Universidad de La Laguna
Facultad de Derecho

Grado en: Relaciones Laborales
Facultad de Derecho
Universidad de La Laguna
Curso 2017/ 2018
Convocatoria: Junio

[LA AUTOEXPLOTACIÓN LABORAL]
[Labor self-exploitation]

Realizado por el alumno/a D Iván Martín Pérez

Tutorizado por el Profesor/a Dª. Marta Teresa Soriano Torres

Departamento: Derecho Constitucional, Ciencia Política, Filosofía del Derecho

Área de conocimiento: Filosofía del Derecho

ABSTRACT

Labor self-exploitation is a concept that has intensified with the recent crisis and job insecurity. Therefore, in this work, we have analyzed what authors such as Byun-Chul Han comment on and this concept has been differentiated from that of labor exploitation since many people end up confusing it.

In addition, 3 surveys have been conducted through virtual platforms, to people without distinguishing employment status, to employees and self-employed workers.

The purpose of the present investigation has been to know the influence of the self-exploitation of labor in the daily work and where it appears more if in the work for others or on their own account. After the study of numerous articles, books and the surveys themselves, it has been concluded that it is present in both but that in autonomous work more is produced.

RESUMEN (entre 150 y 350 palabras)

La autoexplotación laboral es un concepto que se ha intensificado con la crisis sufrida recientemente y con la precariedad laboral. Por ello en este trabajo , se ha analizado lo que comentan autores como Byun-Chul Han y se ha diferenciado este concepto con el de explotación laboral ya que muchas personas lo terminan confundiendo.

Además se han realizado 3 encuestas a través de plataformas virtuales, a personas sin distinguir situación laboral, a trabajadores por cuenta ajena y a trabajadores autónomos.

La finalidad de la presente investigación ha sido conocer la influencia que tiene la autoexplotación laboral en el trabajo diario y dónde aparece más si en el trabajo por cuenta ajena o por cuenta propia. Tras el estudio de numerosos artículos, libros y las propias encuestas, se ha llegado a la conclusión de que está presente en ambos pero que en el trabajo autónomo se produce más.

Abreviaturas

- PYMES→ Pequeña y mediana empresa.
- CP→ Código Penal Español.
- Art→ Artículos.
- CE→ Constitución Española.
- SS→ Seguridad Social.

ÍNDICE **Páginas**

1. Introducción 2-3
2. Concepto de autoexplotación. 3
3. Diferentes conceptos y teorías.
   3.1 Autoexplotación y explotación. 4-17
   3.2 Teorías filosóficas- autores. 17-19
4. Consecuencia de la autoexplotación, El "Síndrome del quemado" 19-20
5. La autoexplotación en el trabajo por cuenta ajena y en el trabajo autónomo.
   - Metodología utilizada 20-21
   - Encuesta acerca de si la gente conoce lo que significa autoexplotación. 21-23
   - Encuesta sobre la autoexplotación a una serie de trabajadores por cuenta ajena. 23-24
   - Encuesta a 4 empresarios autónomos. 25-26
6. Medidas para evitar la autoexplotación laboral. 26-27
7. Conclusiones y resultados. 28-29
8. Bibliografía. 29-30
9. Anexos. 31-45

1. Introducción

El presente trabajo hace referencia al tema de la autoexplotación laboral, que se define como la explotación que ejercen los trabajadores sobre sí mismos tanto en el trabajo por cuenta ajena como por cuenta propia.

La característica principal de la autoexplotación es que el trabajador se ha convertido en su propio empleador, es decir ,en su propio jefe. Lo que conlleva a que no pueda compaginar el trabajo con el ocio, debido a que realiza largas jornadas laborales, donde no tiene en cuenta ni los periodos de descanso, ni la duración de la jornada ,solamente avanzar o terminar el trabajo que se está realizando.

Por ello tendremos en cuenta lo que comenta *Byun-Chul Han (2018). "La aceleración actual disminuye la capacidad de permanecer: necesitamos un tiempo propio que el sistema productivo no nos deja; requerimos de un tiempo de fiesta, que significa estar parados, sin nada productivo que hacer, pero que no debe confundirse con un tiempo de recuperación para seguir trabajando; el tiempo trabajado es tiempo perdido, no es tiempo para nosotros".*[1]

Para analizar esta problemática es necesario tener en cuenta sus causas, como puede ser el miedo a perder un puesto de trabajo o en el caso de trabajadores por cuenta propia , su propia empresa.

Dicho miedo radica mayoritariamente en la crisis económica que desde el año 2008 afecta a España, y que tuvo como consecuencia una tasa elevada de paro, que en el año 2013 llegó a los 5.000.000 millones de desempleados y al cierre de muchas empresas, especialmente PYMES, que alcanzó su récord histórico en el año 2016 tras el cierre de 27.357 empresas.

---

[1] Byun-Chul Han (2018, Febrero 7). *"Ahora uno se explota a sí mismo y cree que está realizándose".* El País. Recuperado de https://elpais.com.

Una de las consecuencias de la elevada tasa de paro y del cierre de las empresas es la autoexplotación que vamos a investigar en este trabajo, teniendo en cuenta la evolución del término empleado y empleador, así como la del trabajo, y las medidas que se pueden adoptar para evitarla, además de la explotación tanto en los trabajadores nacionales como en los inmigrantes.

2. Concepto de Autoexplotación

La autoexplotación laboral es la explotación de uno mismo, es decir, la falta de equilibrio que existe entre el trabajo y el ocio. Dicho concepto lo podemos relacionar con el término de autoexigencia, que es mantener el autocontrol, conocerse bien y ser dueño de sí mismo, porque de lo contrario, termina siendo su propio esclavo pero de las obligaciones y en este caso laborales.

Para entender mejor que significa este concepto debemos de tener en cuenta lo que dicen los siguientes autores:

- Sidi Mohamed Barkat (2010) *"El trabajador ha sido transformado en una especie de empleador de sí mismo. El sujeto emplea al cuerpo. La lucha de clases se ha trasladado al interior del individuo".*[2]
- *Byun-Chul Han (2014) "Quien fracasa en la sociedad neoliberal del rendimiento se hace a sí mismo responsable y se avergüenza, en lugar de poner en duda a la sociedad o al sistema. En el régimen neoliberal de la autoexplotación uno dirige la agresión hacia sí mismo. Esta autoagresividad no convierte al explotado en revolucionario, sino en depresivo".*[3]

[2] Sidi Mohamed Barkat (2010, Enero 26). *" La lucha de clases se ha trasladado al interior de cada trabajador".* El País. Recuperado de https://elpais.com.

[3] Byun-Chul Han "Psicopolítica", Editorial Herder/ Año 2017. Página 18.

3. **Diferencia de conceptos y teorías.**

3.1 Autoexplotacion y explotación.

Antes de explicar las diferencia que existe entre la autoexplotación y la explotación laboral debemos de tener en cuenta qué significa cada uno.
En cuanto a la autoexplotación laboral, es aquella que ejerce una persona contra sí misma, mientras que la explotación laboral es aquella que ejerce una persona contra otra, siendo normalmente de un superior jerárquico o jefe contra uno o varios trabajadores.

Ambos conceptos presentan varias similitudes como son:

- Jornadas superiores a 8 horas diarias.
- No se dispone de tiempo de descanso.
- El salario a percibir en la mayoría de las ocasiones no es igual al que establece el convenio colectivo.
- Se realiza el trabajo en muy malas condiciones, que en muchas ocasiones puede llegar a la precariedad.
- Puede llegar a provocar efectos negativos en la salud, como puede ser el estrés, la ansiedad e incluso infartos.
- Se omite o no se realiza la prevención de riesgos en los puestos de trabajo.
- No se dispone de tiempo de ocio, porque rebasan la duración de la jornada laboral o cuando no se está en el centro de trabajo se siguen realizando tareas.

Pero además de las similitudes mencionadas anteriormente, tanto la autoexplotación como la explotación laboral tienen características distintas:
En el caso de la autoexplotación, son las propias personas las que creen que autoexplotándose van a conseguir realizar mejor su trabajo, conseguir mayores beneficios, incrementar su riqueza, asegurarse su puesto de trabajo, ganarse una buena

reputación ante sus compañeros y sobre todo ante el jefe o favorecer a que no se cierre la empresa donde trabaja o donde es el propietario.

Por otro lado, la explotación laboral es la ejercida por los superiores jerárquicos contra sus subordinados, con el fin de conseguir sus propios beneficios. Esta situación, a su vez, va más allá del ámbito empresarial, puesto que también se da en el trabajo infantil, conociéndose este fenómeno como explotación infantil.

