

## 2002 – REFLEXIONES SOBRE LOS CIRCULOS DEL ACOSO

**Incluye: Los Círculos del Acoso (2002), Los aliados de la víctima (2002), Espías y Topos (2003), Cultura anti mobbing (2002), y Acoso por abuso de confianza (2002).**

# Los Círculos del Acoso

Oct2002 . Marina Parés

**Los Círculos del Acoso** - Por Marina Parés Soliva. Octubre 2002

Imaginemos un punto y varios círculos concéntricos, parecido al Sol con los planetas en sus órbitas. El PUNTO más central es el acosador, le rodea el PRIMER CIRCULO formado por pocas personas que actúan como el acosador, a veces más hostigantes que el instigador y hacen mucho daño; y junto con él forman el círculo infernal o gang del acoso.

Estos están rodeados por el SEGUNDO CIRCULO formado por muchas más personas que difunden rumores y actúan pasivamente aislando al acosado. Le sigue el TERCER CIRCULO muchísimo más numeroso, formado por las personas que lo ven, pero no hacen nada y miran a otro lado básicamente porque están atemorizadas. A veces en este círculo existen personas rectas que sufren de ver sufrir y no poder hacer nada, se considera que estos espectadores, también pueden sufrir estrés postraumático. El CUARTO CIRCULO está formado por personas muy alejadas del acosador y que están a favor del acosado. En mi opinión pienso que los que formamos parte de foros, asociaciones y simpatizantes en su conjunto estaríamos en el cuarto círculo.

### LOS SIMPATIZANTES

Los simpatizantes son indispensables para la persona que acosa. En general el acoso laboral sólo será posible cuando exista un grupo de simpatizantes, que apoye al instigador o acosador principal. Los simpatizantes SON cómplices de la agresión. Algunas personas se involucran un poco, mientras que otras apoyan a los instigadores agrediendo a la víctima con más virulencia.

### LOS TESTIGOS MUDOS

Muchos de ellos ven el problema con los brazos cruzados, se mantienen al margen y encubren el terror psicológico. A todos ellos les falta: el valor, los principios, y la responsabilidad necesarios para oponerse a esta práctica perjudicial. Muchas veces el silencio está motivado por el miedo a ser ellos mismos las próximas víctimas. El miedo que los atormenta es más fuerte que su propia conciencia. SABEN PERFECTAMENTE que su comportamiento es injusto.

A TODOS ELLOS: No valen las medias tintas: no se puede disculpar a los compañeros que deliberadamente y con frecuencia, incluso también con una alegría maliciosa, hacen la vista gorda ante los malos tratos (físicos o de palabra) que tienen lugar en su departamento.

TESTIGOS MUDOS. Todos los expertos coinciden, ningún acoso puede perdurar, sin la colaboración de los testigos mudos. Y esos somos tú y yo.

Cada vez que permitimos que se critique a una persona que no está presente.

Cada vez que le negamos el saludo a alguien porque ya no está bien visto relacionarse con él.

Cada vez que justificamos el aislamiento en "se lo habrá buscado" o "alguna cosa habrá hecho".

Cada vez que miramos a otra parte cuando delante nuestro se agrede a una persona (aunque sea con el vacío).

Y una vez que hemos dejado que otros nos dicten "la moda" de con quien está bien visto codearnos, habremos empezado a perder libertad personal y la habremos cedido a un líder tóxico.

### **MAS SOBRE TESTIGOS MUDOS: No va conmigo**

por Marina Parés Soliva - septiembre.2002

"No va conmigo"

Estoy intentando recopilar actitudes y palabras "típicas" del testigo mudo; con el ánimo de que ni nos dejemos engañar por ellos, ni les dejemos autoengañarse. Hemos encontrado ya dos actitudes:

1: el miedo

2: el atribuirle culpa a la víctima.

Lo que de verdad nos va a ayudar SON las palabras que hacen servir. Me viene a la cabeza la famosa empleada por los testigos mudos y también por aquellos que, siendo conscientes del problema, no quieren intervenir, pero quieren tener sus (pobres) conciencias tranquilas.

Es aquella de "ALGO HABRA HECHO"

Cuando se atribuye a la persona la responsabilidad de su situación somos menos proclives a intervenir para ayudarla. Por ello, también se da la oración por pasiva, si no queremos ayudar la persona, la echamos la culpa de su situación. También dicen: "No eres tan buena". Y yo me pregunto ¿comparada con quién?

