

# PARE



## ASSÉDIO MORAL



essa luta é nossa!

  
**CEPROL** 

[WWW.CEPROLSINDICATO.COM](http://WWW.CEPROLSINDICATO.COM)

 **CONFETAM**

**CARTILHA**  
**PARE**  
**ASSÉDIO MORAL**

**COORDENAÇÃO E ORGANIZAÇÃO**  
Sindicato dos Professores  
Municipais Leopoldenses

**COMITÊ DIRETIVO**  
Cristiane Maria Mainardi  
Rosi Petersen

**REDAÇÃO**  
Cristiane Maria Mainardi  
Rosi Lopes Petersen

**REVISÃO**  
Felipe Diego da Silva

**ARTE E DIAGRAMAÇÃO**  
Cristina Engler

**IMPRESSÃO**  
Impressos Portão Ltda  
CNPJ: 88.263.942/0001-03

**TIRAGEM**  
500 unidades

**APOIO**



SINDICATO DOS PROFESSORES MUNICIPAIS LEOPOLDENSES

Rua Primeiro de Março, 113 - sala 802  
Centro, São Leopoldo - RS 93010 010  
Edifício Integral Centro Profissional  
Fone: (51) 3592 0118  
email: ceprolsindicatovivo@gmail.com



As várias formas de assédio  
acontecem em diferentes idades,  
com todos os gêneros, origens  
e etnias. Em casa, na rua, na  
escola ou no trabalho, quando  
perceber que está acontecendo  
alguma forma de assédio, sem  
constrangimentos,

**BUSQUE AJUDA.**

**Assédio é crime!**



**(51) 993781262**



**[www.ceprounindicato.com](http://www.ceprounindicato.com)**





# **PARE**

## **ASSÉDIO MORAL**

TODES CONTRA O ASSÉDIO MORAL



**BUSQUE AJUDA!**

**DENUNCIE**

**SMED (51 2200 0828)**



[WWW.CEPROLSINDICATO.COM](http://WWW.CEPROLSINDICATO.COM)

 **CEPROL: (51)99378 1262**

Estamos  
Atentos/as para nos  
Socorrer



Como **classe trabalhadora que somos**, temos trabalhado acreditando que quanto mais trabalharmos melhor será nossa qualidade de vida. Como se a expressão “tempo é dinheiro” não fosse uma falácia, pois temos visto cada vez mais a renda se concentrar na mão de uma minoria, enquanto **grande parte da classe trabalhadora tem dificuldade de atender às necessidades materiais básicas**, sendo culpabilizada por isso. A educação segue a lógica do sistema. Apesar de haver a disputa do discurso da **educação para que ela seja tratada como investimento no ser humano**, mesmo no setor público, ela está na lógica do mercado. Ela disputa capital. É comum vermos **colegas extenuados com jornadas de trabalho**, frente a uma demanda cada vez maior. Temos que **dar conta de salas de aulas lotadas**, enfrentado cada vez mais **desafios e dificuldades**. Professores têm que dar conta, têm que bater meta. A escola não pode ser um fracasso nos objetivos, muitas vezes, inalcançáveis. **Caso não se alcance o esperado, não faltarão apontamentos para culpabilizar trabalhadoras e trabalhadores**. É o método do professor que provavelmente foi ineficiente. É falta de vontade individual que não foi o suficiente. Raramente se culpabiliza a estrutura que reflete como nossa sociedade pensa e busca os resultados.

# TODES CONTRA O ASSÉDIO MORAL



**Nessa estrutura, fatalmente, trabalhadoras e trabalhadores serão apontados sempre como os culpados.** Não é com essa demanda de trabalho, na “otimização” da mão-de-obra, com a lógica da meritocracia que não leva em conta as incontáveis demandas de professoras e professores que a educação deixará de ser entendida como “fracasso” de metas. **Se é na escola que vemos a possibilidade de mudança, é preciso que essa estrutura cada vez mais deixe de ser reprodução do sistema que a cerca.** É preciso revermos as tais metas. Caso contrário será mais uma instituição geradora de crises, inclusive a existencial dela própria.

