

Workplace Violence

We all deserve to work in a safe environment. Unfortunately, we are reminded often of the possibility of violence in the workplace. Today, we are going to talk about what to watch for and how to respond to that type of situation.

Workplace violence can occur within or outside the workplace and can range from threats and verbal abuse to physical assaults and homicide. It is one of the leading causes of job-related deaths. Stress, increased workloads, financial problems, firing, partner violence or disciplinary actions can all be triggers for workplace violence – or there may be no easily identifiable prompt.

Prevent workplace violence

Some basic planning and preparation strategies can minimize or avoid violent situations in the workplace. Here are some tips to help you stay safe:

- Create a supportive environment where the reporting of violence, harassment and disrespectful behavior is encouraged and thoroughly investigated
- Never underestimate the potential for violence, and take every threat seriously
- Do your best to resolve conflict peacefully – and, if safe to do so, intervene if you see a situation where people are growing heated
- If you feel threatened by someone at work or at home, arrange to walk into and out of work with a group of employees – and let security and Human Resources help you work out a plan

If you see something, say something – if someone feels off, talk to your supervisor or Human Resources about what you are witnessing

Do you know what your organization's plan for workplace violence is? Find out if you're not sure and help us make sure we're communicating well.

Recognize potentially violent behavior

The following are indicators that can signal the potential risk of violent episodes:

- Chronic and persistent complaining about being treated unfairly
- Blaming of others for personal problems
- Sudden change in behavior, deterioration in job performance
- Direct or indirect threats of violence
- Paranoid behavior
- Sudden increased absenteeism or tardiness
- Sexually harassing, or obsessing about a coworker: sending unwanted gifts, notes, unwanted calling, stalking
- Increased demand of supervisor's time
- Alcohol or drug misuse
- Instability in personal relationships
- Financial problems, often combined with not receiving a raise or promotion
- Poor relationships with coworkers or management



- History of violent behavior
- Previous threats, direct or indirect
- Preoccupation with prior acts of violence, violent offenders or weapons
- Carrying a concealed weapon or flashing one around
- Quiet seething, sullenness
- Refusal to accept criticism about job performance
- Sudden mood swings
- Sudden refusal to comply with rules or refusal to perform duties
- Disregard for health and safety protocols
- Inability to control feelings, outbursts of rage, swearing, slamming doors, etc.

If violence occurs

Do not put yourself in harm's way to intervene in a workplace incident. Get out of danger and contact authorities as soon as possible. Be as clear as you can about what is occurring.

Help those who need it to seek medical and crisis assistance. We all want to feel safe at work. If you notice odd behavior or think the safety of your coworkers could be at risk, report it to your supervisor, manager or a Human Resources representative.

Remember, our employee assistance program is available for support 24 hours a day.



Violencia en el lugar de trabajo

Todos merecemos trabajar en un entorno seguro.

Desafortunadamente, a menudo se nos recuerda la posibilidad de violencia en el lugar de trabajo. Hoy hablaremos sobre aquello a lo que debemos prestarle atención y cómo debemos reaccionar ante una situación de estas características.

La violencia en el lugar de trabajo puede presentarse dentro o fuera de este y puede variar desde amenazas y abuso verbal hasta agresiones físicas y homicidios. Esta es una de las principales causas de muerte en el entorno laboral. El estrés, el aumento de la carga de trabajo, los problemas económicos, los despidos, la violencia de pareja o las medidas disciplinarias pueden ser factores desencadenantes de la violencia en el lugar de trabajo, o bien, puede ser que no haya un motivo fácilmente identificable.

Cómo evitar la violencia en el lugar de trabajo

Existen algunas estrategias básicas de planificación y preparación que pueden ayudar a evitar o minimizar los episodios violentos en el lugar de trabajo. A continuación puede encontrar algunos consejos que lo ayudarán a estar seguro:

- **Crear un entorno de apoyo donde se incentive la denuncia de la violencia, el acoso y el comportamiento irrespetuoso y que se investiguen a fondo.**
- **Nunca subestime las posibilidades de que una situación se vuelva violenta y tome cualquier amenaza en serio.**
- **Haga todo lo posible para resolver el conflicto de manera pacífica y, si es seguro hacerlo, intervenga si ve una situación en la que las personas se están impacientando.**

- **Si se siente amenazado por alguien en el trabajo o en su casa, busque la manera de entrar y salir del trabajo junto con un grupo de empleados y deje que Seguridad y Recursos Humanos lo ayuden a elaborar un plan.**

Si observa algo, debe decirlo; si alguien se siente mal, hable con su supervisor o con Recursos Humanos sobre lo que está presenciando.

¿Sabe cuál es el plan de su empresa para evitar la violencia en el lugar de trabajo? Si no lo sabe, investiguelo y ayúdenos a asegurarnos de que estemos estableciendo una buena comunicación.

Reconozca comportamientos potencialmente violentos

Los siguientes indicadores pueden señalar posibles riesgos de episodios violentos:

- **Quejas continuas y constantes por parte de empleados que sienten que se les da un trato injusto.**
- **Culpar a los demás por los problemas personales.**
- **Cambios repentinos de conducta, menor rendimiento a nivel profesional.**
- **Amenazas directas o indirectas de violencia.**
- **Comportamientos paranoicos.**
- **Aumento repentino en la cantidad de ausencias o retrasos.**
- **Acoso sexual u obsesión por parte de un empleado con otro; incluidas conductas como enviar obsequios o notas no deseados, llamar a otra persona contra su voluntad y acoso.**
- **Mayor demanda del tiempo del supervisor.**
- **Consumo excesivo de alcohol o drogas.**



- Inestabilidad en las relaciones personales.
- Problemas económicos, a menudo aunados a no recibir un aumento de sueldo o un ascenso.
- Mala relación con los compañeros de trabajo o gerentes.
- Antecedentes de comportamientos violentos.
- Amenazas previas, ya sea en forma directa o indirecta.
- Preocupación por actos previos de violencia, ofensas violentas o portar armas.
- Portar un arma oculta o mostrarla en el lugar de trabajo.
- Furia, malhumor.
- Reticencia a aceptar comentarios relacionados con el desempeño laboral.
- Cambios repentinos de humor.
- Cambio repentino de actitud que hace que la persona se niegue a cumplir las reglas o se rehúse a realizar sus tareas.
- Incumplimiento de los protocolos de salud y seguridad.
- Incapacidad de controlar emociones, ataques de ira, insultos, portazos, etc.

Qué hacer en casos de violencia

No se ponga en peligro para intervenir en un incidente en el lugar de trabajo. Aléjese del peligro y hable con las autoridades lo antes posible. Sea lo más claro posible acerca de lo que está sucediendo.

Ayude a buscar asistencia médica y en casos de crisis para quienes lo necesiten. Todos deseamos sentirnos seguros en el trabajo. Si observa algún comportamiento extraño o cree que la seguridad de sus compañeros de trabajo podría estar en riesgo, informe a su supervisor, a un gerente o a un representante de Recursos Humanos.

Recuerde, nuestro programa de asistencia al empleado está disponible para brindar apoyo las 24 horas del día.

