

Cómo enfrentarse al
acoso laboral
o *mobbing*
Guía personal y laboral

Rosario Peña Pérez y colaboradores
rpp@tinet.org

Cómo enfrentarse al acoso laboral o *mobbing*

© Rosario Peña

© De la edición: PUBLICACIONES ALTARIA, S.L.

Se ha puesto máximo interés en ofrecer al lector una información completa y precisa. Sin embargo, PUBLICACIONES ALTARIA, S.L. no asume ninguna responsabilidad derivada de uso, ni tampoco por cualquier violación de patentes y otros derechos de terceras personas que pudieran ocurrir estando este libro destinado al uso de aficionados o a la enseñanza. Las marcas o nombres mencionados lo son únicamente a título informativo, siendo propiedad de sus legales registradores.

Reservados todos los derechos.

Ninguna parte de este libro puede ser reproducida, grabada en sistema de almacenamiento o transmitida en forma alguna ni por cualquier procedimiento, ya sea electrónico, mecánico, reprográfico, magnético o cualquier otro. Así mismo queda prohibida la distribución, alquiler, traducción o exportación sin la autorización previa y por escrito de PUBLICACIONES ALTARIA, S.L.

ISBN: 978-84-941844-3-7

Depósito legal: T 699-2014

Corregido por: Joan López García

Editado por:

PUBLICACIONES ALTARIA, S.L.

C/ Enric d'Ossó, 2

43005-Tarragona

email: info@altariaeditorial.com

IMPRESO EN ESPAÑA - PRINTED IN SPAIN

CONSULTE NUESTRO CATÁLOGO POR INTERNET:

<http://www.altariaeditorial.com>

Podrá estar al corriente de todas las novedades.

La triste realidad:

Por desgracia, siempre habrá acoso laboral, no lo erradicaremos jamás, porque siempre habrá un inseguro, un narcisista, un perverso, un trepa, un cobarde, un violento que necesita maltratar para sentirse superior; pero si lo denunciemos públicamente, ganaremos en dignidad y le avergonzaremos públicamente; además, contribuiremos en concienciar a la sociedad del grave problema que supone el acoso en el entorno laboral, conocido como mobbing. Aunque ya había leyes que protegían el acoso, seguro que mejorará la concienciación social al saber que desde el 23 de diciembre de 2010, con la entrada en vigor la reforma del Código Penal, el acoso laboral es un delito tipificado como tal.

La autora



*Si tu intención es describir la verdad,
hazlo con sencillez y la elegancia déjasela al sastre.*
Albert Einstein

INTRODUCCIÓN

Mi primer libro sobre *mobbing* no hubiera conseguido una visión profunda sin la recepción del valioso contenido que, desinteresadamente, aportaron los expertos colaboradores. Su calidad era tan excelente que creímos que no se debía desaprovechar su contenido y decidimos preparar un segundo libro donde todo el que lo deseara tuviera su espacio independiente, sin límite de contenido y, así, poder aportar su experiencia y amplios conocimientos sobre el tema.

En otro orden de cosas, con la publicación del primer libro, recibimos muchos mensajes de felicitación y también de orientaciones para un segundo libro y todas estas indicaciones nos parecieron sumamente interesantes y acertadas, con lo que nos decidimos definitivamente.

Una vez iniciado, solicitamos la colaboración de otros profesionales y el resultado lo tenéis en vuestras manos: un volumen repleto de ideas y de soluciones prácticas, con la generosa aportación de **más de 30 expertos** que lo convierten en un libro imprescindible, *dirigido fundamentalmente a profesionales*, aunque dado su aspecto **DIVULGATIVO**, también *al público en general* (afectados e interesados en el tema). Por todo lo expuesto, este segundo volumen aumenta considerablemente el contenido del anterior, conservando, a la vez, el original.

Los expertos, personas de gran prestigio y tremendamente ocupadas, han aportado un material que, una vez compilado **como si fuera un puzzle resuelto**, forma un manual completo e imprescindible. Además, ellos, sin saberlo, al igual que ocurría con mis alumnos en mi época de acoso laboral más duro, han contribuido en la recuperación del equilibrio emocional que necesita toda víctima.



COLABORADORES

Asociaciones contra el *mobbing* AGACAMT, ANAMIB, ASCAMO, AVALC y PRIDICAM.

Beatriz Allué Torra. Es licenciada en Medicina y cirugía, especialista en Psiquiatría. Consulta profesional en Tarragona.

Estela Álvarez Baraza. Coach emocional, economista y diplomada en Pedagogía Terapéutica. Coautora del “*Manual y curso Fénix*” sobre acoso laboral.

Patricia Barbado. Abogada. Docente universitaria de grado y de posgrado. Autora de numerosas publicaciones sobre la violencia laboral. Cofundadora y presidenta de la Fundación Magna.

Pablo Cuéllar Otón. Jurista. Técnico de la OJCI de la Audiencia Provincial de Alicante. Miembro fundador de *Nucleus*, una asociación contra la violencia en todas y cada una de sus manifestaciones.

Sabino Delgado Marina. Psicólogo. Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales y Jefe de los Servicios Psicológicos de PRIDICAM.

