedo comunicarme por teléfono, por correo electrónico o por medios presenciales, no se me informa de las reuniones o de citas importantes dentro de la empresa en las que puedo estar presente.



3. Respeto a las tareas asignadas

Otro ejemplo claro de acoso laboral es en aquellos casos en que las premisas básicas son las siguientes: no me dan trabajo para hacer o me dan trabajo por debajo de mis funciones, no me dejan tener iniciativa ni opinión propia en las tareas, me fuerzan a hacer trabajos contra mis principios o que ponen en riesgo mi salud.



4. Sobrecarga de trabajo

Se me acortan los plazos, se asignan tareas en exceso o por encima de mis posibilidades y controlan con presión indebida mi trabajo. Suele ser uno de los tipos de acoso laboral más habituales hoy en día.



5. Rebajar las funciones del trabajador

Me han bajado de categoría, me asignan funciones que no me corresponden, me modifican tareas que tengo asignadas dentro de la organización de la empresa o dan mi trabajo a otros compañeros/subordinados sin poder hacer nada.



[Tipos de acoso #laboral por @fontellesadv en @InfoJobs](#)

6. Culpabilizar al trabajador

No me felicitan por el trabajo, sino que lo crítica y lo minusvalora siempre, me humillan delante de mis compañeros en relación con mi trabajo, atribuyen errores malintencionadamente que no he cometido, dramatizan fallos que he cometido y que no son graves o incluso buscan que yo misma cometa los fallos.



7. Faltas de respeto en el trabajo e insultos

Me agrede verbalmente o físicamente, me gritan, me insultan, me ridiculizan, siempre me llaman la atención de forma injustificada, me amenazan con cualquier represalia o sanción.



8. Difamación profesional y/o personal

Y el último tipo de acoso laboral se produce tanto dentro como fuera de la oficina. Difunden rumores sobre mi persona, insinuaciones, me atribuyen faltas profesionales ante compañeros y superiores, bromean sobre aspectos de mi vida personal o profesional.



Cuando suceden este tipo de conductas u otras que podrían encuadrar en la consideración de acoso dentro del trabajo, es importante estar atento y hacerlo notar cuanto antes que lo estás sufriendo. En este vídeo te explicamos cómo identificar y denunciar el acoso laboral. Si crees que podrías estar sufriendo acoso laboral, no dudes en consultar a un abogado especialista como Fontelles Advocats, dónde te darán el soporte que necesitas para ayudarte a afrontar el acoso.

¿Conoces, sufres o has sufrido algún tipo de acoso laboral diferente a los que hemos citado? ¡No dudes en contárnoslo en los comentarios!

Echa un vistazo a las ofertas de empleo que tenemos para ti en InfoJobs. ¡Mucho éxito!

Alexandre Fontelles es director del bufete de abogados laboralista Fontelles Abogados. Escribe en su blog de derecho laboral y publica vídeos con consejos semanales en el canal de YouTube Fontelles Abogados