Además la explotación laboral afecta a muchos inmigrantes, ya que se aprovechan de sus necesidades y son mano de obra barata. Estos para poder conseguir dichos trabajos son engañados, y en ocasiones llega a producirse tráfico ilegal de personas (trata de seres humanos).

Por ello, y debido al incremento de este tipo de explotación laboral, y de la influencia que ha tenido en ella los medios de comunicación para que sea visible , en el año 2008 se dictó una nueva ley, el Protocolo para prevenir, reprimir y sancionar la trata de personas, especialmente mujeres y niños, que complementa la Convención de las Naciones Unidas contra la Delincuencia Organizada Transnacional, y que se incorporó al CP Español[4], concretamente en el art 177 sobre la trata de seres humanos *"Si en los delitos descritos en los artículos precedentes, además del atentado a la integridad moral, se produjere lesión o daño a la vida, integridad física, salud, libertad sexual o bienes de la víctima o de un tercero, se castigarán los hechos separadamente con la pena que les corresponda por los delitos cometidos, excepto cuando aquél ya se halle especialmente castigado por la ley.*

Artículo 177 bis.

1. Será castigado con la pena de cinco a ocho años de prisión como reo de trata de seres humanos el que, sea en territorio español, sea desde España, en tránsito o con

[4] Código Penal Español (Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre). Fue aprobado el 23 de noviembre de 1995 y ha sido modificado en 30 ocasiones. Su última versión consolidada es del 28 de Abril de 2015.

destino a ella, empleando violencia, intimidación o engaño, o abusando de una situación de superioridad o de necesidad o de vulnerabilidad de la víctima nacional o extranjera, o mediante la entrega o recepción de pagos o beneficios para lograr el consentimiento de la persona que poseyera el control sobre la víctima, la captare, transportare, trasladare, acogiere, o recibiere, incluido el intercambio o transferencia de control sobre esas personas, con cualquiera de las finalidades siguientes:

a) La imposición de trabajo o de servicios forzados, la esclavitud o prácticas similares a la esclavitud, a la servidumbre o a la mendicidad.

b) La explotación sexual, incluyendo la pornografía.

c) La explotación para realizar actividades delictivas.

d) La extracción de sus órganos corporales.

e) La celebración de matrimonios forzados.

Existe una situación de necesidad o vulnerabilidad cuando la persona en cuestión no tiene otra alternativa, real o aceptable, que someterse al abuso.

2. Aun cuando no se recurra a ninguno de los medios enunciados en el apartado anterior, se considerará trata de seres humanos cualquiera de las acciones indicadas en el apartado anterior cuando se llevare a cabo respecto de menores de edad con fines de explotación.

3. El consentimiento de una víctima de trata de seres humanos será irrelevante cuando se haya recurrido a alguno de los medios indicados en el apartado primero de este artículo.

4. Se impondrá la pena superior en grado a la prevista en el apartado primero de este artículo cuando:

a) se hubiera puesto en peligro la vida o la integridad física o psíquica de las personas objeto del delito;

b) la víctima sea especialmente vulnerable por razón de enfermedad, estado gestacional, discapacidad o situación personal, o sea menor de edad.

Si concurriere más de una circunstancia se impondrá la pena en su mitad superior.

5. Se impondrá la pena superior en grado a la prevista en el apartado 1 de este artículo e inhabilitación absoluta de seis a doce años a los que realicen los hechos prevaliéndose de su condición de autoridad, agente de ésta o funcionario público. Si concurriere además alguna de las circunstancias previstas en el apartado 4 de este artículo se impondrán las penas en su mitad superior.

6. Se impondrá la pena superior en grado a la prevista en el apartado 1 de este artículo e inhabilitación especial para profesión, oficio, industria o comercio por el tiempo de la condena, cuando el culpable perteneciera a una organización o asociación de más de dos personas, incluso de carácter transitorio, que se dedicase a la realización de tales actividades. Si concurriere alguna de las circunstancias previstas en el apartado 4 de este artículo se impondrán las penas en la mitad superior. Si concurriere la circunstancia prevista en el apartado 5 de este artículo se impondrán las penas señaladas en este en su mitad superior.

Cuando se trate de los jefes, administradores o encargados de dichas organizaciones o asociaciones, se les aplicará la pena en su mitad superior, que podrá elevarse a la inmediatamente superior en grado. En todo caso se elevará la pena a la inmediatamente superior en grado si concurriera alguna de las circunstancias previstas en el apartado 4 o la circunstancia prevista en el apartado 5 de este artículo.

7. Cuando de acuerdo con lo establecido en el artículo 31 bis una persona jurídica sea responsable de los delitos comprendidos en este artículo, se le impondrá la pena de multa del triple al quíntuple del beneficio obtenido. Atendidas las reglas establecidas en

el artículo 66 bis, los jueces y tribunales podrán asimismo imponer las penas recogidas en las letras b) a g) del apartado 7 del artículo 33.

8. La provocación, la conspiración y la proposición para cometer el delito de trata de seres humanos serán castigadas con la pena inferior en uno o dos grados a la del delito correspondiente.

9. En todo caso, las penas previstas en este artículo se impondrán sin perjuicio de las que correspondan, en su caso, por el delito del artículo 318 bis de este Código y demás delitos efectivamente cometidos, incluidos los constitutivos de la correspondiente explotación.

10. Las condenas de jueces o tribunales extranjeros por delitos de la misma naturaleza que los previstos en este artículo producirán los efectos de reincidencia, salvo que el antecedente penal haya sido cancelado o pueda serlo con arreglo al Derecho español.

11. Sin perjuicio de la aplicación de las reglas generales de este Código, la víctima de trata de seres humanos quedará exenta de pena por las infracciones penales que haya cometido en la situación de explotación sufrida, siempre que su participación en ellas haya sido consecuencia directa de la situación de violencia, intimidación, engaño o abuso a que haya sido sometida y que exista una adecuada proporcionalidad entre dicha situación y el hecho criminal realizado.

- **Comentario art 177 y 177 bis CP:**

La trata de seres humanos es uno de los delitos más frecuentes y castigados, ya que ataca a dos de los derechos más importante en nuestro país, la libertad y la dignidad de la persona, establecido además en el art 17,1 de la CE[5].

Cabe destacar que en España la trata de personas ha ido progresando y ello lo vemos reflejado en el art 177 y 177 bis del CP. En el art 177 del CP se establece que si además de producirse algún daño a la moral de las personas , se origina lesión a la vida, o a la libertad entre otros, podrá ocasionar concurso de delitos.

En cuanto al art 177 bis del CP establece penas de cárcel de entre cinco y ocho años, para todas aquellas personas que se encuentren dentro de territorio Español y que a través de la violencia o engaño favorecieran a la trata de personas. No obstante también se podrán aplicar sanciones más graves como la inhabilitación profesional, multa o una combinación de ambas con penas de cárcel. Para poder aplicar estas sanciones se debe tener en cuenta las siguientes circunstancias:

- Que el responsable a través de su condición de mando se haya beneficiado en la trata de personas.
- Que el responsable forme parte de una organización que se dedique a la trata de personas.
- En caso de que el responsable sea una empresa, es decir, una persona jurídica se le impondrá una multa que triplique o quintuplique la cantidad que se haya obtenido a través de la trata de personas.

[5] Constitución Española de 1978. Fue aprobada por las Cortes Generales el 29 de diciembre de 1978.Art 17,1 CE *" Toda persona tiene derecho a la libertad y a la seguridad. Nadie puede ser privado de su libertad, sino con la observancia de lo establecido en este artículo y en los casos y en la forma previstos en la ley.*

Además si algunos de estos delitos se da en el extranjero podrán causar efecto en España si existe insistencia por parte de los sujetos responsables.

así como en los art:

311 CP *"Serán castigados con las penas de prisión de seis meses a seis años y multa de seis a doce meses:*

1.º Los que, mediante engaño o abuso de situación de necesidad, impongan a los trabajadores a su servicio condiciones laborales o de Seguridad Social que perjudiquen, supriman o restrinjan los derechos que tengan reconocidos por disposiciones legales, convenios colectivos o contrato individual.
2.º Los que den ocupación simultáneamente a una pluralidad de trabajadores sin comunicar su alta en el régimen de la Seguridad Social que corresponda o, en su caso, sin haber obtenido la correspondiente autorización de trabajo, siempre que el número de trabajadores afectados sea al menos de:

a) el veinticinco por ciento, en las empresas o centros de trabajo que ocupen a más de cien trabajadores,
b) el cincuenta por ciento, en las empresas o centros de trabajo que ocupen a más de diez trabajadores y no más de cien, o
c) la totalidad de los mismos, en las empresas o centros de trabajo que ocupen a más de cinco y no más de diez trabajadores.

