

CARTILHA

# *ASSÉDIO MORAL*



Conheça e  
aprenda a  
combater

# ***APRESENTAÇÃO***

Tendo em vista milhares de trabalhadores adoecidos, que recorrem aos Sindicatos em busca de ajuda, de direitos trabalhistas e de reparação causada pelo adoecimento físico e mental, é que a FETRAF RJ/ES vem contribuir com uma série de ações, cujo objetivo é capacitar continuamente os trabalhadores do ramo financeiro, a se protegerem, reconhecerem e denunciarem quando estiverem sendo assediados moralmente. Inclusive, nos últimos anos, o Comando Nacional dos Bancários vem debatendo sobre este tema nas mesas de negociação.

Neste momento, estamos iniciando uma campanha com o tema “ASSÉDIO MORAL - Conheça e aprenda a combater”, composta de materiais educativos, como posts para redes sociais, vídeos e esta cartilha.

**Nilton Damião Esperança**

Presidente da Fetraf RJ/ES



# ÍNDICE

Assédio Moral .....	4
Classificação de Assédio Moral .....	5
Tipos de Assédio Moral – ASSÉDIO MORAL VERTICAL .....	7
Tipos de Assédio Moral – ASSÉDIO MORAL HORIZONTAL .....	8
Tipos de Assédio Moral – ASSÉDIO MORAL MISTO .....	9
Atitudes que caracterizam o Assédio Moral .....	10
O que não é Assédio Moral .....	11
Causas do Assédio Moral .....	12
Conseqüências do Assédio Moral .....	13
Como prevenir o Assédio Moral .....	14
Como proceder em caso de Assédio Moral .....	15
Expediente .....	16
Referências Bibliográficas: .....	17

# ASSÉDIO MORAL

Toda conduta abusiva, gesto ou palavra que por **repetição e prolongamento**, desqualifique, humilhe o trabalhador, afetando a sua integridade, sua saúde física e mental, sendo mais comum nas relações hierárquicas autoritárias, onde os agressores possuem esse perfil. O principal objetivo é desestabilizar a vítima com o ambiente de trabalho, e já adoecida e isolada seja forçada a pedir demissão.

O motor do Assédio Moral é o medo, usado como instrumento de controle e ameaça de demissão para aqueles que não cumprirem regras de forma uniformizada, desconsiderando as diferenças individuais. Dessa forma fragiliza e traz insegurança, implantando a culpa na própria vítima.

## Está na lei!

A Constituição da República Federativa do Brasil tem como fundamentos: a dignidade da pessoa humana e o valor social do trabalho (art. 1º, III e IV). É assegurado o direito à saúde, ao trabalho e à honra (art. 5º, X, e 6º).

Código Civil - Aquele que, por ação ou omissão voluntária, negligência ou imprudência, violar direito e causar dano a outrem, ainda que exclusivamente moral, comete ato ilícito (art. 186).



# *Classificação de Assédio Moral*

No ambiente de trabalho, o assédio moral pode ser classificado de acordo com a sua abrangência:



**Assédio Moral Interpessoal** -  
Ocorre de forma individual,  
quando o agressor ridiculariza a  
vítima de forma sutil perante o seu  
grupo de trabalho, criando  
ambiente hostil entre seus pares.



# *Classificação de Assédio Moral*

**Assédio Moral Institucional** – Quando a empresa utiliza seus administradores para implantar ameaças, comparações e várias estratégias desumanas para que seus empregados cumpram metas.



# Tipos de Assédio Moral

Quanto ao tipo, o assédio moral manifesta-se de três modos distintos:

**1- Assédio Moral Vertical** - Ocorre entre pessoas de nível hierárquico diferentes, chefes e subordinados, e pode ser subdividido em duas espécies:

## **Descendente**

Nível hierárquico diferente do maior para o menor, aproveitando da sua condição de chefia para ultrapassar os limites de tarefas competentes as funções.

## **Ascendente**

Quando um grupo de subordinados, se unem para boicotar ou chantagear o superior hierárquico. Consiste em causar constrangimento ao superior hierárquico por interesses diversos.



