

# Sumario

Introducción .....	11
--------------------	----

## Primera parte

### EL ACOSO MORAL EN EL MUNDO DEL TRABAJO

Definiciones .....	17
--------------------	----

<b>1. Lo que no es acoso .....</b>	<b>21</b>
------------------------------------	-----------

El estrés .....	21
-----------------	----

Las virtudes del conflicto .....	25
----------------------------------	----

El maltrato de la dirección .....	28
-----------------------------------	----

Las agresiones esporádicas .....	30
----------------------------------	----

Otras formas de violencia .....	32
---------------------------------	----

Las malas condiciones de trabajo .....	33
--	----

Las coacciones profesionales .....	34
------------------------------------	----

<b>2. Lo que es acoso moral .....</b>	<b>37</b>
---------------------------------------	-----------

¿Cómo se llega a acosar a otro? .....	37
---------------------------------------	----

¿Cómo herir al otro? .....	48
----------------------------	----

¿Qué tiene eso de perverso? .....	57
-----------------------------------	----

<b>3. Las tergiversaciones de la palabra</b> .....	63
La posturas victimistas .....	63
El acosador acosado .....	64
Las falsas alegaciones de acoso moral .....	66
<b>4. Las distintas aproximaciones al fenómeno</b> .....	69
El <i>mobbing</i> .....	69
El <i>bullying</i> .....	71
El <i>harassment</i> .....	73
Los <i>whistleblowers</i> .....	73
El <i>ijime</i> .....	75

### Segunda parte

#### LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA

<b>5. Algunas características de las víctimas del acoso moral</b> ..	85
La sanción de la edad .....	85
¿Es sexuado el acoso moral? .....	88
El acoso discriminatorio .....	92
<b>6. Los métodos de acoso</b> .....	95
Las conductas hostiles .....	95
Los distintos tipos de acoso .....	98
La frecuencia y la duración .....	103
Las bajas laborales .....	104
Consecuencias sociales y económicas .....	106
<b>7. Especificidades de determinados sectores de actividad</b> ...	109
El servicio público .....	110
El sector privado .....	126
La nueva economía .....	129
El sector asociativo .....	131
El deporte .....	133
El mundo político .....	133

### Tercera parte

#### CONSECUENCIAS PARA LA SALUD

<b>8. Las consecuencias específicas</b> .....	139
El estrés y la ansiedad .....	139

La depresión .....	139
Los trastornos psicosomáticos .....	140
<b>9. Las consecuencias del traumatismo .....</b>	<b>145</b>
El estrés postraumático .....	145
La desilusión .....	148
La reactivación de las heridas pasadas .....	149
<b>10. Las consecuencias específicas del acoso moral .....</b>	<b>151</b>
La vergüenza y la humillación .....	151
La pérdida de sentido .....	152
Las modificaciones psíquicas .....	153
La defensa por la psicosis .....	156

Cuarta parte  
LOS ORÍGENES DEL ACOSO

<b>11. Los contextos favorecedores .....</b>	<b>165</b>
La nueva organización del trabajo .....	165
El cinismo del sistema .....	178
La perversidad del sistema .....	182
El papel propiciador de una sociedad narcisista .....	186
<b>12. Lo que ocurre entre las personas .....</b>	<b>189</b>
Elogio del movimiento .....	189
¿Existe una especificidad de la víctima? .....	192
¿Existe un perfil de agresor? .....	214
Lo que parece acoso pero no lo es .....	216
Lo que es destructor pero no necesariamente malintencionado .....	222
Lo que es malintencionado pero no siempre consciente ...	232
Los agresores malintencionados: los perversos narcisistas .	239

Quinta parte  
¿QUÉ HACER?

<b>13. Los interventores .....</b>	<b>249</b>
En el interior .....	249
En el exterior .....	258

<b>14. La prevención</b> .....	267
Al nivel de la empresa .....	268
Al nivel de la sociedad y de las personas .....	276
Plan de prevención .....	278
¿Cómo tratar una situación de acoso moral? .....	282
<b>15. Las mediaciones</b> .....	285
¿En qué momento hay que pasar el relevo al exterior? ....	285
<b>16. ¿Por qué es necesaria una ley?</b> .....	291
Conclusión .....	299
Resumiendo .....	299