3.º Los que en el supuesto de transmisión de empresas, con conocimiento de los procedimientos descritos en los apartados anteriores, mantengan las referidas condiciones impuestas por otro.

4.º Si las conductas reseñadas en los apartados anteriores se llevaren a cabo con violencia o intimidación se impondrán las penas superiores en grado."

311 BIS CP" Será castigado con la pena de prisión de tres a dieciocho meses o multa de doce a treinta meses, salvo que los hechos estén castigados con una pena más grave en otro precepto de este Código, quien:

a) De forma reiterada, emplee o dé ocupación a ciudadanos extranjeros que carezcan de permiso de trabajo, o

b) emplee o dé ocupación a un menor de edad que carezca de permiso de trabajo.

Comentario art 311 y 311 bis CP

En el título XV del Código Penal de los delitos contra los derechos de los trabajadores se encuentran los art 311, 311 bis, 312,313,314,315,316,317 y 318.
El art 311 del CP tiene como principio proteger a los trabajadores frente a las malas condiciones laborales y de seguridad social que les puedan perjudicar negativamente. Por lo que se establecen penas de cárcel de seis meses a seis años, y multas de seis a doce meses a todos aquellos empresarios que instauren las malas condiciones laborales y de seguridad social a sus trabajadores, y por tanto no se tenga en cuenta todos los derechos reconocidos en disposiciones legales, convenio colectivo e incluso en el propio contrato individual de trabajo.

En cuanto al art 311 bis del CP se establecen penas de cárcel de tres a dieciocho meses o multa de doce a treinta meses, a todas aquellas personas que le den trabajo a personas sin permiso de trabajo o a menores de edad. Debemos de tener en cuenta que no se aplicará este artículo si en otro precepto está penado como más graves.

312 CP " 1. Serán castigados con las penas de prisión de dos a cinco años y multa de seis a doce meses, los que trafiquen de manera ilegal con mano de obra.
2. En la misma pena incurrirán quienes recluten personas o las determinen a abandonar su puesto de trabajo ofreciendo empleo o condiciones de trabajo engañosas o falsas, y quienes empleen a súbditos extranjeros sin permiso de trabajo en

condiciones que perjudiquen, supriman o restrinjan los derechos que tuviesen reconocidos por disposiciones legales, convenios colectivos o contrato individual.

Comentario art 312 CP

En el art 312 del CP se establecen penas de cárcel de dos a cinco años y multas de 6 a doce meses, a aquellas personas que se encarguen de reclutar a personas o las obliguen a abandonar su puesto de trabajo a través de falsas condiciones laborales. Cabe destacar que para que se impute dicho delito no hace falta que se cometan ambos delitos, se podrá imputar realizando uno de estos, además de que se tiene que producir el resultado efectivo, es decir, el reclutamiento o el abandono del puesto de trabajo.

313 CP " El que determinare o favoreciere la emigración de alguna persona a otro país simulando contrato o colocación, o usando de otro engaño semejante, será castigado con la pena prevista en el artículo anterior."

Comentario art 313 CP

En el art 313 del CP se establece el objeto de la determinación o favorecimiento de la emigración de personas a través del engaño. Para ello se establecerán las mismas penas de cárcel que las previstas en el art anterior. Para que se produzca el delito tiene que producirse el resultado de la inmigración, es decir, que la persona se ausente de España. Por otro lado también puede estar relacionado con la estafa o falsedades documentales a través del concurso de delitos

314 CP " Los que produzcan una grave discriminación en el empleo, público o privado, contra alguna persona por razón de su ideología, religión o creencias, su pertenencia a una etnia, raza o nación, su sexo, orientación sexual, situación familiar, enfermedad o discapacidad, por ostentar la representación legal o sindical de los trabajadores, por el parentesco con otros trabajadores de la empresa o por el uso de alguna de las lenguas oficiales dentro del Estado español, y no restablezcan la situación de igualdad ante la

ley tras requerimiento o sanción administrativa, reparando los daños económicos que se hayan derivado, serán castigados con la pena de prisión de seis meses a dos años o multa de 12 a 24 meses."

Comentario art 314 CP

El articulo 314 del CP se destina a proteger los derechos de igualdad y no discriminación de todos los trabajadores. Para ello se establecen penas de cárcel de seis meses a dos años o multas de 12 a 24 meses.

Cabe destacar que para se produzca dicho delito se deberá de tener en cuenta la ideología, religión o creencias, pertenencias a grupos como pueden ser etnias, raza u orientación sexual entre otros.

315 CP" 1. Serán castigados con las penas de prisión de seis meses a dos años o multa de seis a doce meses los que, mediante engaño o abuso de situación de necesidad, impidieren o limitaren el ejercicio de la libertad sindical o el derecho de huelga.
2. Si las conductas reseñadas en el apartado anterior se llevaren a cabo con coacciones serán castigadas con la pena de prisión de un año y nueve meses hasta tres años o con la pena de multa de dieciocho meses a veinticuatro meses.
3. Quienes actuando en grupo o individualmente, pero de acuerdo con otros, coaccionen a otras personas a iniciar o continuar una huelga, serán castigados con la pena de prisión de un año y nueve meses hasta tres años o con la pena de multa de dieciocho meses a veinticuatro meses."

Comentario art 315 CP

El art 315 del CP regula y establece una serie de sanciones que van desde penas de cárcel de seis meses a dos años o multas de seis a doce meses a todas a aquellas personas que utilizando la situación de necesidad de una persona, impidieran o limitasen el ejercicio de libertad sindical o de huelga.

Esta limitación se realizará impidiendo que los trabajadores abandonen su puesto de trabajo para acudir a la huelga utilizando amenazas como pueden ser:

- El despido.
- La reducción del salario o incluso la negativa a abonar el sueldo íntegro al trabajador.
- Obligación para realizar un mayor números de horas laborales.

Cabe destacar que a pesar de la ilegalidad de tales actos, el empleador se beneficia de la situación de necesidad y vulnerabilidad de sus trabajadores.

316 CP " Los que con infracción de las normas de prevención de riesgos laborales y estando legalmente obligados, no faciliten los medios necesarios para que los trabajadores desempeñen su actividad con las medidas de seguridad e higiene adecuadas, de forma que pongan así en peligro grave su vida, salud o integridad física, serán castigados con las penas de prisión de seis meses a tres años y multa de seis a doce meses."

Comentario art 316 CP

EL art 316 del CP establece cuales son las medidas de seguridad e higiene correctas para que los trabajadores puedan realizar su trabajo en las mejores condiciones.
El empleador que no cumpla con lo dispuesto en el presente artículo podría ser sancionado con penas de cárcel de seis meses a tres años o multas de seis a doce meses.

317 CP " Cuando el delito a que se refiere el artículo anterior se cometa por imprudencia grave, será castigado con la pena inferior en grado."

Comentario art 317 CP

EL articulo 317 regula también lo establecido en el art 316, pero solo será de aplicación cuando se produzca por una imprudencia grave , y tendrá como castigo la pena inferior en grado.

318 CP *" Cuando los hechos previstos en los artículos de este título se atribuyeran a personas jurídicas, se impondrá la pena señalada a los administradores o encargados del servicio que hayan sido responsables de los mismos y a quienes, conociéndolos y pudiendo remediarlo, no hubieran adoptado medidas para ello. En estos supuestos la autoridad judicial podrá decretar, además, alguna o algunas de las medidas previstas en el artículo 129 de este Código."*

318 BIS CP *" Artículo 318 bis.*
1. El que intencionadamente ayude a una persona que no sea nacional de un Estado miembro de la Unión Europea a entrar en territorio español o a transitar a través del mismo de un modo que vulnere la legislación sobre entrada o tránsito de extranjeros, será castigado con una pena de multa de tres a doce meses o prisión de tres meses a un año.
Los hechos no serán punibles cuando el objetivo perseguido por el autor fuere únicamente prestar ayuda humanitaria a la persona de que se trate.
Si los hechos se hubieran cometido con ánimo de lucro se impondrá la pena en su mitad superior.
2. El que intencionadamente ayude, con ánimo de lucro, a una persona que no sea nacional de un Estado miembro de la Unión Europea a permanecer en España, vulnerando la legislación sobre estancia de extranjeros será castigado con una pena de multa de tres a doce meses o prisión de tres meses a un año.
3. Los hechos a que se refiere el apartado 1 de este artículo serán castigados con la pena de prisión de cuatro a ocho años cuando concurra alguna de las circunstancias siguientes:

a) Cuando los hechos se hubieran cometido en el seno de una organización que se dedicare a la realización de tales actividades. Cuando se trate de los jefes, administradores o encargados de dichas organizaciones o asociaciones, se les aplicará la pena en su mitad superior, que podrá elevarse a la inmediatamente superior en grado.

b) Cuando se hubiera puesto en peligro la vida de las personas objeto de la infracción, o se hubiera creado el peligro de causación de lesiones graves.