En mi opinión existen DOS consecuencias graves provocadas por los TESTIGOS MUDOS:

1) Primera: hacia la víctima de acoso

Genera desconfianza en las personas y una situación de indefensión.

2) Segunda: para el propio testigo mudo

Saben que no actúan bien y ello genera deseos de justificarse. Acaban acusando a la víctima. Y si por casualidad antes del acoso eran amigos sus ataques pueden ser mucho peores. Todo con tal que el acosador principal no los asocie a la víctima. El mirar a otro lado cuando se comete una injusticia genera "mugre moral", y ello es así porque consiente al principio y porque agrede, después. Es decir, en un afán de justificar su mala acción (el silencio) acaban ejerciendo otra peor (acusar).

Comentarios de víctimas extraídos de foros:

- “Coincide con el segundo punto de los apuntes de Marina. En psicología se denomina a esto "error o sesgo de atribución" (por Siul).
- “Cuando te ven como un peligro por ser íntegra sueltan cosas como "Eres/Es muy rara", "Jamás habíamos tenido estos 'problemas' anteriormente con otros trabajadores", etc.” (por Estrella2).
- “Los "testigos mudos" son lo más falso que puede haber en un entorno laboral, porque cambian como veletas, y te van a hacer un lío tremendo” (afectado anónimo).
- “Seguramente, sufrirás lo indecible cuando descubras por ti misma lo "desagradecidos" que son ante tus atenciones, y te harán faenas gordas cuando menos te lo esperas” (afectado anónimo).
- “Imagino que dependerá de la situación y quién se muestra cobarde porque pueda quedarse sin trabajo por denunciar y apoyar al acosado pues no sé, pero un mínimo hacia el acosado sería reconocerle que es injusto lo que le hacen y darle su apoyo, aunque no suponga ello enfrentarse al acosador jefe ¿hay algún testigo mudo que haga eso?” (por Pablo S.)

Aportaciones extraídas de los forosdelmobbing.info

## Los Círculos del Mobbing



### LA OPINION DE EXPERTOS

José Luis González de Rivera

Encajarían los testigos mudos en el perfil de mediocres del tipo "vacíos" de los que habla José Luis González de Rivera en su libro 'El maltrato psicológico' cuando describe a los vacíos dice:

*"El vacío interno del normópata tiende a llenarse con estímulos y normativas externos, lo que le convierte en un seguidor fiel y fácil de no importa qué, lo mismo da que sea una religión, una ideología política, un grupo cultural o un grupo sectario "*

No será ese vacío y esa falta absoluta de criterio lo que provoca que se conviertan en seguidores del acosador o en testigos mudos, ya que no tienen la integridad suficiente para dar la cara por alguien ni para denunciar lo que es injusto y si en cambio se dejan engatusar por el juego del acosador.

Iñaki Piñuel y Zabalza

*"Los agresores nunca se reconocerán como tales, dicen que la víctima está haciéndolo mal y suelen intentar presentar el efecto que causa su acoso como el origen del problema. Se desestabiliza a la víctima y luego se dice que es desequilibrada. Es satánico porque el afectado empieza a dudar de sí mismo".* Extracto entrevista de Piñuel en La Vanguardia.

*"Los testigos mudos son los que presencian el acoso y no ayudan. Es un factor demoledor para la víctima, ya que justifican la falta de apoyo, la falta de solidaridad. Son los colaboradores tácitos: apartarse, estigmatizar a la víctima. Sin ellos no se puede provocar el mobbing. Sólo 1 de cada 6 testigos que saben lo que está pasando defiende a la víctima. Es importante no olvidar que cinco de los testigos miran a otro lado".* Iñaki Piñuel y Zabala.

Elena Ochoa

*"Cuando alguien como nosotros logra con éxito lo que habíamos depositado en el baúl de los sueños, cuando otro consigue aquello a lo que habíamos renunciado, nuestro ego a veces no puede soportarlo, sobre todo si ese alguien, ese otro, está cerca en el tiempo, en el espacio, en edad, en reputación, en nacimiento".* Elena Ochoa

## 2002 – LOS ALIADOS DE LA VÍCTIMA



### **Los Aliados de la Víctima** - Por Marina Parés Soliva

#### UN TESTIGO NO MUDO

Esta es mi respuesta de agradecimiento a una mujer maravillosa que me ha recordado que la bondad siempre va unida al coraje y a la dulzura. Me defendió cuando la sorpresa del ataque y la evidencia de tres traiciones me bloqueó para defenderme por mí misma. Ser defendida por grandes seres humanos genera una cálida humildad.

