

LISTA DE VERIFICAÇÃO: ASSÉDIO NOS LOCAIS DE TRABALHO

Informação geral	
Empresa:	NIPC:
Sede:	Telefone:
Estabelecimento:	Telemóvel:
Email:	Fax:
Setor de atividade (CAE):	

Informação sobre o local de trabalho	
Morada:	
N.º total de trabalhadores:	Homens: Mulheres:
N.º de trabalhadores até 25 anos:	entre 26 e 45 anos entre 46 e 55 anos
N.º de trabalhadores com 56 ou mais anos	
N.º de trabalhadores com Vínculo contratual: Ocasional:	Efetivo: Termo:

Listagem exemplificativa de comportamentos de assédio moral *

1. Ambiente de Trabalho	Sim	Não	Não Aplicável
É vedado ao trabalhador o acesso a informação que afeta o seu desempenho profissional?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador é humilhado ou ridicularizado relativamente ao seu trabalho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gritam com o trabalhador ou dirigem-lhe comportamentos coléricos e de raiva?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador é pressionado no sentido de não exercer direitos que detém e que estão consagrados por lei (por ex: baixa por motivos de saúde ou gozo de férias)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É sugerido ao trabalhador, direta ou indiretamente, que deve deixar o seu emprego (pedir demissão)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São enviados reiteradamente ao trabalhador desenhos animados, desenhos, fotografias ou imagens de internet, indesejados e de teor sexual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É repetido sistematicamente observações sugestivas, piadas ou comentários sobre a aparência ou condição sexual do trabalhador	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador recebe habitualmente telefonemas, cartas, sms ou e-mails indesejados de carácter sexual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É promovido o contacto físico intencional e não solicitado, ou excessivo ou provocadas abordagens físicas desnecessárias ao trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São enviados convites persistentes para participação em programas sociais ou lúdicos, quando a pessoa visada deixou claro que o convite é indesejado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São apresentados convites e pedidos de favores sexuais associados a promessa de obtenção de emprego ou melhoria das condições de trabalho, estabilidade no emprego ou na carreira profissional, podendo esta relação ser expressa e direta ou insinuada?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Observações/Especificações:			

* APCAM-Associação Portuguesa Contra o Assédio Moral no Local de Trabalho, Assédio Moral *online*
 Guia informativo-Assédio no trabalho: conhecer, prevenir, combater, CITE

2. Exigências cognitivas /emocionais	Sim	Não	Não Aplicável
É exigida a realização de trabalhos claramente abaixo do nível de competência do trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São retiradas áreas centrais de responsabilidade e substituídas por tarefas triviais ou sem sentido ao trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São constantemente recordados ao trabalhador os seus erros e pequenas faltas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalho ou os esforços que o trabalhador faz para o realizar são persistentemente criticados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É sistematicamente solicitado, ao trabalhador, o desempenho de tarefas que, caem claramente fora da descrição da sua função, como por ex: fazer de "moço de recados"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São-lhe atribuídas tarefas com objetivos e/ou prazos de entrega irrealistas ou impossíveis de atingir?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalho é excessivamente controlado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São feitas tentativas de sabotagem ou de encontrar erros no trabalho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tem uma carga de trabalho excessiva?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Não são atribuídas quaisquer tarefas, ao trabalhador, ficando completamente sem trabalho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Observações/Especificações:			

3. Integração na Organização	Sim	Não	Não Aplicável
O trabalhador foi transferido para outro departamento contra a sua vontade?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador foi isolado em termos de espaço físico, relativamente aos seus colegas de trabalho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As opiniões ou pontos de vista do trabalhador são ignorados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ameaçam fazer a vida difícil (ex: trabalho extraordinário ou tarefas desagradáveis/sem interesse) ao trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Os e-mails, ou outras tentativas de contacto, são ignoradas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador recebe "NIM" como resposta a uma solicitação sua?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador recebe telefonemas ou mensagens escritas insultuosas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador recebe e-mails insultuosos e/ou ofensivos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Os direitos do trabalhador relativamente ao seu género são desvalorizados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Os direitos do trabalhador relativamente à sua idade são desvalorizados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Observações/Especificações:			

4. Relacionamentos interpessoais	Sim	Não	Não Aplicável
O trabalhador é alvo de comentários sarcásticos e trocistas de forma excessiva?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador é alvo de alegações falsas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador é alvo de tratamento depreciativo relativamente à sua classe social?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São dirigidos comentários insultuosos ou ofensivos relativamente à sua língua nativa, raça ou origem étnica, ao trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São dirigidos comentários e/ou comportamentos insultuosos à sua religião ou convicções políticas, ao trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
O trabalhador é socialmente ignorado pelos seus colegas, excluído das atividades do seu grupo de trabalho ou enviado para a "prateleira"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É alvo de comentários ofensivos, relativamente à sua vida privada, hábitos ou origem social?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É alvo de comportamentos intimidativos, tais como invasão do espaço pessoal, empurram-no "sem querer" ou bloqueiam-lhe o caminho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gritam com o trabalhador ou é alvo de comportamentos coléricos e de raiva?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
São espalhados rumores e mexericos sobre o trabalhador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
É excluído de eventos sociais da sua organização?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Observações/Especificações:			

Local e data:	Assinatura:
----------------------	--------------------