



Cristina Pereira – combater e aconselhar as vítimas

EU FUI VÍTIMA DE ASSÉDIO MORAL

Sempre que ouço falar de Assédio moral, lembro-me dos muitos dias em que mal saía a porta do prédio onde morava e tomava o percurso até ao local onde apanhava o autocarro para o SUCH, em Vialonga, e as lágrimas me impediam de ver o caminho que fazia e eu não conseguia dominar. Lembro-me do isolamento a que fui vetada e da indiferença dos colegas, lembro-me de muito sofrimento e em especial, lembro-me bem de cada um dos métodos que foram usados comigo.

Esta situação passou-se entre 2006 e 2009. Quando este processo começou, eu há mais de 2 anos que desempenhava funções de técnica-superior de Recursos Humanos e decidi solicitar que me reclassificassem.

Como não recebi qualquer resposta da empresa, fiz uma participação ao ACT e começaram aí os meus problemas: Pouco tempo depois da visita do Inspector, colocaram mais uma pessoa no meu gabinete, argumentando que eu já não tinha capacidade para tanto trabalho e obrigaram-me a dar-lhe formação. Durante esse período, que durou mais de um ano, o director de exploração, várias vezes me pediu trabalho com urgência perto da minha hora de saída e me vi obrigada a ficar a executá-lo, noite dentro, trabalhando 15 ou mais horas consecutivas num único dia.

Na manhã seguinte quando o entregava, o trabalho era severamente criticado, nunca estava perfeito. Por vezes, à minha frente pedia às minhas colegas que procedessem a alterações; outras, dizia-me simplesmente que agora já não era necessário. Mais tarde começou a retirar-me funções: primeiro o recrutamento, depois a gestão de contratos, e, uma a uma, todas as tarefas foram sendo retiradas de Vialonga, onde eu as executava, e entregues ao Departamento de RH em Lisboa ou entregues à colega a quem dei formação. Retiraram-me o acesso a circulares internas e outra informação essencial ao desempenho de tarefas, para influir negativamente na minha prestação de trabalho. Perto do fim do segundo ano, retiraram-me a classificação das faltas dos trabalhadores e as restantes funções e por último, foi-me retirado o acesso à Internet, ao *mail* e ao telefone.

Enquanto me retirava funções, este director de exploração tinha muitas conversas a meu respeito com as minhas colegas de gabinete e até com as operadoras de lavandaria. Tudo serviu para denegrir a minha imagem, o meu divórcio, a minha família, a minha incompetência, a minha forma de vestir...

A mim, o mesmo director, aconselhava-me, muitas vezes em tom paternal, a meter baixa porque estava doente, porque eu precisava de ter acompanhamento psicológico nesta fase, porque estava a passar por muitos problemas pessoais... Isto todos os dias, várias vezes ao dia, e sempre na frente das minhas colegas.

Às vezes isolada, no seu gabinete, eu era um alvo. Aí me dizia: que o meu trabalho não tinha qualidade, que eu fosse de baixa ou para onde quisesse, que lhe saísse da frente, que o melhor seria pedir a demissão, que no secretariado tinham impressos para eu preencher se fosse uma pessoa normal, que a empresa apenas precisava de gente que quisesse trabalhar e vestisse a camisola.

Nenhum de vós consegue imaginar quantas formas de humilhação “esse ser” domina.

Com o passar do tempo, comecei a sentir que não podia manter-me neste local de trabalho, eu andava deprimida, angustiada, chorava quando tinha de ir para o trabalho e mal me perguntavam o que se passava, tinha enxaquecas frequentes e a tensão alta...

Um dia falei com a Médica de Medicina do trabalho. Nessa conversa, entre lágrimas contei-lhe que pensava despedir-me. Eu tinha atingido o meu limite...

Entre outras coisas, fui ouvida e aconselhada a falar com o meu médico assistente.

Foi o que fiz. Foram-me passados 12 dias de baixa clínica. Vim para casa, medicada para a depressão. Foi esse o tempo que precisei para entender os contornos da situação e os seus objectivos e me permitiu definir uma estratégia a adoptar para a enfrentar.

