

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL

- FATIGA MENTAL
- ACOSO SEXUAL
- VIOLENCIA EN EL TRABAJO
- ADICCIÓN AL TRABAJO
- SÍNDROME DE BURN-OUT
- MOBBING O ACOSO PSICOLÓGICO

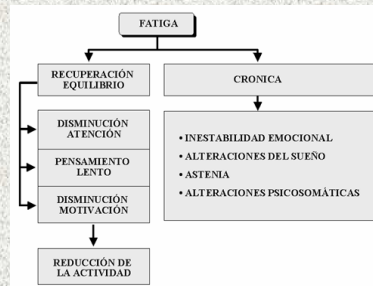
OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: FATIGA MENTAL

- **CARGA DE TRABAJO: FÍSICA Y MENTAL**
- **CARGA MENTAL:**
Nivel de actividad mental necesario para desarrollar un trabajo.
- **EL TRABAJO INTELECTUAL:** ¿en qué consiste?
- **FACTORES DETERMINANTES:**



OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: FATIGA MENTAL

- **FATIGA MENTAL:** Disminución de la capacidad física y mental del individuo, después de haber realizado un trabajo durante un periodo de tiempo determinado.
- **EFFECTOS:** Actividad / Motivación / Absentismo laboral
- **TIPOS Y SÍNTOMAS:**



OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: FATIGA MENTAL

- **PREVENCIÓN:**
 - ✦ Adaptar la carga de trabajo a las capacidades del trabajador.
 - ✦ Controlar la cantidad, calidad y complejidad de la inf. a tratar.
 - ✦ Dotar a las tareas de nivel de interés creciente
 - ✦ Tiempos de descanso
 - ✦ Factores ambientales
 - ✦ Mayor participación del trabajador
 - ✦ Rotación de puestos

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: ACOSO SEXUAL

- **ALGUNAS FALSAS IDEAS.**
- **DEFINICIÓN:**
 - ✗ Conducta de acoso claramente de tipo sexual.
 - ✗ No es deseada por la víctima
 - ✗ Se trata de un comportamiento molesto
 - ✗ Hay ausencia de reciprocidad
 - ✗ Hay imposición de esta conducta
- **CONDUCTAS:** contacto físico, verbales, exhibición fotos, silbidos, gestos,....
- **TIPOS:**
 - ✗ Acoso QUID PRO QUO
 - ✗ Acoso que crea un ambiente de trabajo hostil
- Algunos estudios...
- **CONSECUENCIAS:**
 - ✗ Sobre el trabajo
 - ✗ Sobre la salud psicológica / física

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: ACOSO SEXUAL

- **PREVENCIÓN:**
 - ✗ Declaración de principios
 - ✗ Comunicación de la declaración
 - ✗ Responsabilidad
 - ✗ Formación
 - ✗ **PROCEDIMIENTOS:**
 - ✗ Resolución informal
 - ✗ Consejos y asistencia
 - ✗ Procedimiento de reclamación
 - ✗ Investigaciones
 - ✗ Infracciones y sanciones disciplinarias
- **LEGISLACIÓN**

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: LA VIOLENCIA EN EL TRABAJO

- ✦ ESTADÍSTICAS
- ✦ NO SÓLO NOS REFERIMOS A VIOLENCIA FÍSICA. CONDUCTAS VERBALES O FÍSICAS AMENAZANTES, INTIMIDATORIAS, ABUSIVAS Y ACOSANTES.
- ✦ TIPOS DE VIOLENCIA:
 - + VIOLENCIA TIPO I
 - + VIOLENCIA TIPO II
 - + VIOLENCIA TIPO III
- ✦ CAUSAS: ENTORNO / TRABAJO / AGRESOR
- ✦ PREVENCIÓN:
 - ✦ Implicación de los distintos agentes de la empresa
 - ✦ Análisis de los problemas
 - ✦ Análisis del lugar de trabajo / procedimientos de trabajo
 - ✦ Medidas preventivas en estos aspectos
 - ✦ APOYO A LAS VÍCTIMAS

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: LA ADICCIÓN AL TRABAJO

- DIFERENCIAR DE LA DEDICACIÓN AL TRABAJO.
- SÍNTOMAS:
 - Trabajo excluye cualquier otro ámbito de la vida
 - N° de horas excesivo
 - Siempre ocupado (mentalmente también)
 - Pérdida de tiempo cualquier cosa que no sea trabajar
 - Trabajo a casa
 - No deseo de tiempos de descanso
 - No relaciones sociales
 - Síntomas de irritabilidad, ESTRÉS
- QUÉ NO ES ADICCIÓN AL TRABAJO:
 - Trabajar muchas horas semanales
 - Pensar frecuentemente en el trabajo
 - Mantener un compromiso con la organización
 - Autorrealización
- CÓMO IDENTIFICAR A UN WORKADDICT o WORKAHÓLICO

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL:

