



UNODC

Oficina de las Naciones Unidas
contra la Droga y el Delito



NACIONES UNIDAS
DERECHOS HUMANOS
OFICINA DEL ALTO COMISADO
México



IGUALDAD
DE GÉNERO
UNAM



Primeros auxilios psicológicos para personas LGBTIQ víctimas/ sobrevivientes de hechos de violencia

Son una respuesta de apoyo y contención inicial que cualquier persona puede ofrecer. Si estás en la posibilidad de proporcionar esta ayuda a una persona que ha vivido o está viviendo alguna situación de violencia, discriminación, toma en consideración las siguientes recomendaciones:



MUESTRA RESPETO

Utiliza el nombre que esa persona usa para identificarse.

• En caso de que la persona no responda de forma inmediata, hablar con el neutro "usted/tú".

¿Se encuentra bien?

¿Necesitas apoyo?

ESCUCHA DE FORMA ACTIVA

Observa a la persona, recuerda que muchas veces el lenguaje no verbal dice más que las palabras.

- Respeta los silencios de la víctima.
- Repite a la persona que estamos entendiendo lo que nos dice.
- Pregunta sólo lo necesario.

SE EMPÁTICO/A

No juzgues a la persona por lo ocurrido, ni por su orientación sexual, identidad o expresión de género.

- No minimices lo que la persona expresa.
- No exijas a la víctima que piense o haga lo que tú harías.
- No prometas cosas que no puedas cumplir.

DA ESPACIO PARA LA VENTILACIÓN

Permite que la persona se exprese, incluso con sentimientos desbordados.

- Invita a que la persona hable, sin forzar.
- Evita decir frases como:
"No llores"
"Tranquilízate"

BRINDA INFORMACIÓN

Una vez estabilizada la persona lo más posible, es fundamental dar información para continuar el proceso de acceso a la justicia.

- Pon énfasis en los mensajes sencillos.
- Explica los procedimientos a seguir.
- Hazle saber las instituciones a las que puede acudir a denunciar.
- Deriva a otros recursos (psicológicos, recursos sociales, entre otros).

Acércate a la campaña [#JusticiaSinDiscriminación](#) para más información.