

직장에서의 폭력의 징후 진단하기

미국 산업안전보건국(Occupational Health and Safety Administration, OSHA)은 직장내 폭력을 직장에서 발생하는 신체적 폭력, 괴롭힘, 협박 또는 기타 위협적인 방해 행위로 정의하고 있습니다.



현대 사회는 스트레스가 많은 세상일 수 있습니다.

다양한 상황과 사건(일부는 장기간 지속, 일부는 새로 발생)이 스트레스를 유발하거나 악화시킬 수 있습니다.

대인 관계 문제, 늘어가는 빚, 줄어드는 근로 시간, 질병, 상실로 인한 트라우마 ...

어떤 사람들에게는 이러한 스트레스가 한계점에 도달하기도 하고 직장에서 그럴 수도 있습니다.

기관마다 정의가 다를 수 있지만, 미국 산업안전보건국은 직장내 폭력을 직장에서 발생하는 신체적 폭력, 괴롭힘, 협박 또는 기타 위협적인 방해 행위로 정의하고 있습니다.



일반적으로 직장내 폭력의 범위에는 다음이 행동이 포함될 수 있습니다.

- 살인
- 무기류 사용 또는 무기류 사용 위협
- 폭행
- 신체적(가구 던지기, 벽치기) 또는 언어적(비명 지르기, 소리치기, 욕설, 비속어) 방식으로 폭력 행사
- 직접 대면, 전화, 우편물, 이메일 또는 소셜 미디어를 사용한 모든 종류의 위협
- 소유물 파손
- 협박 및 겁주기
- 괴롭힘



직장내 폭력이 발생하는 방식은 다음과 같으며 4가지 시나리오의 형식으로 발생하는 경향이 있습니다.

- 고객이 직원에게 폭력적으로 행동
- 직원이 다른 직원에게 폭력적으로 행동
- 친구나 파트너가 직원에게 폭력을 행사(직장 내에서 대면)
- 낯선 사람이 직원에게 폭력을 행사

보이지 않게 직장내 폭력이 발생하기도 하는데 폭력 피해자의 징후를 어떻게 확인할 수 있을까요?



‘사고’ 또는 ‘낙상’으로 간주되는 명백한 신체적 징후(멍, 자상, 타박상) 이외에도 살펴야 할 다른 징후가 있습니다.

- 업무 성과 저하
- 개인적 통화를 가진 후 화를 냄
- 감정과 기분 변화가 극심해짐
- 고립 및 소외됨
- 우울
- 집중력 저하
- 조기 퇴근, 지각, 부재

직장에서 잠재적 폭력 가해자의 징후를 어떻게 확인할 수 있나요?



폭력적 행동이 임박했음을 알리는 경고 징후:

- 은밀하거나 공개적인 위협
- 즉각적으로 비판하고, 비판에 대해 과도하게 민감함
- 기분 변화
- 집중력 저하
- 부재
- 업무 성과 및 생산성 저하
- 다양한 무기류를 소지한다고 자랑
- 우울
- 개인 위생 및 외모의 기준이 저하됨



경우에 따라 경찰이나 소방서, 보건안전부에서 직장 안전 분석을 할 수 있습니다. 이러한 방법으로도 사건을 예방하지 못할 수 있지만 사건이 발생한 후 대응하고 대처할 방법을 찾을 수 있습니다.

업무 장소나 역할(관리자, 감독자 등)에 관계없이, 일반적으로 징후를 인식할 수 있고, 직장내 폭력 위험을 평가하며, 폭력을 예방하거나 줄일 조치를 취할 수 있습니다.



필요한 순간의 위기 지원

optumwellbeing.com/criticalsupportcenter에 방문하여 추가의 위기 지원 리소스와 정보를 알아보세요.

