**TEXTO ACCESIBLE**

**Campaña:** **DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**Cápsula N°1**

**¿Ya saben la última, lo que se dice en los pasillos?**

**DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**¿Existen rumores en tu trabajo?**

El rumor es una forma de comunicación informal en el lugar de trabajo. Esta conducta

es destructiva e improductiva puede hacer daño a los compañeros, compañeras y al

lugar de trabajo.

**Características:**

* Es de naturaleza oral, aunque se puede transmitir por otras vías.
* Suelen ser mensajes cortos, sencillos con morbo, difícilmente comprobables.
* Carecen de fundamento y en su difusión se filtran y seleccionan aquellos detalles que mayor impacto podrían causar.
* No necesita pruebas y no se cuestiona a la hora de transmitirlo.
* e extiende con rapidez y casi siempre causa un impacto negativo en el entorno.
* Tiene una fuerte carga emocional.

**»››› ¡CUIDADO! Un rumor no existe si no hubiera otro que lo replique**

**Antes de hacer circular una información debe estar seguro de:**

La información es absolutamente cierta y que el hecho de hacerla circular contribuirá al buen funcionamiento de la oficina.

Si no es así, lo que hacemos circular no es la información, es el virus del rumor.

*No participar en rumores habla bien de mí y contribuyo a un ambiente laboral saludable.*

El rumor contamina.

Poder Judicial.

Dirección de Gestión Humana.

Subproceso de Ambiente Laboral.

**Cápsula N°2**

**¿Ya saben la última, lo que se dice en los pasillos?**

**DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**¿Circular rumores es violencia laboral?**

Los rumores son una manifestación de violencia psicológica que perjudica el bienestar y la calidad de vida personal y laboral.

**Según la OIT 2003 la violencia en el lugar de trabajo se entiende como:**

Toda acción, incidente o comportamiento que se aparta de lo razonable mediante

el cual una persona es agredida, amenazada, humillada o lesionada por otra en el

ejercicio de su actividad profesional o como consecuencia directa de la misma.

En la investigación sobre la prevalencia, características y alcances de la violencia y

discriminación laboral en el Poder Judicial realizada en el 2013 se plantean

conductas asociadas al rumor y que generan violencia laboral entre estas:

* Realizar críticas de forma constante, continua y sin argumentos concretos, de

cualquier acción del resto del personal.

* Realizar constantes comentarios negativos de la vida privada de otras personas

de la oficina.

* Realizar comentarios negativos del personal de la oficina en otros despachos
* Dar información errónea a la jefatura con el ánimo de perjudicar a otras personas

de la oficina.

*No participar en rumores habla bien de mí y contribuyo a un ambiente laboral saludable.*

El rumor contamina.

Poder Judicial.

Dirección de Gestión Humana.

Subproceso de Ambiente Laboral

**Cápsula N°3**

**¿Ya saben la última, lo que se dice en los pasillos?**

**DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**Causas que propician los rumores en la oficina:**

* Existe un deterioro de los valores de las personas servidoras.
* Las jefaturas no establecen límites o no toman medidas frente a este tipo de conductas.
* La información no circula de forma transparente y uniforme para todas las personas.
* Presencia de divisiones "bandos "en la oficina.
* Sentimientos de temor en el espacio laboral. El miedo crea división, intrigas y especulación.
* Existen intereses por parte de algunas personas de generar distractores que boicoteen el trabajo, produzcan confusión, nerviosismo, frustración y pérdida de efectividad laboral.
* Se pretende desacreditar a una persona o buscar un conflicto entre personas con fines perversos
* Presencia de injusticias y conflictos entre el personal.

*No participar en rumores habla bien de mí y contribuyo a un ambiente laboral saludable.*

El rumor contamina.

Poder Judicial.

Dirección de Gestión Humana.