EL SÍNDROME DE ESTAR QUEMADO POR EL TRABAJO

- **¿QUÉ ES?: ES UN TIPO DE ESTRÉS LABORAL**
 - INTRODUCCIÓN HISTÓRICA
 - PÉRDIDA PROGRESIVA DEL IDEALISMO, ENERGÍA Y MOTIVACIÓN COMO RESULTADO DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO.
- **TRES DIMENSIONES:**
 - AGOTAMIENTO EMOCIONAL
 - DESPERSONALIZACIÓN
 - BAJA REALIZACIÓN PERSONAL
- **PROFESIONES DE RIESGO:**
 - Asistenciales
 - Profesionales de la Educación
 - Relaciones personales
- **SÍNTOMAS:**
 - MENTALES
 - FÍSICAS
 - CONDUCTUALES

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL:

EL SÍNDROME DE ESTAR QUEMADO POR EL TRABAJO

- **FASES DEL SQT:**
 - ENTUSIASMO
 - ESTANCAMIENTO
 - FRUSTRACIÓN
 - APATÍA
 - FASE DE QUEMADO
- **CARACTERÍSTICAS DE LA ORGANIZACIÓN QUE LO FAVORECEN:**
 - SOBRECARGA LABORAL
 - REDUCCIONES CONTÍNUAS DE RR.
 - DIFICULTAD PARA RECUPERARSE DEL TRABAJO / DESCANSO
 - AUMENTO COMPLEJIDAD EN EL TRABAJO
 - FALTA DE CONTROL SOBRE EL PROPIO TRABAJO
 - EL TRABAJO DEMANDA MAYOR CARGA MENTAL
 - EXCESIVO CONTROL

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: EL SÍNDROME DE ESTAR QUEMADO POR EL TRABAJO

■ PREVENCIÓN:

- A NIVEL INDIVIDUAL
- A NIVEL GRUPAL: apoyo interpersonal, vínculos con compañeros
- A NIVEL ORGANIZACIONAL:
 - Formación en emociones
 - Equilibrio áreas vitales
 - Limitar agenda asistencial y tiempos/paciente
 - Minimizar burocracia
 - Comunicación vertical ascendente

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: ACOSO PSICOLÓGICO O MOBBING

- LEYMANN: Situación en la que una persona o grupo ejercen una violencia psicológica extrema, de forma sistemática, durante un tiempo prolongado, sobre otra persona en el lugar de trabajo.
- OTRAS DEFINICIONES. ETOLOGÍA.
 - UNA TÓNICA COMÚN:
 - CONFLICTO SIN RESOLVER
 - HACER LA VIDA IMPOSIBLE
 - ACABAR CON LA VÍCTIMA
- MODALIDADES DE MOBBING:
 - Bossing
 - Acoso vertical ascendente
 - Acoso horizontal
 - Bullying

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: ACOSO PSICOLÓGICO O MOBBING

- **PERFIL SITUACIÓN DE MOBBING:**
 1. Existencia de dos partes enfrentadas: ACOSADOR / VÍCTIMA
 2. Situación de asimetría
 3. Intencionalidad
 4. Frecuencia y duración
 5. Destino focalizado
 6. OBJETIVO CLARO: DESTRUIR A LA VÍCTIMA
- **COMPORTAMIENTOS QUE NO SON MOBBING:**
 - Un acto singular: discusión, castigo,...
 - La presión legítima del jefe sobre nuestro trabajo
 - Un hecho colectivo de tipo organizativo
 - Los conflictos entre compañeros
 - Exposición a unas condiciones de trabajo negativas (inherentes a la tarea)
 - Críticas constructivas
 - Supervisión o control en el trabajo

HAY QUE TENER EN CUENTA QUE, ESTAS ACTUACIONES, SI SE VUELVEN ABUSIVAS, PUEDEN SER UN PUNTO DE INICIO DE MOBBING.

OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: ACOSO PSICOLÓGICO O MOBBING

- **¿QUÉ CONDUCTAS SON MOBBING?**
 - Ataques a la víctima con medidas organizacionales
 - Ataques a las relaciones sociales de la víctima con aislamiento social
 - Ataques a la vida privada de la víctima
 - Violencia física
 - Ataques a las actitudes de la víctima
 - Agresiones verbales
 - Rumores
- **FASES DEL PROCESO DE ACOSO PSICOLÓGICO**
 - DE CONFLICTO
 - DE MOBBING O ESTIGMATIZACIÓN
 - DE INTERVENCIÓN DE LA EMPRESA
 - DE MARGINACIÓN O EXCLUSIÓN DE LA VIDA LABORAL



OTROS RIESGOS DE ORIGEN PSICOSOCIAL: ACOSO PSICOLÓGICO O MOBBING

- **CONSECUENCIAS: ESTADÍSTICAS**

- PARA LA EMPRESA
- PARA LA PERSONA
- PARA LA FAMILIA Y CÍRCULO SOCIAL
- LABORALES

- **PREVENCIÓN:**

- EVALUAR LOS RIESGOS PSICOSOCIALES
- FACILITAR LAS VIAS DE COMUNICACIÓN
- RESPONSABLES DE PREVENCIÓN
- PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN
- GARANTIZAR LA CONFIDENCIALIDAD
- ESTABLECER CÓDIGO ÉTICO DE CONDUCTA (IMPLICACIÓN DE TODA LA ORGANIZACIÓN)
- ENTRENAR MANDOS EN HH. SS.
- FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN