

## **METAMORFOSIS** por Almudena Fernández González

Tenía una cicatriz marcada en su cuerpo. No era visible ni su herida derramó jamás gotas de sangre. Pero hay cicatrices que guardan historias tan dolorosas que solo las palabras pueden curar. Ese fue su único y más grande error, que nunca se lo había contado a nadie, fuera de algunas personas que fueron testigos silenciosos de lo ocurrido.

Sucedió hace muchos años y desde entonces ha habido nuevos trabajos, experiencias que en algún momento parecía volverían a repetirse, pero que gracias a su coraje, tenacidad y astucia no volvió a permitir. Le hubiera gustado sentirse arropada y ver a sus superiores con el valor suficiente para que la justicia y el respeto prevalecieran ante los comportamientos entre los trabajadores a su cargo. En cambio decía tener la sensación de haber regresado a la infancia, cuando en su colegio unas pocas personas buscaban cada día el modo de hacer la vida difícil a otra a la que elegían como presa, y el resto se limitaba a seguir los pasos de aquellos, o no menos cruel, a no hacer nada.

Dicen que las personas que sufren acoso o mobbing se caracterizan a menudo por dosis elevadas de responsabilidad, inteligencia y capacidad de trabajo. También que quienes deciden acosarlas y humillarlas lo hacen con una clara intención de hacerles daño. Saber todo eso no le consolaba ni atenuaba la angustia que le atenazaba cada día al salir del trabajo mientras se preguntaba una y otra vez, qué hacía para que le trataran de ese modo. Mientras se perdía en esas divagaciones, la vergüenza y pérdida de confianza en sí misma iban tomando poder.

Instalada en lo conocido y sintiendo que era capaz de cambiarlo algún día, los meses, los años, fueron pasando mientras lo único que cambiaba era el tamaño de su autoestima y el convencimiento de que no tenía los suficientes recursos para superar esa situación. En medio de aquella soledad tomó la decisión de hablarlo con las compañeras de trabajo que más confianza le inspiraban. Compartían su opinión acerca del comportamiento de la persona que le estaba acosando, y su desprecio por ello. Sin embargo aquellas conversaciones, que se repitieron varias veces y resultaron sanadoras en un principio, poco a poco fueron perdiendo su efecto. Mientras la acosadora seguía afanosa con su labor seguida por un círculo de personas que le apoyaban, estas personas que compartieron su historia y parecer se convertían en seres silenciosos que se limitaban a presenciar lo ocurrido.

## METAMORFOSIS por Almudena Fernández González

Transcurrido el tiempo y sin apenas ya fuerzas para soportar esa situación durante más días, rescató la poca confianza que le quedaba en las personas que trabajaban en esa empresa para contarle lo ocurrido a su jefe. Mientras me lo contaba, vi caer sus primeras lágrimas al recordar la mirada de su superior al escucharle. “*Sentía que no me creía y el juicio que callaba detrás de esos ojos. Salí de aquel despacho sintiéndome más pequeña que nunca, y con la seguridad de que algo había en mi para merecer eso*”, me decía con la voz quebrada y el dolor marcando su expresión.

No sabe cómo ni por qué, un día apareció la oportunidad de cambiar de empresa. Con tanta ilusión por un trabajo novedoso como miedo a que la historia se repitiera con otros compañeros, inició aquella andadura. Gracias a una experiencia positiva en ese sentido fue recuperando la confianza en sí misma y su desnutrida autoestima. Nuevos intereses laborales le llevaron por otros caminos, siempre fue una persona curiosa y necesitaba explorar terrenos nuevos en su profesión. En alguna ocasión se encontró con ambientes donde el trato desconsiderado y humillante era permitido, pero escapó pronto de allí. Se comprometió consigo misma a formarse y prepararse para alcanzar un puesto de liderazgo con un objetivo: luchar contra ese tipo de conductas. Dado su talento y capacidades, en poco tiempo lo logró. Mientras ejercía como responsable de departamento, un fenómeno inesperado e inaudito para todos entró con fuerza en la vida de las personas, familias y empresas: la pandemia de coronavirus. De algún modo aquello le recordó lo vivido años atrás, y su misión. El virus, como el acosador que le marcó para siempre, ataca a las personas que cree más vulnerables. El estrés generado en sus cuerpos por el temor a ser destruidos va generando a su vez una mayor susceptibilidad. Las personas y factores organizacionales de la empresa fueron mostrando gracias a esa crisis sus fortalezas y sus puntos más frágiles. Pronto vio en aquello su oportunidad para sacar lo mejor de sí, para recuperar lo aprendido tras su experiencia de años atrás y utilizarlo a favor de la salud emocional, mental y física de los trabajadores de los que ahora era responsable. Decidió transformar la humillación que sufrió, el abandono por parte de sus compañeros y jefes, en una mina de donde extraer la fuerza para apoyar a sus empleados en estos momentos de incertidumbre; la empatía para comprender sus actitudes y temores; la determinación para atajar cualquier indicio de violencia o menosprecio; la sensibilidad e inteligencia para detectar las áreas de mejora y el modo de abordarlas; la bondad como herramienta para transformar el daño recibido en comprensión y compañía ante el dolor ajeno. Y por último el orgullo y generosidad para contarlo, ¡esta vez sí!