Ramón Gimeno Lahoz. Magistrado. Autor de la tesis doctoral “*La presión laboral tendenciosa (mobbing)*” y del “*Borrador del proyecto de ley contra el acoso moral. 2008*”.

Gabriel González Tirado. Licenciado en Derecho. Abogado del despacho LEX ABOGACIA.

David González Trijueque. Doctor en Psicología. Psicólogo Forense del Tribunal Superior de Justicia de Madrid.

Carmelo Hernández Ramos. Psicólogo-Mediador de la Audiencia Provincial de Alicante y profesor de la UNED.

Enriqueta López Jurado. Psicóloga clínica. Experta en emergencias y catástrofes. Consulta profesional en Tarragona.

Antoni Madueño Ranchal. Licenciado en Filosofía y Ciencias de la Educación. Responsable de la Secretaría de Salud Laboral de la Federació d'Ensenyament de CCOO de Catalunya.

José Manuel Martín Martín. Licenciado en Derecho. Abogado. Socio Director del prestigioso bufete profesional SAGARDOY ABOGADOS.

Juan Francisco Méndez Garcés. Farmacéutico. Colaborador y miembro de la asociación para afectados de acoso laboral en Cataluña AVALC.

Cristóbal Molina Navarrete. Doctor en Derecho. Catedrático de Seguridad y Salud en la Universidad de Jaén y miembro del Observatorio Vasco contra el *mobbing*.

Marina Parés Soliva. Diplomada en Trabajo Social. Perito social jurídico. Terapeuta en recuperación de víctimas de acoso. Presidenta del Servicio Europeo de Información sobre el Mobbing SEDISEM

Javier de la Peña Prado. Licenciado en Derecho. Abogado y socio Director de LEX ABOGACÍA.

Ricardo Pérez-Accino Picatoste. Inspector Jefe en el Área Operativa de Aduanas de la Agencia Estatal de Administración Tributaria y presidente de la asociación ANAMIB.

Javier I. Prieto Rodríguez. Doctor en Derecho. Abogado, profesor universitario y autor de diversos libros y artículos de Derecho.

Irene Prüfer Leske. Profesora titular en la licenciatura de Traducción e Interpretación (alemán) de la Universidad de Alicante. Presidenta de VAMUE (Víctimas del Acoso Moral en las Universidades Españolas).

Josep Puig Agustí. Psicólogo clínico, perito oficial, posgrados en peritaje psicológico penal, forense, psicopatología clínica, asesoramiento en derecho civil, laboral y familiar. Psicólogo de las asociaciones Alto al *Mobbing*, AVALC y FEDALE.

Gema Puig Esteve. Diplomada en terapia ocupacional, especialización en resiliencia. Trabaja como terapeuta y docente de ADDIMA. Diplomada Universitaria en Enfermería.

Luis de Rivera Revuelta. Doctor en Medicina y catedrático de Psiquiatría. Director del Instituto de Psicoterapia e Investigación Psicosomática de Madrid. Autor de “El maltrato psicológico” de Espasa.

Manuel Rodríguez Abuín. Doctor en Psicología. Director de la Unidad de Psicología Clínica del Instituto de Psicoterapia e Investigación Psicosomática de Madrid y profesor universitario.

Carlota Rodríguez Montero. Jefa de Negociado en la Dirección Provincial del I.N.S.S. en Santa Cruz de Tenerife. Diplomada en Relaciones Laborales. Presidenta de la asociación contra el *mobbing* en las Islas Canarias ASCAMO.

J. Manuel Romacho Romero. Doctor en Medicina, especialidades en Psiquiatría y Neurología, perito oficial, experto en *mobbing* y profesor universitario.

José Luis Rubio Rabal. Psicólogo clínico, terapeuta familiar y educador familiar. Presidente y miembro fundador de la Asociación ADDIMA (Asociación para el desarrollo y la promoción de la Resiliencia).

Juan Antonio Sagardoy Bengoechea. Catedrático de Derecho del Trabajo de la Universidad Complutense de Madrid. Presidente de honor de SAGARDOY ABOGADOS.

Wanda E. Soto Vázquez. Especialista en el área de hostigamiento laboral, moral y sexual, además de acoso escolar o *Bullying* y violencia doméstica laboral.

Manuel Velázquez Fernández. Inspector de Trabajo y Seguridad Social, miembro del Observatorio Vasco contra el *mobbing* y autor, entre otros, del libro “*Mobbing, violencia física y estrés en el trabajo*”.

Eva Ventín Lorenzo. Diplomada en Relaciones Laborales, técnica en Prevención de Riesgos Laborales, afectada, y gran luchadora en defensa de las personas que sufren acoso en el lugar de trabajo.

Joaquim Vilargunter Muñoz. Profesor de Ciclos Formativos durante muchos años y presidente de la asociación contra el acoso AVALC.