En homenaje a "Sol en Tauro", uno entre seis, con todo mi afecto. (Nota de la webmaster)

Se puede tratar y debatir sobre el ejercicio de la violencia, sin violentar.

Se pueden describir escenas de humillaciones y de vejaciones, sin humillar.

Se pueden denunciar actitudes y acciones de descrédito, sin desacreditar.

Se puede abordar el tema del acoso, sin acosar.

No dejemos que los violentos nos contagien sus métodos.

En homenaje a "Sol en Tauro", uno entre seis, con todo mi afecto, y mi agradecimiento por no creer en las calumnias, por enfrentarse al grupo humillante con la verdad, por tener el coraje de los justos, por defenderme cuando nadie se atrevía a hacerlo. Con su actitud consiguió que una violencia demoledora dejara de serlo. Y a partir de ese momento en todo aquello que yo haga o cree hay algo de ella. El agradecimiento es el recuerdo del corazón.

### **OTRO TESTIGO NO MUDO**

En homenaje a "Amigo" dos entre seis. (Nota de la webmaster)

Mi cariño más sincero para el amigo que no se avergonzó de serlo en una situación en que el descrédito hacia mí podía salpicarle. No tuvo miedo. Rasgó la verdad. Se alzó desafiante sobre lo injurioso y me alzó con él. Ser defendida por grandes seres humanos genera una cálida humildad. La humildad de lo mucho que aún debo aprender y del agradecimiento por protegerme de puyas y navajazos que rebotaron contra él. Nunca ha sido un testigo mudo, aunque tenga una manera de decir sin hablar. Se mantuvo a mi vera sin avergonzarse, con una dulce y feroz lealtad. Simplemente, gracias.

“La fuerza interior reside en la capacidad de no dejarnos enredar con las rarezas de los demás. No podemos evitar, que alguien se burle de nosotros. Si esto ocurre, no eres tú quien ha cometido un fallo, sino el agresor. Los agresores no suelen anunciar sus ataques, por lo que nos cogen desprevenidos. El ataque repentino y después el hecho de sentirse vendido, resulta muy doloroso y nos bloquea. Casi todos los comentarios insolentes tienen como único objetivo la provocación. La persona que está decidida a provocarte, encontrará con toda seguridad tus puntos débiles para pinchar allí donde duele. Sólo tú decides cuándo quieres luchar. Sólo tú decides qué admites y qué no. Si en el momento estás ocupado en tareas más importantes, ignora al agresor. Ignorar al agresor no es una postura muy cordial. Para algunas personas, ser ignoradas es una ofensa con mayúsculas. Ser ignorado es un duro castigo. Para algunas personas es peor que una pelea. Hay cosas más importantes que los pensamientos retorcidos de los demás. El agresor está al acecho. El agresor quiere comprobar que el comentario insolente haya llegado a su destino. Se llevará un disgusto si no te inmutas. Tienes cosas mejores que hacer que ocuparte de los extraños puntos de vista de otra gente” Iñaki Piñuel y Zabala.

2003 – ESPIAS Y TOPOS EN EL PROCESO DE MOBBING

### **Espías y Topos en el proceso de mobbing** - por Marina Parés

Según Martín Pérez hay 6 tipos de espías: los espías nativos, los espías internos, los agentes dobles, los espías liquidables, los espías flotantes y los sobornables.



Como resultado de mi experiencia del mobbing he tenido la desgracia de haber coincidido con espías y topos. Los espías y los topos son esas personas que se hacen pasar por amig@s con el fin de sacarte información para pasarla al líder de turno (léase acosador). Al principio no te das cuenta, es al cabo de un tiempo que empiezas a dudar y cuando al fin lo compruebas sólo te provoca un dolor más de traición. Hay tanta traición y puñalada trapera en el mobbing, que a veces, parece que no puedes confiar en nadie.

Muchos opinan que el proceso de acoso sigue las pautas de una estrategia de guerra psicológica ¿cómo, entonces, me sorprende la existencia de espías? En todas las guerras (frías y calientes) se han utilizado y se utilizan, y en el proceso de acoso y derribo de una persona, también. Solo si vamos conociendo cómo es su actuar nos podremos proteger de esos falsos amig@s.

