

# VIOLENCIA EN EL TRABAJO



## Conducta Personal para Reducir la Violencia en el Trabajo

Los siguientes consejos fueron diseñados para asistirle en sus interacciones diarias para prevenir situaciones violentas en el trabajo. Si alguna persona se pone agresiva o poco razonable, llame al 911.

### SI:

- ◇ Projete tranquilidad
- ◇ Escuche- Anime el dialogo
- ◇ Mantenga una postura relajada y atenta.
- ◇ Reconozca los sentimientos de los demás para indicar que sabe que están molestos.
- ◇ Establezca reglas si el comportamiento no mejora.
- ◇ Tranquilamente describa las consecuencias del comportamiento violento.
- ◇ Use tácticas para darle tiempo a la persona para que se calme.
- ◇ Enséñele las opciones y asegúrele que todo va a salir bien.
- ◇ Disminuya los problemas para que sean más pequeños.
- ◇ Acepte el criticismo y haga preguntas para aclarar algunas cosas.
- ◇ Pida recomendaciones y repita lo que escucho.

### NO:

- ◇ Acepte demandas del autor.
- ◇ Toque a la otra persona.
- ◇ Haga movimientos repentinos.
- ◇ Amenace a la otra persona.
- ◇ Critique o sea impaciente.
- ◇ Trate de llegar a un acuerdo.
- ◇ Trate de hacer las cosas parecer menos serias de lo que son en realidad.
- ◇ Haga declaraciones o promesas que no pueda cumplir.
- ◇ Use palabras complicadas o definiciones exactas y confusas.
- ◇ Tome ningún lado.
- ◇ No deje que nada ni nadie bloquee su salida.



PARA EMERGENCIAS LLAME AL 911

