

Cómo sobreponerse al acoso por identidad de género

Ser lesbiana, homosexual, bisexual, transgénero, queer, intersexual y asexual y otros (LGBTQIA+) con frecuencia significa tener que lidiar con prejuicios y acoso desde la infancia.

Los adolescentes LGBTQIA+ suelen ser objeto de acoso, hostigamiento y agresión. El acoso puede manifestarse con maltrato verbal, como insultos, maltrato físico que puede poner la vida en peligro y abuso sexual.

Incluso si las personas escapan de la violencia física, los efectos del acoso pueden ser devastadores a nivel psicológico. Las víctimas jóvenes del acoso que son LGBTQIA+ pueden tener comportamientos arriesgados. Por ejemplo, comenzar a tener relaciones sexuales con varias parejas. También pueden comenzar a abusar de las drogas y del alcohol. Los niños y adolescentes LGBTQIA+ pueden faltar a la escuela o incluso escaparse de casa. Muchas víctimas sufren depresión. Y otras deciden suicidarse.

Algunas personas que sufren este tipo de acoso no son LGBTQIA+. Sin embargo, se convierten en víctimas simplemente porque sus pares piensan que son LGBTQIA+.



Información para estudiantes que están lidiando con el acoso

El paso más importante al lidiar con el acoso es creer en uno mismo. El acoso no es tu culpa. No deberías tener que cambiar para complacer a alguien o ser aceptado por otras personas. Debes entender que no tienes la culpa por los prejuicios, odio y acciones de otras personas.

Si eres víctima de acoso o intimidación por tu orientación sexual, toma medidas de inmediato para ponerle fin a esta situación. No pelees para defenderte ni te comportes de forma amenazadora. Simplemente, dile al acosador que se detenga. Aléjate de la situación y busca ayuda si te atacan físicamente o tienes miedo de que esto ocurra.

Prueba lo siguiente:

- Protégete hasta que puedas escapar.
- No pelees para defenderte. Busca a un adulto de confianza que te ayude a detener la situación de acoso de inmediato.

- Pídele a un amigo que te acompañe para que te proteja o pida ayuda cuando sea necesario.
- Cuéntale a un adulto de confianza lo que está sucediendo.
- Si te amenazan, dirígete a un área segura, como la biblioteca o el salón de clase de un maestro.

Cómo pueden cuidar su seguridad los adultos jóvenes LGBTQIA+

- Cuando salgas a la calle, mantente alerta y confía en tus instintos.
- Avísele a tus amigos y seres queridos dónde estás.
- Cuando camines, planifica la ruta más segura y directa.
- Lleva un silbato para llamar la atención en caso de que te sientas amenazado.
- Cruza la calle, cambia de dirección o corre hacia una multitud si te sientes en peligro.

No niegues que el problema existe

Una vez que estás seguro y la confrontación terminó, quizás sea tentador simplemente ignorar el acoso o la intimidación después de que sucedió. Pero no debes (ni mereces) vivir con miedo ni reducir el trauma. Trata el problema denunciando el acoso ante un adulto de confianza, como tus padres, el personal de la escuela, los maestros o la policía.

Es normal sentirse avergonzado después de una experiencia de acoso traumática. Pero también es normal sentir ira, miedo, confusión o incluso adormecimiento. No hay una manera correcta o equivocada de reaccionar ante una situación de acoso. Hablar con un amigo de confianza, consejero, familiar o terapeuta será de ayuda. Acosar o intimidar a personas por su orientación sexual nunca es aceptable, gracioso ni adecuado. Si ves que esto sucede, infórmalo. Si esto te sucede a ti, busca ayuda.

Más información

Puede encontrar más información en estos sitios:

- stopbullying.gov