**EN EL CAPÍTULO INDIVIDUAL DE CADA EXPERTO,
ENCONTRARÁS SU CURRÍCULUM Y, AL FINAL DEL
LIBRO, ENTREVISTAS EXCLUSIVAS.**

Índice general

La triste realidad.....	3
Introducción.....	5
Colaboradores.....	7
ÍNDICE GENERAL.....	11
A quién va dirigido el libro.....	27
Convenciones generales.....	27
Agradecimientos	27

PRIMERA PARTE

Visión de la afectada

Prólogo	33
Etapas que padecí como víctima de <i>mobbing</i>	35

Capítulo 1

El porqué del acoso laboral	37
Por fin lo ves con claridad.....	37
Qué no es <i>mobbing</i>	38
Qué es <i>mobbing</i>	38
Definición del acoso laboral o <i>mobbing</i>	39
El acoso laboral no es un conflicto laboral	40
No confundamos.....	40
Causas generales del <i>mobbing</i>	43
El ataque a la dignidad.....	44
El acoso en la Administración pública.....	44
Por qué mayoritariamente en la Administración	45
Etapas del proceso.....	45
El acosador.....	46
El perfil del acosador	46
El síndrome MIA (Mediocre Inoperante Activo)	48
La cobardía y el daño sutil invisible.....	49
En quién se centra el acosador	49

Los testigos. Ese entorno tan dañino	50
Tipos de testigos.....	51
Sin ellos no habría existido jamás el acoso	51
Las calumnias, los chismes y los rumores	52
La víctima.....	53
La personalidad de la víctima	54
Consecuencias del <i>mobbing</i>	55
Aquí perdemos todos, pero fundamentalmente la víctima	55
Personales.....	56
Laborales	57
Familiares	57

Capítulo 2

La envidia	59
Introducción	59
La envidia por Victor Montoya.....	61
La envidia por Miguel Silveira.....	64
La envidia por M. Vidal García	64
La envidia por Owaldo Paz y Miño J.	65

Capítulo 3

Sentencias y casos reales.....	69
Introducción	69
Sentencias y casos ganados	69
Primera sentencia en España por <i>mobbing</i> contra una Institución pública. 2002.....	69
La Generalitat de Catalunya condenada	70
Condenan a la Universidad de Alicante	71
El TSJB ratifica que el Gobierno de las Islas Baleares debe indemnizar a una maestra por <i>mobbing</i>	72
Despidos nulos a trabajadores de la UNED.....	73
Sentencia favorable. 25.000 euros de multa.....	74
El TSJA condena a empresa pública	74
Batalla ganada a la corporación sanitaria	75
Sentencia ganada al Ayuntamiento de Palma.....	75
Indemnización por no evaluar riesgos.....	75
Médico gana demanda por acoso laboral.....	76
Sentencia ganada por cambio de contingencia.....	76
Casos reales actuales.....	77
El caso de Esther M.	77
El caso de A.H.....	78
El caso de Dolma Dyna	78
Denuncia del sindicato STEPV-IV de la Universidad.....	79
El caso de Conchi	81

El caso de Mota.....	87
El caso de Soledad.....	88
El caso de Pepa	89
El caso de Mayte.....	90
El caso de Julián.....	90
El caso de R.V.....	91
Casos reales cerrados.....	91
El caso de Chelo Martín	91
El caso de Gerardo Mediavilla	92
El caso de Ana Candi.....	93
El caso de Mamen	94
El caso de Andrés	95
El caso de Leo	95
El caso de Sole.....	96
El caso de Mandi	96
El caso de Eva Ventín.....	96

Capítulo 4

El apoyo de asociaciones y sindicatos... 99

¿Por qué nacen las asociaciones?	99
¿Cómo luchan las asociaciones?	100
Foros.....	102
Listado de asociaciones.....	103
A destacar en algunas asociaciones	106
AVALC, para afectados en Cataluña	106
ANAMIB, para afectados en las Islas Baleares	107
AGACAMT, para afectados en Galicia	109
PRIDICAM, para afectados en Madrid.....	109
ASCAMO, para afectados en las Islas Canarias	110
Por qué cierran muchas asociaciones	111
La intervención de los sindicatos.....	113

Capítulo 5

Cómo conseguir pruebas 115

La importancia de conseguir pruebas	115
Cómo conseguir prueba documental	116
Manos a la obra	122
La importancia de los e-mails	122
Crea un diario.....	123
Graba todo lo que puedas.....	123
Todos los documentos con registro de entrada.....	124
Fotografías.....	125
Los testigos	125

La prueba pericial médica	126
Los informes médicos y psicológicos	126
Fundamento de la pericia médico forense	128

Capítulo 6

La denuncia oficial 131

Posibles salidas ante un acoso laboral	131
Solicitud de adaptación del puesto de trabajo por motivos de salud en los empleados públicos	133
Solicitud de calificación de accidente laboral	135
Dificultad de defensa de acoso en las AA.PP.	136
Relación abogado-acosado	137
Régimen disciplinario desastroso.....	137
Denuncia administrativa	139
La vulneración de derechos.....	143
Reclamación administrativa por vulneración de derechos.....	143
Reclamación administrativa por responsabilidad patrimonial.....	144
Denuncia por la vía judicial.....	145

