DE ROLES DISFUNCIONALES A ROLES SALUDABLES

PERSONA EN ROL DE VÍCTIMA

NECESITA:
protección | validación | seguridad | apoyo



PUEDE APARECER:
miedo | tristeza | vergüenza | culpa | aislamiento

PODEMOS AYUDAR:
escuchar sin culpabilizar | proteger | acompañar | devolver | capacidad de decisión

Para abrir conversación

¿Qué necesitas ahora?

¿Qué te ayudaría a sentirte más seguro/a?

PERSONA EN ROL DE AGRESOR/A

NECESITA:
límites claros | comprender el daño | conectar con su malestar | aprender otras formas de relacionarse



PUEDE APARECER:
intimidación | burla | dominio | dificultad para reconocer el malestar

PODEMOS AYUDAR:
parar la violencia con firmeza | no criminalizar | separar conducta e identidad | ofrecer alternativas saludables

Para abrir conversación

¿Qué estás intentando conseguir?

¿Qué necesitas para parar ahora?

PERSONA EN ROL DE ESPECTADOR/A

NECESITA
comprender que su respuesta influye | sentirse segura para posicionarme | conocer formar de pedir ayuda



PUEDE APARECER:
silencio | evitar mirar | bloqueo | miedo a intervenir

PODEMOS AYUDAR:
validar la inseguridad | denormalizar la violencia | ofrecer maneras seguras de actuar | reforzar cualquier gesto de ayuda

Para abrir conversación

¿Qué podrías hacer sin ponerte en riesgo?

¿A quién podrías pedir ayuda?

LOS ROLES NO SON IDENTIDADES

Una persona puede cambiar de posición según el momento, el grupo y el contexto.
Hablemos de conductas y necesidades, no de etiquetas.

PDA BULLYING Plataforma

Con el soporte de:

#ESSBCN2030 #SomESS

CC BY NC ND