# *Tipos de Assédio Moral*

## **2 - ASSÉDIO MORAL HORIZONTAL -**

Quando pessoas do mesmo nível hierárquico criam um clima de competição e provocação, criando liderança negativa através da intimidação. É um comportamento instigado pelo clima de competição exagerado entre colegas de trabalho. O assediador promove uma liderança negativa produzindo intimidação e perseguição conduta essa que se aproxima do bullying.





# ***Tipos de Assédio Moral***

## **3 - Assédio moral misto -**

Consiste na acumulação do assédio moral vertical e do horizontal. A pessoa é assediada por superiores hierárquicos e também por colegas de trabalho. Em geral, a iniciativa da agressão começa sempre com um autor, fazendo com que os demais acabem seguindo o mesmo



# *Algumas das atitudes que caracterizam o Assédio Moral*

- Retirar autonomia;
- Tarefas humilhantes e exigências impossíveis de cumprir para provocar inutilidade;
- Ignorar a presença, não lhe dirigir a palavra e se comunicar através de mensagens;
- Gritar ou falar de forma desrespeitosa;
- Atribuir apelidos pejorativos, ridicularizando a vítima para afastá-la cada vez mais do grupo;
- Retirar cargos e funções sem motivo justo;
- Impor condições e regras de trabalho personalizadas, diferentes das que são cobradas dos outros profissionais;
- Limitar o número de vezes que a vítima vai ao banheiro e monitorar o tempo que ela permanece;
- Impor punições vexatórias (dancinhas, prendas);
- Desconsiderar ou ironizar, injustificadamente, as opiniões da vítima;
- Elegger um colega para controle de outro, criando regras fora do contexto da estrutura hierárquica. Isso gera desconfiança e evita a solidariedade entre colegas;
- Ranqueamento de metas.

## **Mas atenção!**

Situações isoladas podem causar dano moral, mas não necessariamente configuram assédio moral. Para que o assédio seja caracterizado, as agressões devem ocorrer repetidamente, por tempo prolongado, e com a intenção de prejudicar emocionalmente a vítima.



# O que não é Assédio Moral

## - Exigências profissionais:

Exigir que o trabalho seja cumprido com eficiência e estimular o cumprimento de metas e eventuais reclamações por tarefa não cumprida ou realizada com displicência não configuram assédio moral;

## - Aumento do volume de trabalho

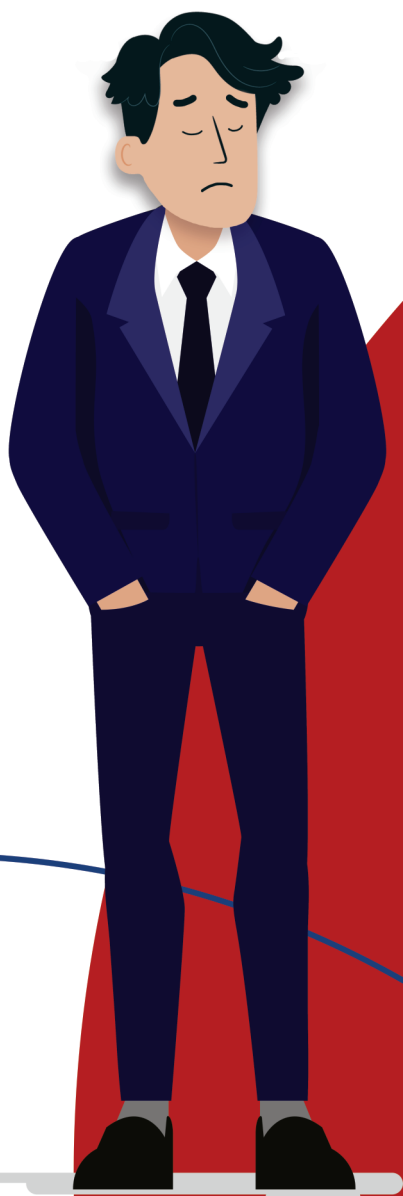
A sobrecarga de trabalho só pode ser vista como assédio moral se usada para desqualificar especificamente um indivíduo ou se usada como forma de punição.

## - Más condições de trabalho

A condição física do ambiente de trabalho (ambiente pequeno e pouco iluminado, por exemplo) não representa assédio moral, a não ser que o profissional seja colocado nessas condições com o objetivo de desmerecê-lo frente aos demais.



