

Atención psicológica de primer contacto

en casos de violencia laboral

Si experimentas alguna situación en tu **espacio laboral** que te genere un desequilibrio emocional,



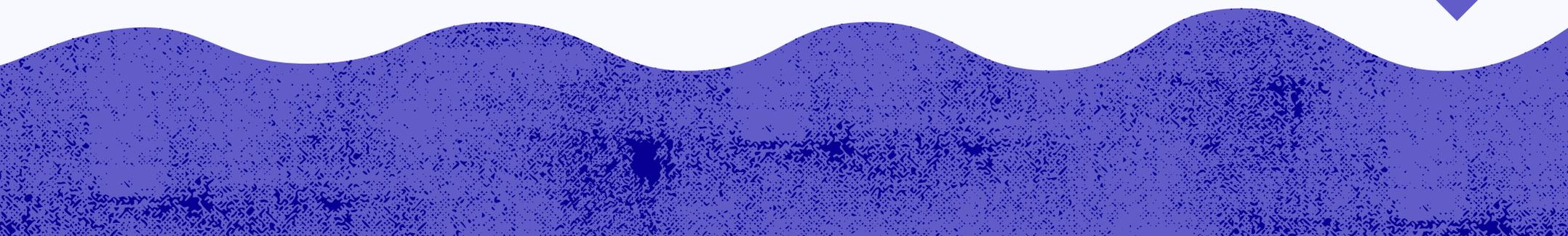
UNIDAD PARA LA COORDINACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE IGUALDAD DE GÉNERO Y
ERRADICACIÓN DE LA VIOLENCIA
POLÍTICA EN RAZÓN DE GÉNERO

puede brindarte **atención
psicológica de primer contacto.**



¿En qué consiste la **atención psicológica** de primer contacto?

Tiene por objetivo **reestablecer el equilibrio emocional** de las **personas que han experimentado una crisis**, con la finalidad de poder hacer frente a la situación, plantear alternativas de solución y así retomar sus actividades diarias.



¿Por qué es importante?

- **Disminuye el riesgo** de sufrir un malestar mayor y de desarrollar alguna afectación emocional permanente;
- Permite **salvaguardar** la **integridad** de las personas.

Aspectos clave de la atención psicológica de primer contacto

Generar **estrategias** que te permitan mantener la calma, colocándote en un **ambiente seguro**.



Evaluar la situación particular para poder **plantear alternativas de solución**, si así lo deseas.



Consultar la situación que te ha generado **malestar emocional**.



En caso de ser necesario, se te **canalizará a las instituciones correspondientes** para dar seguimiento y recibir los servicios necesarios.



Escuchar activamente para identificar tus necesidades, **respetando siempre tu espacio y tus límites**.



Recuerda que, en la UCTIGEVP, las personas están capacitadas para brindarte este tipo de atención, cuidando siempre tus datos personales.

¡Acércate!

Recibe apoyo,
asistencia y
asesoría
personalizada.

Teléfono:

722 275 7300 ext. **3227** y **8458**

WhatsApp:

722 512 3654

Correo electrónico:

unidad.genero@ieem.org.mx

Ubicación:

**Planta baja del edificio central
del IEEM**