



## Ensayo

*Nombre del Alumno: Flor Mileidy Herrera Aguilar.*

*Nombre del tema: Violencia en el ámbito laboral.*

*Modulo: 2*

*Nombre de la Materia: Problemática de la familia y la mujer.*

*Nombre del profesor: Lic. Flor de María Culebro Estrada.*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. Trabajo social y Gestión comunitaria.*

*Cuatrimestre: 4to.*

*Pichucalco Chiapas a 11 de Noviembre del 2024.*

## Introducción.

La violencia como acto está presente en la vida cotidiana de miles de personas en el mundo y nos afecta a todos de manera directa o indirecta y de varias formas. Se manifiesta en las calles, en los hogares, escuelas, lugares de trabajo y otros centros de concentración de personas, y esta tan presente que, a menudo es percibida como un componente ineludible de la condición humana.

En este ensayo vamos hablar sobre la violencia en el ámbito laboral, que se refiere a cualquier comportamiento o acción que cause daño, perjuicio o sufrimiento a una persona en su lugar de trabajo. Este problema afecta a millones de trabajadores en todo el mundo, generando consecuencias negativas para su salud, bienestar y productividad.

La violencia en el ámbito laboral no solo afecta la productividad y eficiencia en el trabajo, sino que también tiene un impacto profundo en la salud mental y física de los trabajadores, es muy importante abordar este problema para crear un entorno laboral seguro, respetuoso y saludable.

La prevención de la violencia laboral es la clave para crear un ambiente de trabajo positivo y muy productivo. Al identificar los factores de riesgo e implementar medidas preventivas, podemos reducir la incidencia de violencia y promover un entorno laboral seguro y respetuoso.

## La violencia en el ámbito laboral

Es un problema grave que puede tener consecuencias graves tanto para los empleados como para la organización en su conjunto.

La Organización Internacional del Trabajo define la violencia laboral como toda acción, incidente o comportamientos mediante el cual una persona es agredida, amenazada, humillada o lesionada por otra en el ejercicio de su actividad profesional o como consecuencia directa de la misma que ocurre dentro de un plazo de tiempo razonable.

Se refiere a cualquier comportamiento o acción que cause daño, perjuicio o sufrimiento a una persona en su lugar de trabajo esto puede incluir:

- Agresión física o verbal. Esto incluye golpes o empujones, insultos o calumnias, amenazas o intimidación, humillaciones o desprecios, discriminación o acoso, lesiones intencionales, amenazas con objetos o armas y agresión sexual.  
Lo cual puede traer consecuencias como lesiones físicas, traumas emocionales, miedo y ansiedad, problemas de salud, estrés, depresión y baja autoestima, y dificultades para concentrarse y trabajar.
- Acoso sexual o moral. Esto incluye comportamientos inapropiados de naturaleza sexual, comentarios inapropiados sobre la apariencia física, tocamientos o abrazos no consentidos, exhibicionismo, correos electrónicos o mensajes inapropiados, humillaciones o desprecios, sobrecarga laboral o responsabilidades excesivas, amenazas o intimidación.
- Acoso psicológico o mobbing. Esto incluye comportamientos hostiles, humillaciones o intimidantes hacia un empleado.

- Discriminación. Lo cual incluye trato desigual basado en género, raza, religión, orientación sexual, edad, etc.
- Violencia económica. Implica reducción del salario o prestaciones, dificultar u obstaculizar promociones o ascensos laborales.

Además, las violencias que se presentan dentro de las organizaciones laborales generan ambientes hostiles, afectando el respeto, la comunicación, el compromiso, el ambiente amigable y la satisfacción de la actividad laboral, que son factores que puntualizan un ambiente laboral favorable, con alta productividad y alto rendimiento. Por otra parte, este tipo de violencia también trae consecuencias económicas, como elevados costos de producción, mayor rotación de personal, disminución o pérdida de la motivación laboral, alteraciones de las relaciones interpersonales, deterioro del ambiente laboral y el ausentismo.

