

La sombra del acoso laboral en la vida de un docente

The shadow of workplace bullying in the life of a teacher

A sombra do bullying no local de trabalho na vida de um professor

Rose Mery González Lizan

Docente de Preescolar

Licenciada en Terapia de Lenguaje

Magíster en Administración Educativa

Ponente en La Habana, Cuba CELEP (UNICEF-UNESCO-OMEP) (2012)

y en Paris, Francia GLOBAL KNOWLEDGE (2018)

rosmygl@hotmail.com

Diagramación e ilustración portada
Andrea Sarmiento Bohórquez



Encuentre este ensayo en <http://revistas.uniminuto.edu/index.php/IYD>

Para citar este ensayo | To cite this essay | Para citar esta dissertação:
González, R. (2023). La sombra del acoso laboral en la vida de un docente. *Inclusión y Desarrollo*, 10(1), pp. 3-6.

Publicado/Published/Publicado: 22 de septiembre de 2023

Ensayo / Essay / dissertação



La sombra del acoso laboral en la vida de un docente

Una *sombra* es una imagen oscura que se proyecta donde hay luz. No obstante, para autores como el psicoanalista Carl Jung (1951), una sombra es “nuestro lado oscuro”, todo aquello que no acepta nuestro yo consciente, mientras que, para Freud (1981), es una parte de nuestra personalidad oculta o reprimida. Para mí, una sombra es una proyección de nosotros mismos en la que podemos ver nuestro yo, con lo bueno y lo malo; es algo que nos acompaña siempre. Cuando hay luz, podemos mirar nuestra sombra, la cual nos recuerda esa dimensión amplificada de nosotros. Es nuestra esencia, el recuerdo de lo grandes e inmensos que somos. Si al final prevalece nuestro yo verdadero, habremos dado lo mejor de nosotros: esa debe ser nuestra mayor victoria. Pero el acoso laboral es una sombra oscura y llena de dolor con la que podemos llegar a toparnos en la vida. Su oscuridad suele hacer difícil el poder reconocerla. Si llegamos a vivirla, esta nos marcará para siempre, nos hará reconocer una maldad que desconocíamos.

Seguramente sabes o intuyes qué es el acoso laboral. Tal vez has escuchado de alguna persona que se queja de que su jefe lo maltrata o de que sus compañeros de trabajo lo excluyen; que padece de insomnio, sudoración e irritabilidad excesiva, o incluso que le cuesta concentrarse y sufre de depresión, falta de iniciativa, inseguridad, palpitaciones o cansancio crónico. Si es así, puede que sufra de *mobbing* o “psicoterror laboral”. Sí, el acoso laboral se sufre. Es una forma de violencia cada vez más frecuente en nuestra sociedad. Cuando estalla, su único objeto es destruir: lo que hace es golpear emocionalmente a su víctima una y mil veces hasta dejarla sin fuerzas, hasta despojarla de su ser. En esta situación tenemos tanto miedo de ser nosotros mismos que esto termina por afectar nuestra salud física, emocional y hasta cognitiva. Es una sombra que pesa tanto que llega a reducirnos como personas y menoscaba nuestra estima y dignidad.

El término *acoso laboral* fue creado por Heinz Leymann en la década de los ochenta. Pero el *mobbing* laboral no es un fenómeno nuevo; lo que sucede es que se ha mantenido en silencio por décadas. Hoy escuchamos hablar más de él porque los expertos en salud han revelado los daños y afectaciones que genera en las víctimas. Para Leymann (1996), el ataque psicológico es tan altamente destructible que compara el acoso laboral con un campo de batalla en el que una persona puede matar a otra sin ser procesada por un tribunal. Al respecto, en la mayoría de países latinoamericanos, existen vacíos en la ley que regulan este proceso. Hay poca orientación, intervención y apoyo a las víctimas.

Esta sociedad de doble moral en la que vivimos no tolera que hablemos de acoso laboral y menos que utilicemos el término *psicópata social* para referirnos al acosador. El Dr. Iñaki Piñuel (2001) define al acosador como un

psicópata que ha determinado jugar con nosotros y con nuestros sentimientos. Para él, la parte más divertida es confirmar que la víctima se siente humillada, vencida y hundida. Los psicópatas carecen de identidad propia; por esa razón, cazan a su víctima, que por lo general está llena de luz. Quieren todo aquello que les gusta de ella e intentan destruirla, porque no soportan seguir viendo en esa persona todo lo que desean. La envidia los corroe, de su alma sale lo más oscuro y sin temor se lo muestran al mundo porque su finalidad es terminar con la víctima. Es una sociedad de grises donde la mayoría no se define —si está en blanco o negro, en el bien o en el mal, en la oscuridad o en la luz—, que aplaude al mediocre, que ignora la valentía, que minimiza las obras para buscar justicia, que expone a las personas que cometen daños y en la que no suele pasar nada en el sistema ni en la institución.

