

¿Ir a trabajar es un problema para ti?

¿Cuándo hablas de tu trabajo, sientes o piensas así?

- Me culpan de todo en el trabajo.
- Lo único que siento que recibo en el trabajo son críticas y desprecios de mi jefe y/o compañeros.
- No aguanto más mi situación laboral.
- Se ríen de mí, tratan de ridiculizarme y me ignoran.
- Esta situación me está generando un malestar muy intenso.
- Me siento solo en el trabajo.
- Si pudiera lo dejaría.
- Empiezo a creer que es mi culpa que mis compañeros me rechacen.
- Siento una tensión en el trabajo que continúa después de mi jornada laboral.
- Inventan mentiras sobre mi trabajo e incluso sobre mi vida personal.
- No duermo bien.
- Ya no sé si lo que pasa es cierto o me lo estoy inventando.
- No me tienen en cuenta a la hora de tomar decisiones.

Si estos pensamientos, emociones y comportamientos están presentes en tu actividad laboral, es posible que nos hallemos ante una situación de **acoso laboral**.

Si por más voluntad y ganas de sentirte mejor no lo consigues, ven a trabajarlo con nosotros.

“Entiende lo que piensas, sientes y haces”