



5 minute safety talk

Workplace Violence

We all deserve to work in a safe environment. Unfortunately, there are situations where violence is present 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 at 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. Incidents may be triggered by stress, increased workloads, financial problems, firing, or disciplinary actions.

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:

- Never underestimate the potential for violence, and take every threat seriously

- Create a supportive environment where violence and disrespectful behavior are not tolerated
- Resolve conflict peacefully. Recognize signs of a troubled coworker, a disgruntled employee, or a victim of domestic abuse
- If you feel threatened by a potential domestic abuser, arrange to walk into and out of work with a group of employees
- Encourage communication of any worrisome situations or suspicious activities
- Seek professional help if you feel threatened in any way
- Work with local law enforcement to protect everyone from internal and external risk
- Design, implement, and communicate a comprehensive workplace violence prevention program

Recognize potentially violent behavior

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

- Sudden and persistent complaining about being treated unfairly
- Blaming of others for personal problems
- Sudden change in behavior, deterioration in job performance

- Statement that he or she would like something bad to happen to a particular individual
- Paranoid behavior
- Sudden increased absenteeism
- Sexually harassing, or obsessing about a coworker: sending unwanted gifts, notes, unwanted calling, stalking
- Increased demand of supervisor's time
- Alcohol or drug abuse
- Talking to oneself
- Instability in family relationships
- Financial problems combined with not receiving a raise or promotion
- Poor relationships with coworkers or management
- History of violent behavior
- Previous threats, direct or indirect
- Presenting and talking about reading material that is violent in nature
- Carrying a concealed weapon or flashing one around
- Quiet seething, sullenness
- Refusal to accept criticism about job performance
- Sudden mood swings, depression
- Sudden refusal to comply with rules or refusal to perform duties
- Inability to control feelings, outbursts of rage, swearing, slamming doors, etc.

If violence occurs

If workplace violence does occur, stay calm. Notify authorities as soon as possible. Avoid any aggressive response that may provoke the attacker, such as yelling or arguing. If you can do so safely and without aggravating the situation, evacuate the area.

If a crime was committed, secure the scene for law enforcement. Those affected should seek medical and crisis assistance, and possibly professional counseling. 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.



5 minute safety talk

Violencia en el Lugar de Trabajo

Todos merecemos trabajar en un lugar seguro. Desafortunadamente, en algunas ocasiones la violencia se hace presente en el entorno laboral. 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 tanto dentro como fuera del mismo, y puede adquirir diferentes formas, las cuales van desde abusos verbales hasta agresiones físicas y homicidios. Esta es una de las causas principales de defunción en el entorno laboral. Los incidentes de este tipo pueden desatarse debido a estrés, una carga de trabajo en aumento, problemas económicos, despidos, o a la toma de medidas disciplinarias.

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.

He aquí algunos consejos que lo ayudarán a estar seguro:

- Nunca subestime las posibilidades de que una situación se vuelva violenta y tome cualquier amenaza en serio.
- Cree un entorno de apoyo en el que no se toleren la violencia ni la falta de respeto.
- Resuelva los conflictos de manera pacífica. Esté atento para detectar indicios que muestren que un compañero de trabajo tiene problemas, se encuentra insatisfecho o disgustado, o es víctima de abuso doméstico.
- Si se siente amenazado por un posible abusador doméstico, hable con otros empleados para que lo ayuden a entrar y salir del trabajo en grupo.
- Aliente a otros compañeros de trabajo a informar cualquier situación preocupante o actividad sospechosa.
- Si se siente amenazado, solicite ayuda profesional.
- Trabaje junto con las fuerzas del orden locales para proteger a todos los individuos de cualquier riesgo, tanto a nivel interno como externo.
- Cree, implemente y difunda un programa integral para prevenir la violencia en el lugar de trabajo.

Reconozca comportamientos potencialmente violentos

Los siguientes indicadores pueden señalar posibles riesgos de episodios violentos:

- Quejas repentinas y constantes de empleados que sienten que se los trata de manera injusta
- Culpar a otros individuos por problemas personales
- Cambios repentinos de conducta, menor rendimiento a nivel profesional

- Declaraciones de un empleado que le deseen el mal a una persona en particular
- Comportamientos paranoicos
- Aumento repentino de la cantidad de ausencias
- Acoso sexual u obsesión de un empleado con otro; esto incluye conductas como enviar obsequios o notas no deseados, llamar a otra persona contra su voluntad y acosarla
- Conductas de un empleado orientadas a solicitarle al supervisor que le dedique más tiempo
- Consumo excesivo de alcohol o drogas
- Hablar con uno mismo
- Inestabilidad en las relaciones familiares
- Problemas económicos que se combinan con el hecho de no recibir un ascenso o aumento de sueldo
- Mala relación con los compañeros de trabajo o gerentes
- Antecedentes de comportamientos violentos
- Amenazas anteriores, ya sea en forma directa o indirecta
- Presentar y hablar sobre material de lectura cuyo contenido sea violento
- Llevar un arma oculta o mostrarla en el lugar de trabajo
- Furia, malhumor
- Reticencia a aceptar críticas relacionadas con el desempeño laboral
- Cambios repentinos de humor, depresión
- Cambio repentino de actitud que hace que la persona se niegue a cumplir las reglas o se rehúse a realizar sus tareas
- Incapacidad de controlar emociones, ataques de ira, insultos, portazos, etc.

Qué hacer en caso de episodios violentos

Si se presenta un episodio violento en el lugar de trabajo, mantenga la calma. Informe a las autoridades lo antes posible. Evite cualquier respuesta agresiva que pueda provocar al atacante, como por ejemplo gritar o discutir. Si puede hacerlo de manera segura y sin agravar la situación aún más, evacue el área.

Si se ha cometido un crimen, proteja la zona para que las fuerzas del orden puedan hacer su trabajo. Las personas afectadas deben buscar atención médica y poscrisis, y posiblemente asesoramiento profesional. Todos deseamos sentirnos seguros en el lugar de trabajo. Si observa algún comportamiento extraño o cree que la seguridad de sus compañeros podría estar en riesgo, informe a su supervisor, a un gerente o a un representante de Recursos Humanos.