4. En las mismas penas del párrafo anterior y además en la de inhabilitación absoluta de seis a doce años, incurrirán los que realicen los hechos prevaliéndose de su condición de autoridad, agente de ésta o funcionario público.

5. Cuando de acuerdo con lo establecido en el artículo 31 bis una persona jurídica sea responsable de los delitos recogidos en este Título, se le impondrá la pena de multa de dos a cinco años, o la del triple al quíntuple del beneficio obtenido si la cantidad resultante fuese más elevada.

Atendidas las reglas establecidas en el artículo 66 bis, los jueces y tribunales podrán asimismo imponer las penas recogidas en las letras b) a g) del apartado 7 del artículo 33.

6. Los tribunales, teniendo en cuenta la gravedad del hecho y sus circunstancias, las condiciones del culpable y la finalidad perseguida por éste, podrán imponer la pena inferior en un grado a la respectivamente señalada."

Comentario art 318 y 318 bis

El art 318 hace referencia a que cuando el delito sea cometido por personas jurídicas, la pena se aplicara tanto a los administradores o encargados como a todas aquellas personas que lo supieran y no hubieren utilizado ningún tipo de acción para remediarlo. Además se debe tener en cuenta que se puede aplicar algunas de las acciones reguladas por el art 129 del propio CP.

Comentario general de todos los artículos del CP

En los artículos analizados anteriormente se intenta regular y prohibir el tráfico ilegal de personas, que se suele realizar a través de mafias con el único fin de conseguir mano de obra más barata y obtener mayores beneficios.

Esta situación se suele producir con personas que son vulnerables y cuyas necesidades económicas son complejas, por lo que aceptan cualquier tipo de trabajo a cualquier precio e incluso , en muchas ocasiones, son engañados ya que se les promete buenas condiciones laborales, buenos salarios, además de residencia tanto para ellos como para sus familiares. Cabe destacar que en la mayoría de los casos esto no sucede y lo que se produce es una explotación laboral debido a las largas jornadas laborales, trabajos precarios, salario mínimo o incluso inexistente.

Por ello el CP establece penas de cárcel o multas para intentar limitar y abolir el tráfico ilegal de personas.

3.2 Teorías filosóficas autores

- Teoría marxista de la alineación del trabajo.

Karl Marx nació el 5 de mayo de 1818 en Alemania y es considerado como uno de los filósofos más importantes de la historia moderna. Realizó varias obras, destacando su ensayo doctrinal, El Capital, donde explicó de manera detallada la economía del sistema capitalista. En ella hacía especial referencia a la alineación del trabajo, es decir, a cómo el capitalismo se había alineado al trabajador.

Para Marx el trabajo es una parte fundamental del ser humano, y destaca que es lo que nos diferencia de los animales. A pesar de esto, se da cuenta de cómo los trabajadores son utilizados como mercancías, ya que generan riquezas para los jefes o patrones y los resultados del propio trabajo no le son ni si quiera reconocidos.

Como él mismo dijo " *El producto de su trabajo, con su trabajo objetivado, como un objeto poderoso, independiente de él, hostil, extraño, se está relacionando con él de forma que otro hombre independiente de él, poderoso, hostil, extraño a él, es el dueño de este objeto"* [6]

Dicha teoría está relacionada con la explotación laboral, debido a que se produce un sometimiento o dominación por parte del empresario, con el único fin de generar riquezas y aumentar cada vez más su diferencia con la clase proletaria.

Para entender mejor la explotación laboral tenemos que tener en cuenta que el trabajador pierde su autonomía o capacidad de decidir y que es considerado como una pieza más del factor productivo y ,por tanto, el trabajo se convierte en su propia esclavitud.

- La autoexplotación laboral

Byun-Chul Han es un filósofo que nació en 1959 en Seúl, a pesar de desarrollar la mayor parte de su carrera en Alemania. Entre sus obras destaca el libro de *Psicopolítica*, donde desarrolla la autoexplotación laboral a través del neoliberalismo, porque considera que es una forma de anular el capitalismo y convertir al trabajador en empresario.

Por ello se generan unas consecuencias como la perdida de libertad, la plena dedicación al trabajo donde si se fracasa se hace responsable a sí mismo y no pone en duda ni a la organización, ni a la empresa si no a la realización de su trabajo. En esto consiste la inteligencia del régimen neoliberal.

Cabe destacar que la autoexplotación se da tanto en trabajadores por cuenta ajena como por cuenta propia, y como el mismo explica en el libro *"Ya no trabajamos para*

[6] Karl Marx " Manuscritos Economía y Filosofía, Primer Manuscrito", Editorial Alianza/ Año 2011.Página 115.

nuestras necesidades, sino para el capital. El capital genera sus propias necesidades, que nosotros, de forma errónea, percibimos como propias. El capital representa una nueva trascendencia, una nueva forma de subjetivización".[7]

Además debemos de considerar que en muchas ocasiones la autoexplotación no es visible para el trabajador que la ejerce, pero sí para el resto de personas que lo rodean.

En este punto, debemos mencionar la relación que existe entre la teoría de la alineación del trabajo y la autoexplotación, a pesar de que Marx no contemplaba la autoexplotación. Pero aún así comparten características similares, como:

- La definición de libertad como una relación lograda con el otro.
- El capital genera sus propias necesidades, y de forma errónea los trabajadores las asumen como propias.
- Las fuerzas productivas del trabajo entran en contradicción con las relaciones de producción dominante.
- Ambas producen efectos negativos en la salud, a causa del estrés y el agobio en el trabajo.

4. Consecuencia de la autoexplotación, El "Síndrome del quemado"

El Síndrome del quemado o Burnout es aquel que produce un agotamiento físico y mental, además de generar una falta de motivación en los trabajadores a la hora de desempeñar su trabajo.

En el año 1969 se empezó a hablar del Síndrome del quemado, pero fue a partir de los 70 cuando Herbert Freudenbeger comenzó a indagar sobre esta materia, incorporándolo posteriormente al campo de la psicología laboral. Además las psicólogas Maslach o Jakson lo definieron como un síndrome caracterizado por:

[7] Byun-Chul Han "Psicopolítica", Editorial Herder/ Año 2017. Página 19.

- Agotamiento emocional, que se refleja en los trabajadores a través de, cambios de humor, desmotivación a la hora de realizar su trabajo, perdida de energía y como consecuencia menor rendimiento.
- Agotamiento físico, que se manifiesta en dolores de cabezas, mareos, dolores musculares, problemas cardiovasculares, alteración en el sueño e incluso puede conllevar al consumo de alcohol o drogas.

Debido a esto, y teniendo en cuenta el estudio de la profesora Maslach, el Síndrome del quemado o Bornout se puede considerar como una enfermedad laboral que afecta a muchos trabajadores, como consecuencia de la autoexplotación o la propia explotación laboral.

Todo ello es el resultado de largas jornadas laborales que se realizan por un periodo de tiempo continuado y que es provocado por numerosas causas como pueden ser:

A. Asumir una elevada responsabilidad en las empresas o puestos de trabajo.
B. Realización de trabajos monótonos o aburridos.
C. Sufrir acoso laboral.

Del mismo modo se ha de tener en cuenta las palabras que Byun-Chul Han utiliza para describir el síndrome del quemado o bornout *"Enfermedades como la depresión y el síndrome de Bornout son la expresión de una crisis profunda de la libertad. Son un signo patológico de que hoy la libertad se convierte, por diferentes vías, en coacción"*[8]

5. La autoexplotación en el trabajo por cuenta ajena y en el trabajo autónomo.

- <u>Metodología utilizada.</u>

La metodología de trabajo utilizada para poder llevar a cabo cada una de las encuestas del trabajo de fin de grado son:

[8] Byun-Chul Han "Psicopolítica", Editorial Herder/ Año 2017. Página 12.

- Realización de tres encuestas a personas comprendidas entre 18 y 60 años. Cada una de las encuestas cuentan con 10 preguntas y se realizaron a través de una plataforma virtual.
  -La primera encuesta se realizó a 98 personas, sin distinguir situación laboral.

<u>La primera de las encuestas realizadas consta de 10 preguntas y se obtuvieron los siguientes resultados:</u>

1) ¿ Sabes lo que significa el término autoexplotación laboral?

- De un total de 97 encuestados el 86,6 % (84 personas) respondieron a que si conocían el término de autoexplotación laboral mientras que el 13,4% (13 personas) no lo conocen. A pesar de la gran diferencia entre el si y no muchas personas lo confunden con la explotación laboral.

