

13. Anexos

Anexo 1. *Leymann Inventoy of Psychological Terrorization* (LIPT) ítems 1-45 (Leymann, 1990). Completada con los 15 ítems (del 46-60) de González de Rivera, 2002

Actividades de acoso para reducir las posibilidades de la víctima de comunicarse adecuadamente con otros, incluido el propio acosador

1. El jefe o acosador no permite que la víctima tenga posibilidad de comunicarse.
2. Se interrumpe continuamente a la víctima cuando habla.
3. Los compañeros le impiden expresarse.
4. Los compañeros le gritan, le chillan e injurian en voz alta.
5. Se producen ataques verbales criticando trabajos realizados.
6. Se producen críticas hacia su vida privada.
7. Se aterroriza a la víctima con llamadas telefónicas.
8. Se le amenaza verbalmente.
9. Se le amenaza por escrito.
10. Se rechaza el contacto con la víctima (evitando el contacto visual, mediante gestos de rechazo, desdén o menosprecio, etc.).
11. Se ignora su presencia, por ejemplo, dirigiéndose exclusivamente a terceros (como si no le vieran o no existiera).

Actividades de acoso para evitar que la víctima tenga la posibilidad de mantener contactos sociales

12. No se habla nunca con la víctima.
13. No se le deja que se dirija a uno.
14. Se le asigna a un puesto de trabajo que le aísla de sus compañeros.
15. Se prohíbe a sus compañeros hablar con él.
16. Se niega la presencia física de la víctima.

Actividades de acoso dirigidas a desacreditar o impedir a la víctima mantener su reputación personal o laboral

17. Se maldice o se calumnia a la víctima.
18. Se hacen correr cotilleos y rumores orquestados por el acosador o el grupo de acoso sobre la víctima.
19. Se ridiculiza a la víctima.
20. Se atribuye a la víctima ser una enferma mental.
21. Se intenta forzar un examen o diagnóstico psiquiátrico.
22. Se fabula o inventa una supuesta enfermedad de la víctima.
23. Se imitan sus gestos, su postura, su voz y su talante con vistas a poder ridiculizarlos.
24. Se atacan sus creencias políticas o religiosas.
25. Se hace burla de su vida privada.
26. Se hace burla de sus orígenes o de su nacionalidad.
27. Se le obliga a realizar un trabajo humillante.
28. Se monitoriza, anota, registra y consigna inequitativamente el trabajo de la víctima en términos malintencionados.
29. Se cuestionan o contestan las decisiones tomadas por la víctima.
30. Se le injuria en términos obscenos o degradantes.
31. Se acosa sexualmente a la víctima con gestos o proposiciones.

Actividades de acoso dirigidas a reducir la ocupación de la víctima y su empleabilidad mediante la desacreditación profesional

32. No se asigna a la víctima trabajo ninguno.
33. Se le priva de cualquier ocupación, y se veta para que no pueda encontrar ninguna tarea por sí misma.
34. Se le asignan tareas totalmente inútiles o absurdas.
35. Se le asignan tareas muy inferiores a su capacidad o competencias profesionales.

36. Se le asignan sin cesar tareas nuevas.
37. Se le hace ejecutar trabajos humillantes.
38. Se le asignan tareas que exigen una experiencia superior a sus competencias profesionales.

Actividades de acoso que afectan a la salud física o psíquica de la víctima

39. Se le obliga a realizar trabajos peligrosos o especialmente nocivos para la salud.
40. Se le amenaza físicamente.
41. Se arremete físicamente a la víctima, pero sin gravedad, a título de advertencia.
42. Se le arremete físicamente, pero sin contenerse.
43. Se le ocasionan voluntariamente gastos con intención de perjudicarla.
44. Se le ocasionan desperfectos en su puesto de trabajo o en su domicilio.
45. Se arremete sexualmente a la víctima.

