



## Le conseguenze psicologiche dell'ingiustizia

### Descrizione

La parola ingiustizia deriva dal latino *iniustia* dal prefisso -in che vuol dire "senza" e *iustitia* ovvero "giustizia" che sta per un'azione o un illecito contrario alla ragione e alla legge. Se dovessimo parlare di quante ingiustizie avvengono nel mondo purtroppo questo spazio non basterebbe; pertanto ci concentreremo sulla vita del singolo e sui risvolti psicologici che derivano dalle ingiustizie.

Pensiamo alle ingiustizie sul lavoro, pensiamo a chi magari ha un capo non incline alle interazioni sociali, pertanto ansioso e despota. Considerando che sul posto di lavoro ci si sta dalle sei alle otto ore quello che ne può derivare è una continua agitazione e un'ansia da prestazione, senza contare la svalutazione delle proprie competenze e i conseguenti dubbi in merito alla propria autoefficacia, o chi subisce un mobbing per esempio. Il mobbing è una cosa gravissima che succede sul posto di lavoro purtroppo molto frequentemente, nel mobbing si usano tecniche di manipolazione della realtà molto crude come ad esempio il *gaslighting*, tecnica manipolativa di stampo narcisistico che compromette la realtà facendo dubitare di sé la vittima. Nel mobbing spesso è interessato tutto lo staff, pertanto la vittima si trova da sola a subire le angherie dei colleghi.

Questo atteggiamento è fatto per vessare, indebolire, emarginare la vittima e indurla alle dimissioni. Le conseguenze psicologiche di un trattamento vessatorio come quello del mobbing sono molteplici: innanzitutto la vittima si isola, ci sarà anche il rischio che raccontando ciò che succede non venga creduta, sopraggiungerà uno stato depressivo che la porterà suo malgrado a fare ciò che i colleghi desiderano, ovvero licenziarsi. Ma perché queste cose non si denunciano? Perché di fondo resta un senso di colpa, spesso si è indotti a pensare che ci sia qualcosa che non va in noi e purtroppo a pensare in questa maniera sono proprio le persone con un alto senso del dovere e di responsabilità. Ma è possibile farlo se, magari con l'aiuto di un esperto, si trova il coraggio di raccontare la propria realtà, che si lavori per un privato o per una azienda.

Ilaria Morodei