2) ¿ Dónde crees que se da más la autoexplotación?

- El 62,9 % (61 personas) de los encuestados respondieron a que se produce en el trabajo por cuenta propia, el 34% (33 personas) a que se origina en el trabajo por cuenta ajena, mientras que el 3% (3 personas) creen que se da tanto en el trabajo por cuenta propia como por cuenta ajena.

3) ¿Consideras qué la autoexplotación está relacionada con la autoexigencia?

- El 73,2 % (71 personas) de los encuestados respondieron a que si está relacionado mientras que el 26,8% (26 personas) entienden que no tiene ninguna correlación.

4) ¿ Consideras que la autoexplotación es una consecuencia de la crisis económica?

- El 66% (64 personas) de los encuestados respondieron que si está relacionado con la crisis económica, mientras que el 34% (33 personas) piensan que no tiene relación.

5) Entre los siguientes factores: ¿ Cuál crees que está relacionado con la autoexplotación?

- El 50,5 % (49 personas) de los encuestados creen que con las largas jornadas laborales, el 26,8% (26 personas) con la plena dedicación al trabajo, el 17,5% (17 personas) con la realización del trabajo en condiciones precarias y el 5,2 % (5 personas) con la riqueza.

6) ¿ Crees que la explotación y la autoexplotación laboral presentan las mismas características?

- El 76% (73 personas) de los encuestados respondieron a que no presentan la misma características mientras que el 24 % (23 personas) creen que si tienen relación. Una persona no contesto.

7) ¿ Alguna vez te has exigido más o te has sentido autoexplotado?

- El 57,7% (56 personas) de los encuestados respondieron que si, el 10,3 % (10 personas) afirman que en ningún momento se han sentido autoexplotados y el 32% (31 personas) contestaron que tal vez.

8) ¿ Qué medida propondrías para prevenir la autoexplotación?

- A dicha pregunta respondieron 94 personas y 3 se abstuvieron. Los votos fueron:
  - Establecer horarios fijos de trabajo, de los cuales no te puedes exceder. 53,2 % (50 personas).
  - Dar la misma importancia al ocio que al trabajo. 44,7 % (42 personas)
  - Reducir la precariedad laboral.1,1 %(1 persona).
  - Educación y un cambio político . 1,1 % (1 persona).

9) ¿ Crees que la autoexplotación afecta a la salud?

- El 100% (96 personas) de las que respondieron la encuesta respondieron que si afecta a la salud.

10) ¿ Crees que la autoexplotación es visible?

- El 70,1 %(68 personas) respondieron a que si es visible mientras que el 29,9 % (29 personas) creen que no es visible.

-La segunda encuesta se realizó a 27 trabajadores por cuenta ajena.

1) ¿ Sabes lo que significa el término autoexplotación?

- El 77,78 % (21 personas) respondieron que sí conocen el termino autoexplotación, mientras que el 22,22 % (6 personas) respondieron que no lo conocían.

2) ¿ En algún momento te has sentido autoexplotado?

- El 77,78 % (21 personas) respondieron que sí se han sentido autoexplotados mientras que el 22,22 % (6 personas) respondieron que no lo conocían.

3) ¿ Cuáles de los siguientes factores crees que influyen más en la autoexplotación?

- El 22,22% (6 personas) contestaron que el estrés, el 59, 26 %(16 personas) creen que es la autoexigencia y el 18,52 % (5 personas) respondieron a que es la propia personalidad.

4) ¿ Crees que en el trabajo por cuenta ajena se sufre más la autoexplotación o la explotación laboral?

- El 22,22 % (6 personas) respondieron a que se sufre más la autoexplotación laboral mientras que el 77,78 % (21 personas) creen que es la explotación laboral.

5) ¿ Crees que existen medidas para detectar la autoexplotación?

- El 62,96 % (17 personas) respondieron que sí existen medidas mientras mientras que el 37,04% (10 personas) respondieron que no existen las suficientes medidas.

6) ¿ Conoces el síndrome del quemado?

- El 66,67 " (18 personas) respondieron que sí lo conocen mientras que el 33,33 % (9 personas) contestaron que no lo conocen.

7) ¿ Crees que la autoexplotación está relacionada con la excesiva preocupación por el trabajo ?

- El 96,30 % (26 personas) respondieron que sí mientras que el 3,70 % (1 persona) contestaron que no.

8) ¿ Crees que la autoexplotación afecta a la salud?

- El 100% (27 personas) respondieron que sí.

9) ¿ Crees que se deberían de establecer normas que regulen la autoexplotación?

- El 85 ,19 % (23 personas) respondieron que sí mientras que el 14,81 % (4 personas)contestaron que no.

10) ¿ Crees que las empresas deberían de tener entre sus planes de prevención medidas que ayuden a prevenir la autexplotación?

- El 96,30 % (26 personas) respondieron que sí mientras que el 3,70 % (1 persona) contestaron que no.

-La tercera encuesta se realizó a 4 autónomos.

1) ¿ Sabes lo que significa el término autoexplotación?

- El 100% (4 personas) respondieron que sí.

2) ¿ Consideras que la autoeexplotación se da en el trabajo por cuenta ajena o en el autónomo

- El 100% (4 personas) respondieron que sí. Cabe destacar que esto puede estar relacionado con una de las consecuencias de la propia autoexplotación como es la preocupación por la empresa.

3) ¿ Cuáles de los siguientes motivo crees que está relacionado con la autoexplotación?

- El 50% (2 personas) respondieron que está relacionado con preocupación por el trabajo mientras que el otro 50 % (2 personas) creen que es para obtener mayores beneficios.

4) ¿ En algún momento te has sentido autoexplotado?

- El 50% (2 personas) respondieron que sí mientras que el otro 50 % (2 personas) contestaron que no.

5) ¿ La responsabilidad que asumes como autónomo puede dar lugar a la autoexplotación?

- El 100% respondieron que sí, y en gran parte es una de las principales causas de la autoexplotación.

6) ¿ Crees que la duración de la jornada laboral es uno de los factores que influyen en la autoexplotación?

- El 75 % (3 personsas) respondieron que sí, mientras que el 25 % (1 persona) que no tiene relación

7) ¿ Sacrificas tu vida familiar o de ocio por el trabajo?

- El 100% (4 personas) respondieron que sí.

8) ¿ En algún momento las personas que te rodean te han dicho que sólo vives para la empresa ?

- El 75 % (3 personsas) respondieron que sí, mientras que el 25 % (1 persona) que no .

9) ¿ En algún momento has sentido que no puedes seguir adelante con la empresa ?

- El 75 % (3 personsas) respondieron que sí, mientras que el 25 % (1 persona) que no .

10) ¿ Estarías dispuesto a que se estableciera una jornada laboral para los autónomos por ley?

- El 75 % (3 personsas) respondieron que no, mientras que el 25 % (1 persona) que sí .

Con cada una de estas encuestas se pretende evaluar el grado de conocimiento que se tiene del término "autoexplotación".

- Encuesta acerca de si la gente conoce lo que significa autoexplotación.
- Encuesta sobre la autoexplotación a una serie de trabajadores por cuenta ajena.
- Encuesta a 4 empresarios autónomos.

6. Medidas para evitar la autoexplotación laboral.

El reconocimiento del concepto de "autoexplotación" como tal, es relativamente moderno, sin embargo, esta situación existe desde la concepción del trabajo asalariado o

autónomo como en la actualidad. Éste fenómeno se ve agudizado especialmente en periodos de crisis económicas, donde las exigencias del mercado laboral se intensifican.

Por ello, para poder prevenirla se debería de tener en cuenta las siguientes medidas:

- Control de la jornada diaria, es decir, no excederse del número de horas legalmente establecidas.
- Realización por parte tanto de los autónomos como de los trabajadores por cuenta ajena de actividades que ayuden a liberarse del estrés.
- Favorecer la conciliación laboral y familiar, y para ello se podrían realizar jornadas en los que la familia puedan compartir y conocer los trabajos que se realizan en su jornada diaria.
- Rotación de puestos de trabajo, evitando la monotonía en los puestos de trabajo.
- En los supuestos de los autónomos, no concentrar todas las tareas y responsabilidades en ellos mismos, si no repartir el trabajo entre más personas o dividírsela en días.
- Conseguir que el puesto de trabajo sea más motivador, tanto intrínsecamente como extrínsecamente
- Conocer hasta qué punto las tareas que están realizando los trabajadores están cumpliendo con valores éticos para cada trabajador.
- Mejorar las condiciones del puesto de trabajo.
- Realizar una evaluación del rendimiento en la empresa, para conocer los puntos débiles y fuertes de la misma.
- Desarrollar políticas de igualdad, ya que las empresas que apuesten por la igualdad a su vez apuestan por el desarrollo.
- Formación.

