

## Anexos

### Anexo I

Jerarquía: Temas, categorías y subcategorías, con sus códigos.

#### **1. CONDICIONES FÍSICAS DE TRABAJO**

##### **1.1. Ambientales:**

- 1.1.1. Iluminación:** iluminación del despacho inadecuada.
- 1.1.2. Climatización:** mal funcionamiento de la calefacción.
- 1.1.3. Ventilación:** aulas pestilentes que no se ventilan.
- 1.1.4. Ruidos:** ruido excesivo que impide dar las clases.
- 1.1.5. Obras:** las obras en el edificio en que trabajo son insopportables y dificultan la comunicación con los alumnos.
- 1.1.6. Espacios:** ausencia de un espacio propio de trabajo adecuado a las necesidades del puesto; tener un espacio donde todo el mundo entra y sale (por ej., por tener la única impresora), o por tener el espacio una disponibilidad ocasional.

##### **1.2. Materiales:**

- 1.2.1. Instalaciones:** pésimas condiciones y de habitabilidad de la zona de trabajo, de impartición de clases y del mantenimiento de las instalaciones de los laboratorios.
- 1.2.2. Medios:** estrés provocado por la falta de recursos y escasez de medios; la falta de reactivos y herramientas; el mal funcionamiento de los equipos, sistemas, aplicaciones informáticas y la red (va lenta); fallos continuos de los medios audiovisuales y ordenadores, uso de ciertos aparatos y software de análisis deficitarios que provocan la pérdida de registros después de una semana de trabajo, o son complejos como Linux.
- 1.2.3. Mobiliario:** mesas, sillas incómodas.
- 1.2.4. Seguridad:** Algún aparato que se ha estropeado o que no funcionaba bien y que podría haber provocado una situación de peligro; problemas de virus en el centro y ausencia de salidas reglamentarias de seguridad.

##### **1.3. Aproximaciones:**

- 1.3.1. Accesos:** Conducir hasta el puesto de trabajo, los atascos y la dificultad para aparcar el coche todas las mañanas en el campus; recorrer caminos distintos cada día para acceder a los despachos; esperar al transporte público y no poder utilizarlo por estar abarrotado.

#### **2. CONDICIONES ORGANIZACIONALES**

##### **2.1. Estructurales:**

- 2.1.1. Forma:** estrés producido por la frecuente falta de consideración entre estamentos universitarios; la poca consideración del PDI con el PAS; la falta de respeto hacia el trabajo, actuaciones que solo tienen como objetivo el interés personalísimo, donde existen favoratismos y arribistas; gasto en otros fines de los fondos económicos destinados a la tesis y desaparición del trabajo realizado; el pésimo trato recibido, como punto de acceso, por parte de todos los usuarios (PAS, PDI, alumnos y personas del exterior); una dirección que se niega a aplicar ciertas normativas vigentes, las relaciones con la administración del centro y contencioso administrativo con la empresa.

- 2.1.2. Superiores:** estrés generado por el mal carácter, falta de paciencia, enfados y mala comunicación de los superiores; que abusan de su rango y posición, estresan, buscan ganar méritos a costa de los demás, realizan demandas laborales ajena a las obligaciones y las responsabilidades de las

funciones del puesto o a la propia capacidad, incluso teniendo que tomar decisiones que no corresponden al puesto; promueven la ascensión de los suyos, faltan al respeto e insultan a sus doctorandos, no los atienden como deberían o se muestran pasivos y realizan acciones incomprensibles.

**2.1.3. Precariedad laboral:** estrés generado por encontrarse en una situación laboral precaria que se caracteriza por contratos que dificultan llegar a final de mes, cuya eventualidad genera inseguridad, inestabilidad laboral e incertidumbre ante el futuro laboral; no saber si el año siguiente se tendrá plaza como profesor, la petición incesante de que saquen plazas de ayudante o si la beca va a ser renovada; renovaciones trimestrales que implican cambios de categoría; terminación de una beca y continuar trabajando a jornada completa sin sueldo.

