



Acoso sexual y mobbing

¿Qué puedo hacer frente a ello?

UNIA

Cómo defenderse

Acoso sexual y mobbing

1. Hable con el acosador

Delante de testigos y hágale saber claramente que usted no acepta su comportamiento.

Hágalo en el mismo momento, o posteriormente, si es necesario, por escrito.

Al momento de abordar su comportamiento, tenga en cuenta los 3 puntos siguientes:

- Mencione lo sucedido de manera descriptiva (por ejemplo: has caminado muy cerca de mí y me has tocado).
- Ponga énfasis en cómo le hizo sentir ese comportamiento (por ejemplo: fue una sensación muy desagradable).
- Expresé claramente lo que usted espera (por ejemplo, que el comportamiento no se repita).

2. Registre el comportamiento en un diario

Anote todo lo relacionado con el acoso sexual o mobbing: por ejemplo, fecha, hora, lugar, testigos, tipo de acoso y su propia reacción.

Conserve todas las pruebas del acoso: cartas, mensajes de texto y correos electrónicos.

3. Busque asesoramiento

¡Muchas víctimas se sienten, sin razón, culpables de lo ocurrido! El Unia y belaestigt.ch ofrecen apoyo y ayuda, también en lenguas de la migración.

Cómo le apoyamos: preparamos entrevistas, escribimos cartas, sensibilizamos a su empleador.

Las mujeres con un estatus de residencia incierto temen a menudo perder su permiso de residencia si se defienden. Para luchar contra esta discriminación múltiple también existen centros de denuncia especializados, como network-racism.ch.

4. Medidas legales

¿Quiere emprender acciones legales? Busque asesoramiento: por ejemplo, en una organización especializada como el sindicato Unia. En muchos casos, tiene sentido resolver primero el conflicto por otros medios. Si a pesar de todo decide emprender acciones legales, recibirá nuestro apoyo.

Busque apoyo en su entorno

Hable con compañeros y compañeras de trabajo de su entorno que puedan escucharle y apoyarle.



El acoso sexual en el trabajo está prohibido

El artículo 4 de la Ley de Igualdad prohíbe claramente el acoso sexual en el lugar de trabajo. Es obligación del empresario protegerle; defenderse es su derecho.

¿Qué se considera acoso sexual?

- Comentarios sobre el aspecto físico, la orientación sexual, la identidad de género y la expresión de género
- Comentarios inoportunos e indeseados sobre sexualidad, bromas sexistas e historias con contenido sexual
- Miradas o gestos sugerentes, silbidos, insultos, guiños
- Exhibición de material pornográfico, invitaciones o amenazas
- Contacto físico no deseado, agresión sexual o violación

Lo decisivo es que el comportamiento no es deseado

Más información y nuestro folleto completo lo encuentra aquí:

unia.ch/belaestigung



¡Afíliese al Unia!