

07 "Mobbing. La Realidad Oculta" Libro Recomendado

Autor: Juan Fco. – ASOCIACIÓN AMAYA // Presentación del Libro

Queridos lectores de la revista ACOSADOS y sus familiares!!

¿En qué condiciones trabajáis? ¿Cómo os sentís en vuestro trabajo? Si vuestra respuesta es: vací@s, hastiad@s, agobiad@s, agotad@s, intimidad@s, hostigad@s, agredid@s, humillad@s, en general, sometid@s a un maltrato o acoso psicológico este es vuestro libro. Si os encontráis atemorizad@s, temeros@s, e in-comprensid@s, y sois conscientes. Si os interrogáis de forma obsesiva con la mayoría de las preguntas que os citaré y percibís un orden socio-laboral preestablecido que os considera y trata como enfermos mentales; necesitáis este libro. No creáis que sois enferm@s mentales descompensados, porque os deriven a un psiquiatra o un psicólogo. No creáis que estáis paranoic@s. No sois ni enfermos mentales ni pacientes difíciles, sois trabajadores víctimas de una violencia psíquica producida por la empresa donde trabajáis, porque es la estructura organizativa de vuestra empresa la que permite y a veces premia, que exista. No es ni vuestra personalidad, ni vuestra actitud la causante, la responsable es vuestra empresa, vosotros padecéis las consecuencias, sois el termómetro del clima y la cultura laboral de la empresa donde trabajáis en condiciones indignas.

El relato que he escuchado en muchos de vosotros es: ¡No entiendo nada! ¿Por qué me tratan así? ¿Por qué me ponen etiquetas? A partir de este momento ya estoy estigmatizado. Soy un enfermo mental. Si mi entorno social lo sabe me mirarán de otra manera ¿Por qué se me hace doblemente víctima, primero el agresor, luego el sistema sanitario? ¿Qué hago? Intentan convencerme de que el problema soy yo. Tengo un trastorno endógeno de mi persona ¿Motivo? mi personalidad, mi conducta, mi estado de ánimo, no sé gestionar mis discrepancias ni mis conflictos. ¿Cómo puede ser? Sufro una agresión y me diagnostican de trastorno mental grave propio, y no de un trastorno reactivo ¿Cómo es posible? Y no sólo eso, encima trivializan el problema, me insinúan que me tomé las cosas de manera exagerada, que no será para tanto. No sólo eso, el médico de cabecera me convence que debo reincorporarme. No es posible. Le estoy diciendo que tengo miedo, terror, pánico a volver ¿Por qué lo hacen? Si mi problema es laboral ¿Por qué me deriva a psiquiatría y no a médicos especialistas en medicina del trabajo? Y no sólo eso, también me derivan a psicología, reumatología, rehabilitación...que me dicen que tengo otra cosa y me atiborran con nueva medicación, o me aumentan las dosis ¿En quién confío? ¿A quién hago caso? ¿Por qué me dan fármacos si no tengo un problema psíquico? No estoy loco

¿Por qué lo cambia? ¿Por qué tengo efectos no deseados? ¿Por qué se duda si me la tomo o no, cuando no ven mejoría? Y mientras tanto los Equipos de Vigilancia de Incapacidades, en Cataluña ICAM, me controlan, evalúan, interrogan, ponen en duda mi palabra, intentar ver si disimulo para no ir a trabajar ¿Por qué ese trato? No sólo no me ayudan, me dicen que no pueden hacer nada, que denuncie, que busque un abogado. Mi futuro está en sus manos, voy a depender de ellos. Su afán es que me reincorpore, volver al trabajo, para ellos es rehabilitarme socialmente. El que no trabaja, es que quiere vivir de rentas, y eso no se lo van a permitir. Creen que me invento todo y dudan de mi palabra. No me entienden, creen que estoy paranoico/a. Y además me etiquetan de paciente difícil. Si los hostigadores son los enfermos y, yo no ¿Por qué me estigmatizan y culpabilizan? La incomprensión se agolpa en vuestras cabezas, pero no debéis hacerle caso. Interiorizar que vuestra actuación es defensiva, ya que el ataque no es interior, sino exterior. Es una defensa reactiva, a una agresión psicológica externa. El acoso viene causado por déficits organizativos de las empresas, y por tanto debe ser considerado desde una perspectiva socio-laboral como riesgo derivado de las condiciones laborales, siendo el respaldo psicosocial y la ayuda psicológica, con la aplicación de técnicas de gimnasia y control psico-físico mental la mejor recuperación.

Leed el libro y veréis la verdadera realidad oculta.

Juan Francisco Méndez Garcés
Doctor en Farmacia
Universidad de Barcelona
Presidente Asociación AMAYA