## **2.2. Funcionales:**

**2.2.1. Burocracia:** La lentitud, pésima actitud y ayuda de una parte del PAS cuando fueron necesarios; estrés generado por el papeleo necesario para realizar solicitudes, acreditaciones, llenar fichas burocráticas y de evaluación del propio trabajo; reuniones interminables que no aclaran nada sobre los nuevos grados, la desorientación en el cómputo de horas del POD para planificar las actividades, cambios metodológicos nuevo plan de estudios y discusión de planes de estudios, diseño de los nuevos grados y mapa de titulaciones, tramitación de los estudios de máster junto con las autoridades académicas; épocas de matrícula y preinscripción en los meses de junio y julio y corrección de errores en guías de matrícula; encontrar información muy antigua y buscar en los archivos; pertenecer a comisiones y aspectos administrativos derivados de la gestión y la docencia; tener que proporcionar a la universidad datos que ya obran en su poder.

**2.2.2. Interferencias:** estrés derivado de la interferencia de agentes externos en el desempeño óptimo de la actividad laboral establecida; realizar parte de la tarea de otros puestos; no poder flexibilizar el encargo docente, tener que asumir responsabilidades dispersas y/o apremiantes y sufrir constantes interrupciones; dificultad para compatibilizar docencia, investigación, labores administrativas en la universidad; reuniones imprevistas, hechos inesperados, pérdidas de tiempo y de muchas horas de trabajo que dependen del soporte técnico, las instalaciones, compañeros u otras instituciones; injerencias de los superiores y ver que se cuestionan temas técnicos por personas que no lo son.

**2.2.3. Ambigüedades:** ambigüedad y cambio de las funciones (docencia, gestión,...) a desempeñar y/o el hecho de que existan responsabilidades nuevas supuestamente vinculadas al puesto, dudas sobre los fines, objetivos y manera de afrontarlos, ausencia de directrices claras y de información para responder a las demandas laborales; no se toman decisiones, se marea la perdiz e incertidumbre ante los cambios de gobierno (rector, director del centro).

**2.2.4. Desorganización:** estrés derivado de la desorganización por falta de previsión u operatividad de los responsables en particular y de la organización en general; falta de planificación, ausencia de procesos y métodos normativizados de trabajo, de comunicación, de acceso a recursos y de integración del departamento que generan descoordinación en el trabajo y se refleja en la coincidencia temporal de evaluaciones, clases teóricas y prácticas, tutorías y seminarios en diferentes centros de trabajo; cambios habituales de laboratorio, horarios dispares y cambiantes y en no conocer los temarios de las asignaturas a impartir, los procesos de evaluación y si habrá alumnos matriculados; mala gestión de personal por parte de la gerencia, falta de personal y no sustitución de plazas vacantes y/o de bajas por enfermedad.

**2.2.5. Sobrecarga:** estrés derivado de la sobrecarga laboral, concentración, volumen, exceso y mala distribución de la carga de trabajo; afluencia, ritmo y

acumulación de tareas con público y la necesidad de atender a varias personas a la vez; muchas horas dedicadas a docencia (teoría, prácticas, laboratorio), a su preparación y a la realización y corrección de exámenes; gran dedicación a la investigación (congresos, redacción de artículos, petición de proyectos...); simultaneidad de tareas y actividades al mismo tiempo, en el mismo edificio o en el extranjero; dedicación prolongada, medidas delicadas que requieren dedicación 24 horas, elevada responsabilidad, hacer sustituciones y supervisión (labores de dirección y coordinación) de compañeros.

**2.2.6. Plazos:** estrés derivado de la urgencia temporal de ciertas demandas; la imposibilidad de llevar el trabajo al día y para abordar todo el trabajo pendiente; no llegar a todo, tener poco tiempo para llevarlo a cabo o tener que acabar rápidamente; picos y puntas de trabajo, cierres de proyectos de investigación, presión y urgencia en determinados momentos, deadlines entrega artículos, comunicaciones, documentación y acumulación de plazos de entrega.

**2.2.7. Rutina:** la rutina diaria sin estímulos directos de mejora; el aburrimiento en la jornada de trabajo, tareas tediosas y repetitivas; y demasiadas horas frente al ordenador.