# *Causas do Assédio Moral*



As causas do assédio moral no ambiente de trabalho estão ligadas a fatores econômicos, culturais e emocionais. Veja as principais causas:

- **Oferta de emprego menor que a procura;**
- **Competição no ambiente de trabalho;**
- **Cultura autoritária da empresa;**
- **Preconceito;**
- **Busca incessante do cumprimento de metas;**
- **Despreparo do chefe;**
- **Inveja.**

# *Algumas das consequências do Assédio Moral para o indivíduo*

- **Dores generalizadas;**
- **Palpitações;**
- **Distúrbios gastrointestinais;**
- **Dores de cabeça;**
- **Hipertensão arterial;**
- **Alteração do sono;**
- **Irritabilidade;**
- **Crises de choro;**
- **Abandono de relações pessoais;**
- **Problemas familiares;**
- **Isolamento;**
- **Depressão;**
- **Síndrome do pânico;**
- **Estresse;**
- **Esgotamento físico e emocional;**
- **Perda do significado do trabalho;**
- **Suicídio.**





# ***Como prevenir o Assédio Moral***

Existem várias formas de prevenir o assédio moral no trabalho, mas a principal é a informação. Garantir que todos saibam o que é assédio moral quais são os comportamentos e ações adequadas no ambiente de trabalho, contribui para a redução e até para a eliminação dessa prática.



# Como proceder em caso de Assédio Moral

É importante para a vítima de qualquer violência, assédio ou discriminação, ter ferramentas para identificar a conduta abusiva que lhe é dirigida, para que possa buscar amparo para agir dali por diante.

- Reunir provas do assédio. Anotar, com detalhes, todas as situações de assédio sofridas com data, hora e local, e listar os nomes dos que testemunharam os fatos;
- Buscar ajuda da família e colegas, principalmente daqueles que testemunharam o fato ou que já passaram pela mesma situação;
- Buscar o sindicato como aliado para acolher, por meio da escuta atenta e sigilosa, apurar os fatos junto aos responsáveis, inclusive com orientação da assessoria jurídica que irá avaliar a possibilidade de ingressar com ação judicial de reparação de danos morais;
- Buscar ajuda psicológica para que se tenha um espaço de escuta.





# ***EXPEDIENTE***

**Título:** Cartilha Assédio Moral – Conheça e aprenda a combater

**Autoria:** Secretarias de Saúde, Formação, Imprensa da Fetraf RJES

**Direção Editorial:** Adilma Nunes

**Criação:** Adilma Nunes, Lizandre Borges e Wagner Figueiredo

**Colaboração:** Newton França e Elizabeth Paradela

**Redação e Revisão:** Marco Antonio Tavares





## ***Referências Bibliográficas:***

**Ministério Público do Trabalho – <https://mpt.mp.br/>**

Cartilha de Prevenção de Assédio Moral – Pare e Repare – TST

<https://www.tst.jus.br/documents/10157/55951/Cartilha+ass%C3%A9dio+moral/573490e3-a2dd-a598-d2a7-6d492e4b2457>

**Sindicato dos Bancários do Espírito Santo – <https://www.bancarios-es.org.br/>**

Assédio Moral & Sofrimento Psíquico no Trabalho

<https://www.bancarios-es.org.br/confira-cartilha-do-sindicato-contr-assedio-moral/>

**Sindicato dos Bancário de Brasília – <https://bancariosdf.com.br/portal/>**

Cartilha de enfrentamento ao assédio moral e sexual e à discriminação no trabalho

<https://bancariosdf.com.br/portal/sindicato-lanca-cartilha-de-enfrentamento-ao-assedio-moral-e-sexual-e-a-discriminacao-no-trabalho/>

**Assédio Moral Organizacional – As Vítimas dos Métodos de Gestão dos Bancos – Vol. II – 1ª edição 2016. Bauru, SP: Canal 6 Editora, 2016.**

<https://www.defesaclassetrabalhadora.com.br/tag/assedio-moral-organizacional-as-vitimas-dos-metodos-de-gestao-nos-bancos/>



**FETRAF**  
**RJES**

## ***Sindicatos Filiados:***