Vivemos em constantes crises geradas pelo sistema capitalista. Se nos questionarmos é impossível de sabermos quando foi que não estivemos em alguma crise nesse sistema vigente. São crises econômicas, crises climáticas, crises humanitárias, etc. **É a lógica do progresso e da acumulação de capital desenfreados** que são postos como metas que nunca são saciadas por serem infinitas num mundo finito que rege as nossas vidas como verdades únicas e absolutas. **Estamos imersos nessa lógica contraditória** e esquizofrênica como se não existe outras possibilidades que não o da competição e da meritocracia. Nesse cenário, estão nossas escolas que agem da mesma forma, gerando muitas frustrações que fazem com que ouçamos há anos a expressão “fracasso escolar”. A escola tem sido um ambiente de frustração, pois parece que nunca entrega o que promete. **No geral os trabalhadores tem sido cada vez mais atacados para produzirem mais com menos.** Ficou célebre o sofisma expresso pelo ex-presidente Bolsonaro que dizia: “O trabalhador terá que escolher entre mais direito menos emprego, ou menos direito e mais emprego”. Essa frase apesar de ser um ataque claro aos direitos, foi comprada por muitos trabalhadores imersos nessa lógica que precariza cada vez mais o trabalho, obrigando o trabalhador a se sujeitar a jornadas cada vez mais extenuantes sem perspectiva, muitas vezes, de uma aposentadoria.

*Cristiane Ramaldi*

Presidente do Ceprol

# ASSÉDIO MORAL

## TIPOS DE ASSÉDIO MORAL

### ASSÉDIO MORAL HORIZONTAL

Praticado entre **COLEGAS** de trabalho.

### ASSÉDIO MORAL VERTICAL DESCENDENTE

Praticado pelo **SUPERIOR** hierárquico contra o(a/s) subordinado(a/s).

### ASSÉDIO MORAL VERTICAL ASCENDENTE

Praticado por um ou mais **SUBORDINADOS/as** contra seu superior.

Embora a situação mais comum seja a do **ASSÉDIO MORAL** partir de um superior para um subordinado, muitas vezes pode ocorrer entre colegas de mesmo nível hierárquico, ou mesmo partir de subordinados para com um superior.



# CARTILHA ASSÉDIO MORAL



**BUSQUE AJUDA!**

**DENUNCIE**

**SMED (51) 2200 0828**

O ASSÉDIO MORAL é uma prática que traz sérios problemas ao ambiente de trabalho, principalmente porque causa risco a dignidade e a integridade física e mental dos trabalhadores e trabalhadoras em educação, pois degrada as relações de trabalho e afeta a saúde dessas profissionais, comprometendo a qualidade dos serviços prestados à população. Diante dessa situação, é relevante que o tema seja discutido por toda a sociedade e, principalmente, nas escolas.

A Cartilha «**Todes contra o Assédio Moral**», vem como um recurso para auxiliar a categoria no combate ao Assédio Moral nas escolas.

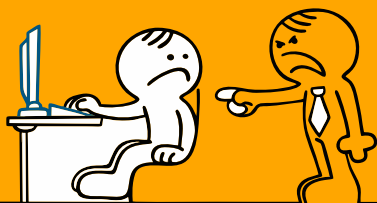
## ASSÉDIO MORAL NO SERVIÇO PÚBLICO

É importante considerar que assédio moral apresenta contornos especiais no serviço público, onde o assédio tende a ser mais prolongado e intenso do que na iniciativa privada.

# O QUE É Assédio

## MORAL NO

## TRABALHO



Caracterizado como um conjunto de comportamentos ou atitudes depreciativas, humilhantes e constrangedoras, que um ou mais superiores, colegas ou subordinados desenvolvem de forma repetitiva e prolongada contra um indivíduo no âmbito do trabalho.