La violencia laboral puede provenir de colegas, supervisores o incluso los clientes. Es importante abordarla para mantener un ambiente laboral saludable y seguro en conjunto con todos los empleados que integren el centro de trabajo.

Puede afectar a cualquier persona, sin importar su cargo, género o condición física. Algunos grupos vulnerables incluyen:

1. Empleados nuevos o temporales.
2. Mujeres.
3. Personas con discapacidad.
4. Empleados en puestos de autoridad.
5. Trabajadores de atención al cliente.
6. Trabajadores en turnos nocturnos.
7. Empleados con horarios extenuantes.
8. Personas con necesidades especiales.

Cualquiera puede ser víctima de violencia laboral, pero es importante reconocer que algunos grupos pueden ser más susceptibles.

Según la Organización Internacional del Trabajo. 1 de cada 5 trabajadores ha experimentado el acoso laboral.

30% de los trabajadores han sufrido violencia física en el trabajo.

Y 47% de los trabajadores han experimentado estrés relacionado con el trabajo.

¿Qué se debe hacer ante un abuso de violencia laboral?

Es importante tomar medidas para proteger nuestro bienestar y derechos.

Inmediatamente:

1. Busca ayuda y apoyo. Habla con alguien de confianza, como un familiar, amigo o colega de trabajo.
2. Documenta todo: Registra fechas, horas, lugares, detalles del incidente, y nombre de testigos.
3. Notifica a tu supervisor e infórmale sobre el abuso y pide ayuda para resolver la situación.

A corto plazo.

- Establece límites claros. Comunica al agresor que su comportamiento no es aceptable.
- Solicita medidas de protección. Pide que se tomen medidas para evitar futuros incidentes.
- Busca apoyo emocional. Considera terapia para manejar el estrés y la ansiedad.

A largo plazo.

- Presenta una denuncia formal: si el abuso continuo o no se toman medidas adecuadas, presenta una denuncia formal ante la empresa o autoridades laborales.
- Considera cambiar de trabajo si la situación no mejora, puede ser necesario buscar un nuevo empleo.
- Busca apoyo legal. Consulta con un abogado especializado en derecho laboral para evaluar las opciones.

La responsabilidad en el ámbito laboral se refiere a la obligación de los empleados de cumplir con las normas y políticas establecidas para prevenir y abordar la violencia laboral.

Los empleadores tienen la responsabilidad de establecer políticas y procedimientos claros contra la violencia laboral.

Proporcionar capacitación y formación sobre prevención y respuesta.

Investigar y tomar medidas disciplinarias ante incidentes de violencia.

Proteger a los empleados de represalias por denunciar violencia.

Proporcionar apoyo emocional y psicológico a víctimas.

Responsabilidad de los empleados.

Cumplir con las políticas y procedimientos establecidos.

Reportar incidentes de violencia laboral.

Cooperar en investigaciones y procedimientos.

Respetar la dignidad y derechos de los compañeros de trabajo.

Participar en capacitaciones y programas de prevención.

Ya que si no se siguen esos pasos se eleva el incremento de la violencia laboral, y provoca daños a la salud y bienestar de los empleados, también disminuye la productividad y

eficiencia, daño a la reputación de la empresa y le puede ocasionar sanciones legales y financieras lo cual sería fatal para el centro de trabajo o la empresa en la que trabajan. Recordemos que la protección de los empleados es una responsabilidad compartida entre la empresa y los empleados.

Es importante destacar que la violencia laboral es un factor para la generación de desempleo, ya que estas situaciones ponen en riesgos la integridad de los trabajadores y la falta de confianza en los centros laborales.

La violencia laboral se puede originar tanto en las áreas de la iniciativa privada como en las instituciones de gobierno, ya que muchas veces lo utilizan aprovechándose de las necesidades económicas o de otra índole que presente el trabajador.

Los principales actores de la violencia normalmente se dan en la relación jefe-subalterno, donde se establecen abusos de confianza y exigencia de actividades extraordinarias a su compromiso laboral.

