

## Respuestas Asertivas:

No existe tal cosa como “la mejor respuesta” para contestarle a cada acosador en toda circunstancia. Solo la persona acosada puede determinar cuál es la manera más conveniente para responder en una situación como esta, de tal forma que se sienta segura y capacitada para manejarla. A mayor cantidad de opciones para responder, mejores decisiones tomarán.

A continuación encontrarás una lista de ideas de posibles respuestas que las mujeres pueden usar para que sus acosadores se responsabilicen por sus actos, provistas por las expertas Martha Langelan,<sup>i</sup> Lauren R. Taylor,<sup>ii</sup> y la Dra. Bernice Sandler.<sup>iii</sup>

Teniendo en cuenta que un incidente de acoso callejero puede ser impactante y desconcertante para una mujer, te será útil practicar estas respuestas en voz alta y simulando la situación. Esto te ayudará a sentirte capacitada para usarlas cuando verdaderamente las necesites.

Además, [aquí tienes 20 historias de mujeres](#) que se atrevieron a enfrentar con autoridad a sus acosadores y el nuevo libro de Stop Street Harassment [50 Stories about Stopping Street Harassers](#) (\$9 en Amazon).

Seis sugerencias de cómo hablarle a un acosador:

- 1- Usa un lenguaje corporal fuerte. Míralo a los ojos y háblale de manera firme y con voz clara. Une tu voz, expresiones faciales y lenguaje corporal, sin señales contradictorias. Demuestra fuerza y autoridad.
- 2- Proyecta confianza y tranquilidad. Aunque no te sientas así, es importante que te veas calmada, seria y confiada.
- 3- No te disculpes, ni te justifiques, ni preguntes nada. No tienes que pedir perdón por cómo te sientes o por lo que quieres. Se firme.
- 4- No tienes que responder a evasiones, preguntas, amenazas o acusaciones que te hagan sentir culpables. Mantente en tu agenda. Ve directo al grano, repite tu argumento o vete.
- 5- No uses palabras soeces, ni pierdas la calma. Estas reacciones usualmente logran que el acosador reaccione con ira y violencia.
- 6- Decide cuando hayas terminado. El éxito lo defines tú. Si dijiste lo que tenías que decir y estás lista para seguir tu camino, hazlo.

## 12 ideas de posibles respuestas para un acosador:

[Recurso nuevo](#): Baja gratis la aplicación de METRAC. Esta te sugiere respuestas basadas en el lugar en que te encuentras y en quién te acosa.

- 1- Identifica su comportamiento y déjale saber que no es aceptado. Por ejemplo, “No me silbes, eso es acoso.” o “No me toques el trasero, eso es acoso sexual.”
- 2- Dile exactamente lo que deseas decir. Por ejemplo, “Deja de tocarme.” o “Aléjate de mí.”

# STOP! STREET HARASSMENT

- 3- Pregúntale si desearía que a su hermanas, madre, hija, novia o esposa las trataran como él te está tratando a ti.
- 4- Ten un corto discurso anti acoso preparado, como: “Deja de acosar mujeres. A mí no me gusta. A nadie le gusta. Respétanos.” Dilo en un tono neutral, pero asertivo.
- 5- Simplifica tu discurso en tres pasos, y sé muy específica con el primer y tercer paso:
  - A- Dile al acosador cuál es el problema.
  - B- Especifica cómo te hace sentir.
  - C- Dile lo que deseas.

Por ejemplo: “Cuando me lanzas besos me haces sentir incómoda. Prefiero que me digas ‘Hola o buenos días, señorita’ de ahora en adelante, si te quieres dirigir a mí.”
- 6- Identifica al acosador: “Tú, el de la camisa amarilla, deja de tocarme.” Esto es especialmente útil si hay otras personas cerca, como en el autobús.”
- 7- Ataca al comportamiento, no la persona. Dile qué es lo que no te gusta sobre su comportamiento (“Estás muy pegado a mí.”), en vez de culparlo a él en su carácter personal (“Eres un estúpido.”).
- 8- Usa tus buenos modales y dile al acosador algo así como “¿Disculpe?” o “No puedo creer que me haya dicho eso.” o “Creo que me estás confundiendo con otra persona a la que tú crees que le puedes hablar así.” Combina esto con cara de asombro, consternación y disgusto.
- 9- Utiliza el método socrático para preguntarle algo como “Qué interesante... ¿me podrías explicar por qué piensas que puedes colocar tu mano en mi pierna?”
- 10- Si el acosador está en un auto, anota el número de la tablilla. Aunque no alcances a leerlo bien, fingir que lo escribes puede asustar al acosador y evitar que se detenga. Si son agresivos o te amenazan, y tienes su número de tablilla, puedes notificarlo a la policía.
- 11- Compra una libreta y escribe grande y claro en su portada “ACOSO CALLEJERO”. Saca tu libreta cuando te sientas acosada y pídele al acosador que repita lo que te dijo para poder escribirlo. Pregunta en voz alta la fecha, la hora, busca el nombre del lugar en donde estás, etc... Si te preguntan por qué estás escribiendo eso, dile que mantienes un récord de acoso.
- 12- Dile al acosador que estás haciendo un proyecto de investigación o encuesta sobre el acoso callejero. Saca una libreta y comienza a preguntarle cosas como: “¿Cada cuánto tiempo haces esto?” o “¿Cómo escoges a las personas que vas a acosar?” o “¿Es más probable que hagas esto solo o cuando te encuentras acompañado?” o “¿Hablas con tu madre, hermana o amigas sobre las personas que acosaste?”.

# STOP! STREET HARASSMENT

---

<sup>i</sup> Martha Langelan, *Back Off! How to confront and stop sexual harassment and harassers* (New York: Fireside Press, 1993); vea también Langelan, [“Stop Right There” Ms. Magazine](#), otoño 2005, p. 39; vea también el blog Don't be Silent, [“Highlights from the Martha Langelan Workshop,”](#) 10 de febrero de 2008, y [“Response to ‘Drive-by Hollas Drive Me Crazy!’”](#), 11 de febrero de 2008.

<sup>ii</sup> Lauren Taylor, “The Assertive Response to “Hey, Baby, ‘Options to Go Beyond the Silent Treatment,”” Washington Post, 27 de octubre de 2003, C10; vea también Lauren Taylor, [“Speak Up! Basic Verbal Self Defense Guidelines,”](#) Defend Yourself, n.d.

<sup>iii</sup> Bernice Sandler, [“Handling Sexual Harassment When it Happens to You.”](#) 1997.