El LIPT-60 (González de Rivera JL, Rodríguez-Abuín, 2003)

46. Ocasionan daños en sus pertenencias o en su vehículo.
47. Manipulan sus herramientas (p. ej., borran archivos de su ordenador).
48. Le sustraen algunas de sus pertenencias, documentos o herramientas de trabajo.
49. Se someten informes confidenciales y negativos sobre usted, sin notificárselo ni concederle oportunidad para defenderse.
50. Las personas que le apoyan reciben amenazas o son presionadas para que se aparten de usted.
51. Devuelven, abren o interceptan su correspondencia.
52. No le pasan llamadas, o dicen que no está.

53. Pierden u olvidan sus encargos, o encargos para usted.
54. Callan o minimizan sus esfuerzos, logros y aciertos.
55. Ocultan sus habilidades y competencias especiales.
56. Exageran sus fallos y errores.
57. Informan mal sobre su permanencia y dedicación.
58. Controlan de manera muy estricta su horario.
59. Cuando solicita un permiso o actividad a la que tiene derecho, se lo niegan o le ponen pegas y dificultades.
60. Se le provoca para obligarle a reaccionar emocionalmente.

Anexo 2. Algoritmo del Estado de ánimo depresivo (abreviado) (DSM-IV AP, 1997) (se ha marcado el paso correspondiente a los trastornos más habitualmente relacionados como consecuencia del *mobbing*)

Los síntomas incluyen:

- Falta de energía.
- Insomnio.
- Pérdida de peso.
- Enfermedad médica inespecífica (p. ej., dolor crónico, malestar gastrointestinal, vértigo).

Paso 1

Considerar el papel de **una enfermedad médica o consumo de sustancias** y tener en cuenta si el estado de ánimo depresivo se explica mejor por la **presencia de otro trastorno mental**.

- F06.xx *Trastorno del estado de ánimo debido a una enfermedad médica.*
- F10.8 *Trastorno del estado de ánimo inducido por alcohol.*
- *Otros trastornos mentales.*

Paso 2

Si el estado de ánimo o la pérdida de interés o del placer **persiste durante al menos 2 semanas**, considerar:

- F32.x *Trastorno depresivo mayor, episodio único.*
- F33.x *Trastorno depresivo mayor, recidivante.*

Paso 3

Si durante **al menos 2 años** ha habido más días con estado de ánimo depresivo que sin él (en adultos; o 1 año en niños), considerar:

- F34.1 *Trastorno distímico.*

Paso 4

Si el estado de ánimo está asociado a **la muerte de una persona querida y ha durado menos de 2 meses**, considerar:

- Z63.4 *Duelo*.

Paso 5

Si el estado de ánimo depresivo se da **en respuesta a un estresante psicosocial identificable** y no cumple criterios para ninguno de los trastornos anteriores, considerar:

- F43.20 *Trastorno adaptativo con estado de ánimo depresivo*.
- F43.22 *Trastorno adaptativo mixto con ansiedad y estado de ánimo depresivo*.

Paso 6

Si el estado de ánimo depresivo es clínicamente significativo y **no se cumplen los criterios para ninguno de los trastornos descritos anteriormente**, considerar:

- F32.9 *Trastorno depresivo no especificado*.

Paso 7

Si el clínico ha determinado que no existe un trastorno, pero necesita indicar la presencia de **síntomas**, considerar:

- Tristeza.
- Disminución de energía.
- Insomnio.

Anexo 3. Algoritmo de la Ansiedad (abreviado) (DSM-IV AP, 1997) (se han marcado los pasos correspondientes a los trastornos más habitualmente relacionados como consecuencia del *mobbing*)

Los síntomas incluyen:

- Temor.
- Preocupación.
- Pensamientos o impulsos repetitivos, intrusos e inapropiados.
- Síntoma médico inespecífico.

Paso 1

Considerar el papel de **una enfermedad médica o consumo de sustancias** y tener en cuenta si la ansiedad se explica mejor con **otro trastorno mental**:

- F06.4 *Trastorno de ansiedad debido a una enfermedad médica.*
- F10.8 *Trastorno de ansiedad inducido por alcohol.*
- F19.8 *Trastorno de ansiedad inducido por otras sustancias (incluyendo la medicación).*
- *Otros trastornos mentales.*

Paso 2

Si los síntomas son **crisis de angustia** recurrentes, considerar:

- F40.01 *Trastorno de angustia con agorafobia* o F41.0 *Trastorno de angustia sin agorafobia.*
- *Crisis de angustia que se dan en el contexto de otros Trastornos de ansiedad.*

Paso 3

Si el síntoma es el **temor, evitación o anticipación**, considerar:

- F40.1 *Fobia social*, evitación de situaciones sociales en las que el sujeto se ve expuesto a una posible evaluación.
- F40.2 *Fobia específica*, evitación de situaciones u objetos específicos.