O assédio moral pode ser conceituado como "conduta abusiva, intencional, frequente e repetida, que ocorre no ambiente de trabalho e que visa diminuir, humilhar, vexar, confranger, desqualificar e demolir psicologicamente um indivíduo ou um grupo, degradando as suas condições de trabalho, atingindo a sua dignidade e colocando em risco a sua integridade pessoal e profissional" (HIRIGOYEN, 2000, p. 37).

"Toda e qualquer conduta abusiva, manifestando-se, sobretudo por comportamentos, palavras, atos, gestos, escritos que possam trazer danos à personalidade, à dignidade ou à integridade física ou psíquica de uma pessoa, pôr em perigo o seu emprego ou degradar o ambiente de trabalho" (HIRIGOYEN, 2001, p. 65).

A humilhação repetitiva e de longa duração interfere na vida do trabalhador de modo direto, comprometendo sua identidade, dignidade e relações afetivas e sociais, ocasionando graves danos saúde física e mental, que podem evoluir para a incapacidade laborativa, desemprego e até mesmo a morte, constituindo um risco invisível, porém concreto, nas relações e nas condições de trabalho

**ASSÉDIO SE COMBATE COM ATITUDE POSITIVA E**

# SÓ DEPENDE DE NÓS,

conviver em harmonia,  
respeitando as diferenças  
com sentido de equipe e empatia,  
auxiliando o outro nas dificuldades,  
contribuindo para  
um ambiente de  
trabalho sadio.

*essa luta  
é nossa!*

O Assédio Moral é uma forma de violência que tem como objetivo desestabilizar emocional e profissionalmente o indivíduo e pode ocorrer por meio de ações diretas (acusações, insultos, gritos, humilhações públicas) e indiretas (propagação de boatos, isolamento, recusa a comunicação, fofocas e exclusão social). Percebeu alguém sofrendo abusos, ou está sendo abusado/a, denuncie e faça parte da corrente do CEPROL, TODES CONTRA O ASSÉDIO MORAL.



**PROCURE AJUDA**

SMED (51 2200 0828)

*respeito*

# MANIFESTAÇÕES DE ASSÉDIO MORAL



## é assédio Moral

Determinar o cumprimento de atribuições estranhas ou atividades incompatíveis com o cargo que ocupa, ou em condições e prazos inexecutáveis.



## é assédio Moral

Segregação física do trabalhador no ambiente de trabalho, confinando-o em local inadequado, isolado ou insalubre.



## é assédio Moral

Designar para o exercício de funções triviais o excedente de ocupantes de cargos técnicos, especializados, ou aqueles para as quais, de qualquer forma, exijam capacitação e conhecimentos específicos.



