



GOVERNO DO ESTADO DE RONDÔNIA
GABINETE DO GOVERNADOR
OUVIDORIA GERAL DO ESTADO - OGE

Questionário sobre Assédio Moral e Sexual

Este questionário pretende conhecer os seus pontos de vista relativamente a diversos aspectos relacionados com a Violência e Assédio Moral e Sexual no Trabalho.

Não existem respostas certas ou erradas.

Atenção Sr. (a) Ouvidor (a) / Interlocutor (a), este questionário deverá ser utilizado no ato da análise preliminar, portanto, questione o demandante e preencha antes de realizar os devidos encaminhamentos

Para responder assinale na escala que lhe é apresentada uma cruz (X) no número que melhor traduz a **impressão** que tem sobre cada uma das afirmações.

Quando achar que se enganou, risque e volte a fazer uma cruz no local pretendido.

EX:

	Nunca	1 vez	2x na semana
1. Agradar-me fazer coisas novas	1	2	3
2. Não gosto de resolver problemas	1	2	3

Lembre-se Ouvidor, a ouvidoria deve proteger os dados do demandante no termos da Lei. 13.709/2018 Lei Geral da Proteção de Dados (LGPD)

O acesso as informações deste documento é regulado pela LEI FEDERAL 12.527/2011. Lei de Acesso a Informação (LAI).

Os direitos do usuário podem ser conferidos na LEI FEDERAL 13.460/2017. Lei que dispõe sobre a Participação, Proteção e Defesa dos usuários.



Os comportamentos seguintes são, com frequência, considerados exemplos de violência (assédio moral) no trabalho. Com que frequência, foi submetido a esses comportamentos negativos no seu trabalho?

Para responder marque com uma cruz a situação que melhor corresponde ao seu caso.

Ataques laborais

Distribuição de trabalho

	Nunca	1 vez	2x na semana
1. Foi obrigado a fazer tarefas humilhantes.	1	2	3
2. Foi exposto a uma carga de trabalho excessiva	1	2	3
3. Não lhe davam qualquer ocupação ou tarefas, foi excluído ou "colocado na prateleira"	1	2	3
4. Pediram-lhe trabalhos urgentes sem nenhuma necessidade	1	2	3
5. Recebeu tarefas muito inferiores a sua capacidade ou competências profissionais.	1	2	3
6. Recebeu tarefas que exigem experiência superior às suas competências profissionais.	1	2	3
7. Deram-lhe instruções confusas	1	2	3

Condições de trabalho

	Nunca	1 vez	2x na semana
8. Retiveram informações que eram essenciais para o seu trabalho	1	2	3
9. Retiraram-lhe equipamentos/instrumentos necessários para realizar o seu trabalho	1	2	3
10. Foi obrigado a realizar trabalhos perigosos ou especialmente nocivos à saúde.	1	2	3

Críticas

	Nunca	1 vez	2x na semana
11. Recebeu críticas exageradas ou injustas sobre o seu trabalho ou esforço	1	2	3
12. Houve supervisão excessiva de seu trabalho	1	2	3
13. Foi humilhado ou ridicularizado em relação ao seu trabalho	1	2	3

Direitos Legais

	Nunca	1 vez	2x na semana
14. Discriminaram-no seus direitos (ex. salário, turnos, distribuição de tarefas, bônus, despesas de viagem, etc.)	1	2	3
15. Mandaram-lhe cartas de aviso/advertência	1	2	3
16. Recebeu sinais ou indicações para pedir demissão ou largar o trabalho	1	2	3
17. Forçaram-no a pedir demissão	1	2	3

Ataques às relações sociais
Isolamento

	Nunca	1 vez	2x na semana
18. Mudaram-no de setor para o isolar	1	2	3
19. Não o cumprimentavam nem falavam consigo.	1	2	3
20. Limitaram as suas possibilidades de falar com outras pessoas	1	2	3
21. Impediram outras pessoas de falar ou estar consigo	1	2	3

Desconsideração

	Nunca	1 vez	2x na semana
22. Ignoravam a sua presença na frente dos outros	1	2	3
23. As suas opiniões e pontos de vista eram ignorados	1	2	3
24. Impediram-no de se expressar.	1	2	3

Vida privada

	Nunca	1 vez	2x na semana
25. Fizeram críticas sobre a sua vida privada	1	2	3
26. Gozaram com a sua vida privada	1	2	3

Ataques à saúde mental

	Nunca	1 vez	2x na semana
27. Disseram que você tem uma doença mental.	1	2	3
28. Fizeram-no parecer estúpido	1	2	3
29. Deram a entender que você tem problemas psicológicos	1	2	3
30. Troçaram de alguma incapacidade sua	1	2	3

