

# MOBBING

**Si al menos durante los últimos seis meses, vienes padeciendo alguno de los hostigamientos psicológicos que se citan a continuación, puedes ser víctima de acoso moral en el trabajo.**

1. Mi superior se niega a comunicar, hablar o reunirse conmigo.
2. Me chillan o gritan, o elevan la voz con vistas a intimidarme.
3. Me atribuyen, con maldad, conductas ilícitas contra la empresa o los clientes, para perjudicar mi imagen y reputación.
4. Me amenazan con usar instrumentos disciplinarios (rescisión de contrato, expediente disciplinario, traslado forzoso, etc.)
5. Evalúan mi trabajo sistemáticamente de forma negativa y de manera no equitativa y/o sesgada.
6. Me dejan sin ningún trabajo que hacer, ni siquiera a iniciativa propia, y luego me acusan de no hacer nada o de ser perezoso/a.
7. Me asignan sin cesar nuevas tareas o trabajos, sin dejar que termine los anteriores, y me acusan de no acabar ninguno.
8. Intentan aislarme de mis compañeros, dándome trabajos o tareas que me alejen físicamente de ellos.
9. Se hacen bromas inapropiadas y crueles acerca de mí.
10. Limitan malintencionadamente mi acceso a promociones, ascensos, cursos de formación o de capacitación para perjudicarme.
11. Me lanzan insinuaciones o proposiciones sexuales directas o indirectas.

**Si has contestado afirmativamente a varias cuestiones, y estos comportamientos son reiterativos, puede que estés siendo víctima de acoso moral en tu puesto de trabajo.**

La duración de este acoso sin hacerle frente o atajar el problema, conlleva un elevado riesgo de padecer, entre otros, los siguientes trastornos: *Depresión – Irritabilidad – Fatiga crónica – Insomnio – Ansiedad – Ataques de pánico – Cambios en la personalidad – Ideas suicidas – Dolores musculares*

**Si tienes cualquier duda o crees que puedes ser víctima de mobbing, consulta con tu delegada/o de CC.OO. TE INTERESA.**

3 de Mayo de 2010

**Ficha de afiliación**

*comisiones obreras banco de valencia*

Nombre..... número empleado .....

Centro de trabajo .....

Provincia ..... Teléfono .....

**Entrega esta ficha a cualquier delegado o delegada de CC.OO. o envíala a las direcciones abajo indicadas**

**Federación de servicios financieros y administrativos de**



**Sección Sindical del Banco de Valencia**

*c/ Pintor Sorolla, 2 y 4 – 46002 VALENCIA - tel. 963984562 - fax. 963984542*

*correo electrónico: bvalencia@comfia..ccoo.es – correo interno: ccoo@bancodevalencia.es*

*url: <http://www.comfia.net/bancodevalencia/>*