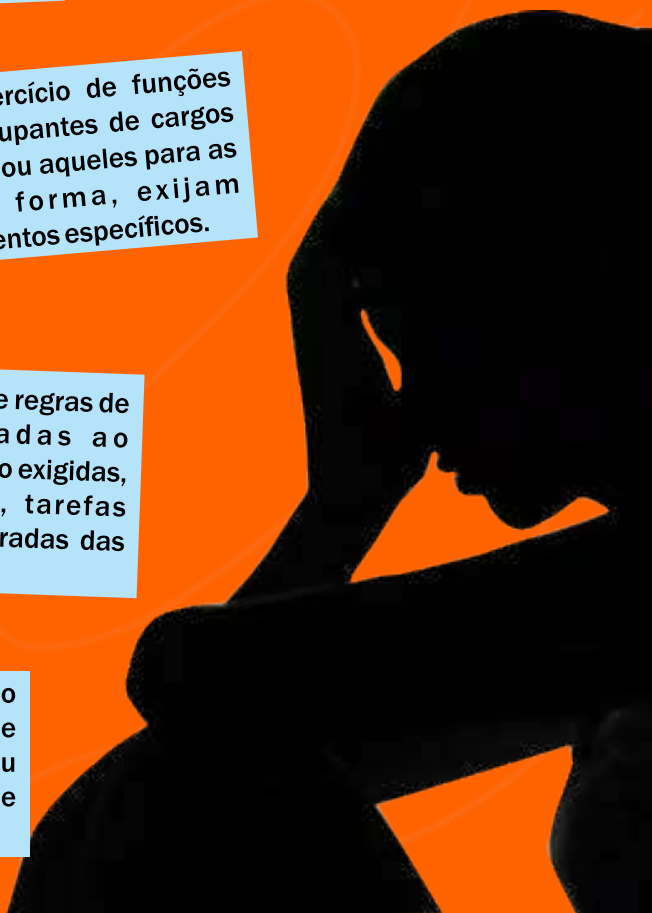
## é assédio Moral

Imposição de condições e regras de trabalho personalizadas ao trabalhador, caso em que são exigidas, de determinada pessoa, tarefas diferentes das que são cobradas das demais na mesma função.



## é assédio Moral

Recusa na comunicação direta, comunicando-se apenas por e-mail, bilhetes ou terceiros e outras formas de comunicação indiretas.



se gera sofrimento e angústia,  
pare e reflita!

**identifique,  
se posicione.  
DIGA NÃO!**

**é assédio Moral**

Utilizar de forma maliciosa informações sobre o estado de saúde física ou mental do trabalhador.

**é assédio Moral**

Manipulação de informações de forma a não serem repassadas com a antecedência necessária a elaboração de trabalhos.

**é assédio Moral**

Sonegação de trabalho, deixando trabalhador ocioso, sem quaisquer tarefas a cumprir, o que provoca uma sensação de inutilidade e incompetência e o coloca em uma situação humilhante frente aos/as demais colegas de trabalho.

**é assédio Moral**

Desrespeitar limites decorrentes de condições de deficiência física e mental, impondo tarefas inadequadas.

**é assédio Moral**

Tratar de forma preconceituosa ou discriminatória condições de gênero, raça, orientação sexual ou vinculação religiosa.

**é assédio Moral**

Impedir o trabalhador de expressar-se, sem explicar os motivos.

**é assédio Moral**

Aplicar advertências em razão de atestados médicos ou de reclamação de direitos.

**é assédio Moral**

Divulgar rumores e comentários maliciosos, bem como na prática de críticas inoportunas reiteradas ou na subestimação de esforços.

**é assédio Moral**

Fragilização, ridicularização, inferiorização, humilhação pública do trabalhador por meio de palavras, gestos ou boatos.

**PRATIQUE  
EM  
PA  
TIA**

# consequências

## **ASSÉDIO MORAL**

As perdas refletem-se no ambiente de trabalho, atingindo, muitas vezes, os demais trabalhadores, com a queda da produtividade e da qualidade, a ocorrência de doenças profissionais e acidentes de trabalho.

### **SOBRE A SAÚDE**

Os reflexos de quem sofre a humilhação são significativos e vão desde a queda da autoestima a problemas de saúde. Dentre as marcas prejudiciais do assédio moral na saúde do trabalhador, são citadas as seguintes:

Depressão, angústia, estresse, crises de competência, crises de choro, mal-estar físico e mental;

Cansaço exagerado, falta de interesse pelo trabalho, irritação constante; Insônia, alterações no sono, pesadelos;

Diminuição da capacidade de concentração e memorização;

Isolamento, tristeza, redução da capacidade de se relacionar com outras pessoas e fazer amizades;

Sensação negativa em relação ao futuro;

Aumento de peso ou emagrecimento exagerado, aumento da pressão arterial, problemas digestivos, tremores e palpitações;  
Uso de álcool e drogas;

Tentativa de suicídio.



**É IMPORTANTE QUE A VÍTIMA DE ASSÉDIO MORAL NÃO SE SILENCIE. PROCURAR APOIO DE COLEGAS, AMIGOS E FAMILIARES PODE AJUDAR A ENFRENTAR ESTA SITUAÇÃO.**

# o que fazer diante do **ASSÉDIO**

Comunique ao setor responsável, ao superior hierárquico do assediador, ou à entidade de classe as situações de assédio moral que presenciou.