Ataques físicos

	Nunca	1 vez	2x na semana
31. Foi alvo de comportamentos intimidatórios tais como: empurrões, bloqueio da sua passagem, invasão do seu espaço pessoal, etc.	1	2	3
32. Foi alvo de agressões físicas	1	2	3
33. Causaram estragos no seu posto de trabalho ou em algo que lhe pertence	1	2	3
34. Impediram a sua presença física.	1	2	3

Ataques verbais

Explícitos

	Nunca	1 vez	2x na semana
35. Ameaçaram-no verbalmente	1	2	3
36. Utilizaram o telefone para o aterrorizar	1	2	3
37. Gritaram consigo ou insultaram-no	1	2	3
38. Ridicularizaram-no em público	1	2	3
39. Falaram mal de si em público	1	2	3

Implícitos

	Nunca	1 vez	2x na semana
40. Fizeram circular maldades e calúnias sobre si	1	2	3
41. Foi alvo de ridicularizações	1	2	3
42. Imitaram os seus gestos, a sua postura, a sua voz, etc. para o poder ridicularizar.	1	2	3
43. Foi agredido moralmente quando estavam a sós	1	2	3

Ataques raciais, religiosos ou políticos

	Nunca	Por vezes	2x na semana
44. Foi alvo de ataques com base nas suas convicções políticas	1	2	3
45. Foi alvo de ataques com base nas suas crenças religiosas	1	2	3
46. Fizeram piadas com base nas suas origens ou nacionalidade.	1	2	3

Ataques sexuais

	Nunca	Por vezes	2x na semana
47. Foi alvo de agressões sexuais	1	2	3
48. Foi alvo de agressões obscenas ou degradantes.	1	2	3
49. Elogiavam constantemente seus atributos físicos de forma constrangedora	1	2	3

54. Caso tenha respondido afirmativamente, a alguma destas questões, quanto tempo durou esta situação?

Alguns dias ☐ Algumas semanas ☐ Alguns meses ☐ Um ano ou mais ☐

55 - Colegas? Sim ☐ Não ☐

58 - Pessoas externas à empresa? Sim ☐ Não ☐

56 - Chefias? Sim ☐ Não ☐

59 - Homens? Sim ☐ Não ☐ Se sim quantos _____

57 - Subordinados? Sim ☐ Não ☐

60 - Mulheres? Sim ☐ Não ☐ Se sim quantos _____

61 - A violência de que foi vítima perturbou o seu trabalho?

1- Ao nível da qualidade -- Sim ☐ Não ☐

2 - Ao nível da quantidade -- Sim ☐ Não ☐

62 - Teve apoio de alguém ao longo do tempo?

1 - ☐ Família 3.- ☐ Colegas

2 - ☐ Amigos 4 - ☐ Especialistas

Outros, Indique: _____

63 - Há quanto tempo dura (ou quanto tempo durou) esse conjunto de situações de que foi vítima?

1 - ☐ Dias 2 - ☐ Semanas 3 - ☐ Meses 4 - ☐ Cerca de 1 ano

5 - ☐ De 1 a 2 anos 6 - ☐ Mais de 2 anos

64 - Caso você tenha denunciado a situação junto dos seus supervisores ou de outros responsáveis da empresa, qual foi a reacção?

1 - ☐ Ignoraram o facto

2 - ☐ Procuram mediar a situação

3 - ☐ Puniram o(s) agressor(s)

4 - ☐ Puniram-no a si, demitindo-o(a) ou deixando-o(a) isolado(a) noutra serviço

5 - ☐ A empresa não puniu ninguém, mas adoptou medidas de prevenção para lidar com casos futuros

65 - Os seus colegas foram solidários consigo? ☐ Sim ☐ Não

66 - Os seus colegas, que foram testemunhas, estiveram ou estão/estiveram dispostos a denunciar os abusos por parte do agressor?

☐ Sim ☐ Não

67 - Caso, esses colegas, não estejam dispostos a denunciar os abusos por parte do agressor, isso poderá dever-se:

1 - ☐ Desejar melhorias no salário

2 - ☐ Receio de serem eles também vítimas de perseguição

3 - ☐ Estarem do lado do(s) agressor(es)

4 - ☐ Outros - Indique: _____

Quais foram os **principais sintomas** que apresentou, depois de este problema ter ocorrido?
 Marque com uma cruz o(s) sintoma(s) que teve.
 Indique através de um número o tempo que terá, mais ou menos durado cada um deles.