Los clasifico como espías y topos, en función de su conocimiento previo con el acosado; para mí son espías aquellos que habiendo sido amig@s con anterioridad al acoso, acaban por traicionar dicha amistad; y denomino "topos" aquellas personas que nunca fueron amig@s y que inician la relación con el afectado de mobbing con el propósito claro de traicionarlo desde un inicio.

#### LOS ESPIAS

Son esos que en una época pudieron ser amig@s. Hubo un tiempo en que había la suficiente confianza y les contaste lo que te hacían en el trabajo, te comprendían y parecían leales a ti. Y un buen día, casi sin tu darte cuenta, su apoyo empieza a flaquear. No te cuentan ya nada de tus acosadores, pero siempre pretenden sacarte información. Les interesa más lo que vas a hacer, que el cómo te encuentras (y éste es un elemento básico de detección). Y si les pones en la tesitura de tener que darte información ya sea de tus acosadores o de algo que beneficie tu posición en la empresa o en el entorno, siempre las respuestas son "amorfas" y el contenido vago y vacío. Nunca te cuentan nada y siempre pretenden que tu expliques cosas. A menudo, te das cuenta que manejan información sobre ti, que tú no les has proporcionado.

Y si, de una forma u otra, te niegas a informarlos y usas su misma táctica de respuestas vagas, pueden llegar a enfadarse y ser algo agresivos contigo (otra señal inequívoca de su actuar traicionero).

Si tienen contacto con miembros de tu familia, (no hay que olvidar que anteriormente había una amistad), se interesan en sacar información del tipo que pueda beneficiar al acosador. Es en estos casos en que es más fácil que se vuelvan irónicos y cínicos, cuando da la casualidad que el familiar con el que han coincidido no tiene la información que precisa el espía, y (lo que llega a

hacer el sentimiento de culpa), puede llegar a acusar al familiar en cuestión de falta de confianza "¿es que no me lo quieres decir?" "¿cómo puede ser que no lo sepas?". Además de alzar la voz, la bajeza puede llegar al extremo de querer utilizar a los hijos del acosado como fuente de información. Cuando alguien que fue amig@, deja de serlo, pero utiliza el engaño de hacer creer que lo sigue siendo para perfeccionar la traición, no cabe sorprenderse que ni tan siquiera respete a los menores de edad, y que los incluyan en esas tretas.

Cuando, al fin, te das cuenta de la profunda traición; aunque cuesta mucho darse cuenta, (porque te niegas a aceptar que te equivocaste al escoger lo como amig@); puedes enfadarte y descubrir el engaño o bien aprovecharse de él y dar a ese falso amig@ tan sólo la información que desees que conozca tu acosador.

## LOS TOPOS

Son esas personas que no eran amig@s antes del acoso, pero que en un momento dado se acercan a ti, haciéndose los simpáticos. Y como los acosados estamos tan necesitados de atención, no sospechas.

A menudo se trata de otros acosados, y por ello aún estás más desprevenido y no dudas de sus buenas intenciones. Crees que necesita tanto el calor humano como tú. No sospechas, ni por un instante, que pueda "vender" a otro acosado sólo por las caricias de un líder manipulador.

Aunque en un primer momento el contacto parece sincero, hemos de tener claro que ya desde el inicio su interés por nosotros no es genuino. La verdad es que no les interesamos como personas, nos han "cosificado", y tan sólo somos un instrumento para que ellos reciban el premio de sus pesquisas.

Empezaremos a notar las primeras señales, porque nos sacarán toda la información que puedan, nos harán preguntas incómodas y que sólo contestaremos por no saber decir "a ti no te importa".

Desearán conocer nuestras intenciones y motivaciones para hacer una cosa u otra, eso al acosador le puede ser muy útil. Y si nos resistimos a darles información, podrán hacerse pasar por víctimas diciendo que a ellos "nadie les cuenta nada". Cuando lo cierto es que siempre consiguen sacarnos más información que la que proporcionan.

En algunas ocasiones, los topes, hasta llegan a obtener de nosotros material escrito que impunemente, y sin pedir permiso, lo pasan al acosador o manipulador. No se cuestionan el papel que juegan, algunos hasta creen que actúan bien. Seguro que el manipulador les ha convencido que lo hacen por una buena causa.