Durante essa baixa, logo no início, recebi um telefonema do SUCH para me apresentar no departamento de recursos humanos da sede e foi-me proposta a rescisão por mútuo acordo. Eu até estava disposta a aceitar se me pagassem conjuntamente com o valor da indemnização, os valores que me deviam de todo o trabalho suplementar realizado no ano anterior.

Não me podiam dar uma resposta, iriam levar a minha proposta à Administração. Dei-lhes 3 dias para me darem uma resposta. Quando me responderam, o prazo já se tinha esgotado e a baixa tinha-me proporcionado tempo suficiente para me restaurar. Não cheguei a tomar a medicação para a depressão mas a minha força anímica era outra. Eu tinha entendido quais eram os objectivos deste director de exploração e tomado uma decisão:

- Não aceitaria a rescisão do meu contrato, por dinheiro nenhum.
- Eu tenho dignidade!
- Eu não posso aceitar humilhações!
- Eu tenho direito ao meu posto de trabalho!

No final da baixa quando me apresentei ao serviço, já não tinha computador, nem secretária, tão pouco tinha uma cadeira onde me sentar, o meu horário tinha sido alterado e estava publicado, tendo sido comunicado ao ACT. Eu deveria passar trabalhar ao sábado e a folgar um dia rotativo por semana.

Dirigi-me ao Gabinete onde, por acaso, nesse dia, estava o Director Regional do Sul, comuniquei-lhe que de acordo com a Lei, não aceitava a mudança do horário de trabalho e exigi o direito à ocupação efectiva. Se o não fizessem, eu participaria isso de imediato ao ACT.

Nessa manhã, secretária, computador, telefone, pastas de arquivo pessoais, tudo me foi colocado no lugar. Comecei a denunciar aos meus colegas a minha situação e tomei conhecimento de outras que estavam a ocorrer, e até de colegas que pelos mesmos motivos, já se tinham despedido.

Construí uma boa relação com a maior parte dos colegas. Esta relação, tirou-me da minha redoma de isolamento, fez com que algumas delas tomassem a minha defesa e por isso fossem também ameaçadas.

O ACT levantou um auto notícia ao SUCH, por não me ter atribuída a categoria, mas não lhe conheço o desfecho. O tal director de exploração foi-se embora sem nunca ter sido acusado de assédio. Eu, não fui reclassificada, deixei de exercer funções de técnica superior, continuo a ser administrativa e mantenho o meu posto de trabalho.

Quero apenas dizer-vos que foi o assédio moral que fez de mim delegada sindical, porque conquistei o respeito e a confiança dos meus colegas e aceitei representá-los.

QUE CONSELHOS DARIA A UMA VÍTIMA DE ASSÉDIO?

NÃO TENTE RESOLVER SOZINHA A SITUAÇÃO

- O Assédio provoca problemas de saúde
- Pode dar aos outros a impressão de que a vítima é o problema
- Unidos somos mais fortes

ORGANIZE AS PROVAS

- Anote todas as humilhações sofridas (data, hora, local ou sector, nome do/a agressor/a, colegas que testemunharam, detalhes do que lhe foi feito ou conteúdo da conversa,).
- Guarde emails, ordens escritas e outros documentos que provem a sua situação

ORGANIZE O SEU APOIO (DENTRO DA EMPRESA)

NÃO SE ISOLE

- Mantenha uma boa relação com todos os/as colegas.

NÃO CALE

- Não demonstre medo. O medo reforça o poder ao/a assediador/a! Não lhe admita ofensas ou injúrias.
- Exponha a situação aos/às colegas que já foram vítimas desse/a assediador/a
- Procure ter o apoio dos/as colegas que testemunharam uma ou mais situações.
- Conte o que se passa consigo aos/às colegas da sua confiança
- Coloque a sua situação aos ORT's na empresa e peça que a encaminhem superiormente
- Conte a sua situação ao "Médico do Trabalho"

EVITE

- Conversas com o/a assediador/a, sem testemunhas. Faça-se, sempre que possível, acompanhar de um/a colega de trabalho ou representante sindical.

ORGANIZE O SEU APOIO (FORA DA EMPRESA)

- Dirija-se ao seu Sindicato, fale com um/a Dirigente Sindical
- Faça queixa à ACT (carta registada c/AR)
- Em caso de necessidade, procure o seu médico/a assistente.
- Procure o apoio de amigos e familiares - são fundamentais para manter e elevar a sua auto-estima.