1 Algumas semanas	2 Alguns meses	3 Cerca de 1 ano	4 Vários anos
----------------------	-------------------	---------------------	------------------

Exemplo:

☒ 3 angústia

☒ 4 desmotivação profissional

- ☐ Falta de ar
- ☐ Dores de cabeça
- ☐ Dores no peito
- ☐ Aumento da hipertensão
- ☐ Tremores
- ☐ Palpitações,
- ☐ Perda de apetite
- ☐ Vertigens ou tonturas
- ☐ Desmaios
- ☐ Boca seca
- ☐ Diarreias
- ☐ Náuseas, vômitos
- ☐ Menos energia e vitalidade
- ☐ Fadiga permanente

II

- ☐ Perda de sono
- ☐ Pesadelos

III

- ☐ Sentimentos de vergonha
- ☐ Sentimentos de humilhação
- ☐ Crises de choro
- ☐ Angústia e tristeza
- ☐ Ansiedade
- ☐ Nervosismo ou agitação
- ☐ Insegurança
- ☐ Aumento da imagem negativa de si mesmo
- ☐ Sentimentos de insegurança
- ☐ Ataques de pânico
- ☐ Dificuldade de concentração
- ☐ Ideias de suicídio
- ☐ Irritabilidade

- ☐ Angústia e tristeza
- ☐ Ansiedade
- ☐ Nervosismo ou agitação
- ☐ Insegurança
- ☐ Aumento da imagem negativa de si mesmo
- ☐ Sentimentos de insegurança
- ☐ Ataques de pânico
- ☐ Dificuldade de concentração
- ☐ Ideias de suicídio
- ☐ Irritabilidade

IV

- ☐ Aumento dos conflitos familiares
- ☐ Os meus filhos foram afetados
- ☐ Isolei-me dos colegas
- ☐ Ideias de homicídio
- ☐ Desmotivação pelo trabalho
- ☐ Sentimentos de incompetência profissional
- ☐ Tornei-me desconfiado(a) e confio menos nas pessoas

V

- ☐ Aumento do consumo de medicamentos para os nervos ou depressão

Outro sintoma: _____

Como é que reagiu às situações de que foi vítima?

Marque com uma cruz a(s) reacção(ões) que teve.

Indique através de um número a altura em que terá(ão) ocorrido, a partir do início do problema. Se aconteceu em diferentes momentos, indique com os números adequados.

1 Logo de início	2 Passado algum tempo	3 Bastante mais tarde
---------------------	-----------------------------	--------------------------

Exemplo: <input checked="" type="checkbox"/> 1,2 Isolava-me	<input checked="" type="checkbox"/> 2 Meti baixa
---	--

- ☐ ____ Evitava o(s) agressor(es)
- ☐ ____ Isolava-me das pessoas
- ☐ ____ Tentei evitar o assediador e/ou qualquer situação de conflito;
- ☐ ____ Tentei trabalhar mais
- ☐ ____ Tive medo das consequências se denunciasse a situação
- ☐ ____ Controlei a minha revolta, esperando que a situação parasse
- ☐ ____ Deixei o tempo passar, sem fazer nada
- ☐ ____ Culpabilizei-me
- ☐ ____ Evitei as situações que podiam vir a ser usadas contra mim pelo(s) agressor(es)
- ☐ ____ Agredi, insultei, usei das mesmas armas
- ☐ ____ Apresentei reclamação formal junto dos supervisores
- ☐ ____ Procurei falar com o superior
- ☐ ____ Lutei pelos meus direitos
- ☐ ____ Denunciei o(s) agressor(es) ____ Confrontei o assediador sozinho(a)
- ☐ ____ Enfrentei o assediador apoiado(a) noutras pessoas
- ☐ ____ Procurei ver o lado engraçado da situação como estratégia para lidar com ela
- ☐ ____ Recorri a brincadeiras/piadas no confronto com o assediador
- ☐ ____ Procurei a ajuda de pessoas que me pudessem dar apoio (família, amigos e os colegas, etc.)
- ☐ ____ Denunciei a empresa e os agressores junto de órgãos competentes
- ☐ ____ Procurei mudar de sector/departamento
- ☐ ____ Procurei ajuda especializada
- ☐ ____ Enfrentei o(s) agressor (s)
- ☐ ____ Defini claramente que não queria entrar no jogo do(s) agressor(es)
- ☐ ____ Procurei o apoio de associações

1- De modo a compreendermos melhor a sua experiência, o que aconteceu, ou está a acontecer, e como se sente, conte-nos em síntese a situação de que foi, ou tem sido, vítima.

2- Do seu ponto de vista, o que é que esteve na origem destes problemas? A que é que atribui as causas?

3- Depois de tudo por o que passou, descreva a sua situação actual, ao nível laboral e de saúde:

4 - Depois de tudo por o que passou, descreva a sua situação actual, ao nível laboral e de saúde:

Fonte de pesquisa:

<https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/4599/2/Question%C3%A1rio%20Assedio%20Moral%20-%20QAM.pdf>