- F40.01 *Trastorno de angustia con agorafobia*, evitación de situaciones donde escapar puede resultar difícil en el caso de que aparezca en ese momento una crisis de angustia.
- F40.00 *Agorafobia sin historia de trastorno de angustia*, evitación de una situación en la que puede resultar difícil escapar en caso de que se presenten síntomas similares a la crisis de angustia.

Paso 4

Si los síntomas incluyen **temor a la separación**, considerar:

- F93.0 *Trastorno por ansiedad de separación*.

Paso 5

Si la preocupación o ansiedad está relacionada con **pensamientos recurrentes y persistentes (obsesiones) y/o con rituales o actos mentales recurrentes (pulsiones)**, considerar:

- F42.8 *Trastorno obsesivo-compulsivo*.

Paso 6

Si los síntomas se relacionan con la **reexperimentación de acontecimientos altamente traumáticos**, considerar:

- F43.1 *Trastorno por estrés postraumático*, si los síntomas duran al menos 4 semanas.
- F43.0 *Trastorno por estrés agudo*, si los síntomas duran menos de 4 semanas.

Paso 7

Los síntomas de ansiedad y preocupación intensas se asocian a una **variedad de acontecimientos o situaciones** y han durado al menos **6 meses**, considerar:

- F41.1 *Trastorno de ansiedad generalizada*.

Paso 8

Si los síntomas se dan en respuesta a un **estresante psicosocial específico**, considerar:

- F43.28 *Trastorno adaptativo con ansiedad.*
- F43.22 *Trastorno adaptativo mixto con ansiedad y estado de ánimo depresivo.*

Paso 9

Si la ansiedad es clínicamente significativa y **no se cumplen los criterios para ninguno de los trastornos específicos descritos anteriormente**, considerar:

- F41.9 *Trastorno de ansiedad no especificado.*

Paso 10

Si el clínico ha determinado que no existe un trastorno, pero necesita indicar la presencia de **síntomas**, considerar:

- **Ansiedad.**

Anexo 4. Barómetro CISNEROS (*Cuestionario Individual sobre Psicoterror, Negación, Estigmatización y Rechazo en Organizaciones Sociales*) (Piñuel, 2003)

El Barómetro Cisneros, reproducido parcialmente a continuación, permite establecer si existen comportamientos de hostigamiento psicológico en el trabajo.

Señale el grado de frecuencia con que se producen estas situaciones en su caso:

Nunca	Pocas veces al año o menos	Una vez al mes o menos	Algunas veces al mes	Una vez a la semana	Algunas veces a la semana	Todos los días
0	1	2	3	4	5	6

COMPORTAMIENTOS	FRECUENCIA						
	0	1	2	3	4	5	6
Mi superior restringe mis posibilidades de comunicarme, hablar o reunirme con él	0	1	2	3	4	5	6
Me ignoran, me excluyen o me hacen el vacío, fingen no verme, o me hacen «invisible»	0	1	2	3	4	5	6
Me interrumpen continuamente impidiendo expresarme	0	1	2	3	4	5	6
Me fuerzan a realizar trabajos que van contra mis principios o mi ética	0	1	2	3	4	5	6
Evalúan mi trabajo de manera inequitativa o de forma sesgada	0	1	2	3	4	5	6
Me dejan sin ningún trabajo que hacer, ni siquiera por iniciativa propia	0	1	2	3	4	5	6
Me asignan tareas o trabajos absurdos o sin sentido	0	1	2	3	4	5	6
Me asignan tareas o trabajos por debajo de mi capacidad profesional o mis competencias	0	1	2	3	4	5	6
Me asignan tareas rutinarias o sin valor o interés alguno	0	1	2	3	4	5	6
Me abruman con una carga de trabajo insoportable de manera malintencionada	0	1	2	3	4	5	6
Me asignan tareas que ponen en peligro mi integridad física o mi salud a propósito	0	1	2	3	4	5	6
Me impiden que adopte las medidas de seguridad necesarias para realizar mi trabajo con la debida seguridad	0	1	2	3	4	5	6
Se me ocasionan gastos con intención de perjudicarme económicamente	0	1	2	3	4	5	6
Prohíben a mis compañeros o colegas hablar conmigo	0	1	2	3	4	5	6