Anotar, com detalhes, todas as humilhações sofridas, procurando, ao máximo, coletar e guardar provas do assédio;

Buscar ajuda dentro do próprio órgão público, procurar a Ouvidoria da SMED (51 2200 0828) para relatar os fatos e pedir providências;

Denunciar o ocorrido aos Sindicatos representativos da categoria;

Também é importante reforçar a solidariedade no local de trabalho, como forma de colir o agressor, criando uma rede de resistência às condutas de assédio moral. Se você é testemunha, seja solidário com seu colega e nesta hora o apoio dos colegas também será precioso.

**O sucesso da equipe depende da colaboração de todos**

**Evite se omitir diante de situações**

**Se o colega está sobrecarregado ofereça ajuda**

**Se coloque no lugar do outro**

**Dê exemplo de comportamento e condutas adequadas**

**Ofereça apoio**



**CRIE UMA REDE DE RESISTÊNCIA  
SE SOLIDARIZANDO COM OS COLEGAS**



# **PREVENÇÃO E COMBATE AO ASSÉDIO MORAL**



**POR UM AMBIENTE  
DE TRABALHO  
POSITIVO**

Uma das maneiras mais eficientes de combate ao assédio moral é a prevenção. Algumas medidas que podem ser adotadas são:



Realização de campanhas, formações, palestras e seminários nos órgãos públicos para divulgação das informações sobre o assédio moral, a fim de que o maior número de trabalhadores esteja ciente desse tipo de conduta, de como agir diante dela e das suas possíveis consequências;



Acolher as vítimas formando uma ampla rede de proteção envolvendo diferentes áreas, como o trabalho articulado entre a Secretaria de Educação e da Saúde, amparo Jurídico, auxílio para a mediação dos conflitos, debates e propostas de medidas de prevenção;



Lutar por uma legislação que trate do assunto no sentido de coibir o assédio moral e punir os agressores também é fundamental.

# PARE. REPARE.

TODES CONTRA O ASSÉDIO MORAL



## NÃO FAZ PARTE DA ROTINA DE TRABALHO

- XINGAMENTOS E HUMILHAÇÕES;
- DESESTABILIZAR O SUPERIOR;
- BULLYING ENTRE COLEGAS PREJUDICA NÃO SÓ A VÍTIMA, MAS TODO O AMBIENTE DE TRABALHO;
- ESPALHAR RUMORES, OU DIVULGAR BOATOS;
- CRITICAR A VIDA PARTICULAR DA PESSOA;
- DESCONSIDERAR E IRONIZAR OPINIÕES;
- ATRIBUIR APELIDOS PEJORATIVOS.



## CAUSAS DO ASSÉDIO MORAL

no ambiente de trabalho estão ligadas a fatores econômicos, culturais e emocionais, como o abuso do poder diretivo; busca incessante do cumprimento de metas; cultura autoritária; despreparo do chefe para o gerenciamento de pessoas; rivalidade no ambiente de trabalho; e inveja.



# TÁ NA LEI

A República Federativa do Brasil tem como fundamentos: a dignidade da pessoa humana e o valor social do trabalho (art. 1º, III e IV).

É assegurado o direito à Saúde, ao trabalho e à honra (art. 5º, X, e 6º).

## Constituição da República

### CÓDIGO CIVIL

Aquele que, por ação ou omissão voluntária, negligência ou imprudência, violar direito e causar dano a outrem, ainda que exclusivamente moral, comete ato ilícito (art. 186).

### LEI 8.112/1990

São deveres do servidor público, entre outros, manter Conduta compatível com a moralidade administrativa, tratar as pessoas com urbanidade e ser leal às instituições a que servir (art. 116, incs. II, IX e XI, da Lei nº 8.112/1990).