Los que hemos sobrevivido al acoso laboral llevamos el alma marcada por las experiencias vividas, las lágrimas derramadas, la salud perdida, la inseguridad y el cambio. Deseamos ser aquellos padres, esposos, hijos, amigos y profesionales que fuimos antes de sufrir y vivir el acoso laboral. Sin buscar explicación, en medio del sufrimiento, usamos un maquillaje para tratar de disfrazar nuestra profunda tristeza, desilusión, frustración, angustia y miedo, pero nuestros disfraces son muchos para ocultar lo que estamos viviendo. El acoso origina silencio y aislamiento, porque no queremos que nadie se dé cuenta de la tormenta que azota nuestras vidas. Como un árbol grande, frondoso y verde crece cerca de uno pequeño que necesita luz y agua para crecer, el más grande con su sombra seca al de menor tamaño hasta terminar con su vida: así es el acoso. Se trata de personas que nos roban la sonrisa, la mirada tranquila, los sueños e ilusiones, y que transforman nuestras vidas, pues estas nunca volverán a ser iguales después de sufrir de acoso laboral.

Algunos, en medio de este doloroso proceso, solo buscan mantener su esencia, su ser; refugiarse para evitar revivir cada acto de violencia, humillación y calumnia. Buscan fuerza para mantenerse en la lucha y defender su dignidad como seres humanos y profesionales. Esto los puede pulir como perlas preciosas, con más valor y fuerza, pero también los deja con una sombra que los acompaña de por vida. Otros, por su parte, ya no pueden contar su historia y otros, en silencio, asumen la culpa de todo lo que sufrieron y se ven anulados por la sombra del acoso laboral. Sin embargo, pese a su trascendencia y a la gran cantidad de casos de docentes que lo sufren, lo cierto es que en la mayoría de países de Latinoamérica el tema del acoso laboral en el trabajo no ha logrado calar tanto como para abordar su regulación jurídica, pese a que existen normas que podrían aplicarse de manera análoga. Para la Organización Mundial del Trabajo (2005), el acoso laboral consiste en cualquier “acción verbal o psicológica de índole sistemática, en el lugar de trabajo, donde a una persona o a un grupo de personas se le humilla, ofende o amedrenta” (p.1). Es importante reconocer que se trata de acoso laboral para demostrar que se ha sufrido. Se necesita contar con pruebas físicas, documentos, testimonios, que den cuenta de su existencia. El principal problema es acreditar los hechos y las conductas que constituyen el acoso, puesto que el acosador suele ejercer violencia y hacer daño sin dejar evidencia.

El silencio nunca puede ser una opción. Denunciar se convierte, pues, en un largo, complicado y doloroso camino. No es posible imaginar todo ese sufrimiento guardando silencio sin poder defender nuestra propia verdad, sin desenmascarar al psicópata social que nos ha hecho daño y permitiendo que el sistema siga con un ser lleno de maldad, al cual le va a molestar cualquier docente lleno de vocación y profesionalismo. Quien interponga una demanda en contra debe demostrar con detalle y precisión cómo sucedió el acoso, usar una línea del tiempo para identificar cuándo tuvieron lugar los hechos y, además, debe demostrar una relación laboral vigente. Así y todo, siempre se deben considerar conductas que no constituyen *mobbing* laboral, tales como asignar un trabajo con criterios objetivos; velar por ausencias y llegadas tardías; pedir a alguien que cumpla con sus responsabilidades en caso de incumplimiento; aplicar medidas disciplinarias sin hacer distinciones en su personal... Todas estas se consideran responsabilidades del docente y de quien vela por el cumplimiento de las tareas inherentes al cargo de cada trabajador.

El acoso laboral trae múltiples consecuencias que son producto del hostigamiento al que esta situación nos somete. El mayor daño que produce es psicológico, lo que conlleva trastornos del sueño, depresión, estrés, angustia, ansiedad, entre otros. A nivel laboral, la consecuencia más grave es que el acosador nos despoje de todo y cese la relación laboral, pues en muchos casos nos vemos obligados a renunciar para salir del ciclo de hostigamiento del que somos víctimas. A pesar de ello, solo al analizar un caso concreto podemos establecer si existe o no *mobbing* en el trabajo, pues las sanciones disciplinarias se pueden interpretar como hostigamiento cuando en realidad están dentro del poder disciplinario del patrono. Y es que sentir sobre nosotros la sombra de cualquier tipo de hostigamiento laboral menoscaba nuestra dignidad como trabajadores.