Capítulo 7

La intervención “burocrática” de la

Inspección de Trabajo (ITSS) 147

El porqué del título.....	147
Devolvían las denuncias presentadas.....	149
Art. 45 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.....	150
El criterio técnico 69/2009.....	152

Capítulo 8

Bajas, incapacidades y pensiones 157

Contingencia de la incapacidad laboral	157
Tipos de incapacidad laboral.....	157
Incapacidad laboral transitoria	158
Duración.....	158
Quién tiene acceso a ILT	159
Contenido.....	159
No es tan difícil demostrar el acoso	159
Pasos a seguir en una ILT	160
Pérdida de subsidio por ILT.....	160
Incapacidad o invalidez permanente	161
Grados de incapacidad permanente	161
Equipos de valoraciones médicas (EVI).....	162
Composición de los EVIs	162
Funciones de los EVIs.....	163
Procedimiento de valoración de los EVIs.....	163

Iniciación.....	163
Instrucción	163
Resolución.....	164
Factores que determinan la incapacidad	164
Lesiones permanentes no invalidantes.....	165
Acoso: accidente laboral o enfermedad profesional	165
Reconocimiento de enfermedad profesional	167
Medidas protectoras	168
Vida laboral y pensiones	168
Cuantías de pensiones por incapacidad	169
Pensiones clases pasivas en funcionarios.....	169
General de la Seguridad Social	170
Acción protectora de la Seguridad Social.....	170
Estatuto de los trabajadores	171
Estatuto básico de los empleados públicos.....	172

Capítulo 9

¿La mediación es una solución? 173

Introducción.....	173
La mediación para las asociaciones	175
PRIDICAM.....	175
AVALC.....	176
AGACAMT.....	177
ANAMIB, por Ricardo Pérez-Accino.....	177
La mediación judicial en el <i>mobbing</i>	
por Carmelo Hernández Ramos	180
Mediación y <i>mobbing</i>	180

Capítulo 10

La prevención y los protocolos

de riesgos laborales..... 185

Un buen servicio de prevención.....	185
Protocolos de prevención de Riesgos (PRL).....	187
Requisitos de un buen protocolo de evaluación.....	190
Opinión de nuestros colaboradores sobre la prevención.....	193
Actuación de los delegados de prevención	194
Normativa e instrucciones.....	195
Problemas para realizar un estudio certero.....	196
Pautas prácticas de actuación tras una encuesta	197
La protección frente a conductas de acoso	198
Ley 7/2007 del estatuto básico del empleado público.....	199
Situaciones de acoso y violencia sufridas por funcionarios y personal estatutario	199

Capítulo 11

¿Existe una recuperación total de la víctima?	201
Introducción	201
Cómo superar el trauma.....	202
Valoración de los colaboradores.....	203
Aportación de la asociación ANAMIB.....	204
¿Hay vida después del acoso? por Irene Prüfer Leske.....	208
Mi visión personal	211
Mensajes recibidos de compañeros de trabajo del centro de acoso	215

SEGUNDA PARTE

Visión de los colaboradores

Introducción

Por Marie-France Hirigoyen	219
----------------------------------	-----

I. Concepto y detección

Capítulo 12

Concepto jurídico uniformado de <i>mobbing</i>	223
por Ramón Gimeno Lahoz	
Currículum	224
Antecedentes.....	225
Concepto jurídico uniformado de <i>mobbing</i>	226
Presión	226
Laboral.....	227
Tendenciosa.....	228
Otras concepciones	232
El término sin el concepto	234
Realidad en los Juzgados de un término desconceptualizado.....	237
Sentencias	238