7. Conclusiones y resultados

Los resultados del trabajo de investigación realizado se pueden dividir en varios puntos:

I. En primer lugar, se ha de tener en cuenta que el concepto de autoexplotación está muy presente en el mundo laboral, aunque alcanzó su auge con la crisis vivida recientemente en España.

II. En segundo lugar, Byun- Chul Han uno de los filósofos más importantes de la actualidad, señala que las causas de dicho concepto tienen relación con la pérdida de personalidad, es decir, las personas dejan de ser ellas mismas al dedicarse plenamente al trabajo.

III. En tercer lugar, autores como Marx explicaron la explotación laboral a través de varias de sus obras, sin embargo, donde hizo una investigación más profunda fue en su obra la alineación del trabajo, y durante el trabajo se ha relacionado en todo momento tanto la explotación laboral, explicada por él mismo y la autoexplotación laboral.

IV. En cuarto lugar, existen múltiples causas de la autoexplotación laboral, según la investigación realizada, entre los que destacan:

- Un mayor número de horas realizadas.
- Preocupación por el trabajo.
- Malas condiciones laborales.

V. En quinto lugar, y tras realizar una serie de encuesta se ha llegado a la conclusión de que muchas personas confunden el concepto y las que lo conocen reconocen que en muchas ocasiones se han sentido autoexplotados.

VI. En sexto lugar, en España y a través del CP se establece una seria de normas que evitan que se produzca la explotación laboral, a través de la trata de personas, estableciéndose penas de cárcel o sanciones económicas.

Por lo tanto y teniendo en cuenta todos los puntos anteriores, además de todo lo investigado, he llegado a la conclusión de que en la ley se deberían de establecer más medidas, con el fin de controlar esta situación. Además de que las empresas deberían

de integrar la autoexplotación entre sus planes de prevención, ya que hoy en día no existe ninguna empresa que la tenga integrada. Otra medida sería que a través de la SS se disponga de psicólogos que ayuden a las personas que sufran la autoexplotación.

Para finalizar, y personalmente puedo decir que me ha encantado hacer mi trabajo de fin de grado sobre esta materia, no ha sido fácil encontrar información, pero las cosas difíciles son las que al final mayor satisfacción dan. He indagado mucho sobre la materia y me han llegado a sorprender muchas cosas, sobre todo como a pesar de los años existe relación entre lo que dice Marx y Byun- Chul Han, aunque existe una gran diferencia entre la explotación y la autoexplotación laboral.

Así mismo me gustaría que se regulara está materia y se le de más visibilidad para que todas aquellas personas que creen o se sienten autoexplotados/as puedan tomar medidas para no sufrirla y poder evitarla.

8. Bibliografía

- **Libros**

- Byun-Chul Han.Psicopolítica. 1ºedición Herder Editorial, Barcelona, 2017.
- Karl Marx " Manuscritos Economía y Filosofía, Primer Manuscrito", Editorial Alianza, Madrid, 2011.
- Pomares Cintas, Esther. El derecho penal ante la explotación laboral y otras formas de violencia en el trabajo, tirant lo Blanch, Valencia, 2013.
- Postone, Moishe. Tiempo, Trabajo y dominación social. Una reinterpretación de la teoría crítica de Marx, Marcial Pons, Madrid, 2006.

- **Ley**

- Constitución Española de 1978
- Código Penal Español (Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre)

- **Artículos consultados**

- Anguita Olmedo, Concepción (2007) . El tráfico ilegal de seres humanos para la explotación sexual y laboral: la esclavitud del siglo XXI. Nómadas (15).

- Bonet I Pérez.(2010). La protección de los niños en el derecho internacional y en las relaciones internacionales. Dialnet. Pág 215-238.
- Delgado Sancho, Carlos David (2017). La trata de seres humanos y la inmigración clandestina tras la reforma de la ley orgánica 1/2015. Aranzadi (8). Pág 1-13.
- López Cervilla, José María. (2005). El delito de explotación laboral del extranjero. Dialnet. Pág 1 a 8.

  - **Páginas consultadas**

- Bianchi, Oscar (05/2015). Psicopolítica de Byun-Chul Han. El desafilador. Madrid.Recuperado de:http://eldesafilador.com/2015/05/06/la-psicopolitica-de-byung-chul-han/
- García Barnés, Héctor (12/08/2016). Por favor, explótame: la trampa en la que los trabajadores caen cada vez más a menudo. Madrid. El confidencial. Recuperado de https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2016-08-12/autoexplotacion-trampa-trabajo_1245222/
- Geli, Carles (07/02/2018). Ahora uno se explota a sí mismo y cree que está realizándose. Barcelona. El país. Recuperado de: https://elpais.com/cultura/2018/02/07/actualidad/1517989873_086219.html
- Marti Font, José María (26/01/2010). La lucha de clases se ha trasladado al interior de cada trabajador. Barcelona. El país. Recuperado de https://elpais.com/diario/2010/01/26/cultura/1264460404_850215.html
- Medina, Stuart (15/05/2017), El glamour de la autoexplotación colaborativa. Madrid. Infolibre. Recuperado de: https://www.infolibre.es/noticias/luces_rojas/2017/05/16/el_glamour_autoexplotacion_colaborativa_64879_1121.html
- Sarabia, Bernabe (09/01/2015). Psicopolítica. Neoliberalismo y nuevas técnicas de poder. Barcelona. El cultural. Recuperado de: http://www.elcultural.com/revista/letras/Psicopolitica-Neoliberalismo-y-nuevas-tecnicas-de-poder/35782

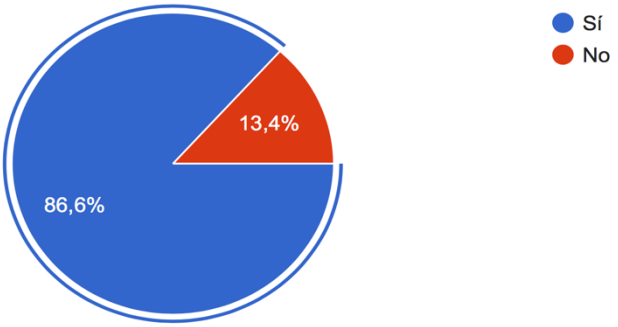
9. Anexos

Encuesta realizada a 97 personas de entre 18 y 60 años sin distinguir situación laboral

Buenas tardes, soy Iván Martín Pérez, alumno de 4º del Grado en Relaciones laborales de la Universidad de la Laguna, estoy realizando mi trabajo fin de grado acerca de la autoexplotación laboral y agradecería que contestaran a las siguientes preguntas.

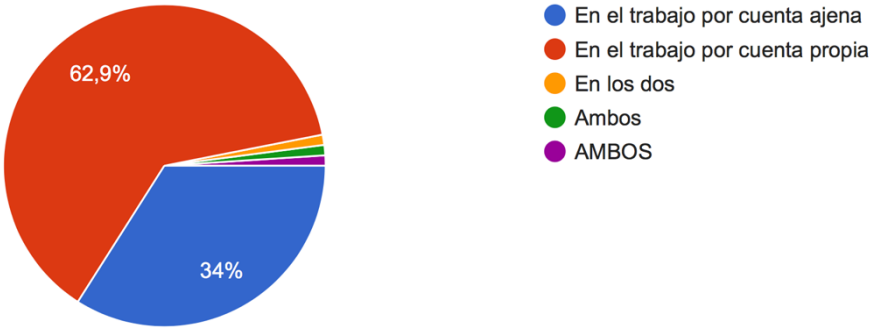
1. ¿Sabes lo que significa el término autoexplotación laboral?

97 respuestas



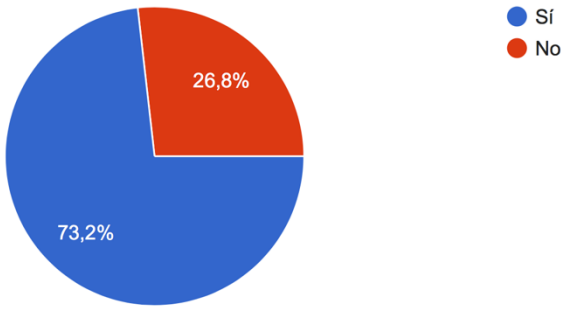
2. ¿Dónde crees que se da más la autoexplotación?