COMPORTAMIENTOS	FRECUENCIA						
Minusvaloran y echan por tierra mi trabajo no importa lo que haga	0	1	2	3	4	5	6
Me acusan injustificadamente de incumplimientos, errores, fallos, inconcretos y difusos	0	1	2	3	4	5	6
Recibo críticas y reproches por cualquier cosa que haga o decisión que tome en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
Se amplifican y dramatizan de manera injustificada errores pequeños o intrascendentes	0	1	2	3	4	5	6
Me humillan, desprecian o minusvaloran en público ante otros colegas o ante terceros	0	1	2	3	4	5	6
Me amenazan con usar instrumentos disciplinarios (rescisión de contrato, expedientes, despido, traslados)	0	1	2	3	4	5	6
Intentan aislarme de mis compañeros asignándome trabajos o tareas que me alejan físicamente de ellos	0	1	2	3	4	5	6
Distorsionan malintencionadamente lo que digo o hago en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
Se intenta buscarme las cosquillas para «hacerme explotar»	0	1	2	3	4	5	6
Me menosprecian personal o profesionalmente	0	1	2	3	4	5	6
Hacen burla de mí o bromas intentando ridiculizar mi forma de hablar, andar, etc.	0	1	2	3	4	5	6
Recibo feroces e injustas críticas acerca de aspectos de mi vida personal	0	1	2	3	4	5	6
Recibo amenazas verbales o mediante gestos intimidatorios	0	1	2	3	4	5	6
Recibo amenazas por escrito o por teléfono en mi domicilio	0	1	2	3	4	5	6
Me chillan o gritan, o elevan la voz de manera a intimidarme	0	1	2	3	4	5	6
Me zarandean, empujan o avasallan físicamente para intimidarme	0	1	2	3	4	5	6
Se hacen bromas inapropiadas y crueles acerca de mí	0	1	2	3	4	5	6
Inventan y difunden rumores y calumnias acerca de mí de manera intencionada	0	1	2	3	4	5	6
Me privan de información imprescindible y necesaria para hacer mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
Limitan malintencionadamente mi acceso a cursos, promociones o ascensos	0	1	2	3	4	5	6
Me atribuyen malintencionadamente conductas ilícitas o antiéticas para perjudicar mi imagen y reputación	0	1	2	3	4	5	6
Recibo una presión indebida para sacar adelante el trabajo	0	1	2	3	4	5	6
Me asignan plazos de ejecución o cargas de trabajo irrazonables	0	1	2	3	4	5	6

COMPORTAMIENTOS	FRECUENCIA						
Modifican mis responsabilidades o las tareas a ejecutar sin decirme nada	0	1	2	3	4	5	6
Desvaloran continuamente mi esfuerzo profesional	0	1	2	3	4	5	6
Intentan persistentemente desmoralizarme	0	1	2	3	4	5	6
Utilizan varias formas de hacerme incurrir en errores profesionales de manera malintencionada	0	1	2	3	4	5	6
Controlan aspectos de mi trabajo de manera malintencionada para intentar «pillarme en algún renuncio»	0	1	2	3	4	5	6
Me lanzan insinuaciones o proposiciones sexuales directas o indirectas	0	1	2	3	4	5	6

Si ha contestado **afirmativamente** a **una o más** de las cuestiones anteriores, y estos comportamientos se producen con una **frecuencia** por lo menos **semanal** (respuestas 4, 5 y 6), durante un período continuado de al menos **seis meses**, padece una situación de **hostigamiento psicológico en su trabajo**.