



# O que é assédio

Assédio no trabalho é o ato de importunar alguém de forma abusiva, por meio de perseguição, situações constrangedoras, propostas, declarações ou insistências, de forma virtual ou presencial.





## Os tipos de assédio

**MORAL:** é um processo contínuo e reiterado de condutas abusivas que, independentemente da intenção, viola a integridade, a identidade e a dignidade humana. A prática se caracteriza por condutas como discriminar, humilhar, constranger, isolar ou difamar a pessoa, desestabilizando-a emocional ou profissionalmente. Uma característica importante do assédio moral é que as agressões acontecem de maneira **repetida** e por **tempo prolongado**.

## Exemplos de condutas que configuram assédio moral:

1. Espalhar rumores ou divulgar boatos ofensivos a respeito do colega/colaborador;
2. Fazer piadas ou dar apelidos de cunho machista ou racista;
3. Gritar ou falar de forma desrespeitosa;
4. Delegar tarefas impossíveis de serem cumpridas ou determinar prazos incompatíveis para a finalização do trabalho;
5. Impor punições vexatórias, como dancinhas e prendas;
6. Manipular informações, deixando de repassá-las para o colaborador dentro do tempo hábil, induzindo este a realizar tarefas com erro ou de não as realizar;
7. Limitar o número de idas ao banheiro e monitorar o tempo em que lá permanece. Porém, isso não significa que o colaborador possa permanecer por tempo ilimitado no

banheiro diariamente (longos períodos com muita frequência), comprometendo seu trabalho;

8. Tornar público detalhes da vida privada do seu colega ou colaborador.



## Importante

### Entenda o que são exigências profissionais:

Todo trabalho apresenta certo grau de imposição e dependência. Assim, existem atividades inerentes ao contrato de trabalho que devem ser exigidas ao trabalhador. É normal haver cobranças, críticas construtivas e avaliações sobre o trabalho e/ou comportamento específico feitas de forma explícita e não vexatória que não caracterizam assédio.



**SEXUAL:** se caracteriza por toda conduta de conotação sexual praticada contra a vontade de alguém. Isso pode ocorrer de forma verbal ou física, por meio de palavras, gestos ou contatos físicos, com a finalidade de constranger a pessoa e obter vantagens ou favores sexuais.

Diferentemente do assédio moral, que se caracteriza pela repetição de comportamentos, o assédio sexual pode ser configurado a partir de um único ato.

## Exemplos de condutas que configuram assédio sexual:

1. Insinuações explícitas ou veladas de caráter sexual;
2. Gestos ou palavras, escritas ou faladas, de duplo sentido;
3. Conversas indesejáveis sobre sexo;
4. Fazer piadas ou uso de expressões de conteúdo sexual;
5. Contato físico não desejado;
6. Solicitação de favores sexuais;
7. Perguntas indiscretas sobre vida privada;
8. Solicitação de relações íntimas ou outro tipo de conduta sexual;
9. Exibição de material pornográfico;
10. Frases ofensivas ou de duplo sentido, grosseiras, humilhantes, embaraçosas.



## Assédio não precisa de hierarquia

Contudo, engana-se quem pensa que a prática só se configura pelo exercício do poder hierárquico. Tanto o assédio moral quanto o sexual podem ser da chefia para subordinados, de subordinados para a chefia ou entre colegas no mesmo nível de hierarquia.

## Consequências do Assédio:

Para a **vítima** o assédio pode gerar as seguintes consequências:

- **Psicológicas:** vergonha, sentimento de culpa, rejeição, tristeza, baixa auto-estima, irritação, depressão, etc.

- **Físicas:** distúrbios digestivos, palpitações, tremores, crises de choro, dores generalizadas, alterações no sono, dores de cabeça, estresse, tentativas de suicídio, entre outros.

- **Sociais:** distanciamento nas relações com os amigos, parentes e colegas de trabalho, isolamento, etc.

- **Profissionais:** redução da capacidade de concentração e da produtividade, erros no cumprimento das tarefas, desistência do trabalho e reações desnecessárias às ordens superiores.





Já para o assediador (aquele que comete o assédio), as consequências são de punição disciplinar (advertência ou suspensão) e dependendo da gravidade do ato de assédio, pode gerar a demissão por justa causa. Ainda, a depender do ato de assédio, se for considerado crime pela legislação, além de perder o emprego por justa causa, o trabalhador é responsabilizado criminalmente.

## Como combater o assédio no ambiente de trabalho

O respeito, a informação e a empatia (quando você se coloca no lugar do outro) são as principais formas de combater o assédio no ambiente de trabalho.





---

1974 • 2024