### **2.3. Interpersonales:**

**2.3.1. Clima Laboral:** estrés producido por conflictos entre el profesorado, las relaciones personales y problemas de comunicación y tensiones entre compañeros;; falta de compañerismo y colaboración; individualismo y aislamiento; discusiones, conflictos y enfrentamientos; mala educación, actitudes desagradables, coléricas, autoritarias y tóxicas de los compañeros y mal ambiente; los problemas que surgen a la hora de decidir los turnos de navidad, semana santa y al organizar las vacaciones del área.

**2.3.2. Acoso:** estrés derivado del maltrato y el acoso directo sufrido; agresiones psicológicas de los compañeros, mobbing y acoso administrativo: campañas de desprestigio, difusión de noticias falsas sobre el cumplimiento laboral, hablar en tono agresivo donde el receptor es marginado laboralmente, excluido de programas oficiales de docencia contrariamente a derecho, incluso, a pesar de haberse presentado recursos que fueron ganados; sentirse observado, juzgado y perseguido constantemente.

**2.3.3. Desinterés de otros:** percepción de escasa motivación, interés, esfuerzo, "saber ser", "saber estar" (baja asistencia a clase) y calidad intelectual de los estudiantes; observar el comportamiento de algún miembro de la comunidad universitaria, dejadez, falta de responsabilidad y desinterés de los profesionales que no hacen lo que les corresponde, lo hacen mal o no saben manejar los recursos; compañeros que no asumen su trabajo, lo hacen con retraso y/o dificultan el propio al ser necesario el de otros, por estar ausentes o porque te dejan en la estacada

## **3. CONDICIONES INDIVIDUALES**

### **3.1. Carrera profesional:**

**3.1.1. Metas:** estrés generado por la consecución de metas profesionales; preparar y aprobar una oposición, promoción interna, obtener determinadas acreditaciones, becas postdoc y estar al tanto de convocatorias públicas, presentación de solicitudes a concursos y su resolución; desarrollar, finalizar y defender una tesis doctoral y/o los estudios de máster; superar una prueba de habilitación; enfrentarse al trabajo de investigación y a la docencia.

**3.1.2. Obstáculos:** asumir impugnación de una prueba de habilitación; no obtener los resultados deseados o la irreproducibilidad de los mismos en tesis o proyectos de investigación, no avanzar o rendir lo suficiente y retraso en el desarrollo de los proyectos; recepción de evaluaciones negativas de artículos de investigación; no tener un perfil adecuado al puesto que implica estudiar un temario complicado y falso de relación con el puesto para promocionar.

### **3.3. Ambiente extra-laboral**

**3.3.1. Conciliación:** falta de tiempo con mi pareja, ausencia de vacaciones y dificultades para conciliar vida laboral y familiar y el cuidado de los niños; preparar celebraciones familiares.

**3.3.2. Actividades extra-laborales:** Inversiones financieras, empresa privada, trabajos externos, incorporación a un nuevo puesto de trabajo, organizar una exhibición de patinaje, un viaje, una feria, construirse una casa, búsqueda de piso.

**3.3.3. Sucesos Vitales:** cuidado y/o fallecimiento de familiares, convalecencia de una enfermedad propia o de un familiar (cáncer de mama, problemas de salud, lumbalgia); atender a amigos con problemas; hijos adolescentes, cambio de trabajo de la pareja; situaciones personales, problemas sentimentales, discusiones de pareja y problemas familiares.

### **3.4. Desencanto:**

**3.4.1. Ausencia de realización personal:** estrés derivado del desengaño, decepción, impresión de que las cosas no responden a las expectativas que se habían creado; bloqueo profesional, personal y de la toma de decisiones; pérdida de paciencia e ilusión y bajón personal; constatación de que la universidad no va por buen camino; la jornada se hace interminable.

**3.4.2. Falta de reconocimiento:** sentirse menospreciado, poco valorado y falto de reconocimiento; ser responsabilizado de errores no cometidos, injusticia percibida y no certificación del trabajo realizado.