Capítulo 13

Concepto de *mobbing* 251

por Josep Puig Agustí

Currículum 252

Concepto de *mobbing* 253

Reflexiones sobre el *mobbing*..... 255

Capítulo 14

Teoría unificada del acoso. Un resumen 257

por Luis de Rivera

Currículum 258

Introducción 259

Dinámicas que proceden del acosable 260

Autenticidad 260

Inocencia psicológica 261

Dependencia afectiva..... 262

Dinámicas que proceden del acosador 263

Mediocridad..... 264

Envidia maligna 265

Afan de control..... 265

Dinámicas que proceden de la Organización..... 265

Aislamiento del exterior..... 266

Coherencia interna 267

Improductividad 267

Bibliografía..... 268

Capítulo 15

Mobbing. El gang del acoso..... 269

por Marina Parés Soliva

Currículum 270

Introducción 271

El líder tóxico 275

El *gang* del acoso..... 277

La Manipulación 284

Las Motivaciones Individuales para formar parte
de un grupo de acoso 287

Estructura del *gang* del acoso: los círculos del *mobbing* 289

El funcionamiento del grupo acosador..... 293

El Funcionamiento del acosador con sus aliados 293

El Funcionamiento intrapsíquico de cada miembro acosador..... 295

El Funcionamiento intragrupal del *gang* del acoso 297

El Funcionamiento del *gang* contra la víctima 298

Conclusiones..... 299

Bibliografía..... 301

II. Denuncia e intervención

Introducción

por Javier Ignacio Prieto Rodríguez 304

Capítulo 16

La Ley española ante el *mobbing* 307

por Javier Ignacio Prieto Rodríguez

Currículum 308

Introducción 309

La difícil prueba del acoso. La relación de causalidad 312

Acoso laboral y derechos fundamentales 316

Protección del trabajador 321

La protección del funcionario público. Responsabilidad de la Administración 332

El delito del acoso laboral 342

Capítulo 17

La prueba de la violencia psicológica en el ámbito laboral 371

por Patricia Barbado

Currículum 372

Introducción 373

La dificultad de la prueba de la violencia psicológica 377

Objeto de la prueba. Valoración 380

La carga de la prueba. Las cargas probatorias dinámicas 381

Medios de prueba 387

La prueba de testigos 387

La prueba confesional 395

La prueba documental 395

La prueba de presunciones 397

La prueba pericial psicológica 400

Conclusiones 401

Capítulo 18

Los informes periciales 403

por José Manuel Romacho Romero

Currículum	404
Redacción del informe pericial	405

Capítulo 19

La valoración pericial del daño

psicológico en la víctima..... 423

por David González Trijueque y Sabino Delgado Marina

Currículum	424
Introducción	425
Aproximación a la psicología forense	425
El <i>mobbing</i> como proceso victimizante	429
La valoración pericial de la víctima de <i>mobbing</i>	433
Tipología del daño	433
La valoración del estresor identificado como una situación del acoso laboral	438
La relación de causalidad entre la situación de acoso y el daño evaluado	441
Otras características de la evaluación pericial	445
Bibliografía.....	449

Capítulo 20

Valoración del criterio técnico

69/2009 de la ITSS 453

por Cristóbal Molina Navarrete

Currículum	454
Valoración del criterio técnico 69/2009	455
Copia del criterio técnico 69/2009	459

Capítulo 21

La ITSS ante el *mobbing* en las

administraciones públicas..... 477

por Manuel Velázquez Fernández

Currículum	478
La Inspección de Trabajo en el acoso moral ante las administraciones públicas.....	479

III. Resistencia al acoso y actitud del empresario

Introducción

por Juan Antonio Sagardoy Bengoechea 487

Capítulo 22

Acoso moral en el trabajo y actitud

del empresario 489

por José Manuel Martín Martín

Currículum 490

**El empresario como deudor de protección
frente a las ofensas de naturaleza moral, de**

seguridad y salud (física y psíquica) 491

Referencia a normas constitucionales (Art. 10, 14, 15, 18 CE) 491

Referencia a las normas laborales ordinarias

(Art. 4.2, d, e, Art. 18, 19 y 54.2g) del E.T. 492

Referencia a la Ley 1/82, Orgánica sobre el honor,

derecho a la intimidad personal 492

Actitud del empresario 493

Comportamiento exigible a la empresa en los

supuestos de acoso moral 493

Riesgos para el empresario derivados del acoso 495

Procedimientos judiciales y administrativos 495

Capítulo 23

Resistencia y superación del acoso

laboral.....497

por Joaquim Vilargunter Muñoz

Currículum 498

Introducción 499

Daños que provoca el *mobbing* en el empleo 500

Por qué es difícil la recuperación de la víctima 500

Consecuencias psicológicas en las personas mayores de 50 años 501

Factores que influyen en la disminución de

la empleabilidad de la víctima 501

Posibles consecuencias laborales a causa del acoso 502

Resolución del contrato a instancias del trabajador..... 502

Abandono de la empresa por parte del empleado acosado

sin derecho a indemnización..... 502

El despido pactado..... 503

Extinción por jubilación del trabajador..... 503

La excedencia de carácter voluntario 503

Excedencia por cuidado de un familiar 503

Prestaciones de la Seguridad Social por

incapacidad laboral..... 504

La incapacidad permanente parcial 504

La incapacidad permanente total 504

La incapacidad permanente total cualificada	505
La incapacidad permanente absoluta	505
Recargo de prestaciones preventivas	505
Posibles opciones laborales después del acoso.....	506
Reincorporación al mismo puesto de trabajo.....	506
Adaptación del puesto de trabajo.....	506
Buscar un nuevo empleo en otra empresa	507
El contrato como medida de fomento de empleo	507
Autoempleo como opción personal hacia el empleo	508
Reconocimiento de los derechos de la víctima del	
abuso de poder.....	508
El acoso como fenómeno de violencia psicológica.....	508
Derecho de las víctimas a una reparación y a un	
reconocimiento	509
Formas de reparación	510

Capítulo 24

Expediente disciplinario y

servicio jurídico..... 513

por Irene Prüfer Leske

Currículum

Expediente disciplinario y servicio jurídico.....

Estatuto Básico del Empleado Público (EBEP)

Título VII. Régimen disciplinario

Capítulo 25

El *mobbing* ante la crisis..... 527

por Javier de la Peña Prado y Gabriel D. González Tirado

Currículum

La coyuntura actual.....

Vertiente jurídica.....

Vertiente psíquica.....

Efectos de la crisis

Conclusiones.....

Bibliografía.....

Capítulo 26

Cómo sobrellevar el acoso moral 543

por Eva Ventín Lorenzo

Currículum

Cómo resistir y soportar el acoso moral.....