Y ninguno de ellos se cuestiona que no existe "buena causa" con malas artes.

La vulnerabilidad de algunos acosados de mobbing, frente a las maniobras de manipuladores expertos, es un tema sorprendente. Al menos, eso parece a simple vista, pero con una mirada algo más profunda cabe hasta encontrar la motivación oculta, y esa no es otra que la necesidad de pertenencia a un grupo.

Haber sido excluido de un grupo, tal como ocurre con el acoso laboral, hace que algunas personas necesiten imperiosamente "pertenecer". Y consiguen saciar esa necesidad de pertenencia integrándose en otro grupo.

Lo erróneo es cuando la integración no se realiza en un grupo (con un funcionamiento más o menos democrático), sino que hay una adscripción a una persona, a un líder (con lo que ello supone de sumisión y pérdida de libertad). Es, en estos casos, en que a un acosado se le "exige" convertirse en topo.

La exigencia se hace de modo sutil, como es propio de todo buen manipulador, y se puede manifestar tanto en forzar el establecimiento de relaciones del "topo" con acosados en concreto a fin de sacarles información (verbal o escrita) o en que el "topo" deje de prestar ayuda a acosados en concreto con los que había cierta afinidad, con anterioridad, (eso se nota porque a partir del contacto con el manipulador o con uno de sus ayudantes, la relación se enfría, y los proyectos en común se congelan).

¿Cuál es el premio?

El premio que recibe el espía por la traición a un antiguo amig@, se basa más en dar rienda suelta a un cierto sentimiento de envidia que había quedado encubierto en el manto de la amistad. Así, existe un "disfrute" (en término psicoanalítico) en ver "caer" al envidiado. En participar en el descubrimiento que ese ser antes envidiado, ahora puede ser derribado y que también es de barro.

En cambio, el premio que recibe el topo es una caricia del manipulador, leve; pues un verdadero manipulador nunca está suficientemente satisfecho con el sacrificio ajeno, siempre exige más. Por tanto, el acosado que "vende" a otro acosado para recibir el agradecimiento del manipulador, se va a encontrar con una pequeña gratificación. aunque si la información que "debía" obtener se convierte en un fracaso, seguramente ni tan siquiera reciba esa pequeña gratificación de su poco ética actuación; con mucha más probabilidad recibirá un rapapolvo directo y un descrédito indirecto por su incompetencia. Cabría pensar que en estos casos los topos, abrirían los ojos y se harían conscientes. Pues la realidad, sorprendentemente, no es así.

Esos topos, en lugar de darse cuenta de la relación manipulativa que tienen establecida con el líder (manipulativo o acosador); la cual se manifiesta con pérdida de libertad de acción, de expresión y de asociación (en fin que tienen que estar dando razones de lo que hacen, del porque lo hacen, de lo que dicen, de con quién van o dejan de ir); se enredan a sí mismos, se autoengañan, y todavía se ofrecen a "vender" a más acosados, en una espiral sin fin.

Se ha llegado a crear una relación de simbiosis malsana, alimentada por la instauración de una relación comunicativa del doble vínculo. Cuyo final, sólo es uno: el aborrecimiento del "topo" por parte del manipulador. Sólo entonces se rompe la simbiosis, cuando al manipulador ya no le es útil el topo. Y, para acabar, vamos a tener que aceptar que ningún topo despreciado y arrinconado, va a reconocer que "vendió" a sus iguales porque eligió adscribirse a una sola persona, por encima de otras consideraciones éticas y que con ello consiguió un lugar en un grupo. Difícilmente alguien va a reconocer algo así.

*"Hoy, casi todo dentro de mí ha parado de crecer, salvo el sentimiento de culpa de aquella noche".*

*"Avui, gairebé tot a dins meu ha parat de créixer ,tret del sentiment de culpa d'aquell vespre"*  
(Raj Kamal Jha)

Marina Parés Soliva - <http://acosomoral.org>



# Cultura Anti-Mobbing

por Marina Parés.