Al ser víctimas de una constante humillación, vemos como las personas van perdiendo el respeto hacia nosotros. Este trato diferenciado rompe el principio de igualdad que debe existir en cualquier relación. Las personas que sufrimos de acoso laboral somos consideradas por el acosador como una amenaza. Le molesta nuestro brillo, el amor a nuestra labor, el cariño de los estudiantes y de la familia, nuestro profesionalismo... El acoso laboral nos acorrala y nos deja sin salida. Lo peor es que el acosador nunca se moverá de su silla de poder. Tendrá superiores y cómplices con más poder que reducirán más nuestro espacio. Solo nos queda salir del lugar donde estamos, sin valorar todas las pérdidas profesionales, personales y materiales, y aceptar que esa sombra nos acompañará. Por esa razón, nuestra decisión será, o seguir luchando contra ella, o esperar que termine con nosotros, o quedarnos en silencio y esperar que pase valiéndonos de nuestra fuerza, determinación, coraje, valor y lealtad a nuestros principios.

Es una lucha en mar abierto. Hay que dimensionar que, además del acosador y de su gran círculo de poder, está el sistema jurídico de cada país, los largos procesos en tribunales, las muchas trabas y burlas que el acosador puede disponer, nuestras pocas armas, la verdad de los hechos y todas las pruebas. En mi caso, la lucha duró ocho años para dar una sentencia en firme y demostrar acoso laboral. En ese largo camino, después de muchas audiencias de juicio postergadas por la parte demandada, el juez valoró pruebas y testigos y dictaminó sentencia de acoso laboral. Aunque parece poco creíble, esta sentencia fue apelada e hizo que este proceso se demorara más de dos años. En Colombia, cuando se apela una sentencia, esta se lleva el caso a la sala segunda, se valora en su totalidad y es fallada por cinco magistrados que, de manera unánime y en este caso, determinan sentencia en firme por acoso laboral.

La sombra del acoso laboral puede paralizarnos, enmudecernos, rompernos en mil pedazos. La lucha no es solo nuestra: hay familia, amigos que lo sufren con nosotros. Enfoquemos nuestra energía en esos seres que nos aman y no quieren vernos sufrir más. Pongamos nuestra energía en ellos; conservemos nuestra luz, nuestro amor, nuestra dulzura. Tengamos grandes motivos para salir adelante. Creemos esa imagen mental y mantengámosla con nosotros siempre. Somos seres hechos de resiliencia. Tenemos la capacidad de reiniciarnos muchas veces, de renacer de nuestras cenizas. Levantemos la mirada, démonos permiso para mirar hacia atrás y sintámonos orgullosos de lo que somos, de nuestra valentía. Esa sombra del acoso se puede convertir en nuestro mejor aprendizaje, porque podría permitir que sobresalga nuestra mejor versión: una con más luz y más deseos de ser mejores cada día, de tocar la vida de muchos con amor, de ser un ejemplo de lucha y sensibilidad humana, de mirarnos al espejo con la frente en alto, fieles a nuestro ser y a nuestros principios.

Es un derecho gozar de un ambiente laboral sin violencia. Es esencial para mantener relaciones laborales saludables y, por ende, trabajadores sanos, que es lo normal. Pero vivimos en una sociedad donde lo normal ya no lo es, donde el jefe maltrata a un compañero y no pasa nada, donde compañeros acosan a otros y no pasa nada. Si deseamos que nuestro ambiente laboral sea diferente, debemos actuar con valentía y denunciar; solo de esa forma obtendremos la libertad y la paz que tanto anhelamos en nuestros centros de trabajo. Mirémonos con amor y agradezcamos, abracémonos, felicitémonos por nuestro valor, fuerza, valentía, y aún con el alma rota, continuemos sonriendo... Somos más que sobrevivientes del acoso laboral. Sigamos con nuestra vida y seamos luz para otros donde quiera que estemos. Dejemos que esa sombra nos acompañe, pero ahora con paz, con gozo, con la satisfacción del deber cumplido, con la certeza de que pusimos nuestro granito de arena para hacer de este mundo algo mejor. Ahora es tiempo de reinventarse y de seguir adelante. 🌈

Referencias

- Freud, S. (1981). El fetichismo. En *Obras completas, tomo III* (4 ed.) (pp. 2993-2996). Biblioteca Nueva.
- Jung, Carl G. (1951). *Obras completas* (1999-2016).
- Leymann, H. (1996). *La persecution au travail: mobbing*. Editions du Seuil.
- Organización Mundial del Trabajo. (2005). *Acoso laboral hacia las mujeres*.
- Piñuel, Iñaki. *Mobbing*. (2001). *Cómo sobrevivir el acoso psicológico en el trabajo*. Sal Terrea.