La actividad preventiva en la empresa.....	546
Prevenición de los trabajadores especialmente sensibles.....	547
La opción del traslado a otro puesto de trabajo.....	547

Capítulo 27

Entre la espada y la pared. Ser víctima de *mobbing* y conciliar a mi familia con

mi dolor..... 549

por Wanda E. Soto Vázquez

Currículum	550
Ortega y Gasset «Meditaciones del Quijote»	551
¡Reflexión!.....	551
Formación de valores en la familia.....	553
<i>Mobbing</i> o acoso psicológico.....	553
Comportamientos y acciones que afectan en la comunicación	554
Factores personales	555
Síntomas	555
¿Cómo convivir sin tener que sobrevivir?.....	559

IV. Tratamiento y recuperación

Introducción

por Luis de Rivera	565
Por José M. Romacho Romero	567

Capítulo 28

Tratamiento psíquico en las víctimas de

mobbing..... 569

por Beatriz Allué Torra

Currículum	570
Introducción	571
¿Qué ha pasado?.....	571
Reacciones del paciente ante el acoso	572
Trastornos como reacción a desencadenante externo	573
Síndrome de estrés por coacción continuada (SECC)	573
¿Qué podemos ofrecer a este paciente?	574

Tratamiento Psicofarmacológico del SECC	575
Benzodiazepinas.....	575
Antidepresivos	575
Otros.....	575
Eutimizantes.....	575
Antipsicóticos.....	576
Hipnóticos no benzodiazepínicos	576

Capítulo 29

¿Es necesario medicalizar el *mobbing*? 577

por Juan Francisco Méndez Garcés

Currículum	578
Introducción.....	579
La importancia del diagnóstico diferencial	580
La pauta terapéutica. ¿Es necesario medicalizar el <i>mobbing</i>?	582

Capítulo 30

La Psicoterapia secuencial de Rivera

en el *mobbing* 587

por Manuel Rodríguez Abuín

Currículum	588
Consideraciones generales.....	589
La psicoterapia secuencial de Rivera.....	591
1. Centrarse y tomar posesión de la propia vida.....	592
2. Mantener la calma.....	593
3. Minimizar el daño.....	594
4. Entender la situación.....	596
5. Definir y decidir la condición.....	597
6. Actuar, no reaccionar.....	598
7. Gestión positiva del cambio. Ser agente creativo de estabilidad y progreso social.....	599
Bibliografía.....	600

Capítulo 31

Recuperar la autoestima, el pensamiento positivo y las habilidades sociales..... 601

por Enriqueta López Jurado

Currículum	602
El proceso terapéutico	603
La resiliencia	606

Capítulo 32

La resiliencia y el *mobbing* 611

por José Luis Rubio Rabal y Gema Puig Esteve

Currículum	612
¿Qué es la resiliencia?	613
¿Qué papel juega la resiliencia en el síndrome postraumático?.....	613
¿Qué factores operan en estos momentos?.....	615
Importancia del discurso social en la resiliencia	617
Estrategias o herramientas que aporta la resiliencia en víctimas de acoso laboral.....	619
Bibliografía.....	620

Capítulo 33

Psicometría del acoso psicológico en el trabajo 623

por Manuel Rodríguez Abuín

Currículum	624
¿Qué evaluar en el acoso psicológico en el trabajo	625
a. Credibilidad del testimonio.....	626
b. Psicopatología y psicósomática en el APT	629
c. Efectos del APT sobre la personalidad.....	630
Cómo evaluar y medir el APT.....	631
a. Inventarios, cuestionarios y escalas.....	631
b. Pruebas psicofisiológicas	632
c. Pruebas proyectivas	633
Bibliografía.....	634

Capítulo 34

Manual de autoayuda. Curso Fénix..... 635

por Ricardo Pérez-Accino y Estela Álvarez

Currículum	636
Objetivos de este manual	637
Objetivos concretos	638
Ubicándonos	638
Tomando conciencia.....	640
El porqué de cada síntoma	640
Reducir la tensión interna.....	648
Controlar los pensamientos reiterativos y la dispersión.....	652
¿Cómo se forma una obsesión?.....	652
Identificación, personajes y contexto	654
La ética y la violencia en el origen del <i>mobbing</i>	654
Envidia en el origen del <i>mobbing</i>	656

Mobbing, dinámica	659
Los procedimientos perversos	662
La luz de gas	663
Hasta dónde podemos llegar: la depresión.....	667
Tomando las riendas	669
¿Por qué precisamente a ti?	669
La muerte del ego.....	671
Cuestiones prácticas	677
La reconstrucción	681
Decidir mejorar.....	682
Tratarte bien.....	684
El miedo, nuestro enemigo.....	685
La verdad de nuestros pensamientos y emociones.....	686
A paso ligero	688
Séptima parte. El Ave Fénix	690
¿Por qué cada persona actúa como actúa?	690
Crisis = Oportunidad	691
Has crecido.....	692
¡Enhorabuena!.....	693

