

ALGUIEN ME CONTÓ UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA, ACOSO O DISCRIMINACIÓN: ¿QUÉ HAGO?

Sabemos que cuando las personas buscan ayuda, suelen recurrir en primera instancia a amistades, colegas u otras personas de confianza. Esto significa que cualquiera de nosotras/os puede convertirse, en algún momento, en esa primera persona a la que alguien decide contarle lo que le está pasando.

Lo primero y principal: **no es necesario ser especialista**, tener todas las respuestas ni determinar si la situación constituye formalmente acoso, violencia o discriminación. **Tampoco te corresponde investigar lo sucedido.** Lo importante en ese primer momento es **escuchar, acompañar y facilitar el acceso a orientación institucional si la persona así lo desea.**

1. Escuchá y acompañá

- » Dale tiempo para hablar y procura hacerlo en un espacio que preserve su privacidad.
- » Escuchá sin interrogar, sin pedir detalles y sin intentar comprobar lo ocurrido.
- » Remarca la presencia y la compañía para atravesar la situación.

2. Evitá minimizar o juzgar

- » No es fácil nombrar una situación de acoso, violencia o discriminación. Evitá respuestas como «capaz lo entendiste mal», «no parece tan grave» o «¿por qué no hiciste algo antes?»
- » La persona puede necesitar tiempo para comprender lo ocurrido y decidir qué quiere hacer. Es importante hacerle saber que **no está sola** con la situación.

3. Consultar no es lo mismo que denunciar

- » Una persona puede necesitar información, orientación o acompañamiento sin querer iniciar una denuncia o un procedimiento formal.
- » No corresponde presionarla para que denuncie ni tomar decisiones en su nombre. Lo importante es que conozca las alternativas disponibles y pueda decidir, con información y acompañamiento, cómo quiere proceder o continuar.

4. Preguntá qué necesita

- » En lugar de asumir qué debería hacer, podés preguntar: «¿Qué necesitás en este momento?» «¿querés que pensemos juntas/os a quién podés consultar?» «¿Querés que te acompañe a buscar orientación?» A veces la primera necesidad es simplemente ser escuchada/o.

5. Orienta hacia los mecanismos institucionales

- » FCS cuenta con **referencia especializada en violencia, acoso y discriminación (VAD)** a la que se puede recurrir para realizar recibir orientación sobre las alternativas disponibles.
- » Acercarse a la referencia VAD **no implica realizar una denuncia**
- » Como docente/funcionaria, podés informar sobre este recurso y, si la persona lo desea, **ayudarla a establecer el contacto o acompañarla** en ese primer acercamiento.

6. Cuidá la confidencialidad

- » No compartas el relato con colegas, estudiantes u otras personas que no necesitan conocerlo.
- » Si considerás que necesitás una guía, orientación para saber cómo actuar, podés dirigirte a la referencia VAD procurando preservar la identidad de la persona y la información sensible, siempre que la situación lo permita.

Fundamental: no tenés que resolver la situación

- » Ofrecer una primera escucha no convierte al/la docente/funcionaria en responsable de investigar, evaluar o resolver el caso.
- » El rol de quien recibe inicialmente un relato es mucho más acotado, pero también muy importante: **Escuchar y acompañar.**
- » Una buena primera escucha puede hacer una diferencia significativa para que una persona se sienta acompañada y pueda acceder, si así lo desea, a los mecanismos institucionales disponibles.

Recursos y espacios

Referente institucional de FCS en casos de violencia, acoso y discriminación.

Vías de contacto: vad@cienciassociales.edu.uy
micaela.benavente@cienciassociales.edu.uy

Unidad central sobre violencia, acoso y discriminación de Udelar.

Vía de contacto: secretaria-ucvad@udelar.edu.uy / 091 085 060

Línea de apoyo emocional MIDES

0800 1920 / *1920 (gratuita, 24 horas)

UAE (3er piso)

uae@cienciassociales.edu.uy / eie.uae@cienciassociales.edu.uy