## **Cultura Anti-Mobbing** - por Marina Parés.

Hace unos días por la radio oí comentar a un "conseller" de la Generalitat que a partir del próximo curso escolar se iba a implantar un plan de prevención del consumo de drogas de diseño, enfocada a los escolares. Cuando le pidieron concreción de las medidas de prevención, enumeró las siguientes:

- . fomentar el espíritu crítico: para que el joven pueda decidir lo que le conviene o no.
- . potenciar actitudes asertivas: para enfrentarse a la presión de grupo

Lo primero que me vino a la cabeza fue: ¿es que no saben que los jóvenes que actúen así serán, de mayores, acosados? Dejando pasar los días, mi indignación (pueril y miedosa) se ha convertido en una reflexión sobre la cultura antimobbing. Quiero compartirla con vosotros:

- Los acosados somos los ciudadanos que hemos creído (interiorizado) los valores democráticos. Eso quiere decir:

-que actuamos solidariamente.

-que si acaban con nosotros habrán perdido el espíritu de un estado de derecho.

- Los acosados tenemos espíritu crítico y somos capaces de resistir a la presión de grupo. Eso quiere decir.

-que actuamos honestamente (a la cara).

-que, para doblegarnos, no pueden hacerlo de frente, han de hacerlo por la espalda (acoso).

Octubre 2002. M. Parés Soliva. Extraído de <http://forosdelmobing.info>

## **Cultura Anti-Mobbing: los valores**

Las personas tenemos unos valores u otros, en base a unos intereses y en función de los cuales creamos un tipo de sociedad u otra. Cuando este proceso de escoger es voluntario, es necesario que estos valores sean defendidos, demostrándolo con hechos. En caso contrario no hay diferencia entre defenderlos o no.

Oct. 2002. Extractos oídos en la presentación de CLAM-Associació Contra l'Assetjament Moral (Isabel V.)

## **Una cultura del exilio:**

*"Aunque el exilio tenga aspectos negativos, la psique salvaje lo puede soportar, pues acrecienta nuestro anhelo de liberar nuestra verdadera naturaleza y nos induce a desear una cultura acorde con ella. El anhelo y el deseo hacen por sí solos que una persona siga adelante. Hace que una persona siga buscando y, en caso de que no logre encontrar una cultura apropiada, hace que ella misma se la construya. Lo cual es muy bueno, pues si la construye, un día aparecerán*

*misteriosamente otras personas que llevaban mucho tiempo buscando y proclamarán con entusiasmo que era eso lo que tanto ansiaban encontrar”.*

Extraído de "Mujeres que corren con los Lobos" de Clarissa Pinkola Estés.

## 2002 ACOSO POR ABUSO DE CONFIANZA



**Acoso por Abuso de Confianza** - por Marina Parés Soliva. D. en T. S y perito social. jurídico. Oct.2002.

Generalmente es lo que ocurre entre compañeros de trabajo; aunque también puede ocurrir entre la relación jefe-empleado cuando ha existido una relación de amistad dentro de la relación laboral. La motivación es la envidia, no sólo el no poder disfrutar de lo bueno del otro, sino la necesidad de destruir al otro. En estos casos es donde más visible se hace la estrategia de la fase de seducción, con la captación o absorción de la cualidad de la víctima.

Se trata de un verdadero conflicto interpersonal que se desarrolla en el ámbito laboral y que utiliza las cosas del trabajo para destruir, pero que su origen está en la envidia o celotipia de alguien. Ese alguien, es ese trabajador que manipula todo con tal de desembarazarse de un compañero de trabajo. Manipula al entorno, a los jefes, a los clientes, para desprestigiar a la víctima, no le importa nada del trabajo, tiene una actitud totalmente desleal con la organización que lo tolera ya que el ansia personal de destruir se antepone a cualquier otra valoración laboral. No le importa, ni se lo plantea, generar mal clima laboral, pérdidas económicas a la empresa, baja calidad del producto, lo único que le mueve es su ansia de destruir. Y gasta en ello una energía enorme. Parece incansable, tenaz en su objetivo destructivo.

Es una lucha sin normas, sin leyes, son actuaciones viles, insanas. Se entra en una escalada de violencia progresiva. A la víctima le cuesta mucho salir de esa relación, pero ello es absolutamente necesario si no quiere dejarse destruir. Lo más prioritario es esforzarse en desvincularse emotivamente del agresor. Mientras aún nos de pena, le comprendamos, recordemos añorantes la anterior etapa de relación idílica, estamos perdidos. Aunque duela, hemos de saber que, si no cortamos los lazos afectivos, nos va a doler más. Esa persona no nos quiere bien y tampoco nos quiso antes, ya sé que eso duele, pero si no cortamos nos destruirá. Es su objetivo: destruirnos, y no debemos olvidarlo.

