

## Lista de 45 factos

### ESTÁ A SER VÍTIMA DE ASSÉDIO MORAL NO TRABALHO?

Escolha as opções que melhor se adaptam à sua situação

**1. Em relação aos seus contactos pessoais:**

- 1) Seu superior impede-o de se expressar.
- 2) É constantemente interrompido.
- 3) Seus colegas impedem-no de se expressar.

**É-lhe exercida pressão das seguintes formas:**

- 4) Repreendem-no e gritam consigo.
- 5) Críticas constantes ao seu trabalho.
- 6) Críticas constantes á sua vida pessoal.
- 7) Sente-se aterrorizado através de chamadas telefónicas.
- 8) São-lhe feitas ameaças verbais.
- 9) São-lhe enviadas ameaças escritas.

**É-lhe negado o contacto das seguintes formas:**

- 10) Através de olhares ou gestos.
- 11) Não lhe dizendo as coisas directamente.
- 50) Outra:

.....

**2. É sistematicamente isolado:**

- 12) Não lhe sendo dirigida a palavra.
- 13) Recusa ao diálogo.
- 14) É fisicamente isolado dos outros colegas.
- 15) Os outros colegas estão proibidos de falar consigo.
- 16) É tratado como se fosse invisível.
- 51) Outra:

.....

**3. Alteram as suas funções a título punitivo:**

- 17) Não lhe são atribuídas tarefas. Fica desocupado durante as horas de trabalho.
- 18) São-lhe atribuídas tarefas inúteis.
- 19) São-lhe atribuídas tarefas nocivas para a saúde.
- 20) São-lhe atribuídas tarefas inferiores ás suas qualificações.
- 21) São-lhe constantemente alteradas as tarefas de trabalho.
- 22) São-lhe atribuídas tarefas que afectam a sua auto-estima.
- 23) São-lhe atribuídas tarefas que excedem as suas qualificações a fim de o/a desacreditar.
- 52) Outra:

.....

**4. Ataques à sua reputação:**

- 24)** Falam mal de si nas suas costas.
- 25)** Espalham falsos rumores a seu respeito.
- 26)** É ridicularizado em público.
- 27)** É tratado como se tivesse uma doença mental.
- 28)** É forçado a submeter-se a uma avaliação psiquiátrica.
- 29)** Gozam com a sua deficiência.
- 30)** Imitam o seu andar, voz ou gestos para gozar consigo.
- 31)** Atacam as suas convicções religiosas ou políticas.
- 32)** A sua nacionalidade é atacada.
- 33)** É forçado a realizar tarefas que afectam a sua auto-estima.
- 34)** Seu trabalho é julgado de forma errada e ofensiva.
- 35)** As suas decisões são sempre questionadas.
- 36)** Chamam-lhe nomes ou palavras degradantes.
- 37)** São-lhe dirigidas insinuações de cariz sexual.

**53)** Outra :

.....

**5. Violência e ameaças de violência:**

- 38)** É obrigado a trabalhos que lhe afectam a saúde.
- 39)** É obrigado a tarefas nocivas apesar de seu estado de saúde.
- 40)** São-lhe dirigidas ameaças de violência física.
- 41)** Uso de violência ligeira para “lhe ensinar uma lição”.
- 42)** Presença de abuso físico.
- 43)** Provocam danos que implicam custos financeiros para si.
- 44)** São-lhe provocados danos no local de trabalho e/ou na vida pessoal.
- 45)** Existência de assédio sexual.

**54)** Outra:

.....

**6. Outras ocorrências ou situações que deseje nomear**

Há quanto tempo duram estas situações?

Nº Anos

Nº Meses

Nº Semanas



**Avaliação:**

Se esteve exposto a uma ou mais das situações acima descritas pelo **menos uma vez por semana durante um período contínuo de seis meses**, está provavelmente a sofrer de assédio moral. Visto este teste ser meramente indicativo, solicite ajuda a alguém da sua confiança, à delegação de pessoal ou junto da Mobbing asbl, se acredita estar a ser vítima de assédio psicológico e moral.

Questionário LIPT abreviado, desenvolvido por Heinz Leymann (Leymann - Inventory of Psychological Terror). Versão Alemã por Klaus Niedl dgvt-Verlag, Tübingen, traduzido para Português pré acordo ortográfico.