



# MAIS DO QUE A PRESSÃO NOR

O BULLYING NAS EMPRESAS AFETA MAIS OS MELHORES

**M**uitos acreditam que o assédio moral, ou bullying segundo alguns, tem uma só mão de direção, ou seja, vai do chefe para o subordinado. No entanto, uma pesquisa realizada pelo Instituto de Bullying no Trabalho, dos EUA, e divulgada este ano, mostra que o bullying no trabalho também é praticado entre colegas. De acordo com esse levantamento, pelo menos 72% dos empregados norte-americanos foram vítimas, estão sendo alvo ou conhecem casos de bullying no am-

biente de trabalho. Do total de empregados pesquisados, ao menos 28% relataram que o bullying partiu de um colega ou de colegas de trabalho e não propriamente dos chefes.

“Esse é um fenômeno ainda invisível nas empresas, ou seja, quando as pessoas sofrem assédio por parte de colegas. E, por incrível que pareça, esse tipo de prática tem a ver com o fato de, via de regra, a vítima ser um bom profissional, ter ótimo desempenho e começar a incomodar os colegas, que se sentem ameaçados”,

explica Eduardo Carmello, diretor da Enthusiasm, empresa especializada em gestão de talentos.

## O PROATIVO É ALVO

Carmello assinala que, em pelo menos 90% das empresas brasileiras, o empregado que faz mais, que é proativo e que busca superar as expectativas é malvisto pelos colegas, o que leva a uma situação que fatalmente termina no bullying.

Ele conta que frequentemente escuta queixas de bons talentos nas em-



## TODO ZEN

EXPERIMENTE FICAR  
UM PERÍODO SEM ESTRESSE  
NO TRABALHO:

▶ Evite que a tensão se acumule. Aposte em objetos relaxantes como: bolinhas macias para apertar, massagedores, fones de ouvido.

▶ Aproveite o horário de almoço para sair da estação de trabalho e fazer uma caminhada. Evite falar sobre o trabalho.

▶ Se não conseguir atingir uma meta, não espere a frustração bater à porta, pense na possibilidade de mudar de área ou setor.

▶ Feche os olhos por alguns instantes e sinta o ar encher os pulmões.

▶ Aproveite o domingo para passar com a família. A convivência com pessoas queridas vai aliviar.

presas que raramente são reconhecidos e, pior, costumam ser perseguidos por outros grupos de empregados que deixam claro que o bom desempenho deles evidencia claramente o mau desempenho de todos os demais. “Daí porque costumam intimidar os bons profissionais a ‘baixarem a bola’”, alerta Carmello.

Outra informação surpreendente da pesquisa do Instituto de Bullying no Trabalho diz respeito ao perfil da vítima. De acordo com os dados, 37% daqueles que mais sofrem esse tipo de

perseguição são considerados gentis e dotados de compaixão; outros 22% costumam ter jogo de cintura, ou seja, atuam para alcançar um acordo; e 19% são cooperativos. Ao contrário do que se imagina, os agressivos, com 15%, e os abusivos, com 6%, não são as principais vítimas.

“Esses dados são muito reveladores, pois evidenciam claramente as razões pelas quais muitos bons profissionais deixam as empresas, ou seja, falta de reconhecimento e perseguição por parte de colegas que bus-

## E POR FALAR EM BULLYING...

Responsáveis por afetar o desejo sexual do homem, a ansiedade e o estresse no trabalho precisam de atenção especial. Normalmente, os sintomas mais comuns são: falta de interesse, dores, cansaço, e até depressão. Por ser considerado um problema psicológico, a disfunção erétil, quando agravada, toma proporções perigosas. Alguns estudos sinalizam que mais de 25 milhões de homens acima de 18 anos, no Brasil, têm algum grau de impotência. Para Antonio Negrão Costa, médico especialista em saúde ocupacional na clínica Multi Life, o descontrole emocional lidera a lista das principais causas do problema.

Entre as causas desse descontrole estão a falta de habilidade em lidar com prazos, metas e cobranças, estresse e também o bullying.

"É preciso que o indivíduo saiba administrar seu tempo. Se ele fizer um planejamento das atividades a serem executadas até o fim do dia, vai manter o controle da situação", explica. Pode-se dizer que a falta de disciplina é o principal inimigo da pessoa. "Se há predisposição genética, os cuidados devem ser intensificados, caso contrário, o desempenho profissional do funcionário será totalmente lesado", orienta o médico.

Diante do estilo de vida estressante, com empresários ficando cada vez mais horas dentro dos escritórios, os médicos já começam a notar aumento no número de homens que procuram solução para esse mal. De cada dez pacientes, do sexo masculino, que procuram ajuda médica – em razão de esgotamento profissional – muitos já sofreram ou sofrem de impotência leve ou moderada. Pesquisas da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam que esses problemas afetarão cerca de 322 milhões de homens até 2025.

As causas de tal aumento estão diretamente relacionadas a tensões no ambiente de trabalho, ou seja: os motivos que colocam a pessoa em estado de alerta e estresse também podem afetar a vida pessoal, principalmente do ponto de vista motivacional. O estresse pode, ainda, provocar disfunção erétil em qualquer idade. "A responsabilidade profissional deve ser encarada com bons olhos pelo empregado, pois ele não só precisa dar conta do recado como manter a saúde em dia. Isso evita atestados médicos e até um possível afastamento", alerta Costa.

cam esconder sua incompetência perseguindo quem tem bom desempenho e uma visão mais humanitária da empresa", alerta Carmello.

De acordo com o consultor, quando um clima como esse se instala na empresa, os grandes derrotados são a própria organização e o empregado com desempenho excepcional, que se torna vítima do bullying. Nesse sentido, a empresa que não agir para conter esse problema vai perder as pessoas que fazem a diferença junto ao cliente e manter justamente aqueles acomodados, que são incapazes de gerar bons resultados.

## SELEÇÃO

E como evitar que isso aconteça? Para Carmello, é fundamental que as empresas tenham sistemas de competência e de meritocracia que reconheçam os bons empregados, que ajudem a desenvolver as pessoas medianas e que gerem consequências para aqueles que têm baixo desempenho. "Hoje, a maioria das empresas brasileiras faz exatamente o oposto, ou seja, trata da mesma forma bons e maus profissionais, com um agravante: aquele que trabalha muito e bem acaba conseguindo apenas mais trabalho, ou seja, acaba fazendo aquilo que os empregados de baixo desempenho deixam de fazer", assinala. Para o bom profissional, ganhar o mesmo que todos os demais e ainda ter de fazer mais do que os outros, explica Carmello, é um fator de desmotivação e a principal razão para que essa pessoa deixe a organização. "Se não quiser ficar apenas com os medianos, as empresas precisam agir para eliminar o bullying. A pesquisa do Instituto de Bullying no Trabalho mostra que ele existe e pode simplesmente dizimar os bons profissionais das organizações", alerta Carmello. ■