Capítulo 35

Tratamiento terapéutico en el acoso moral. Método SEDISEM..... 695

por Marina Parés Soliva

Currículum	696
Prólogo	697
El tratamiento terapéutico	699
La sintomatología.....	699
Secuelas.....	702
Tratamiento con afectados por <i>mobbing</i>	704
Abordaje sistémico del <i>mobbing</i>	706
Abordaje terapéutico individual.....	711
Intervención individual de casos.....	712
Tratamiento terapéutico de las secuelas	714
Conclusiones.....	716

V. La prevención como solución

Introducción a la prevención

Por José Manuel Romacho Romero..... 718

Capítulo 36

La prevención del acoso moral 721

por Manuel Velázquez Fernández

Currículum 722

La prevención del acoso moral 723

La prevención como contenido inherente de los
derechos laborales..... 725

La prevención del acoso en la legislación vigente..... 730

La prevención de los riesgos psicosociales 731

Capítulo 37

¿Se están creando mecanismos

preventivos y legislativos efectivos? ... 735

por Carmelo Hernández Ramos y Pablo Cuellar Otón

Currículum 736

¿Se están creando mecanismos preventivos efectivos? 737

¿Se están creando mecanismos legislativos efectivos? 743

La reciente regulación específica 743

 La tradicional falta de una normativa expresa 743

 La inclusión en leyes nacionales del fenómeno del acoso..... 746

El fundamento constitucional 750

Epílogo 753

Capítulo 38

¿Es el *mobbing* el pariente pobre de

la prevención? 755

por Carlota Rodríguez Montero

Currículum 756

Introducción 757

1. De la teoría.....a 758

La legislación española: ¿qué dice? 759

2. De la práctica.....a 768

La gestión de la prevención por expertos. La piedra
angular: la especialización 770

Psychosocial assessment: Trick or Treat?

Evaluación psicosocial: ¿truco o trato? 770

El Servicio de Prevención, según RSP art. 15.2 770

Principales técnicas de evaluación..... 773

La Inspección de Trabajo y Seguridad Social..... 775

Sentido común..... 776

Capítulo 39

Perspectiva sindical del acoso laboral. 779

por Antoni Madueño Ranchal

Currículum 780

Introducción 781

La prevención de riesgos laborales en el marco

de las relaciones laborales 783

Responsabilidades 783

Una propuesta preventiva 785

Cuando hemos llegado tarde 785

A modo de conclusión 788

Bibliografía 789

Entrevistas 791

Entrevista al juez Ramón Gimeno Lahoz 793

Entrevista al psicólogo forense David González Trijueque 797

Entrevista al psicólogo-mediador Carmelo Hernández 803

Entrevista a la psicóloga Enriqueta López 805

Entrevista al catedrático Cristóbal Molina Navarrete 807

Entrevista al doctor en Derecho Javier I. Prieto 811

Entrevista al psiquiatra y escritor Luis de Rivera 813

Entrevista al psiquiatra-neurólogo J.M. Romacho 817

Entrevista al catedrático Juan Antonio Sagardoy Bengoechea 819

Entrevista al inspector de Trabajo Manuel Velázquez 821

Entrevista a la laboralista Eva Ventín 823

Agradecimientos

Mi fuerte agradecimiento a la prestigiosa psiquiatra y escritora **Marie-France Hirigoyen** que, aunque al final no pudo participar con un capítulo, su contribución en la lucha contra el acoso se podrá ver resumida en la introducción del apartado de los colaboradores.

Quiero agradecer, de manera especial, al expresidente de la Generalitat de Catalunya Sr. **Jordi Pujol**, su atenta respuesta. Entre todos los mensajes enviados a diferentes instituciones, solicitando colaboración en la difusión de un problema tan grave, él ha mostrado un interés sincero, invitándome a una entrevista personal.

Gracias a **Fernando Álvarez Blázquez**, Subdirector General de Coordinación de Unidades Médicas del Instituto Nacional de la Seguridad Social del Ministerio de Trabajo e Inmigración, por proporcionar información en su Guía de valoración para la incapacidad laboral.

Gracias, igualmente, a **Francisco González Navarro**, exmagistrado del Tribunal Supremo y catedrático de Derecho, hoy retirado, por el regalo de dos de sus libros que me han servido de gran ayuda.

Mi agradecimiento especial al prestigioso psiquiatra y escritor **Luis Rojas Marcos**, por sus palabras de aliento en la lucha contra el acoso.

También mi agradecimiento a las periodistas **Ana Domingo** (del periódico La Razón) y **Sonia Crespo** (de diarioDirecto.com), por su interés y participación en la dura lucha contra el acoso.

A todos los representantes de la asociación **AVALC** (afectados en Cataluña), www.avalc.es, pero fundamentalmente a su presidente **Joaquim Vilargunter**; gracias por su inmensa ayuda. No me quiero olvidar de su psicólogo **Josep Puig** o del farmacéutico **Juan Francisco Méndez**. Sin ellos, habría sido imposible soportar el acoso.