97 respuestas



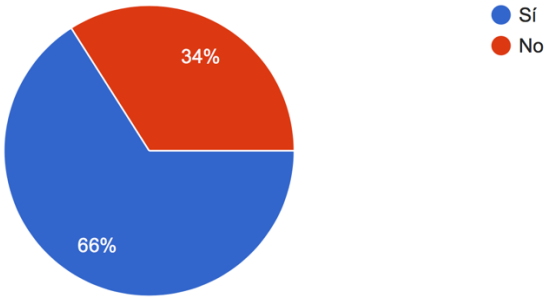
3. ¿Consideras que la autoexplotación está relacionada con la autoexigencia?

97 respuestas



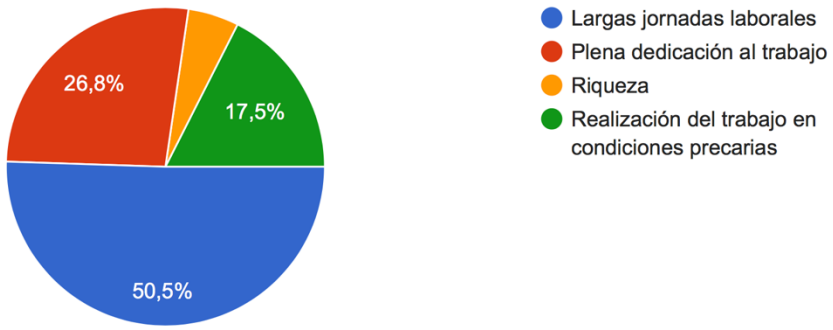
4. ¿Consideras que la autoexplotación es una consecuencia de la crisis económica?

97 respuestas



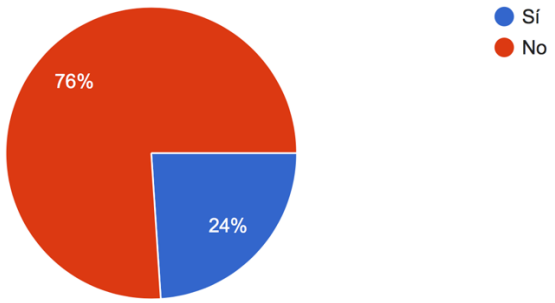
5. Entre los siguientes factores: ¿cuál crees que está relacionado con la autoexplotación?

97 respuestas



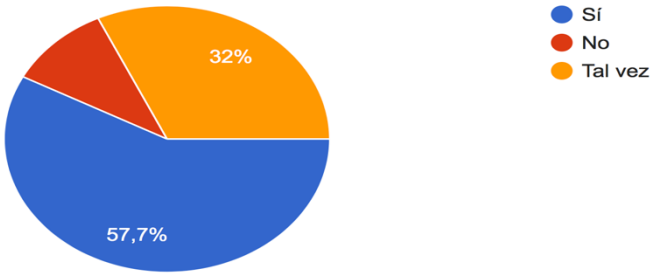
6. ¿Crees que la explotación y la autoexplotación laboral presentan las mismas características?

96 respuestas



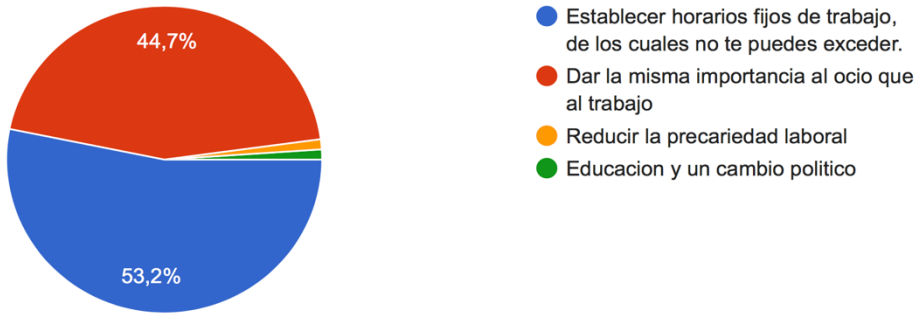
7. ¿Alguna vez te has exigido más o te has sentido autoexplotado?

97 respuestas



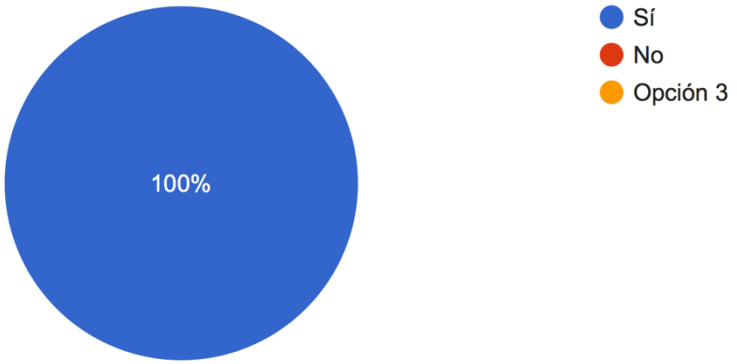
8. ¿ Qué medida propondrías para prevenir la autoexplotación?

94 respuestas



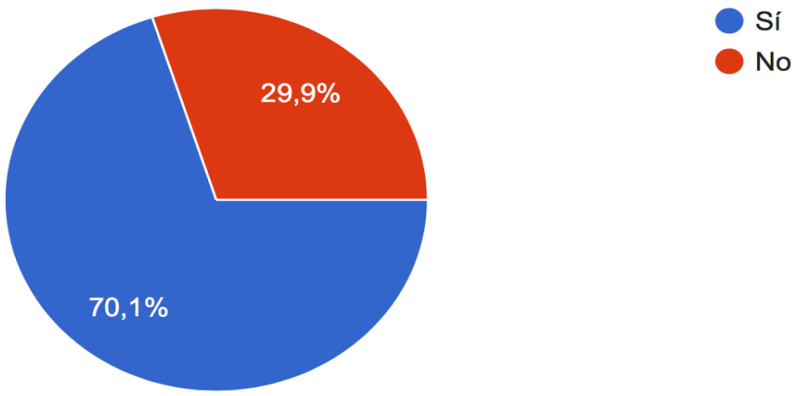
9. ¿ Crees que la autoexplotación afecta a la salud?

96 respuestas



10. ¿Crees que la autoexplotación es visible?

97 respuestas

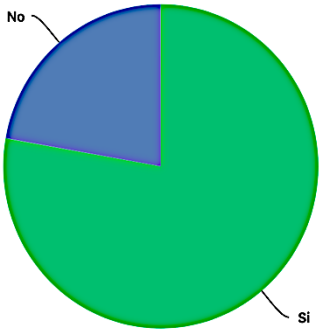


Buenas tardes, soy Iván Martín Pérez, estoy realizando mi trabajo de fin de grado de Relaciones Laborales en la Universidad de la Laguna y agradecería que respondieran a las siguientes preguntas

❖ **Encuesta realizada a 27 trabajadores por cuenta ajena**

1) ¿ Sabes lo que significa el término autoexplotación?

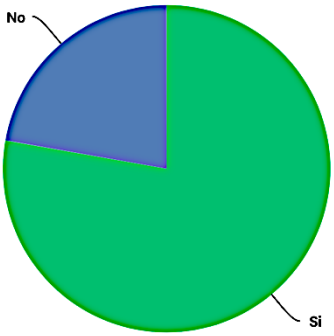
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	77,78%	21
No	22,22%	6
TOTAL		27

2) ¿ En algún momento te has sentido autoexplotado?

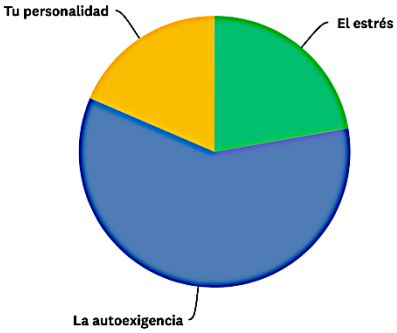
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	77,78%	21
No	22,22%	6
TOTAL		27

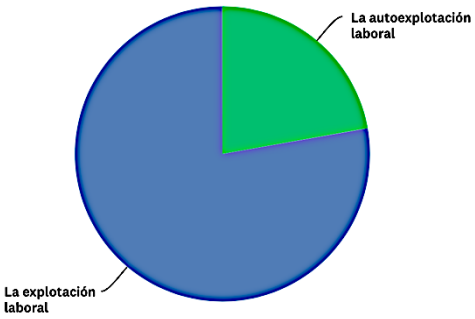
3) ¿ Cuáles de los siguientes factores crees que influyen más en la autoexplotación?

Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
El estrés	22,22%	6
La autoexigencia	59,26%	16
Tu personalidad	18,52%	5
TOTAL		27

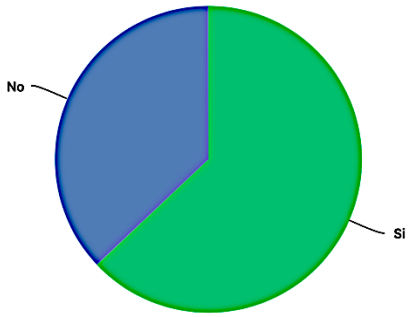
4) ¿ Crees que en el trabajo por cuenta ajena se sufre más la autoexplotación o la explotación laboral?



