

# Πώς να ανταποκριθείς σε μια συνάδελφο που είναι θύμα ενδοοικογενειακής βίας?

## ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ?

- Άφησε τη συνάδελφό σου να μιλήσει. Δείξε τη διαθεσιμότητα σου.
- Άκουσε προσεκτικά, να είσαι υποστηρικτικός/ή χωρίς να είσαι επικριτικός/ή.
- Σεβάσου την εμπιστευτικότητα και την ιδιωτικότητα. Κράτησε την πληροφορία για τον εαυτό σου, εκτός και αν η συνάδελφος σου δώσει την άδεια να μιλήσεις σε άλλους.
- Μην κατηγορείς το θύμα.



## ΤΙ ΝΑ ΑΝΑΜΕΝΩ ?

- Ανάμενε από τη συνάδελφό σου πληθώρα συναισθημάτων όπως θυμός ή ακόμα και ενοχή.
- Σεβάσου τις επιλογές της συναδέλφου σου που μπορεί να είναι διαφορετικές από τις δικές σου.
- Η συνάδελφός σου μπορεί να χρειάζεται να λείψει από τη δουλειά. Αν συμβεί αυτό, κράτησε επαφή μαζί της τακτικά.

## ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΩ ?

- Ενημέρωσε τη συνάδελφό σου για τις εντός και εκτός εταιρίας υπηρεσίες υποστήριξης.
- Ευχαρίστησε τη συνάδελφό που σου μίλησε. Δείξε την κατανόηση σου.
- Ρώτησε τη συνάδελφό σου τι θα μπορούσες να κάνεις για να την βοηθήσεις.

Είσαι θύμα ενδοοικογενειακής βίας? 