Al psiquiatra-neurólogo Dr. **Romacho Romero**. Es el profesional al que fui remitida “obligatoriamente” por el Departamento de Educación para valoración de salud. Realizó un diagnóstico objetivo que demostró la realidad: había síndrome postraumático y acoso laboral. Dejó patente, además, mi valía personal. Su informe hizo que el propio Departamento de Educación, a través de médico de Medicina de Salud Laboral, solicitara el cambio de contingencia a accidente laboral. Es, sin lugar a dudas, la persona más importante para mí en todo el proceso.

A mi abogado **Javier Ignacio Prieto**. Bajo mi punto de vista, “genial”. Inteligente, listo y vivo como pocas personas he conocido. Sus escritos son excelentes. Muchas gracias por vivir el proceso con la misma entrega que le pone su cliente. No me quiero olvidar de su mano derecha, la abogada **Marta Aragonés**.

A mi querida psicóloga **Enriqueta López**, porque su cercanía y profesionalidad hacen que se haga más llevadero el decaimiento constante de la persona afectada. Siempre tiene ideas prácticas de cómo superar estados deficientes de ánimo.

A mi excelente psiquiatra **Beatriz Allué**, por su enorme profesionalidad. Su trato comprensivo y cercano hacen que, no sólo los fármacos consigan efectos recuperadores.

A mi médica de cabecera **Marta Tous**, por su profesionalidad, empatía y humanidad desde hace muchos años. Habiendo tantos médicos de cabecera, su consulta siempre está llena, por algo bueno será.

A quién va dirigido este libro

Dado su contenido, este libro será de enorme utilidad en cualquier despacho profesional: médicos, abogados, psicólogos, graduados sociales, trabajadores sociales y también en juzgados y universidades.

También será de gran utilidad en centros de formación, cursos específicos o asociaciones contra el mobbing. Su carácter **DIVULGATIVO** le hace muy válido para el público en general.

Convenciones generales

Este libro tiene dos partes bien diferenciadas:

- A. **La visión de la afectada**, complementada por comentarios o párrafos concretos de profesionales en la materia.
- B. **La visión de los colaboradores**, profesionales que desarrollan un tema, según su especialidad.

Para poder establecer una estructura clara del enorme contenido ofrecido por los expertos, el apartado creado por ellos se subdivide, a su vez en:

1. *Concepto y Detección.*
2. *Denuncia e intervención.*
3. *Resistencia, superación y actitud del empresario.*
4. *Tratamiento y recuperación.*
5. *La Prevención como solución.*

Tras esta subdivisión, hemos creído oportuno ofrecer los capítulos ordenados según su temática. Así, por ejemplo, la denuncia por la vía judicial iría antes que los informes periciales, el concepto de acoso iría antes que la detección, etc.

El libro se inicia con mi experiencia personal como víctima de acoso, con la intención de analizar y desenmascarar el *mobbing*, una vez pasadas todas las etapas.

En el primer apartado dedicado a los colaboradores encontramos una introducción de la psiquiatra y escritora Marie-France Hirigoyen, el magistrado Ramón Gimeno Lahoz, el psicólogo Josep Puig, el psiquiatra Luis de Rivera y la laboralista Marina Parés. Trata sobre el *concepto de acoso laboral desde diferentes vertientes*.

En el segundo apartado tratamos la *denuncia e intervención*; desde la Inspección de Trabajo, los informes periciales o la denuncia en un juzgado. En este apartado intervienen el abogado Javier Ignacio Prieto, la abogada Patricia Barbado, el psiquiatra y perito José Manuel Romacho, los psicólogos y peritos David González Trijueque y Sabino Delgado, el catedrático de Derecho Cristóbal Molina Navarrete y el inspector de trabajo Manuel Velázquez.

En el tercer apartado tratamos la fase más dura del acoso: *La resistencia y superación del mismo y la postura de la empresa*. Cómo sobrellevarlo en el seno de la empresa. Intervienen el catedrático de Derecho Juan Antonio Sagardoy, el abogado José Manuel Martín, el presidente de la asociación AVALC Joaquim Vilargunter, la doctora en traducción Irene Prüfer, los abogados Javier de la Peña y Gabriel González, la laboralista Eva Ventín y la Dra. Wanda E. Soto.

En el cuarto apartado se aborda el tema *Tratamiento y recuperación de la víctima* de acoso. Intervienen la psiquiatra Beatriz Allué, la psicóloga Enriqueta López, el farmacéutico Juan Francisco Méndez, la asociación para la resiliencia ADDIMA, Manuel Rodríguez Abuín, el presidente de la asociación ANAMIB y la coach profesional Estela Álvarez en el desarrollo del sistema terapéutico FENIX y la laboralista Marina Parés, a través del método terapéutico SEDISEM.

En el último apartado, se aborda la temática que puede dar una salida honrosa al *mobbing* en un futuro: *La prevención como solución*. Intervienen el psiquiatra José Manuel Romacho, el inspector de Trabajo Manuel Velázquez, el psicólogo-mediador de la audiencia Carmelo Hernández, el jurista Pablo Cuellar Otón, la presidenta de la asociación ASCAMO Carlota Rodríguez y el Responsable de prevención del sindicato Comisiones Obreras Antoni Madueño.