

# psicologia:

Respecte d'aquesta temàtica, gairebé sempre se'n parla en termes judicials, però reconèixer-la en un judici és difícil i, a més, no serveix per a la superació de la problemàtica i del patiment de la persona que la sofreix, ja que deixa seqüeles difícils d'esborrar.

Vull plasmar, almenys intentar-ho de manera clara, què és això de l'assetjament laboral (o *mobbing*), des de la vessant psicològica, perquè la població en general pugui sensibilitzar-se'n i ajudar les persones que el pateixen a sentir-se recolzades.

Pel que fa al sector professional socio sanitari, he observat directament que aquestes situacions es donen en les institucions que s'ocupen de la salut mental i en l'àmbit social.

Al llarg dels anys de treball en el camp de la psicologia he anat constatant sofriments de diversa índole. Aquí voldria expressar concretament els que fan referència als patiments reactius a les situacions estressants per l'assetjament psicològic en el món laboral. He vist que es produeixen tant en les empreses privades, petites o grans, com en les de l'Administració pública,

i en diversos àmbits de treball: sanitaris, socials, escolars, tècnics, etc.

En aquestes situacions sempre hi ha botxí i víctima i l'assetjament pot tenir totes les direccions:

- Vertical descendent: càrrecs superiors i intermedis (que estan entre el mandat d'un cap i els treballadors al seu càrrec) cap a treballadors que en depenen.

- Vertical ascendent: a l'inrevés de l'anterior.

- Horitzontal: entre treballadors de la mateixa categoria.

Les víctimes de l'assetjament solen ser persones transparents, de pell fina; les altres persones capten, en la seva transparència, allò que puguin tenir de vàlua i de feblesa personal, conscient o inconscient. Això pot despertar en l'assetjador sensacions i sentiments interns negatius i moltes vegades visceralment envers l'altre, que són sentiments dels aspectes febles del botxí.

Els assetjadors tenen una cuirassa forta –feta de prepotència, narcisisme i falsa seguretat en si mateixos– que tanca hermèticament les debilitats de la inseguretat pròpia, que esdevé enveja, ràbia i sensacions no autoreconegudes, que poden estar relacionades amb aspectes no superats de si mateixos i la seva història personal. Aquests personatges solen camuflar-se darrere

**“Les víctimes de l'assetjament solen ser persones transparents.”**



# Mobbing o assetjament laboral: reflexions

una falsa capacitat d'empatia –l'altre tant li fa– i de seducció. D'aquest fals ésser, com a regla general és impossible que en sigui conscient, però va fent-lo servir, molt convincentment,

**“Els assetjadors tenen una cuirassa forta que tanca hermèticament les debilitats de la inseguretats pròpia.”**

sense despertar sospites, per anar trepitjant la vàlua de l'altre, amb armes personals silencioses que ataquen la feblesa del pròxim.



Les reaccions de les persones assetjades poden ser múltiples, per exemple:

-En el psiquisme, poden sorgir sentiments o sensacions d'amenaça, que el porten a estar a la defensiva i en un estat de tensió i angoixa permanents, com les sensacions dels que han viscut una catàstrofe, que poden acabar amb depressió, confusió, atacs de pànic, irritabilitat, ansietat, trastorns de la concentració i la memòria, símptomes obsessius, paralització i aïllament en la seva iniciativa laboral i social, i sovint presentant una hipervigilància davant estímuls que puguin semblar ambigus, que pot ser confosa amb la paranoia. No obstant això, en aquests casos la víctima és conscient que quelcom estrany li passa i té dubtes de la realitat del que sent i del que veu, a diferència del paranoic.

-En el cos, poden reaccionar somatitzant amb problemes gastrointestinals, manca de gana, sudoracions, palpitations, trastorns en la tensió arterial, dolors musculoesquelètics, esgotament, fibromiàlgia, trastorns del son i mals de cap i es pot arribar a casos greus.

Aquest patiment és difícil superar-lo un sol: sovint es van succeint consultes a metges especialistes, per tal de trobar quelcom orgànic, abans d'arribar a la causa del mal. Són importants sobretot dos factors: l'ajut i el suport emocional de la xarxa familiar i social, el fet de sentir-se entès i acompanyat, i també els recursos interns de superació que té la mateixa persona, començant pel reconeixement del problema i continuant per la cerca interna de sortides amb èxit de la lluita. Però en

molts dels casos es fa necessària la intervenció professional, per mitigar els símptomes i per poder-hi fer front i cercar i analitzar dins un mateix les febleses i els punts forts que ajudin a tancar ferides i fer sortir defenses que siguin útils.

**Eulàlia Ruiz**  
Psicòloga, especialista en psicologia clínica