El acoso laboral es una epidemia social que viene de años atrás en la época de los 80 específicamente, a través del tiempo se ha ido agudizando en las organizaciones empresariales, afectando de manera preocupante en muchos aspectos a los trabajadores; entre ellos se manifiestan los riesgos psicosociales que perturban en gran magnitud la salud emocional de las personas.

En la ley orgánica del trabajo se incluyó el acoso laboral como una conducta indebida y como causal de despido y retiro justificado

Se puede decir que si bien es cierto que no existe una normativa orientada a la prevención del acoso laboral ni tampoco una ley especial que regule el acoso laboral hoy en día, pero a pesar de este vacío se ha ido avanzando poco a poco con el transcurso de los tiempos.

Para prevenir cualquier tipo de violencia en el trabajo:

Evite cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moverse rápidamente, acercarse demasiado a la persona, tocarla sin necesidad o hablarle en voz alta).

Si es posible, planee una ruta de escape.

Confíe en sus instintos.

Evite situaciones incómodas.

Si lo están agrediendo verbalmente, dígame al agresor que deje de hacerlo. Si la persona no lo hace, váyase y notifique a su empleador.

Si no puede controlar la situación, acorte su visita y retírese del lugar. Si se siente amenazado, váyase inmediatamente.

Si necesita ayuda, llame por celular a su empleador o al 911, según la gravedad de la situación.

Si nota que alguien está cometiendo un delito, comuníquese con la policía.

La educación y la comunicación son componentes vitales de cualquier estrategia de prevención.

Comunique un programa de prevención en el que incluya empleados, supervisores y gerentes relacionado a todos los aspectos de la violencia laboral; que es, qué hacer cuando se enfrentan ciertos problemas, las responsabilidades de los gerentes y empleados, técnicas de prevención temprana y a quien llamar para asistencia.

Eduque a los empleados y comuníquele técnicas designadas para lidiar efectivamente con la resolución de conflictos y el estrés.



## CONCLUSION.

Con este ensayo, hemos llegado a la conclusión que en toda entidad de trabajo debe existir un programa de seguridad y salud laboral que permita identificar, prevenir y controlar aquellos procesos peligrosos presentes en el ambiente de trabajo, y minimizar el riesgo de ocurrencias de incidentes y accidentes de trabajo.

Así mismo, las entidades de trabajo deben crear un comité de seguridad y salud laboral, y en este sentido velar y vigilar de forma exhaustiva el buen funcionamiento del mismo, de tal forma, que lleve de manera adecuada los procesos de la organización, buscando siempre que los integrantes se involucren y participen de manera activa, así como aporten sus ideas para solventar cualquier situación de conflicto que pueda presentarse.

La violencia laboral es una situación difícil y compleja de detectar, prevenir y en consecuencia de tratar, muchas veces esa dificultad de una situación de acoso laboral es tan intensa que el acosador consigue lamentablemente su objetivo de destruir a la persona.

Por ello, es importante establecer un buen ambiente de trabajo, fortalecer las actividades en equipo y organizados, ya que la unidad y el compañerismo son factores para tener mejores resultados y mayor productividad, esto permitirá tener una conducta laboral estable y ser empáticos. Construir una visión clara y positiva en el trabajo, basado en el respeto, la tolerancia, el compañerismo, así como la aportación de ideas y proyectos compartidos, es la mejor forma de erradicación de la violencia laboral.

## Bibliografía

Universidad del sureste., u. d. (2024). *La violencia en el ambito laboral*. pichucalco chiapas.

[www.scielo.org.mx](http://www.scielo.org.mx)

[www.insst.es/riesgos-psicosociales](http://www.insst.es/riesgos-psicosociales)

[www.studocu.com](http://www.studocu.com)

[www.constructioncenterofexcellence.com/charlas-de-seguridad/prevencion-de-violencia-en-el-trabajo](http://www.constructioncenterofexcellence.com/charlas-de-seguridad/prevencion-de-violencia-en-el-trabajo)

## Anexo

