

COMO AYUDAR A ALGUIEN QUIEN SUFRE EL ABUSO

Si alguien le confía a usted que está en una relación abusiva, esta persona le ha encomendado a usted con información muy personal y la persona puede sentirse muy avergonzada sobre su situación. Trate estar consciente de esto, y acuérdesese que requirió mucha fuerza y valor de parte de la víctima para compartir esta información. Puede ser difícil saber qué decir y hacer en esta situación, entonces aquí hay algunos consejos:

- **¡Pida ayuda!** El abuso doméstico es una situación delicada y difícil. Oír del abuso de alguien podría ser aplastante y espantoso. Está bien no tener todas las respuestas. Aunque no se sienta a gusto hablar con alguien sobre el abuso, siempre puede referirle a una línea de crisis o un centro de asistencia como **Emerge! Centro Contra Abuso Doméstico**. Con preocuparse por la víctima y apoyarla, usted ya ayudó por mostrarle a la víctima que es una persona valiosa que merece ser tratado con respeto.
- **¡Sea preocupado por su seguridad!** Está bien decirle que usted está preocupado por su bienestar. Ofrezca los números de teléfono de líneas de crisis o un lugar seguro para quedarse. Estas acciones le mostrará que hay recursos disponibles aún si no decida dejar el abusador en este momento.
- **¡Créale!** Cuando una víctima viene a usted, ¡crea que dice la verdad! Nunca dude o niegue el cuento o los alegatos de una víctima. Esto podría ser la primera vez que la víctima le está contando a alguien sobre el abuso. La reacción de usted puede afectar la decisión de la víctima sobre compartir el cuento con más personas.
- **¡No dígame qué hacer!** Decirle a una víctima del abuso doméstico que hacer en esta situación personal solamente continuará sentimientos de incapacidad. Cada víctima de abuso tiene su propia reacción y proceso para tratar con el abuso. Mucho poder ya ha sido quitado de una víctima del abuso; es importante que usted vuelva el poder a la víctima por promoverle hacer sus propias decisiones.
- **¡No afronte el abusador!** Aunque usted podría sentirse muy enojado cuando oye del abuso, afrontar el abusador probablemente pondrá la víctima en una situación más peligrosa. Tenga cuidado mantener confidencial lo que la víctima dice a usted para que la información no vuelva al abusador. No mande correos electrónicos o deje mensajes que indican que usted sabe algo del abuso.
- **¡Respete sus decisiones!** Al final, cada persona tiene que hacer las decisiones sobre su propia vida. La víctima es la experta en su vida, y como ésa, es la mejor persona decidir qué es lo más seguro en algún momento. Trate ayudarla decidir qué quiere hacer, y apóyela en su elección (aunque usted esté de acuerdo o no).
- **¡Dígale que no es su culpa!** Muchas víctimas creen que el abuso, por algún modo, es su culpa o responsabilidad. Abuso doméstico nunca es la culpa de la víctima. Trate evitar declaraciones y preguntas que podrían culpar la víctima, por ejemplo "¿Qué hiciste tú para enojar a su pareja?", o "Si fuera yo, ya me saldría de la relación."