Subproceso de Ambiente Laboral

**Cápsula N°4**

**¿Ya saben la última, lo que se dice en los pasillos?**

**DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**¿Como afectan los rumores el ambiente laboral?**

* Destruyen la confianza.
* Dañan relaciones de amistad y trabajo.
* Bajan la productividad.
* Generan problemas en la comunicación.
* Dañan el buen nombre e imagen de las personas y de la oficina.
* Pueden lograr que las personas abandonen su trabajo o soliciten un traslado.

**Participo de rumores cuando....**

¿Empiezo conversaciones sobre mis compañeros y compañeras de trabajo, su

desempeño en el trabajo, o sobre sus vidas personales?

¿Empiezo conversaciones basadas en información de segunda mano?

¿Les cuento a mis compañeras y compañeros de trabajo sobre conversaciones que

he tenido con otros?

**¿Qué hacer con los rumores?**

* No asumirlos de forma personal.
* Desmentir las habladurías con hechos concretos.
* Mantenerse al margen de los rumores no participar de estos.
* Brindar espacios para promover la integración y el diálogo.
* No dejarse llevar por la emoción del rumor.
* No compartir ningún tipo de información confidencial personal con las personas

que participan de rumores.

*No participar en rumores habla bien de mí y contribuyo a un ambiente laboral saludable.*

El rumor contamina.

Poder Judicial.

Dirección de Gestión Humana.

Subproceso de Ambiente Laboral

**Cápsula N°5**

**¿Ya saben la última, lo que se dice en los pasillos?**

**DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**Recomendaciones para desactivar el rumor**

***Jefaturas***

**1- Establecer política de puertas abiertas:**

Todos los trabajadores necesitan saber que siempre habrá alguien dispuesto a escuchar sus inquietudes y responder dudas

*¡Tomen la iniciativa y demuestren interés por el ambiente que se vive en su oficina!*

**2- Brindar información clara y transparente para todas las personas:**

Mediante el silencio no se consique nada, sobre todo, en tiempos de cambio o crisis, cuando los rumores de oficina se extienden aceleradamente.

**3-Abordar el rumor con la mayor rapidez:**

Sin importar de qué se trata, no hay que esperar a que el rumor desaparezca por sí solo, va que los sentimientos negativos creados por el chisme solo dañarán la moral de las personas afectadas.

La adopción de medidas inmediatas generará un sentimiento de seguridad

**4-Predicar con el ejemplo:**

Una de las mejores maneras de lidiar con los rumores desde el rol de las jefaturas, es comportándose como un modelo a seguir.

Si quieres ser un líder, no propagues rumores y evita siempre criticar a otros frente a los miembros del personal.

*No participar en rumores habla bien de mí y contribuyo a un ambiente laboral saludable.*

El rumor contamina.

Poder Judicial.

Dirección de Gestión Humana.

Subproceso de Ambiente Laboral

**Cápsula N°6**

**¿Ya saben la última, lo que se dice en los pasillos?**

**DESACTIVE EL VIRUS DEL RUMOR Y RESTAURE EL EQUILIBRIO LABORAL**

**Haga uso efectivo del tiempo:**

Los rumores requieren atención y si eres una persona que permanece ocupada en su trabajo, no estarás disponible para escuchar la "última historia".

**Transmita "buenas vibras":**

Cuando te vengan con un rumor, busca cambiar el foco de la conversación diciendo algo positivo sobre quien es objeto de rumor.

**Sea una persona reservada:**

Trata de tener tu vida personal apartada del trabajo. No confíes información personal a compañeros y compañeras de trabajo que no conozcas mucho y cuida tu privacidad en redes sociales.

**Sea una persona directa:**

Confronta a la persona que trae el rumor y dile abiertamente que dicho comportamiento te incomoda a ti y a otros.

**Pide apoyo:**

De ser necesario, no tengas reparos en acudir a la jefatura inmediata.

*No participar en rumores habla bien de mí y contribuyo a un ambiente laboral saludable.*

El rumor contamina.

Poder Judicial.

Dirección de Gestión Humana.

Subproceso de Ambiente Laboral