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
La autoexplotación laboral	22,22%	6
La explotación laboral	77,78%	21
TOTAL		27

5) ¿ Crees que existen medidas para detectar la autoexplotación?

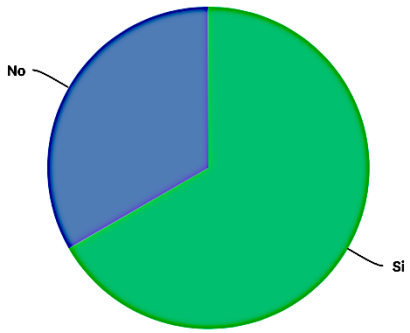
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	62,96%	17
No	37,04%	10
TOTAL		27

6) ¿ Conoces el síndrome del quemado?

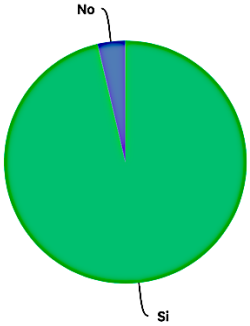
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	66,67%	18
No	33,33%	9
TOTAL		27

7) ¿ Crees que la autoexplotación está relacionada con la excesiva preocupación por el trabajo ?

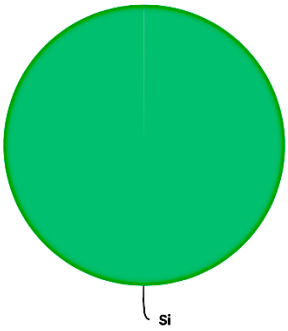
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	96,30%	26
No	3,70%	1
TOTAL		27

8) ¿ Crees que la autoexplotación afecta a la salud?

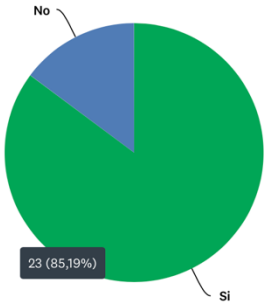
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	100,00%	27
No	0,00%	0
TOTAL		27

9) ¿ Crees que se deberían de establecer normas que regulen la autoexplotación?

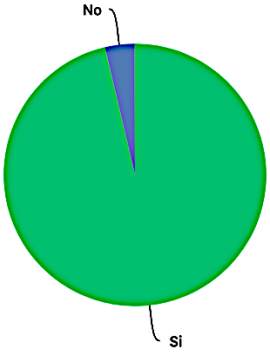
Respondidas: 27 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	85,19%	23
No	14,81%	4
TOTAL		27

10) ¿ Crees que las empresas deberían de tener entre sus planes de prevención medidas que ayuden a prevenir la autexplotación?

Respondidas: 27 Omitidas: 0



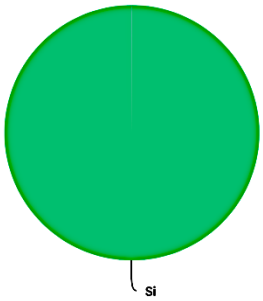
OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	96,30%	26
No	3,70%	1
TOTAL		27

Buenas tardes, soy Iván Martín Pérez, estoy realizando mi trabajo de fin de grado de Relaciones Laborales en la Universidad de la Laguna y agradecería que respondieran a las siguientes preguntas

- **Encuesta a 4 empresas (autónomos)**

1) ¿ Sabes lo que significa el término autoexplotación?

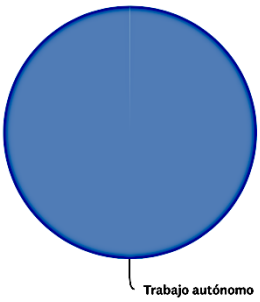
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	100,00%	4
No	0,00%	0
TOTAL		4

2) ¿ Consideras que la autoeexplotación se da en el trabajo por cuenta ajena o en el autónomo?

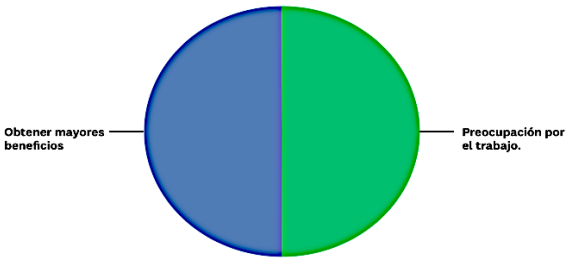
ɔondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Trabajo por cuenta ajena	0,00%	0
Trabajo autónomo	100,00%	4
TOTAL		4

3) ¿ Cuáles de los siguientes motivo crees que está relacionado con la autoexplotación?

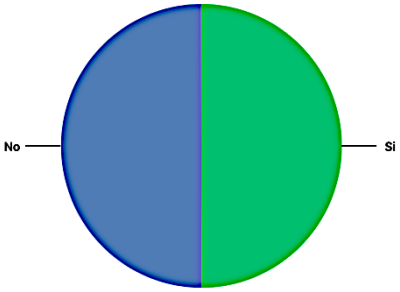
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Preocupación por el trabajo.	50,00%	2
Obtener mayores beneficios	50,00%	2
Enriquecerse	0,00%	0
Ninguna de las anteriores	0,00%	0
TOTAL		4

4) ¿ En algún momento te has sentido autoexplotado?

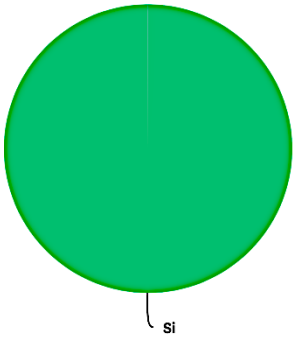
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	50,00%	2
No	50,00%	2
TOTAL		4

5) ¿ La responsabilidad que asumes como autónomo puede dar lugar a la autoexplotación?

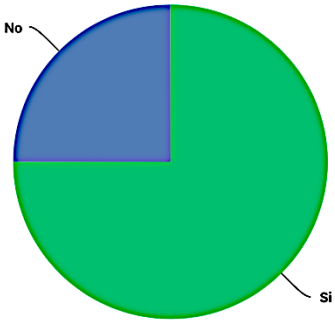
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	100,00%	4
No	0,00%	0
TOTAL		4

6) ¿ Crees que la duración de la jornada laboral es uno de los factores que influyen en la autoexplotación?

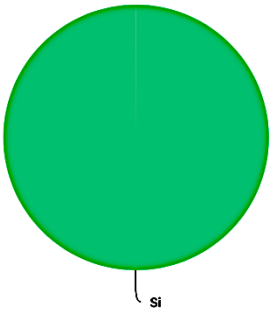
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	75,00%	3
No	25,00%	1
TOTAL		4

7) ¿ Sacrificas tu vida familiar o de ocio por el trabajo?

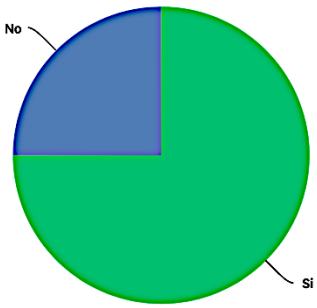
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	100,00%	4
No	0,00%	0
TOTAL		4

8) ¿ En algún momento las personas que te rodean te han dicho que sólo vives para la empresa ?

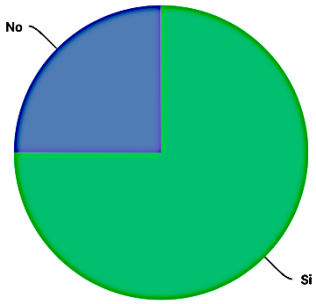
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	75,00%	3
No	25,00%	1
TOTAL		4

9) ¿ En algún momento has sentido que no puedes seguir adelante con la empresa ?

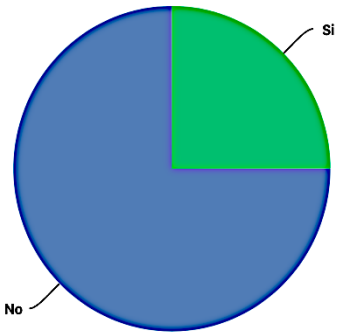
Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	75,00%	3
No	25,00%	1
TOTAL		4

10) ¿ Estarías dispuesto a que se estableciera una jornada laboral para los autónomos por ley?

Respondidas: 4 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Si	25,00%	1
No	75,00%	3
TOTAL		4