

CINCO PASOS PARA AYUDAR A UNA VÍCTIMA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA QUE ESTÁ EN CRISIS

1. Preste atención. Este allí presente.

Cuando alguien está angustiado, por lo general solo necesita que alguien lo escuche sin juzgarlo, estar allí y brindar apoyo emocional hasta que pueda pensar con más claridad o sentirse más tranquilo.

2. No uses lenguaje de culpabilidad.

Use un lenguaje que cree un ambiente seguro para conversar.



HAZLO

- Valide los sentimientos de ellos, en otras palabras, "es normal que se sienta asustado en este momento".
- Explique las diferentes opciones disponibles para ellos y permita que el cliente tome una decisión.



NO

- Menospreciar o perjudicar sus sentimientos, En otras palabras, "Él no es realmente tan peligroso".
- Haz preguntas acerca de sus decisiones, en otras palabras, "¿Por qué sigues ahí?"

3. No minimice el abuso, los ataques o las amenazas.

Es común que los sobrevivientes de violencia doméstica resten importancia al abuso que han sufrido. Es importante que no minimicemos el abuso y que con cuidado transmitamos la preocupación por la seguridad de ellos.

4. Recuérdeles que ellos deben confiar en sus instintos.

Si el cliente se siente inseguro, aliéntelo para buscar ayuda, llamar a la policía o buscar un lugar seguro. Es mejor inclinarse más al lado de la precaución. Refiérase a nuestra Guía de planificación de seguridad para obtener más información y recursos.

5. Deles la fuerza para que tomen decisiones.

Tenga en cuenta que los abusadores intentan quitarles a sus víctimas la voz y capacidad de poder elegir. Es importante que la información que nosotros proporcionamos le permita al cliente sentir que tiene opciones disponibles y que ELLOS pueden tomar esas decisiones.