**FAÇA  
A SUA  
PARTE!**



**BAS  
TA!**



**BUSQUE AJUDA!**

**DENUNCIE**

SMED (51 2200 0828)

**TODOS CONTRA O ASSÉDIO MORAL**



# TODES CONTRA O ASSÉDIO MORAL

## O ASSÉDIO MORAL NO TRABALHO

**NÃO É UM FATO ISOLADO, ele se baseia na repetição ao longo do tempo de práticas vexatórias e constrange, oras, explicitando a degradação deliberada das condições de trabalho.**

**PROTEJA-SE,  
BUSQUE AJUDA!**

**DENUNCIE**

**SMED (51 2200 0828)**



**A BATALHA PARA RECUPERAR A DIGNIDADE, A IDENTIDADE, O RESPEITO NO TRABALHO E A AUTO ESTIMA DEVE PASSAR PELA ORGANIZAÇÃO DE FORMA COLETIVA E UNIDADE DA NOSSA CATEGORIA ATRAVÉS DE UMA RELAÇÃO DE COLEGUISMO, RESPEITO, IGUALDADE E SOLIDARIEDADE.**



# QUESTIONAMENTOS

**VOCÊ TEM CONHECIMENTO DE ALGUMA OCORRÊNCIA  
DE ASSÉDIO MORAL ENTRE SEUS COLEGAS DE TRABALHO?**

**VOCÊ ACREDITA QUE JÁ TENHA  
SIDO VÍTIMA DE ASSÉDIO MORAL?**

**JÁ PERCEBEU SINTOMAS DE SAÚDE EM RISCO EM VOCÊ E EM SEUS COLEGAS?**

É importante identificar os sintomas em você e nas pessoas próximas para combater esse tipo de sofrimento. O Assédio Moral machuca e causa problemas sérios para a saúde física e mental.

Danos PSICOPATOLÓGICOS ansiedade; apatia, problemas de concentração, humor depressivo, vivências depressivas, pensamentos repetitivos e confusos, esquecimentos constantes, ideias suicidas, reações de medo, insegurança, insônia, ou sonolência excessiva, pesadelos, sonhos com o ambiente de trabalho, falta de iniciativa e melancolia. Danos PSICOSSOMÁTICOS hipertensão arterial, dispnéia, crise de asma, palpitações cardíacas, taquicardia, doenças do coração, inflamações na pele, perda de cabelo, dores generalizadas no corpo, perda de equilíbrio corporal, enxaquecas, distúrbios digestivos, diminuição da libido e disfunções sexuais e de comportamento - desordem alimentar - bulimia ou anorexia, atitudes agressivas, isolamento social, aumento de consumo de drogas, como álcool, cigarros, remédios e isolamento social.

Ela é forte,  
só está cansada, ou  
está sendo abusada?  
Parece que está bem,  
mas pode não estar.  
Identifique a diferença,  
se aproxime, pergunte se  
está tudo bem e se pode  
ajudar de alguma forma.  
A sua ajuda pode  
salvar uma vida.





**ALVOS MAIS COMUNS DO ASSÉDIO MORAL:**  
**SEXO FEMININO; RAÇA E ETNIA; LGBTQI+;**  
**PCDS (PESSOAS COM DEFICIÊNCIA);**  
**DOENTES E ACIDENTADOS;**  
**AS MULHERES NEGRAS**  
**SÃO OS ALVOS**  
**MAIS FREQUENTES**  
**DE ASSÉDIO MORAL.**

*Atenção: Não se cale!  
Informar os  
colegas e familiares,  
buscar auxílio  
médico-psicológico e  
denunciar o agressor faz toda  
a diferença no enfrentamento da  
situação. Informe-se,*

**PROCURE AJUDA**

**SMED (51 2200 0828)**

TODES CONTRA O ASSÉDIO MORAL



Ceprol Somos Nós!



[WWW.CEPROLSINDICATO.COM](http://WWW.CEPROLSINDICATO.COM)



WHATSAPP: (51)99378 1262

**FUT** CONFETAM