

Apoyo a seres queridos que sufren acoso

La mayoría de las víctimas de acoso hablan de su situación con un/a amigo/a, familiar o alguien que conocen y en quien confían antes de buscar cualquier tipo de ayuda profesional o legal. Si una víctima de acoso habla con usted, su respuesta marca una gran diferencia a la hora de que se sienta validada y/o decida buscar ayuda.

Estos consejos pueden ayudarle a responder:

Valide y crea en las víctimas.

- No cuestione ni minimice lo que le dicen.
- Por ejemplo, no diga "bueno, tal vez sólo te echa de menos" o "probablemente no se dio cuenta de que te molestaba".
- En su lugar, diga "eso da miedo" o "puedo ver por qué eso puede ser incómodo".

Centrarse en las acciones de la persona agresora, no en las respuestas de la víctima.

- Incluso las amistades bien intencionadas pueden culpar accidentalmente a las víctimas.
- No haga preguntas como "¿por qué respondiste ese mensaje de texto?"
- Céntrese en las acciones de la persona que acosa, por ejemplo: "No está bien que te siga mandando mensajes".
- Nada de lo que hizo la víctima justifica el comportamiento de la persona que acosa.
 - Recuerde a las víctimas que no es culpa de ellas.

Apoye a la víctima y animela a buscar ayuda y a [documentar el acoso](#).

- Agradézcales que confíen en usted lo suficiente como para mantener la conversación.
- Ayude a la víctima a pensar en las opciones, como aprender más sobre el acoso en la página de internet de SPARC, acudir a los/as proveedores/as de servicios locales o llamar a la policía.
 - Las víctimas pueden querer o no querer actuar. Respete sus decisiones.

Respete la privacidad de la víctima.

- No comparta ninguna información sobre la víctima con la persona que acosa.
- Pregúntele a la víctima a quién más se lo ha contado y respete sus deseos sobre con quién compartir esta información.

Refiera a los recursos disponibles para que elaboren un plan de seguridad individual y aprendan más sobre el acecho.

- Victim Connect. VictimConnect.org. 855-4-VICTIM.
Victim Connect puede referir a las víctimas a servicios locales.
- SHARP. CoerciveControl.org
Una evaluación gratuita, basada en la investigación, el Perfil de Evaluación y Riesgo de Acecho y Acoso (SHARP, por sus siglas en inglés), puede ayudar a las víctimas a determinar el riesgo en su situación y proporciona sugerencias para la seguridad.
- SPARC. StalkingAwareness.org
Stalking Prevention, Awareness, & Resource Center (Centro de Prevención, Concienciación y Recursos contra el Acecho, SPARC) de Aequitas ofrece información sobre el acecho, incluyendo algunas sugerencias generales de planificación de la seguridad, estadísticas y otra información.
- Safety Net. TechSafety.org
Esta aplicación gratuita del National Network to End Domestic Violence (NNEDV) ayuda a educar al público sobre la privacidad digital y las herramientas de seguridad.

De seguimiento.

- Los casos de acecho pueden durar mucho tiempo, y las reacciones, los deseos, las necesidades y los sentimientos de su ser querido pueden cambiar con el tiempo.
- Continúe dando seguimiento y siendo una fuente de apoyo. Haga preguntas como: "¿Cómo puedo ayudarte a sentirte más Seguro/a?"
- Pregúntele a la víctima cómo se siente más segura al ser contactada y utilice ese medio para contactarle. Algunas de las personas que acechan vigilan las cuentas de las redes sociales, los teléfonos y otras formas de comunicación digital de las víctimas.

Este proyecto contó con el apoyo de la subvención N° 2017-TA-AX-K074 otorgada por la Oficina de Violencia contra la Mujer (OVW) del Departamento de Justicia de los Estados Unidos. Las opiniones, resultados, conclusiones y recomendaciones expresados son las de sus autores y no reflejan necesariamente los puntos de vista de la OVW.