Reconocer y aceptar que jamás hubo un interés verdadero por nosotros es un palo más. Ser acosado es recibir muchos palos (mobbilizate en los foros de la Pam 2002) y salir del acoso no es fácil. Algunas consecuencias de esas puñaladas traperas, en el afectado, son: la aparición de verdaderos sentimientos de desconfianza y de poca autoestima. Se tarda tiempo en volver a confiar en el resto de la humanidad, y en reconocerse bueno y valioso. Encontrar apoyo entre iguales ayuda a acortar las etapas de recuperación.

Quizás sea más fácil mantener el trabajo en el abuso de confianza que en el abuso de poder, pero las repercusiones emocionales, en mi opinión son más graves. El ataque va dirigido a destruir la esencia de la víctima. Muchos trabajadores no tienen más remedio que escoger

mantenerse en su lugar de trabajo a pesar de ser maltratados en ellos por sus iguales. Una buena actuación de la jerarquía puede parar el acoso. También es verdad que, si la jerarquía no actúa o bien se posiciona al lado del acosador, el acoso se amplía y empiezan a aparecer las medidas organizacionales propias del acoso por abuso de poder.

#### ABUSO DE CONFIANZA

Lo que escribí en los antiguos foros de la Pam:

"Cuando el acoso proviene de alguien a quien has querido o apreciado, además de ser un ataque a la dignidad es una traición al sentimiento de confianza. Por desgracia sé lo que duelen esas puñaladas traperas. Mis acosadoras, además de coincidentes laborales se hicieron pasar por amigas durante ¡OCHO! años. Tenlo presente nunca te quiso ni te apreció. Ni a ti, ni a ella, ni a nadie. Cuando una persona ha crecido en un ambiente de acoso familiar, puede ocurrir dos cosas que se convierta en un perfecto acosador; en grado sumo, ya que ha habido un "perfeccionamiento" generacional o bien que sea muy buena persona y no pueda actuar perversamente. Por lo que dices querida, tú eres esencialmente buena. Quizá más que muchos o al menos te ha tocado demostrarlo más.

Un consejo: apóyate en este foro y cúrate.

Lo de volver ..., es decisión tuya. Pero habrás de hacerte fuerte. Siempre podrás volver si eres tú quien lo dejas un tiempo, en cambio si te fuerzan a dejarlo, la vuelta es más difícil".



"Lo más atroz de las cosas malas de la gente mala, es el silencio de la gente buena".

Gandhi.

#### **RESUMEN: LOS CIRCULOS DEL MOBBING**

por Marina Parés

EL GRUPO ACOSADOR – EL GANG DE ACOSO

Parés Soliva en su artículo "Peritación social del mobbing", que puede ser consultado en <http://www.acosomoral.org/pdf/peritajesocial/peritajesocial1.PDF> plantea que:

El grupo acosador "se presenta sobre todo como un manipulador, solo manifiesta su verdadera naturaleza frente a la víctima, sin testigos... Su seducción es tal que a veces consigue poner a toda la sociedad contra la víctima."

Ese es el primer paso en proceso de acoso: demonizar a la víctima.

## Los Círculos del Mobbing



Gracias a esa estigmatización el individuo (o grupo) manipulador consigue el apoyo de otros seres humanos para iniciar el acoso contra ella. Marina Pares, en su artículo sobre el mobbing que puede ser consultado en <http://www.acosomoral.org>, plantea el entorno de la víctima de la siguiente manera:

El PUNTO más central es el acosador, le rodea el:

PRIMER CÍRCULO formado por pocas personas que actúan como el acosador, a veces más y hacen mucho daño; y junto con él forman el círculo infernal o gang del acoso.

Estos están rodeados por el SEGUNDO CÍRCULO formado por muchas más personas que difunden rumores y actúan pasivamente aislando al acosado.

Le sigue el TERCER CÍRCULO muchísimo más numeroso, formado por las personas que lo ven, pero no hacen nada y miran a otro lado básicamente porque están atemorizadas.

A veces en este círculo existen personas rectas que sufren de ver sufrir y no poder hacer nada, se considera que también pueden sufrir estrés postraumático.

[https://www.homohominisacrares.net/php/articulos.php?num\\_revista=8&cod\\_articulo=75](https://www.homohominisacrares.net/php/articulos.php?num_revista=8&cod_articulo=75)